

# *Sylwia Kepa*

*holistyczna seksuolożka*

*pedagożka, edukatorka seksualna*

*czuła przewodniczka po świecie  
seksualności dla dzieci, młodzieży  
i dorosłych*

*mitośniczka idei pracy  
w kręgach*



# *Cześć!*

*Nazywam się Sylwia Kępa. Zajmuję się edukacją seksualną, praktykuję i promuję sekspozytywność\*, od lat zgłębiam tajniki przyjemności w kręgach kobiet, jako uczestniczka i jako trenerka.*

*Jestem aktywną pedagożką towarzyszącą dzieciom i młodzieży w dojrzewaniu, absolwentką kierunku seksuologia praktyczna na Uniwersytecie SWPS; ukończyłam także trening dla kobiet trzymających kręgi w obszarze seksualności w Sex & Love School, w której zespole miałam przyjemność rozwijać się kilka lat, wspierając kobiety w odkrywaniu i realizowaniu ich głębokich pragnień. Dzięki temu doświadczeniu sama odzyskałam czucie, przyjemność, orgazm i od tego czasu spełniam się jako kobieta, kochanka, a także przewodniczka po świecie seksualności.*

*Czerpię wiedzę i inspirację zarówno z najnowszych akademickich źródeł, jak i z tych starożytnych, jak tantra czy tao. Tantry uczę się od Zosi i Dawida Rzepeckich, a w zgłębianiu czułego i namiętnego partnerstwa towarzyszy mi mój mąż. W wolnych chwilach tworzymy wspólnie erotyczne amulety - znajdziesz nas na Facebooku i Instagramie jako Same Przyjemności.*

## *\* Co to jest sekspozytywność?*

*Sekspozytywność to przekonanie, że najważniejsze jest bezpieczeństwo, przyjemność i dobrostan osób, które angażują się (lub nie!) w konsensualne praktyki seksualne. To afirmowanie różnorodności i rezygnacja z oceniania innych ze względu na ich seksualność. To też możliwość wybierania swojej indywidualnej ścieżki seksualnej ekspresji.*

*Tę piękną definicję stworzyła Natalia Grubizna, [proseksualna.pl](http://proseksualna.pl)*

# ***Ścieżki kształcenia i doświadczenia***

## ***marzec 2018 - grudzień 2022 - Sex & Love School***

*platforma edukacyjna dla dorosłych kobiet, w której kilka lat zgłębiałam swoją seksualność podczas licznych kursów, treningów i laboratoriów w formule kręgowej, najpierw jako studentka, w kolejnych latach jako członkini zespołu wspierając inne studentki*

## ***lipiec 2018 - styczeń 2020 - Sex, Peace & Love Kobięce Kręgi u Karo Akabal***

*program rozwoju kompetencji osobistych w obszarze seksualności dla trenerek prowadzących spotkania w kręgu*

## ***czerwiec 2022 - Uniwersytecie SWPS***

*ukończenie studiów podyplomowych na kierunku seksuologia praktyczna z wynikiem bardzo dobrym, praca dyplomowa napisana pod kierunkiem dr Roberta Kowalczyka*

## ***maj 2022 - Europejski Trening SAR***

*Trening Ponownej Oceny i Restrukturyzacji Postaw wobec Seksualności (Sexual Attitude Reassessment and Restructuring Training) dla specjalistów/ek pracujących w obszarze ludzkiej seksualności.*

## ***kwiecień 2022 - rozpoczęcie Tantrycznego Staż dla par u Zosi i Dawida Rzepeckich "Tantra Love"***

## *Inne kompetencje*

**NVC (Nonviolent communication, Porozumienie bez Przemocy)** - kilka lat szkoleń wzmacniających kompetencje w obszarze rodzicielstwa, relacji partnerskich, kompetencji pedagogicznych, trenerskich, a także codzienna praca w nurcie filozofii Marshalla Rosenberga wspierają mnie w lepszym rozumieniu siebie i innych

**IFS (Internal Family System, System Wewnętrznej Rodziny)** - podejście terapeutyczne stworzone przez dr Richarda Schwartz, które zgłębiam i które towarzyszy mi w pracy pedagoga i terapeuty

**Resonant Healing** - metoda, którą dopiero poznaję, oparta na naukowych odkryciach takich badaczy jak Daniel J. Siegel, Stephen Porges, Jaak Panksepp, Moshe Szyf, Beatrice Bebe, Mathew Liebermann

W mojej codziennej pracy i rozwoju własnym wspieram się narzędziami:

**Mindfulness, Tantra, Taoizm, Movement Medicine, Analiza bioenergetyczna Lowen'a**

# ***W czym mogę Cię wesprzeć?***

***Warsztaty i kręgi dla dorosłych kobiet** - prowadzę warsztaty i trzymam kręgi dla kobiet z obszaru seksualności (przyjemność, zmysłowość, kobiecość, seksualność, przekonania)*

***Konsultacje, wykłady i warsztaty dla rodziców** - oferuję prywatne konsultacje dla rodziców w obszarze rozwoju seksualnego dzieci i komunikacji rodzic-dziecko, a także wykłady i warsztaty dla rodziców w szkołach i przedszkolach*

***Konsultacje i wsparcie nauczycieli i osób pracujących z dziećmi** - wspieram swoim doświadczeniem osoby pracujące z dziećmi w przedszkolach, szkołach, świetlicach, placówkach opiekuńczo-wychowawczych*

***Spotkania warsztatowe i kręgi dla dzieci i młodzieży** - regularnie spotykam się z dziećmi i młodzieżą tworząc bezpieczną przestrzeń do rozmowy o dojrzewaniu, odpowiadając na pytania, rezonując z potrzebami*

***Indywidualne sesje online i na żywo w nurcie seksuologii pozytywnej, praktycznej** - udzielam indywidualnego wsparcia w obszarze seksualności i komunikacji intymnej osobom dorosłym, młodzieży i parom, niezależnie od tożsamości płciowej i orientacji seksualnej*

## *Sesje i konsultacje - warunki współpracy*

**CZAS** - Sesja trwa 60 minut lub opcjonalnie 90 minut

**KOSZT** - Spotkanie 60 minut to koszt 180 zł, spotkanie 90 minut to koszt 250 zł  
(stawka dla pary 220 zł / 60 minut, 300 zł / 90 minut)

**ODWOŁANIE** - W przypadku potrzeby zmiany terminu lub odwołania spotkania, proszę o minimum 24-godzinne wyprzedzenie. Wizyta, która nie zostanie odwołana w tym czasie pozostaje 100% płatna.

**PUNKTUALNOŚĆ** - Sesje i konsultacje zaczynają się i kończą punktualnie. Spóźnienie powoduje skrócenie spotkania przy zachowaniu opłaty.

**OPŁATA** - Płatność za pierwszą konsultację przyjmuję przed spotkaniem, płatność za regularną sesję w dniu spotkania lub maksymalnie do 24 godzin. Przyjmuję płatność gotówką, przelewem lub blikiem.



# Same Przyjemności

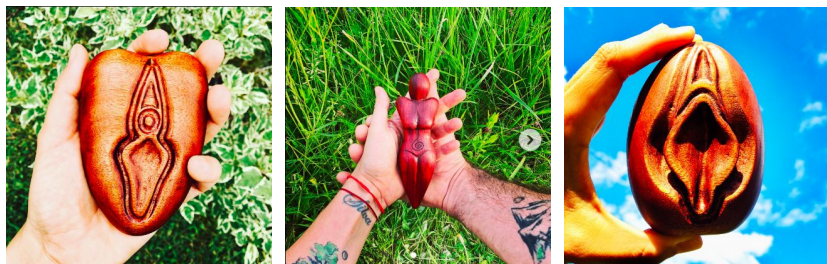
*Same Przyjemności to pełen pasji projekt, który współtworzę z moim mężem Piotrem. Rzeźbimy z drewna amulety miłosne oraz figurki afirmujące seksualność. Dzielimy się w mediach społecznościowych swoją miłością i namiętnością.*

*Możesz nas znaleźć tutaj:*

*[www.sameprzyjemnosc.com](http://www.sameprzyjemnosc.com)*

*[www.facebook.com/SamePrzyjemnosc](https://www.facebook.com/SamePrzyjemnosc)*

*[www.instagram.com/same\\_przyjemnosc](https://www.instagram.com/same_przyjemnosc)*





*Zapraszam do kontaktu*

***www.facebook.com/SilvaKepa***

*sylwia.m.kepa@gmail.com*

*tel. 792 242 244*