

# Psychodietetyka

## STUDIA PODYPLOMOWE

**Sposób realizacji:** Online

**Obszar studiów:** Psychologia • Zdrowie

**Cechy:** Od października • Polski

**Miasto:** Poznań

**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

## Microsoft 365

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

## Kadra złożona z praktyków

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

## Praktyczny charakter studiów:

- na zajęciach dominują **warsztaty, ćwiczenia i case studies**,
- istnieje **możliwość tworzenia własnych technik i narzędzi** coachingowych,
- **materiały dydaktyczne dostępne online**

# 92%

uczestników poleca studia podyplomowe.

Źródło: „Badanie satysfakcji ze studiów 2025

# 1

partner kierunku:  
LaVita Centrum Dietetyki i Zdrowego Żywienia

## Networking i rozwój kompetencji

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

## 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
- 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

## Partnerzy 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.**
- 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?

- 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 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.
- Rozwiniiesz **umiejętność prowadzenia konsultacji** – będziesz potrafić wspierać dzieci, młodzież i dorosłych w zmianie nawyków żywieniowych.
- Przećwiczysz analizę przypadków – dzięki pracy na realnych przykładach **przygotujesz się do codziennych wyzwań w pracy z pacjentem**.

## Ceny

### Dla Kandydatów

#### 1 rok

1 rata	<b>4810 zł</b> <del>5750 zł</del> (1 x 4810 zł) Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 4750zł
2 raty	<b>2490 zł</b> <del>2960 zł</del> (2 x 2490 zł) Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 2460zł
10 rat	<b>516 zł</b> <del>610 zł</del> (10 x 516 zł) Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 510zł
12 rat	<b>441 zł</b> <del>520 zł</del> (12 x 441 zł) Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 436zł



## Dla naszych absolwentów

### 1 rok

1 rata	<b>4410 zł</b> <del>5750 zł</del> (1 x 4410 zł) Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 4350zł
2 raty	<b>2290 zł</b> <del>2960 zł</del> (2 x 2290 zł) Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 2260zł
10 rat	<b>476 zł</b> <del>610 zł</del> (10 x 476 zł) Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 470zł
12 rat	<b>408 zł</b> <del>520 zł</del> (12 x 408 zł) Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 403zł

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

### 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.
- 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.