



Uniwersytet WSB
Merito w Poznaniu

★★★★☆ 4,4 / 5

788 ocen

Psychodietetyka

Numer usługi 2026/07/24/7405/3708156

- 📖 Studia podyplomowe
- 📺 zdalna w czasie rzeczywistym
- 👥 Zajęcia grupowe
- 🕒 155:45 h
- 📅 24.10.2026 do 20.06.2027

5 750,00 PLN brutto

5 750,00 PLN netto

36,92 PLN brutto/h

36,92 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Styl życia / Dietetyka
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, • wszystkich którzy chcą poszerzyć swoją wiedzę w zakresie psychologicznych aspektów odżywiania się i zmiany nawyków żywieniowych.
Minimalna liczba uczestników	15
Maksymalna liczba uczestników	35
Forma prowadzenia usługi	zdalna 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

Usługa „Psychodietetyka – studia podyplomowe” potwierdza przygotowanie do profesjonalnego wspierania klientów w procesie zmiany nawyków żywieniowych oraz efektywnego łączenia wiedzy psychologicznej i dietetycznej w pracy z osobami zmagającymi się z trudnościami żywieniowymi.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wiedza: 1. Charakteryzuje psychologiczne mechanizmy jedzenia i odchudzania. 2. Rozróżnia typy zaburzeń odżywiania i ich objawy. 3. Analizuje zależność między żywieniem a zdrowiem psychicznym. Umiejętności: 1. Projektuje jadłospisy uwzględniające potrzeby psychodietetyczne. 2. Stosuje techniki dialogu motywującego w pracy z pacjentem. 3. Wdraża techniki radzenia sobie ze stresem w procesie terapii. Kompetencje społeczne: 1. Wykazuje postawę etyczną w pracy psychodietetyka. 2. Wspiera pacjentów w kształtowaniu świadomego stylu życia. 3. Nawiązuje relację opartą na empatii i zaufaniu.	Uzasadnia związek między emocjami a zachowaniami żywieniowymi.	Prezentacja
	Definiuje anoreksję, bulimię, ortoreksję oraz kompulsywne jedzenie.	Prezentacja
	Charakteryzuje wpływ stresu i emocji na nawyki żywieniowe.	Prezentacja
	Planuje jadłospis z uwzględnieniem stanu psychicznego pacjenta.	Prezentacja
	Organizuje sesję konsultacyjną opartą na dialogu motywującym.	Prezentacja
	Monitoruje reakcje pacjenta na zastosowaną technikę relaksacyjną.	Prezentacja
	Ocenia zgodność działań z zasadami etyki zawodu.	Prezentacja
	Uzasadnia wybór technik wspierających zmianę nawyków.	Prezentacja
	Charakteryzuje zasady budowania relacji terapeutycznej.	Prezentacja

Kwalifikacje

Kwalifikacje niewłączone do ZSK

Uznane kwalifikacje

Pytanie 1. Czy dokument jest wydany przez podmiot systemu oświaty lub szkolnictwa wyższego na podstawie odrębnych przepisów?

TAK

ustawa z dnia 20 lipca 2018 r. - Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce (Dz. U. z 2024 r. poz. 1571, 1871 i 1897)

Informacje

Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację	Uniwersytet WSB Merito
Nazwa Podmiotu certyfikującego	nie dotyczy

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.

ZALICZENIE (2 GODZ.)

INFORMACJE DODATKOWE:

- **Czas trwania studiów (liczbę semestrów):** 2 semestry
- **ECTS:** 30 pkt. ECTS
- **Liczbę godzin:** 178 godzin (lekcyjnych). W tym **95 godzin zajęć praktycznych** oraz **83 godziny zajęć teoretycznych**.
- **Harmonogram uwzględnia przerwy.**
- **Informację o sposobie walidacji:** Test semestralny, projekt końcowy i jego obrona
- **Rodzaj dokumentu potwierdzającego ukończenie studiów:** Świadectwo ukończenia studiów podyplomowych
- Szczegółowy harmonogram zajęć **może ulec modyfikacjom** w zakresie realizowanych przedmiotów oraz osób realizujących zajęcia. Zmianie nie ulegają: terminy zjazdów oraz łączna liczba godzin dydaktycznych w ramach studiów podyplomowych.
- **Harmonogram zjazdów zostanie opublikowany** na stronie internetowej uczelni i w Bazie Usług Rozwojowych (BUR) **co najmniej 2 tygodnie przed rozpoczęciem zajęć.**
- Godziny zajęć w harmonogramie podawane są jako godziny zegarowe. **Liczba godzin w programie podawana jest w godzinach dydaktycznych.**

ORGANIZACJA ZJAZDÓW:

Zjazdy odbywają się średnio jeden lub dwa razy w miesiącu:

- **sobota** w godzinach **8:00–18:00**,
- **niedziela** w godzinach **8:00–18:00**,
- w **wyjątkowych sytuacjach** zajęcia mogą odbyć się również w **piątek** w godzinach **16:00-21:00**.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 154

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 154 Trening umiejętności interpersonalnych	Zajęcia	Monika Dawid-Sawicka	24-10-2026	09:00	10:30	01:30
2 z 154 -	Przerwa	-	24-10-2026	10:30	10:45	00:15
3 z 154 Trening umiejętności interpersonalnych	Zajęcia	Monika Dawid-Sawicka	24-10-2026	10:45	12:15	01:30
4 z 154 -	Przerwa	-	24-10-2026	12:15	12:45	00:30
5 z 154 Trening umiejętności interpersonalnych	Zajęcia	Monika Dawid-Sawicka	24-10-2026	12:45	14:15	01:30
6 z 154 -	Przerwa	-	24-10-2026	14:15	14:30	00:15
7 z 154 Trening umiejętności interpersonalnych	Zajęcia	Monika Dawid-Sawicka	24-10-2026	14:30	16:00	01:30
8 z 154 Trening umiejętności interpersonalnych	Zajęcia	Monika Dawid-Sawicka	25-10-2026	09:00	10:30	01:30
9 z 154 -	Przerwa	-	25-10-2026	10:30	10:45	00:15
10 z 154 Trening umiejętności interpersonalnych	Zajęcia	Monika Dawid-Sawicka	25-10-2026	10:45	12:15	01:30
11 z 154 -	Przerwa	-	25-10-2026	12:15	12:45	00:30
12 z 154 Trening umiejętności interpersonalnych	Zajęcia	Monika Dawid-Sawicka	25-10-2026	12:45	14:15	01:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
13 z 154 -	Przerwa	-	25-10-2026	14:15	14:30	00:15
14 z 154 Trening umiejętności interpersonalnych	Zajęcia	Monika Dawid-Sawicka	25-10-2026	14:30	16:00	01:30
15 z 154 Psychologia emocji i motywacji	Zajęcia	Jakub Błajet	14-11-2026	09:00	10:30	01:30
16 z 154 -	Przerwa	-	14-11-2026	10:30	10:45	00:15
17 z 154 Psychologia emocji i motywacji	Zajęcia	Jakub Błajet	14-11-2026	10:45	12:15	01:30
18 z 154 -	Przerwa	-	14-11-2026	12:15	12:45	00:30
19 z 154 Psychologia emocji i motywacji	Zajęcia	Jakub Błajet	14-11-2026	12:45	14:15	01:30
20 z 154 -	Przerwa	-	14-11-2026	14:15	14:30	00:15
21 z 154 Psychologia emocji i motywacji	Zajęcia	Jakub Błajet	14-11-2026	14:30	16:00	01:30
22 z 154 Psychologia jedzenia i odchudzania się	Zajęcia	Agnieszka Węgiel	15-11-2026	09:00	10:30	01:30
23 z 154 -	Przerwa	-	15-11-2026	10:30	10:45	00:15
24 z 154 Psychologia jedzenia i odchudzania się	Zajęcia	Agnieszka Węgiel	15-11-2026	10:45	12:15	01:30
25 z 154 -	Przerwa	-	15-11-2026	12:15	12:45	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
26 z 154 Psychologia jedzenia i odchudzania się	Zajęcia	Agnieszka Węgiel	15-11-2026	12:45	14:15	01:30
27 z 154 -	Przerwa	-	15-11-2026	14:15	14:30	00:15
28 z 154 Psychologia jedzenia i odchudzania się	Zajęcia	Agnieszka Węgiel	15-11-2026	14:30	16:00	01:30
29 z 154 Psychologia jedzenia i odchudzania się	Zajęcia	Agnieszka Węgiel	28-11-2026	09:00	10:30	01:30
30 z 154 -	Przerwa	-	28-11-2026	10:30	10:45	00:15
31 z 154 Fizjologia żywienia	Zajęcia	Martyna Baczkowska- Szpaczek	28-11-2026	10:45	12:15	01:30
32 z 154 -	Przerwa	-	28-11-2026	12:15	12:45	00:30
33 z 154 Fizjologia żywienia	Zajęcia	Martyna Baczkowska- Szpaczek	28-11-2026	12:45	14:15	01:30
34 z 154 -	Przerwa	-	28-11-2026	14:15	14:30	00:15
35 z 154 Fizjologia żywienia	Zajęcia	Martyna Baczkowska- Szpaczek	28-11-2026	14:30	16:00	01:30
36 z 154 Fizjologia żywienia	Zajęcia	Martyna Baczkowska- Szpaczek	29-11-2026	09:00	10:30	01:30
37 z 154 -	Przerwa	-	29-11-2026	10:30	10:45	00:15
38 z 154 Fizjologia żywienia	Zajęcia	Martyna Baczkowska- Szpaczek	29-11-2026	10:45	12:15	01:30
39 z 154 -	Przerwa	-	29-11-2026	12:15	12:45	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
40 z 154 Zaburzenia jedzenia (anoreksja, bulimia, ortoreksja, jedzenie kompulsywne, syndrom nocnego jedzenia)	Zajęcia	Monika Bocheńska	29-11-2026	12:45	14:15	01:30
41 z 154 -	Przerwa	-	29-11-2026	14:15	14:30	00:15
42 z 154 Zaburzenia jedzenia (anoreksja, bulimia, ortoreksja, jedzenie kompulsywne, syndrom nocnego jedzenia)	Zajęcia	Monika Bocheńska	29-11-2026	14:30	16:00	01:30
43 z 154 Konsekwencje psychologiczne i społ. otyłości i nadwagi u dzieci, młodzieży i dorosłych	Zajęcia	Joanna Lewandowska	12-12-2026	09:00	10:30	01:30
44 z 154 -	Przerwa	-	12-12-2026	10:30	10:45	00:15
45 z 154 Konsekwencje psychologiczne i społ. otyłości i nadwagi u dzieci, młodzieży i dorosłych	Zajęcia	Joanna Lewandowska	12-12-2026	10:45	12:15	01:30
46 z 154 -	Przerwa	-	12-12-2026	12:15	12:45	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
47 z 154 Konsekwencje psychologiczne i społ. otyłości i nadwagi u dzieci, młodzieży i dorosłych	Zajęcia	Joanna Lewandowska	12-12-2026	12:45	14:15	01:30
48 z 154 -	Przerwa	-	12-12-2026	14:15	14:30	00:15
49 z 154 Konsekwencje psychologiczne i społ. otyłości i nadwagi u dzieci, młodzieży i dorosłych	Zajęcia	Joanna Lewandowska	12-12-2026	14:30	16:00	01:30
50 z 154 Zdrowie psychiczne a odżywianie (stres, lęki, fobie, emocje, wpływ jedzenia na zdrowie)	Zajęcia	Monika Bocheńska	13-12-2026	09:00	10:30	01:30
51 z 154 -	Przerwa	-	13-12-2026	10:30	10:45	00:15
52 z 154 Zdrowie psychiczne a odżywianie (stres, lęki, fobie, emocje, wpływ jedzenia na zdrowie)	Zajęcia	Monika Bocheńska	13-12-2026	10:45	12:15	01:30
53 z 154 -	Przerwa	-	13-12-2026	12:15	12:45	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
54 z 154 Zdrowie psychiczne a odżywianie (stres, lęki, fobie, emocje, wpływ jedzenia na zdrowie)	Zajęcia	Monika Bocheńska	13-12-2026	12:45	14:15	01:30
55 z 154 -	Przerwa	-	13-12-2026	14:15	14:30	00:15
56 z 154 Zdrowie psychiczne a odżywianie (stres, lęki, fobie, emocje, wpływ jedzenia na zdrowie)	Zajęcia	Monika Bocheńska	13-12-2026	14:30	16:00	01:30
57 z 154 Podstawy żywienia człowieka	Zajęcia	Aneta Serdyńska	23-01-2027	09:00	10:30	01:30
58 z 154 -	Przerwa	-	23-01-2027	10:30	10:45	00:15
59 z 154 Podstawy żywienia człowieka	Zajęcia	Aneta Serdyńska	23-01-2027	10:45	12:15	01:30
60 z 154 -	Przerwa	-	23-01-2027	12:15	12:45	00:30
61 z 154 Podstawy żywienia człowieka	Zajęcia	Aneta Serdyńska	23-01-2027	12:45	14:15	01:30
62 z 154 -	Przerwa	-	23-01-2027	14:15	14:30	00:15
63 z 154 Podstawy żywienia człowieka	Zajęcia	Aneta Serdyńska	23-01-2027	14:30	16:00	01:30
64 z 154 Podstawy żywienia człowieka	Zajęcia	Aneta Serdyńska	24-01-2027	09:00	10:30	01:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
65 z 154 -	Przerwa	-	24-01-2027	10:30	10:45	00:15
66 z 154 Podstawy żywienia człowieka	Zajęcia	Aneta Serdyńska	24-01-2027	10:45	12:15	01:30
67 z 154 -	Przerwa	-	24-01-2027	12:15	12:45	00:30
68 z 154 Etyka pracy psychodietetyka	Zajęcia	Magdalena Kuczyńska	24-01-2027	12:45	14:15	01:30
69 z 154 -	Przerwa	-	24-01-2027	14:15	14:30	00:15
70 z 154 Etyka pracy psychodietetyka	Zajęcia	Magdalena Kuczyńska	24-01-2027	14:30	16:00	01:30
71 z 154 Poradnictwo dietetyczne	Zajęcia	Paulina Kijo	30-01-2027	09:00	10:30	01:30
72 z 154 -	Przerwa	-	30-01-2027	10:30	10:45	00:15
73 z 154 Poradnictwo dietetyczne	Zajęcia	Paulina Kijo	30-01-2027	10:45	12:15	01:30
74 z 154 -	Przerwa	-	30-01-2027	12:15	12:45	00:30
75 z 154 Poradnictwo dietetyczne	Zajęcia	Paulina Kijo	30-01-2027	12:45	14:15	01:30
76 z 154 -	Przerwa	-	30-01-2027	14:15	14:30	00:15
77 z 154 Poradnictwo dietetyczne	Zajęcia	Paulina Kijo	30-01-2027	14:30	16:00	01:30
78 z 154 Układanie jadłospisów	Zajęcia	Malwina Godawa-Mikołajczyk	31-01-2027	09:00	10:30	01:30
79 z 154 -	Przerwa	-	31-01-2027	10:30	10:45	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
80 z 154 Układanie jadłospisów	Zajęcia	Malwina Godawa-Mikołajczyk	31-01-2027	10:45	12:15	01:30
81 z 154 -	Przerwa	-	31-01-2027	12:15	12:45	00:30
82 z 154 Układanie jadłospisów	Zajęcia	Malwina Godawa-Mikołajczyk	31-01-2027	12:45	14:15	01:30
83 z 154 -	Przerwa	-	31-01-2027	14:15	14:30	00:15
84 z 154 Układanie jadłospisów	Zajęcia	Malwina Godawa-Mikołajczyk	31-01-2027	14:30	16:00	01:30
85 z 154 Układanie jadłospisów	Zajęcia	Malwina Godawa-Mikołajczyk	13-03-2027	09:00	10:30	01:30
86 z 154 -	Przerwa	-	13-03-2027	10:30	10:45	00:15
87 z 154 Układanie jadłospisów	Zajęcia	Malwina Godawa-Mikołajczyk	13-03-2027	10:45	12:15	01:30
88 z 154 -	Przerwa	-	13-03-2027	12:15	12:45	00:30
89 z 154 Układanie jadłospisów	Zajęcia	Malwina Godawa-Mikołajczyk	13-03-2027	12:45	14:15	01:30
90 z 154 -	Przerwa	-	13-03-2027	14:15	14:30	00:15
91 z 154 Układanie jadłospisów	Zajęcia	Malwina Godawa-Mikołajczyk	13-03-2027	14:30	16:00	01:30
92 z 154 Wartości odżywcze pokarmów	Zajęcia	Malwina Godawa-Mikołajczyk	14-03-2027	09:00	10:30	01:30
93 z 154 -	Przerwa	-	14-03-2027	10:30	10:45	00:15
94 z 154 Wartości odżywcze pokarmów	Zajęcia	Malwina Godawa-Mikołajczyk	14-03-2027	10:45	12:15	01:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
95 z 154 -	Przerwa	-	14-03-2027	12:15	12:45	00:30
96 z 154 Wartości odżywcze pokarmów	Zajęcia	Malwina Godawa- Mikołajczyk	14-03-2027	12:45	14:15	01:30
97 z 154 -	Przerwa	-	14-03-2027	14:15	14:30	00:15
98 z 154 Wartości odżywcze pokarmów	Zajęcia	Malwina Godawa- Mikołajczyk	14-03-2027	14:30	16:00	01:30
99 z 154 Element terapii behawioralno- poznawczej	Zajęcia	Magdalena Gieras	10-04-2027	09:00	10:30	01:30
100 z 154 -	Przerwa	-	10-04-2027	10:30	10:45	00:15
101 z 154 Element terapii behawioralno- poznawczej	Zajęcia	Magdalena Gieras	10-04-2027	10:45	12:15	01:30
102 z 154 -	Przerwa	-	10-04-2027	12:15	12:45	00:30
103 z 154 Element terapii behawioralno- poznawczej	Zajęcia	Magdalena Gieras	10-04-2027	12:45	14:15	01:30
104 z 154 -	Przerwa	-	10-04-2027	14:15	14:30	00:15
105 z 154 Element terapii behawioralno- poznawczej	Zajęcia	Magdalena Gieras	10-04-2027	14:30	16:00	01:30
106 z 154 Element terapii behawioralno- poznawczej	Zajęcia	Magdalena Gieras	11-04-2027	09:00	10:30	01:30
107 z 154 -	Przerwa	-	11-04-2027	10:30	10:45	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
108 z 154 Element terapii behawioralno- poznawczej	Zajęcia	Magdalena Gieras	11-04-2027	10:45	12:15	01:30
109 z 154 -	Przerwa	-	11-04-2027	12:15	12:45	00:30
110 z 154 Element terapii behawioralno- poznawczej	Zajęcia	Magdalena Gieras	11-04-2027	12:45	14:15	01:30
111 z 154 -	Przerwa	-	11-04-2027	14:15	14:30	00:15
112 z 154 Dialog motywujący w psychodietety ce	Zajęcia	Paulina Kijo	11-04-2027	14:30	16:00	01:30
113 z 154 Dialog motywujący w psychodietety ce	Zajęcia	Paulina Kijo	24-04-2027	09:00	10:30	01:30
114 z 154 -	Przerwa	-	24-04-2027	10:30	10:45	00:15
115 z 154 Dialog motywujący w psychodietety ce	Zajęcia	Paulina Kijo	24-04-2027	10:45	12:15	01:30
116 z 154 -	Przerwa	-	24-04-2027	12:15	12:45	00:30
117 z 154 Dialog motywujący w psychodietety ce	Zajęcia	Paulina Kijo	24-04-2027	12:45	14:15	01:30
118 z 154 -	Przerwa	-	24-04-2027	14:15	14:30	00:15
119 z 154 Dialog motywujący w psychodietety ce	Zajęcia	Paulina Kijo	24-04-2027	14:30	16:00	01:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
120 z 154 Dialog motywujący w psychodietety ce	Zajęcia	Paulina Kijo	25-04-2027	09:00	10:30	01:30
121 z 154 -	Przerwa	-	25-04-2027	10:30	10:45	00:15
122 z 154 Dialog motywujący w psychodietety ce	Zajęcia	Paulina Kijo	25-04-2027	10:45	12:15	01:30
123 z 154 -	Przerwa	-	25-04-2027	12:15	12:45	00:30
124 z 154 Dialog motywujący w psychodietety ce	Zajęcia	Paulina Kijo	25-04-2027	12:45	14:15	01:30
125 z 154 -	Przerwa	-	25-04-2027	14:15	14:30	00:15
126 z 154 Dialog motywujący w psychodietety ce	Zajęcia	Paulina Kijo	25-04-2027	14:30	16:00	01:30
127 z 154 Techniki radzenia sobie ze stresem (relaksacja, trening autogenny itp.)	Zajęcia	Magdalena Gieras	15-05-2027	09:00	10:30	01:30
128 z 154 -	Przerwa	-	15-05-2027	10:30	10:45	00:15
129 z 154 Techniki radzenia sobie ze stresem (relaksacja, trening autogenny itp.)	Zajęcia	Magdalena Gieras	15-05-2027	10:45	12:15	01:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
130 z 154 -	Przerwa	-	15-05-2027	12:15	12:45	00:30
131 z 154 Techniki radzenia sobie ze stresem (relaksacja, trening autogenny itp.)	Zajęcia	Magdalena Gieras	15-05-2027	12:45	14:15	01:30
132 z 154 -	Przerwa	-	15-05-2027	14:15	14:30	00:15
133 z 154 Techniki radzenia sobie ze stresem (relaksacja, trening autogenny itp.)	Zajęcia	Magdalena Gieras	15-05-2027	14:30	16:00	01:30
134 z 154 Techniki radzenia sobie ze stresem (relaksacja, trening autogenny itp.)	Zajęcia	Magdalena Gieras	16-05-2027	09:00	10:30	01:30
135 z 154 -	Przerwa	-	16-05-2027	10:30	10:45	00:15
136 z 154 Techniki radzenia sobie ze stresem (relaksacja, trening autogenny itp.)	Zajęcia	Magdalena Gieras	16-05-2027	10:45	12:15	01:30
137 z 154 -	Przerwa	-	16-05-2027	12:15	13:00	00:45

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
138 z 154 Techniki radzenia sobie ze stresem (relaksacja, trening autogenny itp.)	Zajęcia	Magdalena Gieras	16-05-2027	13:00	14:30	01:30
139 z 154 Fizjologia ruchu i aktywność fizyczna	Zajęcia	Ilona Kwiatkowska	05-06-2027	09:00	10:30	01:30
140 z 154 -	Przerwa	-	05-06-2027	10:30	10:45	00:15
141 z 154 Fizjologia ruchu i aktywność fizyczna	Zajęcia	Ilona Kwiatkowska	05-06-2027	10:45	12:15	01:30
142 z 154 -	Przerwa	-	05-06-2027	12:15	13:00	00:45
143 z 154 Fizjologia ruchu i aktywność fizyczna	Zajęcia	Ilona Kwiatkowska	05-06-2027	13:00	14:30	01:30
144 z 154 Fizjologia ruchu i aktywność fizyczna	Zajęcia	Ilona Kwiatkowska	06-06-2027	09:00	10:30	01:30
145 z 154 -	Przerwa	-	06-06-2027	10:30	10:45	00:15
146 z 154 Fizjologia ruchu i aktywność fizyczna	Zajęcia	Ilona Kwiatkowska	06-06-2027	10:45	12:15	01:30
147 z 154 Techniki promocji świadomego stylu życia	Zajęcia	Agnieszka Michalska-Rechowicz	19-06-2027	09:00	10:30	01:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
148 z 154 -	Przerwa	-	19-06-2027	10:30	10:45	00:15
149 z 154 Techniki promocji świadomego stylu życia	Zajęcia	Agnieszka Michalska-Rechowicz	19-06-2027	10:45	12:15	01:30
150 z 154 -	Przerwa	-	19-06-2027	12:15	12:45	00:30
151 z 154 Techniki promocji świadomego stylu życia	Zajęcia	Agnieszka Michalska-Rechowicz	19-06-2027	12:45	14:15	01:30
152 z 154 -	Przerwa	-	19-06-2027	14:15	14:30	00:15
153 z 154 Techniki promocji świadomego stylu życia	Zajęcia	Agnieszka Michalska-Rechowicz	19-06-2027	14:30	16:00	01:30
154 z 154 -	Walidacja	-	20-06-2027	09:00	10:30	01:30

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	155:45
w tym suma godzin zajęć	132:00
w tym suma godzin walidacji	01:30
w tym suma przerw	22:15
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	178:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 750,00 PLN

Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 750,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	36,92 PLN
Koszt osobogodziny netto	36,92 PLN
W tym koszt walidacji brutto	95,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	95,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	0,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	0,00 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	155:45

Prowadzący

Liczba prowadzących: 14



1 z 14

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.



2 z 14

Monika Bocheńska

Psycholog Nauczyciel dyplomowany Koordynator wdrażania standardów ochrony małoletnich. Posiada ponad 5-letnie doświadczenie w pracy z dziećmi i młodzieżą oraz ich rodzicami zdobyte w

szkole oraz MOSiE. Nieustannie doskonalili swój warsztat pracy.



3 z 14

Jakub Błajet

Jakub Błajet jest psychologiem (specjalności: psychoterapia zaburzeń psychicznych i seksuologia kliniczna) oraz psychoterapeutą w procesie certyfikacji. Ukończył szkołę psychoterapii w nurcie Analizy Transakcyjnej, w której uzyskał także certyfikat TA 101 w zakresie Analizy Transakcyjnej wydany przez European Association for Transactional Analysis (EATA). Jego zainteresowania zawodowe dotyczą zagadnień związanych z relacyjną analizą transakcyjną, w tym analizy przeniesień i przeciwprzeniesień, relacji terapeutycznej, kontraktu a także doświadczenia traumy. Swoją wiedzę rozwija uczestnicząc w konferencjach, szkoleniach oraz seminariach psychoterapeutycznych. W swojej pracy kładzie nacisk na integrowanie teorii z praktyką. Na co dzień zajmuje się prowadzeniem psychoterapii indywidualnej oraz terapii rodzin. Współpracuje z dorosłymi oraz nastolatkami w Jeżyckim Centrum Zdrowia Psychicznego oraz w prywatnej praktyce SPLOT. Ponadto prowadzi warsztaty psychoedukacyjne dla młodzieży w poznańskich szkołach oraz zajęcia dla studentów WSB Merito. Swoje doświadczenie zdobył współpracując z poznańskimi organizacjami pozarządowymi, w tym: Stowarzyszenie Na Tak, Fundacja Aktywizacja, Terenowy Komitet Ochrony Praw Dziecka czy Grupa Stonewall. W miejscach tych udzielał pomocy terapeutycznej osobom zagrożonym wykluczeniem społecznym, rodzinom doświadczających kryzysu rozstania bądź straty, a także osobom LGBT +. Swoją pracę poddaje regularnej superwizji, kierując się w niej kodeksem etycznym E



4 z 14

Agnieszka Węgiel

Psycholożka, pracuje w szeroko pojętym obszarze psychologii zdrowia zajmując się wsparciem osób pozostających w procesie redukcji masy ciała oraz osób chorujących na otyłość, którzy podejmują decyzję o zachowawczym, farmakologicznym i chirurgicznym leczeniu otyłości. Wspiera w przywracaniu równowagi w relacjach z jedzeniem, stresem i emocjami. Pomaga budować samoakceptację i samowspółczucie, rozpoznawać i radzić sobie z emocjami i stresem, które są początkowym warunkiem skutecznego redukcji masy ciała i leczenia otyłości. Absolwentka Uniwersytetu Humanistycznospołecznego SWPS i - jako pierwszy specjalista w Polsce - programu specjalizacyjnego z zakresu nauk bariatrycznych, po którym uzyskała certyfikat American Association of Bariatric Counselors. Współpracuje z ośrodkami, w których leczone są chirurgicznie osoby chorujące na otyłość. Przygotowuje pacjentów do operacji i wspiera w procesie wprowadzania zmian i utrzymywaniu choroby otyłościowej w remisji. Jest autorką eBooka „Prawdziwe jedzenie. Jak jeść sensownie kiedy nie umiesz i nie lubisz gotować”, kursów online „Ile waży szczęście? Zadbaj o siebie, schudnij i zostań szczupła.”, „Ile waży stres? Jak oswoić stres i przestać zjadać?” wspierających osoby pozostające w błędnym kole odchudzania oraz warsztatów stacjonarnych dla kobiet.



5 z 14

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.

6 z 14

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 Psychiczną. 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.



7 z 14

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 żywymi.



8 z 14

Magdalena Gieras

Posiada interdyscyplinarne wykształcenie łączące psychologię, psychoterapię, antropologię społeczną i zarządzanie zasobami ludzkimi. Ukończyła m.in. studia z zakresu psychoterapii klinicznej na Uniwersytecie Medycznym w Łodzi, studia doktoranckie w SGGW oraz liczne specjalistyczne kursy i szkolenia – od psychobiologii po trening umiejętności społecznych (TUS). W pracy łączy doświadczenie naukowe z praktyką, wspierając rozwój jednostek i organizacji. Jej celem jest budowanie środowisk opartych na zaufaniu, autentyczności i zrównoważonym rozwoju – zarówno w życiu osobistym, jak i zawodowym. Fascynuje ją towarzyszenie ludziom w procesie odkrywania własnego potencjału i wzmacniania ich naturalnej siły. Posiada ponad 5 lat doświadczenia zawodowego.



9 z 14

Aneta Serdyńska

Posiada ponad 5-letnie doświadczenie w zawodzie.



10 z 14

Magdalena Kuczyńska

Doświadczenie zdobyte 5 lat przed datą publikacji karty w BUR.



11 z 14

Martyna Baczkowska-Szpaczek

Doświadczenie zdobyte 5 lat przed datą publikacji karty w BUR.



12 z 14

Joanna Lewandowska

Lekarka obesitolożka i psychodietetyczka. Posiada ponad 5-letnie doświadczenie w zawodzie.



13 z 14

Ilona Kwiatkowska

Doświadczenie zdobyte 5 lat przed datą publikacji karty w BUR.



14 z 14

Agnieszka Michalska-Rechowicz

Doświadczenie zdobyte 5 lat przed datą publikacji karty w BUR.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Podczas każdego zjazdu uczestnicy programu otrzymują zestaw materiałów dydaktycznych udostępnionych na platformie Microsoft Teams. Treści te są przygotowywane przez wykładowców i dostosowywane do tematyki prowadzonych zajęć.

Platforma Microsoft Teams stanowi główne narzędzie komunikacji Uczelni WSB Merito. Jej celem jest uproszczenie formalności oraz usprawnienie przepływu informacji między studentami a uczelnią. Dzięki niej uczestnicy studiów mają całodobowy dostęp – z dowolnego miejsca na świecie – do:

- harmonogramu zajęć,
- materiałów dydaktycznych,
- informacji o zmianach w planie zajęć, ogłoszeń i bieżących aktualności.

Podczas zajęć przewidziane są ćwiczenia oraz warsztaty, w trakcie których grupa będzie pracować w podzespołach, prowadzone będą dyskusje merytoryczne oraz formy ćwiczeń case study. Podczas zajęć wykorzystywane będą również interesujące przykłady, które w praktyczny sposób pomogą w ustrukturyzowaniu informacji oraz utrwaleniu wiedzy.

Warunki uczestnictwa

Rekrutacja na studia podyplomowe

Zapisów na studia podyplomowe można dokonać zgodnie z obowiązującym regulaminem za pośrednictwem strony internetowej Uniwersytetu WSB Merito, wybierając jedną z dostępnych filii:

- Szczecin
- Chorzów
- Poznań
- Warszawa

Rejestracja odbywa się poprzez formularz online dostępny pod adresem: <https://www.merito.pl/rekrutacja/krok1>, a także poprzez osobiste dostarczenie kompletu wymaganych dokumentów do Biura Rekrutacji wybranej filii uczelni.

Kryteria kwalifikacyjne do udziału w programie:

- ukończone studia wyższe I lub II stopnia,
- spełnienie warunków określonych w procedurze rekrutacyjnej.

Informacje dodatkowe

- Cena usługi **nie obejmuje** opłaty wpisowej.
- Usługa kształcenia świadczona przez Uniwersytet WSB Merito jest zwolniona z podatku VAT zgodnie z art. 43 ust. 1 pkt 26 ustawy z dnia 11 marca 2004 r. o podatku od towarów i usług (Dz.U. 2023 poz. 1570). Zwolnienie obejmuje usługi edukacyjne realizowane przez uczelnie wyższe na podstawie przepisów ustawy Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce.

REALIZACJA PROJEKTÓW:

Uniwersytet WSB Merito w Poznaniu realizuje projekty szkoleniowe w ramach współpracy z instytucjami rynku pracy tj.:

- Wojewódzki Urząd Pracy w Toruniu – **Kierunek Rozwój**,
- Wojewódzki Urząd Pracy w Szczecinie – **Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe**.

Usługa nie obejmuje udziału uczestników projektów:

- **Małopolski Pociąg do Kariery** (Wojewódzki Urząd Pracy w Krakowie),
- **Zawodowa reaktywacja** (projekt realizowany w Łodzi).

Warunki techniczne

Uczestnik programu zdobywa nową wiedzę oraz praktyczne umiejętności dzięki zajęciom prowadzonym na platformie **Microsoft Teams**. Komunikuje się z wykładowcami i pozostałymi uczestnikami studiów w czasie rzeczywistym (w trybie synchronicznym), co umożliwia aktywne uczestnictwo i bieżącą interakcję.

Wymagania techniczne:

Aby uczestniczyć w zajęciach online, potrzebne są:

- minimalne wymagania sprzętowe: 2 GB RAM, procesor i5, niezbędne oprogramowanie: system operacyjny: windows min. 7, iOS, linux.
- komputer wyposażony w głośniki i mikrofon (wbudowane lub zewnętrzne),
- stabilne połączenie z Internetem, minimalne wymagania dot. parametrów łącza sieciowego: 30 Mbit/s
- słuchawki (zalecane, choć opcjonalne),
- kamera internetowa (opcjonalna, lecz przydatna podczas aktywnych form zajęć).

Kontakt



Biuro Rekrutacji

E-mail rekrutacja@szczecin.merito.pl

Telefon (+48) 914 225 858

