

# KAROLINA FORNAL

dr nauk humanistycznych i hipnoterapeutka RTT



## WSZYSTKO MA PRZYCZYNĘ ROZMOWY Z PODŚWIADOMOŚCIĄ *cykl spotkań rozwojowych*

**10 września 2026, godz. 17:00**

### **ŚWIADOMOŚĆ I PODŚWIADOMOŚĆ**

Skąd biorą się nasze reakcje? Jak powstają automatyczne schematy? Dlaczego niektóre myśli i emocje wracają?

**17 września 2026, godz. 17:00**

### **EMOCJE I ROZUM**

Jak emocje wpływają na decyzje? Dlaczego reagujemy automatycznie? Jak odzyskać wpływ na własne wybory?

**24 września 2026, godz. 17:00**

### **ZMIANA SCHEMATÓW MYŚLI I REAKCJI**

Ograniczające przekonania. Zmiana nawyków myślowych. Budowanie nowych sposobów działania

**1 października 2026, godz. 17:00**

### **HIPNOZA I PRACA Z PODŚWIADOMOŚCIĄ**

Czym jest hipnoza? Relaksacja i uważność. Jak podświadomość wspiera proces zmiany?



**Sala Kameralna**

Miejska Biblioteka Publiczna  
w Bornem Sulinowie  
ul. Szpitalna 1

Szczegóły: 500 045 260



MIEJSKA  
BIBLIOTEKA  
PUBLICZNA  
W BORNEM SULINOWIE

