



Studia podyplomowe Psychodietetyka

Numer usługi 2025/03/27/14073/2652172

5 200,00 PLN brutto
5 200,00 PLN netto
28,57 PLN brutto/h
28,57 PLN netto/h

WYŻSZA SZKOŁA
INFORMATYKI I
ZARZĄDZANIA Z
SIEDZIBĄ W
RZESZOWIE

- 📍 Rzeszów
- 🏠 Studia podyplomowe
- 📖 mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)
- 🕒 182:00 h
- 📅 25.10.2025 do 26.06.2026

★★★★★ 4,6 / 5

654 oceny

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty
Identyfikatory projektów	Małopolski Pociąg do kariery
Grupa docelowa usługi	<p>Studia adresowanie są do wszystkich osób posiadających wyższe wykształcenie w szczególności do:</p> <ul style="list-style-type: none">• Dietetyków, technologów żywności i żywieniowców chcących poszerzyć swoje kompetencje z zakresu psychodietetyki• Psychologów i psychoterapeutów• Pielęgniarek• Trenerów personalnych• Absolwentów nauk przyrodniczych, zainteresowanych psychodietetyką takich specjalności jak: biochemia, biologia, ekologia, mikrobiologia lub ochrona środowiska <p>Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu "Małopolski pociąg do kariery - sezon 1" i/lub dla Uczestników Projektu "Nowy start w Małopolsce z EURESem" oraz do uczestników, którzy uzyskali dofinansowanie z innych nie wymienionych projektów.</p>
Minimalna liczba uczestników	18
Maksymalna liczba uczestników	30
Data zakończenia rekrutacji	24-10-2025
Forma prowadzenia usługi	mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)

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 2024 r. poz. 1571, z późn. zm.)

Zakres uprawnień

Studia podyplomowe

Cel

Cel edukacyjny

Studia podyplomowe Psychodietetyka z egzaminem końcowym potwierdzają przygotowanie do diagnozowania zaburzeń odżywiania, zastosowania metod i narzędzi wspomagających zmianę nawyków żywieniowych.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Definiuje prawidłowości funkcjonowania i metabolizmu organizmu.	Omawia fizjologię układu pokarmowego, rozróżnia rodzaje głodu, wskazuje konieczność specjalistycznych konsultacji.	Test teoretyczny
		Wywiad swobodny
Charakteryzuje i opisuje emocje oraz ich wpływ na zaburzenia odżywiania.	Przedstawia uwarunkowania dietozależnych chorób oraz odrębności żywieniowe i psychologiczne występujące na różnych etapach rozwoju osobniczego.	Test teoretyczny
	Klasyfikuje emocje, opisuje wpływ emocji na funkcjonowanie człowieka, zależności pomiędzy emocjami a motywacją.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Definiuje metody rozwijania osobowości wykorzystywane w praktyce psychologiczno-dietetycznej.	Uzasadnia wpływ aktywności fizycznej na zdrowie człowieka, tworzy plany aktywności fizycznej wspomagane doborem właściwej diety.	Wywiad swobodny
	Omawia i stosuje metody diagnozowania zaburzeń pacjentów chorujących somatycznie i psychosomatycznie.	Wywiad swobodny
Stosuje techniki aktywnego słuchania w kontakcie z klientem.	Buduje zestawy pytań, które pomagają w diagnozie i ocenie stanu faktycznego.	Wywiad swobodny
Charakteryzuje wpływ stresu na kondycję fizyczną i psychiczną człowieka oraz metody i techniki jego rozładowania	Dobiera metody interwencji dostosowane do potrzeb i możliwości psychofizycznych i zdrowotnych pacjenta	Wywiad swobodny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Posługuje się medycznymi bazami danych, dokonuje interpretacji wyników pochodzących z badań naukowych zgodnie z zasadami evidence-based medicine	Wiąże dostępne źródła danych z badaniami bazującymi na praktyce klinicznej	Analiza dowodów i deklaracji
Przestrzega zasady etyki zawodowej i dba o prestiż wykonywanego zawodu	Wyjaśnia zasady jakimi w sposób etyczny należy kierować się w stosunku do pacjenta	Wywiad swobodny
Ocenia w sposób krytyczny posiadaną wiedzę i ponoszoną odpowiedzialność za podejmowane działania	Wyjaśnia konieczność aktualizacji posiadanej wiedzy w kontekście odpowiedzialności za pacjenta	Wywiad swobodny

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

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

TAK

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

TAK

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

TAK

Program

Studia podyplomowe przygotowują do diagnozowania zaburzeń odżywiania oraz poznania metod i narzędzi wspomagających proces zmiany nawyków żywieniowych.

Program studiów:

Podstawy żywienia - w oparciu o EBM

1. Podstawowe zagadnienia związane z nauką o żywności i żywieniu wraz z analizą badań naukowych
2. Skład organizmu człowieka, procesy przemiany materii, bilans energetyczny, procesy trawienia i wchłaniania składników pokarmowych
3. Zapotrzebowanie energetyczne człowieka (podstawowa i ponadpodstawowa przemiana materii) oraz zapotrzebowanie na składniki odżywcze i regulujące w różnych okresach jego życia, stanu fizjologicznego i zdrowotnego oraz indywidualnych cech, jak: wiek, płeć, aktywność ruchowa

Fizjologia odżywiania się

1. Głód i sytość
2. Główne centrum dowodzenia – podwzgórze
3. Regulacja pobierania pokarmu: kora mózgowa, ośrodek węchowy, smakowy i wzrokowy, ciało migdałowate.

Psychologia emocji i motywacji

1. Ogólna charakterystyka emocji. Status problematyki emocji w psychologii. Sposoby definiowania emocji w psychologii. Różnica pomiędzy emocjami a nastrojem, afektem i procesami poznawczymi. Komponenty emocji.
2. Funkcje emocji.
3. Klasyfikacje emocji – podejście kategoryjne i wymiarowe.
4. Ekspresja emocjonalna
5. Biologiczne podstawy emocji

Psychoterapia anoreksji i bulimii

1. Definicja zaburzeń odżywiania
2. Kryteria diagnostyczne zaburzeń odżywiania

Mindfulness

1. Rodzaje treningów uważności
2. Mindfulness – cele treningu uważności. Czym jest mindfulness?
3. Medytacja a mindfulness.
4. 5 podstawowych zasad uważności.
5. Trening uważności w kontekście dzieci

Aktywność fizyczna jako element terapii

1. Trening jako narzędzie budowania pewności siebie i dobrego samopoczucia
2. Aktywność fizyczna w świetle aktualnych zaleceń
3. Aktywność fizyczna a ryzyko chorób cywilizacyjnych

Etyka pracy dla osób pracujących w zawodach ochrony zdrowia. W ujęciu pracy z pacjentem i własnego rozwoju.

1. Zagadnienia etyczne w pracy psychodietetyka
2. Psychodietetyk wśród innych zawodów zaufania publicznego i ochrony zdrowia
3. Badanie własnej motywacji wyboru zawodu związanego z pomocą innym

Dietoterapia w neofobii żywieniowej – praca z pacjentem

1. Zaburzenia neurorozwojowe u dzieci – rodzaje i znaczenie dietoterapii.
2. Kryteria diagnostyczne zespołu nadpobudliwości psychoruchowej (ADHD).
3. Powiązanie mikrobioty jelitowej oraz nietolerancji pokarmowych z ADHD w świetle badań naukowych.

Psychopatologia zaburzeń odżywiania i elementy diagnozy klinicznej

wg DSM V

1. Zaburzenie odżywiania w ujęciu terapii systemowych
2. Zaburzenia odżywiania w ujęciu poznawczo-behawioralnym
3. Zaburzenia odżywiania w ujęciu terapii Gestalt

Techniki i narzędzia coachingowe

1. Coach liderem dla samego siebie. Umiejętności komunikacyjne w coachingu
2. Coaching w organizacji
3. Nowoczesne formy kształcenia a coaching

Poradnictwo dietetyczne z elementami dialogu motywacyjnego

1. Wstęp do psychodietetyki - czym jest psychodietetyka
2. Zmiana nawyków żywieniowych w ujęciu psychologicznym - jak ocenić, na którym etapie procesu zmiany - poszczególne etapy
3. Psychologiczne przyczyny otyłości

Perspektywa psychologiczna zaburzeń neurorozwojowych

1. Definicja zaburzeń neurorozwojowych
2. Szczegółowe omówienie zaburzeń ze spektrum autyzmu

3. Specyfika pracy i trudności w pracy z Pacjentami z diagnozą ASD

Interwencje psychologiczne w pracy z Pacjentem chorującym somatycznie i psychosomatycznie

1. Definicja Pacjenta chorującego somatycznie oraz Pacjenta cierpiącego psychosomatycznie
2. Omówienie trudności emocjonalnych Pacjentów pojawiających się w gabinecie lekarza, psychologa, dietetyka, psychodietetyka
3. Rozwijanie kompetencji miękkich poprzez ćwiczenia praktyczne (symulacja pracy z Pacjentem).

Organizacja i zarządzanie czasem

1. Jak znaleźć czas na rozwój?
2. Jak budować dobre nawyki w zarządzaniu czasem
3. Cele - co chcemy osiągnąć i jak do tego dążyć
4. Jak się zmotywować, by zrealizować swoje cele
5. Zrobione jest lepsze od doskonałego. Jak sobie radzić z perfekcjonizmem

Podstawy planowania jadłospisu na co dzień i w sytuacjach niestandardowych

1. Proces obsługi klienta od momentu jego przyjścia do pozostawienia pozytywnej opinii
2. Materiały dodatkowe, praca na schematach tj. Dieta śródziemnomorska, DASHi inne.
3. Dobry wywiad z klientem, który umożliwi ci ułożenie naprawdę dopasowanego jadłospisu

Stres – jego wpływ na ciało i psychikę. Techniki rozładowania napięcia i relaksacji.

1. Stres i jego wpływ na zdrowie (ciała i psychiki). Teoria poliwalgalna - założenia i praktyka w pracy z pacjentem
2. dobowy rytm ultradianński – znaczenie profilaktyki i konsekwencje zaburzenia

Rozpoznawanie sygnałów – głód, ochota, zachcianka

1. Nauka rozpoznawania sygnałów płynących z ciała- głód, sytość, zachcianka
2. Czy istnieją predyspozycje do jedzenia pod wpływem emocji
3. Jedzenie emocjonalne- jego rola w przebiegu emocjonalnego jedzenia

Psychodietetyka w praktyce

1. Wprowadzenie do psychodietetyki
2. Składowe, które mają wpływ na nasze zdrowie i dobrostan, tj. dobre zachowania żywieniowe, regularna aktywność fizyczna, regeneracja, podejście do zdrowia, umiejętne radzenie sobie ze stresem i napięciem emocjonalnym, relacje z samym sobą, relacje z bliskimi, umiejętność wdzięczności i afirmacji.

Czas trwania: 2 semestry, 182 godziny, umożliwiają uzyskanie 30 punktów ECTS. Zajęcia realizowane są w formie mieszanej, około 50% zajęć prowadzonych jest w formie zdalnej w czasie rzeczywistym. Zajęcia odbywają się średnio co 2 tygodnie w soboty i niedziele, średnio 6 - 8 godzin dziennie, w godzinach: 8.00 - 16.10.

Zajęcia w formie zdalnej prowadzone są w czasie rzeczywistym z wykorzystaniem platformy Cisco Webex. Sporadycznie zajęcia w formie zdalnej mogą być realizowane w ciągu tygodnia w godzinach wieczornych (2 godziny od 18.10 do 19.50). Zajęcia dydaktyczne realizowane są najczęściej w blokach obejmujących wskazaną liczbę godzin dydaktycznych (45 minut) i przerwę. Przerwy nie są wliczane do czasu zajęć.

Zajęcia prowadzone są w formie wykładów, ćwiczeń, odgrywania ról, case study przez wykładowców uczelni oraz praktyków posiadających doświadczenie praktyczne w zakresie prowadzonego przedmiotu.

Walidacja: każdy przedmiot na studiach podyplomowych kończy się zaliczeniem, zaliczeniem na ocenę lub egzaminem. Po zakończeniu zajęć dydaktycznych i uzyskaniu wszystkich zaliczeń słuchacz zdaje egzamin końcowy.

Absolwent studiów podyplomowych uzyskuje świadectwo ukończenia studiów podyplomowych.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 49

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
1 z 49 Podstawy żywienia w oparciu o EBM, 3 godz. dydaktyczne	prof. dr hab. n. med. Konrad Szychowski	25-10-2025	10:45	13:35	02:50	Nie
2 z 49 Psychoterapia anoreksji i bulimii, 4 godz. dydaktyczne	Jakub Błazej	26-10-2025	08:00	11:30	03:30	Nie
3 z 49 Psychoterapia anoreksji i bulimii, 4 godz. dydaktyczne	Jakub Błazej	15-11-2025	08:00	11:30	03:30	Nie
4 z 49 Podstawy żywienia - w oparciu o EBM, 4 godz. dydaktyczne	dr Urszula Binduga	15-11-2025	12:40	16:10	03:30	Nie
5 z 49 Organizacja czasu wolnego, 4 godz. dydaktyczne	Ewa Stepek-Szuba	29-11-2025	08:55	12:30	03:35	Tak
6 z 49 Etyka pracy dla osób pracujących w zawodach ochrony zdrowia. Praca z pacjentem i własny rozwój, 4 godz. dydaktyczne	dr Barbara Piekło	29-11-2025	12:40	16:10	03:30	Tak

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
7 z 49 Psychologia emocji i motywacji, 4 godz. dydaktyczne	Magdalena Czyżewska	30-11-2025	08:55	12:30	03:35	Tak
8 z 49 Fizjologia odżywiania się, 4 godz. dydaktyczne	dr Urszula Binduga	30-11-2025	12:40	16:10	03:30	Tak
9 z 49 Psychopatologia zaburzeń odżywiania i elementy diagnozy klinicznej wg DSM V, 2 godz. dydaktyczne	Dominika Kaczor	04-12-2025	18:10	19:50	01:40	Nie
10 z 49 Organizacja czasu wolnego, 4 godz. dydaktyczne	Ewa Stepek-Szuba	13-12-2025	08:00	11:30	03:30	Nie
11 z 49 Fizjologia odżywiania się, 4 godz. dydaktyczne	dr Urszula Binduga	13-12-2025	12:40	16:10	03:30	Nie
12 z 49 Aktywność fizyczna jako element terapii, 4 godz. dydaktyczne	Paulina Altamer-Mucha	14-12-2025	08:00	11:30	03:30	Nie
13 z 49 Psychoterapia anoreksji i bulimii, 4 godz. dydaktyczne	Jakub Błazej	14-12-2025	12:40	16:10	03:30	Nie

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
<p>14 z 49</p> Psychopatologia zaburzeń odżywiania i elementy diagnozy klinicznej wg DSM V, 2 godz. dydaktyczne	Dominika Kaczor	17-01-2026	08:00	09:40	01:40	Nie
<p>15 z 49</p> Fizjologia odżywiania się, 2 godz. dydaktyczne	dr Urszula Binduga	17-01-2026	09:50	11:30	01:40	Nie
<p>16 z 49</p> Podstawy żywienia - w oparciu o EBM, 1 godz. dydaktyczna	dr Urszula Binduga	17-01-2026	11:45	12:30	00:45	Nie
<p>17 z 49</p> Dietoterapia w neofobii żywieniowej - praca z pacjentem, 4 godz. dydaktyczne	Katarzyna Szczepaniak	17-01-2026	13:35	17:05	03:30	Nie
<p>18 z 49</p> Aktywność fizyczna jako element terapii, 4 godz. dydaktyczne	Paulina Altamer-Mucha	18-01-2026	08:00	11:30	03:30	Nie
<p>19 z 49</p> Psychopatologia zaburzeń odżywiania i elementy diagnozy klinicznej wg DSM V, 4 godz. dydaktyczne	Dominika Kaczor	18-01-2026	12:40	16:10	03:30	Nie

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
20 z 49 Dietoterapia w neofobii żywnieniowej - praca z pacjentem, 4 godz. dydaktyczne	Katarzyna Szczepaniak	31-01-2026	08:00	11:30	03:30	Tak
21 z 49 Psychologia emocji i motywacji, 4 godz. dydaktyczne	Magdalena Czyżewska	31-01-2026	12:40	16:10	03:30	Tak
22 z 49 Psychologia emocji i motywacji, 4 godz. dydaktyczne	Magdalena Czyżewska	01-02-2026	08:55	12:30	03:35	Tak
23 z 49 Psychologia emocji i motywacji, 4 godz. dydaktyczne	Magdalena Czyżewska	01-02-2026	12:40	16:10	03:30	Tak
24 z 49 Aktywność fizyczna jako element terapii, 4 godz. dydaktyczne	Paulina Altamer-Mucha	14-02-2026	08:00	11:30	03:30	Nie
25 z 49 Mindfulness, 4 godz. dydaktyczne	Paulina Kawa-Zięba	07-03-2026	08:55	12:30	03:35	Tak
26 z 49 Techniki i narzędzia coachingowe, 4 godz. dydaktyczne	dr Urszula Binduga	07-03-2026	12:40	16:10	03:30	Tak

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
27 z 49 Mindfulness, 8 godz. dydaktycznych	Paulina Kawa-Zięba	08-03-2026	08:55	16:10	07:15	Tak
28 z 49 Poradnictwo dietetyczne z elementami dialogu motywacyjnego, 4 godz. dydaktyczne	Katarzyna Szczepaniak	08-03-2026	12:40	16:10	03:30	Tak
29 z 49 Poradnictwo dietetyczne z elementami dialogu motywacyjnego, 4 godz. dydaktyczne	Katarzyna Szczepaniak	21-03-2026	08:00	11:30	03:30	Nie
30 z 49 Techniki i narzędzia coachingowe, 4 godz. dydaktyczne	dr Urszula Binduga	21-03-2026	12:40	16:10	03:30	Nie
31 z 49 Rozpoznawanie sygnałów - głód, ochota, zachcianka, 4 godz. dydaktyczne	Aneta Stopa	22-03-2026	08:00	11:30	03:30	Nie
32 z 49 Psychodietetyka w praktyce, 4 godz. dydaktyczne	Katarzyna Szczepaniak	22-03-2026	12:40	16:10	03:30	Nie

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
<p>33 z 49 Interwencje psychologiczne w pracy z pacjentem chorującym somatycznie i psychosomatyycznie, 4 godz. dydaktyczne</p>	dr Barbara Piekło	28-03-2026	08:00	11:30	03:30	Nie
<p>34 z 49 Interwencje psychologiczne w pracy z pacjentem chorującym somatycznie i psychosomatyycznie, 4 godz. dydaktyczne</p>	dr Barbara Piekło	28-03-2026	12:40	16:10	03:30	Nie
<p>35 z 49 Interwencje psychologiczne w pracy z pacjentem chorującym somatycznie i psychosomatyycznie, 4 godz. dydaktyczne</p>	dr Barbara Piekło	29-03-2026	08:00	11:30	03:30	Nie
<p>36 z 49 Stres - jego wpływ na ciało i psychikę. Techniki rozładowania napięcia i relaksacji, 4 godz. dydaktyczne</p>	Anna Baran	11-04-2026	08:55	12:30	03:35	Tak
<p>37 z 49 Techniki i narzędzia coachingowe, 4 godz. dydaktyczne</p>	dr Urszula Binduga	11-04-2026	12:40	16:10	03:30	Tak

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
38 z 49 Stres - jego wpływ na ciało i psychikę. Techniki rozładowania napięcia i relaksacji, 4 godz. dydaktyczne	Anna Baran	12-04-2026	08:55	12:30	03:35	Tak
39 z 49 Techniki i narzędzia coachingowe, 4 godz. dydaktyczne	dr Urszula Binduga	12-04-2026	12:40	16:10	03:30	Tak
40 z 49 Perspektywa psychologiczna zaburzeń neurorozwojowych, 4 godz. dydaktyczne	Jan Gosztyła	25-04-2026	08:00	11:30	03:30	Nie
41 z 49 Psychodietetyka w praktyce, 4 godz. dydaktyczne	-	26-04-2026	08:00	11:30	03:30	Nie
42 z 49 Poradnictwo dietetyczne z elementami dialogu motywacyjnego, 4 godz. dydaktyczne	Katarzyna Szczepaniak	16-05-2026	08:55	12:30	03:35	Tak
43 z 49 Techniki i narzędzia coachingowe, 4 godz. dydaktyczne	dr Urszula Binduga	16-05-2026	12:40	16:10	03:30	Tak

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
44 z 49 Perspektywa psychologiczna zaburzeń neurorozwojowych, 4 godz. dydaktyczne	Jan Gosztyła	30-05-2026	08:00	11:30	03:30	Nie
45 z 49 Psychodietetyka w praktyce, 4 godz. dydaktyczne	-	13-06-2026	08:55	16:10	07:15	Tak
46 z 49 Podstawy planowania jadłospisu na co dzień i w sytuacjach niestandardowych, 4 godz. dydaktyczne	-	13-06-2026	12:40	16:10	03:30	Tak
47 z 49 Podstawy planowania jadłospisu na co dzień i w sytuacjach niestandardowych, 4 godz. dydaktyczne	-	14-06-2026	08:55	12:30	03:35	Tak
48 z 49 Psychodietetyka w praktyce, 4 godz. dydaktyczne	-	14-06-2026	12:40	16:10	03:30	Tak
49 z 49 Walidacja - egzamin końcowy	-	26-06-2026	09:00	09:45	00:45	Nie

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena

Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 200,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 200,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	28,57 PLN
Koszt osobogodziny netto	28,57 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 13



1 z 13

dr Urszula Binduga

Doktorantka Uniwersytetu Rolniczego im. Hugona Kołłątaja w Krakowie na Wydziale Technologii Żywności. Absolwentka Wyższej Szkoły Informatyki i Zarządzania na kierunku Turystyka i rekreacja o specjalnościach: zarządzanie w turystyce, hotelarstwo i gastronomia oraz turystyka międzynarodowa oraz studiów podyplomowych Dietetyka i planowanie żywienia. Wykładowca WSliZ - prowadzi zajęcia dydaktyczne na studiach pierwszego i drugiego stopnia oraz na studiach podyplomowych.



2 z 13

Paulina Kawa-Zięba

Trener jogi śmiechu, trener zdrowia, mówca motywacyjny, mentor, dyplomowany Trener Biznesu. Ukończyła Akademię Trenerów Biznesu na Uniwersytecie SWPS. Swoje doświadczenie trenerskie zdobywała podczas realizacji projektów szkoleniowych i organizacji konferencji na terenie całego kraju. Od 2015 roku właścicielka firmy szkoleniowej LIFE ROOTS.

Uwielbia wzmacniać innych w drodze do realizacji ich celów. Inspiruje do działania, zachęca do aktywności i poznawania siebie. Uczy jak budować szczęśliwe życie bez stresu, mieć czas dla siebie i wewnętrzny spokój. Posiada wieloletnie doświadczenie w roli trenera i prelegenta. Specjalizuje się w szkoleniach z zakresu radzenia sobie ze stresem, mindfulness, komunikacji i efektywności osobistej.

Prowadziła szkolenia dla pracowników takich firm, jak: Pratt & Whitney, PKO Bank Polski, G2A Arena, T-Mobile, Polpharma, Gazeta.pl, Uniwersytet Rzeszowski, Elavon Financial Services DAC Sp. Z o.o. i wielu innych. Autorka bloga i artykułów dotyczących rozwoju osobistego oraz przepisów na zdrowe życie.

Od 2024 roku prowadzi zajęcia dydaktyczne na studiach podyplomowych.



3 z 13

Jakub Błazej

Dietetyk (lic., 2015), psycholog (mgr 2017), psychodietetyk (2018) oraz psychoterapeuta psychoanalityczny w procesie certyfikacji w Polskim Towarzystwie Psychoterapii Psychoanalitycznej w Warszawie. Posiada kwalifikacje pedagogiczno-nauczycielskie oraz Certyfikat Trenera Umiejętności Społecznych TUS SST.

Od kilku lat pracuje w Psychiatrycznym Rehabilitacyjnym Oddziale Dziennym dla Dzieci i Młodzieży Mazowieckiego Centrum Neuropsychiatrii. Prowadzi konsultacje oraz psychoterapię indywidualną osób dorosłych w klinice Psychomedic w Warszawie. Współpracował z Warszawskim Uniwersytetem Medycznym, gdzie prowadził zajęcia w ramach kierunku: Psychodietetyka.

W mojej pracy łączy teorie psychoanalityczne z wiedzą z obszarów medycznych. Swoj sposób myślenia oraz pracy przedstawia w licznych tekstach, które ukazywały się m.in. jako artykuły w kwartalniku Fides et Ratio, „Trening umiejętności społecznych”, rozdział w pracy zbiorowej pt. „Jak prowadzić TUS” pod red. Mirosława Szczeglika, a także w e-booku „Dzieci w sieci. Jak zrozumieć doświadczenie dzieci w cyberprzestrzeni”, którego jestem współautorem.



4 z 13

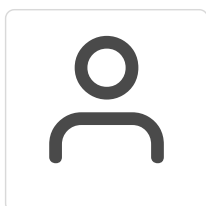
Dominika Kaczor

Psycholog, psychodietetyk, dietetyk. Fundatorka Fundacji Żywieniowe ABC. Od 15 lat specjalizuje się w zaburzeniach odżywiania, prowadząc terapię i rehabilitację dzieci, młodzieży oraz dorosłych. Posiada szeroką wiedzę z zakresu selektywności pokarmowej w tym neofobii żywieniowej, wybiórczości pokarmowej czy ARFID.

Opracowuje diety uwarunkowane schorzeniem pacjenta w tym diety redukcyjne, rehabilitacyjne czy eliminacyjne.

Przez lata współpracowała z licznymi instytucjami prowadząc szkolenia, warsztaty, prelekcje, a także konferencje z zakresu profilaktyki zaburzeń odżywiania, żywienia oraz żywności ekologicznej. Charakteryzuje się bogatym doświadczeniem, które uzyskała dzięki pracy w: Fundacji Żywieniowe ABC; Podkarpackim Hospicjum dla Dzieci; prywatnym ośrodku leczącym zaburzenia odżywiania; pracy w gabinetach dietetycznych w Rzeszowie.

Od 2024 roku prowadzi zajęcia dydaktyczne na studiach podyplomowych.



5 z 13

Magdalena Czyżewska

Jest absolwentką Uniwersytetu Jagiellońskiego w Krakowie. Ukończyła czteroletni całonocny kurs Psychoterapii Integracyjnej w Collegium Medicum UJ oraz studia podyplomowe na kierunku Seksuologia Kliniczna. Aktualnie w trakcie studiów doktorskich w Instytucie Psychologii Polskiej Akademii Nauk. Na co dzień prowadzi prywatną praktykę, posiada wieloletnie doświadczenie w pracy terapeutycznej zarówno z młodzieżą, osobami dorosłymi jak i parami. Członek Polskiego Towarzystwa Seksuologicznego. W trakcie postępowania kwalifikacyjnego celem uzyskania Certyfikatu Seksuologa Klinicznego. Ukończyła szereg kursów i szkoleń zarówno z zakresu psychologii, jak i seksuologii.

Prowadzi zajęcia dydaktyczne z zakresu psychologii na studiach pierwszego i drugiego stopnia oraz studiach podyplomowych od 2022 roku.

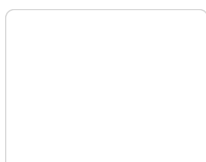


6 z 13

Katarzyna Szczepaniak

Dyplomowany dietetyk oraz psychodietetyk.

W swojej pracy kieruje się racjonalnym podejściem do przestrzegania diety oraz zmian nawyków żywieniowych. Aktualizuje swoją wiedzę biorąc udział w konferencjach, szkoleniach, kursach, webinarach. Edukuje dorosłych, dzieci i młodzież prowadząc warsztaty o żywieniu oraz bierze udział w projektach dotyczących zdrowego stylu życia.



7 z 13

dr Barbara Piekło



Dr Barbara Piekło – dietetyk kliniczny, wykładowca. Posiada wieloletnie doświadczenie w pracy z pacjentami z zaburzeniami odżywiania i nadmierną masą ciała. Zajmuje się szczególnie problematyką alergii pokarmowych, cukrzycą, chorobami autoimmunologicznymi, chorobami zespołu metabolicznego i układu krwionośnego.

Specjalista z zakresu żywienia kobiet w ciąży i w okresie laktacji – Promotorka Karmienia Piersią. Organizatorka wielu wydarzeń i warsztatów dla Kobiet w okresie okołoporodowym, podczas których wspiera Mamy w dbaniu o zdrowe i racjonalne odżywianie w ciąży oraz obejmuje opieką rodziców podczas rozszerzania diety Maluszków. Dietetyk posiadająca szerokie doświadczenie w prowadzeniu dziecięcych pacjentów z alergiami pokarmowymi, nietolerancją pokarmową, zaburzeniami odżywiania oraz w chorobach autoimmunologicznych. Stale współpracująca z lekarzem pediatrą i diabetologiem oraz psychologiem. Pracuje z dziećmi i nastolatkami borykającymi się z problemem otyłości, wybiórczym jedzeniem czy podczas zmian nawyków żywieniowych.



8 z 13

Anna Baran

Absolwentka psychologii w Instytucie Psychologii Stosowanej Uniwersytetu Jagiellońskiego. Po studiach uzyskała certyfikat trenera w prestiżowej Szkole Trenerów i Konsultantów Zarządzania MATRIK. Od lat pracuje jako trener i konsultant zarządzania. Prowadzi szkolenia z zakresu zarządzania zasobami ludzkimi oraz kompetencji miękkich. Jest akredytowanym coachem International Coach Federation (ICF) na poziomie Associate Certified Coach (ACC). Przez trzy kadencje pełniła funkcję dyrektora regionalnego rzeszowskiego oddziału ICF Poland.

Ukończyła Studia Zawodowe Coachingu ACSTH w Instytucie Komunikacji i Rozwoju Mukoid, gdzie pełniła również funkcję mentora, przygotowując absolwentów do akredytacji ICF na poziomie ACC. Jest absolwentką Noble Manhattan Coaching na poziomie PCD. Posiada certyfikat Praktyka NLP, Pierwszego stopnia Racjonalnej Terapii Zachowań oraz Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach pierwszego i drugiego stopnia. Jest konsultantem narzędzi diagnostycznych Extended DISC®, D3 Assessment oraz Belbin Team Roles®. Praktyk Biofeedback HRV certyfikowany w Biofeedback Labs USA.



9 z 13

prof. dr hab. n. med. Konrad Szychowski

Profesor nauk medycznych i nauk o zdrowiu w dyscyplinie nauki medyczne. Tytuł naukowy nadany 14 stycznia 2025 przez Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej Andrzeja Dudę.

Doktor habilitowany nauk medycznych i nauk o zdrowiu w dyscyplinie nauki medyczne. Stopień naukowy nadany 15 października 2020r. przez Radę ds. Stopni Naukowych Uniwersytetu Medycznego w Lublinie na podstawie oceny osiągnięcia naukowego przedstawionego w cyklu powiązanych tematycznie artykułów naukowych pt.: „Badania nad oddziaływaniem peptydu elastynopochodnego VGVAPG z komórkami układu nerwowego”.

Doktor nauk biologicznych w zakresie biologii (Uniwersytet Jagielloński, Wydział Biologii i Nauk o Ziemi, Instytut Zoologii, rok 2015 – obrona z wyróżnieniem).

Prowadzi zajęcia dydaktyczne na studiach pierwszego i drugiego stopnia, studiach podyplomowych WSiLz.



10 z 13

Ewa Stepek-Szuba

Dietetyk i psychodietetyk kliniczny. Od 10 latu wspomaga pacjentów indywidualnych i rodziny wspierając ich w tworzeniu zdrowych nawyków żywieniowych. Prowadzi konsultacje, warsztaty, szkolenia i zajęcia na studiach podyplomowych.



11 z 13

Paulina Altamer-Mucha

Absolwentka Wyższej Szkoły Informatyki i Zarządzania w Rzeszowie na kierunku dietetyka, instruktor fitness od 2015 roku, właścicielka własnego gabinetu dietetycznego i osoba z wieloletnim doświadczeniem w prowadzeniu zajęć grupowych z aktywności fizycznej dla różnych grup wiekowych.

Specjalizuje się w pracy z kobietami zmagającymi się z otyłością, oferując kompleksowe i indywidualnie dopasowane konsultacje dietetyczne, plany żywieniowe oraz programy aktywności fizycznej.

Posiada doświadczenie w pracy z różnymi grupami wiekowymi – zarówno z dziećmi, jak i seniorami, dostosowując programy treningowe do indywidualnych potrzeb, możliwości i celów uczestników. Aktywnie uczestniczy w edukacji i popularyzacji zdrowego stylu życia, prowadząc warsztaty i wydarzenia związane z dietetyką, aktywnością fizyczną i psychodietetyką.



12 z 13

Jan Gosztyła

Magister psychologii (KUL, Wydział Nauk Społecznych, rok 2002), certyfikowany specjalista terapii uzależnień (nr certyfikatu SP/0362/2009), certyfikowany psychoterapeuta i trener Gestalt (nr certyfikatu 271, nr certyfikatu EAGT G3111-22).

Asystent w Katedrze Zarządzania.

Zatrudniony w Wyższej Szkole Informatyki i Zarządzania od 2022 roku.

Jego zainteresowania naukowe koncentrują się wokół tematyki radzenia sobie ze stresem, rozwoju postraumatycznego, psychoterapii młodzieży i dorosłych. W mniejszym zakresie angażuje się w projekty z innych obszarów psychologii – psychologii środowiskowej oraz psychologii rozwojowej. Posiada wieloletnie doświadczenie pracy jako psychoterapeuta w ośrodkach leczenia uzależnień i poradniach zdrowia psychicznego. Aktualnie udziela wsparcia psychologicznego w Akademickim Centrum Rozwoju Osobistego i Wsparcia Psychologicznego WSiIZ. Pełni także funkcję opiekun Koła Naukowego Psychologii Stosowanej.



13 z 13

Aneta Stopa

Aneta Stopa dietetyk i psychodietetyk, specjalizujący się w wprowadzaniu zdrowych nawyków żywieniowych oraz edukacji zdrowotnej. Prowadzi gabinet psychodietetyczny, oferując profilaktykę i terapię żywieniową. Pomaga pacjentom radzić sobie z emocjonalnym jedzeniem i rozwijać zdrowe nawyki. Inwestuje także w młode pokolenie- prowadząc z nimi warsztaty żywieniowe w przedszkolach i szkołach.

Posiada wieloletnie doświadczenie w pracy z pacjentami zdobyte w renomowanych placówkach Szpitalu Pro Familia w Rzeszowie oraz Szpitalu Specjalistycznym im. Świętej Rodziny w Rudnej Małej. Pełniła tam rolę dietetyka i psychodietetyka, zajmując się zarówno pacjentami szpitalnymi, jak i prowadzeniem działań profilaktycznych.

Dzięki swojej wiedzy i doświadczeniu, skutecznie wspiera swoich pacjentów w drodze do zdrowego stylu życia, promując nie tylko właściwe odżywianie, ale także zdrowe podejście do emocji i nawyków żywieniowych.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Zapewniamy uczestnikom studiów dostęp do materiałów przekazywanych przez wykładowców poszczególnych przedmiotów drogą elektroniczną oraz na platformie Moodle. Słuchacze otrzymują: prezentacje przygotowane przez wykładowców, skrypty, inne materiały opisowe przygotowane przez wykładowców, zestawy ćwiczeń.

Warunki uczestnictwa

Osoby z wykształceniem wyższym (I lub II stopnia). Rejestracja <https://podyplomowe.wsiz.pl/rekrutacja/>

Rejestracja na studia podyplomowe odbywa się w formie elektronicznej. Aby zarezerwować miejsce na studiach podyplomowych konieczne jest złożenie kompletu wymaganych dokumentów rekrutacyjnych. Zgłoszenie na studia tylko przez Bazę Usług Rozwojowych nie gwarantuje miejsca w grupie.

Czesne za studia wpisane w karcie usługi nie obejmuje opłaty rekrutacyjnej w wysokości 50 zł. Opłatę rekrutacyjną należy wnieść w chwili rejestracji na studia przez system rekrutacyjny uczelni.

Wymagany jest udział w co najmniej 80% zajęć. Na zajęciach stacjonarnych słuchacze podpisują się na listach obecności. Z zajęć zdalnych generowane są listy obecności z uwzględnieniem czasu logowania.

Informacje dodatkowe

Szczegółowy harmonogram zajęć dydaktycznych będzie zamieszczony na co najmniej 6 dni przed każdym semestrem. Harmonogram może ulec zmianie. Wszyscy wykładowcy posiadają wymagane doświadczenie zawodowe.

Usługa skierowana do Uczestników Projektu MP.

Warunki techniczne

Zajęcia zdalne prowadzone są z użyciem platformy Cisco Webex. Słuchacz loguje się do platformy Cisco Webex ze swojego konta w Wirtualnej Uczelni. Słuchacz, aby skorzystać z zajęć online musi posiadać stanowisko pracy spełniające poniższe minimalne wymagania:

Komputer/laptop/ z kamerą i zainstalowanym systemem:

Windows

- Windows 10 lub nowszym

Mac OS

- 10.15 lub nowszym

Urządzenia mobilne:

iOS

- 16 i nowsze

iPadOS

- 16 i nowsze

Android

- 10 i nowsze

Minimalna przepustowość połączenia internetowego:

- Download 4 Mb/s
- Upload 4 MB/s

Niezbędne oprogramowanie umożliwiające uczestnikom dostęp do prezentowanych treści i materiałów

- Przeglądarka internetowa (według wyboru słuchacza)

Adres

ul. mjr. Henryka Sucharskiego 2

35-225 Rzeszów

woj. podkarpackie

Zajęcia dydaktyczne realizowane będą w siedzibie uczelni przy ul. Sucharskiego 2. Informacje i sprawy bieżące - pokój nr 48 Centrum Studiów Podyplomowych.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi
- Laboratorium komputerowe

Kontakt



MARTA CISEK-BABIARZ

E-mail mcisek@wsiz.edu.pl

Telefon (+48) 17 8661 517