



Kurs Hipnoporód – Hypnobirthing International

Numer usługi 2026/02/26/168153/3363558

1 500,00 PLN brutto

1 500,00 PLN netto

88,24 PLN brutto/h

88,24 PLN netto/h

121,56 PLN cena rynkowa ⓘ

SPASJA CENTRUM
SZKOLENIOWE
SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚĆ
CIĄ

★★★★★ 4,8 / 5

412 ocen

📍 Wrocław / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 17 h

📅 05.09.2026 do 06.09.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

Grupa docelowa usługi

Szkolenie jest skierowane do specjalistek, które pracują z kobietami w ciąży i chcą wprowadzić do swojej praktyki techniki hipnorodzenia. W szczególności zapraszamy:

- położne,
- doule,
- fizjoterapeutki uroginekologiczne,
- terapeutki pracy z ciałem,
- psychołożki i psychoterapeutki,
- edukatorki przedporodowe i instruktorki szkół rodzenia,
- nauczycielki jogi i medytacji dla kobiet w ciąży,
- osoby pracujące z kobietami w ciąży, które chcą rozszerzyć swój warsztat o techniki relaksacyjne i narzędzia wspierające naturalny poród.

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.

Minimalna liczba uczestników

6

Maksymalna liczba uczestników

12

Data zakończenia rekrutacji

26-08-2026

Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	17
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

Kurs hipnoporodu przygotowuje do profesjonalnego, etycznego i bezpiecznego wsparcia kobiet w czasie ciąży i porodu poprzez techniki relaksacyjne, autohipnozę i pracę z podświadomością.

Celem szkolenia jest:

- rozwinięcie kompetencji w prowadzeniu zajęć z hipnorodzenia,
- zrozumienie, jak działa hipnoza w porodzie i jak wpływa na redukcję bólu porodowego,
- nauczanie tworzenia skutecznych sugestii hipnotycznych,
- wsparcie w pracy z lękiem przed porodem i napięciem emocjonalnym

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik opisuje naukowe i psychofizjologiczne podstawy hipnoporodu oraz mechanizmy regulacji stresu	Uczestnik opisuje zależność pomiędzy reakcją stresową, napięciem mięśniowym, układem nerwowym i percepcją bólu porodowego.	Test teoretyczny
	Uczestnik opisuje pojęcie transu, poziomy jego głębokości oraz relację umysł świadomy–podświadomy	Test teoretyczny
	Uczestnik charakteryzuje anatomię, pracę macicy i reakcje fizjologiczne porodu	Test teoretyczny
	Uczestnik opisuje fakty i badania naukowe z zakresu hipnorodzenia	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik prowadzi indywidualny proces wsparcia kobiety w ciąży z wykorzystaniem technik hipnorodzenia.	Uczestnik opracowuje indywidualny plan pracy z zastosowaniem technik relaksacyjnych i hipnotycznych.	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik prowadzi bezpieczną sesję relaksacyjno-hipnotyczną dostosowaną do reakcji klientki.	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik prawidłowo stosuje wizualizację, sugestie, afirmacje oraz techniki oddechowe.	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik bezpiecznie wyprowadza klientkę z transu.	Analiza dowodów i deklaracji
Uczestnik prowadzi zajęcia z zakresu świadomego przygotowania do porodu metodą hipnorodzenia.	Uczestnik opracowuje program i scenariusz zajęć dla kobiet i par.	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik prezentuje techniki autohipnozy w sposób zrozumiały dla uczestników.	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik stosuje metody angażujące partnerów w proces przygotowania do porodu.	Analiza dowodów i deklaracji
Uczestnik stosuje kompetencje społeczne podczas hipnorodu	Uczestnik komunikuje się z pacjentem uwzględniając aspekty emocjonalne i fizyczne podczas sesji hipnorodu	Analiza dowodów i deklaracji

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 2 dni. Są to zajęcia teoretyczno-praktyczne. Uczestnicy pracują w parach i wykonują poznane techniki na sobie nawzajem, pracując pod okiem Instruktorki przy kozetkach, znajdujących się w sali.

Szkolenie jest skierowane do specjalistek, które pracują z kobietami w ciąży i chcą wprowadzić do swojej praktyki techniki hipnorodzenia. W szczególności zapraszamy:

- położne,
- doule,
- fizjoterapeutki uroginekologiczne,
- terapeutki pracy z ciałem,
- psycholożki i psychoterapeutki,
- edukatorki przedporodowe i instruktorki szkół rodzenia,
- nauczycielki jogi i medytacji dla kobiet w ciąży,
- osoby pracujące z kobietami w ciąży, które chcą rozszerzyć swój warsztat o techniki relaksacyjne i narzędzia wspierające naturalny poród.

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 17 godzin szkoleniowych, które są ujęte w harmonogramie. Liczba godzin szkolenia została podana w godzinach szkoleniowych (1h szkoleniowa = 45 minut). Zajęcia teoretyczne 3,5 godziny dydaktyczne, oraz zajęcia praktyczne – 13,5 godzin dydaktycznych.

Przerwy nie są wliczone do czasu kursu.

Przerwy o łącznym czasie 2h zegarowych i 45 minut są ujęte w harmonogramie, ale niewliczone do czasu kursu. Przerwy kawowe nie zostały ujęte oddzielnie ze względu na praktyczny charakter kursu. Osoba prowadząca szkolenie robi je w momencie zakończenia danego etapu zabiegu. Tempo pracy podczas kursu może się różnić dla każdego uczestnika, więc nie ma możliwości podania precyzyjnego czasu rozpoczęcia i zakończenia przerwy.

Program

1. Rozpoczęcie kursu i przywitanie uczestników
2. Czym jest trans?
3. Głębokość transu
4. Umysł świadomy i podświadomy
5. Sześć etapów sesji hipnozy
6. Tworzenie oazy spokoju
7. Bezpieczne wybudzanie z transu
8. Tworzenie sugestii
9. Tworzenie sugestii hipnotycznych dla kobiet w ciąży
10. Autohipnoza
11. Wzmacnianie ego – praca nad pewnością siebie
12. Manipulowanie „rozpraszaczami”
13. Niespodziewane reakcje osób w transie
14. Historia hipnorodzenia
15. Hipnorodzenie – fakty i badania naukowe
16. Warunkowanie i kotwiczenie
17. Układ nerwowy
18. Strach i ból
19. Jak rodzą inne ssaki
20. Rozmowa z dzieckiem w transie
21. Rola partnera
22. Moc języka+reframing
23. Ćwiczenia oddechowe
24. Afirmacje
25. Hipnorodzenie w pracy położnych
26. Atmosfera porodowa
27. Macica i jej mięśnie
28. Hipnoporód

- 29. Stosowanie hipnozy po porodzie
- 30. Kurs dla par
- 31. Specjalne okoliczności + cesarskie cięcie
- 32. Znaczenie pewności siebie i jej wpływ na zadowolenie z porodu
- 33. Omówienie gotowych skryptów
- 34. Pytania od grupy
- 35. Walidacja

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

Metoda weryfikacji obecności - lista obecności podpisywana przez uczestników kursu (wymagane minimum 80% obecności).

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 11

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 11 Realizacja szkolenia zgodnie z programem - Dzień 1. Punkty 1-6	Kaja Krawczyk	05-09-2026	09:00	10:30	01:30
2 z 11 Realizacja szkolenia zgodnie z programem - Dzień 1. Punkty 7-10. W bloku szkoleniowym uwzględniono 15 min przerwę kawową	Kaja Krawczyk	05-09-2026	10:30	13:30	03:00
3 z 11 Przerwa obiadowa	Kaja Krawczyk	05-09-2026	13:30	14:30	01:00
4 z 11 Realizacja szkolenia zgodnie z programem - Dzień 1. Punkty 11-16.	Kaja Krawczyk	05-09-2026	14:30	16:00	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 11 Realizacja szkolenia zgodnie z programem - Dzień 1. Punkty 17-24. W bloku szkoleniowym uwzględniono 15 min przerwę kawową	Kaja Krawczyk	05-09-2026	16:00	17:30	01:30
6 z 11 Realizacja szkolenia zgodnie z programem - Dzień 2. Punkty 25-27	Kaja Krawczyk	06-09-2026	09:00	11:00	02:00
7 z 11 Realizacja szkolenia zgodnie z programem - Dzień 2. Punkty 28-30. W bloku szkoleniowym uwzględniono 15 min przerwę kawową	Kaja Krawczyk	06-09-2026	11:00	13:00	02:00
8 z 11 Przerwa obiadowa	Kaja Krawczyk	06-09-2026	13:00	14:00	01:00
9 z 11 Realizacja szkolenia zgodnie z programem - Dzień 2. Punkty 31-34	Kaja Krawczyk	06-09-2026	14:00	15:30	01:30
10 z 11 Walidacja- test teoretyczny	-	06-09-2026	15:30	15:45	00:15
11 z 11 Walidacja – analiza dowodów i deklaracji	-	06-09-2026	15:45	16:00	00:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 500,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 500,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	88,24 PLN
Koszt osobogodziny netto	88,24 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Kaja Krawczyk

Jedyna w Polsce magister hipnoterapii klinicznej z dyplomem londyńskiej uczelni oraz certyfikowana instruktorka KG Hypnobirthing.

Ukończyła studia magisterskie na University of West London na kierunku Clinical Hypnotherapy ze specjalizacją w hipnorodzeniu. Tematyce hipnorodu poświęciła również swoją pracę magisterską, badając wpływ tej metody na poczucie sprawczości i zaufanie kobiet do własnego ciała w czasie porodu.

Od ponad 7 lat pracuje z kobietami w ciąży oraz parami przygotowującymi się do narodzin, wykorzystując narzędzia hipnoterapii klinicznej, świadomą pracę z ciałem i techniki regulacji stresu. Od ponad 5 lat prowadzi certyfikowane szkolenia instruktorskie w Polsce i za granicą, przygotowując specjalistki do profesjonalnej pracy z metodą hipnorodzenia.

Jest certyfikowaną instruktorką KG Hypnobirthing oraz twórczynią programu Hypnobirthing International, akredytowanego przez London College of Clinical Hypnotherapy International. Regularnie występuje jako prelegentka na konferencjach krajowych i międzynarodowych oraz współpracuje z mediami ogólnopolskimi (m. in. TVN, Onet) jako ekspertka w obszarze przygotowania do porodu.

Jest autorką książki „Hipnoród. Praktyczny przewodnik, jak rodzić w głębokim relaksie”.

Posiada doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia danych dotyczących oferowanej usługi do BUR.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Do kursu uczestnik otrzymuje:

1. obszerny skrypt z materiałami dydaktycznymi oraz książkę Kai Krawczyk

2. nagrane relaksacje – gotowe narzędzia do prowadzenia zajęć z rodzicami
3. narzędzia do pracy podczas kursu
4. certyfikat ukończenia szkolenia w języku polskim
5. 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 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 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. Analiza dowodów i deklaracji odbywa się poprzez zebranie nagrań podczas wykonywania *wybranych* ćwiczeń praktycznych. Testy i nagrania są sprawdzane przez osobę walidującą najpóźniej w dzień następujący po kursie i wtedy znane są wyniki walidacji.
- 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

Telefon (+48) 534 226 006