UNIWERSYTET WSB MERITO ŁÓDŹ

Psychologia pozytywna

STUDIA PODYPLOMOWE

Sposób realizacji: Online

Obszar studiów: Psychologia • Zdrowie

Cechy: Od października • Polski • Nowość • W partnerstwie

Miasto: Łódź

To kierunek dla osób, które::

- chcą rozwijać **dobrostan psychiczny**, **odporność psychiczną** i **kompetencje osobiste** w oparciu o badania naukowe,
- interesują się **psychologią pozytywną**, **motywacją** i budowaniem **potencjału człowieka,**
- pracują z ludźmi (HR, edukacja, coaching, zarządzanie) i chcą wzmacniać **rozwój jednostek i zespołów,**
- szukają praktycznych narzędzi do budowania **zaangażowania**, **sensu pracy** i **satysfakcji życiowej,**
- chcą tworzyć **środowiska sprzyjające rozwojowi** w organizacjach i życiu prywatnym.

Dostęp online
Wysoka jakość kształcenia. Wszystkie materiały dydaktyczne będą dostępne dla Ciebie 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.

91%
pracodawców ocenia bardzo dobrze lub dobrze współpracę z naszymi uniwersytetami
Źródło: „Badanie opinii pracodawców, 2024”

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:
- brak tradycyjnych wykładów – całość odbywa się w formie warsztatowej,
- prace projektowe wyłącznie zespołowe.

Program studiów

176 Liczba godzin zajęć

2 Liczba semestrów

Fundamenty psychologii pozytywnej

- Podstawowe pojęcia założenia i nurty w psychologii pozytywnej (16 godz.)
- Metodologia badań psychologicznych (8 godz.)

Emocje pozytywne i dobrostan

- Wpływ emocji pozytywnych i dobrostanu na zdrowie człowieka (16 godz.)
- Teoria poszerzania i budowania zasobów (8 godz.)

Cnoty i siły charakteru

- Klasyfikacja sił i cnót charakteru (16 godz.)
- Wzmacnianie i rozwój mocnych stron (VIA, Gallupa)3 (16 godz.)

Narzędzie rozwoju w psychologii pozytywnej

- Life coaching (16 godz.)
- Zastosowanie interwencji pozytywnych w różnych obszarach praktyki pomocowej (8 godz.)

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 Łodzi, studentem zawierana jest w formie pisemnej.

- Rozwój osobisty (8 godz.)

Psychologia pozytywna w relacjach

- Pozytywne relacje interpersonalne (16 godz.)
- Miłość i więzi w kontekście dobrostanu (16 godz.)

Psychologia pozytywna w praktyce

- Psychologia pozytywna w organizacjach i biznesie - budowanie odpornych i zaangażowanych zespołów (16 godz.)
- Zastosowanie psychologii pozytywnej w procesie wychowywania dzieci (8 godz.)
- Psychologia pozytywna w edukacji. (8 godz.)

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**.
- Funkcjonuje u nas **Program Poleceń**.
- Pracodawca może dofinansować Ci studia, otrzymując dodatkową zniżkę w ramach **Programu Firma**.
- Warto sprawdzić możliwości dofinansowania z **KFS**.

Dowiedz się więcej

Czego się nauczysz?

- Nauczysz się projektować **interwencje oparte na zasobach** i **siłach charakteru.**
- Zdobędziesz umiejętność wspierania **odporności psychicznej** w życiu i pracy.
- Nauczysz się stosować techniki budowania **dobrostanu** i **pozytywnego podejścia.**
- Zdobędziesz kompetencje do wdrażania **strategii well-being** w **edukacji i biznesie.**
- Nauczysz się integrować **psychologię pozytywną** z własną **praktyką zawodową.**
- Zdobędziesz praktyczne umiejętności tworzenia i wdrażania **pozytywnych interwencji** w **biznesie, edukacji i zdrowiu.**

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 Łodzi, studentem zawierana jest w formie pisemnej.

Dodatkowe informacje

Studia podyplomowe obejmują badanie **psychometryczne FRIS®**, które pozwala analizować i opisywać indywidualny styl myślenia i działania. To innowacyjne narzędzie wspiera zrozumienie procesów poznawczych oraz preferencji zarówno własnych, jak i uczestników szkoleń, co umożliwia dostosowanie strategii nauczania do indywidualnych potrzeb.

Badanie FRIS® jest integralną częścią programu studiów, podkreślając ich nowoczesny charakter i skoncentrowanie na personalizowanym podejściu do rozwoju osobistego.

Korzyści z badania FRIS®:

- Skuteczność własna – lepsze zrozumienie własnych preferencji poznawczych i rozwój w roli trenera.
- Personalizacja nauczania – dopasowanie procesu do stylów poznawczych uczestników.
- Indywidualny Plan Działania (IPD) – raport opisujący mocne strony i obszary do rozwoju.
- Efektywna komunikacja – lepsza współpraca z uczestnikami szkoleń.
- Satysfakcja uczestników – dostosowanie nauczania do ich potrzeb zwiększa zaangażowanie i zadowolenie.

Ceny

Dla Kandydatów

	1 rok
1 rata	**6540 zł** (1 x 6540 zł)
2 raty	**3270 zł** (2 x 3270 zł)
10 rat	**654 zł** (10 x 654 zł)
12 rat	**545 zł** (12 x 545 zł)

Dla naszych absolwentów

	1 rok
1 rata	**6540 zł** (1 x 6540 zł)
2 raty	**3270 zł** (2 x 3270 zł)
10 rat	**654 zł** (10 x 654 zł)
12 rat	**545 zł** (12 x 545 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.

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 Łodzi, studentem zawierana jest w formie pisemnej.

Wykładowcy

Anna Śliwińska-Sączek

- Psycholog, coach, trener biznesu i rozwoju osobistego, trener mentalny oraz terapeuta w procesie szkolenia w nurcie terapii skoncentrowanej na rozwiązaniach (TSR), psychotraumatolog.
- Jest absolwentką psychologii ze specjalnością psychologia zdrowia, studiów podyplomowych z psychologii pozytywnej na Uniwersytecie SWPS oraz psychotraumatologii.
- Jest trenerem odporności psychicznej (AQR) i certyfikowanym trenerem metody Points of You®, Action Learning.
- Współtworzy Pozytywną Rozwojownię w Toruniu. Prowadzi tam konsultacje psychologiczne, sesje coachingowe i warsztaty rozwojowe. W Szkole Trenerów Strefa Potencjału, przygotowuje innych do pracy z grupą

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 Łodzi, studentem zawierana jest w formie pisemnej.