



Uniwersytet WSB
Merito w Poznaniu



Psychodietetyka

Numer usługi 2024/10/17/7405/2366950

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

📖 Studia podyplomowe

🕒 176 h

📅 16.11.2024 do 08.06.2025

5 050,00 PLN brutto

5 050,00 PLN netto

28,69 PLN brutto/h

28,69 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: - 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. Usługa adresowana również dla Uczestników Projektu Kierunek – Rozwój
Minimalna liczba uczestników	15
Maksymalna liczba uczestników	30
Data zakończenia rekrutacji	31-10-2024
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.)

Cel

Cel edukacyjny

Usługa "Psychodietetyka" – studia podyplomowe POTWIERDZA PRZYGOTOWANIE do 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
Zapoznaje się z tematyką fizjologii żywienia, psychologii jedzenia i otyłości oraz sposobami radzenia sobie.	Identyfikuje psychologiczne i społeczne konsekwencje otyłości i nadwagi oraz innych zaburzeń związanych z jedzeniem	Test teoretyczny
Promuje zdrowy styl życia, w tym świadome odżywianie się jako profilaktyka przeciw chorobom psychosomatycznym.	Diagnostuje przyczyny problemów zdrowotnych	Test teoretyczny
Identyfikuje ograniczenia własnej wiedzy i rozumie potrzebę dalszego kształcenia.	Ocenia swoją aktualną wiedzę i umiejętności, wskazując obszary wymagające dalszego rozwoju	Debata swobodna
	Poszukuje informacji na temat możliwości dalszego kształcenia (np. kursy, szkolenia, literatura) w celu uzupełnienia braków.	Debata swobodna

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

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

Tak, świadectwo studiów podyplomowych zawiera program kierunku wraz ze zrealizowanymi godzinami i punktami ECTS.

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

Tak, 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?

Tak, 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 autogeny itp.),
- Fizjologia ruchu i aktywność fizyczna,
- Techniki promocji świadomego stylu życia.

Czas trwania: 2 semestry.

Dni zajęć: sobota, niedziela (1-2 razy w miesiącu) w godz. 8:00 - 16:00

Łączna ilość godzin: 176 godzin kontaktowych.

Zajęcia na studiach prowadzone są w formie ćwiczeń, warsztatów, case study oraz multimedialnych wykładów.

Wykładowcami studiów podyplomowych są osoby na co dzień oferujące pomoc dzieciom młodzieży i osobom dorosłym cierpiącym z powodu: doznawanych objawów lęku, napięcia, obniżonego nastroju, depresji oraz innych problemów emocjonalnych, utrudniających codzienne funkcjonowanie; odczuwanych dolegliwości somatycznych, takich jak np.: bóle głowy, żołądka, duszności, chroniczne zmęczenie, zaburzenia jedzenia, trudności w relacjach z innymi. . Aktywizująca Uczestników forma prowadzenia zajęć pozwoli na wyćwiczenie umiejętności rozwiązywania problemów zarówno przedstawianych przez wykładowcę jak i podnoszonych na bieżąco przez słuchaczy.

Warunki zaliczenia

- Test semestralny
- Test końcowy
- **Interaktywna forma zajęć**

Wykłady uzupełniane są ćwiczeniami, warsztatami oraz studiami przypadków.

Godziny zajęć podane w harmonogramie są godzinami zegarowymi, zaś ilość godzin programowych jest podana w godzinach dydaktycznych. 176 godzin dydaktycznych = 132 godziny zegarowe

1 godzina dydaktyczna = 45 minut

Liczba punktów ECTS możliwych do zdobycia minimum: 30

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 23

Przedmiot / temat zajęć	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 23 Zajęcia dydaktyczne	16-11-2024	09:00	15:00	06:00
2 z 23 Zajęcia dydaktyczne	17-11-2024	09:00	15:00	06:00
3 z 23 Zajęcia dydaktyczne	14-12-2024	08:00	16:00	08:00
4 z 23 Zajęcia dydaktyczne	15-12-2024	08:00	16:00	08:00
5 z 23 Zajęcia dydaktyczne	11-01-2025	09:00	14:30	05:30
6 z 23 Zajęcia dydaktyczne	12-01-2025	09:00	14:30	05:30
7 z 23 Zajęcia dydaktyczne	25-01-2025	09:00	13:30	04:30
8 z 23 Zajęcia dydaktyczne	26-01-2025	09:00	15:00	06:00
9 z 23 Zajęcia dydaktyczne	08-02-2025	09:00	15:00	06:00
10 z 23 Zajęcia dydaktyczne	09-02-2025	09:00	15:00	06:00
11 z 23 Zajęcia dydaktyczne	08-03-2025	09:00	15:00	06:00
12 z 23 Zajęcia dydaktyczne	09-03-2025	09:00	15:00	06:00
13 z 23 Zajęcia dydaktyczne	22-03-2025	09:00	15:30	06:30

Przedmiot / temat zajęć	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
14 z 23 Zajęcia dydaktyczne	23-03-2025	08:00	16:00	08:00
15 z 23 Zajęcia dydaktyczne	12-04-2025	09:00	15:00	06:00
16 z 23 Zajęcia dydaktyczne	13-04-2025	09:00	15:00	06:00
17 z 23 Zajęcia dydaktyczne	10-05-2025	09:00	15:00	06:00
18 z 23 Zajęcia dydaktyczne	11-05-2025	09:00	15:00	06:00
19 z 23 Zajęcia dydaktyczne	24-05-2025	09:00	15:00	06:00
20 z 23 Zajęcia dydaktyczne	25-05-2025	09:00	15:00	06:00
21 z 23 Zajęcia dydaktyczne	07-06-2025	09:00	15:00	06:00
22 z 23 Zajęcia dydaktyczne	08-06-2025	09:00	15:00	06:00
23 z 23 Egzamin końcowy	08-06-2025	15:15	17:00	01:45

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 050,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 050,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	28,69 PLN
Koszt osobogodziny netto	28,69 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 3



1 z 3

Agnieszka Michalska-Rechowicz

Wykładowcy prowadzący zajęcia od 2010 r

Trenerka odporności psychicznej (Model 4C), Coach (ICC) oraz Certyfikowany Praktyk Rozwoju Learning and

Development Practice (CLPD) renomowanej instytucji Chartered Institute of Personnel and Development (CIPD) w

Londynie.

Od 2003 r. pracuje z liderami, specjalistami i przedsiębiorcami w obszarze skuteczności oraz sposobów jej osiągania

czyli współpracy, relacji i przywództwa. Towarzyszy też w drodze po odporność psychiczną, witalność i dobrostan

(life and corporate wellbeing).

Jest autorką bestsellera „Odpocznij 5 życiowych lekcji dla zabieganych, przepracowanych i zestresowanych” oraz "

Wypalenie zawodowe w procesie zarządzania".



2 z 3

Ilona Stawczyk

Wykładowca współpracujący i prowadzący zajęcia i posiadający kwalifikacje od 2009

Wykładowca i trener MBA, Posiada certyfikat Developmental Transactional Analysis – kompleksowe szkolenie z zakresu

Organizacyjnej Analizy Transakcyjnej / 350 h / prowadzone przez trenerów z International Centre for Developmental

Analysis / wykładowców uczelni angielskich, amerykańskich i szwajcarskich. Uczestniczyła w szkoleniach J. Moreau i

V. Sicheu oraz autora Trójkąta Dramatycznego S. Karpmana. Posiada certyfikat Analizy Transakcyjnej „101” i „202”

/Struktura i Dynamika Grupy/. Nadal podnosi swoje kwalifikacje szkoląc się z tego obszaru.

Członek i założyciel PITAT/ Polskiego Integratywnego Towarzystwa Analizy Transakcyjnej/, członek Europejskiego

Towarzystwa Analizy Transakcyjnej /EATA /, członek Polskiego Towarzystwa Trenerów Biznesu.



3 z 3

Maria Zegarlicka-Poręba



Wykładowca pracujący od 2015.

Psycholog , psychoterapeuta, ukończone 5-letnie całociowe szkolenie z zakresu Psychoterapii w Zakładzie Terapii

Rodziny Psychiatrii CM UJ w Krakowie, nabywała umiejętności w wielu ośrodkach szkoleniowych i terapeutycznych.

Od 1998r. zajmuje się udzielaniem pomocy psychologicznej. Prowadzi psychoterapię pod regularną superwizją

Certyfikowanego Superwizora Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego. Swoją profesjonalną pomoc oferuję dzieciom młodzieży i osobom dorosłym cierpiącym z powodu: doznawanych objawów lęku, napięcia, obniżonego nastroju, depresji oraz innych problemów emocjonalnych, utrudniających codzienne funkcjonowanie; odczuwanych dolegliwości somatycznych, takich jak np.: bóle głowy, żołądka, duszności, chroniczne zmęczenie, zaburzenia jedzenia, trudności w relacjach z innymi; przeżywanej utraty: bliskiej osoby, zdrowia, sprawności, pracy albo innej istotnej wartości; urazowego doświadczenia – interwencje kryzysowe. Ma doświadczenie w indywidualnej i grupowej terapii dzieci, młodzieży, rodziny w zakresie zaburzeń emocjonalnych, zachowania, trudności społecznych, zaburzeń psychosomatycznych, snu, zaburzeń jedzenia, moczenia nocnego; oraz pracy z ich rodzicami doświadczającymi problemów wychowawczych. Psycholog.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymują materiały w formie skryptów, konspektów, prezentacji w formie elektronicznej.

Warunki uczestnictwa

Kryteria uczestnictwa w Programie

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

Aby skorzystać z wybranej usługi edukacyjnej, po zapisaniu się w systemie BUR, należy dokonać zapisu 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.

Informacje dodatkowe

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 zajęciami**
- **Cena usługi nie obejmuje opłaty wpisowej oraz końcowej.**
- **Cena usługi jest ceną katalogową, która może zostać pomniejszona o promoje czasowe dostępne na stronie www.uczelni.**

Uczestnicy studiów pracują na platformie Extranet, to wewnętrzna platforma komunikacyjna. 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 znajdą:

- harmonogram zjazdów,
- plan zajęć,
- materiały dydaktyczne,
- dodatkowe materiały, informacje, ogłoszenia.

Zawarto umowę z WUP w Toruniu w ramach Projektu Kierunek - Rozwój.

Warunki techniczne

Zajęcia zdalne prowadzone są za pośrednictwem aplikacji Microsoft Teams w formie pracy zespołowej wykorzystując czaty, spotkania i rozmowy w wielu oknach, przypięte kanały oraz integrację zadań z aplikacjami. Uczestnicy korzystają z aplikacji Teams w ramach Microsoft Office 365 bezpłatnie.

W celu prawidłowego i pełnego korzystania ze szkolenia należy posiadać urządzenie (komputer, laptop lub smartfon) z dostępem do Internetu, wbudowaną kamerą (opcjonalnie) i mikrofonem, głośnikami (wejście słuchawkowe/ słuchawki)

- komputer z aktualnym systemem operacyjnym Microsoft Windows lub macOS
- aktualna wersja przeglądarki internetowej
- stałe łącze internetowe

Na zjeździe 12-13.04.2025 uczestnicy będą mieli zajęcia na platformie Zoom

Kontakt



Anna Kierzek-Janiak

E-mail anna.kierzek@chorzow.merito.pl

Telefon (+48) 32 3498 452