

COLLEGIUM WITELONA UCZELNIA PAŃSTWOWA

WYDZIAŁ NAUK O ZDROWIU I KULTURZE FIZYCZNEJ



STUDIA PODYPLOMOWE

PSYCHODIETETYKA

Cel studiów:

Celem studiów jest połączenie wiedzy z dziedzin takich jak dietetyka i psychologia, aby lepiej rozumieć zachowania żywieniowe człowieka oraz skutecznie wspierać zmianę nawyków.

W praktyce oznacza to kilka kluczowych założeń:

- **Zrozumienie mechanizmów jedzenia** – studia uczą, dlaczego ludzie jedzą nie tylko z głodu fizjologicznego, ale też pod wpływem emocji, stresu czy nawyków
- **Motywowanie do zmiany stylu życia** – co jest kluczowe np. przy leczeniu nadwagi czy otyłości.
- **Łączenie ciała i psychiki** – pokazują, jak stan psychiczny wpływa na wybory żywieniowe i odwrotnie.
- **Zapobieganie zaburzeniom odżywiania** – uczą rozpoznawania problemów takich jak zaburzenia odżywiania (np. kompulsywne objadanie się czy anoreksja) oraz wspierania osób w ich leczeniu.
- **Budowanie trwałych nawyków** – nacisk kładzie się na długofalową zmianę, a nie krótkoterminowe diety

Adresaci:

Studia adresowane są do absolwentów:

studiów I stopnia (licencjackich), jednolitych studiów magisterskich kierunków medycznych i pokrewnych (np.: lekarskiego, farmaceutycznego, pielęgniarstwa, dietetyki, fizjoterapii) oraz studiów psychologicznych, pedagogicznych, technologii żywności i żywienia, kosmetologicznych, zdrowia publicznego.

Czas trwania: 2 semestry - 150 godzin dydaktyczne. Zajęcia odbywają się podczas sobotnio-niedzielnych zjazdów.

Opłata za studia:

Opłata za studia wynosi 4600 zł (możliwa płatność w dwóch ratach po 2300 zł).

Komplet dokumentów należy złożyć w Collegium Witelona Uczelnia Państwowa, pokój nr 14 w budynku D, Legnica, ul. Sejmowa 5A, lub przesłać pocztą z dopiskiem "Studia Podyplomowe"

O przyjęciu na studia decyduje kolejność zgłoszeń.

Warunkiem uruchomienia studiów jest zgłoszenie się minimalnej, niezbędnej liczby kandydatów.

AKADEMICKIE CENTRUM KOMPETENCJI

www.ack.collegiumwitelona.pl

59-220 Legnica, ul. Sejmowa 5A, pokój 14, budynek D.

e-mail: podyplomowe@collegiumwitelona.pl

WYKAZ PRZEDMIOTÓW
STUDIA PODYPLOMOWE PSYCHODIETETYKA

I semestr

Lp.	Przedmiot	L. godz.
1.	Fizjologia żywienia człowieka	6
2.	Żywnienie różnych grup ludności	10
3.	Podstawy dietetyki	6
4.	Żywnienie kliniczne	12
5.	Choroby metaboliczne i dietozależne	12
6.	Nadwaga i otyłość - leczenie farmakologiczne i chirurgiczne	4
7.	Interpretacja wyników badań laboratoryjnych	4
8.	Edukacja żywieniowa - wpływ pożywienia na funkcjonowanie somatyczne i psychiczne	8
9.	Aktywność fizyczna i praca z ciałem	4
10	Warsztaty psychologiczne – praca z przekonaniami	4
Razem:		70

II semestr

Lp.	Przedmiot	L. godz.
1	Niebezpieczne trendy żywieniowe - wpływ mediów i społeczeństwa na odżywianie się	8
2	Niezdrowa relacja z jedzeniem i jedzenie emocjonalne	8
3	Psychologia jedzenia i psychologiczne aspekty procesu redukcji masy ciała	6
4	Dietoterapia i dietoprofilaktyka w zaburzeniach odżywiania	10
5	Narzędzia i strategie psychodietetyczne	6
6	Praca z osobami w procesie redukcji masy ciała - interwencje dietetyczne w procesie redukcji masy ciała	10
7	Metody i techniki redukcji stresu	4
8	Warsztaty kulinarne - potrawy dietetyczne	4
9	Praca z dziećmi i młodzieżą w terapii zaburzeń odżywiania	12
10	Praca z rodziną i dzieckiem z otyłością	12
Razem:		80

