



ODNOVA Sp. z o.o.

★★★★★ 4,7 / 5

10 938 ocen

Kurs Hipnoporód: Hypnobirthing international - certyfikowane szkolenie instruktorskie

Numer usługi 2026/07/31/55596/3722288

📍 Gdańsk

🏠 Usługa szkoleniowa

📅 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 15:00 h

📅 07.11.2026 do 08.11.2026

1 690,00 PLN brutto

1 690,00 PLN netto

112,67 PLN brutto/h

112,67 PLN netto/h

162,08 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

Grupa docelowa usługi

Kurs skierowany jest do:

- położnych,
- doul,
- psychologów,
- hipnoterapeutów,
- trenerek przygotowania do porodu,
- edukatorów okołoporodowych,
- fizjoterapeutów uroginekologicznych,
- nauczycieli jogi
- lekarzy,
- coachów,
- terapeutów pracujących z kobietami
- **studentów kierunków medycznych, psychologicznych oraz okołoporodowych,**
- Usługa adresowana jest również do uczestników projektów: Kierunek-Rozwój, Akademia HR, Regionalny Fundusz Szkoleniowy II, Małopolski pociąg do kariery - sezon 1, Nowy start w Małopolsce z EURESem, Lubuskie Bony Rozwojowe, Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe.

Uczestnicy powinni znać anatomię i fizjologię człowieka. Organizator zastrzega sobie, iż może poprosić Uczestnika o przedłożenie właściwej dokumentacji, poświadczającej posiadaną wiedzę anatomiczną.

Do udziału w kursie zapraszamy również uczestników projektów realizowanych przez innych Operatorów BUR.

Minimalna liczba uczestników

12

Maksymalna liczba uczestników

20

Cel

Cel edukacyjny

Uczestnik po ukończeniu usługi będzie przygotowany do samodzielnego prowadzenia zajęć z zakresu świadomego przygotowania do porodu. Szkolenie łączy fizjologię porodu, psychologię prenatalną, pracę z lękiem porodowym oraz techniki relaksacyjne i autohipnozę.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik określa naukowe podstawy hipnoporodu oraz aktualne badania dotyczące wpływu relaksacji i hipnozy na przebieg porodu.	Uczestnik definiuje mechanizmy neurofizjologiczne porodu, w tym zależność lęk–napiecie–ból oraz rolę układu nerwowego autonomicznego.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Uczestnik określa wpływ stresu (kortyzol, adrenalina) na przebieg porodu oraz dobrostan matki i dziecka.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Uczestnik definiuje pojęcia hipnoza kliniczna, hipnoza sceniczna, wskazując ich zastosowanie terapeutyczne.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik samodzielnie prowadzi zajęcia z zakresu świadomego przygotowania do porodu.	Uczestnik prowadzi sesję hipnozy zgodnie z sześcioma etapami strukturalnej pracy w transie.	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik bezpiecznie wprowadza i wyprowadza klientkę z transu, reagując adekwatnie na niespodziewane reakcje.	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik tworzy i formułuje skuteczne sugestie hipnotyczne dostosowane do potrzeb kobiet w ciąży.	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik Uczy technik autohipnozy, świadomego oddechu oraz pracy z „oazą spokoju”	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik pracuje z lękiem przed porodem oraz napięciem emocjonalnym, stosując techniki reframingu i wzmacniania poczucia sprawczości.	Analiza dowodów i deklaracji
Uczestnik poprawnie diagnozuje i dobiera proces terapii	Uczestnik wspiera kobiety po traumatycznych doświadczeniach porodowych, zachowując granice kompetencji zawodowych.	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik skutecznie prowadzi wywiad z pacjentem	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik komunikuje pacjentowi plan pracy i zastosowane metody	Analiza dowodów i deklaracji

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument lub wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Warunki niezbędne do spełnienia, aby realizacja usługi pozwoliła na osiągnięcie celu: Uczestnicy powinni znać anatomię i fizjologię człowieka. Celem łatwiejszego osiągnięcia celu głównego uczestnicy powinni zapoznać się z materiałami dydaktycznymi otrzymanymi na kursie oraz zapoznać się z ogólnodostępną literaturą naukową.

Uczestnik po ukończeniu usługi będzie przygotowany do samodzielnego prowadzenia zajęć z zakresu świadomego przygotowania do porodu. Szkolenie łączy fizjologię porodu, psychologię prenatalną, pracę z lękiem porodowym oraz techniki relaksacyjne i autohipnozę.

Forma szkolenia: Trening połączony z wykładem, dyskusja, ćwiczenia, praca na sobie nawzajem lub na modelach. Uczestnicy pracują w parach, każda z par przy jednym stole fizjoterapeutycznym.

PROGRAM KURSU :

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

25. Atmosfera porodowa
26. Macica i jej mięśnie
27. Hipnoporód
28. Stosowanie hipnozy po porodzie
29. Kurs dla par
30. Specjalne okoliczności + cesarskie cięcie
31. Znaczenie pewności siebie i jej wpływ na zadowolenie z porodu
32. Omówienie gotowych skryptów
33. Walidacja – test teoretyczny, analiza dowodów i deklaracji

Walidację przeprowadza walidator w czasie przeznaczonym na walidację bez udziału uczestników. Minimalny próg zaliczenia z obu metod walidacji to 80%.

Test teoretyczny:

Trener rozda test teoretyczny, przy zastrzeżeniu, że nie będzie ingerować w jakiejkolwiek formie w ocenę wyników testu ani w proces jego wypełniania. Następnie je zbierze.

Analiza dowodów i deklaracji:

Trener w trakcie zajęć dokonuje na różnych etapach nagrań i zdjęć wykonywania przez poszczególnych uczestników zadań praktycznych, które następnie zostaną udostępnione walidatorowi. W uzasadnionych przypadkach utrwalenia będzie dokonywał pracownik/współpracownik wyznaczony i upoważniony Organizatora. Uczestnicy powinni wyrazić stosowną zgodę na nagrywanie ich wizerunku wyłącznie celem przedłożenia dowodów walidatorowi, bądź poinformować osobę dokonującą utrwalenia ich wizerunku o braku wyrażania stosownej zgody, wówczas nagranie zostanie przeprowadzone w sposób uniemożliwiający identyfikację wizerunku uczestnika.

Walidator będzie włączony dopiero na etapie oceny i weryfikacji efektów uczenia się uczestników. Nie bierze bezpośrednio udziału w procesie kształcenia i nie podejmuje działań związanych z tworzeniem i kompletowaniem dokumentacji walidacyjnej.

Kurs Hipnoporodu to międzynarodowe, akredytowane szkolenie instruktorskie Hypnobirthing International, zatwierdzone przez **London College of Clinical Hypnotherapy International**. To profesjonalny program przygotowujący do pracy z kobietami w ciąży i podczas porodu z wykorzystaniem technik hipnozy klinicznej, autohipnozy oraz świadomej relaksacji.

Hipnoporód (hypnobirthing) to jedna z najszybciej rozwijających się metod w edukacji okołoporodowej. Coraz częściej wybierają ją przyszłe mamy, a także położne, doule i lekarze, którzy chcą wspierać fizjologiczny, spokojny i świadomy poród. To **szkolenie z hipnorodzenia** pozwoli Ci rozszerzyć kompetencje zawodowe o skuteczne, naukowo ugruntowane techniki pracy z umysłem i ciałem.

Warunki zaliczenia:

Test teoretyczny - minimalny próg zaliczenia 80% poprawnych odpowiedzi.

Analiza zebranych dowodów i deklaracji - minimalny próg zaliczenia 80% przedłożonych dowodów i deklaracji zawierających poprawnie wykonane kryteria weryfikacji.

Weryfikacja obecności odbywa się na podstawie listy obecności podpisanej na szkoleniu. Wymagana obecność minimum 80%.

W harmonogramie uwzględniono czas walidacji na 1 uczestnika.

Harmonogram:

- 1h szkolenia = 45 min

- Liczba godzin kursu: 16 h
- Liczba godzin teoretycznych: 3 h 45 min
- Liczba godzin praktycznych: 9 h
- Walidacja: 15 min
- Przerwy: 2 h i 15 min

Przerwy w trakcie kursu są dostosowane do tempa pracy uczestników. Ze względu na specyfikę zajęć mogą one ulec przesunięciu, w zależności od dynamiki pracy grupy.

- przerwy zostały wliczone do czasu trwania i kosztu usługi

- walidacja wliczona do czasu trwania i kosztu usługi

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 9

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 9 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – punkty 1-5, teoria 90 min	Zajęcia	mgr Kaja Krawczyk	07-11-2026	10:00	11:45	01:45
2 z 9 -	Przerwa	-	07-11-2026	11:45	12:00	00:15
3 z 9 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – punkty 6-9	Zajęcia	mgr Kaja Krawczyk	07-11-2026	12:00	13:30	01:30
4 z 9 -	Przerwa	-	07-11-2026	13:30	14:30	01:00
5 z 9 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – punkty 10-17, teoria 45 min	Zajęcia	mgr Kaja Krawczyk	07-11-2026	14:30	18:00	03:30
6 z 9 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – punkty 18-27, teoria 45 min	Zajęcia	mgr Kaja Krawczyk	08-11-2026	09:00	12:00	03:00
7 z 9 -	Przerwa	-	08-11-2026	12:00	13:00	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
8 z 9 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – punkty 28-32, teoria 45 min	Zajęcia	mgr Kaja Krawczyk	08-11-2026	13:00	15:45	02:45
9 z 9 -	Walidacja	-	08-11-2026	15:45	16:00	00:15

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	15:00
w tym suma godzin zajęć	12:30
w tym suma godzin walidacji	00:15
w tym suma przerw	02:15
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	17:00

Cennik

Cennik

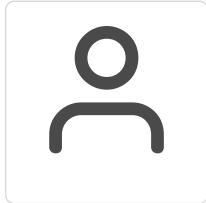
Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 690,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 690,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	112,67 PLN
Koszt osobogodziny netto	112,67 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
---------------	---------------

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

mgr Kaja Krawczyk

MAGISTER HIPNOTERAPII KLINICZNEJ, CERTYFIKOWANA INSTRUKTORKA HYPNOBIRTHING. Ukończyła studia magisterskie na University of West London (Wielka Brytania) na kierunku ClinicalHypnotherapy, ze specjalizacją w hipnorodzeniu. Wcześniej zrealizowała również studia magisterskie w Polsce na kierunku International Business with Event Management. Od ponad 7 lat wspiera kobiety w ciąży oraz pary przygotowujące się do porodu, łącząc podejście oparte na uważności, pracy z ciałem i narzędziach hipnoterapii klinicznej. Ma ponad 5 lat doświadczenia trenerskiego. Jest autorką i prowadzącą certyfikowane szkolenia instruktorskie w Polsce i Wielkiej Brytanii oraz twórczynią autorskiego programu szkoleniowego Hypnobirthing International, akredytowanego przez London College of ClinicalHypnotherapy International. Jest prelegentką konferencji krajowych i międzynarodowych, organizuje międzynarodowe wydarzenia okołoporodowe i regularnie występuje w mediach ogólnopolskich jako ekspertka (m.in. Dzień Dobry TVN, Onet Kobieta, Hello Zdrowie). Jest również autorką książki „Hipnoporód. Praktyczny przewodnik, jak родzić w głębokim relaksie”. Trenerka zrealizowała co najmniej 100h szkoleniowych w ciągu ostatnich 12 m-cy oraz posiada nieprzerwane i ciągłe doświadczenie zawodowe w branży od co najmniej 5 lat, liczone wstecz od daty rozpoczęcia usługi.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Na początku kursu kursanci otrzymują skrypt obejmujący materiał dydaktyczny przygotowany dla danego szkolenia.

Warunki uczestnictwa

1. Organizator zastrzega sobie, iż może poprosić Uczestnika o przedłożenie właściwej dokumentacji, poświadczającej posiadaną wiedzę anatomiczną.
2. Przed dokonaniem zapisu na usługę w BUR wymagane jest zgłoszenie poprzez formularz zgłoszeniowy znajdujący się na stronie <https://odnova.org.pl/kursy> pod opisem wybranego szkolenia, w celu potwierdzenia dostępności miejsca.
3. Uczestniczki będące w ciąży, bądź podejrzewające, że mogą być w ciąży, winny skonsultować z Organizatorem swój stan, celem ustalenia czy mogą wziąć udział w usłudze.
4. Wymagane jest zapoznanie się i zaakceptowanie REGULAMINU świadczenia usług szkoleniowych ODNOVA.
5. Zapis w BUR na usługę powinien nastąpić najpóźniej na 1 dzień przed rozpoczęciem kursu.
6. Uczestnicy przyjmują do wiadomości i wyrażają zgodę na utrwalanie ich wizerunku podczas prowadzonej walidacji w celu dokonania analizy dowodów i deklaracji przez walidatora. W innych celach niż wskazany wymagana jest odrębna zgoda uczestnika.

Informacje dodatkowe

Podstawa zwolnienia z VAT: art. 43 ust. 1 pkt 26 lit. a Ustawa o podatku od towarów i usług

Kurs nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności Organizator nie pokrywa oraz nie dokonuje zwrotu kosztów związanych z dojazdem uczestnika na usługę, jego zakwaterowaniem oraz wyżywieniem.

Organizator zapewnia realizację usługi rozwojowej uwzględniając potrzeby osób ze szczególnymi potrzebami funkcjonalnymi zgodnie ze Standardami dostępności dla polityki spójności 2021-2027. Zatem uczestnik ze szczególnymi potrzebami powinien na co najmniej 7 dni kalendarzowych przed rozpoczęciem kursu zgłosić Organizatorowi dodatkowe wymagania/swoje potrzeby umożliwiające mu udział w usłudze.

Zawarto umowę z: WUP w Toruniu w ramach projektu Kierunek-Rozwój, WUP w Krakowie w ramach projektu "Małopolski pociąg do kariery" oraz "Nowy start w Małopolsce z EURESem, WUP w Szczecinie w ramach projektu Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe .

Adres

ul. Sieroca 3
80-839 Gdańsk
woj. pomorskie

Hotel Bonum

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Sala będzie spełniała bezpieczne i higieniczne warunki pracy

Kontakt



Joanna Dobska

E-mail szkolenia@odnova.org.pl

Telefon (+48) 694 225 457