



## Kurs hipnozy i hipnoterapii

Numer usługi 2025/11/11/168153/3139361

3 500,00 PLN brutto

3 500,00 PLN netto

97,22 PLN brutto/h

97,22 PLN netto/h

SPASJA CENTRUM  
SZKOLENIOWE  
SPÓŁKA Z  
OGRANICZONĄ  
ODPOWIEDZIALNOŚĆ  
CIĄ

📍 Wrocław / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

★★★★★ 4,8 / 5

🕒 36 h

472 oceny

📅 30.07.2026 do 02.08.2026

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty

### Grupa docelowa usługi

Kurs hipnoterapii jest przeznaczony dla osób zainteresowanych pracą z podświadomością i pogłębianiem skuteczności procesów terapeutycznych. Właściwie każda osoba zainteresowana rozwojem osobistym oraz wzbogaceniem umiejętności gabinetowych może przystąpić do Kursu Hipnozy. Ten kurs jest dla Ciebie, zwłaszcza jeśli:

- Pracujesz już z ludźmi w obszarze ciała, emocji, umysłu lub energii i chcesz zyskać nowe, sprawdzone w praktyce narzędzia pracy.
- Jesteś fizjoterapeutą, masażystą, refleksologiem, naturoterapeutą, kosmologiem, pielęgniarzką i chcesz pracować w swoim zawodzie, jednocześnie skuteczniej pomagając swoim klientom i pacjentom
- Jesteś psychoterapeutą, coachem, specjalistą samorozwoju i chcesz poszerzyć warsztat o **hipnoterapię i hipnozę medyczną**,
- Ukończyłaś/-eś nasz Kurs Terapia podświadomości z elementami hipnozy i chcesz pogłębić umiejętności w zakresie hipnozy w terapii

Usługa kierowana jest również do uczestników projektów wymienionych w sekcji "Program".

### Minimalna liczba uczestników

6

### Maksymalna liczba uczestników

16

### Data zakończenia rekrutacji

20-06-2026

### Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

### Liczba godzin usługi

36

# Cel

## Cel edukacyjny

Kurs przygotowuje uczestników do samodzielnego wykorzystania hipnozy medycznej w codziennej praktyce zawodowej.

Po ukończeniu szkolenia z hipnozy uczestnik:

potrafi integrować hipnoterapię z dotychczasową praktyką terapeutyczną (np. fizjoterapeutyczną, masażem, terapią manualną lub psychoterapią)

rozumie mechanizmy działania hipnozy w terapii i rozwoju osobistym,

potrafi bezpiecznie indukować i prowadzić trans terapeutyczny,

zna techniki pracy z ciałem i emocjami przy użyciu hipnozy.

## Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik definiuje zagadnienia związane z ogólną koncepcją pracy z hipnozą.	Uczestnik opisuje procesy, które wpływają na tworzenie przekonań oraz schematów myślowych.	Test teoretyczny
	Uczestnik opisuje elementy hipnozy i mechanizmy jej działania.	Test teoretyczny
	Uczestnik opisuje zastosowanie poszczególnych technik pracy z wykorzystaniem hipnozy	Test teoretyczny
	Uczestnik charakteryzuje zasady BHP w pracy z wykorzystaniem hipnozy	Test teoretyczny
Uczestnika stosuje nabyte kompetencje społeczne w zakresie pracy z hipnozą	Uczestnik stosuje odpowiednie, empatyczne komunikaty w pracy z klientem, które wspierają jego rozwój i poprawę jakości życia	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik prawidłowo i bezpiecznie stosuje odpowiednie techniki hipnozy terapeutycznej	Uczestnik prawidłowo dobiera techniki hipnotyczne do wybranych potrzeb pacjenta lub terapeuty	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik wykorzystuje poznane techniki hipnozy w celu wspierania klientów w procesach terapeutycznych.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik prawidłowo buduje i wykorzystuje strukturę sesji hipnotycznej	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik prawidłowo stosuje poznane elementy pracy z hipnozą i głębokim transem	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik prawidłowo stosuje poznane elementy pracy z hipnozą i głębokim transem	Obserwacja w warunkach symulowanych

## 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

Kształcenie ma charakter stacjonarny i trwa 4 dni. Są to zajęcia teoretyczno-praktyczne. Uczestnicy pracują w parach i ćwiczą dane techniki na sobie nawzajem. Uczestnicy pracują przy kozetkach, znajdujących się w sali, pod okiem Instruktora.

Kurs hipnoterapii jest przeznaczony dla osób zainteresowanych pracą z podświadomością i pogłębianiem skuteczności procesów terapeutycznych. Właściwie każda osoba zainteresowana rozwojem osobistym oraz wzbogaceniem umiejętności gabinetowych może przystąpić do Kursu Hipnozy. Ten kurs jest dla Ciebie, zwłaszcza jeśli:

- Pracujesz już z ludźmi w obszarze ciała, emocji, umysłu lub energii i chcesz zyskać nowe, sprawdzone w praktyce narzędzia pracy.
- Jesteś fizjoterapeutą, masażystą, refleksjologiem, naturoterapeutą, kosmologiem, pielęgniarzką i chcesz pracować w swoim zawodzie, jednocześnie skutecznie pomagając swoim klientom i pacjentom
- Jesteś psychoterapeutą, coachem, specjalistą samorozwoju i chcesz poszerzyć warsztat o **hipnoterapię i hipnozę medyczną**,
- Ukończyłaś/-eś nasz Kurs Terapii podświadomości z elementami hipnozy i chcesz pogłębić umiejętności w zakresie hipnozy w terapii

Usługa kierowana jest również do uczestników projektów: Małopolski pociąg do kariery, Przepis na Rozwój, Kierunek Rozwój, Strefa Rozwoju 3.0, Lubuskie Bony Rozwojowe, Apetyt na Rozwój, Sądeckie Bony Szkoleniowe II, Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe, Tarnowskie Bony Rozwojowe, Strefa Rozwoju Łódzkiej strefy ekonomicznej oraz uczestników innych projektów.

Kurs trwa łącznie 36 godzin szkoleniowych, które są ujęte w harmonogramie. Liczba godzin szkolenia została podana w godzinach szkoleniowych (1h szkoleniowa = 45 minut).

**Przerwy:** Przerwy kawowe oraz przerwy obiadowe o łącznym czasie 5h zegarowych ujęte w harmonogramie nie są wliczone do czasu kursu, czas przerwy jest przewidziany w harmonogramie.

Przerwy ujęte w harmonogramie (niewliczone do czasu kursu) nie zostały ujęte oddzielnie ze względu na praktyczny charakter kursu. Osoba prowadząca szkolenie robi je w momencie zakończenia danego etapu zabiegu. Tempo wykonywania zabiegu może się różnić dla każdego uczestnika, zależy też od szybkości wejścia i wyjścia z np. procesu hipnozy (sprawa indywidualna), więc nie ma możliwości podania precyzyjnego czasu rozpoczęcia i zakończenia przerwy.

## **Dzień 1**

1. Przywitanie uczestników
2. Agenda kursu
3. Autoprezentacja
4. **Wprowadzenie i teoria do stanu głębokiej relaksacji oraz hipnozy**
5. **Język hipnozy – truizmy:** działanie na poziomie podświadomości, nie podważając się i nie wywołując oporu.
6. **Rodzaje sugestii: Sugestie ogólne** – wpływające na szeroki zakres zachowań i postaw, np. zwiększenie poczucia własnej wartości.
  - **Sugestie specjalistyczne** – ukierunkowane na konkretne problemy, np. zmniejszenie lęku, leczenie bólu, rzucenie palenia.
  - **Sugestie posthipnotyczne** – mają efekt po wyjściu z transu, np. „Za każdym razem, gdy poczujesz się zestresowany, przypomnij sobie o tym, co było podczas sesji.”
  - **Sugestie bezwarunkowe** – bezwarunkowa akceptacja i uznanie, często na początku lub końcu sesji, by zbudować zaufanie i otwartość klienta.
7. **Cele i plany sesji hipnotycznej – Model Hipnoterapii:** Struktura sesji hipnotycznej opiera się na wyznaczaniu celów i planowaniu działań według modelu: **Wywiad i zdefiniowanie celu** – jasno określić, czego klient chce się pozbyć lub osiągnąć.
  - **Przygotowanie i relaksacja** – wprowadzenie klienta w stan relaksacji lub transu.
  - **Indukcja i głęboka relaksacja** – zastosowanie technik wprowadzenia w trans.
  - **Praca na poziomie podświadomości** – wprowadzanie sugestii, wizualizacji, technik terapeutycznych.
  - **Pogłębianie transu** – zwiększenie głębokości relaksu, jeśli jest to konieczne.
  - **Utrwalenie zmian** – wzmacnianie pozytywnych przekonań i zasobów.
  - **Wyprowadzenie z transu** – powolne przywrócenie pełnej świadomości klienta.
  - **Podsumowanie i zacieśnienie efektu** – omówienie odczuć i ustalenie dalszych kroków.
8. **Nauka indukcji hipnotycznej:**
  - **Metoda Elmana** – opracowana przez Davida Ekmana, polega na stopniowym pogłębianiu relaksu przez powtarzanie słów lub fraz, które kierują uwagę klienta na coraz głębszy relaks. Ten sposób wymaga precyzyjnego wycucia tempa i sugestii, pozwalając na szybkie wprowadzenie głębokiego transu u wielu osób.
  - **Metoda Ericksona (Hipnoza Ericksonowska)** – stworzona przez Milтона Ericksona, opiera się na technikach indirect i embedded suggestions, czyli sugestiach ukrytych, które w naturalny, nieświadomy sposób wplata się w rozmowę. Ta metoda jest bardzo elastyczna i skuteczna, wymaga jednak sporej wprawy i wycucia językowego.
  - **Błyskawiczna indukcja** – technika szybkiego wprowadzenia w trans, często stosowana w sytuacjach awaryjnych lub gdy czas jest ograniczony. Przykład to tzw. „flash induction” – szybkie użycie gestów, powtarzanie sugestii i natychmiastowe pogłębienie transu. Jest to metoda wymaga precyzyjnej kontroli oraz umiejętności odczytania reakcji klienta, ale może być niezwykle skuteczna w sytuacjach nagłych.

## **Dzień 2**

1. Podsumowanie 1 dnia oraz pytania od uczestników
2. **Implikacje i wzory:** w NLP to narzędzia służące do odkrywania i wykorzystywania nieświadomych wzorców myślenia i zachowania. Implikacje to subtelne sugerowania, które działają na poziomie podświadomości, nieświadomie wpływając na decyzje i odczucia klienta. Wzory zaś, czyli schematy, to powtarzalne struktury komunikacji czy zachowań, które można rozpoznawać i modyfikować, aby wspierać pozytywne zmiany.
3. **Presupozycje:** klucz do efektywnej komunikacji zarówno w NLP, jak i hipnozie.

4. **Mindset terapeuty:** sposób myślenia i podejścia do pracy z klientem jako fundamentem skutecznej terapii.
5. **Ćwiczenia indukcji hipnotycznych:** techniki umożliwiające wprowadzenie klienta w stan transu.
6. **Sposoby pogłębiania transu:** techniki mające na celu uzyskanie jeszcze głębszego stanu transu, co zwiększa skuteczność pracy.
7. **3D Mind:** zaawansowane narzędzie wizualizacyjne
8. **Bańki wzorców:** technika polegająca na wizualnym i emocjonalnym odseparowaniu różnych schematów czy przekonań, tworząc wokół nich „bańki”.
9. **Visual Squash:** wizualizacja i użycie wyobraźni, aby zintegrować sprzeczne części siebie lub różne aspekty przekonań. **Identyfikacja sprzecznych części** – klient rozpoznaje dwie lub więcej części, które mają ze sobą konflikt. Mogą to być np. pragnienie osiągnięcia sukcesu i obawa porażki.
  - **Użycie wizualizacji** – klient wyobraża sobie te części jako odrębne obiekty, na przykład różne kule, kolory lub postaci.
  - **Przekształcenie i zbliżenie** – klient wizualizuje, jak te obiekty zbliżają się do siebie, a potem się łączą lub integrują.
  - **Nowa harmonia** – po połączeniu klient może odczuwać spokój, jedność i akceptację.

### **Dzień 3**

1. Podsumowanie 2 dnia oraz pytania od uczestników
2. **Mediacje części (Parts Mediation):** zharmonizowanie części, które mogą ze sobą konfliktować.
3. **Empatia do uczucia:** pogłębienie relacji terapeutycznej i zrozumienia na głębokim poziomie emocji klienta.
4. **Core Transformation:** Transformacja Wewnętrznej Esencji czyli technika głębokiej zmiany na poziomie najgłębszych przekonań i identyfikacji.
5. **Śpiączka hipnotyczna:** technika głębokiego, pogłębionego stanu transu, podczas którego klient doświadcza głębokiego relaksu i odłączenia od zewnętrznych bodźców.
6. **Regresja po emocji:** powrót do silnego przeżycia emocjonalnego z przeszłości i/lub traumy. Proces integracji i ukojnego emocjonalnego oczyszczenia

### **Dzień 4**

1. Podsumowanie 3 dnia oraz pytania od uczestników
2. **Stan ultra głęboki** jako najgłębsza forma transu hipnotycznego
3. **Stan ultra wysoki** jako najwyższy poziom skupienia, motywacji i świadomości
4. Podsumowanie kursu - sesja pytań i odpowiedzi
5. Walidacja

Walidacja w formie testu odbywa się na zakończenie kursu. Obserwacja w warunkach symulowanych odbywa się poprzez zebranie nagrań podczas wykonywania *wybranych* ćwiczeń praktycznych. Testy i nagrania są sprawdzane przez osobę prowadzącą walidację najpóźniej w dzień następujący po kursie i wtedy znane są wyniki walidacji.

# Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 16

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 16 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień I, punkty 1-4.	Bartosz Ruczaj	30-07-2026	09:00	10:30	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>2 z 16</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień I, punkt 5-6. W bloku szkol. uwzględniono 15 min. przerwy	Bartosz Ruczaj	30-07-2026	10:30	13:00	02:30
<b>3 z 16</b> Przerwa obiadowa	Bartosz Ruczaj	30-07-2026	13:00	14:00	01:00
<b>4 z 16</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień I, punkt 7.	Bartosz Ruczaj	30-07-2026	14:00	16:00	02:00
<b>5 z 16</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień I, punkt 8. W bloku szkol. uwzględniono 15 min. przerwy	Bartosz Ruczaj	30-07-2026	16:00	18:00	02:00
<b>6 z 16</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień II, punkty 1-3.	Bartosz Ruczaj	31-07-2026	09:00	11:00	02:00
<b>7 z 16</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień II, punkty 4-5. W bloku szkol. uwzględniono 15 min. przerwy	Bartosz Ruczaj	31-07-2026	11:00	13:00	02:00
<b>8 z 16</b> Przerwa obiadowa	Bartosz Ruczaj	31-07-2026	13:00	14:00	01:00
<b>9 z 16</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień II, punkty 6-9. W bloku szkol. uwzględniono 15 min. przerwy	Bartosz Ruczaj	31-07-2026	14:00	18:00	04:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>10 z 16</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień III, punkty 1-2.	Bartosz Ruczaj	01-08-2026	09:00	11:00	02:00
<b>11 z 16</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień III, punkty 3-4. W bloku szkol. uwzględniono 15 min. przerwy	Bartosz Ruczaj	01-08-2026	11:00	13:00	02:00
<b>12 z 16</b> Przerwa obiadowa	Bartosz Ruczaj	01-08-2026	13:00	14:00	01:00
<b>13 z 16</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień III, punkty 5-6. W bloku szkol. uwzględniono 15 min. przerwy	Bartosz Ruczaj	01-08-2026	14:00	18:00	04:00
<b>14 z 16</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień IV, punkty 1-2. W bloku szkol. uwzględniono 15 min. Przerwy	Bartosz Ruczaj	02-08-2026	09:00	11:30	02:30
<b>15 z 16</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień IV, punkty 3-4. W bloku szkol. uwzględniono 15 min. przerwy	Bartosz Ruczaj	02-08-2026	11:30	13:45	02:15
<b>16 z 16</b> Walidacja	-	02-08-2026	13:45	14:00	00:15

# Cennik

## Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 500,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 500,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	97,22 PLN
Koszt osobogodziny netto	97,22 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Bartosz Ruczaj

Absolwent studiów magisterskich na kierunku fizjoterapii, D.O., CST-T, Body Worker KMI, Hipnoterapeuta, Mistrz Naturopatii, Coach i Trener Mentalny. Posiada doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia danych dotyczących oferowanej usługi do BUR.

Przebyte kursy:

Medycyna manualna FRSc wg doktora Radosława Składowskiego

Ukończony kurs zawodowy: Naturoterapia i ziołolecznictwo

Refleksologia stóp

Dyplom zawodowy Osteopata Czaszkowo-Krzyżowy

Master NLP

Nowy Kod NLP

Inner Power NLP

Totalna Biologia 1-3 LvL

Model Transpersonalny

Zaawansowana Hipnoterapia

Trening Coachingowy

Zarządzenie emocjami oraz mindfulness

Trening przywództwa osobistego

Neurokomunikacja

Dwupunkt (poziom 1-4)

Muzykoterapia dogłębna komórkowa (1 i 2)

Mindfulness sensoryczny w praktyce Michał Wawrzyniak

Mentalista: trening oparty o narzędzia służb specjalnych

Roczna Szkoła Coachingu Talent Development Institute

Silva Life System Program

Silva Intuition System Program

Warsztaty aktywacji kundalinii

Warsztaty praca z energia 5D  
Chirurgia Fantomowa  
Zajęcia z Dr Joe Dispenza – Poziom Podstawowy (PL) I Zaawansowany (Meksyk)  
Kurs Third Eye Relationship, Health & Wealth Code  
Acturian Healing Master Cours  
Kurs Shadow Work Praca z Cieniem  
Barbara Ravensdale Klinika Energii oraz Tajemna wiedza rozwoju duchowego  
Meditusz Program totalnej zmiany i Kurs medytacji dynamicznej I-II  
Warsztaty Michael Keter  
Kurs Bioenergoterapia  
Kurs Jasnowidzenia

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Do kursu każdy uczestnik otrzymuje:

1. obszerny skrypt z materiałami dydaktycznymi
2. narzędzia do pracy podczas kursu
3. certyfikat ukończenia kursu w języku polskim
4. zaświadczenie MEN-III/1

### Warunki uczestnictwa

- Przed dokonaniem zapisu na usługę w BUR, prosimy o kontakt z Organizatorem w celu potwierdzenia dostępności miejsc. Prosimy o kontakt mailowy [spasja@spasja.pl](mailto:spasja@spasja.pl) lub telefoniczny.
- **Obowiązkowy jest zapis poprzez stronę <https://spasja.pl>. Procedura opisana jest na stronie. Tylko zapis na stronie dostawcy usług gwarantuje rezerwację miejsca na kursie.**
- Przy zapisie przez stronę [www.spasja.pl](http://www.spasja.pl) należy wybrać przelew tradycyjny, ale bez wykonywania go
- W komentarzu należy zaznaczyć, że kurs będzie dofinansowany ze środków BUR oraz podać pełne dane do faktury.
- Po wysłaniu formularza i potwierdzeniu zapisu przez organizatora, można dokonać zapisu na usługę poprzez BUR.
- Wymagane jest przeczytanie i zaakceptowanie REGULAMINU świadczenia usług szkoleniowych SPASJA.

### Informacje dodatkowe

- Kurs odbywa się w języku polskim
- Zwolnienie z VAT ze względu na rodzaj prowadzonej działalności (art. 43 ust 1 ustawy o VAT)
- Liczba godzin szkolenia została podana w godzinach szkoleniowych (1h szk.= 45 minut)
- Przerwy ujęte w harmonogramie (niewliczone do czasu kursu) nie zostały ujęte oddzielnie ze względu na praktyczny charakter kursu. Osoba prowadząca kurs robi je w momencie zakończenia danego etapu zabiegu. Tempo wykonywania zabiegu może się różnić dla każdego uczestnika, więc nie ma możliwości podania precyzyjnego czasu rozpoczęcia i zakończenia przerwy.
- Walidacja w formie testu odbywa się na zakończenie kursu. Obserwacja w warunkach symulowanych odbywa się poprzez zebranie nagrań podczas wykonywania *wybranych* ćwiczeń praktycznych. Testy i nagrania są sprawdzane przez osobę prowadzącą walidację najpóźniej w dzień następujący po kursie.
- Koszt szkolenia nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową
- Wymagane uczestnictwo w minimum 80% zajęć

## Adres

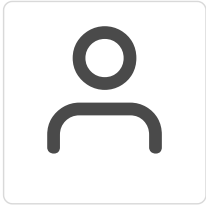
ul. Wyścigowa 56E  
53-012 Wrocław  
woj. dolnośląskie

Budynek ProConcept - numer sali szkoleniowej przesyłany jest uczestnikowi mailowo na kilka dni przed kursem.

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Sala szkoleniowa spełnia wymogi Sanepidu i Straży Pożarnej: bezpieczne i higieniczne warunki pracy.

## Kontakt



**Magdalena Gubała**

**E-mail** [spasja@spasja.pl](mailto:spasja@spasja.pl)

**Telefon** (+48) 534 226 006