



Polska Akademia
NLP Sławomir Rak

★★★★★ 5,0 / 5

97 ocen

Szkolenie Trening Hipnozy I

Numer usługi 2025/07/29/45417/2910755

📍 Chylce / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 70 h

📅 02.02.2026 do 08.02.2026

7 320,00 PLN brutto

5 951,22 PLN netto

104,57 PLN brutto/h

85,02 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest dla

- osób, które chcą zostać coachem,
- osób, które chcą zostać hipnoterapeutami,
- osób, które pracują jako coachowie i chcą poszerzyć swój warsztat,
- osób pracujących na stanowiskach trenerów wewnętrznych, którzy chcą zdobyć narzędzia i umiejętności do pracy ze swoimi zespołami,
- psychologów,
- terapeutów,
- osób, które pracują w obszarze zarządzania, pracy zespołowej, sprzedaży bądź negocjacji.

Brak wymagań wstępnych poza zainteresowaniem tematem hipnoterapii.

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

20

Data zakończenia rekrutacji

30-01-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

70

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Usługa „Trening Hipnozy” przygotowuje uczestnika do pracy hipnoterapeuty z zastosowaniem zasad skutecznego modelu hipnoterapii. Uczestnik wykazuje kompetencje skutecznego hipnoterapeuty (sugestie, doprecyzowanie, hipnotyczna komunikacja, kalibracja + rapport, obserwacja – uważność na siebie, autohipnoza, mindset hipnoterapeuty, techniki pracy hipnoterapeuty). Usługa przygotowuje do prowadzenia sesji coachingowych z użyciem narzędzi hipnoterapeutycznych.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Prowadzi sesje hipnoterapeutyczne z zastosowaniem zasad skutecznego modelu hipnoterapii.	Podczas ćwiczeń wykazuje kompetencje skutecznego hipnoterapeuty. Przeprowadza interwencje coachingowe przy użyciu narzędzi hipnoterapeutycznych.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wykazuje kompetencje skutecznego hipnoterapeuty: sugestie, doprecyzowanie, hipnotyczna komunikacja, kalibracja + rapport,	Podczas ćwiczeń buduje skuteczne sugestie według poznanych metod. Doprecyzowuje istotę tematu pracy. Stosuje hipnotyczną komunikację, kalibrację + rapport.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Używa 7 najważniejszych narzędzi hipnoterapeutycznych: 1. Regresja hipnotyczna – różne rodzaje. 2. Proces wybaczenia innym. 3. Proces wybaczenia sobie. 4. Terapia części. 5. Eye Movement Desensitization and Reprocessing – EMDR. 6. Empatyczne spoglądanie na „problem”. 7. Sygnały z podświadomości.	Przeprowadza interwencję hipnoterapeutyczną używając 7 najważniejszych narzędzi hipnoterapeutycznych	Obserwacja w warunkach symulowanych
Posługuje się wiedzą na temat hipnozy i hipnoterapii.	Opisuje elementy hipnozy i mechanizmy jej działania. Opisuje zastosowanie poszczególnych technik pracy z podświadomością.	Test teoretyczny

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Hipnoza i hipnoterapia

Hipnoza jest skutecznym narzędziem głębokiej transformacji, która pozwala na pracę z podświadomością, dzięki czemu możesz dokonywać głębokich zmian. Dobrze poprowadzony proces pracy z podświadomością w krótkim czasie powoduje trwałą zmianę u klienta. Dzięki temu jako terapeuta stajesz się bardzo skutecznym i cenionym ekspertem. Właśnie ze względu na tak fenomenalne efekty hipnoza bywa postrzegana jako narzędzie niezwykle, wręcz „magiczne”. Na tym szkoleniu zrozumiesz, że nie jest to żadna magia, ale konkretne techniki i sposób pracy, które pozwalają na szybkie i trwałe zmiany w życiu Twojego klienta.

2 trenerów, ekspertów, praktyków z ponad 10 letnim doświadczeniem

Obaj trenerzy mają bogate doświadczenie wieloletniej pracy z hipnozą, terapeutycznie i coachingowo. Na co dzień pracują hipnozą podczas sesji z klientami. To daje Ci możliwość skorzystania z dużych zasób praktycznej wiedzy, dzięki czemu masz pewność, że każde zagadnienie jest przetrenowane i sprawdzone w praktyce setki razy, a techniki które dostajesz są używane praktycznie podczas pracy hipnoterapeutycznej.

3 główne nurty hipnozy: elmanowska (dyrektywna), ericksonowska, konwersacyjna:

W naszym intergartywnym programie poznasz różnorodne podejścia do hipnozy. Zrozumiesz też czym różni się podejście Ericksona od Elmana, jakie są ich silne i słabsze strony. Ponadto poznasz Hipnozę Konwersacyjną – sposób komunikacji, który poprzez odpowiedni język, ton głosu i budowanie relacji pozwala klientowi wejść w stan pogłębionego skupienia i otwartości na zmianę. Uczestnicy nauczą się praktycznego stosowania technik takich jak język hipnozy (truizmy, „yes set”), hipnotyczna komunikacja, kalibracja, rapport i empatia w rozmowie. Dzięki temu rozwiną kompetencje w zakresie skutecznej komunikacji, prowadzenia rozmów wspierających zmianę oraz pracy z klientem na poziomie świadomym i podświadomym.

Często szkoły hipnozy prezentują tylko jeden z nurtów. U nas poznasz wszechstronne zastosowanie hipnozy. Nauczysz się korzystać z zalet i narzędzi obydwu tych podejść w niesamowicie potężnym modelu integratywnym, dzięki czemu Twoja wiedza będzie kompleksowa i pełna. Zamiast być „wyznawcą nurtu” – nauczysz się prowadzić skuteczne i efektywne sesje hipnotyczne dla Twoich klientów.

Gotowy do użycia MODEL HIPNOZY

Poznasz stworzony przez nas, na bazie wieloletniej praktyki – model pracy i schemat sesji hipnoterapeutycznej. Korzystając z doświadczenia zebranego u najlepszych trenerów z całego świata oraz setek godzin przeprowadzonych sesji hipnotycznych – opracowaliśmy spójny i efektywny, 8-stopniowy Model Hipnozy. Przećwiczysz każdy z jego punktów maksymalnie zwiększając skuteczność Twoich sesji. Dzięki temu od razu po szkoleniu będziesz mógł z sukcesem pomagać swoim klientom.

4 kluczowe kompetencje hipnoterapeuty

1. sugestie
2. doprecyzowanie
3. hipnotyczna komunikacja
4. kalibracja + rapport

Każdy zawód ma swoje kluczowe kompetencje. Aby najlepiej wykonywać pracę hipnoterapeuty musisz nauczyć się kilku niezbędnych umiejętności. To właśnie one sprawiają, że m.in. „widzisz i słyszysz” więcej, klient chce z Tobą współpracować, łatwiej wchodzi w głęboki trans, a sugestie są dużo mocniejsze. To te unikatowe kompetencje sprawiają, że jesteś wyjątkowym hipnoterapeutą, wyróżniasz się z tłumu i skutecznie pomagasz swoim klientom.

7 najważniejszych narzędzi hipnoterapeutycznych

1. Regresja hipnotyczna – różne rodzaje.
2. Proces wybaczenie innym.
3. Proces wybaczenia sobie.
4. Terapia części.
5. Eye Movement Desentitization and Reprocesing – EMDR.
6. Empatyczne spoglądanie na „problem”
7. Sygnały z podświadomości.

Ponad 10 sesji hipnoterapii

Nie da się nauczyć hipnoterapii bez ćwiczenia, ćwiczenia i jeszcze raz ćwiczenia. Dlatego nasze szkolenie to 70% praktycznych zajęć. Zanim zostaniesz absolwentem naszej szkoły, hipnoterapeutą i zaczniesz pracować z klientami – przeprowadzisz ponad 10 sesji hipnotycznych. To da Ci bogate doświadczenie, wzmocni Twoje kompetencje i pewność siebie. Dzięki temu po szkoleniu będziesz mógł z łatwością prowadzić profesjonalne sesje hipnoterapii na bardzo wysokim poziomie.

Mentoring i superwizje

W profesjonalnym rozwoju ważne jest poczucie kierunku i odpowiednie wsparcie. W trakcie szkolenia będziesz mógł liczyć na indywidualną pomoc dopasowaną do Twoich potrzeb. Dodatkowo będziesz miał możliwość otrzymania superwizji i wsparcia w dalszej pracy po szkoleniu.

Objawy vs Przyczyny

Jak definiujemy objawy i jak definiujemy przyczyny w hipnoterapii. Co jest objawem a co tylko etykietą lub interpretacją. Co jest przyczyną, a co źródłem problemu.

TECHNIKI I NARZĘDZIA, KTÓRE POZNASZ NA SZKOLENIU

1. Gotowy do użycia MODEL HIPNOZY
2. Struktura sesji hipnotycznej
3. Hipnoza dyrektywna
4. Hipnoza Ericksonowska
5. Hipnoza Konwersacyjna
6. Skuteczne sugestie hipnotyczne (bezpośrednie i pośrednie)
7. Indukcja Dave’a Elmana
8. Indukcja Milтона Ericksona
9. Indukcje błyskawiczne
10. Regresja hipnotyczna – różne rodzaje
11. Proces wybaczenie innym
12. Proces wybaczenia sobie
13. Terapia części
14. Eye Movement Desentitization and Reprocesing – EMDR
15. Język hipnotyczny
16. Hipnotyczna komunikacja
17. Empatyczne spoglądanie na „problem”
18. Sygnały z podświadomości

19. Kalibracja, raport, doprecyzowywanie

20. Progresja

Walidacja odbywa się w formie obserwacji uczestników w trakcie ćwiczeń. Weryfikowane są również podstawowe elementy wiedzy teoretycznej w formie pisemnej.

Zajęcia teoretyczne stanowią około 30% usługi , zajęcia praktyczne stanowią około 70% usługi. Każdy "moduł" składa się z części teoretycznej, demonstracji oraz ćwiczeń praktycznych.

W zależności od wielkości grupy lub specyfiki ćwiczenia istnieje możliwość pracy w mniejszych grupach (kilkuosobowych) lub w parach.

Usługa prowadzona jest w godzinach zegarowych.

Obecność weryfikowana jest poprzez podpisanie listy obecności, wymagane jest 80% obecności. Uczestnik otrzyma zaświadczenie o ukończeniu szkolenia.

Przerwy wliczają się do czasu trwania szkolenia.

- Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot pełniący funkcję Operatora lub Partnera Operatora w danym projekcie PSF lub w którymkolwiek Regionalnym Programie lub FERS albo przez podmiot powiązany z Operatorem lub Partnerem kapitałowo lub osobowo.
- Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot będący jednocześnie podmiotem korzystającym z usług rozwojowych o zbliżonej tematyce w ramach danego projektu.
- Usługa rozwojowa nie obejmuje wzajemnego świadczenia usług w projekcie o zbliżonej tematyce przez Dostawców usług, którzy delegują na usługi siebie oraz swoich pracowników i korzystają z dofinansowania, a następnie świadczą usługi w zakresie tej samej tematyki dla Przedsiębiorcy, który wcześniej występował w roli Dostawcy tych usług.
- Cena usługi nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności kosztów środków trwałych przekazywanych Przedsiębiorcom lub Pracownikom przedsiębiorcy, kosztów dojazdu i zakwaterowania.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 54

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 54 Wstęp	Sławomir Rak	02-02-2026	09:00	10:00	01:00
2 z 54 Definicja hipnozy cz. 1	Sławomir Rak	02-02-2026	10:00	10:50	00:50
3 z 54 Przerwa	Sławomir Rak	02-02-2026	10:50	11:00	00:10
4 z 54 Definicja hipnozy cz. 2	Dariusz Kozakiewicz	02-02-2026	11:00	13:30	02:30
5 z 54 Przerwa obiadowa	Dariusz Kozakiewicz	02-02-2026	13:30	14:30	01:00
6 z 54 Fenomeny transu (głębokość hipnozy)	Dariusz Kozakiewicz	02-02-2026	14:30	16:50	02:20

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 54 Przerwa	Dariusz Kozakiewicz	02-02-2026	16:50	17:00	00:10
8 z 54 Prosta indukcja, indukcja Milтона Ericksona, indukcje błyskawiczne	Dariusz Kozakiewicz	02-02-2026	17:00	19:00	02:00
9 z 54 Oznaki transu, Hipnotyczne Konstelacje, Ćwiczenie That's right	Dariusz Kozakiewicz	03-02-2026	09:00	10:50	01:50
10 z 54 Przerwa	Dariusz Kozakiewicz	03-02-2026	10:50	11:00	00:10
11 z 54 Język Hipnozy 1: truizmy + i, bo, podczas gdy, ale	Sławomir Rak	03-02-2026	11:00	13:30	02:30
12 z 54 Przerwa obiadowa	Sławomir Rak	03-02-2026	13:30	14:30	01:00
13 z 54 Rodzaje sugestii	Dariusz Kozakiewicz	03-02-2026	14:30	16:50	02:20
14 z 54 Przerwa	Dariusz Kozakiewicz	03-02-2026	16:50	17:00	00:10
15 z 54 Model Sesji Hipnozy – schemat jednej sesji	Sławomir Rak	03-02-2026	17:00	19:00	02:00
16 z 54 Empatia do problemu - narzędzie	Dariusz Kozakiewicz	04-02-2026	09:00	10:50	01:50
17 z 54 Przerwa	Dariusz Kozakiewicz	04-02-2026	10:50	11:00	00:10
18 z 54 Empatia do problemu - ćwiczenia	Dariusz Kozakiewicz	04-02-2026	11:00	12:00	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
19 z 54 Hipnotyczny raport	Dariusz Kozakiewicz	04-02-2026	12:00	13:30	01:30
20 z 54 Przerwa obiadowa	Dariusz Kozakiewicz	04-02-2026	13:30	14:30	01:00
21 z 54 Hipnotyczna kalibracja	Dariusz Kozakiewicz	04-02-2026	14:30	16:50	02:20
22 z 54 Przerwa	Sławomir Rak	04-02-2026	16:50	17:00	00:10
23 z 54 Hipnotyczna komunikacja: ton głosu	Sławomir Rak	04-02-2026	17:00	19:00	02:00
24 z 54 Język hipnozy 2: yes set	Dariusz Kozakiewicz	05-02-2026	09:00	10:50	01:50
25 z 54 Przerwa	Dariusz Kozakiewicz	05-02-2026	10:50	11:00	00:10
26 z 54 Doprecyzowanie tematu terapi	Sławomir Rak	05-02-2026	11:00	13:30	02:30
27 z 54 Przerwa obiadowa	Sławomir Rak	05-02-2026	13:30	14:30	01:00
28 z 54 Objawy VS Przyczyny	Dariusz Kozakiewicz	05-02-2026	14:30	15:30	01:00
29 z 54 Indukcja Elmana cz. 1	Sławomir Rak	05-02-2026	15:30	16:50	01:20
30 z 54 Przerwa	Sławomir Rak	05-02-2026	16:50	17:00	00:10
31 z 54 Indukcja Elmana cz. 2	Sławomir Rak	05-02-2026	17:00	19:00	02:00
32 z 54 Regresja Pozytywna cz. 1	Sławomir Rak	06-02-2026	09:00	10:50	01:50
33 z 54 Przerwa	Sławomir Rak	06-02-2026	10:50	11:00	00:10

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
34 z 54 Regresja Pozytywna cz. 2	Sławomir Rak	06-02-2026	11:00	13:30	02:30
35 z 54 Przerwa obiadowa	Sławomir Rak	06-02-2026	13:30	14:30	01:00
36 z 54 Regresja Negatywna cz. 1	Sławomir Rak	06-02-2026	14:30	16:50	02:20
37 z 54 Przerwa	Sławomir Rak	06-02-2026	16:50	17:00	00:10
38 z 54 Regresja Negatywna cz. 2	Sławomir Rak	06-02-2026	17:00	18:00	01:00
39 z 54 Praca z fobiami	Sławomir Rak	06-02-2026	18:00	19:00	01:00
40 z 54 Progresja	Dariusz Kozakiewicz	07-02-2026	09:00	10:50	01:50
41 z 54 Przerwa	Sławomir Rak	07-02-2026	10:50	11:00	00:10
42 z 54 Wybaczanie innym cz. 1	Sławomir Rak	07-02-2026	11:00	13:30	02:30
43 z 54 Przerwa obiadowa	Sławomir Rak	07-02-2026	13:30	14:30	01:00
44 z 54 Wybaczanie innym cz. 2	Sławomir Rak	07-02-2026	14:30	16:50	02:20
45 z 54 Przerwa	Sławomir Rak	07-02-2026	16:50	17:00	00:10
46 z 54 Wybaczanie sobie	Sławomir Rak	07-02-2026	17:00	19:00	02:00
47 z 54 Terapia części cz. 1	Dariusz Kozakiewicz	08-02-2026	09:00	10:50	01:50
48 z 54 Przerwa	Dariusz Kozakiewicz	08-02-2026	10:50	11:00	00:10
49 z 54 Terapia części cz. 2	Dariusz Kozakiewicz	08-02-2026	11:00	13:30	02:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
50 z 54 Przerwa obiadowa	Dariusz Kozakiewicz	08-02-2026	13:30	14:30	01:00
51 z 54 EMDR	Dariusz Kozakiewicz	08-02-2026	14:30	16:50	02:20
52 z 54 Przerwa	Dariusz Kozakiewicz	08-02-2026	16:50	17:00	00:10
53 z 54 Sygnały z podświadomości	Sławomir Rak	08-02-2026	17:00	18:00	01:00
54 z 54 Walidacja	-	08-02-2026	18:00	19:00	01:00

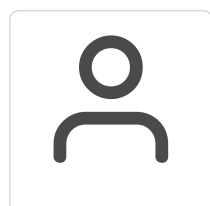
Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	7 320,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 951,22 PLN
Koszt osobogodziny brutto	104,57 PLN
Koszt osobogodziny netto	85,02 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

Sławomir Rak

Zajmuje się rozwojem osobistym i wprowadzaniem szeroko rozumianej zmiany i budowaniem kompetencji miękkich. Jest certyfikowanym Trenerem NLP, coachem i hipnoterapeutą. Specjalizuje się w tematach komunikacji, poczucia wartości i pewności siebie, budowania zaufania, coachingu zmiany, budowania kariery i motywacji.

Od 2012r. w branży szkoleniowej i rozwojowej, oraz 7 lat doświadczenia w pracy biznesowej w międzynarodowych korporacjach (consulting, HR, Project Management, business intelligence). Swoje doświadczenie budował ucząc się od najlepszych trenerów i twórców metodologii na całym świecie, jak John Grinder (twórca NLP), Arnold Mindell (twórca Psychologii Zorientowanej na Process), Noni Hofner (coaching prowokacyjny), Bert Hellinger (Ustawienia systemowe rodzin). Od

2016 lat współpracuje z twórcą NLP – Johnem Grinderem, będąc zapraszany jako jedyny mentor z Polski na najbardziej zaawansowane warsztaty Trenerskie NLP.

Magister Zarządzania na Uniwersytecie Ekonomicznym we Wrocławiu, Trener NLP certyfikowany przez twórcę NLP Johna Grindera, Akredytowany trener NLP Academy i International Trainers Academy. Certyfikowany coach i hipnoterapeuta.

Przeprowadzone ponad 14 000 godzin szkoleniowych, w tym m.in:

SZKOLENIA OTWARTE:

- 34 edycje szkolenia Praktyk NLP (100h),
- 15 edycji szkolenia Master NLP (100h),
- 9 edycji szkolenia Trening Trenerski (140h),
- 7 edycji szkolenia Trening Coachingowy (140h)
- 3 edycje szkolenia Trening Hipnozy (140h)



2 z 2

Dariusz Kozakiewicz

Hipnoterapeuta, psycholog, trener.

Od 2016r. prowadzi własną praktykę psychologii i hipnoterapii w Poznaniu, prowadzi również superwizje oraz sesje mentoringowe dla hipnoterapeutów, a także szkolenia z hipnoterapii. Każdego roku przeprowadza ponad 1000 godzin terapii w hipnozie. Wspiera też rozwijających się hipnoterapeutów poprzez mentoringi, superwizje i szkolenia.

Certyfikowany przez największe organizacje hipnoterapii na świecie, w tym Milton H. Erickson Foundation, Hypnosis Training Academy, Omni Hypnosis Training Center, National Guild of Hypnotists. Obecnie uczy się w szkole założonej przez samego Milтона Ericksona w Phoenix, USA bezpośrednio od jego uczniów.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Podręcznik szkoleniowy, z opisem wszystkich technik, narzędzi oraz kompetencji.

Podręcznik wydawany jest w formie papierowej.

Informacje dodatkowe

<https://polskaakademianlp.pl/trening-hipnozy/>

Usługa będzie zwolniona z VAT w momencie gdy uczestnik będzie miał dofinansowanie na poziomie minimum 70% ze środków publicznych.

Podstawa zwolnienia z VAT: par. 3. ust. 1 pkt 14 Rozporządzenie Ministra Finansów z dnia 20.12.2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień

Adres

ul. Piaskowa 12C
05-510 Chylice
woj. mazowieckie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Ewelina Kołodziejek-Donica

E-mail kontakt@panlp.pl

Telefon (+48) 690 858 659