

Program szkoleniowy

Szkolenie Gua Sha – masaż Gua Sha – innowacyjne wykorzystanie tradycyjnej metody

Prowadząca: mgr Beata Kądziaława

Forma szkolenia: teoretyczno-praktyczna

Rodzaj szkolenia: szkolenie zawodowe / specjalistyczne

Cel szkolenia (zgodny z BUR i KFS)

Celem szkolenia jest podniesienie kwalifikacji zawodowych uczestników poprzez zdobycie wiedzy teoretycznej oraz praktycznych umiejętności w zakresie wykonywania masażu **Gua Sha** twarzy i szyi, z uwzględnieniem nowoczesnego, innowacyjnego podejścia do tradycyjnej techniki. Szkolenie przygotowuje do samodzielnego, bezpiecznego i świadomego stosowania masażu Gua Sha w pracy gabinetowej, zgodnie z aktualnymi standardami branży oraz ideą uczenia się przez całe życie, promowaną przez KFS i BUR.

Efekty uczenia się (wymagane przez BUR)

Wiedza

Uczestnik:

- zna historię, filozofię i założenia masażu Gua Sha,
- rozumie wpływ masażu Gua Sha na skórę, mięśnie i układ limfatyczny,
- zna wskazania i przeciwwskazania do zabiegu,
- zna zasady bezpieczeństwa i higieny pracy.

Umiejętności

Uczestnik:

- prawidłowo przygotowuje skórę i klienta do masażu Gua Sha,
- wykonuje masaż Gua Sha twarzy zgodnie z poprawną techniką i sekwencją,
- dobiera technikę, nacisk i tempo do indywidualnych potrzeb klienta,
- udziela zaleceń pozabiegowych i planuje serię zabiegów.

Kompetencje społeczne

Uczestnik:

- pracuje w sposób odpowiedzialny i etyczny,
 - dba o komfort, bezpieczeństwo i dobre samopoczucie klienta,
 - świadomie rozwija swoje kompetencje zawodowe.
-

Program szkolenia

Część teoretyczna

1. Wprowadzenie do masażu Gua Sha
 - pochodzenie i założenia tradycyjnej metody,
 - masaż Gua Sha w ujęciu nowoczesnej kosmetologii.
 2. Anatomia i fizjologia twarzy
 - budowa skóry twarzy,
 - mięśnie mimiczne,
 - układ krwionośny i limfatyczny.
 3. Działanie masażu Gua Sha
 - wpływ na skórę, napięcia mięśniowe i drenaż limfatyczny,
 - efekty estetyczne i terapeutyczne.
 4. Narzędzia i materiały
 - rodzaje płytek Gua Sha,
 - zasady doboru narzędzi do pracy.
 5. Wskazania i przeciwwskazania
 - kwalifikacja klienta do zabiegu,
 - bezpieczeństwo i możliwe reakcje skóry.
 6. Organizacja pracy i BHP
 - przygotowanie stanowiska pracy,
 - higiena i ergonomia pracy w gabinecie.
-

Część praktyczna

1. Przygotowanie do masażu
 - przygotowanie skóry klienta,
 - dobór kosmetyków i płytek Gua Sha.
2. Nauka podstawowych technik Gua Sha
 - techniki rozluźniające,
 - techniki drenujące,
 - techniki liftingujące i modelujące.
3. Sekwencja masażu Gua Sha twarzy
 - prawidłowa kolejność pracy,
 - tempo, kierunek i siła nacisku.
4. Praktyczne wykonywanie masażu
 - pokaz masażu wykonywany przez prowadzącą,
 - samodzielna praca uczestników pod nadzorem instruktora.
5. Analiza pracy uczestników
 - korekta techniki,
 - omówienie najczęstszych błędów i dobrych praktyk.
6. Zalecenia pozabiegowe
 - pielęgnacja domowa,
 - częstotliwość masażu,
 - łączenie Gua Sha z innymi zabiegami.

Metody szkoleniowe

- wykład tematyczny,
 - demonstracja masażu,
 - ćwiczenia praktyczne,
 - praca w parach,
 - konsultacje indywidualne.
-

Weryfikacja efektów uczenia się

- obserwacja pracy uczestników podczas części praktycznej,
 - ocena poprawności wykonywanych technik,
 - omówienie efektów z prowadzącą.
-

Uzasadnienie zgodności z KFS i BUR

Szkolenie:

- podnosi i aktualizuje kwalifikacje zawodowe uczestników,
- rozwija praktyczne umiejętności wymagane na rynku pracy,
- wspiera rozwój kompetencji zawodowych w branży kosmetycznej i wellness,
- realizuje założenia uczenia się przez całe życie (Lifelong Learning).