Код та назва дисципліни українською мовою/ Назва дисципліни англійською мовою	**1-ф04-06 Психологія харчової поведінки та ставлення до власного тіла / Psychology of Eating Behavior and Body Image**
Рекомендується для галузі знань *(спеціальності, освітньої програми)*	С4 Психологія
Кафедра	Кафедра педагогічної та вікової психології
П.І.П. НПП *(за можливості)*	Доцент Грисенко Наталя Володимирівна
Рівень ВО	**Перший (бакалаврський)**
Курс, семестр *(на якому буде викладатись)*	3-4 курси
Мова викладання	Українська
Пререквізити (передумови вивчення дисципліни)	Знання та компетентності, сформовані у процесі опанування базових психологічних дисциплін на бакалаврському рівні, зокрема: Загальної психології, Психології розвитку, Практика роботи психолога з різновіковими групами,
Що буде вивчатися	У межах дисципліни розглядаються психологічні, біологічні та соціокультурні механізми формування харчової поведінки людини і ставлення до власного тіла. Особлива увага приділяється психофізіологічним процесам регуляції голоду та ситості, впливу сімейного, культурного та історичного контексту на харчові звички, формуванню образу тіла, психологічним чинникам розвитку розладів харчової поведінки, а також сучасним підходам до психодіагностики, профілактики та психологічної допомоги особам із труднощами у сфері харчування.
Чому це цікаво/треба вивчати	Харчова поведінка є невід'ємною складовою фізичного та психічного здоров'я людини. Ставлення до їжі та власного тіла формується під впливом біологічних особливостей, сімейного виховання, культурних норм, соціального середовища та життєвого досвіду. Порушення у цій сфері можуть впливати на самооцінку, емоційний стан, міжособистісні відносини та якість життя загалом. Вивчення дисципліни дозволяє зрозуміти психологічні механізми формування харчових звичок; навчитися розпізнавати фактори ризику розвитку розладів харчової поведінки; критично оцінювати вплив соціальних стандартів зовнішності; опанувати базові навички психодіагностики та психологічної підтримки; сформувати більш усвідомлене та здорове ставлення до харчування, власного тіла і психічного благополуччя
Перелік тем з дисципліни	1. Вступ до психології харчової поведінки та ставлення до власного тіла 2.Психофізіологія харчової поведінки: механізми голоду, ситості та регуляції харчування 3.Соціокультурні та історичні чинники формування харчової поведінки 4.Психологія образу тіла та його роль у психічному благополуччі 5.Розлади харчової поведінки та пов'язані психологічні стани 6.Емоційна регуляція та психологічні чинники харчової поведінки 7.Психологічний супровід вразливих груп у контексті харчової поведінки 8.Діагностика харчової поведінки та практикум із використанням щоденника харчування 9.Психологічна допомога при порушеннях харчової поведінки:

	методи, техніки та інтервенції 10.Етичні засади роботи психолога у сфері розладів харчової поведінки. Супервізія та професійна компетентність
Чого можна навчитися (результати навчання)	Після вивчення дисципліни здобувач освіти розуміє психологічні, біологічні та соціокультурні чинники формування харчової поведінки; аналізує вплив емоційних станів, сімейного середовища та суспільних норм на ставлення до їжі й власного тіла; розпізнає ознаки порушень харчової поведінки та чинники ризику їх розвитку; оцінює особливості образу тіла та його вплив на психологічне благополуччя; застосовує базові психодіагностичні інструменти для оцінки харчової поведінки; використовує методи психологічної підтримки осіб із труднощами у сфері харчування; критично аналізує етичні аспекти професійної діяльності психолога у роботі з розладами харчової поведінки та дотримується принципів доказової психологічної практики.
Як можна користуватися набутими знаннями і уміннями (компетентності)	У результаті опанування дисципліни формуються: здатність до аналізу психологічних, біологічних та соціокультурних чинників харчової поведінки; навички виявлення та оцінки ризиків порушень харчової поведінки; розуміння впливу емоційних станів, сімейного середовища та суспільних норм на ставлення до їжі й власного тіла; здатність критично аналізувати інформацію щодо харчування, зовнішності та здоров'я; вміння застосовувати базові інструменти психодіагностики та психологічної підтримки; навички формування усвідомленого ставлення до харчування і образу тіла; здатність дотримуватися етичних принципів та меж професійної компетентності у роботі з особами, які мають труднощі у сфері харчової поведінки
Інформаційне забезпечення	Дисципліна інформаційно забезпечена відповідною науковою літературою, електронними освітніми ресурсами
Види навчальних занять (лекції, практичні, семінарські, лабораторні заняття тощо)	Лекції, практичні
Вид семестрового контролю	Диференційований залік
Максимальна кількість здобувачів на семестр/ Мінімальна кількість здобувачів *(тільки для мовних, творчих дисциплін, за необхідності)*	Без обмежень

Декан факультету **Зоя БОНДАРЕНКО**