

# Ścieżka kształcenia praktyków Ajurwedy w Polsce

## ZAKRES PROGRAMU KSZTAŁCENIA PRAKTYKA PANCHAKARMY

Wymagania:	
Ilość godzin nauk i praktyki:	650 h
Zakres wiedzy	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pełna diagnoza ajurwedyjska na trzech poziomach</li><li>• Diagnoza z języka</li><li>• Diagnoza z pulsu</li><li>• Diagnoza z moczu</li><li>• Wiedza w zakresie funkcjonowania, zaburzeń i przywracania równowagi:<ul style="list-style-type: none"><li>• Dosz i Subsosh</li><li>• 13 Agni</li><li>• Koszta</li><li>• 7 Dathu, Updhatu</li><li>• Malas</li><li>• 13 Strotas</li><li>• Antakarany</li></ul></li><li>• Diagnoza czynników zaburzających dosze i wpływających na guny</li><li>• Definiowanie dolegliwości i chorób w ujęciu zaburzeń poszczególnych dosz</li><li>• Znajomość poziomów chorób wg klasyfikacji ajurwedyjskiej</li><li>• Znajomość i umiejętność wykorzystania rytmów ajurwedyjskich (dinacharia i ritucharia)</li><li>• Znajomość wpływu czasu i pory roku, klimatu, wieku i stanu zdrowia na równowagę psych o-duchową</li><li>• Formułowanie zaleceń przywracających równowagę na trzech poziomach</li><li>• Znajomość zasad prowadzenia pogłębionej konsultacji Ajurwedyjskiej i prowadzenia klienta w długofalowej terapii ajurwedyjskiej</li><li>• Znajomość anatomii Ajurwedy i anatomii energetycznej Ajurwedy</li><li>• Znajomość koncepcji terapeutycznych i form zabiegów ajurwedyjskich</li><li>• Pełna znajomość zasad odżywiania wg Ajurwedy</li><li>• Znajomość i praktyka w terapii stylem życia według Ajurwedy</li><li>• Znajomość psychologii ajurwedyjskiej i umiejętność jej praktycznego wykorzystania w pracy terapeutycznej</li><li>• Znajomość ajurwedyjskiej anatomii energetycznej punktów witalnych (marma), kanałów energetycznych (nadhi) i ośrodków energetycznych (czakry)</li><li>• Znajomość podstawowych technik i sekwencji ruchów manualnych</li></ul>

## Ścieżka kształcenia praktyków Ajurwedy w Polsce

	<p>zabiegów Ajurwedy (w zabiegach olejowych, zabiegach suchych, zabiegach na punkty vitalne, kuracjach suchymi proszkami i parą)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Znajomość zastosowania, działania i ograniczeń różnych metod i narzędzi terapeutycznych (oleje, pudry, pasty) w zakresie swoich umiejętności</li><li>• Znajomość olejków bazowych stosowanych w zabiegach manualnych terapii ajurwedyjskiej i ich działanie na poszczególne dosze</li><li>• Znajomość repertuaru klasycznych manualnych zabiegów terapii ajurwedyjskiej i stosowania ich zgodnie z ich klasycznymi wskazaniami i odpowiednimi przeciwwskazaniami</li><li>• Znajomość sześciostopniowej klasyfikacji metod terapeutycznych (tarpana, apatarpana)</li><li>• Znajomość możliwych efektów działania poszczególnych ziół czy terapii i sposobów działania w takich przypadkach</li></ul>
Zakres umiejętności	<ul style="list-style-type: none"><li>• Umiejętność praktycznego wykorzystania psychologii ajurwedyjskiej w pracy terapeutycznej</li><li>• Umiejętność ustalania struktury osobowości typów konstytucji fizycznej i psychicznej</li><li>• Znajomość wzorców reakcji i blokady typu sprawiedliwy</li><li>• Patrzenie sercem i praca z tej perspektywy serca</li><li>• Umiejętność pracy z energią i stosowanie rozwiązań w pracy z ostonami ciała (Koszas)</li><li>• Umiejętności komunikacyjne i coaching w praktyce poradnictwa ajurwedyjskiego</li><li>• Umiejętność komunikacji dla klienta, który nie jest zaznajomiony z podstawami Ajurwedy ani z jej terminologią</li><li>• Umiejętność prowadzenia pogłębionego wywiadu - umiejętność zadawania pytań i nastawienie na słuchanie klienta</li><li>• Umiejętność określenia Sankalpy (intencji-celu) i motywacji klienta i sprawdzenie razem z nim ważności tego celu i siły motywacji</li><li>• Umiejętność planowania Planowanie strategii terapeutycznej na podstawie celów klienta uwzględnieniem wskazań i przeciwwskazań, zorientowane na proces i możliwości klienta, jego gotowość, otwartość i zaangażowanie w proces</li><li>• Wspieranie klienta poprzez zwiększenie samoświadomości i samopoznania</li><li>• Uczenie umiejętności zatrzymania, zauważania, obserwacji, rozumienia związków przyczynowo - skutkowych</li><li>• Umiejętność prowadzenia manualnych zabiegów ajurwedyjskich, w tym co najmniej:<ul style="list-style-type: none"><li>• Szirodhara</li><li>• Abhyanga</li><li>• Sveda</li></ul></li></ul>

## Ścieżka kształcenia praktyków Ajurwedy w Polsce

	<ul style="list-style-type: none"><li>• Udvarthana</li><li>• Nazja</li><li>• Kszirodhara</li><li>• Takradhara</li><li>• Zabiegi wasti</li><li>• Zabiegi basti</li><li>• Baszpa sveda</li><li>• Karna purana</li><li>• Dhumapana</li><li>• Netra tarpana i inne zabiegi netra,</li><li>• Piczu</li><li>• Agni karma</li><li>• Dżaluka Waczarana</li><li>• Wireczana</li><li>• Wamana</li><li>• Zabiegi praniczne, zabiegi energetyczne</li></ul> <ul style="list-style-type: none"><li>• Umiejętność monitorowania procesów terapeutycznych,</li><li>• Umiejętność oceny efektów poszczególnych terapii oraz reagowania na sytuacje odmienne od spodziewanych</li></ul> <p><u>PRAKTYKA:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 30 godzin prowadzenia konsultacji ajurwedyjskich</li><li>• 10 godzin superwizji</li><li>• 15 godzin praktyki zabiegów manualnych</li><li>• 15 przeprowadzonych całościowych Panchakarm pod nadzorem lekarza Ajurwedyjskiego</li></ul>
Zakres Umiejętności Budowania Relacji	<ul style="list-style-type: none"><li>• Aktywne słuchanie</li><li>• Zadawanie pytań otwartych</li><li>• Parafrazowanie</li><li>• Praktykowanie postawy Ja – OK i Ty- OK</li><li>• Profesjonalne udzielanie wrażliwych porad życiowych i wsparcia za pomocą metod terapii psychologicznej i duchowej Ajurwedy</li><li>• Stosowanie empatycznego podejścia - widzenia sercem</li><li>• Podstawowe wymagania coachingowe</li><li>• Zasady przekazywania feedbacku, z uwzględnieniem neuroróżnorodności</li></ul>
Potwierdzenie	<ul style="list-style-type: none"><li>• Certyfikat* potwierdzający ukończenie szkolenia i uzyskania tytułu Konsultanta Ajurwedyjskiego II, zakończonego egzaminem pisemnym i ustnym, wystawiony przez Lekarza Ajurwedyjskiego z tytułem BAMS lub MD</li><li>• Potwierdzenie - z programu szkoły- że co najmniej ¼ lekcji/wykładów prowadzona jest przez Lekarza Ajurwedy<ul style="list-style-type: none"><li>• Certyfikat* ukończenia szkolenia praktycznego w obszarze</li></ul></li></ul>

## Ścieżka kształcenia praktyków Ajurwedy w Polsce

---

	<p>poszczególnych zabiegów, masaży i terapii ajurwedyjskich wystawiony co najmniej przez Terapeutę Komplementarnego Ajurwedy</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Udokumentowana praktyka min 50 h praktyki wg złożonego wykazu, w tym 15 całościowych Panchakarm pod nadzorem lekarza Ajurwedyjskiego</li></ul>
<p>*Certyfikat w języku polskim lub angielskim (możliwe tłumaczenie przysięgte z innego języka na język polski lub angielski)</p>	