

## CERTYFIKAT

Pani Adrianna Mycka-Sobieraj


uzyskała tytuł

# Trener Metod Relaksacyjnych dla Dzieci

zagadnienia:

- wprowadzenie do relaksacji – cele, założenia teoretyczne, podstawy biomedyczne,
- rodzaje technik relaksacyjnych,
- wskazania do zastosowania technik relaksacyjnych w pracy terapeutycznej,
- wybrane metody relaksacyjne: metody oddechowe, twórcza wizualizacja, metoda Jacobsona i Wintreberta, Mruczący kotek  
- czyli pięciostopniowa metoda relaksacji dla przedszkolaków dziecięce masażyki, bajkoterapia.

455/03/2021  
nr certyfikatu

Michalina Calus  
  
Koordynator ds. szkoleń  
NPDN Studio Psychologiczne  
podpis organizatora