



Penelope Akademia
Wizerunku Mirosław
Rzeszut

★★★★★ 5,0 / 5
6 ocen

Kurs Dźwiękoterapii

Numer usługi 2026/05/17/181837/3564665

📍 Szczecin

🏠 Usługa szkoleniowa

📅 stacjonarna

👤 Zajęcia indywidualne

🕒 12:00 h

📅 10.11.2026 do 11.11.2026

4 329,60 PLN brutto

3 520,00 PLN netto

360,80 PLN brutto/h

293,33 PLN netto/h

583,33 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

Identyfikatory projektów

Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe

Grupa docelowa usługi

Usługa skierowana jest do osób dorosłych zainteresowanych zdobyciem wiedzy i umiejętności z zakresu dźwiękoterapii oraz wykorzystania instrumentów terapeutycznych w pracy indywidualnej i grupowej.

W szczególności kurs adresowany jest do:

- osób pracujących w branży wellness, spa, masażu i terapii manualnych,
- trenerów rozwoju osobistego, instruktorów relaksacji i medytacji,
- pedagogów, opiekunów i osób pracujących z grupami,
- osób planujących rozszerzenie oferty swoich usług o elementy pracy z dźwiękiem,
- osób przygotowujących się do rozpoczęcia działalności w obszarze pracy z ciałem i relaksacją,
- osób zainteresowanych rozwojem kompetencji w zakresie technik redukcji stresu i regulacji napięcia.
 - Uczestnikiem kursu może być osoba pełnoletnia, nie jest wymagane wcześniejsze doświadczenie w pracy terapeutycznej.

Usługa rozwojowa adresowana również dla Uczestników projektu "Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe"

Terminy kursu ustalamy indywidualnie

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

1

Data zakończenia rekrutacji	03-11-2026
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

Celem kursu jest przygotowanie uczestnika do samodzielnego i bezpiecznego prowadzenia sesji dźwiękoterapii z wykorzystaniem mis terapeutycznych oraz innych instrumentów wibracyjnych poprzez zdobycie wiedzy z zakresu podstaw akustyki, mechanizmu działania rezonansu i wpływu dźwięku na organizm, rozwinięcie umiejętności budowania struktury sesji oraz kształtowanie odpowiedzialnej postawy terapeutycznej zgodnej z zasadami etyki i bezpieczeństwa pracy.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje historię i założenia dźwiękoterapii.	Wskazuje główne nurty i podstawowe cele terapii dźwiękiem.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Wyjaśnia mechanizm działania rezonansu w pracy terapeutycznej.	Opisuje wpływ wibracji na ciało i układ nerwowy.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Omawia podstawy akustyki w praktyce terapeutycznej.	Definiuje pojęcia: częstotliwość, amplituda, harmonia.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Rozróżnia instrumenty wykorzystywane w dźwiękoterapii.	Wskazuje zastosowanie mis, gongów i dzwonków terapeutycznych.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Omawia zasady bezpieczeństwa i przeciwwskazania do pracy z dźwiękiem.	Wskazuje sytuacje wymagające szczególnej ostrożności.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Opisuje strukturę sesji indywidualnej.	Wymienia etapy budowania sesji terapeutycznej.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Przygotowuje przestrzeń terapeutyczną.	Organizuje miejsce pracy zgodnie z zasadami bezpieczeństwa i komfortu klienta.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wydobywa dźwięk z mis terapeutycznych różnymi technikami.	Stosuje technikę uderzenia i pocierania z kontrolą intensywności.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Ustawia misy na ciele i wokół ciała klienta.	Rozmieszcza instrumenty zgodnie z zasadami bezpieczeństwa.	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Buduje podstawową sekwencję relaksacyjną.	Tworzy spójną sekwencję z uwzględnieniem rytmu i ciszy.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Reguluje intensywność i czas stymulacji dźwiękiem.	Dostosowuje siłę i tempo gry do reakcji klienta.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Przeprowadza wywiad z klientem przed sesją.	Zadaje pytania dotyczące samopoczucia i przeciwwskazań.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Prowadzi pełną sesję terapeutyczną.	Realizuje sesję zgodnie ze strukturą: wprowadzenie – część główna – wyciszenie.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Tworzy autorski protokół terapeutyczny.	Opracowuje sekwencję dostosowaną do określonego celu (np. redukcja stresu).	Obserwacja w warunkach symulowanych
Buduje bezpieczną relację terapeutyczną.	Komunikuje się w sposób spokojny i wspierający.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Przestrzega zasad etyki zawodowej.	Zachowuje poufność informacji uzyskanych podczas wywiadu.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Reaguje adekwatnie na reakcje klienta podczas sesji.	Dostosowuje przebieg sesji do zgłaszanego dyskomfortu.	Obserwacja w warunkach symulowanych

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

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

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyrażnie 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 wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Podstawy dźwiękoterapii i praca z instrumentem

1. Wprowadzenie do dźwiękoterapii
 - Historia i założenia terapii dźwiękiem
 - Mechanizm działania rezonansu
 - Wpływ wibracji na ciało i układ nerwowy
2. Podstawy akustyki w praktyce terapeutycznej
 - Częstotliwość, amplituda, harmonia
 - Oddziaływanie fal dźwiękowych na organizm
 - Bezpieczeństwo pracy z dźwiękiem
3. Instrumentarium terapeutyczne
 - Misy terapeutyczne (tybetańskie i inne)
 - Pałki, gongi, dzwonki, instrumenty pomocnicze
 - Dobór i jakość instrumentów
4. Techniki wydobywania dźwięku
 - Uderzenie, pocieranie, modulacja
 - Kontrola intensywności
 - Praca z rytmem i ciszą
5. Praktyka
 - Ustawienie mis na ciele
 - Podstawowe sekwencje relaksacyjne
 - Praca w parach

Budowanie sesji terapeutycznej i integracja technik

1. Struktura sesji indywidualnej
 - Wywiad z klientem
 - Przygotowanie przestrzeni terapeutycznej
 - Budowanie przebiegu sesji krok po kroku
2. Praca z ciałem
 - Ustawienie mis na ciele i wokół ciała
 - Sekwencje regulujące napięcia
 - Wspieranie relaksacji i regeneracji
3. Regulacja układu nerwowego
 - Dźwięk a stres
 - Dźwięk a koncentracja i wyciszenie
 - Reakcje klienta podczas sesji
4. Etyka i bezpieczeństwo pracy
 - Wskazania i przeciwwskazania
 - Praca z osobami wrażliwymi
 - Odpowiedzialność terapeuty
5. Tworzenie autorskich protokołów
 - Łączenie dźwiękoterapii z masażem lub pracą manualną
 - Prowadzenie sesji grupowych
 - Wprowadzanie usługi do oferty zawodowej
6. Podsumowanie i praktyka końcowa
 - Pełna sesja terapeutyczna
 - Omówienie doświadczeń
 - Wręczenie certyfikatów ukończenia kursu

Walidacja

- Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
- Obserwacja w warunkach symulowanych

16 godzin szkoleniowych (2 dni)

Podział:

- Teoria – 4 godziny
- Praktyka – 12 godzin

WARUNKI ORGANIZACYJNE

- Minimalna liczba uczestników: 1
- Maksymalna liczba uczestników: 4
- Praca w parach podczas części praktycznej
- Każdy uczestnik ma dostęp do:
 - minimum 2–3 mis terapeutycznych
 - pałek i podkładek
 - maty/materaca terapeutycznego
- Sala dostosowana do pracy relaksacyjnej (cisza, odpowiednia przestrzeń)
- Zapewnione materiały szkoleniowe

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 9

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 9 Historia i założenia dźwiękoterapii i Mechanizm rezonansu Podstawy akustyki Bezpieczeństwo pracy	Zajęcia	ANITA KOBIERSKA	10-11-2026	09:00	10:30	01:30
2 z 9 Instrumentarium terapeutyczne Techniki wydobywania dźwięku Ustawienie mis na ciele Praca w parach Podstawowe sekwencje relaksacyjne	Zajęcia	ANITA KOBIERSKA	10-11-2026	10:30	12:00	01:30
3 z 9 -	Przerwa	-	10-11-2026	12:00	13:00	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
4 z 9 Instrumentarium terapeutyczne Techniki wydobywania dźwięku Ustawienie mis na ciele Praca w parach Podstawowe sekwencje relaksacyjne	Zajęcia	ANITA KOBIERSKA	10-11-2026	13:00	15:00	02:00
5 z 9 Struktura sesji Wskazania i przeciwwskazania Etyka pracy Tworzenie protokołów	Zajęcia	ANITA KOBIERSKA	11-11-2026	09:00	10:30	01:30
6 z 9 Budowanie pełnej sesji Regulacja układu nerwowego Sesje indywidualne pod pod nadzorem instruktora Omówienie doświadczeń	Zajęcia	ANITA KOBIERSKA	11-11-2026	10:30	12:00	01:30
7 z 9 -	Przerwa	-	11-11-2026	12:00	13:00	01:00
8 z 9 Budowanie pełnej sesji Regulacja układu nerwowego Sesje indywidualne pod pod nadzorem instruktora Omówienie doświadczeń	Zajęcia	ANITA KOBIERSKA	11-11-2026	13:00	14:15	01:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
9 z 9 -	Walidacja	-	11-11-2026	14:15	15:00	00:45

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	12:00
w tym suma godzin zajęć	09:15
w tym suma godzin walidacji	00:45
w tym suma przerw	02:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	13:15

Cennik

Jeżeli korzystasz z dofinansowania i usługa stanowi usługę kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego wraz z usługą lub dostawą towarów ściśle związaną z usługami kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego to możesz mieć możliwość skorzystania za zwolnienia z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c ustawy z dnia 11 marca 2024 r. o podatku od towarów i usług, jeśli usługa w całości jest finansowana ze środków publicznych lub § 3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień w przypadku, gdy usługa jest finansowana w co najmniej 70% ze środków publicznych.

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	4 329,60 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 520,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	360,80 PLN
Koszt osobogodziny netto	293,33 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
---------------	---------------

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

ANITA KOBIERSKA

Wieloletnie Doświadczenie i Ekspertyza

Instruktor Qigong i Tańca Intuicyjnego

Pomagam ludziom odnajdywać harmonię poprzez pracę z ciałem i umysłem.

Certyfikowany Instruktor i Specjalistka

Posiadam doświadczenie w prowadzeniu kursów z masażu orientalnych, takich jak Shiatsu i masaż dźwiękiem mis tybetańskich.

Tworzenie Autorskich Kursów

Opracowuję certyfikowane kursy zawodowe, które są dostosowane do potrzeb rynku i uczestników.

Prelegentka na Wydarzeniach

Regularnie występuję na konferencjach dotyczących terapii holistycznych i rozwoju osobistego.

Unikalne Warsztaty i Szkolenia

Prowadzę warsztaty z terapii dźwiękiem, technik oddechowych i Feng Shui.

Ekspertka w Technikach Relaksacyjnych

Specjalizuję się w technikach, które wspierają równowagę emocjonalną i spokój.

Twórczyni Artystycznych Warsztatów

Łączę sztukę i terapię, oferując wyjątkowe doświadczenia rozwojowe.

Ciągłe Doskonalenie

Regularnie uczestniczę w szkoleniach, aby być na bieżąco z nowościami w terapii holistycznej.

Zajęcia dla Wszystkich Grup Wiekowych

Prowadzę dostosowane warsztaty dla dzieci, młodzieży i dorosłych.

Doceniana przez Klientów

Moja praca jest wysoko oceniana; klienci często wracają i polecają mnie innym.

Bezpieczna i Wspierająca Przestrzeń

Tworzę atmosferę, w której każdy uczestnik może rozwijać się w komfortowych warunkach.

Publikacje i Edukacja

Dzielę się swoją wiedzą poprzez artykuły i posty, promując holistyczne podejście do zdrowia.

Prowadzenie Grup i Praca z Ciałem

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

1. Zasoby i Narzędzia

- Zapewniamy wszystkie niezbędne produkty oraz narzędzia do pracy, aby uczestnicy mogli skupić się na nauce.

2. Materiały Szkoleniowe

- Otrzymasz konspekt wiedzy na własność, który będzie pomocny w dalszym kształceniu.

3. Modelki do Praktyki

- W miarę możliwości zapewniamy modelki do ćwiczeń, ale uczestnicy mogą również zaangażować rodzinę lub znajomych.

4. Certyfikaty

- Po zakończeniu kursu każdy uczestnik otrzymuje:
 - Certyfikat w języku polskim i angielskim.

- Zaświadczenie ukończenia kursu.

5. Wsparcie Po Szkoleniu

- Po zakończeniu szkolenia oferujemy porady oraz konsultacje, aby wspierać dalszy rozwój umiejętności.

Dzięki tym elementom kurs staje się kompleksowym doświadczeniem, które nie tylko dostarcza wiedzy, ale także wspiera uczestników w ich dalszej karierze zawodowej. Jeśli masz dodatkowe pytania lub potrzebujesz więcej informacji, daj znać! ?

Informacje dodatkowe

Zawarto umowę z Wojewódzki Urząd Pracy w Szczecinie na świadczenie usług rozwojowych z wykorzystaniem elektronicznych bonów szkoleniowych w ramach projektu Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe

Termin kursu ustalamy indywidualnie

Adres

ul. Henryka Sienkiewicza 6

71-311 Szczecin

woj. zachodniopomorskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



Grażyna Kobierska

E-mail info@penelope.edu.pl

Telefon (+48) 505 089 671