

# Well-being w organizacji - nowoczesne podejście do zdrowia, relacji i efektywności

STUDIA PODYPLOMOWE

**Sposób realizacji:** Online

**Obszar studiów:** Zdrowie

**Cechy:** Od października • Polski

**Miasto:** Toruń

**To kierunek dla osób, które:**

- wspierają pracowników i chcą wdrażać skuteczne działania prowellbeingowe w firmie,
- odpowiadają za komunikację, CSR lub employer branding i chcą działać bardziej świadomie,
- prowadzą szkolenia lub doradztwo i chcą poszerzyć ofertę o obszar zdrowia w pracy,
- szukają nowego kierunku rozwoju w HR, edukacji, ochronie zdrowia lub administracji,
- chcą mieć realny wpływ na dobrostan ludzi i efektywność w nowoczesnych organizacjach.



### Dostęp online

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

## 93%

pracodawców ocenia bardzo dobrze lub dobrze współpracę z naszymi uniwersytetami

\* Źródło: „Badanie satysfakcji ze studiów 2024, próba: 2050 osób”.

### Microsoft 365

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

## 90,24%

**Pracodawców wysoko ocenia** współpracę z naszymi uniwersytetami

Źródło: „Badanie Atrybutów Marki BAM wśród pracodawców współpracujących”, badanie realizowane 14.10–10.11.2024.

### 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.

# 9

Liczba miesięcy nauki

# 140

Liczba godzin zajęć

# 10

Liczba zjazdów

# 2

Liczba semestrów

## Fundamenty well-beingu i zdrowia w pracy (16 godz.)

- Psychologia pozytywna w organizacjach (4 godz.)
- Well-being pracownika: czym jest, dlaczego jest to takie ważne, jaki ma wpływ na organizację? (4 godz.)
- Wprowadzenie do well-beingu: koncepcje, modele i trendy (4 godz.)
- Holistyczne podejście do zdrowia psychicznego i fizycznego w pracy (4 godz.)

## Zdrowie psychiczne pracowników (16 godz.)

- Stres, wypalenie zawodowe i prewencja (4 godz.)
- Rola emocji, odporności psychicznej i uważności (mindfulness) (8 godz.)
- Budowanie kultury wsparcia psychicznego w organizacji (2 godz.)
- Menedżer a dobrostan pracownika (2 godz.)



## **Zdrowie fizyczne i ergonomia pracy (16 godz.)**

- Ergonomia i środowisko pracy przyjazne zdrowiu (4 godz.)
- Ruch, dieta i sen a efektywność zawodowa (2 godz.)
- Programy prozdrowotne w organizacjach – case studies (4 godz.)
- Wpływ przepływu informacji w organizacji na dobrostan pracownika (2 godz.)

## **Organizacja wspierająca człowieka (16 godz.)**

- Kultura organizacyjna i wartości wspierające dobrostan (2 godz.)
- Well-being a procedury, standardy, polityki organizacyjne (2 godz.)
- Dbłość o dobrostan na starcie – od kandydata do pierwszych dni pracy (4 godz.)
- Przywództwo empatyczne i inkluzywne (4 godz.)
- Komunikacja wspierająca zdrowie i relacje w zespole (4 godz.)

## **Projektowanie programów well-beingowych (16 godz.)**

- Identyfikacja potrzeb i diagnoza kondycji organizacyjnej (4 godz.)
- Tworzenie programów zdrowia i dobrostanu – metodologia (4 godz.)
- Rola HR, menedżerów i zespołów projektowych (2 godz.)
- Rozwój pracownika jako czynnik sprzyjający poczuciu dobrostanu (2 godz.)
- Pokolenia na rynku pracy a poczucie dobrostanu – jak różnicować działania? (4 godz.)

## **Wdrażanie i zarządzanie zmianą (16 godz.)**

- Psychologia zmiany i wdrażania innowacji w kulturze organizacyjnej (4 godz.)
- Angażowanie zespołów i kadry zarządzającej (4 godz.)
- Budowanie zaangażowania i odpowiedzialności (4 godz.)
- Dodatkowe inicjatywy zwiększające poczucie dobrostanu pracowników (4 godz.)

## **Mierzenie efektów i ewaluacja (16 godz.)**

- KPI i narzędzia do pomiaru dobrostanu i efektywności programów (4 godz.)
- Analiza danych, badania jakościowe i ilościowe (4 godz.)
- Raportowanie i komunikowanie efektów w organizacji (4 godz.)
- Ustanie stosunku pracy a jego wpływ na well-being byłych i obecnych pracowników (4 godz.)



## Praca własna, konsultacje, prezentacja projektów (16 godz.)

- Konsultacje indywidualne i grupowe (8 godz.)
- Praca nad projektem końcowym (wdrożenie programu wellbeingowego) (12 godz.) (praca własna)
- Prezentacja i omówienie projektów z ekspertami (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 i wdrażać programy wellbeingowe dopasowane do realnych potrzeb.
- Poznasz sprawdzone sposoby diagnozy kondycji organizacyjnej i pracowniczej.
- Zrozumiesz, czym jest well-being organizacyjny i jak wpływa na efektywność biznesową.
- Poznasz metody projektowania programów dobrostanu – od pomysłu po wdrożenie.
- Opanujesz techniki pracy z odpornością psychiczną, stresem i wypaleniem.
- Dowiesz się, jak dbać o zdrowie fizyczne pracowników (ergonomia, ruch, sen, dieta).
- Przećwiczysz komunikację wspierającą relacje i zdrowie psychiczne w zespołach.
- Nauczysz się mierzyć efekty wdrożonych działań i raportować je w przystępny sposób.

## Ceny

### Dla Kandydatów



### 1 rok

1 rata	<b>5540 zł</b> <del>6540 zł</del> (1 x 5540 zł) Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 6540zł
2 raty	<b>2770 zł</b> <del>3270 zł</del> (2 x 2770 zł) Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 3270zł
10 rat	<b>554 zł</b> <del>654 zł</del> (10 x 554 zł) Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 654zł
12 rat	<b>461 zł</b> <del>545 zł</del> (12 x 461 zł) Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 545zł

## Dla naszych absolwentów

### 1 rok

1 rata	<b>5140 zł</b> <del>6540 zł</del> (1 x 5140 zł) Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 6540zł
2 raty	<b>2570 zł</b> <del>3270 zł</del> (2 x 2570 zł) Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 3270zł
10 rat	<b>514 zł</b> <del>654 zł</del> (10 x 514 zł) Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 654zł
12 rat	<b>428 zł</b> <del>545 zł</del> (12 x 428 zł) Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 545zł

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.