

Мета курсу: Формування у студентів системних знань про психологічні аспекти харчової поведінки людини, її регуляцію, порушення та методи психологічної корекції.

Завдання курсу:

- Ознайомити з основними поняттями, теоріями та методами дослідження в психології харчової поведінки.
- Розглянути біологічні, психологічні, соціальні та культурні чинники, що впливають на формування харчових звичок та уподобань.
- Проаналізувати психологічні механізми регуляції голоду, насичення та апетиту.
- Вивчити основні види порушень харчової поведінки (розлади харчової поведінки – РХП): нервову анорексію, нервову булімію, компульсивне переїдання, ARFID, орторексію та інші.
- Дослідити психологічні аспекти ожиріння та контролю ваги.
- Розглянути вплив стресу, емоцій, когнітивних упереджень та особистісних рис на харчову поведінку.
- Ознайомити з сучасними підходами до психологічної діагностики, профілактики та корекції порушень харчової поведінки.
- Сформуванати навички аналізу індивідуальних випадків та розробки рекомендацій щодо нормалізації харчової поведінки.