

Terapia zaburzeń odżywiania

STUDIA PODYPLOMOWE

Sposób realizacji: Online

Obszar studiów: Zdrowie

Cechy: Od października • Polski • W partnerstwie

Miasto: Opole

To kierunek dla osób, które:

- chcą wspierać osoby z anoreksją, bulimią, BED i innymi zaburzeniami odżywiania,
- pracują w ochronie zdrowia i chcą poszerzyć swoje kompetencje terapeutyczne,
- są psychologami, dietetykami lub terapeutami lub pracują w sektorze służby zdrowia i chcą działać skuteczniej z pacjentami,
- prowadzą własną praktykę i szukają sprawdzonych narzędzi psychodietetycznych i psychoterapeutycznych,
- interesują się psychologią zachowań żywieniowych i chcą pracować w tym obszarze zawodowo.



4

bezpłatne szkolenia biznesowe potwierdzone certyfikatami

Dostęp online

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

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,
- prace projektowe przygotowywane są zespołowo.

92%

uczestników poleca studia podyplomowe

Źródło: „Badanie satysfakcji ze studiów 2025”.

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.

Program

9

128

8

2

Liczba miesięcy nauki Liczba godzin zajęć Liczba zjazdów Liczba semestrów

Opieka psychiatryczna nad osobami z zaburzeniami (16 godz.)

- Zaburzenia odżywiania - definicja, klasyfikacja, kryteria diagnostyczne (4 godz.)
- Postępowanie psychiatryczne w zaburzeniach odżywiania (rozwój i psychopatologia zaburzeń odżywiania, współczesna farmakoterapia zaburzeń odżywiania, powikłania somatyczne i psychiczne zaburzeń odżywiania, etapy leczenia) (12 godz.)

Postępowanie psychoterapeutyczne w zaburzeniach odżywiania (54 godz.)

- Terapia poznawczo-behawioralna (ang cognitive-behavioral therapy; CBT) w zaburzeniach odżywiania (protokół leczenia pacjenta z zaburzeniami odżywiania w nurcie CBT, studium przypadku, sprawdzone techniki pracy z myślami, emocjami wykorzystywane w leczeniu zaburzeń odżywiania, tworzenie konceptualizacji pacjenta z zaburzeniami odżywiania i indywidualnego planu leczenia), psychoetrapeutyczne schematy postępowania, najbardziej skuteczne i kluczowe techniki oraz narzędzia terapeutyczne w CBT) (16 godz.)
- Terapia akceptacji i zaangażowania (ang. acceptance and commitment therapy; ACT (główne założenia ACT, funkcjonalny kontekstualizm, elastyczność i sztywność psychologiczna,



konceptualizacja - model Matrix, ćwiczenia, techniki i narzędzia do pracy z pacjentem z zaburzeniami odżywiania) (12 godz.)

- Terapia systemowa w zaburzeniach odżywiania (podstawy terapii zaburzeń odżywiania w ujęciu systemowym, studium przypadku pracy z nastolatkiem i systemowej pracy z rodziną) (10 godz)
- Praca terapeutyczna z perfekcjonizmem i schematami (techniki poznawcze, techniki doświadczeniowe, behawioralne dla poszczególnych schematów, reskrypcja wyobrażeniowa) (8 godz.)
- Socjoterapia w zaburzeniach odżywiania (socjoterapia w ujęciu historycznym i współczesnym, cele oddziaływań: edukacyjne, rozwojowe, terapeutyczne, socjoterapia w wybranych zaburzeniach odżywiania) (8 godz.)

Techniki mindfulness i self-compassion w terapii zaburzeń odżywiania (8 godz.)

- Self-compassion i praca z ciałem w zaburzeniach odżywiania wprowadzenie do koncepcji self-compassion (model Kristin Neff) i Compassion-Focused Therapy for Eating Disorders (CFT-E); praca z ciałem a zaburzenia odżywiania; mindfulness i mindful movement w terapii zaburzeń odżywiania; doświadczenie własne i praktyczne narzędzia terapeutyczne (8 godz.)

Postępowanie psychodietetyczne w zaburzeniach odżywiania (34 godz.)

- Postępowanie psychodietetyczne w anoreksji. Edukacja żywieniowa, prowadzenie wywiadu żywieniowo-medycznego z osobą chorującą na anoreksję; ustalanie indywidualnego planu żywieniowego w zależności od występujących objawów: szybko narastające uczucie sytości i przepełnienia, bólu brzucha, zaparcie, biegunek, nudności. (4 godz.)
- Postępowanie psychodietetyczne w bulimii i BED. Edukacja żywieniowa, prowadzenie wywiadu żywieniowo-medycznego z osobą chorującą na bulimię i BED; ustalanie indywidualnego planu żywieniowego w zależności od występujących objawów: zaburzenia pracy układu pokarmowego, zaburzenia gospodarki wodno-elektrolitowej, zaburzenia gospodarki węglowodanowej, hormonalnej (4 godz.)
- Postępowanie psychodietetyczne w ARFID (4 godz.)
- Niezbędne zasady w pracy z osobą z objawami lęku wobec produktów, w ramach budowania poczucia bezpieczeństwa, Terapia ARFID a Integracja sensoryczna, omówienie przypadków pacjentów, osvajanie jedzenia poprzez praktyczne ćwiczenia, zabawy z dziećmi
- Postępowanie psychodietetyczne w chorobie otyłościowej i w schorzeniach powiązanych z chorobą otyłościową, dietoterapia i konsultowanie pacjentów w schorzeniach powiązanych z nadmierną masą ciała, w zaburzeniach sytości, strategie motywacyjne i behawioralne wspomagające skuteczne zmiany nawyków żywieniowych, edukacja pacjenta w zakresie długotrwałego utrzymania efektów terapii (8 godz.)
- Ocena stanu odżywienia i sposobu żywienia w zaburzeniach odżywiania, wywiad żywieniowy - ocena stanu odżywienia z użyciem pomiarów antropometrycznych, kwestionariuszy, badań laboratoryjnych; ocena sposobu żywienia z użyciem dzienniczka, szacowanie podaży składników pokarmowych (8 godz.)



- Suplementacja diety w zaburzeniach odżywiania (6 godz.) suplementy diety a leki OTC. Kontrowersje suplementacji; nutraceutyki: żywność funkcjonalna, środki spożywcze specjalnego przeznaczenia żywieniowego lub medycznego, suplementy diety; doustne suplementy pokarmowe (doustne diety przemysłowe) – ONS; rodzaje, skład, podział, producenci, zastosowanie; suplementacja jako element dietoterapii w anoreksji, bulimii, ARFID. (1 godz)

Techniki komunikacyjne w pracy z osobą chorującą na zaburzenia odżywiania (16 godz.)

- Dialog motywujący w terapii zaburzeń odżywiania, wprowadzenie do DM; Duch DM- główne założenia i zasady; ambiwalencja – jak rozmawiać gdy pojawia się „TAK ALE...”; identyfikowanie języka zmiany i języka podtrzymania- strategie wydobywania języka zmiany w leczeniu zaburzeń odżywiania; opór- czym jest zjawisko oporu w rozumieniu DM- jak pracować z oporem u osób z zaburzeniami odżywiania. Omówienie podstawowych narzędzi DM: pytania otwierające, odzwierciedlenia, dowartościowania, podsumowania (16 godz.)

Forma zaliczenia:

- praca projektowa przygotowana osobno lub w grupach,
- egzamin końcowy.

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 również 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 **rozpoznawać objawy zaburzeń odżywiania** i rozumieć ich psychologiczne podłoże
- Zdobędziesz **praktyczne umiejętności** do prowadzenia terapii indywidualnej i grupowej



- Poznasz **metody pracy z pacjentami** cierpiącymi na anoreksję, bulimię i kompulsywne objadanie się
- Dowiesz się, **jak budować zdrową relację z jedzeniem** i wspierać zmianę nawyków żywieniowych
- Nauczysz się **wykorzystywać różne techniki psychoterapeutyczne (m.in. CBT)** i dialog motywujący w pracy z klientem
- Opanujesz **sposoby współpracy z lekarzami, dietetykami i rodzinami** osób z zaburzeniami odżywiania