



Terapia lasem

Numer usługi 2025/07/15/135462/2880166

6 200,00 PLN brutto
6 200,00 PLN netto
33,70 PLN brutto/h
33,70 PLN netto/h

SZKOŁA GŁÓWNA
GOSPODARSTWA
WIEJSKIEGO W
WARSZAWIE

★★★★★ 4,8 / 5

19 ocen

📍 Warszawa / stacjonarna

📖 Studia podyplomowe

🕒 184 h

📅 11.10.2025 do 30.09.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Zdrowie publiczne

Grupa docelowa usługi

Studia przeznaczone dla leśników, psychologów, psychoterapeutów, lekarzy i pielęgniarek oraz wszystkich osób, które na kanwie zdobytej wiedzy chcą rozwijać lub poszerzać działalność gospodarczą w sektorze turystyki, w szczególności turystyki uzdrowiskowej, ekoturystyki oraz agroturystyki, a także dla osób, które hobbistycznie zainteresowane są rozwojem swojej wiedzy, kompetencji i umiejętności w zakresie walorów zdrowotnych lasu.

Minimalna liczba uczestników

18

Maksymalna liczba uczestników

30

Data zakończenia rekrutacji

30-09-2025

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

184

Cel

Cel edukacyjny

Studia dostarczają uczestnikom informacji opartych na wynikach badań naukowych na temat pozytywnego wpływu przyrody, elementów i cech przestrzeni leśnej na zdrowie (fizyczne i psychiczne) człowieka. Wykłady obejmują treści dotyczące wpływu czynników naturalnych na zdrowie fizyczne i psychiczne człowieka. W trakcie ćwiczeń praktycznych słuchacze zapoznani zostają ze sposobami nawiązywania i wzmacniania „sojuszu” terapeutycznego z klientem/pacjentem, podstawami psychologii opartej na uważności.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
WIEDZA 1. Absolwent zna i rozumie zasady umożliwiające samodzielne konstruowanie alternatywnych rozwiązań problemów związanych ze zdrowiem publicznym; 2. Absolwent zna i rozumie zasady organizacji przestrzeni dla potrzeb popularyzacji walorów zdrowotnych lasu i oczekiwań różnych grup odbiorców; 3. Absolwent zna i rozumie czynniki determinujące zdrowotne funkcje ekosystemów leśnych; 4. Absolwent zna i rozumie przyczyny i skutki zdrowotne zachodzących zmian cywilizacyjnych, w skali krajowej i ogólnoeuropejskiej; 5. Absolwent zna i rozumie etyczne, prawne, społeczne, przyrodnicze i ekonomiczne uwarunkowania prowadzenia działalności terapeutycznej; 6. Absolwent zna i rozumie zasady doskonalenia jakości usług terapeutycznych, jak również zasady udostępnienia lasu dla celów społecznych;	System oceny na Uczelniach Wyższych zgodny z metodologią wymaganych przez Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego	Debata swobodna
	Przygotowanie pracy dyplomowej	Debata swobodna

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
UMIEJĘTNOŚCI 1. Absolwent potrafi gromadzić i wykorzystywać dane do określania stanu i możliwości prowadzenia warsztatów z zakresu promocji walorów zdrowotnych ekosystemów leśnych; 2. Absolwent potrafi analizować trendy rozwojowe w psychologii i turystyce zdrowotnej; 3. Absolwent potrafi przewidywać konsekwencje zmian zachodzących w wyniku ograniczenia możliwości gospodarczego użytkowania lasów, w tym obszarów objętych ochroną prawną; 4. Absolwent potrafi przygotować ofertę z zakresu promocji walorów zdrowotnych lasu adekwatną do wymogów różnych grup odbiorców; 5. Absolwent potrafi skutecznie komunikować się z otoczeniem, brać udział w społecznym dyskursie na temat roli i znaczenia przyrody dla jakości życia człowieka; 6. Absolwent potrafi organizować indywidualną i grupową pracę w ramach wyboru miejsc i metod działalności związanej z upowszechnieniem walorów zdrowotnych lasu; 7. Absolwent potrafi samodzielnie planować swój dalszy rozwój pod względem zawodowym i społecznym;	System oceny na Uczelniach Wyższych zgodny z metodologią wymaganych przez Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego	Wywiad swobodny Obserwacja w warunkach rzeczywistych
KOMPETENCJE SPOŁECZNE 1. Absolwent jest gotów do krytycznej analizy zasobów posiadanej wiedzy zawodowej oraz poszukiwania wiedzy wśród ekspertów; 2. Absolwent jest gotów do prowadzenia działalności w obszarze upowszechnienia walorów zdrowotnych lasu z poszanowaniem zasobów środowiska przyrodniczego i ustalonych reguł jego udostępnienia; 3. Absolwent jest gotów do prowadzenia swojej działalności w sposób odpowiedzialny społecznie, zgodny z interesem publicznym oraz zapewniający poszanowanie dziedzictwa przyrodniczego i kulturowego jakim są lasy; 4. Absolwent jest gotów do prowadzenia swojej działalności z poszanowaniem etyki zawodowej i dbałością o najwyższą jakość świadczonych usług;	System oceny na Uczelniach Wyższych zgodny z metodologią wymaganych przez Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego	Deбата swobodna Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Semestr 1.

1. Właściwości zdrowotne siedlisk leśnych i bioklimat lasu - wykłady - 5 godz.; ćwiczenia - 6 godz.;
2. Bezpieczeństwo i prawo w udostępnieniu lasu - wykłady - 12 godz.;
3. Niedrzewne produkty leśne w przemyśle farmaceutycznym i kosmetycznym - wykłady - 4 godz.; ćwiczenia - 6 godz.;
4. Rośliny lecznicze - wykłady - 3 godzin.; ćwiczenia - 9 godz.;
5. Zagrożenia odzwierzęce - wykłady - 3 godz.; ćwiczenia - 3 godz.;
6. Infrastruktura rekreacyjna i walory zdrowotne lasu - wykłady - 6 godz.;
7. Komunikacja interpersonalna - wykłady - 3 godz.; ćwiczenia - 9 godz.;
8. Techniki relaksacyjne i regulacja emocji - wykłady - 4 godz.; ćwiczenia - 4 godz.;
9. Zdrowie publiczne w wymiarze społeczno-ekonomicznym - wykłady - 6 godz.; ćwiczenia - 6 godz.;

Semestr 2.

1. Promocja walorów zdrowotnych lasu - wykłady - 6 godz.; ćwiczenia - 10 godz.;
2. Organizacja i zarządzanie produktami turystyki zdrowotnej - wykłady - 3 godz.; ćwiczenia - 4 godz.;
3. Kompleksowe ćwiczenia terenowe - wykłady - 6 godz.; ćwiczenia - 26 godz.;
4. Konwersatorium - wykłady - 6 godz.;
5. Podstawy psychologii zdrowia - wykłady - 6 godz.; ćwiczenia - 8 godz.;
6. Integracja sensoryczna - wykłady - 5 godz.; ćwiczenia - 7 godz.;
7. Polityka zdrowia publicznego i propedeutyka zdrowia - wykłady - 4 godz.; ćwiczenia - 4 godz.;

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 0

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
Brak wyników.					

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	6 200,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	6 200,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	33,70 PLN
Koszt osobogodziny netto	33,70 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 5



1 z 5

dr Wojciech Oźga

Jestem geografem, ze specjalizacją z klimatologii. Od 1987 roku jestem związany z Wydziałem Leśnym, a obecnie Instytutem Nauk Leśnych SGGW. Moje główne zainteresowania naukowe to klimatologia leśna, a także geografia turystyczna i krajoznawstwo, turystyka dzieci i młodzieży oraz turystyka uzdrowiskowa. Prowadzę badania z zakresu kształtowania się bioklimatu lasu, współczesnej zmiany klimatu – głównie w kontekście zjawisk ekstremalnych i anomalnych. Poza tym zajmuję się oceną możliwości wykorzystania walorów turystycznych dla potrzeb ruchu turystycznego.

Wraz z naukowcami z Instytutu Nauk Leśnych SGGW prowadziłem badania dotyczące preferencji osób odwiedzających las w kontekście wypoczynku i aktywności fizycznej w lesie, zainteresowania społeczeństwa zróżnicowanym produktem turystycznym tworzonym w oparciu o walory lasu oraz wpływu warunków bioklimatycznych w lesie na organizm człowieka. Jestem autorem ponad 100 publikacji naukowych i popularnonaukowych głównie z dziedziny klimatologii i geografii turystycznej. Uczestniczę w krajowych i zagranicznych konferencjach oraz warsztatach z zakresu klimatologii i bioklimatologii. Od wielu lat działam w Radzie Naukowej Mazowieckiego Zespołu Parków Krajobrazowych, gdzie m.in. zajmuję się edukacją pro środowiskową społeczeństwa.



2 z 5

mgr inż. Szczepan Kopeć

Już jako student Wydziału Leśnego SGGW w Warszawie swoje zainteresowania badawcze kierowałem w stronę niszowych surowców i produktów nieдрzewnego użytkowania lasu oraz ich leczniczych właściwości. Obecnie, pracuję na stanowisku asystenta badawczo-dydaktycznego w Instytucie Nauk Leśnych, w Katedrze Użytkowania Lasu. Moja praca doktorska dotyczy problematyki i możliwości pozyskiwania soku brzożowego (oskoły) w Polsce. Interesują mnie m.in. zagadnienia takie jak: właściwości fizyczne i chemiczne soku brzożowego, jego wykorzystywanie w celach gospodarczych, w tym farmaceutycznych/kosmetycznych, jak również wpływ różnych czynników

środowiskowych i cech biometrycznych drzew na wydajność wycieku soku brzoźowego. Ponadto w orbicie moich zainteresowań naukowych są wszystkie użytki leśne stosowane w tradycyjnej medycynie, a także ulokowane w wierzeniach i podaniach ludowych. Jestem autorem lub współautorem kilkunastu publikacji naukowych i popularnonaukowych. Wyniki swoich prac wielokrotnie prezentowałem na konferencjach i sympozjach naukowych w kraju i za granicą.



3 z 5

dr hab. Paweł Staniszewski

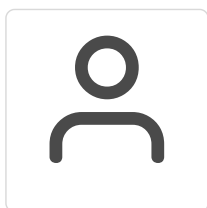
Jestem absolwentem Wydziału Leśnego Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie. Pracując w Instytucie nauk Leśnych, w Katedrze Użytkowania Lasu, wyznaję zasadę wyartykułowaną przed laty przez profesora Edwarda Kamińskiego, wieloletniego kierownika naszej katedry: „czego się nie używa – tego się nie ceni”. Zajmuję się użytkowaniem surowców leśnych, głównie tzw. surowców niedrzewnych/ubocznych; szczególnie bliska jest mi problematyka użytkowania zasobów runa leśnego. Przedmiotem moich badań jest m.in. strategia użytkowania i ochrony leśnych surowców niedrzewnych a także praca nad zbudowaniem jednolitego systemu niedrzewnego użytkowania lasu, który mógłby być skutecznym narzędziem organizacji tej sfery gospodarki leśnej w kontekście korzyści, rozwoju, promocji, a także ochrony zasobów. Jestem autorem lub współautorem ponad 100 publikacji naukowych i popularnonaukowych, z których znaczna część dotyczy wyżej opisanej problematyki. Nawiązana przed kilku laty współpraca z Maciejem Bilkim, prof. Uniwersytetu Rzeszowskiego – doktorem nauk farmaceutycznych i doktorem habilitowanym nauk leśnych – zaowocowała powstaniem idei „Las, który leczy”. Mam nadzieję, że efekty tej współpracy, które zamierzam wykorzystać realizując przedmiot „Niedrzewne produkty leśne w przemyśle farmaceutycznym i kosmetycznym”, okażą się dla Państwa interesujące.



4 z 5

dr hab. Tomasz Mokrzycki

Entomolog, absolwent Wydziału Leśnego Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie. Moją pracą i pasją są owady. Lubię także podglądać przyrodę okiem obiektywu. Jestem promotorem ponad 200 prac dyplomowych, autorem i współautorem ponad 100 publikacji, członkiem Polskiego Towarzystwa Entomologicznego i Rady Naukowej Roztoczańskiego Parku Narodowego. W latach 1995 - 2019 r. byłem nauczycielem biologii w szkołach Fundacji Primus w Warszawie. Od wielu lat przedstawiam niezwykły świat owadów m. in. w mediach, na Dniach SGGW, Festiwalu Nauki, zajęciach z uczniami odwiedzającymi Uczelnię i warsztatach w parkach i lasach Warszawy. Współpracuję z Służewskim Domem Kultury, gdzie prowadzę wykłady i zajęcia terenowe związane z odkrywaniem tajemnic owadów. Największą satysfakcję dostarcza mi praca w terenie z młodzieżą szkolną i studentami. Jestem opiekunem studenckiej Sekcji Entomologicznej Koła Naukowego Leśników.



5 z 5

prof. dr hab. Jarosław Górski

Od wielu lat wykonuję równoległe dwa zawody. Jako profesor nauk leśnych jestem nauczycielem akademickim na Wydziale Technologii Drewna SGGW a jako psycholog prowadzę prywatną praktykę psychoterapeutyczną dla szerokiego spektrum pacjentów potrzebujących profesjonalnej pomocy psychologicznej. Obecnie w centrum moich zainteresowań zawodowych i badawczych znajduje się terapia lasem. Badania w tym zakresie mają charakter interdyscyplinarny, są prowadzone na styku różnych dziedzin – m.in. nauk leśnych i psychologii. Wykształcenie i doświadczenie zawodowe w zawodzie psychologa uzyskałem na Wydziale Psychologii Uniwersytetu Warszawskiego (specjalność „Psychoterapia”); Ponadto ukończyłem m.in. podyplomowe szkolenie i praktykę w zakresie krótkoterminowej terapii strategicznej w Akademickim Ośrodku Psychoterapii Wydziału Psychologii Uniwersytetu Warszawskiego; kilkuletnie szkolenie podyplomowe wg standardów Polskiego Towarzystwa Terapii Poznawczej i Behawioralnej (PTTPB) oraz European Association for Behavioural and Cognitive Therapies (EABCT) zakończone uzyskaniem certyfikatu terapeuty

poznawczo-behawioralnego PTPPB; cykl dodatkowych, specjalistycznych szkoleń dotyczących między innymi: terapii par, terapii osób mających trudności z funkcjonowaniem w strukturze rodzinnej, osób po doświadczeniu przemocy, osób z zespołem stresu pourazowego. Posiadam też dodatkowe doświadczenie zawodowe związane z udzielaniem specyficznej pomocy psychologicznej w hospicjum onkologicznym.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

-

Warunki uczestnictwa

O przyjęcie na studia podyplomowe mogą ubiegać się kandydaci posiadające dyplom ukończenia przynajmniej studiów pierwszego stopnia (studia inżynierskie lub licencjackie).

Informacje dodatkowe

Warunkiem ukończenia studiów jest uzyskanie pozytywnego wyniku egzaminu końcowego polegającego na dyskusji i obronie przygotowanej pracy dyplomowej. Praca dyplomowa, przygotowana samodzielnie przez słuchacza ma charakter przeglądowy i tematycznie związana jest z problematyką studiów. Temat pracy i opiekuna pracy (osoba posiadająca co najmniej stopień naukowy doktora) słuchacz wybiera samodzielnie. Wybór tematu i opiekuna jest akceptowany przez z Kierownika studiów podyplomowych. Słuchacz składa pracę dyplomową nie później niż 7 dni przed wyznaczoną datą egzaminu końcowego. Końcowy wynik studiów podyplomowych jest oceną z egzaminu końcowego.

Adres

ul. Nowoursynowska 159/34

02-776 Warszawa

woj. mazowieckie

Zajęcia odbywają się w budynku Wydziału Leśnego (nr 34) w sali 2/7 (drugie piętro). Część zajęć prowadzona jest na terenie Lasów Miejskich - Warszawa i Kampinoskiego Parku Narodowego. Miejsce ćwiczeń kompleksowych zostanie podane na pierwszym zjeździe.

Kontakt



Małgorzata Woźnicka

E-mail malgorzata_woznicka@sggw.edu.pl

Telefon (+48) 225 938 134