

**Beata Marciniak**

**tel. 508-341-607**

**Praktyk TRE I i II poziomu**

**Złotów, wielkopolska**



Zawsze czułam, że tylko całościowe podejście do człowieka, ciało, umysł, duch, może mieć na niego dobroczynny wpływ. Zachodzące na każdym z tych poziomów zmiany mogą doprowadzić cały jego system do pożądanego stanu harmonii. Zgłębianie wiedzy w tym kierunku zaczęłam od poznawania ajurwedy i jogi, wybranych zagadnień psychologii, totalnej biologii, tańca improwizacji, medycyny chińskiej i qi gong, pracy z oddechem, od uczestniczenia w szkoleniach oraz wprowadzania zdobytej na nich wiedzy w życie. I tak z każdym rokiem czułam się coraz zdrowsza i silniejsza. Szybko zauważyłam, że zdrowie fizyczne ma bardzo silne powiązanie ze stanem psychicznym. Dzięki poczynionym obserwacjom, poprzez pracę z ciałem i emocjami powoli otwierał się przede mną świat nowych możliwości. Nadal więc szkole się w dziedzinach, które dają mi odpowiedzi na nurtujące mnie pytania i które dały uwolnienie od życia w dyskomforcie.

Jedną z takich pasji jest TRE. Zachwyciło mnie ono swoją prostą formą a zarazem wielkimi możliwościami. Pokłoniłam się wtedy raz jeszcze nisko przed mądrością ciała. Jego mechanizmy samoregulacji urzekły mnie. Cenne dla mnie było przede wszystkim to, że oprócz pracy z terapeutą, TRE nadaje się też do samodzielnej pracy z dawnymi problemami i traumami w domowym zaciszu oraz do używania go jako metody pierwszej pomocy / np. po bardzo stresującej sytuacji/. Efekty terapeutyczne TRE przeszły moje najśmielsze oczekiwania. Utwierdziły mnie w przekonaniu, iż bez bezpośredniej pracy z ciałem, bez uwolnienia napięć w nim uwięzionych, uzyskanie stanu balansu nie jest możliwe. Dlatego też szkoliłam się w TRE, by osiąść wiedzę, umiejętności i doświadczenie potrzebne do tego, by odpowiedzialnie i profesjonalnie dzielić się tą metodą z innymi ludźmi, dążącymi do odczuwania wewnętrznej harmonii, dialogu z własnym ciałem oraz przyjemnego uczestniczenia w byciu „tu i teraz”. Towarzyszenie ludziom w ich własnej drodze do „wolności” zawsze będzie dla mnie wyróżnieniem.

## **Droga zawodowa i samorozwoju**

- absolwentka Państwowej Szkoły Muzycznej I stopnia w Złotowie
- absolwentka UAM w Poznaniu, wydział Nauk Społecznych, mgr kulturoznawstwa
- UAM Poznań, instruktor do spraw teatru
- **Certyfikat praktyka TRE I poziomu / Wałcz 2014 r. /**
- **zaawansowana superwizja TRE z dr Melanie Salmon - dziecięca trauma, praca z dziećmi / Warszawa, IX 2014 r./**
- **Certyfikat praktyka TRE II poziomu / Wałcz IX 2015 r. /**
- **zaawansowana superwizja z dr Davidem Bercelem / Warszawa, IX 2015 r. /**
- Warsztaty w zakresie „ Szkolenia i doradztwo dla kadr zarządzających i dla pracowników” / Coaching jako narzędzie motywacji i rozwoju, Trening antystresowy, Skuteczne strategie zarządzanie zespołem / Złotów, VII 2010 – III 2011 r. /
- Lata 2005-2009 – **praktyka jogi**, nauczyciele: Jerzy Jagucki, Maria Stróżyk, Wiktor Morgulec, Iza Pilecka i inni ; Joga, ajurweda i gotowanie wg pięciu przemian / Kawkowo 2007 r./; Ajurweda i joga – dr Partap Chauhan / Bobolin 2008 r./, Wakacje z jogą / Ustronie Morskie/; Lato z jogą / Pogorzelica/
- **Praktyk tańca improwizacyjnego** „ 5 Rytmów”, tańca relacji, medytacji w ruchu wg OSHO warsztaty / Gdańsk, Warszawa, Poznań, Gąski / i praca własna
- Szkolenie w metodzie **Recall Healing** – I – III stopień / 2008-2010 r./; szkolenie Recall Healing „Symbolika w życiu i w snach” - / Katowice 2010 r. /
- **Medycyna chińska** – podstawy – dr Wiesława Stopińska / Darłówko 2009 r./; szkolenie z zakresu dietetyki wg TCM, dr Agnieszka Krzemińska / Gdańsk 2012 r./; warsztaty dietetyki wg TCM, prowadząca Jolanta Helwing / Poznań 2013 r./
- Dyplom **Refleksologa** twarzy i głowy /Polski Instytut Refleksologii, Warszawa II 2014 r./; certyfikat refleksologa stóp wg metody Ingham / I i II stopień - PIR, Warszawa 2012 r./; warsztaty szkoleniowe refleksologów „ Stres, fizjologia stresu, konsekwencje, sposoby likwidowania przez pracę na stopach, twarzy i głowie” / Warszawa IV 2014 r. /
- **Łagodna Bioenergetyka** wg dr Evy Reich - szkolenie / certyfikat Gentle Bioenergetics Institute, prowadzący Richard Overly, USA / Kików 2014 r./
- **Terapia meridianowo - akupunkturowa** w nurcie Tradycyjnej Medycyny Chińskiej / Instytut TAO w Eching, Niemcy / Kraków, V 2014 - VI. 2015 r. /
- w szkoleniu na psychoterapeutę pracy z ciałem w szkole psychoterapii w nurcie **Analizy Bioenergetycznej Alexandra Lowena**

coraz bardziej spełniona kobieta, żona i matka