



## HRV biofeedback – kurs zaawansowany kliniczny

Numer usługi 2026/05/14/225068/3560289

3 936,00 PLN brutto

3 200,00 PLN netto

246,00 PLN brutto/h

200,00 PLN netto/h

166,67 PLN cena rynkowa ⓘ

MHIG SPÓŁKA Z  
OGRANICZONĄ  
ODPOWIEDZIALNOŚ  
CIĄ

Brak ocen dla tego dostawcy

📍 Kraków

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 16:00 h

📅 01.09.2026 do 01.09.2027

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty

### Grupa docelowa usługi

- Praktycy HRV biofeedbacku po ukończeniu kursu podstawowego
- Psychoterapeuci pracujący z traumą, lękiem, depresją
- Lekarze (psychiatrzy, kardiolodzy, lekarze bólu)
- Fizjoterapeuci specjalizujący się w bólu przewlekłym
- Psychologowie sportu i trenerzy mentalni
- Praktycy somatic experiencing i metod ciała-umysłu

### Minimalna liczba uczestników

6

### Maksymalna liczba uczestników

10

### Data zakończenia rekrutacji

31-08-2026

### Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

### 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

Pogłębienie kompetencji praktyków HRV biofeedbacku w pracy z konkretnymi populacjami klinicznymi. Po szkoleniu uczestnik projektuje pełne protokoły lecznicze HRV dla zaburzeń lękowych (lęk uogólniony, napady paniki), traumy i PTSD, bólu przewlekłego (fibromialgia, IBS, ból kręgosłupa), nadciśnienia, astmy oraz dla optymalizacji wydajności sportowej i poznawczej. Szkolenie integruje wiedzę o HRV z teorią poliwalgalną, neurobiofeedbackiem i tVNS. Wymaga ukończenia kursu podstawowego HRV (#33).

## Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p><b>WIEDZA</b> · Po szkoleniu uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Omawia szczegółowe protokoły HRV dla głównych jednostek klinicznych</li><li>• Zna ewidencję naukową dla każdego wskazania (metaanalizy 2015–2024)</li><li>• Rozumie integrację HRV z teorią poliwalną w pracy z traumą</li><li>• Wymienia kryteria oceny postępu i kryteria zakończenia treningu</li><li>• Omawia różnice w protokołach dla zdrowej populacji (sportowcy, biznes) vs klinicznej</li><li>• Zna techniki integracji HRV z neurobiofeedbackiem (sesja zintegrowana)</li></ul> <p><b>UMIĘJĘTNOŚCI</b> · Po szkoleniu uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Projektuje pełny plan leczenia HRV biofeedback dla lęku uogólnionego (20–40 sesji)</li><li>• Stosuje protokół HRV w pracy z PTSD zintegrowany z EMDR lub psychoterapią traumy</li><li>• Prowadzi sesję HRV dla pacjenta z fibromialgią lub IBS</li><li>• Projektuje protokół HRV dla pacjenta z nadciśnieniem (HRV jako element niefarmakologicznego leczenia)</li><li>• Stosuje HRV w optymalizacji wydajności sportowej (recovery monitoring, periodyzacja treningu)</li><li>• Łączy HRV biofeedback z neurobiofeedbackiem w jednej sesji</li><li>• Komunikuje wyniki HRV pacjentowi i lekarzowi prowadzącemu</li></ul> <p><b>KOMPETENCJE SPOŁECZNE</b> · Po szkoleniu uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Wykazuje rzetelność w stosowaniu HRV zgodnie z evidence-based</li><li>• Promuje świadomość ograniczeń metody (HRV jest narzędziem, nie cudownym lekarstwem)</li><li>• Modeluje współpracę z lekarzem prowadzącym i innymi specjalistami</li></ul>	<p><b>WIEDZA</b> · Po szkoleniu uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Omawia szczegółowe protokoły HRV dla głównych jednostek klinicznych</li><li>• Zna ewidencję naukową dla każdego wskazania (metaanalizy 2015–2024)</li><li>• Rozumie integrację HRV z teorią poliwalną w pracy z traumą</li><li>• Wymienia kryteria oceny postępu i kryteria zakończenia treningu</li><li>• Omawia różnice w protokołach dla zdrowej populacji (sportowcy, biznes) vs klinicznej</li><li>• Zna techniki integracji HRV z neurobiofeedbackiem (sesja zintegrowana)</li></ul>	<p>Test teoretyczny</p>

## 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

<b>Dzień 1 · 9:00–10:30</b>	HRV w lęku uogólnionym i napadach paniki – protokół, ewidencja
<b>Dzień 1 · 10:45–12:15</b>	HRV w PTSD i traumie – integracja z teorią poliwalgalną i EMDR
<b>Dzień 1 · 13:00–14:30</b>	Praktyka pełnej sesji HRV w protokole lękowym
<b>Dzień 1 · 14:45–17:00</b>	HRV w bólu przewlekłym – fibromialgia, IBS, ból kręgosłupa
<b>Dzień 2 · 9:00–10:30</b>	HRV w nadciśnieniu – element niefarmakologicznego leczenia
<b>Dzień 2 · 10:45–12:15</b>	HRV w astmie i POChP
<b>Dzień 2 · 13:00–14:30</b>	HRV w optymalizacji wydajności sportowej – recovery monitoring
<b>Dzień 2 · 14:45–16:00</b>	Sesja zintegrowana HRV + neurobiofeedback. Praktyka
<b>Dzień 2 · 16:00–16:30</b>	Trudne przypadki – brak postępu, nieregularny rytm zatokowy
<b>Dzień 2 · 16:30–17:00</b>	Walidacja efektów uczenia się

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 16

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 16 HRV w lęku uogólnionym i napadach paniki – protokół, ewidencja	Zajęcia	Katarzyna Bodziony	01-09-2026	09:00	10:30	01:30
2 z 16 -	Przerwa	-	01-09-2026	10:30	10:45	00:15
3 z 16 HRV w PTSD i traumie – integracja z teorią poliwalną i EMDR	Zajęcia	Katarzyna Bodziony	01-09-2026	10:45	12:15	01:30
4 z 16 -	Przerwa	-	01-09-2026	12:15	13:00	00:45
5 z 16 Praktyka pełnej sesji HRV w protokole lękowym	Zajęcia	Katarzyna Bodziony	01-09-2026	13:00	14:30	01:30
6 z 16 -	Przerwa	-	01-09-2026	14:30	14:45	00:15
7 z 16 HRV w bólu przewlekłym – fibromialgia, IBS, ból kręgosłupa	Zajęcia	Katarzyna Bodziony	01-09-2026	14:45	17:00	02:15
8 z 16 HRV w nadciśnieniu – element niefarmakologicznego leczenia	Zajęcia	Katarzyna Bodziony	02-09-2026	09:00	10:30	01:30
9 z 16 -	Przerwa	-	02-09-2026	10:30	10:45	00:15
10 z 16 HRV w astmie i POChP	Zajęcia	Katarzyna Bodziony	02-09-2026	10:45	12:15	01:30
11 z 16 -	Przerwa	-	02-09-2026	12:15	13:00	00:45

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>12 z 16</b> HRV w optymalizacji wydajności sportowej – recovery monitoring	Zajęcia	Katarzyna Bodziony	02-09-2026	13:00	14:30	01:30
<b>13 z 16</b> -	Przerwa	-	02-09-2026	14:30	14:45	00:15
<b>14 z 16</b> Sesja zintegrowana HRV + neurobiofeed back. Praktyka	Zajęcia	Katarzyna Bodziony	02-09-2026	14:45	16:00	01:15
<b>15 z 16</b> Trudne przypadki – brak postępu, nieregularny rytm zatokowy	Zajęcia	Katarzyna Bodziony	02-09-2026	16:00	16:30	00:30
<b>16 z 16</b> -	Walidacja	-	02-09-2026	16:30	17:00	00:30

## Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	16:00
w tym suma godzin zajęć	13:00
w tym suma godzin walidacji	00:30
w tym suma przerw	02:30
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	18:00

## Cennik

**Jeżeli korzystasz z dofinansowania w wysokości co najmniej 70% przysługuje Tobie zwolnienie z podatku VAT**

## Cennik

Rodzaj ceny	Cena
-------------	------

Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 936,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 200,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	246,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	200,00 PLN

## Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	16:00

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Katarzyna Bodziony

Psycholog Biznesu. Psychotraumatolog  
Specjalistka terapii traumy i uzależnień behawioralnych. Specjalistka terapii Biofeedback, tDCS, szkoleniowiec  
Doświadczenie zawodowe:  
Sektor biznesowy  
Konsultacje dla korporacji z listy Fortune 500  
Rozwój programów wellbeingowych dla startupów technologicznych  
Szkolenia menedżerów w zakresie zarządzania stresem pourazowym zespołów  
Placówki terapeutyczne  
Terapeuta w ośrodkach leczenia uzależnień behawioralnych (m.in. "Nowa Ścieżka", "Centrum Balance")  
Koordynator programów terapeutycznych w klinice traumy "Przystań"  
Konsultant merytoryczny dla prywatnych klinik psychiatrycznych

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

- Skrypt szkoleniowy z protokołami klinicznymi HRV (PDF, ok. 120 stron)
- Pakiet narzędzi psychometrycznych specyficznych dla każdego wskazania
- Atlas HRV w stanach klinicznych
- Szablony dokumentacji dla 8 głównych protokołów klinicznych
- Bibliografia kluczowych metaanaliz
- Dostęp do platformy psyvera.pl z nagraniami sesji (180 dni)
- Certyfikat ukończenia szkolenia zaawansowanego HRV biofeedback (poziom II)

## Warunki uczestnictwa

Wymagane: ukończony kurs podstawowy HRV biofeedback (poziom I) LUB udokumentowane minimum 50 godzin praktyki klinicznej HRV.  
Wymagane wykształcenie kierunkowe.

## Adres

Kraków 40/1  
20-018 Kraków  
woj. małopolskie

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Laboratorium komputerowe

## Kontakt



**PAULINA GARBACZ**

**E-mail** [centrumleczenianowytarg@gmail.com](mailto:centrumleczenianowytarg@gmail.com)

**Telefon** (+48) 577 730 077