



Kurs Trauma - informed practice: somatyczne markery szoku

Numer usługi 2026/02/23/55596/3356505

2 390,00 PLN brutto
2 390,00 PLN netto
95,60 PLN brutto/h
95,60 PLN netto/h
162,08 PLN cena rynkowa ⓘ

ODNOVA Sp. z o.o.

★★★★★ 4,7 / 5

10 454 oceny

📍 Kraków

🏢 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 25:00 h

📅 11.12.2026 do 13.12.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

Grupa docelowa usługi

Kurs skierowany jest do:

- fizjoterapeutów,
- psychologów,
- lekarzy,
- masażyistów,
- pedagogów,
- coachów,
- instruktorów i praktyków pracy z ciałem,
- usługa adresowana jest również do uczestników projektów: Kierunek-Rozwój, Akademia HR, Regionalny Fundusz Szkoleniowy II, Małopolski pociąg do kariery - sezon 1, Nowy start w Małopolsce z EURESem, Lubuskie Bony Rozwojowe, Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe.

Warunek niezbędny do spełnienia, aby realizacja usługi pozwoliła na osiągnięcie celu: Uczestnicy powinni znać anatomię i fizjologię człowieka. Organizator zastrzega sobie, iż może poprosić Uczestnika o przedłożenie właściwej dokumentacji, poświadczającej posiadaną wiedzę anatomiczną.

Do udziału w kursie zapraszamy również uczestników projektów realizowanych przez innych Operatorów BUR. Usługa jest dostępna dla osób spełniających wymagania kwalifikacyjne, niezależnie od tego, z którego projektu lub u którego operatora korzystają ze wsparcia.

Minimalna liczba uczestników

8

Maksymalna liczba uczestników

20

Data zakończenia rekrutacji

10-12-2026

Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	25
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usług Szkoleniowo– Rozwojowych PIFS SUS 3.0

Cel

Cel edukacyjny

Uczestnik po ukończeniu usługi będzie przygotowany do samodzielnego czytania somatycznych markerów dysregulacji, różnicowania bólu fizjologicznego i psychosomatycznego, a następnie dobierania interwencji manualnych, regulacyjnych i komunikacyjnych adekwatnie do aktualnego stanu autonomicznego układu nerwowego pacjenta.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik określa wskazania i przeciwwskazania do pracy manualnej w modelu trauma-informed.	Uczestnik określa traumę jako proces neurobiologiczno-somatyczny oraz opisuje jej wpływ na regulację autonomicznego układu nerwowego.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Uczestnik definiuje koncepcję „okna tolerancji” oraz jej znaczenie w planowaniu interwencji.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Uczestnik określa zależności pomiędzy przewlekłym napięciem, wzorcami posturalnymi a dysregulacją AUN.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik stosuje bezpieczne interwencje somatyczne minimalizujące ryzyko przeciążenia i retraumatyzacji oraz dobiera strategie stabilizacji i regulacji AUN adekwatnie do poziomu pobudzenia (hiperaktywacja, hipoaktywacja, stan równowagi).	Uczestnik identyfikuje wczesne mechanizmy reakcji szokowych i łączy je z obserwowanymi zmianami w obrębie tkanek i postawy.	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik rozpoznaje somatyczne markery dysregulacji (mikronapięcia, bezruch, zaburzenia oddechu, zmiany czucia).	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik ocenia, czy obraz bólowy ma charakter dominująco fizjologiczny czy psychosomatyczny.	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik wykorzystuje dotyk w sposób świadomy, dozowany i regulacyjny (palpacja mechaniczna vs regulacyjna) oraz posługuje się wzrokiem, głosem i rytmem jako narzędziami współregulacji autonomicznej.	Analiza dowodów i deklaracji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik pracuje w modelu trauma-informed, budując poczucie bezpieczeństwa i przewidywalności w gabinecie.	Uczestnik świadomie respektuje granice własnych kompetencji zawodowych oraz wskazania do konsultacji specjalistycznej.	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik podejmuje decyzje kliniczne w sposób odpowiedzialny, oparty na aktualnej wiedzy z zakresu regulacji układu nerwowego.	Analiza dowodów i deklaracji

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Warunki niezbędne do spełnienia, aby realizacja usługi pozwoliła na osiągnięcie celu: Uczestnicy powinni znać anatomię i fizjologię człowieka. Celem łatwiejszego osiągnięcia celu głównego uczestnicy powinni zapoznać się z materiałami dydaktycznymi otrzymanymi na kursie oraz zapoznać się z ogólnodostępną literaturą naukową.

Uczestnik po ukończeniu usługi będzie przygotowany do samodzielnego czytania somatycznych markerów dysregulacji, różnicowania bólu fizjologicznego i psychosomatycznego, a następnie dobierania interwencji manualnych, regulacyjnych i komunikacyjnych adekwatnie do aktualnego stanu autonomicznego układu nerwowego pacjenta.

Forma szkolenia: Trening połączony z wykładem, dyskusją, ćwiczenia, praca na sobie nawzajem lub na modelach. Uczestnicy pracują w parach, każda z par przy jednym stole fizjoterapeutycznym.

Czas: 25 godzin dydaktycznych

PROGRAM KURSU :

DZIEŃ I

1. Pojęcie traumy szokowej w pracy manualnej

- Trauma jako zaburzenie regulacji organizmu
- Różnica: stres, przeciążenie, trauma
- Granice kompetencji terapeuty manualnego

2. Neurofizjologia reakcji na szok i stres

- Reakcje fight / flight / freeze
- Autonomiczny układ nerwowy
- Reakcja orientacyjna jako pierwszy etap odpowiedzi na zagrożenie
- Deep Brain Reorienting jako mapa wczesnej reakcji podkorowej

3. Somatyczne markery szoku

- Zapis traumy w mięśniach, powięziach, postawie i oddechu
- Zatrzymanie, bezruch, mikronapięcia
- Wczesne markery orientacyjne wg DBR

4. Hipotezy powstawania dolegliwości potraumatycznych

- Powiązania układu nerwowego, postawy i napięcia
- Obserwacja reakcji orientacyjnych i obronnych
- Praca na przykładach klinicznych

5. Wskazania i przeciwwskazania do pracy trauma-informed

- Kiedy pracować manualnie, a kiedy stabilizować
- Ryzyko przeciążenia i retraumatyzacji
- Analiza scenariuszygabinetowych

6. Orientacja i interocepcja jako podstawa bezpieczeństwa

- Tempo, napięcie, oddech
- Ćwiczenia orientacyjne
- Autorefleksja terapeuty

DZIEŃ II

1. Psychosomatyka traumy w ujęciu klinicznym

- Relacja traumy, napięcia i postawy
- Wzorce chroniczne i kompensacyjne
- Utrata czucia i nadreaktywność

2. Regulacja autonomicznego układu nerwowego

- Autoregulacja i współregulacja
- Oddech, napięcie mięśniowe, głos
- Regulacja „od orientacji do dotyku”

3. Wzrok i słuch jako narzędzia regulacji AUN

- Orientacja wzrokowa

- Dźwięk i rytm

- Demonstracja kliniczna

4. Palpacja w pracy z pacjentem po traumie

- Palpacja mechaniczna vs regulacyjna

- Odczytywanie reakcji AUN

- Bezpieczne tempo i kierunek pracy

5. Ból związany z traumą

- Ból przewlekły, napięciowy, pourazowy

- Nadwrażliwość bólowo-emocjonalna

- Strategie pracy z bólem potraumatycznym

6. Integracja regulacji i dotyku

- Sekwencjonowanie: orientacja → regulacja → palpacja

- Praca w parach

- Omówienie doświadczeń

DZIEŃ III

1. Modele regulacji w pracy trauma-informed

- Etapy regulacji

- Okno tolerancji

- Wskazania i przeciwwskazania do interwencji

2. Dobór interwencji do stanu układu nerwowego

- Pobudzenie, hipoaktywacja, równowaga

- Rola dotyku, rytmu, wzroku i słuchu

- Mini-demonstracja kliniczna

- Planowanie sekwencji pracy

3. Integracja kliniczna

- Łączenie DBR (mapa), regulacji i technik manualnych

- Planowanie bezpiecznych interwencji

4. Omówienie przypadków klinicznych

- Bóle napięciowe

- Objawy stresozależne

- Przeciężenia psychosomatyczne

5. Podsumowanie i ewaluacja

- Granice kompetencyjne

- Transfer do praktyki zawodowej

6. Walidacja

Opis zastosowania metod walidacji:

1. Analiza dowodów i deklaracji w części praktycznej

W procesie walidacji umiejętności praktycznych uczestników zastosujemy metodę "analizy dowodów i deklaracji". Organizator szkolenia odpowiada za nagrywanie i przekazywanie materiałów walidatorowi. Materiał nagrywany jest w trakcie trwania szkolenia. Weryfikacja zebranych materiałów odbywa się w sposób zdalny. Uczestnicy powinni wyrazić stosowną zgodę na nagrywanie ich wizerunku wyłącznie celem przedłożenia dowodów walidatorowi, bądź poinformować osobę dokonującą utrwalenia ich wizerunku o braku wyrażania stosownej zgody, wówczas nagranie zostanie przeprowadzone w sposób uniemożliwiający identyfikację wizerunku uczestnika.

Procedura walidacji:

1. Nagranie wykonania zadania - uczestnicy wykonują zadanie praktyczne pod nadzorem organizatora, który rejestruje materiał video.
2. Przekazanie nagrania do walidatora - organizator przesyła materiał do oceny.
3. Analiza nagrania przez walidatora - walidator dokonuje oceny na podstawie kryteriów weryfikacji, obejmujących m.in. poprawność wykonania procedur, zgodność z zasadami i normami oraz jakość techniczną wykonanych czynności.

2. Test teoretyczny w części teoretycznej

Weryfikacja wiedzy teoretycznej uczestników odbędzie się za pomocą testu ABC, który zostanie przeprowadzony pod koniec szkolenia.

Trener rozda test teoretyczny, przy zastrzeżeniu, że nie będzie ingerować w jakiegokolwiek formie w ocenę wyników testu ani w proces jego wypełniania. Następnie je zbierze.

Walidator będzie włączony dopiero na etapie oceny i weryfikacji efektów uczenia się uczestników. Nie bierze bezpośrednio udziału w procesie kształcenia i nie podejmuje działań związanych z tworzeniem i kompletowaniem dokumentacji walidacyjnej.

Test teoretyczny - minimalny próg zaliczenia 80% poprawnych odpowiedzi.

Analiza zebranych dowodów i deklaracji - minimalny próg zaliczenia 80% przedłożonych dowodów i deklaracji zawiera poprawnie wykonane kryteria weryfikacji.

Doświadczenia szoku i przewlekłego stresu wpływają na autonomiczny układ nerwowy oraz znajdują odzwierciedlenie w napięciu tkanek i funkcjonowaniu ciała, manifestując się jako:

- przewlekłe napięcia mięśniowe,
- zaburzenia czucia i propriocepcji,
- ból o charakterze psychosomatycznym,
- zmiany postawy i wzorców ruchowych.

Uczestnicy uczą się **czytać somatyczne markery dysregulacji**, różnicować **ból fizjologiczny i psychosomatyczny**, a następnie dobrać **interwencje manualne, regulacyjne i komunikacyjne** adekwatnie do aktualnego stanu autonomicznego układu nerwowego pacjenta.

Szkolenie prowadzi przez **strategie stabilizacji i wspierania samoregulacji**, z naciskiem na bezpieczne interwencje somatyczne minimalizujące ryzyko przeciążenia i retraumatyzacji w gabinecie.

Kurs trwa 25 godz. dydaktycznych, co stanowi 18 godz.45 min zegarowych. W harmonogramie ujęto przerwy, łącznie 3 h. Przerwy nie wliczają się w czas trwania kursu. Walidacja wliczona w czas kursu. Krótkie przerwy realizowane w czasie trwania kursu dostosowane są do tempa pracy uczestników podczas szkolenia. 1h dyd. (szkoleniowa) = 45 min

Metoda weryfikacji obecności - lista obecności podpisywana przez uczestników kursu.

Liczba godzin kursu obejmuje:

zajęcia teoretyczne - 7 godz. dydakt.

zajęcia praktyczne - 18 godz. dydakt.

Obowiązek uczestnictwa w **minimum 80% zajęć**.

Wg. Regulaminu obowiązującego u operatora: DARR S.A. Dolnośląska Agencja Rozwoju Regionalnego S.A. - wymagana frekwencja to 100%.

W przypadku usług z dofinansowaniem, obowiązują zapisy umowy z Operatorem. Prosimy o zapoznanie się z zapisami umowy dotyczącymi obecności na szkoleniu.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 11

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 11 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 1, punkty 1-3, teoria 90 min	mgr Stanisław Sądowski	11-12-2026	09:00	12:30	03:30
2 z 11 Przerwa	mgr Stanisław Sądowski	11-12-2026	12:30	13:30	01:00
3 z 11 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 1, punkty 4-6, teoria 45 min	mgr Stanisław Sądowski	11-12-2026	13:30	17:30	04:00
4 z 11 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 2, punkty 1-3, teoria 45 min	mgr Stanisław Sądowski	12-12-2026	09:00	12:30	03:30
5 z 11 Przerwa	mgr Stanisław Sądowski	12-12-2026	12:30	13:30	01:00
6 z 11 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 2, punkty 4-6, teoria 45 min	mgr Stanisław Sądowski	12-12-2026	13:30	17:30	04:00
7 z 11 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 3, punkty 1-3, teoria 45 min	mgr Stanisław Sądowski	13-12-2026	09:30	11:00	01:30
8 z 11 Przerwa	mgr Stanisław Sądowski	13-12-2026	11:00	12:00	01:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
9 z 11 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 3, punkty 4-5, teoria 45 min	mgr Stanisław Sądowski	13-12-2026	12:00	13:15	01:15
10 z 11 Przeprowadzenie testu, zebranie dowodów i deklaracji	mgr Stanisław Sądowski	13-12-2026	13:10	13:30	00:20
11 z 11 Walidacja	-	13-12-2026	13:30	14:10	00:40

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 390,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 390,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	95,60 PLN
Koszt osobogodziny netto	95,60 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

mgr Stanisław Sądowski

Absolwent psychologii Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu. W latach 2015–2019 odbył specjalizację z neuropsychologii klinicznej w Instytucie Psychiatrii i Neurologii, równolegle zdobywając doświadczenie zawodowe w pracy z osobami chorymi somatycznie – w obszarze diagnostyki klinicznej oraz psychotraumatologii – w Pracowni Neuropsychologii Klinicznej oraz na Oddziale Dziennym Rehabilitacji Kardiologicznej WSzZ im. L. Rydygiera w Toruniu. W pracy szpitalnej szczególnie zaangażowany w wsparcie rodzin na Oddziałach Patologii Cięży, pacjentów przygotowywanych do operacji bariatrycznych oraz osób objętych opieką w poradni Post-COVID-19. W ramach Polskiego Towarzystwa Chirurgicznego współtworzył ogólnopolski program certyfikacyjny z psychologii dla kandydatów na chirurgów bariatrycznych, wyznaczający standardy

pracy zespołów multidyscyplinarnych oraz szkolenia psychologów klinicznych w tym obszarze. Absolwent dwóch szkół psychoterapii: klasycznej w nurcie humanistyczno-doświadczeniowym oraz psychoterapii poprzez ciało (Bodydynamic). Od 2018 roku prowadzi szkolenia dla psychoterapeutów i fizjoterapeutów z zakresu integracji psyche-soma w oparciu o aktualną wiedzę z obszaru neuronauki. Trener zrealizował co najmniej 100h szkoleniowych w ciągu ostatnich 12 m-cy oraz posiada nieprzerwane i ciągłe doświadczenie zawodowe w branży od co najmniej 5 lat, liczone wstecz od daty rozpoczęcia usługi.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Na początku kursu kursanci otrzymują skrypt obejmujący materiał dydaktyczny przygotowany dla danego szkolenia.

Warunki uczestnictwa

1. Organizator zastrzega sobie, iż może poprosić Uczestnika o przedłożenie właściwej dokumentacji, poświadczającej posiadaną wiedzę anatomiczną.
2. Przed dokonaniem zapisu na usługę w BUR wymagane jest zgłoszenie poprzez formularz zgłoszeniowy znajdujący się na stronie <https://odnova.org.pl/kursy> pod opisem wybranego szkolenia, w celu potwierdzenia dostępności miejsca.
3. Uczestniczki będące w ciąży, bądź podejrzewające, że mogą być w ciąży, winny skonsultować z Organizatorem swój stan, celem ustalenia czy mogą wziąć udział w usłudze.
4. Wymagane jest zapoznanie się i zaakceptowanie REGULAMINU świadczenia usług szkoleniowych ODNOVA.
5. Zapis w BUR na usługę powinien nastąpić najpóźniej na 1 dzień przed rozpoczęciem kursu.
6. Uczestnicy przyjmują do wiadomości i wyrażają zgodę na utrwalanie ich wizerunku podczas prowadzonej walidacji w celu dokonania analizy dowodów i deklaracji przez walidatora. W innych celach niż wskazany wymagana jest odrębna zgoda uczestnika.

Informacje dodatkowe

Podstawa zwolnienia z VAT: art. 43 ust. 1 pkt 26 lit. a Ustawa o podatku od towarów i usług

Kurs nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności Organizator nie pokrywa oraz nie dokonuje zwrotu kosztów związanych z dojazdem uczestnika na usługę, jego zakwaterowaniem oraz wyżywieniem.

Organizator zapewnia realizację usługi rozwojowej uwzględniając potrzeby osób ze szczególnymi potrzebami funkcjonalnymi zgodnie ze Standardami dostępności dla polityki spójności 2021-2027. Zatem uczestnik ze szczególnymi potrzebami powinien na co najmniej 7 dni kalendarzowych przed rozpoczęciem kursu zgłosić Organizatorowi dodatkowe wymagania/swoje potrzeby umożliwiające mu udział w usłudze.

Zawarto umowę z: WUP w Toruniu w ramach projektu Kierunek-Rozwój, WUP w Krakowie w ramach projektu "Małopolski pociąg do kariery" oraz "Nowy start w Małopolsce z EURESem, WUP w Szczecinie w ramach projektu Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe .

Adres

ul. Josepha Conrada 29A

31-357 Kraków

woj. małopolskie

Conrad Comfort Aparthotel & Centrum Konferencyjne

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi
- Sala będzie spełniała bezpieczne i higieniczne warunki pracy

Kontakt



Joanna Dobska

E-mail szkolenia@odnova.org.pl

Telefon (+48) 694 225 457