



Kamila Grzypek
Mundo Mio

Brak ocen dla tego dostawcy

Hipnodietetyka – praca z konfliktem wewnętrznym, potrzebami i emocjami w procesie zmiany nawyków

Numer usługi 2026/01/16/198030/3264203

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 26 h

📅 11.04.2026 do 12.04.2026

2 500,00 PLN brutto

2 500,00 PLN netto

96,15 PLN brutto/h

96,15 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty
Grupa docelowa usługi	Szkolenie adresowane jest do osób dorosłych, CHCĄCYCH ZDOBYĆ WIEDZĘ I DOŚWIADCZENIE w pracy z klientem indywidualnym w obszarze rozwoju osobistego, zdrowia, zmiany nawyków lub wsparcia psychologicznego. SZKOLENIE SKIEROWANE JEST PRZED E WSZYSTKIM DO OSÓB KTÓRE CHCĄ pogłębić i usystematyzować kompetencje związane z wykorzystaniem technik pracy z podświadomością w procesie rozwojowym i wspierającym.
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	20
Data zakończenia rekrutacji	10-04-2026
Forma prowadzenia usługi	zdalna w czasie rzeczywistym
Liczba godzin usługi	26
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 przygotowuje uczestników do samodzielnego i odpowiedzialnego prowadzenia zaawansowanej pracy hipnodietetycznej z klientem w obszarze konfliktu wewnętrznego, potrzeb emocjonalnych i mechanizmów regulujących zachowania żywieniowe, z zachowaniem zasad bezpieczeństwa, etyki i integralności procesu terapeutycznego.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Analizuje mechanizmy konfliktu wewnętrznego oraz rolę potrzeb i emocji w utrwalaniu zachowań nawykowych.	opisuje strukturę konfliktu wewnętrznego w ujęciu hipnoterapeutycznym,	Obserwacja w warunkach symulowanych
	wyjaśnia zależności między emocjami, potrzebami a zachowaniami żywieniowymi,	Obserwacja w warunkach symulowanych
Prowadzi proces pracy z konfliktem wewnętrznym oraz potrzebami klienta z wykorzystaniem technik hipnoterapeutycznych.	prowdzi proces w sposób uporządkowany i bezpieczny,	Obserwacja w warunkach symulowanych
	reaguje adekwatnie na zmiany stanu emocjonalnego klienta.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Utrzymuje postawę empatyczną, odpowiedzialną i etyczną w pracy z klientem w procesie zmiany.	stosuje komunikację wspierającą i budującą zaufanie.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	respektuje granice i autonomię klienta,	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

Szkolenie adresowane jest do osób dorosłych, które posiadają podstawowe doświadczenie w pracy rozwojowej, terapeutycznej lub coachingowej i chcą pogłębić kompetencje w zakresie pracy z emocjami, konfliktami wewnętrznymi oraz potrzebami klienta w procesie zmiany nawyków.

W szczególności szkolenie skierowane jest do:

- hipnoterapeutów i terapeutów pracujących z podświadomością,
- psychodietetyków i dietetyków pracujących z jedzeniem emocjonalnym,
- coachów, terapeutów, trenerów rozwoju osobistego,
- osób, które ukończyły szkolenia podstawowe z zakresu hipnozy, hipnoterapii lub pracy z przekonaniami.

Wymagana jest gotowość do pracy własnej, umiejętność prowadzenia rozmowy pomocowej oraz świadomość odpowiedzialności etycznej w pracy z klientem.

Usługa przygotowuje uczestników do samodzielnego i odpowiedzialnego prowadzenia zaawansowanej pracy hipnodietetycznej z klientem w obszarze konfliktu wewnętrznego, potrzeb emocjonalnych i mechanizmów regulujących zachowania żywieniowe, z zachowaniem zasad bezpieczeństwa, etyki i integralności procesu terapeutycznego.

Zakres tematyczny

Moduł 1. Praca z konfliktem wewnętrznym – ujęcie hipnoterapeutyczne

- istota konfliktu wewnętrznego w procesie zmiany,
- mechanizmy sabotujące zmianę,
- rozpoznawanie sprzecznych części i intencji.

Moduł 2. Techniki pracy z konfliktem wewnętrznym

- struktura procesu terapeutycznego,
- prowadzenie dialogu wewnętrznego,
- integracja sprzecznych części.

Moduł 3. Praktyka – praca z konfliktem wewnętrznym

- ćwiczenia w parach,
- symulacje procesów,
- omówienie i informacja zwrotna.

Moduł 4. Praca z potrzebami i emocjami w hipnodietetyce

- identyfikacja potrzeb emocjonalnych,
- emocje jako regulator zachowań żywieniowych,
- praca z napięciem i frustracją.

Moduł 5. Techniki transformacji potrzeb i emocji

- praca hipnotyczna z potrzebami,
- budowanie alternatywnych strategii regulacji emocji.

Moduł 6. Praktyka i walidacja efektów uczenia się

- ćwiczenia procesowe,
- obserwacja i superwizja,
- walidacja efektów: wywiad swobodny i obserwacja.

Całość szkolenia kończy się walidacją osiągniętych efektów uczenia się.

Warunki organizacyjne

- Szkolenie grupowe.
- Maksymalna liczba uczestników: 20 osób.
- Usługa realizowana jest w godzinach dydaktycznych.
- Czas trwania: 26 godzin dydaktycznych,
- Przerwy wliczone są w czas trwania usługi.
- Przerwy są elastyczne dostosowane do potrzeb i tempa pracy uczestników.
- Na zakończenie realizowana jest walidacja efektów uczenia się.
- Metody walidacji: Wywiad swobodny

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 0

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
Brak wyników.					

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 500,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 500,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	96,15 PLN
Koszt osobogodziny netto	96,15 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

KAMILA GRZYPEK

Kamila Grzypek – hipnoterapeutka, psychodietetyk i nauczyciel.

Posiada wykształcenie wyższe kierunkowe w zakresie edukacji zdrowotnej i profilaktyki uzależnień (2011). Od 2021 roku prowadzi indywidualne sesje hipnoterapeutyczne, specjalizując się w pracy z emocjami, podświadomością oraz wspieraniu zmiany nawyków żywieniowych. Od 2024 roku prowadzi również autorskie szkolenia i warsztaty z zakresu hipnoterapii, hipnodietetyki oraz pracy z wewnętrznym dzieckiem i krytykiem.

W ostatnich pięciu latach ukończyła szereg specjalistycznych kursów potwierdzających jej aktualne kwalifikacje, m.in. Profesjonalną Szkołę Hipnoterapii (2023), certyfikację European Society of Hypnosis (2023), szkolenie „3 Fala CBT – Compassion Focused Therapy” (2023), Professional Hypnotherapy Gastric Band – Diploma Course (2023), a także CRP – Psychotraumatologia (2025) i Neuroenergetic Kinesiology I i II stopień (2025).

W pracy łączy wiedzę z zakresu psychologii, dietetyki i hipnoterapii, kładąc nacisk na praktyczne zastosowanie metod pracy z przekonaniami, emocjami i ciałem.

Osoba prowadząca usługę ma kwalifikacje i doświadczenie zgodne z tematyką usługi zdobyte w ostatnich 5 latach przed publikacją usługi.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymują materiały szkoleniowe w formie drukowanego skryptu szkoleniowego.

Na życzenie osoby ze szczególnymi potrzebami organizator zapewnia usługi zapewniające standard dostępności.

Informacje dodatkowe

Podstawa zwolnienia z VAT - Zwolnienie z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 28 ustawy o podatku od towarów i usług.

Warunki techniczne

Platforma komunikacyjna:

Szkolenie realizowane będzie w formie zdalnej, w czasie rzeczywistym, za pośrednictwem platformy **Microsoft Teams**. Uczestnicy otrzymają link dostępowy do spotkania na adres e-mail wskazany w zgłoszeniu, najpóźniej **5 dni przed rozpoczęciem szkolenia**. Platforma umożliwi prowadzenie zajęć w formie wykładów, ćwiczeń praktycznych, rozmowy na żywo, współdzielenia ekranu i pracy w podgrupach.

Minimalne wymagania sprzętowe:

Uczestnik powinien dysponować **komputerem stacjonarnym lub laptopem** z aktualnym systemem operacyjnym **Windows 10 lub nowszym / macOS 11 lub nowszym**, wyposażonym w **sprawną kamerę internetową, mikrofon i głośniki lub zestaw słuchawkowy**.

Z uwagi na praktyczny charakter zajęć i konieczność aktywnego udziału w ćwiczeniach, **uczestnictwo za pomocą telefonu lub tabletu (system Android/iOS)** nie jest dopuszczalne.

Minimalne wymagania dotyczące łącza sieciowego:

Zalecane jest **stabilne łącze internetowe o przepustowości co najmniej 10 Mb/s (download) i 3 Mb/s (upload)**, umożliwiające nieprzerwaną transmisję audio-wideo. Połączenie powinno być przewodowe lub stabilne Wi-Fi o niskim poziomie opóźnień.

Niezbędne oprogramowanie:

Uczestnicy powinni posiadać **aktualną wersję przeglądarki internetowej (Microsoft Edge, Google Chrome lub Mozilla Firefox)** lub zainstalowaną aplikację **Microsoft Teams**. Wymagane jest również oprogramowanie do odczytu plików PDF (np. Adobe Acrobat Reader) oraz program biurowy umożliwiający otwieranie dokumentów tekstowych (np. Microsoft Word lub LibreOffice).

Uwagi dodatkowe:

Przed rozpoczęciem szkolenia uczestnicy proszeni są o przetestowanie działania kamery, mikrofonu i połączenia internetowego. Zaleca się wyłączenie blokad reklam i zapór sieciowych mogących zakłócać połączenie. W przypadku problemów technicznych należy skontaktować się z organizatorem pod adresem e-mail wskazanym w karcie usługi.

Dostawca Usług zapewnia niezbędne wymagania techniczne i informacje potrzebne do realizacji usługi.

Kontakt

KAMILA GRZYPEK



E-mail kamila.grzypek@gmail.com

Telefon (+48) 519 136 139