



## **Beata Marciniak**

Złotów, wielkopolska

Trenerka TRE® I i II poziomu

Tel.: 508-341-607

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 szkoleń 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”. Towarzystwo 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 /Walczyk 2014 r. /*
- *Zaawansowana superwizja TRE® z dr Melanie Salmon - dziecięca trauma, praca z dziećmi /Warszawa, IX 2014 r. /*
- *Certyfikat praktyka TRE® II poziomu /Walczyk XI 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 2011r. /
- 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 2008r./ 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 /Dartłówek 2009 r. /; szkolenie z zakresu dietetyki wg TCM, dr Agnieszka Krzemińska /Gdańsk 2012 r. /; warsztaty dietetyki wg TCM, prowadząca Jolanta Helwing /Poznań 2013r. /
- 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. /
- Obecnie w trakcie szkolenia na psychoterapeutę pracy z ciałem w szkole psychoterapii w nurcie Analizy Bioenergetycznej Alexandra Lowena.

coraz bardziej spełniona kobieta, żona i matka