UNIWERSYTET WSB MERITO CHORZÓW KATOWICE
wcześniej Wyższa Szkoła Bankowa

Psychodietetyka

STUDIA PODYPLOMOWE

Sposób realizacji: Online

Obszar studiów: Psychologia • Zdrowie

Cechy: Od października • Polski • Gwarancja uruchomienia • W partnerstwie

Miasto: Chorzów/Katowice

To kierunek dla osób, które:

- chcą wspierać innych w zmianie nawyków żywieniowych i podejściu do jedzenia,
- pracują z pacjentami z zaburzeniami odżywiania i chcą rozwijać swoje kompetencje,
- planują karierę w psychodietetyce i szukają wiedzy łączącej dietetykę z psychologią,
- chcą lepiej rozumieć wpływ emocji i stresu na wybory żywieniowe,
- szukają praktycznego przygotowania do pracy z młodzieżą, dorosłymi i seniorami.

5
bezpłatnych szkoleń realizowanych online

92%
uczestników poleca studia podyplomowe.

Źródło: „Badanie satysfakcji ze studiów 2025”.

Microsoft 365

Nasi uczestnicy otrzymują darmową licencję A1, która obejmuje popularne aplikacje, takie jak Outlook, Teams, Word, PowerPoint, Excel, OneNote, SharePoint, Sway i Forms.

1
partner kierunku:
- LaVita Centrum Dietetyki i Zdrowego Żywienia

Kadra złożona z praktyków

Zajęcia prowadzą **eksperci i pasjonaci** swojej dziedziny, którzy mają realne doświadczenie.

Networking i rozwój kompetencji

Studia rozwijają kompetencje niezależnie od doświadczenia. Dzięki **interaktywnym zajęciom i wymianie doświadczeń** z innymi zyskasz wiedzę, umiejętności i cenne kontakty.

Praktyczny charakter studiów:
- na zajęciach dominują warsztaty, ćwiczenia i case studies,
- istnieje możliwość tworzenia własnych technik i narzędzi coachingowych,
- materiały dydaktyczne dostępne online.

Program studiów

9	178	11	2
Liczba miesięcy nauki	Liczba godzin zajęć	Liczba zjazdów	Liczba semestrów

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,

Dane zamieszczone w niniejszej karcie kierunku mają charakter wyłącznie informacyjny. Dane te nie stanowią oferty zawarcia umowy w rozumieniu art. 66 i nast. kodeksu cywilnego. Zgodnie z art. 160 ust. 3 ustawy z dnia 27 lipca 2005 roku Prawo o szkolnictwie wyższym, umowa między Uniwersytetem WSB Merito w Chorzowie, studentem zawierana jest w formie pisemnej.

- 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.

EGZAMIN (2 godz.)

- Test semestralny
- Egzamin końcowy - case study

Partner kierunku



Warunki przyjęcia

Aby zostać uczestnikiem studiów podyplomowych na Uniwersytecie WSB Merito, należy:

- mieć ukończone studia licencjackie, inżynierskie lub magisterskie,
- złożyć komplet dokumentów i spełnić wymogi rekrutacyjne,
- o przyjęciu decyduje kolejność zgłoszeń.

Dowiedz się więcej

Możliwości dofinansowania

- **Pierwsi zyskują najwięcej!** Im szybciej się zapiszesz, z tym większej zniżki skorzystasz.
- Oferujemy specjalne, **większe zniżki dla naszych absolwentów**.
- Możesz skorzystać z dofinansowania z **Bazy Usług Rozwojowych**.
- Pracodawca może dofinansować Ci studia, otrzymując dodatkową zniżkę w ramach **Programu Firma**.
- Warto sprawdzić możliwości dofinansowania z **KFS**.

Dowiedz się więcej

Czego się nauczysz?

- Zrozumiesz, jak **psychika wpływa na nawyki żywieniowe** – poznasz mechanizmy stresu, emocji i zachowań kompulsywnych związanych z jedzeniem.
- Zdobędziesz **wiedzę z zakresu dietetyki** – nauczysz się planować jadłospisy, analizować skład diety i wspierać zdrowe wybory żywieniowe.
- Opanujesz **techniki pracy terapeutycznej** – wykorzystasz dialog motywacyjny, elementy terapii

Dane zamieszczone w niniejszej karcie kierunku mają charakter wyłącznie informacyjny. Dane te nie stanowią oferty zawarcia umowy w rozumieniu art. 66 i nast. kodeksu cywilnego. Zgodnie z art. 160 ust. 3 ustawy z dnia 27 lipca 2005 roku Prawo o szkolnictwie wyższym, umowa między Uniwersytetem WSB Merito w Chorzowie, studentem zawierana jest w formie pisemnej.

poznawczo-behawioralnej i metody wspierające zmianę nawyków.

- Nauczysz się **diagnozować i wspierać osoby z zaburzeniami odżywiania** – zrozumiesz specyfikę anoreksji, bulimii, ortoreksji czy napadów objadania się.
- Poznasz **rolę aktywności fizycznej w zdrowym stylu życia** – dowiesz się, jak budować kompleksowe programy wspierające dobrostan psychofizyczny.
- Rozwiniesz **umiejętność prowadzenia konsultacji** – będziesz potrafić wspierać dzieci, młodzież i dorosłych w zmianie nawyków żywieniowych.
- **Przećwiczysz analizę przypadków**

Ceny

Dla Kandydatów

	1 rok
1 rata	**5750 zł** (1 x 5750 zł)
2 raty	**2960 zł** (2 x 2960 zł)
10 rat	**610 zł** (10 x 610 zł)
12 rat	**520 zł** (12 x 520 zł)

Dla naszych absolwentów

	1 rok
1 rata	**5750 zł** (1 x 5750 zł)
2 raty	**2960 zł** (2 x 2960 zł)
10 rat	**610 zł** (10 x 610 zł)
12 rat	**520 zł** (12 x 520 zł)

W oparciu o art. 80 ust. 3 ustawy z dnia 20 lipca 2018 r. Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce uczelnia raz w roku akademickim zwiększa wysokość czesnego określonego w § 3 ust. 1 Umowy o wskaźnik równy wskaźnikowi wzrostu cen towarów i usług konsumpcyjnych za rok kalendarzowy poprzedzający rok, w którym dokonuje się waloryzacji, ogłoszony przez Prezesa Głównego Urzędu Statystycznego, łącznie nie więcej niż o 30 % do czasu ukończenia studiów określonych w Umowie.

Wykładowcy

mgr Aneta Makselan

- Specjalizuje się w psychologii zdrowia, psychodietetyce oraz tematyce HR i wellbeingu organizacyjnego.
- Ukończyła psychologię na Uniwersytecie Śląskim w Katowicach oraz studia podyplomowe z psychodietetyki na Uniwersytecie SWPS we Wrocławiu. Od ponad 12 lat wspiera ludzi i organizacje w rozwoju.
- Łączy różnorodne doświadczenia: psycholożki, ekspertki HR, trenerki i psychodietetyczki, co daje

jej szeroką perspektywę w pracy z ludźmi. Jest członkinią Polskiego Towarzystwa Leczenia Otyłości.

- Prowadzi indywidualne konsultacje oraz warsztaty i webinary dla firm. Uczy, jak budować trwałe nawyki, promuje racjonalne podejście do zmiany stylu życia, wspiera w dbaniu o dobrostan.

mgr Wiesława Rusin

- Psychodietetyczka, dietoterapeutka, certyfikowana trenerka EFT, mistrz naturopatii. Z pasją odsłania przyczyny uciążliwych zaburzeń, tkwiące w stresie, traumie, diecie i codziennym stylu życia.
- Doświadczona dietoterapeutka i psychodieteyczka. Autorka holistycznego programu BodyMind Detoks budującego dobrostan przez połączenie diety, technik ruchowych i relaksacyjnych.
- Autorka książek na temat wpływu odżywiania na zdrowie, m.in.: "Uzdrowienie od kuchni" (2016), "Kuchnia dla życia, Wpływ diety na odporność, geny i mikrobiom" (2020).
- Świetnie odnajduje się w przekładaniu naukowych zdobyczy dietetyki na codzienną praktykę kulinarną; prowadzi warsztaty kreatywnego zdrowego gotowania.

mgr Ilona Stawczyk

- Jestem psychologiem biznesu, analitykiem transakcyjnym i wykładowcą MBA oraz studiów podyplomowych. Mam 30 lat praktyki biznesowej, którą łączę z pracą akademicką.
- Projektuję i prowadzę procesy rozwojowe dla organizacji, firm i fundacji. Wspieram menedżerów w bieżących wyzwaniach, wykorzystując modele analizy transakcyjnej.
- Współtworzę pierwsze w Polsce studia podyplomowe MAAT. Jestem autorką podręcznika analizy transakcyjnej dla słuchaczy MBA oraz członkinią PTAT, EATA i grupy MasterClass AT.
- Ukończyłam 280-godzinne szkolenie z organizacyjnej analizy transakcyjnej, prowadzone w latach 2010–2012 przez trenerów International Centre for Developmental Transactional Analysis.

Joanna Lewandowska

- Pomysłodawczyni studiów podyplomowych "Leczenie otyłości". Lekarka obesitolożka, specjalista medycyny rodzinnej, psychodietetyk.
- Posiada certyfikat Polskiego Towarzystwa Leczenia Otyłości oraz Polskiego Towarzystwa Badań nad Otyłością, a także certyfikację International Board of Lifestyle Medicine.
- Jest przekonana, że skuteczna terapia otyłości wymaga współpracy wielu specjalistów, ale przede wszystkim uważności, zrozumienia i pełnej empatii wobec pacjenta.
- Aktywnie prowadzi edukację związaną z leczeniem choroby otyłościowej na swoim instargramowym profilu @lek.lewandowska

Monika Dawid-Sawicka

- Od ponad 20 lat prowadzi konsultacje, warsztaty, sesje rozwojowe dla managerów, kadry zarządzającej, zespołów i całych firm. Pracuje jako konsultantka, trenerka, facylitatorka, coach ICF i wykładowca.

Dane zamieszczone w niniejszej karcie kierunku mają charakter wyłącznie informacyjny. Dane te nie stanowią oferty zawarcia umowy w rozumieniu art. 66 i nast. kodeksu cywilnego. Zgodnie z art. 160 ust. 3 ustawy z dnia 27 lipca 2005 roku Prawo o szkolnictwie wyższym, umowa między Uniwersytetem WSB Merito w Chorzowie, studentem zawierana jest w formie pisemnej.

- Posiada międzynarodowy dyplom Erickson Certified Professional Coach oraz akredytację ICF na poziomie PCC. Jako certyfikowany trener FRIS® przeprowadziła ponad tysiąc diagnoz stylu myślenia i działania
- Pracuje z firmami z obszaru energetyki, ubezpieczeń, finansów, administracji, obronności, produkcji, medycyny, nowych technologii i FMCG oraz osobami indywidualnymi - coaching ścieżki kariery.
- Jest współautorką bestsellerowej książki ”13 wzorców dobrej komunikacji i relacji. Analiza transakcyjna w praktyce” oraz autorką kilkudziesięciu tekstów, analiz i opracowań dotyczących rynku pracy.

mgr Paulina Kijo

- Specjalizuje się w psychodietetyce oraz dietetyce onkologicznej
- Praktyk z ponad 10-letnim doświadczeniem, wspiera pacjentów w gabinecie psychodietetycznym, przychodniach POZ oraz obecnie w pracy na oddziałach szpitalnych, łącząc wiedzę z praktyką kliniczną
- Uczestniczy w badaniach klinicznych pacjentów szpitalnych, realizuje poradnictwo dietetyczne w ramach prehabilitacji pacjentów oraz prowadziła centrum szkoleniowe, kształcąc przyszłych dietetyków.
- Od 10 lat stosuje dialog motywujący w pracy z pacjentami, ustala zalecenia żywieniowe, a także opracowuje schematy żywienia dojelitowego, wspierając indywidualne potrzeby pacjentów.

mgr Agnieszka Michalska-Rechowicz

- Trenerka odporności psychicznej (Model 4C), Coach (ICC i Coaching Clinic®).
- Certyfikowany Praktyk Rozwoju Learning and Development Practice (CLPD) renomowanej instytucji Chartered Institute of Personnel and Development (CIPD) w Londynie.
- Od 2003 lat pracuje z liderami, specjalistami i przedsiębiorcami w obszarze skuteczności oraz sposobów jej osiągania czyli współpracy, relacji i przywództwa.
- Jest autorką bestselleru "Odpocznij 5 życiowych lekcji dla zabieganych, przepracowanych i zestresowanych" oraz "Wypalenie zawodowe w procesie zarządzania".

Dane zamieszczone w niniejszej karcie kierunku mają charakter wyłącznie informacyjny. Dane te nie stanowią oferty zawarcia umowy w rozumieniu art. 66 i nast. kodeksu cywilnego. Zgodnie z art. 160 ust. 3 ustawy z dnia 27 lipca 2005 roku Prawo o szkolnictwie wyższym, umowa między Uniwersytetem WSB Merito w Chorzowie, studentem zawierana jest w formie pisemnej.