

# Terapia zaburzeń odżywiania

## STUDIA PODYPLOMOWE

**Sposób realizacji:** Online

**Obszar studiów:** Psychologia • Zdrowie

**Cechy:** Od października • Polski • W partnerstwie

**Miasto:** Wrocław

### **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.



## Dodatkowe informacje

- Zajęcia prowadzone są przez **ekspertów z doświadczeniem klinicznym**, którzy w codziennej praktyce stosują sprawdzone techniki terapeutyczne i narzędzia wspierające proces zdrowienia
- W programie uwzględniono również **rozwój umiejętności komunikacyjnych**, które odgrywają kluczową rolę w budowaniu relacji terapeutycznej i wspieraniu w procesie leczenia
- Kierunek prowadzony jest we współpracy z **Oddziałem Leczenia Zaburzeń Odżywiania Soteria Anamija** oraz **Żywnie Nauka Zdrowie Katarzyna Zabłocka-Słowińska**

**4**

bezpłatne szkolenia.

**92%**

uczestników poleca studia podyplomowe.

Źródło: „Badanie satysfakcji ze studiów 2025”.

### Dostęp online

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

**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

**9**

Liczba miesięcy nauki

**128**

Liczba godzin zajęć

**8**

Liczba zjazdów

**2**

Liczba semestrów

## Opieka psychiatryczna nad osobami z zaburzeniami (16 godz.)

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



## **Postępowanie psychoterapeutyczne w zaburzeniach odżywiania (54 godz.)**

- Terapia poznawczo-behawioralna (ang. cognitive-behavioral therapy; CBT) w zaburzeniach odżywiania (16 h) (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), psychoedukacyjne schematy postępowania, najbardziej skuteczne i kluczowe techniki oraz narzędzia terapeutyczne w CBT)
- Terapia akceptacji i zaangażowania (ang. acceptance and commitment therapy; ACT) (12h) (główne założenia ACT, funkcjonalny kontekstualizm, elastyczność i sztywność psychologiczna, konceptualizacja - model Matrix, ćwiczenia, techniki i narzędzia do pracy z pacjentem z zaburzeniami odżywiania)
- Terapia systemowa w zaburzeniach odżywiania (10 h) (podstawy terapii zaburzeń odżywiania w ujęciu systemowym, studium przypadku pracy z nastolatkiem i systemowej pracy z rodziną)
- Praca terapeutyczna z perfekcjonizmem i schematami (8h) (techniki poznawcze, techniki doświadczeniowe, behawioralne dla poszczególnych schematów, reskrypcja wyobrażeniowa)
- Socjoterapia w zaburzeniach odżywiania (8h) (socjoterapia w ujęciu historycznym i współczesnym, cele oddziaływań: edukacyjne, rozwojowe, terapeutyczne, socjoterapia w wybranych zaburzeniach odżywiania)

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

- Self-compassion i praca z ciałem w zaburzeniach odżywiania (8h) 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

## **Postępowanie psychodietetyczne w zaburzeniach odżywiania (34 godz.)**

- Postępowanie psychodietetyczne w anoreksji (4h) 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, zaparc, biegunek, nudności.
- Postępowanie psychodietetyczne w bulimii i BED (4h) 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
- Postępowanie psychodietetyczne w ARFID (4h)
- 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 (8h) 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
- Ocena stanu odżywienia i sposobu żywienia w zaburzeniach odżywiania (8h) wywiad żywieniowy - ocena stanu odżywienia z użyciem pomiarów antropometrycznych, kwestionariuszy, badań laboratoryjnych; ocena sposobu żywienia z użyciem dzienniczka, szacowanie podaży składników pokarmowych
- Suplementacja diety w zaburzeniach odżywiania (6h) 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. (1h)

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

- Dialog motywujący w terapii zaburzeń odżywiania (16h) 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

## **Forma zaliczenia**

- praca projektowa przygotowana osobno lub w grupach
- egzamin końcowy

## **Partnerzy kierunku**



### **Warunki przyjęcia na studia**

Aby zostać uczestnikiem studiów podyplomowych na Uniwersytecie WSB Merito, należy:

- mieć ukończone studia licencjackie, inżynierskie lub magisterskie,

### **Możliwości dofinansowania**

- Oferujemy specjalne, większe zniżki dla naszych absolwentów.
- Możesz skorzystać z dofinansowania z Bazy Usług Rozwojowych.



- złożyć komplet dokumentów i spełnić wymogi rekrutacyjne
- o przyjęciu decyduje kolejność zgłoszeń.  
[Dowiedz się więcej](#)

- 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.

## Ceny

### Dla Kandydatów

**1 rok**

8 rat

**732 zł** ~~850 zł~~ (8 x 732 zł)  
Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 725zł

### Dla naszych absolwentów

**1 rok**

8 rat

**682 zł** ~~850 zł~~ (8 x 682 zł)  
Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 675zł

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



### **dr hab. Katarzyna Zabłocka-Słowińska**

- Psychodietetyczka, dietetyczka kliniczna, farmaceutka. Członkini Komisji Żywienia Dzieci i Młodzieży przy Komitecie Nauki o Żywieniu Człowieka PAN.
- Wykładowczyni na kierunku Dietetyka, Kierowniczką merytoryczną Studiów Podyplomowych Terapii Zaburzeń Odżywiania na Uniwersytecie WSB Merito we Wrocławiu.
- Na co dzień prowadzi gabinet psychodietetyczny, w którym wspiera młodzież i dorosłych doświadczających zaburzeń odżywiania (anoreksja, bulimia, napadowe objadanie się) i choroby otyłościowej.
- W swojej pracy koncentruje się na praktyce EBM, łącząc aktualną wiedzę dietetyczną z elementami technik CBT, ACT, DBT, mindful eating.

### **dr hab.n.med. Yaroslav Bahriy**

- Lekarz psychiatra, dr hab. nauk medycznych w dziedzinie psychologii medycznej i psychoterapii. Profesor honorowany IFNMU, starszy wykładowca Uniwersytetu Opolskiego.
- Dyrektor ds. medycznych Soteria Anamija. Psychoterapeuta dzieci i młodzieży, certyfikowany dydaktyk i superwizor terapii indywidualnej, grupowej i rodzinnej.
- Autor ponad 40 prac naukowych, superwizor programu IAGP, lider Grup Balinta. Pracuje w nurcie egzystencjalnym, psychodynamicznym, systemowym i integracyjnym.
- Specjalizuje się w leczeniu zaburzeń psychicznych dzieci i młodzieży, ze szczególnym doświadczeniem w terapii zaburzeń odżywiania i zaburzeń lękowych.

### **Sonia Antes**

- Psycholog specjalizująca się w psychodietetyce oraz psychoterapeutka III fali terapii poznawczo-behawioralnych (kontekstualno-behawioralna) w trakcie 4-letniego szkolenia.
- Pracuje głównie w nurcie terapii akceptacji i zaangażowania (ACT). Łączy je z podejściami III fali: DBT, FAP i CFT.
- Absolwentka psychologii stosowanej na Uniwersytecie Jagiellońskim oraz studiów podyplomowych z psychodietetyki na Uniwersytecie Humanistycznospołecznym SWPS.
- Prowadzi własną praktykę, wspierając klientów z zaburzeniami odżywiania w procesie leczenia.

### **dr Anna Wysoczańska-Klaczyńska**

- Prowadzi badania nad ostrą białaczką limfoblastyczną u dzieci oraz odległymi następstwami leczenia onkologicznego, w tym zaburzeniami metabolicznymi, masy kostnej i polimorfizmami genów.
- Doktor nauk medycznych i nauk o zdrowiu w dyscyplinie nauk farmaceutycznych. Absolwentka UM we Wrocławiu i studiów podyplomowych UE Poznań, wykładowczyni akademicka.
- Autorka badań dotyczących ALL u dzieci oraz odległych następstw leczenia onkologicznego. Współpracuje naukowo z Katedrą i Kliniką Transplantacji Szpiku, Onkologii i Hematologii Dziecięcej.



- Wieloletni kierownik aptek i hurtowni radiofarmaceutyków PET oraz specjalista w farmacji szpitalnej. Doświadczony wykładowca akademicki.

### **dr n. med. Katarzyna Skórska-Bober**

- Specjalizuje się w pracy z pacjentami chcącymi skutecznie schudnąć, szczególnie przy insulinooporności, PCOS oraz zaburzeniach funkcji tarczycy.
- Dietetyczka kliniczna po szkoleniach psychodietetycznych, z ponad ośmioletnim doświadczeniem w pracy z pacjentami.
- Obroniła doktorat na Uniwersytecie Medycznym we Wrocławiu o nawykach spożycia roślin strączkowych w Polsce oraz ich wpływie na status redoks i wybrane wskaźniki metaboliczne.
- Aktywnie popularyzuje wiedzę dietetyczną, prowadząc podcast „Porozmawiajmy o jedzeniu”, konto na Instagramie i stronę [www.skorskadietetyk.com](http://www.skorskadietetyk.com).

### **Katarzyna Mordowska**

- Magister politologii (1999, UO). Absolwentka studiów podyplomowych z doradztwa zawodowego, pedagogiki, socjoterapii i arteterapii (2016–2020).
- Licencjat z psychologii klinicznej (2023) oraz wyróżniona praca magisterska (2025) o roli socjoterapii w leczeniu zaburzeń odżywiania.
- Wykładowczyni Wyższej Szkoły Bezpieczeństwa w Poznaniu. Od 2018 roku prowadzi socjoterapię w Ośrodku Zaburzeń Odżywiania Soteria Anamija w Opolu.
- Pracuje w Centrum Zdrowia Psychicznego w Opolu jako prowadząca zajęcia socjoterapeutyczne oraz w Szpitalu Wojewódzkim w Opolu jako psycholog.

### **dr n. społ. Monika Romanowska**

- Psycholog, certyfikowana psychoterapeutka CBT (355) i terapii schematów (IND-3646), specjalizująca się w pracy z osobami z wiązki C, indywidualnie i grupowo.
- Ma 16 lat doświadczenia klinicznego, pracuje ze schematami, trybami schematów, metodą reskrypcji wyobraźniowej oraz na krzesłach – indywidualnie i grupowo.
- Autorka publikacji w „Theory & Psychology” i „Psychoterapii” dotyczących nieświadomości w terapiach poznawczo-behawioralnych.
- Twórczyni podcastu „Dziki Zapach Psychologii”.

### **dr n. farm. inż. Joanna Pieczyńska, prof. UMW**

- Specjalizuje się w pierwiastkach śladowych i statusie redoks u ciężarnych, wsparciu żywieniowym około HSCT u dzieci, bariatrii oraz nieswoistych chorobach zapalnych jelit.
- Wykładowca akademicki z 25-letnim doświadczeniem, profesor UMW. Praktykujący od kilkunastu lat dietetyk kliniczny i psychodietetyk, wspiera m.in. w ciąży, bariatrii, przeszczepach i redukcji masy ciała



- Autorka publikacji krajowych i zagranicznych, współautorka podręczników i poradników oraz polskiej wersji testu PG-SGA. Twórczyni autorskich metod praktycznej nauki zawodu dietetyka.
- Biegła w leczeniu żywieniowym, ocenie stanu odżywienia i prowadzeniu psychodietetycznym pacjenta oraz analizie żywności, w tym obsłudze specjalistycznego sprzętu laboratoryjnego.