

Biofeedback

Szkolenie podstawowe

Dziewięć modułów, które zmieniają sposób, w jaki patrzysz na sygnał, na klienta i na własną pracę.

• 9 modułów • Quiz po każdym module • Własne tempo • W całości on-line

Biofeedback wygląda na technologię. W rzeczywistości jest przede wszystkim sposobem myślenia — i właśnie tego tu uczymy. Nie dostaniesz gotowych przepisów do „odklikania”. Dostaniesz coś trwalszego: sposób patrzenia na proces, po którym przestajesz zgadywać, a zaczynasz rozumieć, co naprawdę dzieje się na ekranie i w kliencie.

MODUŁ 0 7 LEKCJI

Orientacja

Wielu zaczyna naukę od pytania, który przycisk nacisnąć. My zaczynamy od czegoś wcześniejszego — od sposobu patrzenia na całą sesję. To pozornie drobna zmiana, ale to ona decyduje, czy w ogóle zauważysz to, co istotne. Bez niej reszta szkolenia byłaby tylko zbiorem technik.

To, od czego zaczynamy, zostaje z tobą na każdą kolejną sesję.

MODUŁ 1 5 LEKCJI

Układ nerwowy i regulacja

Spokój i regulacja brzmią podobnie, ale to nie to samo — a ich pomylenie potrafi po cichu sabotować cały trening. Zanim zaczniemy mówić o sprzęcie, przyglądamy się temu, co naprawdę dzieje się w organizmie, gdy „się uspokaja”. Czasem okazuje się, że to wcale nie był postęp.

Nie każde uspokojenie jest dobrą wiadomością.

MODUŁ 2 4 LEKCJE

Fundamenty biofeedbacku

Jest jedno proste pytanie, na które warto umieć odpowiedzieć, zanim ustawi się jakikolwiek trening: co właściwie wzmacniamy? Brzmi oczywiście — dopóki nie spróbujesz odpowiedzieć konkretnie. Ten moduł sprawia, że odpowiedź przestaje być mglista, a trening zyskuje wyraźny cel.

Dobry trening zaczyna się od jednego pytania.

MODUŁ 3 6 LEKCJI

Czytanie sygnału

Wykres bywa mylący. Ruch, napięcie mięśni, jedno mrugnięcie albo źle podpięta elektroda potrafią udawać dane biologiczne tak przekonująco, że łatwo dać się nabrać. Uczymy zdrowej podejrzliwości — odróżniania prawdziwego sygnału od tego, co tylko tak wygląda. To umiejętność, która zmienia wszystko, co dzieje się później.

Zanim uwierzysz wykresowi, sprawdź, czy nie mówi przez niego artefakt.

MODUŁ 4 5 LEKCJI

Decyzje kliniczne

Dwoje klientów może zgłaszać ten sam objaw i potrzebować zupełnie różnych planów. Bo „lęk” czy „brak koncentracji” to dopiero początek pytania, nie odpowiedź. Pod spodem zawsze kryje się jakiś mechanizm — i to on, a nie nazwa objawu, wyznacza kierunek pracy.

Objaw to wskazówka. Mechanizm to mapa.

MODUŁ 5 6 LEKCJI

Planowanie treningu

Skąd właściwie wiadomo, co trenować? Nie z ulubionego protokołu i nie z tabelki z „gotowcami”. Istnieje droga od objawu, przez hipotezę, do konkretnej decyzji — uporządkowana i zaskakująco klarowna, gdy raz się ją zobaczy. Pokazujemy, jak nią przejść krok po kroku.

Hipoteza to latarka, nie pieczętka.

Prowadzenie sesji

Tu zaczyna się prawdziwy warsztat. Co zrobić, gdy klient się frustruje albo sygnał nagle wariuje? Kiedy warto mówić, a kiedy lepiej zamilknąć? To rzeczy, których nie znajdziesz w instrukcji do sprzętu, a które najczęściej decydują o jakości sesji.

Czasem cisza terapeuty pracuje lepiej niż słowa.

Zakończenie i ocena procesu

Jak rozpoznać, że trening rzeczywiście działa — a nie tylko „dziś ładnie wyszło”? Między wrażeniem a wnioskiem jest spora różnica, i właśnie ona decyduje, czy warto iść dalej, czy zmienić kurs. Uczymy patrzeć na proces spokojnie i w dłuższej perspektywie.

Trend jest cierpliwszy i mądrzejszy niż pojedynczy wynik.

Bezpieczeństwo i etyka

Są granice, których dobry terapeuta świadomie nie przekracza. Ten moduł — o tym, czego nie robić i kiedy powiedzieć „stop” — bywa ważniejszy niż niejedna technika. Profesjonalizm to także spokojna wiedza o własnych ograniczeniach.

Największy błąd to pewność większa niż dane.

Wszystko w jednym obrazie

Na końcu poszczególne moduły zaskakują na miejsce i układają się w jedną mapę pracy z klientem. To do niej wracasz, gdy sytuacja w gabinecie się komplikuje, a oczywiste odpowiedzi się kończą. Wtedy okazuje się, jak wiele dawało wcześniejsze poukładanie.

Dopiero całość pokazuje, po co był każdy element.

Zacznij szkolenie podstawowe

Naucz się biofeedbacku tak, jak się go realnie używa — od myślenia, nie od klikania protokołu.

- **W całości on-line**

Wchodzisz, kiedy masz głowę do nauki. Bez dojazdów i sztywnych terminów.

- **Własne tempo**

Przechodzisz po kolei albo wracasz do wybranego modułu. Bez wyścigu.

- **Quiz po każdym module**

Krótkie sprawdzenie, czy materiał siedzi, zanim wejdiesz głębiej.

<https://bioexplorer.pl/>

Pytania o program: szkolenia@profeedback.pl · tel. +48 792 508 067

Centrum Rozwoju Biofeedback