

Psychodietetyka

STUDIA PODYPLOMOWE

Sposób realizacji: Hybrydowe • Online

Obszar studiów: Psychologia • Zdrowie

Cechy: Od października • Polski • Dofinansowane • W partnerstwie

Miasto: Warszawa

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

92%

uczestników poleca studia podyplomowe

Źródło: „Badanie satysfakcji ze studiów 2025”.

1

partner kierunku

• LaVita Centrum Dietetyki i Zdrowego Żywienia

Gwarancja jakości

Gwarantujemy pełną zgodność z przepisami prawa i najwyższe standardy edukacyjne.

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 zajęć

9

Liczba miesięcy nauki

178

Liczba godzin zajęć

11

Liczba zjazdów

2

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

Warunki przyjęcia na studia

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

- Oferujemy specjalne, większe **zniżki dla naszych absolwentów.**
- Możesz skorzystać z **dofinansowania** z [Bazy Usług Rozwojowych](#).
- 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.
- Przećwiczysz **analizę przypadków.**



- 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.

Studia skierowane są m.in. do: psychologów, psychoterapeutów, pielęgniarek, lekarzy, dietetyków, technologów żywności, studentów ostatniego roku studiów magisterskich na kierunku związanym z ochroną i promocją zdrowia.

Ceny

Dla Kandydatów

1 rok

1 rata	4750 zł 5750 zł (1 x 4750 zł) Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 5750zł
2 raty	2460 zł 2960 zł (2 x 2460 zł) Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 2960zł
10 rat	510 zł 610 zł (10 x 510 zł) Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 610zł
12 rat	436 zł 520 zł (12 x 436 zł) Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 520zł

Dla naszych absolwentów

1 rok

1 rata	4350 zł 5750 zł (1 x 4350 zł) Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 5750zł
2 raty	2260 zł 2960 zł (2 x 2260 zł) Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 2960zł
10 rat	470 zł 610 zł (10 x 470 zł) Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 610zł
12 rat	403 zł 520 zł (12 x 403 zł) Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 520zł

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.