

Psychologia pozytywna

STUDIA PODYPLOMOWE

Sposób realizacji: Online

Cechy: Od października • Polski • Nowość

Miasto: Toruń

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.



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.

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:

- na zajęciach dominują warsztaty, ćwiczenia i case studies,
- prace projektowe przygotowywane są zespołowo.

Program studiów



80

2

Liczba godzin zajęć Liczba semestrów

Fundament (40h)

Wprowadzenie do świata PM (10 godz.)

Esencja wszystkich metodyk PM i istotnych na świecie standardów PM. Najważniejsze definicje, przegląd typów projektów i wybór projektów dyplomowych i uformowanie zespołów projektów dyplomowych.

Inicjowanie projektów i zakres prac (10 godz.)

Warsztaty definicji projektów dyplomowych - cele, rezultaty biznesowe, zaawansowane zarządzanie interesariuszami, zakresem prac, zaawansowane techniki zapewnianie stabilności zakresu, zarządzanie zmianą zw zakresie i w wymaganiach

Jakość, wymagania, uzgodnienia (10 godz.)

Zapewnianie jakości, zarządzanie wymaganiami, praktycznie techniki dokonywania złożonych uzgodnień, generowania rozwiązań i dostarczania wartości.

Czas i planowanie w czasie (10 godz.)

Zarządzanie czasem, czyli wszystkim, co zużywa w projekcie czas - techniki szacowania, dekompozycje, identyfikacja zasobów, sekwencjonowanie, przygotowanie do harmonogramowania i do workflow zwinnego. Negocjowanie czasów realizacji. Planowanie wstępne. Podejście liniowe, zwinne i hybrydowe w planowaniu.

Narzędzia w PM (40h)

Zarządzanie ryzykiem (10 godz.)

Zagrożenia i szanse projektu, czyli generalnie - co może pójść nie-tak. Sprawna identyfikacja, szacowanie konsekwencji, komunikowanie i metajęzyk, planowanie reakcji, proces RM. Jak mówić o ryzyku, żeby nas słuchano? Jak argumentować, reagować, uwzględniać ryzyka w panowaniu? Jak zarządzać ryzykiem bez nudnych i nieskutecznych rejestrów ryzyka?

Finanse projektu i budżetowanie (10 godz.)

Budżetowanie - czyli wszystko co chcieliście wiedzieć i baliście się zapytać. Zwrot z inwestycji? Płynność finansowa projektu? Rozliczanie wydatków? Controlling finansowy i rachunkowość zarządcza w organizacji, do której trzeba dostosować język i praktyki. Budżety rodzajowe, w czasie i po produktach? Piece of cake!

Harmonogramowanie i realizacja (10 godz.)

Najlepsze praktyki waterfall w oparciu o wybrane ogólnodostępne narzędzia. Zasady i praktyki szybkiego budowania harmonogramu. Praca z zasobami - kalendarze i bilansowanie zasobów. Harmonogramy jako narzędzia do alokacji zasobów, do monitorowania i kontroli realizacji.

Agile - narzędzia zwinne (10 godz.)

Agile w dostarczaniu wartości i zwinny workflow. Przegląd frameworków od KANBAN po SCRUM. Główne role, obiekty i najlepsze praktyki agile. Jak integrować techniki agile w podejściu hybrydowym. Jak korzystać z przyrostowych sposobów pracy, gdy wchodzimy w nieznaną? Co oznacza „prowadzić projekt



zwinnie” w praktyce

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.**