

# Hipnoterapia

– więcej niż terapia

Hipnoterapia to praca, która sięga **głębiej niż rozmowa**. Nie skupia się wyłącznie na analizie problemu - prowadzi do **zmiany u jego źródła**.

**Olga Białas Malinowska**

[DobreRozmowy](https://DobreRozmowy)

[kontakt@dobrerozmowy.com](mailto:kontakt@dobrerozmowy.com)





♡ O MNIE

## Certyfikowana hipnoterapeutka z holistycznym podejściem

W swojej pracy łączę **skuteczne narzędzia hipnoterapeutyczne z holistycznym, duchowym podejściem.**

Pracuję z tym, co często pozostaje **poza zasięgiem samej rozmowy.**

# Czym jest hipnoterapia?

Hipnoterapia to metoda terapeutyczna oparta na pracy w stanie hipnozy – naturalnym stanie umysłu, który ułatwia dostęp **do podświadomości**.

## W trakcie sesji:

Jesteś w pełni świadoma

Zachowujesz pełną kontrolę podczas całej sesji i wszystko pamiętasz

Wiesz, gdzie jesteś i co się dzieje

Masz świadomość otoczenia i procesu terapeutycznego

☐ **To nie jest sen ani utrata kontroli.**

W tym stanie możliwa jest praca **u źródła problemu**, a nie tylko na jego objawach.

## Na czym polega moja praca?

Pracuję **wielowymiarowo** - z ciałem, umysłem i duszą.

Hipnoterapia transpersonalna uwzględnia: świadomość, podświadomość i nadświadomość. Bierze pod uwagę **całość systemu energetycznego człowieka**.

☐ Wierzę, że trwała zmiana zachodzi wtedy, gdy pracujemy na **wielu poziomach**, a nie tylko na poziomie mentalnym.

# Czy to jest dla Ciebie?

Ten sposób pracy jest dla Ciebie, jeśli:

Dużo rozumiesz, ale **schematy wciąż wracają**

Czujesz, że Twoje ciało reaguje „**szybciej niż głowa**”

Pracujesz już nad sobą, ale chcesz **głębszej zmiany**

Szukasz pracy, która łączy **terapię i duchowość**

To podejście jest dla osób, które chcą **realnej zmiany** w swoim życiu, ale jednocześnie czują, że potrzebują czegoś więcej poza klasycznymi metodami - **wglądu i pracy na głębszym poziomie**.

---

## Jak pracuję?

Moja praktyka opiera się na autorskim **5-etapowym programie terapeutycznym**, którego celem jest:



Dotarcie do źródła problemu



Neutralizacja jego przyczyny



Zmiana podświadomych przekonań



Integracja nowego sposobu funkcjonowania

Każdy proces prowadzony jest **w bezpiecznym tempie**, z uważnością na Twoją gotowość.

# Poznaj 5-Etapowy Program Wielowymiarowej Transformacji



## Etap 1 Odbudowanie Bezpieczeństwa

Zacynamy od regulacji układu nerwowego, aby ciało odzyskało poczucie bezpieczeństwa. Docieramy do pierwotnego zapisu problemu, uwalniamy nagromadzone emocje i oczyszczamy pole energetyczne.

**To moment, w którym przestajesz działać z trybu przetrwania.**



## Etap 2 Uzdrawienie u Źródła

Na tym etapie docieramy do pierwotnych zapisów w podświadomości, które stały się fundamentem obecnych schematów. Pracujemy z wewnętrznym dzieckiem i zapisami z przeszłości, uwalniając zablokowane emocje oraz zmieniając ich wpływ na tu i teraz.

**To tu przeszłość przestaje sterować teraźniejszością.**



## Etap 3 Oczyszczanie Więzi i Wzorców Rodowych

Rozpoznajesz to, co nie jest w pełni Twoje – przejęte emocje, lojalności, role. Uwalniasz to, co Cię obciąża i odzyskujesz swoją energię.

**Odzyskujesz granice i zaczynasz żyć swoim życiem, a nie historiami, które nigdy nie były o Tobie.**



## Etap 4 Integracja Cienia

Pracujemy z cieniem, wewnętrznym krytykiem i kluczowymi przekonaniami. To moment, w którym zaczynasz działać z wyboru, nie z automatyzmów.

**Zmieniasz sposób, w jaki widzisz siebie.**



## Etap 5 Regresja do Poprzednich Wcieleń

Nawiązujemy kontakt z Wyższym Ja, otrzymując szerszy wgląd oraz pracujemy z poprzednimi wcieleniami. Uwalniamy karmiczne wzorce, które wpływają na obecne życie, i integrujemy lekcje duszy.

**Tu pojawia się sens, misja i szersza perspektywa doświadczeń.**

# Co mówią osoby, które przeszły proces?

OPINIE



katarzyna\_baranek 33 t · ❤️ – autor

Program 5 sesji u Olgi jest bardzo silnie transformujący. Polecam każdemu kto poszukuje sposobu na przeprogramowanie podświadomości. W czasie sesji czułam się bardzo zaopiekowana. Przed sesją otrzymuje się pakiet medytacji oraz ćwiczeń, które uzupełniają pracę między sesjami i powodują, że efekty są jeszcze lepsze. Olga podczas pracy kieruje się intuicją, więc pomaga przeprogramować również te rzeczy o których się nie wspominało. Wszystkie procesy są bardzo silne a efekty z sesji na sesję coraz bardziej widoczne. Po przejściu 5 spotkań czuję więcej lekkości, spokoju i odwagi. Zaczęłam również bardziej rozumieć dlaczego pewne sytuacje pojawiły się w moim życiu. Pomogły w tym sesję oraz matryca losu i analiza duszy. Z całego serca polecam współpracę z Olgą 😊



## Transformacja po 5 sesjach

"Program 5 sesji u Olgi jest **bardzo silnie transformujący**."

"Polecam każdemu kto poszukuje sposobu na przeprogramowanie podświadomości."

"Po przejściu 5 spotkań czuję **więcej lekkości, spokoju i odwagi**."

## Jedno z najważniejszych doświadczeń

"Od pierwszej sesji czułam się **bezpieczna**, prowadzona z **ogromną empatią** i uważnością."

"Każda podróż w głąb siebie przynosiła nie tylko zrozumienie, ale przede wszystkim **ukojenie**."



klaudia.zak\_\_ 33 t · ❤️ – autor

Jestem po pięciu sesjach hipnoterapii z Olgą i mogę z pełnym przekonaniem powiedzieć, że było to jedno z najważniejszych i najpiękniejszych doświadczeń mojego życia.

Od pierwszej sesji czułam się bezpieczna, prowadzona z ogromną empatią i uważnością. Pracowałyśmy z aktualnymi trudnościami, traumami z dzieciństwa, a także z głęboko zakorzenionymi zapisami z poprzednich wcieleń. Każda podróż w głąb siebie przynosiła nie tylko zrozumienie, ale przede wszystkim ukojenie.

Dziękuję Ci, Olgo, za Twoją mądrość, delikatność i obecność. To, co tworzysz, ma niezwykłą moc uzdrawiania ❤️



klaudia.mer 36 t · ❤️ – autor

Przepracowałam 5 sesji hipnozy z Olgą ❤️ To było moje pierwsze doświadczenie hipnozy i nie mogłam lepiej trafić! Olga jest cudowną osobą! Bardzo ciepła, sympatyczna a zarazem bardzo profesjonalna 🥰 nie tylko hipnoza, ale również nasze rozmowy bardzo mnie ukierunkowały i pomogły mi dużo zrozumieć. Olga jest jak studnia wiedzy i wytłumaczyła mi pewne schematy w mega konkrety sposób. Bardzo bardzo polecam Olgę! ❤️❤️❤️ Czuć od niej empatię i niesamowitą pasję do tego co robi! Dziękuję 🌻



## Nie mogłam lepiej trafić

"Olga jest cudowną osobą!"

"Nasze rozmowy **bardzo mnie ukierunkowały** i pomogły mi dużo zrozumieć."

Więcej Opinii

# Dobre Rozmowy

 UMÓW SIĘ NA SESJĘ

## Jak możesz umówić się na sesję?

Sesje odbywają się **online**, średnio co **1-2** tygodnie.

Czas trwania sesji ok. 60-90 minut.

### Opcje współpracy:



#### Pojedyncza sesja - 555 zł

Jeśli chcesz sprawdzić, jak reagujesz na hipnoterapię.



#### Mentoring 5-etapowy (2-3 miesiące) — 2500 zł

- **5 sesji** hipnoterapii

+ **moje wsparcie** między sesjami

+ **materiały dodatkowe:** 7 autohipnoz oraz Przewodnik do samodzielnej praktyki.

### Aby się umówić:

Wybierz dogodny termin przez [kalendarz online](#)

---

**Olga Białas Malinowska**

[kontakt@dobrerozmowy.com](mailto:kontakt@dobrerozmowy.com)