

Psychodietetyka i doradztwo zdrowego trybu życia

STUDIA I STOPNIA - SPECJALNOŚĆ

Forma: Niestacjonarne

Sposób realizacji: Hybrydowe

Cechy: Studia I stopnia licencjackie • Od marca • Polski • 6 semestrów



Czego się nauczysz?

- Nauczysz się **wspierać osoby z problemami odżywiania**, takimi jak anoreksja, bulimia czy ortoreksja. Pomożesz im poprawić relację z jedzeniem i zdrowiem psychicznym.
- Zdobędziesz **umiejętności w poradnictwie dietetycznym**, łącząc wiedzę z zakresu psychologii i żywienia, aby wspierać zmiany nawyków żywieniowych.
- Dowiesz się, **jak stosować dialog motywujący**, aby skutecznie pomagać pacjentom w osiąganiu ich celów zdrowotnych i zmianie stylu życia na zdrowszy.
- Poznasz **narzędzia z psychologii odżywiania**, które umożliwią pracę z emocjami i ich wpływem na relację z jedzeniem, wspierając pacjentów w codziennych wyzwaniach.
- Nauczysz się **prowadzenia terapii osób z zaburzeniami odżywiania**, oferując kompleksową pomoc i wsparcie w poprawie ich zdrowia fizycznego i psychicznego.
- Przygotujesz się **do pracy w praktyce prywatnej**, organizacjach zdrowotnych czy edukacyjnych, promując zdrowy styl życia i wspierając swoich klientów.

Praca dla Ciebie

- **Pracuj jako psychodietetyk w poradni zdrowia**, wspierając pacjentów z zaburzeniami odżywiania. Pomóż im zrozumieć emocje i wprowadzić trwałe zmiany w ich życiu.
- **Bądź dietetykiem w placówkach edukacyjnych**, takich jak szkoły czy przedszkola. Twórz zdrowe jadłospisy i edukuj dzieci w zakresie zdrowych nawyków żywieniowych.
- **Zatrudnij się jako terapeuta w sanatorium**, pomagając pacjentom odzyskać zdrowie psychiczne i fizyczne poprzez dietoterapię oraz wsparcie emocjonalne.
- **Bądź specjalistą ds. żywienia w zakładach żywienia zbiorowego**, dbając o jakość i wartości odżywcze posiłków dla większych grup, takich jak uczniowie czy seniorzy.
- **Zostań doradcą w organizacjach promujących zdrowy styl życia**, prowadząc warsztaty i indywidualne konsultacje dla osób chcących poprawić swoje nawyki.
- **Pracuj w praktyce prywatnej jako doradca zdrowotny**, oferując kompleksową pomoc dietetyczną i psychologiczną. Pomagaj klientom osiągać ich cele zdrowotne i życiowe.

Program studiów

Praktyczne studia

Uczymy tak, aby jak najlepiej przygotować Cię do rzeczywistych wyzwań, z jakimi spotkasz się w pracy zawodowej.

Koło naukowe – rozwijaj swoje zainteresowania i zdobywaj dodatkowe umiejętności poprzez udział w projektach badawczych, warsztatach i konferencjach.

Wykłady z praktykami – eksperci z rynku dzielą się swoją wiedzą i doświadczeniem.



Nowoczesne narzędzia i programy – korzystaj z aktualnych technologii, które są standardem w branży.

Symulacje – podejmuj decyzje w warunkach rynkowych, ucząc się na błędach i sukcesach.

Projekty grupowe – rozwiązuj realne problemy biznesowe, współpracując z innymi studentami.

Staże i praktyki – zdobywaj doświadczenie w firmach, które pozwoli Ci lepiej zrozumieć rynek pracy.

Case studies – analiza realnych przypadków.

Wybrane zajęcia kierunkowe:

- Edukacja zdrowotna w promocji zdrowia
- Podstawy żywienia człowieka
- Podstawy dietetyki ogólnej
- Kliniczny zarys chorób
- Żywienie człowieka zdrowego i chorego
- Dietetyka pediatryczna
- Alergie i nietolerancje pokarmowe
- Farmakologia i farmakoterapia żywieniowa
- Społeczno-kulturowe konteksty odżywiania
- Dietetyka geriatryczna
- Analiza i ocena jakości żywności
- Higiena, toksykologia i bezpieczeństwo żywności
- Technologia żywności i potraw
- Diety niekonwencjonalne
- Organizacja pracy dietetyka
- Psychologia osobowości i motywacji

Wybrane zajęcia specjalnościowe:

- Poradnictwo dietetyczne
- Dialog motywujący
- Poradnictwo żywieniowe
- Medycyna stylu życia
- Żywność o cechach funkcjonalnych
- Terapia osób z zaburzeniami odżywiania



Nauka języka obcego

Na studiach stacjonarnych:

- 252 godzin nauki jednego języka obcego (84 godzin w semestrze, od 3 do 5 semestru).

Na studiach niestacjonarnych:

- 228 godzin nauki jednego języka obcego (76 godzin w semestrze, od 3 do 5 semestru).

Możesz wybrać: j. angielski lub j. niemiecki

Praktyki i staże

Praktyki studenckie to ważny element studiów. Studenci studiów licencjackich oraz jednolitych studiów magisterskich realizują **960 godzin praktyk (24 tygodnie)**, zdobywając doświadczenie zawodowe. Jeśli pracujesz w zawodzie zgodnym z kierunkiem studiów, możesz zaliczyć praktyki na podstawie zatrudnienia. W trakcie studiów masz też szansę na płatny staż. Programy stażowe przygotowują pracodawcy, z którymi współpracujemy, dostosowując wymagania do stanowisk, co ułatwia pierwsze kroki zawodowe.

Sposób zaliczenia studiów

Tworzysz w zespole projekt dyplomowy, który rozwiązuje praktyczny lub teoretyczny problem związany z Twoim kierunkiem. Badając literaturę i przeprowadzając własne analizy, pracujesz nad autorską propozycją rozwiązania problemu. Wszystko, czego nauczysz się podczas studiów, pozwala Ci na stworzenie profesjonalnej pracy opartej na realnych danych i działaniach. by uzyskać tytuł licencjata, taki projekt musisz obronić przed komisją. **To Ty wyznaczasz kierunek swojego projektu!**

Zasady rekrutacji

- Studentem studiów I stopnia (licencjackich lub inżynierskich) na Uniwersytecie Dolnośląskim DSW możesz zostać po **ukończeniu szkoły średniej, zdaniu matury i odebraniu świadectwa dojrzałości.**
- O przyjęciu na studia **decyduje kolejność zgłoszeń oraz złożenie kompletu dokumentów i spełnienie wymogów wynikających z zasad rekrutacji.**

[Dowiedz się więcej](#)

Stypendia i zniżki

- Możesz **otrzymać te same stypendia**, co studenci uczelni publicznych, w tym **naukowe, sportowe, socjalne i zapomogi.**
- Dodatkowo, **elastyczny system opłat** pozwala Ci wybrać, w ilu ratach chcesz opłacać czesne.
- Dodatkowe **stypendium dla najlepszych absolwentów** Uniwersytetu Dolnośląskiego DSW studiów I stopnia bezpośrednio kontynuujących naukę na studiach II stopnia.

[Dowiedz się więcej](#)