



Uniwersytet WSB
Merito w Poznaniu



Psychodietetyka

Numer usługi 2024/11/28/7405/2437872

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

📖 Studia podyplomowe

🕒 176 h

📅 22.03.2025 do 28.02.2026

5 500,00 PLN brutto

5 500,00 PLN netto

31,25 PLN brutto/h

31,25 PLN netto/h

Informacje podstawowe

| | |
|----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kategoria | Styl życia / Dietetyka |
| Identyfikator projektu | Kierunek - Rozwój |
| Sposób dofinansowania | wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników |
| Grupa docelowa usługi | Studia skierowane są do: <ul style="list-style-type: none">• psychologów, psychoterapeutów, pielęgniarek, lekarzy• dietetyków, technologów żywności, studentów ostatniego roku studiów magisterskich na kierunku związanym z ochroną i promocją zdrowia• dla wszystkich osób, które chcą poszerzyć swoją wiedzę w zakresie psychologicznych aspektów odżywiania się i zmiany nawyków żywieniowych. |
| Minimalna liczba uczestników | 15 |
| Maksymalna liczba uczestników | 30 |
| Data zakończenia rekrutacji | 15-03-2025 |
| Forma prowadzenia usługi | zdalna w czasie rzeczywistym |
| Liczba godzin usługi | 176 |
| Podstawa uzyskania wpisu do BUR | art. 163 ust. 1 ustawy z dnia 20 lipca 2018 r. Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce (t.j. Dz. U. z 2023 r. poz. 742, z późn. zm.) |
| Zakres uprawnień | Studia podyplomowe |

Cel

Cel edukacyjny

Celem studiów jest zapoznanie słuchaczy z praktycznymi metodami wspomaganie zmian w obszarze psychodietetyki. Szczególny nacisk kładziony jest na czynniki natury psychologicznej mające wpływ na kształtowanie prawidłowych nawyków żywieniowych i umiejętności diagnozowania zaburzeń żywieniowych.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

| Efekty uczenia się | Kryteria weryfikacji | Metoda walidacji |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|------------------|
| Wiedza: 1. Zapozna się z tematyką fizjologii żywienia, psychologii jedzenia i otyłości oraz sposobami radzenia sobie. 2. Posiada wiedzę na temat psychologicznych i społecznych konsekwencji otyłości i nadwagi oraz innych zaburzeń związanych z jedzeniem 3. Zapozna się z etycznymi aspektami w poradnictwie dietetycznym. 4. Dostrzega powiązania pomiędzy przyczynami a skutkami ludzkich zachowań. | Wynik testu po I i II semestrze. | Test teoretyczny |
| Umiejętności: 1. Nabędzie umiejętności radzenia sobie ze stresem 2. Promuje zdrowy styl życia, w tym świadome odżywianie się jako profilaktyka przeciw chorobom psychosomatycznym 3. Diagnozuje przyczyny problemów zdrowotnych 4. Wyjaśnia, identyfikuje wzorce zachowania człowieka | Wynik testu po I i II semestrze. | Test teoretyczny |
| Kompetencje społeczne: 1. Ma świadomość nabywania wiedzy poprzez doświadczenie 2. Jest zorientowany na rozwój 3. Ma świadomość konieczności współpracy z innymi dostrzegając efekt synergii | Wynik testu po I i II semestrze. | Test teoretyczny |

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

Świadectwo studiów podyplomowych zawiera program kierunku wraz ze zrealizowanymi godzinami i punktami ECTS. Absolwent uzyskuje zaświadczenie potwierdzające zdobyte efekty kształcenia.

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

Świadectwo ukończenia studiów podyplomowych jest wydawane na podstawie uzyskania pozytywnej oceny z każdego semestru zgodnie z Regulaminem Studiów Podyplomowych.

Studia kończą się zaliczeniem na ocenę określonym w karcie kierunku.

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

Świadectwo ukończenia studiów podyplomowych jest potwierdzeniem uzyskania pozytywnego wyniku z testu semestralnego i egzaminu końcowego.

Program

PSYCHOLOGIA (54 godz.)

- Trening umiejętności interpersonalnych,
- Psychologia emocji i motywacji,
- Psychologia jedzenia i odchudzania się,
- Zaburzenia jedzenia (anoreksja, bulimia, ortoreksja, jedzenie kompulsywne, syndrom nocnego jedzenia),
- Konsekwencje psychologiczne i społeczne otyłości i nadwagi u dzieci, młodzieży i dorosłych,
- Zdrowie psychiczne a odżywianie (stres, lęki, fobie, emocje, wpływ jedzenia na zdrowie).

DIETETYKA (58 godz.)

- Podstawy żywienia człowieka,
- Fizjologia żywienia,
- Poradnictwo dietetyczne,
- Etyka pracy psychodietetyka,
- Układanie jadłospisów,
- Wartości odżywcze pokarmów.

TECHNIKI (64 godz.)

- Element terapii behawioralno-poznawczej,
- Dialog motywujący w psychodietetyce,
- Techniki radzenia sobie ze stresem (relaksacja, trening autogenny itp.),
- Fizjologia ruchu i aktywność fizyczna,
- Techniki promocji świadomego stylu życia.

Forma zaliczenia: Test semestralny i Egzamin końcowy w formie case study

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 13

| Przedmiot / temat zajęć | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 1 z 13 Trening umiejętności interpersonalnych | 29-03-2025 | 09:00 | 15:30 | 06:30 |
| 2 z 13 Trening umiejętności interpersonalnych | 30-03-2025 | 09:00 | 15:30 | 06:30 |
| 3 z 13 Dialog motywujący w psychodietetyce | 12-04-2025 | 09:00 | 13:50 | 04:50 |
| 4 z 13 Dialog motywujący w psychodietetyce | 13-04-2025 | 09:00 | 13:50 | 04:50 |
| 5 z 13 Zaburzenia jedzenia (anoreksja, bulimia, ortoreksja, jedzenie kompulsywne, syndrom nocnego jedzenia), | 10-05-2025 | 09:00 | 12:10 | 03:10 |
| 6 z 13 Psychologia jedzenia i odchudzania się | 10-05-2025 | 12:20 | 16:35 | 04:15 |
| 7 z 13 Etyka pracy Psychodietetyka | 11-05-2025 | 09:00 | 12:10 | 03:10 |
| 8 z 13 Psychologia jedzenia i odchudzania się | 11-05-2025 | 12:20 | 16:35 | 04:15 |
| 9 z 13 Układanie jadłospisów | 07-06-2025 | 09:00 | 15:30 | 06:30 |
| 10 z 13 Układanie jadłospisów | 08-06-2025 | 09:00 | 15:30 | 06:30 |
| 11 z 13 Podstawy żywienia człowieka | 28-06-2025 | 09:00 | 13:50 | 04:50 |
| 12 z 13 Podstawy żywienia człowieka | 29-06-2025 | 09:00 | 13:50 | 04:50 |
| 13 z 13 Test semestralny | 29-06-2025 | 14:00 | 15:00 | 01:00 |

Cennik

Cennik

| Rodzaj ceny | Cena |
|-------------------------------------------|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto | 5 500,00 PLN |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto | 5 500,00 PLN |
| Koszt osobogodziny brutto | 31,25 PLN |
| Koszt osobogodziny netto | 31,25 PLN |

Prowadzący

Liczba prowadzących: 4



1 z 4

Anna Rosiak

Absolwentka kierunku pedagogika, o specjalności doradztwo zawodowe i pedagogika pracy w WSP TWP IM. J. Korczaka w Warszawie. Posiada certyfikat coacha ACC ICF, certyfikat coacha kryzysowego i coacha kryzysowego w biznesie. Specjalizuje się w coachingu, coachingu kryzysowym, prowadzi sesje indywidualne i spotkania dla młodzieży oraz dorosłych w obszarze radzenia sobie z kryzysami emocjonalnymi i nakreślenia ścieżki kariery edukacyjno-zawodowej. Bazuje na własnych doświadczeniach życiowych, zawodowych oraz przez lata zdobywanych kwalifikacjach, kompetencjach i umiejętnościach. Ukończyła studium o tematyce „Psychologii praktycznej” w Europejskim Instytucie Psychologii i Psychoterapii. Obecnie jest w trakcie zdobywania kwalifikacji w obszarze terapii systemowej. Wykładowca na Uniwersytecie Merito Szczecin na studiach I i II stopnia oraz opiekun merytoryczny kierunku „Psychologia kryzysu i interwencji kryzysowej”, którego jest współautorką. Absolwentka Międzynarodowej Akademii Marketingu i Zarządzania „Intercollege” w Moskwie oraz właścicielka firmy „Professional Coach”. W ramach współpracy z Fundacją Bio Autyzm w Szczecinie prowadzi spotkania wspierające rodziców, dzieci ze szczególnymi potrzebami, w sytuacjach trudnych, kryzysowych. Brała udział w projektach realizowanych dla rodziców, przez Stowarzyszenie na rzecz osób niepełnosprawnych „Most” w Gryfinie, podejmujących tematykę radzenia sobie z problemami życiowymi.



2 z 4

Monika Dawid-Sawicka

Ekspertka rynku pracy, trenerka biznesu, facylitatorka, coach ICF. Od ponad 20 lat prowadzi konsultacje, warsztaty, sesje rozwojowe dla managerów, kadry zarządzającej, zespołów i całych firm z obszaru energetyki, finansów, bankowości, administracji, produkcji, logistyki, ubezpieczeń, FMCG. Współpracuje też ze sportowcami. Jest certyfikowaną facylitatorką, trenerką narzędzia diagnostycznego Stylów Myślenia i Działania FRIS® oraz odporności psychicznej MTQ Plus Odporność Psychiczna. Ma na swoim koncie kilkaset godzin pracy trenerskiej, przeprowadziła ponad tysiąc diagnoz stylu myślenia i działania FRIS®. Posiada dyplom Erickson Certified Professional Coach oraz International Coach Federation na poziomie PCC (udokumentowane ponad

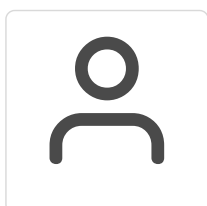
700 godzin pracy coachingowej). Absolwentka Szkoły Coachów „The Art and Science of Coaching” prowadzonej przez Erickson Coaching International. Jest praktykiem analizy transakcyjnej oraz współautorką bestsellerowej książki „13 wzorców dobrej komunikacji i relacji. Analiza transakcyjna w praktyce”. Swoją wiedzę dzieli się z uczestnikami studiów podyplomowych i MBA WSB Merito. Autorka kilkuset tekstów i opracowań publikowanych w prasie branżowej. Współpracuje też z zespołem PARP realizującym projekt badawczy Bilans Kapitału Ludzkiego. Organizowane przez nią ogólnopolskie debaty biznesowe i konferencje są okazją do wymiany myśli i doświadczeń zawodowych.



3 z 4

Paulina Kijo

Dietetyk kliniczny, psychodietetyk. Studia magisterskie ukończyła na Uniwersytecie im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu, natomiast tytuł psychodietetyka uzyskała w Szkole Wyższej Psychologii Społecznej w Poznaniu. Praktyk – od 8 lat prowadzi gabinet psychodietetyczny w Szczecinie, w którym współpracuje z klientami w zakresie zmiany nawyków żywieniowych oraz z osobami cierpiącymi na zaburzenia odżywiania.



4 z 4

Malwina Godawa-Mikołajczyk

Biolog, psychodietetyk, dietetyk. Studia magisterskie z zakresu biologii ukończyła na Zachodniopomorskim Uniwersytecie w Szczecinie. Absolwentka studiów podyplomowych żywienie człowieka – promocja zdrowia na Zachodniopomorskim Uniwersytecie w Szczecinie oraz psychodietetyki w Wyższej Szkole Bankowej w Szczecinie (obecnie: Uniwersytet WSB Merito Szczecin). W 2019 roku uzyskała tytuł dietetyka w Polskim Instytucie Dietetyki w Warszawie. Ukończyła liczne kursy z zakresu żywienia w jednostkach chorobowych oraz z psychodietetyki. Jest Edukatorem w cukrzycy. Od 13 lat pracuje jako dietetyk, a od 5 lat prowadzi gabinet psychodietetyczny w Szczecinie, gdzie pomaga swoim podopiecznym poprawić zdrowie oraz odbudować relacje z jedzeniem. Dodatkowo stara się szerzyć wiedzę w szkołach podstawowych i przedszkolach a od 2017 jest też wykładowcą na Uniwersytecie WSB Merito Szczecin na kierunku psychodietetyka.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy studiów pracują na platformie Extranet, to wewnętrzna platforma komunikacyjna Uczelni WSB Merito, stworzona w celu ograniczenia formalności oraz ułatwienia przepływu informacji między uczestnikami a uczelnią. Za jej pomocą przez całą dobę i z każdego miejsca na świecie uczestnicy mają dostęp do:

- informacji na temat płatności,
- katalogu bibliotecznego.

Drugą wiodącą platformą jest **MS Teams**, gdzie uczestnicy znajdują:

- harmonogram zjazdów,
- plan zajęć,
- materiały dydaktyczne,
- dodatkowe materiały, in formacje, ogłoszenia.

Warunki uczestnictwa

Zgodnie z regulaminem zapisów na studia podyplomowe zapisu można dokonać na stronach Uniwersytetu WSB Merito w wybranych filiach w:

- Chorzowie,
- Poznaniu,
- Szczecinie,
- Warszawie

poprzez formularz online znajdujący się na stronie: www.wsb.pl/rekrutacja/krok1 oraz dostarczyć komplet dokumentów do Biura Rekrutacji do wybranej filii

Kryteria uczestnictwa w Programie

- ukończone studia wyższe I lub II stopnia
- spełnienie warunków rekrutacyjnych

Warunki zaliczenia

- Test semestralny
- Egzamin końcowy

Interaktywna forma zajęć

Wykłady uzupełniane są ćwiczeniami, warsztatami oraz studiami przypadków.

Zjazdy odbywają się średnio raz lub dwa razy w miesiącu:

- w soboty od 9:00 do 17:00,
- w niedziele od godz. 9:00 do 17:00.

Informacje dodatkowe

- Szczegółowy harmonogram usługi może ulec zmianie w postaci realizowanych przedmiotów w danym dniu i osób prowadzących. Zmianie nie ulegają terminy zjazdów na studiach podyplomowych oraz ilość godzin usługi,
- Harmonogram zjazdów zostanie upubliczniony na stronach Uczelni lub w BUR **na 2 tygodnie przed planowanymi zajęciami**,
- Godziny zajęć podane w harmonogramie są godzinami zegarowymi, zaś ilość godzin programowych jest podana w godzinach dydaktycznych. 176 godzin dydaktycznych = 132 godzin zegarowych.
- Przerwy zostały ujęte w harmonogramie zjazdów. Co 1,5 godziny następuje 10 minutowa przerwa.
- **Cena usługi nie obejmuje opłaty wpisowej oraz końcowej.**

Warunki techniczne

Zajęcia odbywają się na platformie MS Teams, każdy z uczestników zobowiązany jest do posiadania własnego sprzętu z aktywnym mikrofonem oraz kamerą internetową.

Kontakt



Rekrutacja

E-mail rekrutacja@szczecin.merito.pl

Telefon (+48) 914 225 858