

ПСИХОЛОГІЯ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ

Викладач: к.біол.н., доцент
кафедри анатомії

Пшиченко Вікторія Вікторівна

Результати курсу:

Знання:

- ✓ характерні особливості та основні теорії харчової поведінки;
- ✓ основи фізіології харчування, принципи раціонального харчування;
- ✓ ➤ поняття норми та патології у харчуванні;
- ✓ ➤ симптоми та види розладів харчової поведінки;
- ✓ ➤ специфіку харчування окремих груп населення;
- ✓ **Навички:**
- ✓ визначати психологічні чинники харчової поведінки
- ✓ особистості та особливості харчування окремих груп населення;
- ✓ характеризувати симптоми та види розладів харчової поведінки
- ✓ (анорексія, булімія, компульсивне переїдання та ін.);
- ✓ дійснювати психологічний супровід осіб з розладами харчової поведінки та їх сімей;
- ✓ розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг).

Формат: вибіркова дисципліна

Обсяг: 5 кредитів ECTS, з яких 14 годин лекційно-практичних занять та 136 годин самостійної роботи

Мета дисципліни – формування у здобувачів вищої освіти системи наукових знань щодо важливості формування харчової поведінки та особливостей здорового харчування, психологічного супроводу осіб з розладами харчової поведінки та їх сімей, попередження та профілактика розладів харчової поведінки..

Тематика курсу:

Тема 1. Харчування як фактор здоров'я. Класичні та альтернативні теорії і концепції харчування;

Тема 2. Харчова поведінка. Принципи харчової поведінки окремих груп населення;

Тема 3. Поведінкові та соціальні впливи на харчовий вибір людини;

Тема 4. Порушення харчової поведінки особистості. Психологічні особливості компульсивного переїдання. Психопатологічні характеристики нервової анорексії та булімії;

Тема 5. Психологічне обстеження та допомога при порушеннях харчової поведінки;

Тема 6. Характеристика дієт при захворюваннях центральної та периферичної нервової системи, нервових розладах, анорексії, булімії, ожирінні, хронічному стресі.

ПСИХОЛОГІЯ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ

Загальні компетентності:

- ЗК-1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях
- ЗК-3. Здатність генерувати нові ідеї (креативність)
- ЗК-4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми
- ЗК-6. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів)
- ЗК-9. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети

Спеціальні (фахові) компетентності:

- ФК-3. Здатність обирати і застосувати валідні та надійні методи наукового дослідження та/або доказові методики і техніки практичної діяльності
- ФК-4. Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік
- ФК-8. Здатність оцінювати межі власної фахової компетентності та підвищувати професійну кваліфікацію
- ФК-11. Здатність розробляти та впроваджувати інноваційні методи психологічної допомоги клієнтам у складних життєвих ситуаціях

Програмні результати:

- ПРН-2. Вміти організовувати та проводити психологічне дослідження із застосуванням валідних та надійних методів
- ПРН-3. Узагальнювати емпіричні дані та формулювати теоретичні висновки
- ПРН-4. Робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій
- ПРН-5. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість
- ПРН-9. Вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та 8 загальнолюдські цінності

ПСИХОЛОГІЯ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ

Оцінювання:

Залік – 40 балів

Робота за семестр – 60 балів:

- відповіді на практичних заняттях – 50 балів

- виконання індивідуальних практичних завдань – 10 балів

Технічні вимоги: Для якісного викладання та проведення практичних занять аудиторії мають бути забезпечені: проекційним мультимедійним обладнанням (проектор, екран, ноутбук/комп'ютер); доступом до мережі Internet, точка доступу Wi-Fi; –OS: Windows, Android, iOS; –Browsers: Chrome / Opera / Mozilla Firefox / MS Edge; програмне забезпечення: Word, Excel, PowerPoint; Zoom; системою електронного навчання Moodle3.9; тренінгова аудиторія (дошка, фліпчарт, комплект канцелярського приладдя для творчості: маркери, олівці, кольорові стікери, ватман, блокнот для фліпчарту тощо)

Академічна доброчесність: передбачає самостійне виконання практичних завдань, у разі наявності текстових збігів, копіювання, списування або фальсифікації даних робота не зараховується

Вимоги до робіт:

Під час роботи на практичних заняттях оцінюється активна участь студентів у процесі обговорення теоретичних питань, рівень володіння навчальним матеріалом та вміння проектувати і здійснювати комплексний консультативний вплив на особистість та групу в ситуації переживання нормативних та ненормативних криз; додатково оцінюється вміння розробляти програми профілактики деструктивного розвитку особистості в сім'ї у кризових ситуаціях.

Виконання індивідуальних практичних завдань передбачає набуття досвіду використання системи методів діагностики та експертизи кризового стану та оцінки ступеня ризику деструктивного розвитку особистості в сім'ї, технологіями кризового консультування. Здійснюється письмово. Презентація робіт проходить в аудиторії.