



## PSYCHOLOGIA DOŚWIADCZEŃ SUBIEKTYWNYCH

Numer usługi 2026/03/12/154145/3402498

15 900,00 PLN brutto

15 900,00 PLN netto

155,88 PLN brutto/h

155,88 PLN netto/h

166,67 PLN cena rynkowa ⓘ

FUNDACJA  
BENNEWICZ  
INSTYTUT  
KOGNITYWISTYKI

★★★★★ 5,0 / 5

22 oceny

- 📄 Usługa szkoleniowa
- 📺 zdalna w czasie rzeczywistym
- 🕒 102:00 h
- 📅 01.06.2026 do 15.07.2026

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty

### Grupa docelowa usługi

**Grupa docelowa kursu Psychologii Doświadczeń Subiektywnych** to profesjonaliści i praktycy z obszarów rozwoju osobistego i zawodowego, w tym doradcy, konsultanci, specjaliści HR, a także osoby zainteresowane pogłębieniem wiedzy o subiektywnych doświadczeniach człowieka, w tym osoby pracujące w obszarze edukacji, rozwoju osobistego i zawodowego, pragnące poszerzyć swoje kompetencje w zakresie indywidualnych procesów psychicznych.

### Minimalna liczba uczestników

5

### Maksymalna liczba uczestników

15

### Data zakończenia rekrutacji

29-05-2026

### Forma prowadzenia usługi

zdalna w czasie rzeczywistym

### Liczba godzin usługi

102

### Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Znak Jakości TGLS Quality Alliance

## Cel

### Cel edukacyjny

Po ukończeniu kursu Uczestnik będzie biegle rozumiał i stosował założenia PDS wraz z dedykowanymi specjalnie do tej metody narzędziami; miał zaawansowane kompetencje komunikacyjne i relacyjne, które umożliwiają świadome

budowanie kontaktu oraz wspieranie rozwoju osobistego i zawodowego swoich klientów. Absolwent otrzymają certyfikat i zaświadczenie ukończenia kursu.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Uczestnik definiuje i charakteryzuje obszar rozwoju, jakim jest psychologia doświadczeń subiektywnych.</p> <p>Uczestnik rozumie ograniczenia klasycznej diagnozy klinicznej i jej wpływ na patologizację jednostki.</p>	<p>Samodzielnie buduje i projektuje przebieg procesu psychologicznego w ramach modelu psychologii doświadczeń subiektywnych opracowanego przez Bennewicz Instytut Kognitywistyki.</p> <p>Omawia zasady etyki pracy w obszarze psychologii doświadczeń subiektywnych.</p> <p>Potrafi zastosować alternatywne podejścia wspierające budowanie świadomej tożsamości.</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p> <p>Test teoretyczny</p>
<p>Uczestnik rozumie pojęcie duchowości w kontekście psychologii.</p>	<p>Potrafi rozróżnić zjawiska niedualne i nieliniowe.</p> <p>Umie wyjaśnić, jak duchowość wpływa na spójność osobistą.</p>	<p>Test teoretyczny</p>
<p>Uczestnik potrafi rozpoznać procesy nieświadome i z nimi pracować.</p>	<p>Potrafi rozpoznać i integrować odszczepione elementy osobowości oraz stosować techniki rozwijania zasobności osobistej.</p> <p>Potrafi pracować z lękiem i traumą oraz integrować doświadczenia z przeszłości.</p> <p>Uczestnik potrafi zidentyfikować różne syndromy np. porzucenia i zastosować techniki uzdrawiające.</p>	<p>Test teoretyczny</p>
<p>Uczestnik umie analizować i interpretować różnorodne języki psychologiczne.</p>	<p>Zna języki (sposoby) budowania relacji i komunikacji międzyludzkiej np. język miłości, lęku, zmiany z wykorzystaniem współczesnej psycholingwistyki i semantyki stosowanej.</p>	<p>Test teoretyczny</p>

## 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

Kurs Psychologii Doświadczeń Subiektywnych w Bennewicz Instytut Kognitywistyki to zaawansowany program, który łączy najnowszą wiedzę z zakresu psychologii doświadczeń subiektywnych z praktycznymi narzędziami i technikami pracy z jednostką. Program kursu obejmuje nie tylko aspekt rozwoju jednostki, ale także badanie procesów emocjonalnych, poznawczych i percepcyjnych, które wpływają na nasze subiektywne doświadczenia. Praca nad indywidualnym podejściem do klienta, wykorzystanie narzędzi psychologii pozytywnej oraz transpersonalnej pozwala uczestnikom na holistyczne podejście do rozwoju osobistego.

## MODUŁ I

*Temat tygodnia: „W głąb Psychologii Doświadczeń Subiektywnych”*

### Główne zagadnienia:

- Fundamenty Psychologii Doświadczeń Subiektywnych (PDS). Czym jest PDS i na jakich założeniach się opiera? Zasady kanoniczne PDS.
- Człowiek w procesie budowania mostów między światem indywidualnym, a zewnętrznym. Twój unikalny sposób porządkowania danych, czyli jak organizujemy bodźce i percepcje?
- Świadoma intencja i jej znaczenie w rozwoju. Od sprzeczności do twórczej syntezy.
- Człowiek w imadle życia codziennego. Wychodzenie z presji „imadła”.
- Kognitywistyka, neuroplastyczność i duchowość – jak synergizują się te pojęcia w praktyce rozwojowej człowieka
- Hillmanowskie pojęcie duszy i ducha. Czym jest urzeczywistnienie duszy? Duchowość jako dążenie do osobistej równowagi i spójności.
- Zjawiska niedualne i doświadczenia nieliniowe – ich znaczenie w rozwoju jednostki. Od aktów trickstera po manifestacje. Synergie i serendypie na drodze rozwoju jednostki.
- Od transpersonalności do integralności rozwoju ludzkiego. Sukces to gotowość trafiająca na okazję.

## MODUŁ II

*Temat tygodnia: „Pole relacji i pole nieświadomości indywidualnej”*

### Główne zagadnienia:

- Archetypy – prasybole opisujące osobowość jednostki i doświadczaną rzeczywistość. Treść i znaczenie archetypów. Archetypy jako motywy kształtujące role. Cień i jaźń – przeciwstawne struktury osobowości.
- Praca z treściami cienia. Cień jako zasób. Doświadczenie lęku i traumy – cienie przeszłości i ciemne bloki w rozwoju. Integracja odszczepionych elementów osobowości. Integracja cienia jako uspojnienie osobowości.
- Role społeczne i role psychologiczne oraz ich znaczenie dla rozwoju jednostkowego.
- Tożsamość zawarta w języku. Figura i tło relacji. Znak, znaczenie i znaczący – trzy wymiary przekazu w komunikacji interpersonalnej i intrapersonalnej.
- Mechanizm obronne osobowości w specyfice kultury polskiej. Mentalność folwarku a osobowość indywidualna. Obrony osobowości jako auto atak – obrona przez blokowanie.
- Pojęcie traumy wczesnodziecięcej. Trauma jako zamrożenie emocjonalne. Echo i źródło jako odpowiedź emocjonalna na zamrożenie traumatyczne. Odblokowanie zamrożenia.

## MODUŁ III

Temat tygodnia: „Patologizacja, a urzeczywistnienie duszy”

#### Główne zagadnienia:

- Nieświadomość i wgląd w nieświadome procesy. Ekologiczne ujawnianie procesu głębokiego jednostki (Deep Proces). Poszerzanie świadomości poprzez procesy wglądu i zrozumienia znaczeń. Poziomy świadomości. Integracja osobowości na wyższych poziomach.
- Mechanizm patologizacji. Co nazywamy patologią? Patologia i stygmatyzacja. Klasyczna diagnoza kliniczna i wynikająca z niej patologia – dwa niepokojące terminy współczesnej psychologii
- Depatologizacja, czyli proces akceptacji subiektywności osoby ludzkiej poprzez odwołanie się do unikalnych doświadczeń jednostki. Jeśli nasze halucynacje jednostki zgadzają się z paradygmatem zbiorowości – jednostka jest zdrowa. Jeśli są niezgodne – jednostkę uznaje się za chorą.
- Duch jako idea powszechna. Dusza jako indywidualistyczne skonkretyzowanie i urzeczywistnianie idei.
- Góra Lodowa jako Eros, Logos i Agape rozwoju jednostki. Praca na trzech poziomach wglądu. Świadome rozpoznawanie procesu. Podążanie za procesem.

#### **MODUŁ IV**

Temat tygodnia: „Ujawnienie procesu głębokiego – jako nadrzędny cel rozwoju”

#### Główne zagadnienia:

- Od inflacji do indywidualizacji. W poszukiwaniu jedności wewnętrznej, czyli spotkanie z jaźnią. Wsluchując się w Czerwoną Księgę Carla Gustava Junga.
- Biosoftware i pole morficzne. Przebudowa biosoftware. Jak funkcjonuje pole wszelkich możliwości. Co sprawia, że doświadczamy pole jak zamknięte lub jako otwarte? Czy rzeczywiście mamy „wszelkie możliwości”? Co determinuje nasze wybory?
- Neurofizjologia zmiany, a neuroplastyczność mózgu. Wybory i decyzje w punktach węzłowych rzeczywistości. Jak dokonujemy wyborów i od czego one zależą? Samoświadomość wyborów węzłowych. Jak tworzyć świadomy proces decyzyjny?
- Świadoma zmiana filtrów percepcyjnych i odrzucenie filtrów afiliacyjnych (dystans wobec presji społecznej). Zaufanie jako stan zasobności. Od zaufania do wdzięczności. Praca z uwalnianiem energii poprzez wdzięczność.
- Wzorce i skrypty jako mechanizmy kontrolujące i stymulujące osobowość i zachowania jednostki. Wzorzec (pierwotny) podstawowy. Przebudowa wzorca podstawowego.

#### **MODUŁ V**

Temat tygodnia: „Żaloba po dzieciństwie. Inicjacja w dorosłość”

#### Główne zagadnienia:

- Wzorce i skrypty jako mechanizmy kontrolujące i stymulujące osobowość. Zachowania i decyzje jednostki jako skutek skryptów i transakcji psychologicznych. Wzorzec (pierwotny) podstawowy. Przebudowa wzorca podstawowego.
- Pomiędzy relatywnym determinizmem życia ludzkiego (względna konieczność) a zdeterminowanym relatywizmem (przymusowa wątpliwość).
- Żaloba po dzieciństwie jako świadomy remanent wzorców dzieciństwa. Wgląd w nieświadome programy wczesnodziecięce i ponowna świadome integracja. Zamknięcie i odłączenie wzorców dzieciństwa jako otwarcie na zintegrowaną, zasobną dorosłość.
- Syndrom porzucania i bycia porzuconym – rozstanie jako doświadczenie zranienia i otwartej traumy. Uzdrawianie syndromu Davy’ego Jonesa – wyjście z doświadczenia bycia porzuconym. Wyjście z kompleksu ofiary.
- Uzdrawianie syndromu Tia Dalma – Calypso – jako doświadczenie porzucania. Wyjście z kompleksu sprawcy.
- Inicjacja w dorosłość. Dorosła tożsamość jako brama do dobrostanu i szczęśliwego funkcjonowania. Czym jest inicjacja w dorosłość u osób nominalnie i metrykalnie dorosłych? Wielkie Zadanie Inicjacyjne, czyli osobisty proces integracji. Powitanie dorosłości jako radosnej wolności.

#### **MODUŁ VI**

Temat tygodnia: „Język snów. Iluminacja.”

#### Główne zagadnienia:

- Sny i język snów. Dlaczego sny możemy potraktować jako informacje? Sny to nie tylko przypadkowe efekty kodowania perceptów przez mózg. Metaforyczne treści jako istotna informacja z poziomów nieświadomych osobowości. Rodzaje snów. Morfologia, czyli analiza treści snu. Zdarzenie senne, czyli fakty we śnie. Techniki i metody interpretacyjne treści snów i wizji.
- Sny prekognicyjne. Morfologia snów prekognicyjnych. Sny jaźni i ich znaczenie. Morfologia snów jaźni.
- Różne środki wyrazu – różne drogi do ekspresji emocji oraz integracji treści metaforycznych. Metaforyczny język jaźni. Wizja na jawie. Od świadomego śnienia do świadomych wizji.
- Spójna tożsamość w drodze do iluminacji i przebudzenia. Od czego zależy spójna tożsamość – jak ją osiągnąć, zachować i wzmacniać?
- Duchowość jako stan umysłu przebudzonego. Od samoświadomości do przebudzenia. Iluminacja jako spójna samoświadomość.

### Program kursu łącznie obejmuje:

1. **Wykłady z możliwością zadawania pytań oraz ćwiczenia** - 96 godzin zegarowych realizowanych zdalnie w czasie rzeczywistym na platformie zoom w godz. 17:00 – 21:00 od poniedziałku do czwartku
2. **Superwizja grupowa (przygotowanie do egzaminu)** - 3 godziny zegarowe realizowane zdalnie w czasie rzeczywistym na platformie ZOOM
3. **Egzamin teoretyczny** - 3 godziny zegarowe, w tym: egzamin teoretyczny cząstkowy "21 pytań" - 1 godzina zegarowa; egzamin teoretyczny końcowy 2 godziny zegarowe
4. **Superwizja indywidualna z trenerem** - podsumowanie procesu, 90 minut zegarowych
5. **Egzamin praktyczny** - wypełnienie arkusza autofeedbacku, 1 godzina zegarowa

### Działania wspierające (dobrowolne):

- **Zadania domowe** - minimalnie 33 h pracy własnej nad zadaniami domowymi po poszczególnych modułach, w ramach których Uczestnik kontynuuje tematykę sesji, eksperymentuje i poszukuje rozwiązań kreatywnych, a także wzmacnia samodzielne poszukiwania edukacyjne (praca indywidualna).

- **Webinary offline** - 21,5 godzin zegarowych (praca indywidualna na dedykowanej platformie edukacyjnej instytutbennewicz.pl)

- **Praca własna** - 7,5 godzin (praca indywidualna).

### Warunki organizacyjne:

Zajęcia podzielone są na część teoretyczną (wykład z możliwością zadawania pytań) oraz praktyczną (ćwiczenia w osobistych pokojach na platformie ZOOM. Ćwiczenia odbywają się w 2-3 osobowych grupach). Każde ćwiczenie zakończone jest podsumowaniem z prowadzącymi spotkanie.

### Stanowiska i narzędzia pracy:

- • • Każdy uczestnik korzysta z samodzielnego stanowiska komputerowego z dostępem do platformy instytutbennewicz.pl oraz ZOOM umożliwiającej realizację kursu. Organizator zapewnia dostęp do platformy instytutbennewicz.pl oraz ZOOM.
- Dostęp do materiałów kursowych (prezentacji, ćwiczeń) oraz nagrań video zapewniany jest przez dedykowaną platformę instytutbennewicz.pl.

### Przerwy:

W trakcie każdego 4-godzinnego modułu przewidziane są przerwy regeneracyjne (około 15 minut). Czas trwania przerw jest wliczany do całkowitego czasu trwania kursu.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 76

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 76</b> Fundamenty Psychologii Doświadczeń Subiektywnych (PDS)/WYKŁAD	Maciej Jera-Bennewicz	01-06-2026	17:00	19:30	02:30
<b>2 z 76</b> Przerwa regeneracyjna	Maciej Jera-Bennewicz	01-06-2026	19:30	19:45	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>3 z 76</b> Fundamenty Psychologii Doświadczeń Subiektywnych (PDS) / <b>ĆWICZENIA</b>	Maciej Jera-Bennewicz	01-06-2026	19:45	21:00	01:15
<b>4 z 76</b> Świadoma intencja i jej znaczenie w rozwoju. Od sprzeczności do twórczej syntezy. /WYKŁAD	ANNA JERA-BENNEWICZ	02-06-2026	17:00	19:30	02:30
<b>5 z 76</b> Przerwa regeneracyjna	ANNA JERA-BENNEWICZ	02-06-2026	19:30	19:45	00:15
<b>6 z 76</b> Świadoma intencja i jej znaczenie w rozwoju. Od sprzeczności do twórczej syntezy. /ĆWICZENIA	ANNA JERA-BENNEWICZ	02-06-2026	19:45	21:00	01:15
<b>7 z 76</b> Hillmanowskie pojęcie duszy i ducha. Czym jest urzeczywistnienie duszy? Duchowość jako dążenie do osobistej równowagi i spójności. /WYKŁAD	Maciej Jera-Bennewicz	03-06-2026	17:00	19:30	02:30
<b>8 z 76</b> Przerwa regeneracyjna	Maciej Jera-Bennewicz	03-06-2026	19:30	19:45	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p><b>9 z 76</b> Hillmanowskie pojęcie duszy i ducha. Czym jest urzeczywistnienie duszy? Duchowość jako dążenie do osobistej równowagi i spójności. / ĆWICZENIA</p>	Maciej Jera-Bennewicz	03-06-2026	19:45	21:00	01:15
<p><b>10 z 76</b> Człowiek w imadle życia codziennego. / WYKŁAD</p>	ANNA JERA-BENNEWICZ	04-06-2026	17:00	19:30	02:30
<p><b>11 z 76</b> Przerwa regeneracyjna</p>	ANNA JERA-BENNEWICZ	04-06-2026	19:30	19:45	00:15
<p><b>12 z 76</b> Człowiek w imadle życia codziennego. / ĆWICZENIA</p>	ANNA JERA-BENNEWICZ	04-06-2026	19:45	21:00	01:15
<p><b>13 z 76</b> Archetypy – prasybole opisujące osobowość jednostki i doświadczaną rzeczywistość. Pojęcie traumy wczesnodziecięcej. Trauma jako zamrożenie emocjonalne. / WYKŁAD</p>	Maciej Jera-Bennewicz	08-06-2026	17:00	19:30	02:30
<p><b>14 z 76</b> Przerwa regeneracyjna</p>	Maciej Jera-Bennewicz	08-06-2026	19:30	19:45	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p><b>15 z 76</b> Archetypy – prasybole opisujące osobowość jednostki i doświadczaną rzeczywistość. Pojęcie traumy wczesnodziecięcej. Trauma jako zamrożenie emocjonalne. / ĆWICZENIA</p>	Maciej Jera-Bennewicz	08-06-2026	19:45	21:00	01:15
<p><b>16 z 76</b> Praca z treściami cienia. Cień jako zasób. Doświadczenie lęku i traumy – cienie przeszłości i ciemne bloki w rozwoju. / WYKŁAD</p>	ANNA JERA-BENNEWICZ	09-06-2026	17:00	19:30	02:30
<p><b>17 z 76</b> Przerwa regeneracyjna</p>	ANNA JERA-BENNEWICZ	09-06-2026	19:30	19:45	00:15
<p><b>18 z 76</b> Praca z treściami cienia. Cień jako zasób. Doświadczenie lęku i traumy – cienie przeszłości i ciemne bloki w rozwoju. / ĆWICZENIA</p>	ANNA JERA-BENNEWICZ	09-06-2026	19:45	21:00	01:15
<p><b>19 z 76</b> Role społeczne i role psychologiczne. Tożsamość zawarta w języku. Figura i tło relacji. Trzy wymiary przekazu w komunikacji interpersonalnej i intrapersonalnej. / WYKŁAD</p>	Maciej Jera-Bennewicz	10-06-2026	17:00	19:30	02:30
<p><b>20 z 76</b> Przerwa regeneracyjna</p>	Maciej Jera-Bennewicz	10-06-2026	19:30	19:45	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p><b>21 z 76</b> Role społeczne i role psychologiczne. Tożsamość zawarta w języku. Figura i tło relacji. Trzy wymiary przekazu w komunikacji interpersonalnej i intrapersonalnej. / ĆWICZENIA</p>	Maciej Jera-Bennewicz	10-06-2026	19:45	21:00	01:15
<p><b>22 z 76</b> Mechanizm obronne osobowości w specyfice kultury polskiej. Mentalność folwarku a osobowość indywidualna. Obrony osobowości jako auto atak – obrona przez blokowanie. / WYKŁAD</p>	ANNA JERA-BENNEWICZ	11-06-2026	17:00	19:30	02:30
<p><b>23 z 76</b> Przerwa regeneracyjna</p>	ANNA JERA-BENNEWICZ	11-06-2026	19:30	19:45	00:15
<p><b>24 z 76</b> Mechanizm obronne osobowości w specyfice kultury polskiej. Mentalność folwarku a osobowość indywidualna. Obrony osobowości jako auto atak – obrona przez blokowanie. / ĆWICZENIA</p>	ANNA JERA-BENNEWICZ	11-06-2026	19:45	21:00	01:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p><b>25 z 76</b></p> <p>Nieświadomość i wgląd w nieświadome procesy. Deep Proces. Poziomy świadomości. Integracja osobowości na wyższych poziomach. / WYKŁAD</p>	Maciej Jera-Bennewicz	15-06-2026	17:00	19:30	02:30
<p><b>26 z 76</b> Przerwa regeneracyjna</p>	Maciej Jera-Bennewicz	15-06-2026	19:30	19:45	00:15
<p><b>27 z 76</b></p> <p>Nieświadomość i wgląd w nieświadome procesy. Deep Proces. Poziomy świadomości. Integracja osobowości na wyższych poziomach. / ĆWICZENIA</p>	Maciej Jera-Bennewicz	15-06-2026	19:45	21:00	01:15
<p><b>28 z 76</b></p> <p>Mechanizm patalogizacji. Co nazywamy patologią? Patologia i stygmatyzacja. Klasyczna diagnoza kliniczna i wynikająca z niej patologia – dwa niepokojące terminy współczesnej psychologii. / WYKŁAD</p>	ANNA JERA-BENNEWICZ	16-06-2026	17:00	19:30	02:30
<p><b>29 z 76</b> Przerwa regeneracyjna</p>	ANNA JERA-BENNEWICZ	16-06-2026	19:30	19:45	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p><b>30 z 76</b></p> <p>Mechanizm patalogizacji. Co nazywamy patologią? Patologia i stygmatyzacja. Klasyczna diagnoza kliniczna i wynikająca z niej patologia – dwa niepokojące terminy współczesnej psychologii. / <b>ĆWICZENIA</b></p>	ANNA JERA-BENNEWICZ	16-06-2026	19:45	21:00	01:15
<p><b>31 z 76</b></p> <p>Depatologizacja. Duch jako idea powszechna. Dusza jako indywidualistyczne skonkretyzowane i urzeczywistnione idei. / <b>WYKŁAD</b></p>	Maciej Jera-Bennewicz	17-06-2026	17:00	19:30	02:30
<p><b>32 z 76</b> Przerwa regeneracyjna</p>	Maciej Jera-Bennewicz	17-06-2026	19:30	19:45	00:15
<p><b>33 z 76</b></p> <p>Depatologizacja. Duch jako idea powszechna. Dusza jako indywidualistyczne skonkretyzowane i urzeczywistnione idei. / <b>ĆWICZENIA</b></p>	Maciej Jera-Bennewicz	17-06-2026	19:45	21:00	01:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p><b>34 z 76</b> Góra Lodowa jako Eros, Logos i Agape rozwoju jednostki. Praca na trzech poziomach wglądu. Świadome rozpoznawanie procesu. Podążanie za procesem. / WYKŁAD</p>	ANNA JERABENNEWICZ	18-06-2026	17:00	19:30	02:30
<p><b>35 z 76</b> Przerwa regeneracyjna</p>	ANNA JERABENNEWICZ	18-06-2026	19:30	19:45	00:15
<p><b>36 z 76</b> Góra Lodowa jako Eros, Logos i Agape rozwoju jednostki. Praca na trzech poziomach wglądu. Świadome rozpoznawanie procesu. Podążanie za procesem. / ĆWICZENIA</p>	ANNA JERABENNEWICZ	18-06-2026	19:45	21:00	01:15
<p><b>37 z 76</b> Od inflacji do indywidualności. W poszukiwaniu jedności wewnętrznej czyli spotkanie z jaźnią. Wstępując się w Czerwoną Księgę Carla Gustava Junga. / WYKŁAD</p>	Maciej Jerabennewicz	22-06-2026	17:00	19:30	02:30
<p><b>38 z 76</b> Przerwa regeneracyjna</p>	Maciej Jerabennewicz	22-06-2026	19:30	19:45	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p><b>39 z 76</b> Od inflacji do indywidualności. W poszukiwaniu jedności wewnętrznej czyli spotkanie z jaźnią. Wsłuchując się w Czerwoną Księgę Carla Gustava Junga. / ĆWICZENIA</p>	Maciej Jera-Bennewicz	22-06-2026	19:45	21:00	01:15
<p><b>40 z 76</b> Biosoftware i pole morficzne. Co sprawia, że doświadczamy pole jak zamknięte lub jako otwarte? Czy rzeczywiście mamy „wszelkie możliwości”? Co determinuje nasze wybory? / WYKŁAD</p>	ANNA JERA-BENNEWICZ	23-06-2026	17:00	19:30	02:30
<p><b>41 z 76</b> Przerwa regeneracyjna</p>	ANNA JERA-BENNEWICZ	23-06-2026	19:30	19:45	00:15
<p><b>42 z 76</b> Biosoftware i pole morficzne. Co sprawia, że doświadczamy pole jak zamknięte lub jako otwarte? Czy rzeczywiście mamy „wszelkie możliwości”? Co determinuje nasze wybory? / ĆWICZENIA</p>	ANNA JERA-BENNEWICZ	23-06-2026	19:45	21:00	01:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p><b>43 z 76</b>  Neurofizjologia zmiany, a neuroplastyczność mózgu.  Wybory i decyzje w punktach węzłowych rzeczywistości.  Świadoma zmiana filtrów percepcyjnych i odrzucenie filtrów afiliacyjnych. /  WYKŁAD</p>	Maciej Jera-Bennewicz	24-06-2026	17:00	19:30	02:30
<p><b>44 z 76</b> Przerwa regeneracyjna</p>	Maciej Jera-Bennewicz	24-06-2026	19:30	19:45	00:15
<p><b>45 z 76</b>  Neurofizjologia zmiany, a neuroplastyczność mózgu.  Wybory i decyzje w punktach węzłowych rzeczywistości.  Świadoma zmiana filtrów percepcyjnych i odrzucenie filtrów afiliacyjnych. /  ĆWICZENIA</p>	Maciej Jera-Bennewicz	24-06-2026	19:45	21:00	01:15
<p><b>46 z 76</b> Wzorce i skrypty jako mechanizmy kontrolujące i stymulujące osobowość i zachowania jednostki.  Wzorzec (pierwotny) podstawowy.  Przebudowa wzorca podstawowego. /  WYKŁAD</p>	ANNA JERA-BENNEWICZ	25-06-2026	17:00	19:30	02:30
<p><b>47 z 76</b> Przerwa regeneracyjna</p>	ANNA JERA-BENNEWICZ	25-06-2026	19:30	19:45	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p><b>48 z 76</b> Wzorce i skrypty jako mechanizmy kontrolujące i stymulujące osobowość i zachowania jednostki. Wzorzec (pierwotny) podstawowy. Przebudowa wzorca podstawowego. / <b>ĆWICZENIA</b></p>	ANNA JERA-BENNEWICZ	25-06-2026	19:45	21:00	01:15
<p><b>49 z 76</b> Wzorce i skrypty jako mechanizmy kontrolujące i stymulujące osobowość. Wzorzec (pierwotny) podstawowy. Przebudowa wzorca podstawowego. / <b>WYKŁAD</b></p>	Maciej Jera-Bennewicz	29-06-2026	17:00	19:30	02:30
<p><b>50 z 76</b> Przerwa regeneracyjna</p>	Maciej Jera-Bennewicz	29-06-2026	19:30	19:45	00:15
<p><b>51 z 76</b> Wzorce i skrypty jako mechanizmy kontrolujące i stymulujące osobowość. Wzorzec (pierwotny) podstawowy. Przebudowa wzorca podstawowego. / <b>ĆWIECZENIA</b></p>	Maciej Jera-Bennewicz	29-06-2026	19:45	21:00	01:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p><b>52 z 76</b> Żałoba po dzieciństwie jako świadomy remanent wzorców dzieciństwa. Wgląd w nieświadome programy wczesnodziecięce i ponowna świadome integracja. Zamknięcie i odłączenie wzorców dzieciństwa. / WYKŁAD</p>	ANNA JERABENNEWICZ	30-06-2026	17:00	19:30	02:30
<p><b>53 z 76</b> Przerwa regeneracyjna</p>	ANNA JERABENNEWICZ	30-06-2026	19:30	19:45	00:15
<p><b>54 z 76</b> Żałoba po dzieciństwie jako świadomy remanent wzorców dzieciństwa. Wgląd w nieświadome programy wczesnodziecięce i ponowna świadome integracja. Zamknięcie i odłączenie wzorców dzieciństwa. / ĆWICZENIA</p>	ANNA JERABENNEWICZ	30-06-2026	19:45	21:00	01:15
<p><b>55 z 76</b> Syndrom porzucania i bycia porzuconym. Uzdrawianie syndromu Tia Dalma – Calypso. Uzdrawianie syndromu Davy’ego Jonesa. Wyjście z kompleksu ofiary, sprawcy. / WYKŁAD</p>	Maciej Jerabennewicz	01-07-2026	17:00	19:30	02:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
56 z 76 Przerwa regeneracyjna	Maciej Jera-Bennewicz	01-07-2026	19:30	19:45	00:15
57 z 76 Syndrom porzucania i bycia porzuconym. Uzdrawianie syndromu Tia Dalma – Calypso. Uzdrawianie syndromu Davy’ego Jonesa. Wyjście z kompleksu ofiary, sprawcy. / ĆWICZENIA	Maciej Jera-Bennewicz	01-07-2026	19:45	21:00	01:15
58 z 76 Inicjacja w dorosłość. Dorosła tożsamość jako brama do dobrostanu i szczęśliwego funkcjonowania. Wielkie Zadanie Inicjacyjne, czyli osobisty proces integracji. / WYKŁAD	ANNA JERA-BENNEWICZ	02-07-2026	17:00	19:30	02:30
59 z 76 Przerwa regeneracyjna	ANNA JERA-BENNEWICZ	02-07-2026	19:30	19:45	00:15
60 z 76 Inicjacja w dorosłość. Dorosła tożsamość jako brama do dobrostanu i szczęśliwego funkcjonowania. Wielkie Zadanie Inicjacyjne, czyli osobisty proces integracji. / ĆWICZENIA	ANNA JERA-BENNEWICZ	02-07-2026	19:45	21:00	01:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
61 z 76 Różne środki wyrazu – różne drogi do ekspresji emocji oraz integracji treści metaforycznych. Metaforyczny język jaźni. Wizja na jawie. / WYKŁAD	Maciej Jera-Bennewicz	06-07-2026	17:00	19:30	02:30
62 z 76 Przerwa regeneracyjna	Maciej Jera-Bennewicz	06-07-2026	19:30	19:45	00:15
63 z 76 Różne środki wyrazu – różne drogi do ekspresji emocji oraz integracji treści metaforycznych. Metaforyczny język jaźni. Wizja na jawie. / ĆWICZENIA	Maciej Jera-Bennewicz	06-07-2026	19:45	21:00	01:15
64 z 76 Duchowość jako stan umysłu przebudzonego. Od samoświadomości do przebudzenia. Iluminacja jako spójna samoświadomość. / WYKŁAD	ANNA JERA-BENNEWICZ	07-07-2026	17:00	19:30	02:30
65 z 76 Przerwa regeneracyjna	ANNA JERA-BENNEWICZ	07-07-2026	19:30	19:45	00:15
66 z 76 Duchowość jako stan umysłu przebudzonego. Od samoświadomości do przebudzenia. Iluminacja jako spójna samoświadomość. / ĆWICZENIA	ANNA JERA-BENNEWICZ	07-07-2026	19:45	21:00	01:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
67 z 76 Od świadomego śnienia do świadomych wizji. Spójna tożsamość w drodze do iluminacji i przebudzenia. Języki komunikacji. / WYKŁAD	Maciej Jera-Bennewicz	08-07-2026	17:00	19:30	02:30
68 z 76 Przerwa regeneracyjna	Maciej Jera-Bennewicz	08-07-2026	19:30	19:45	00:15
69 z 76 Od świadomego śnienia do świadomych wizji. Spójna tożsamość w drodze do iluminacji i przebudzenia. Języki komunikacji. / ĆWICZENIA	Maciej Jera-Bennewicz	08-07-2026	19:45	21:00	01:15
70 z 76 Superwizja grupowa - przygotowanie do egzaminu	ANNA JERA-BENNEWICZ	09-07-2026	17:00	19:30	02:30
71 z 76 Przerwa regeneracyjna	ANNA JERA-BENNEWICZ	09-07-2026	19:30	19:45	00:15
72 z 76 Superwizja grupowa - przygotowanie do egzaminu	ANNA JERA-BENNEWICZ	09-07-2026	19:45	21:00	01:15
73 z 76 Egzamin teoretyczny cząstkowy "21 pytań" / WALIDACJA	-	10-07-2026	17:00	18:00	01:00
74 z 76 Egzamin teoretyczny końcowy / WALIDACJA	-	13-07-2026	17:00	19:00	02:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<span>75 z 76</span> Superwizja indywidualna z trenerem - podsumowanie procesu	ANNA JERA-BENNEWICZ	14-07-2026	17:00	18:30	01:30
<span>76 z 76</span> Wypełnienie arkusza autofeedbacku / WALIDACJA	-	15-07-2026	17:00	18:00	01:00

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto</b>	15 900,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika netto</b>	15 900,00 PLN
<b>Koszt osobogodziny brutto</b>	155,88 PLN
<b>Koszt osobogodziny netto</b>	155,88 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

### Maciej Jera-Bennewicz

Założyciel Instytutu Kognitywistyki, kształci zawodowych coachów, mentorów i tutorów. Menedżer, coach, pisarz, socjolog. Posiada doświadczenie w obszarze kształcenia biznesowego, menadżerskiego, osobistego. Realizował i koordynował projekty szkoleniowe dla instytucji państwowych i rządowych, prowadził szkolenia i sesje coachingowe dla firm działających w branżach: finansowej, ubezpieczeniowej, telekomunikacyjnej, wydawniczej, farmaceutycznej, paliwowej, spożywczej i wielu innych. Psychoterapeuta indywidualny i grupowy. Autor ponad 30 książek z dziedziny coachingu, mentoringu, rozwoju osobistego i psychologii integralnej, m.in: podręcznika „Coaching i mentoring w praktyce”, „Miłość toksyczna, miłość dojrzała – Coaching relacji.” Twórca programu coachingowego akredytowanego European Quality Award przez European Mentoring and Coaching Council realizowanego w Bennewicz Instytut Kognitywistyki. Twórca

programu mentoringowego kształcącego zawodowych mentorów zgodnie z kodem etycznym EMCC. Były Prezes EMCC Poland (European Mentoring and Coaching Council). Doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat.



2 z 2

## ANNA JERA-BENNEWICZ

Dyrektorka Programowa Instytutu Kognitywistyki, wykładowczyni, trenerka kognitywna, mentorka, coacherka, współautorka książek ('Coaching. Zestaw narzędzi', 'Wolna i szczęśliwa, jak uwolnić się z toksycznego związku' i inne) i kursów rozwojowych. Posiada ponad 10 letnie doświadczenie pracy zawodowej. Prowadzi zajęcia procesowo podążając za grupą oraz ich potrzebami, korzystając z różnych metod dostosowanych do poziomu i potrzeb konkretnych uczestników i narzędzi, mających na celu wzmocnienie rozwoju indywidualnego. Preferuje pracę z metaforą, zwiększając zaangażowanie, swobodę, otwartość, spontaniczność i pomysłowość uczestników. Psychologia, rozwój osobisty, edukacja oraz metody pracy z umysłem, to jej największa pasja. Certyfikaty i uprawnienia: Absolwentka Uniwersytetu Wrocławskiego i Warszawskiego, Coach i Trener Metody TROP, GAME-coach, ART-coach, Coach Praktyk Biznesu. Dodatkowo w ramach fakultetów coachingowych w Norman Bennett Academy ukończyła: szkolenie z wykorzystania języka transu w life coachingu oraz certyfikowany kurs z art coachingu i gier coachingowych. Doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

- Pliki dokumentów PDF: prezentacje ze spotkań oraz ćwiczenia i techniki

- Podręczniki:

„21 Spotkań” – M. Bennewicz i K. Zaremba

„Coaching kreatywność zabawa” – M. Bennewicz

„Przerażające oddziaływania na odległość” cz. I – III – M. Bennewicz + zeszyt ćwiczeń

## Warunki techniczne

Usługa realizowana jest na platformie ZOOM (licencja komercyjna) oraz na autorskiej platformie edukacyjnej online. Uczestnicy otrzymują dostęp do platformy poprzez link aktywacyjny przesłany e-mailem, bez konieczności rejestracji. ZOOM automatycznie dopasowuje jakość obrazu do prędkości i jakości połączenia internetowego oraz umożliwia nagrywanie telekonferencji i korzysta z szyfrowania SSL.

Uczestnicy, którzy nie wyrażają zgody na wykorzystanie wizerunku, mogą brać udział w zajęciach z wyłączoną kamerą. Obecność sprawdzana jest na podstawie logowania do ZOOM, dlatego zaleca się używanie prawdziwego imienia i nazwiska lub adresu e-mail.

Możliwe jest uczestnictwo z urządzeń mobilnych. W takim przypadku konieczne jest zainstalowanie aplikacji ZOOM oraz udzielenie dostępu do głośnika, mikrofonu i kamery. Aplikacja dostępna w Google Play i App Store posiada certyfikaty bezpieczeństwa.

## Kontakt

Anna Jera - Bennewicz



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

**Telefon** (+48) 667 951 750