



IQ CONSULTING
SPÓŁKA Z
OGRA NICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

★★★★★ 5,0 / 5

7 087 ocen

Usługa - Traumy - 2D.Uwalnianie traum - bipolarna metoda refleksologii twarzy i stóp

Numer usługi 2026/01/23/120895/3278355

📍 Warszawa / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 24 h

📅 13.04.2026 do 14.04.2026

3 990,00 PLN brutto

3 990,00 PLN netto

166,25 PLN brutto/h

166,25 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty

Grupa docelowa usługi

Usługa skierowana jest do osób zainteresowanych prowadzeniem lub prowadzących już gabinet masażu, posiadających rozwinięte zdolności manualne oraz predyspozycje do pracy z ciałem człowieka. Kurs przeznaczony jest dla osób ceniących bezpośredni kontakt z klientem i zainteresowanych rozwojem praktycznych umiejętności w zakresie terapii manualnych.

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

30

Data zakończenia rekrutacji

10-04-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

24

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Kurs ma na celu zwiększenie świadomości na temat znaczenia dobrostanu psychicznego w życiu zawodowym i osobistym. Uczestnicy dowiedzą się, jak dbać o swoje zdrowie psychiczne poprzez techniki relaksacji, zarządzania stresem i budowania równowagi fizycznej i emocjonalnej.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Definiuje mechanizmy zapisu traumy w pamięci komórkowej oraz rozróżnia rodzaje blokad emocjonalnych wpływających na zdrowie psychiczne.	Uczestnik poprawnie wymienia i opisuje co najmniej trzy biologiczne mechanizmy zapisu traumy w ciele oraz bezbłędnie wskazuje różnice między blokadami fizycznymi a emocjonalnymi.	Wywiad swobodny
Charakteryzuje zasady stymulacji punktów neuro-odruchowych w metodzie bipolarnej, łączącej pracę na mikrosystemach twarzy i stóp.	Uczestnik precyzyjnie wskazuje na mapach anatomicznych i opisuje technikę ucisku kluczowych punktów neuro-odruchowych na twarzy i stopach zgodnie z zasadami metody bipolarnej.	Wywiad swobodny
Uzasadnia wpływ refleksologii na regulację poziomu neuroprzekaźników (serotoniny, dopaminy) i redukcję hormonów stresu.	Uczestnik merytorycznie wyjaśnia fizjologiczną zależność między stymulacją punktów refleksorycznych a reakcją układu hormonalnego, w tym wpływem na wzrost poziomu serotoniny.	Wywiad swobodny
Planuje przebieg spersonalizowanego procesu terapeutycznego, wdrażając zielone kompetencje w codzienną praktykę gabinetową.	Uczestnik przygotowuje kompletny, pisemny plan terapii dla wybranego przypadku, zawierający dobór punktów stymulacji oraz co najmniej dwa rozwiązania ekologiczne (zielone kompetencje) w organizacji miejsca pracy.	Test teoretyczny
Ocenia skuteczność technik uwalniania napięć oraz kontroluje bezpieczeństwo i jakość wykonywanego zabiegu wsparcia psychicznego.	Uczestnik podczas sesji praktycznej poprawnie identyfikuje przeciwwskazania do zabiegu oraz na podstawie obserwacji reakcji pacjenta trafnie ocenia skuteczność zastosowanych technik uwalniania napięć.	Debata ustrukturyzowana

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Dzień 1:

9:00–10:30 Wprowadzenie do metody sorensensistem™ i techniki rozładowywania emocji i redukcji napięć emocjonalnych

- Czym jest dobrostan psychiczny i dlaczego jest ważny w życiu zawodowym i osobistym?
- Praktyczne ćwiczenia fizyczne i oddechowe rozluźniające mięśnie i poprawiające koncentrację oraz automasaż stref neuro odruchowych.
- Wpływ nawyków życiowych na kondycję psychiczną i zawodową. • Jak wprowadzać małe, ale systematyczne zmiany w codziennym życiu, aby zachować zdrowy styl życia?

10:30–11:30 Zarządzanie energią w pracy

- Jak unikać zmęczenia podczas zabiegów terapeutycznych?
- Właściwa postawa ciała i równoważenie napięć mięśniowych.
- Mikro-ćwiczenia i techniki oddychania zwiększające wydajność.
- Praktyczne wskazówki dotyczące zdrowego stylu życia.

11:30–12:30 Równowaga między empatią a dbaniem o własne potrzeby

- Jak zachować zdrowy dystans emocjonalny w pracy? • Jak wykorzystać zrozumienie i empatię w budowaniu relacji.

12:30-13:30 Tworzenie przyjaznego środowiska pracy

- Rola muzyki, zapachów i oświetlenia podczas zabiegu.
- Jak indywidualne podejście do terapii wpływa na jej skuteczność?
- Dyskusja i pytania uczestników.

13:30–14:30 Przerwa obiadowa

14:30–15:00 Wprowadzenie do metody stymulacji bipolarnej refleksologii twarzy i stóp sorensensistem™

- Czym jest pamięć komórkowa i jak wpływa na zdrowie psychiczne i fizyczne?
- Teoria układu limbicznego i ciała migdałowatego.
- Zasady stosowania metody bipolarnej w terapii.

15:00–16:00 Manualna stymulacja stref neuro odruchowych

- Teoria 7 mikrosystemów neuro odruchowych na twarzy i stopach.
- Analiza i stymulacja złożeń emocjonalnych w strefach neuro odruchowych.
- Praktyczne ćwiczenia stymulacji stref na twarzy i stopach.

16.00 – 18.00 – Moduł dotyczący Ramowego Katalogu Kwalifikacji/Kompetencji Zielonych, Zasobooszczędnych i Zeroemisyjnych PSF

Dzień 2:

9:30–13:30 Techniki równoważenia emocjonalnego i neurobiologicznego

- Równoważenie neuroprzekazników: serotoniny, dopaminy i noradrenaliny.
- Regulacja hormonalna i uwalnianie hormonów antystresowych.

13:30–14:30 Przerwa obiadowa

14:30–16:00 Terapia neuro odruchowa stóp

- Procedury terapii neuro odruchowej stóp.
- Równoważenie układu limfatycznego i hormonalnego.
- Praktyczne zastosowanie metody w gabinecie i autoterapii.
- Procedura zamknięcia zabiegu i utrwalenia stanu równowagi.
- Jak wspierać siebie i innych w stanach depresyjnych, wypaleniu zawodowym i zaburzeniach odżywiania?
- Dyskusja i pytania uczestników.

16.00 – 17.30 Moduł szkoleniowy: Kompetencje Cyfrowe dla Salonów kosmetyczno-terapeutycznych (DigComp)

17.30 - 18.30 Walidacja szkolenia

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 13

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 13 Wprowadzenie do metody sorensensistemT M i techniki rozładowywania emocji i redukcji napięć emocjonalnych	Anna Jurewicz-Sawa	13-04-2026	09:00	10:30	01:30
2 z 13 Zarządzanie energią w pracy	Anna Jurewicz-Sawa	13-04-2026	10:30	11:30	01:00
3 z 13 Równowaga między empatią a dbaniem o własne potrzeby	Anna Jurewicz-Sawa	13-04-2026	11:30	12:30	01:00
4 z 13 Tworzenie przyjaznego środowiska pracy	Anna Jurewicz-Sawa	13-04-2026	12:30	13:30	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 13 Przerwa obiadowa	Anna Jurewicz-Sawa	13-04-2026	13:30	14:30	01:00
6 z 13 Wprowadzenie do metody stymulacji bipolarnej refleksologii twarzy i stóp sorensensistemT M	Anna Jurewicz-Sawa	13-04-2026	14:30	15:00	00:30
7 z 13 Manualna stymulacja stref neuro odruchowych	Anna Jurewicz-Sawa	13-04-2026	15:00	16:00	01:00
8 z 13 Moduł dotyczący Ramowego Katalogu Kwalifikacji/Kompetencji Zielonych, Zasobooszczędnych i Zeroemisyjnych PSF	Anna Jurewicz-Sawa	13-04-2026	16:00	18:00	02:00
9 z 13 Techniki równoważenia emocjonalnego i neurobiologicznego	Anna Jurewicz-Sawa	14-04-2026	09:30	13:30	04:00
10 z 13 Przerwa obiadowa	Anna Jurewicz-Sawa	14-04-2026	13:30	14:30	01:00
11 z 13 Terapia neuro odruchowa stóp	Anna Jurewicz-Sawa	14-04-2026	14:30	16:00	01:30
12 z 13 Moduł szkoleniowy: Kompetencje Cyfrowe dla Salonów kosmetyczno-terapeutycznych (DigComp)	Anna Jurewicz-Sawa	14-04-2026	16:00	17:30	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
13 z 13 Walidacja szkolenia	-	14-04-2026	17:30	18:30	01:00

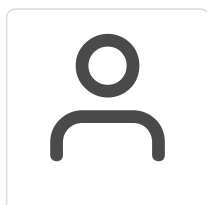
Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 990,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 990,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	166,25 PLN
Koszt osobogodziny netto	166,25 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Anna Jurewicz-Sawa

Anna JurewiczSawa - zajmuje się naturalnymi metodami wspierania organizmu od 2014 roku, a masażem w systemie sorensensistem TM od marca 2018 r. Poza licencją instruktorki z Instytutu Lone Sorensen z Barcelony na prowadzenie Kursów sorensensistem TM , ukończyła kursy uprawniające do wykonywania zabiegów Japońskiego liftingu twarzy moduł I i II sorensensistem TM , tybetańskiego masażu głowy i karku, Dwubiegunowej terapii uwalniania traum emocjonalnych, Kontroli wagi, Crystal liftingu oraz Masażu misami tybetańskimi. Jest dyplomowanym coachem, absolwentką podyplomowych studiów w Szkole Wyższej Psychologii Społecznej w Warszawie.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik kursu otrzymuje kolorowy skrypt zawierający szczegółowe fotografie, grafiki oraz opisy poszczególnych procedur masażu.

Informacje dodatkowe

Cykl szkoleniowy kończy się uzyskaniem Dyplomu Kursu sorensensistemTM

Adres

ul. Smocza 20
01-034 Warszawa
woj. mazowieckie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



MILENA NOWAKOWSKA

E-mail milena95nowakowska@gmail.com

Telefon (+48) 693 019 736