

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015			Ф-31.07- 05.01/XXX.XX.X/X/ВКХ- 01-2024
	Випуск 1	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 19 / 1

ЗАТВЕРДЖЕНО

Вченою радою факультету
педагогічних технологій та освіти
впродовж життя

27 серпня 2024 р.,
протокол № 1

Голова Вченої ради



Оксана ЧЕРНИШ

РОБОЧА ПРОГРАМА вибіркової навчальної дисципліни «Психологія харчової поведінки»

Схвалено на засіданні кафедри
психології та соціального
забезпечення
26 серпня 2024 р.,
протокол № 7

Завідувач кафедри

 Марина ОКСЮТОВИЧ

Розробник: к. мед. н., доцент кафедри психології та соціального забезпечення
ГАРКУША Світлана

Житомир
2024 – 2025 н.р.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015			Ф-31.07- 05.01/XXX.XX.X/X/BKX- 01-2024
	Випуск 1	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 18 / 2

Робоча програма вибіркової навчальної дисципліни «Психологія харчової поведінки» затверджена Вченою радою факультету педагогічних технологій та освіти впродовж життя від 27 серпня 2024 р., протокол № 7.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015			Ф-31.07- 05.01/XXX.XX.X/X/BKX- 01-2024
	Випуск 1	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 18 / 3

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Характеристика навчальної дисципліни	
	денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів 4	Вибіркова	
Модулів – 1	Лекції	
Змістових модулів – 2	32 год.	6
	Практичні	
Загальна кількість годин – 120	32 год.	6
	Лабораторні	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних 4 самостійної роботи – 3,5	–	–.
	Самостійна робота	
	56 год.	108
	Вид контролю: залік	

Частка аудиторних занять і частка самостійної та індивідуальної роботи у загальному обсязі годин з навчальної дисципліни становить:

для денної форми навчання – 53% аудиторних занять, 47% самостійної та індивідуальної роботи;

для заочної форми навчання – 10% аудиторних занять, 90% самостійної та індивідуальної роботи.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015			Ф-31.07- 05.01/XXX.XX.X/Х/ВКХ- 01-2024
	Випуск 1	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 18 / 4

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Навчальна дисципліна «Психологія харчової поведінки» вивчає механізми виникнення і розвитку харчової поведінки як вищої психічної функції; основні чинники і складові харчової поведінки, як соціокультурні, так і психосоматичні; вплив культуральних (зокрема етнічних) стереотипів на харчову поведінку.

Метою вивчення навчальної дисципліни є розширення уявлень студентів про феноменологію, механізми формування та динаміку психічних аспектів проблем харчової поведінки, аналіз історичних та емпіричних результатів досліджень, присвячених цій проблемі, навчання студентів визначенню індивідуальних причин розладів харчової поведінки та чинників ризику їх появи, коригуванню раціону харчування та створення переконливої персональної мотивації особистості з розладами харчової поведінки до здорового способу життя.

Завданнями навчальної дисципліни є:

- сформувати у студентів загальне уявлення про психологічні, клінічні, сімейні та соціальні фактори виникнення розладів харчової поведінки;
- ознайомити студентів із сучасними підходами та психотехнологіями у процесі роботи з розладами харчової поведінки;
- ознайомити студентів із основними причинами розладів харчової поведінки та харчової залежності;
- сформувати у студентів уміння діагностувати у клієнтів наявність або відсутність ознак розладів харчової поведінки та харчової залежності;
- сформувати у студентів уміння формулювати психотерапевтичну гіпотезу при розладах харчової поведінки; виділяти психотерапевтичні цілі;
- ознайомити студентів із відповідними психологічними техніками та методиками роботи з клієнтами із розладами харчової поведінки.

У результаті вивчення навчальної дисципліни здобувачі вищої освіти повинні **знати:**

- основні теоретико-методологічні підходи до вивчення розладів харчової поведінки;
- вікові особливості проявів харчової поведінки особистості у різні періоди життя;
- психофізіологічні, психоаналітичні, біхевіористичні та гуманістичні концепції, що описують формування адиктивної харчової поведінки;
- сутність основних харчових розладів: нервової орторексії та анорексії, булімії, психогенного блювання;
- основні психологічні аспекти виникнення проблеми переїдання та надмірної ваги.

вміти:

- проводити порівняльний аналіз різних розладів харчової поведінки;
- використовувати знання про закономірності та детермінанти психічного розвитку особистості в онтогенезі;

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015			Ф-31.07- 05.01/XXX.XX.X/X/BKX- 01-2024
	Випуск 1	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 18 / 5

- обґрунтовувати необхідність використання різних підходів до корекції розладів харчової поведінки у своїй практичній діяльності;
- застосовувати навички роботи в команді (групова терапія, консультування, супервізія);
- розробляти програми індивідуальної роботи з клієнтами з урахуванням конкретних професійних завдань;
- зберігати та обробляти персональні дані клієнтів.

Під час вивчення навчальної дисципліни здобувачі вищої освіти зможуть отримати такі **Soft skills**:

- *комунікативні навички*: письмове, вербальне й невербальне спілкування; вести дискусію і відстоювати свою позицію; навички працювати в команді;
- *уміння виступати привселюдно*: навички, необхідні для виступів на публіці; навички проведення презентації;
- *керування часом*: уміння справлятися із завданнями вчасно;
- *гнучкість і адаптивність*: гнучкість, адаптивність і здатність змінюватися; уміння аналізувати ситуацію, орієнтування на вирішення проблеми;
- *лідерські риси*: уміння спокійно працювати у напруженому середовищі; уміння ухвалювати рішення; уміння ставити мету, планувати діяльність;
- *особистісні риси та властивості*: критичне мислення; етичність, доброчесність, повага до оточуючих, незалежно від їх етнічної чи культурної ідентичності.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015			Ф-31.07- 05.01/XXX.XX.X/X/BKX- 01-2024
	Випуск 1	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 18 / 6

3. Програма навчальної дисципліни

МОДУЛЬ 1

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ ОСОБИСТОСТІ

Тема 1. Основи харчової поведінки особистості.

Апетит. Голод. Ситість. Основи харчування.

Уявлення про здорову харчову поведінку.

Загальна концепція харчової поведінки.

Закономірності та принципи здорової харчової поведінки.

Тема 2. Формування та розвиток харчової поведінки.

Вплив емоцій на харчову поведінку.

Циркадні ритми та спосіб життя, їх вплив на харчову поведінку.

Вплив анатомічної конституції та характеру особистості на її харчову поведінку.

Етнічні та культурні стереотипи харчової поведінки.

Тема 3. Передумови порушень та розладів харчової поведінки.

Проблеми харчування при порушеннях харчової поведінки.

Особливості формування особистості залежної людини.

Причини розладів харчової поведінки та харчової залежності

Речовини, що викликають залежність.

Емоційна залежність.

Характерологічні та особистісні властивості особистості як чинники ризику формування порушень та розладів харчової поведінки.

Психологічні аспекти проблеми переїдання та надмірної ваги.

Психологічні складові проблеми недоїдання.

Тема 4. Класифікація порушень та розладів харчової поведінки.

Сучасні підходи до вивчення порушень та розладів харчової поведінки.

Адикція та психосоматичні моделі порушень та розладів харчової поведінки.

Класифікація розладів харчової поведінки у МКХ-10 та DSM-IV.

Компульсивне переїдання.

Анорексія.

Булімія.

Аліментарне ожиріння.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015			Ф-31.07- 05.01/XXX.XX.X/X/BKX- 01-2024
	Випуск 1	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 18 / 7

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2

ПСИХОПРОФІЛАКТИКА ТА ПСИХОКОРЕКЦІЯ ПОРУШЕНЬ ТА РОЗЛАДІВ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ

Тема 5. Психодіагностика порушень та розладів харчової поведінки.

Опитувальники самооцінки харчової поведінки та образу тіла.

Дослідження образу тіла при порушеннях та розладах харчової поведінки.

Методи оцінки перфекціонізму.

Діагностика сім'ї клієнта з порушеннями та розладами харчової поведінки.

Тема 6. Основи психопрофілактики клієнта з порушеннями та розладами харчової поведінки.

Проблеми мотивації при наборі (зниженні) ваги.

Мотивація та вторинні вигоди здорової харчової поведінки.

Індивідуальна програма психопрофілактики та психокорекції осіб з порушеннями та розладами харчової поведінки

Тема 7. Теоретичні основи психологічної корекції осіб з порушеннями та розладами харчової поведінки.

Сучасні підходи та психотехнології при роботі з розладами харчової поведінки.

Психологічні техніки та методики для роботи з розладами харчової поведінки.

Основні дієтологічні засади. Методи корекції ваги

Формування здорового раціону. Гарвардська тарілка.

Тема 8. Психотерапія порушень та розладів харчової поведінки.

Психотерапія нав'язливого апетиту.

Психотерапія нервової анорексії та нервової булімії.

Психотерапія компульсивного переїдання та надмірної ваги.

Проективні техніки у роботі з порушеннями та розладами харчової поведінки.

Сугестивні техніки у роботі з порушеннями та розладами харчової поведінки.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015			Ф-31.07- 05.01/XXX.XX.X/X/BKX- 01-2024
	Випуск 1	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 18 / 8

4. Структура (тематичний план) навчальної дисципліни

Змістові модулі і теми	Кількість годин							
	денна форма				заочна форма			
	усього	лекції	практичні (лабораторні)	самостійна робота	усього	лекції	практичні (лабораторні)	самостійна робота
МОДУЛЬ 1								
ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ ОСОБИСТОСТІ								
Тема 1. Основи харчової поведінки особистості	8	2	2	4	16	2	-	14
Тема 2. Формування та розвиток харчової поведінки	14	4	4	6	16	-	2	14
Тема 3. Передумови порушень та розладів харчової поведінки	14	4	4	6	14	-	-	14
Тема 4. Класифікація порушень та розладів харчової поведінки	14	4	4	6	12	-	-	12
Разом за змістовий модуль 1	50	14	14	22	58	2	2	54
ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2. ПСИХОПРОФІЛАКТИКА ТА ПСИХОКОРЕКЦІЯ ПОРУШЕНЬ ТА РОЗЛАДІВ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ								
Тема 5. Психодіагностика порушень та розладів харчової поведінки	14	4	4	6	16	2	2	14
Тема 6. Основи психопрофілактики клієнта з порушеннями та розладами харчової поведінки	14	4	4	6	16	2	2	14
Тема 7. Теоретичні основи психологічної корекції осіб з порушеннями та розладами харчової поведінки	14	4	4	6	14	-	-	14
Тема 8. Психотерапія порушень та розладів харчової поведінки	28	6	6	16	12	-	-	12
Разом за змістовий модуль 2	70	18	18	34	58	4	4	54
УСЬОГО	120	32	32	56	120	6	6	108

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015			Ф-31.07- 05.01/XXX.XX.X/X/BKX- 01-2024
	Випуск 1	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 18 / 9

5. Теми практичних (лабораторних) занять

№ теми	Назва теми	Кількість годин	
		денна форма	заочна форма
МОДУЛЬ 1			
ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1			
ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ ОСОБИСТОСТІ			
1	Основи харчової поведінки особистості	2	-
2	Формування та розвиток харчової поведінки	4	2
3	Передумови порушень та розладів харчової поведінки	4	-
4	Класифікація порушень та розладів харчової поведінки	4	-
Разом за змістовий модуль 1		14	2
ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2. ПСИХОПРОФІЛАКТИКА ТА ПСИХОКОРЕКЦІЯ ПОРУШЕНЬ ТА РОЗЛАДІВ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ			
5	Психодіагностика порушень та розладів харчової поведінки	4	2
6	Основи психопрофілактики клієнта з порушеннями та розладами харчової поведінки	4	2
7	Теоретичні основи психологічної корекції осіб з порушеннями та розладами харчової поведінки	4	-
8	Психотерапія порушень та розладів харчової поведінки	6	-
Разом за змістовий модуль 2		18	4
РАЗОМ		32	6

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015			Ф-31.07- 05.01/XXX.XX.X/X/BKX- 01-2024
	Випуск 1	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 18 / 10

6. Завдання для самостійної роботи

№ теми	Назва теми	Кількість годин	
		денна форма	заочна форма
1	2	3	4
МОДУЛЬ 1			
ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1			
ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ ОСОБИСТОСТІ			
1	Тема: Основи харчової поведінки особистості 1. Теорія розвитку як основа розуміння розладів харчової поведінки. 2. Розлади харчової поведінки як форма адикції. 3. Сучасні погляди на етіологію розладів харчової поведінки.	4	14
2	Тема: Формування та розвиток харчової поведінки 1. Психологічні, клінічні, сімейні та соціальні аспекти різних видів порушень та розладів харчової поведінки. 2. Причини порушень та розладів харчової поведінки. 3. Функції порушень та розладів харчової поведінки.	6	14
3	Тема: Передумови порушень та розладів харчової поведінки 1. Нервова булімія як самостійні розлади харчової поведінки. 2. Дранкорексія як розлад харчової поведінки. 3. Нервова орторексія як розлад харчової поведінки.	6	14
4	Тема: Класифікація порушень та розладів харчової поведінки 1. Синдром дисморфобії-дисморфоманії як основа розладу харчової поведінки. 2. Анорексія: перфекціонізм та самотність. 3. Лібідо та/або мортідо: потяг до смерті у хворих анорексією.	6	12
ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2. ПСИХОПРОФІЛАКТИКА ТА ПСИХОКОРЕКЦІЯ ПОРУШЕНЬ ТА РОЗЛАДІВ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ			
5	Тема: Психодіагностика порушень та розладів харчової поведінки 1. Діагностика роботи психологічних захистів при булімії: як заповнити внутрішню порожнечу. 2. Чинник родинних зв'язків при розладах харчування. 3. Динаміка булімії.	6	14
6	Тема: Основи психопрофілактики клієнта з порушеннями та розладами харчової поведінки 1. Перенесення та контрперенесення з клієнтами з розладами харчової поведінки. 2. Деструктивна поведінка: садомазохістичні розігрування при розладах харчової поведінки. 3. Основні напрямки психопрофілактики розладів харчової поведінки.	6	14
7	Тема: Теоретичні основи психологічної корекції осіб з порушеннями та розладами харчової поведінки 1. Психотерапія як загроза хворим на розлади харчової поведінки. 2. Специфіка психотерапії клієнтів із розладом харчової поведінки. 3. Особистісні та сімейні аспекти психотерапії розладів харчової поведінки.	6	14
1	2	3	4

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015			Ф-31.07- 05.01/XXX.XX.X/X/BKX- 01-2024
	Випуск 1	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 18 / 11

	поведінки.		
8	Тема: Психотерапія порушень та розладів харчової поведінки 1. Цілі психотерапевтичного втручання. Терапевтичні гіпотези та цілі психотерапії. 2. Специфіка лікування виснажених пацієнтів із розладом харчової поведінки. 3. Стаціонарна допомога: інтеграція індивідуальної, сімейної та групової терапії. 4. Індивідуальна програма психотерапії розладів харчової поведінки. 5. Когнітивно-біхевіоральна психотерапія та поведінкові техніки: початок терапії розладів харчової поведінки. 6. Гештальт-підхід, арт-терапія, НЛП, гуманістичні методи роботи з клієнтами з розладами харчової поведінки. 7. Психодинамічно та психоаналітично орієнтована психотерапія як адекватні психотерапевтичні підходи після припинення епізодів переїдання та очисної поведінки. 8. Інтегративні моделі допомоги клієнтам із розладами харчової поведінки.	16	12
РАЗОМ		56	108

7. Індивідуальні завдання

Індивідуальним самостійним завданням під час вивчення дисципліни «Психологія харчової поведінки» є написання тез доповіді за тематикою магістерської кваліфікаційної роботи.

Тези доповіді (гр. thesis – положення, твердження) – це опубліковані до початку наукової конференції матеріали із викладом основних аспектів наукової доповіді. Вони фіксують наукову точку зору автора і містять матеріали, які раніше не друкувалися. Завдяки влучно складеним тезам, автор має можливість створити собі репутацію фахівця, здатного в логічній і переконливій, ясній і доступній для адресата формі висловлювати результати своєї роботи. Тези на конференцію – це не план наукової роботи і не список основних положень.

Порядок підготовки тез:

- визначення теми дослідження;
- аналіз літератури за темою дослідження;
- визначення проблемного питання в межах теми дослідження;
- формулювання назви тез доповідей;
- узгодження назви тез та напряму дослідження з науковим керівником;
- написання тез;
- узгодження тексту тез з науковим керівником;
- публікація тез доповіді.

Оформлення тез здійснюється відповідно до вимог актуальної конференції, відображених у інформаційному листі заходу. При поданні тез на перевірку

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015			Ф-31.07- 05.01/XXX.XX.X/X/BKX- 01-2024
	Випуск 1	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 18 / 12

здобувачі вищої освіти мають зазначити, відповідно до вимог якої конференції здійснювалася підготовка тез. Обов'язковим елементом контролю та оцінювання тез як індивідуального завдання є перевірка їх на плагіат з використанням доступного програмного забезпечення.

8. Методи навчання

Під час викладання навчальної дисципліни використовуються такі методи навчання:

- Вербальні методи (лекція, пояснення) – Наочні методи (презентація)
- Практичні методи (вирішення кейсів)
- Дискусійний метод
- Дослідницький метод
- Проблемний метод
- Методи самостійної роботи (анотування опрацьованого матеріалу, виконання завдань, проведення розрахунків, підготовка доповідей, написання тез)

9. Методи контролю

Перевірка досягнення результатів навчання здійснюється з використанням наступних методів:

- Усне опитування, участь у дискусії, відповіді на проблемні запитання
- Перевірка виконання домашніх завдань, практичних завдань, кейсів
- Поточне тестування
- Перевірка виконання індивідуальних завдань
- Самооцінювання та взаємооцінювання
- Залік

10. Оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти

Оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти з навчальної дисципліни здійснюється відповідно до Положення про оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти у Державному університеті «Житомирська політехніка» та розподілу балів, що наведений нижче.

Система оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти з навчальної дисципліни включає поточний та підсумковий контроль.

Поточний контроль проводиться для оцінювання рівня засвоєння знань, формування умінь і навичок здобувачів вищої освіти впродовж вивчення ними

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015			Ф-31.07- 05.01/XXX.XX.X/X/BKX- 01-2024
	Випуск 1	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 18 / 13

матеріалу модуля (змістових модулів) навчальної дисципліни. Поточний контроль здійснюється під час проведення навчальних занять.

Підсумковий контроль проводиться для підсумкового оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти з навчальної дисципліни. Підсумковий контроль здійснюється після завершення вивчення навчальної дисципліни. Підсумковий контроль проводиться у формі заліку. Процедура складання заліку визначена у Положенні про організацію освітнього процесу у Державному університеті «Житомирська політехніка».

Розподіл балів з навчальної дисципліни

Види робіт здобувача вищої освіти	Кількість балів за семестр	
	денна форма	заочна форма
Виконання завдань поточного контролю	100	100
Підсумкова семестрова оцінка	100	100

Розподіл балів за виконання завдань поточного контролю

Види робіт здобувача вищої освіти	Кількість балів за семестр	
	денна форма	заочна форма
Виконання завдань під час навчальних занять	80	20
Виконання та захист індивідуальних самостійних завдань	20	80
Виконання науково-дослідної роботи та інших видів робіт (додаткові – заохочувальні бали): Участь у студентських предметних олімпіадах, Всеукраїнському конкурсі студентських наукових робіт, грантах, науково-дослідних проектах Підготовка наукових статей	до 10 до 10 до 10	до 10 до 10
Разом за виконання завдань поточного контролю	100	100

Розподіл балів за виконання завдань під час навчальних занять

Види робіт здобувача вищої освіти ¹	Кількість балів за семестр	
	денна форма	заочна форма
Відповіді (виступи) на заняттях	20	10
Участь у дискусії	10	10
Виконання поточних тестових завдань	30	20
Виконання та захист завдань, кейсів	20	40

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015			Ф-31.07- 05.01/XXX.XX.X/X/BKX- 01-2024
	Випуск 1	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 18 / 14

Разом за виконання завдань під час навчальних занять	80	80
--	----	----

З метою застосування цілих чисел для оцінювання результатів роботи здобувачів вищої освіти під час навчальних занять протягом семестру використовується 100-бальна шкала оцінювання кожного окремо виду робіт. Розрахунок набраних здобувачем вищої освіти балів за виконання завдань під час навчальних занять за семестр проводиться за формулою:

$$P_{НЗ} = (P_{В100} \times ВК_{В} + P_{УД100} \times ВК_{УД} + P_{ТЗ100} \times ВК_{ТЗ} + P_{ЗК100} \times ВК_{ЗК}) \times K_{НЗ}, \quad (1)$$

де $P_{НЗ}$ – кількість набраних здобувачем вищої освіти балів за виконання завдань під час навчальних занять за семестр;

$P_{В100}$, $P_{УД100}$, $P_{ТЗ100}$, $P_{ЗК100}$ – кількість набраних здобувачем вищої освіти балів за семестр відповідно за відповіді (виступи) на заняттях, за участь у дискусії, за виконання поточних тестових завдань, за виконання та захист завдань, кейсів (кожний окремо вид робіт на навчальних заняттях оцінюється за 100-бальною шкалою);

$ВК_{В}$, $ВК_{УД}$, $ВК_{ТЗ}$, $ВК_{ЗК}$ – вагові коефіцієнти відповідно за відповіді (виступи) на заняттях, за участь у дискусії, за виконання поточних тестових завдань, за виконання та захист завдань, кейсів. Значення вагових коефіцієнтів становить:

$$ВК_{В} = 20 \div 80 = 0,25;$$

$$ВК_{УД} = 10 \div 80 = 0,125;$$

$$ВК_{ТЗ} = 30 \div 80 = 0,375;$$

$$ВК_{ЗК} = 20 \div 80 = 0,25;$$

$K_{НЗ}$ – коригувальний коефіцієнт. Значення коригувального коефіцієнту становить $K_{НЗ} = 80 \div 100 = 0,8$.

Якщо здобувач вищої освіти набрав за поточний контроль 60 балів або більше, він може погодити дану оцінку в електронному кабінеті і вона стане семестровою оцінкою за вивчення навчальної дисципліни.

Якщо здобувач вищої освіти під час вивчення навчальної дисципліни набрав 60 балів або більше і бажає покращити свій результат успішності, він проходить процедуру підсумкового контролю у формі заліку. За складання заліку здобувач вищої освіти може набрати 100 балів. Семестрова оцінка з навчальної дисципліни формується за результатами підсумкового контролю.

Здобувач вищої освіти допускається до процедури підсумкового контролю у формі заліку, якщо за виконання завдань поточного контролю набрав 50 балів або більше.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015			Ф-31.07- 05.01/XXX.XX.X/X/BKX- 01-2024
	Випуск 1	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 18 / 15

Якщо здобувач вищої освіти за результатами поточного контролю набрав 35–49 балів, він отримує право за власною заявою опанувати окремі теми (змістові модулі) навчальної дисципліни понад обсяги, встановлені навчальним планом освітньої програми. Вивчення окремих складових навчальної дисципліни понад обсяги, встановлені навчальним планом освітньої програми, здійснюється у вільний від занять здобувача вищої освіти час.

Якщо здобувач вищої освіти за результатами поточного контролю набрав від 0 до 34 балів (включно), він вважається таким, що не виконав вимоги робочої програми навчальної дисципліни та має академічну заборгованість. Здобувач вищої освіти отримує право за власною заявою опанувати навчальну дисципліну у наступному семестрі понад обсяги, встановлені навчальним планом освітньої програми.

Процедура надання додаткових освітніх послуг здобувачу вищої освіти з метою вивчення навчального матеріалу дисципліни понад обсяги, встановлені навчальним планом освітньої програми, визначена у Положенні про надання додаткових освітніх послуг здобувачам вищої освіти в Державному університеті «Житомирська політехніка».

Визнання результатів навчання, набутих у неформальній та/або інформальній освіті

Визнання результатів навчання, набутих у неформальній та/або інформальній освіті в рамках окремих тем навчальної дисципліни, здійснюється викладачем за зверненням здобувача вищої освіти та представленням документів, які підтверджують результати навчання (сертифікати, свідоцтва, скріншоти тощо). Рішення про визнання та оцінка за відповідну частину освітнього компонента приймається викладачем за результатами співбесіди зі здобувачем вищої освіти.

Визнання результатів навчання, набутих у неформальній та/або інформальній освіті в рамках цілого освітнього компонента, здійснюється за процедурою, яка визначена у Положенні про організацію освітнього процесу у Державному університеті «Житомирська політехніка».

Шкала оцінювання

Шкала ЄКТС	Національна шкала	100-бальна шкала
A	Зараховано	90-100
B	Зараховано	82-89

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015			Ф-31.07- 05.01/XXX.XX.X/X/BKX- 01-2024
	Випуск 1	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 18 / 16

C		74-81
D	Зараховано	64-73
E		60-63
FX	Не зараховано	35-59
F	Не зараховано	0-34

11. Глосарій

№ з/п	Термін державною мовою	Відповідник англійською мовою
1	Апетит	Appetite
2	Адикція	Addiction
3	Анорексія	Anorexia
4	Булімія	bulimia
5	Вага	Weight
6	Голод	Famine
7	Дієта	Diet
8	Емоції	Emotions
9	Залежність	Dependence
10	Мотивація	Motivation
11	Надмірна вага	Excessive weight
12	Недоїдання	Malnutrition
13	Ожиріння	Adiposity
14	Переїдання	Overeating
15	Перфекціонізм	Perfectionism
16	Психодіагностика	Psychodiagnosis
17	Психокорекція	Psychocorrection
18	Психотерапія	Psychotherapy
19	Раціон	Ration
20	Розлади	Disorders
21	Ситість	Satiety
22	Стереотипи	Stereotypes
23	Харчова поведінка	Eating behavior
24	Харчування	Food
25	Циркадні ритми	Circadian rhythms

12. Рекомендована література

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015			Ф-31.07- 05.01/XXX.XX.X/X/BKX- 01-2024
	Випуск 1	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 18 / 17

Основна література

1. Абсалямова Л. М. Харчова поведінка жінок: розлади та психокорекція. Монографія. Харків: Видавництво «Стильна типографія», 2019. 393 с.
2. Психічне здоров'я особистості: підручник для вищих навчальних закладів / С. Д. Максименко, Я. В. Руденко, А. М. Кушнірьова, В. М. Невмержицький. Київ: Видавництво Людмила, 2021. 438 с.
3. Сабадуха В., Оксютович М., Сабадуха О. Погляди філософів античності на проблему взаємодії душі й тіла. Психологічні травелоги. 2023. Вип. 4. С. 147–155.
4. Сабадуха О.В., Оксютович М.О., Матеюк О.А., Гаркуша С.Л. Значення самодистанціювання в процесі подолання психологічних криз і терапії психосоматичних розладів. Теоретичні і прикладні проблеми психології та соціальної роботи: Збірник наукових праць. 2024. Вип. №1. С.35-48.
5. Чугунов В.В. Психопатологічна синдромологія: психотерапевтичні підходи : навчальний посібник. Львів: Видавець Марченко Т.В., 2020. 360 с.
6. Absaliamova L. M. The empirical research of women's dietary behavior. American Journal of Fundamental, Applied & Experimental Research. № 3 (10). 2018. С. 13–21.
7. Feder, A., Fred-Torres, S., Southwick, S. M., & Charney, D. S. (2019). The biology of human resilience: Opportunities for enhancing resilience across the life span. Biological Psychiatry, 86(6), 443–453.

Допоміжна література

8. Абсалямова Л. М. Вплив оптимістичних упереджень на харчову поведінку людини. Теорія і практика сучасної психології: Збірник наукових праць класичного приватного університету. № 3. Запоріжжя, 2018. С. 6–11.
9. Абсалямова Л. М. Харчова поведінка жінок у площині емпірикопсихологічного аналізу. Науковий вісник Херсонського державного університету: Збірник наукових праць. Серія «Психологічні науки». Вип. 3. Т. 2. Херсон, 2018. С. 204–210.
10. Абсалямова Л. М. Статистичний та кореляційний аналіз даних дослідження харчової поведінки жінок. Теорія і практика сучасної психології: Збірник наукових праць класичного приватного університету. № 4. Запоріжжя, 2018. С. 6–12.
11. Абсалямова Л. М. Психологічні особливості саморегуляції харчової поведінки жінок. Науковий вісник Херсонського державного університету: Збірник наукових праць. Серія «Психологічні науки». Вип. 4. Т. 2. Херсон, 2018. С. 204–210.
12. Абсалямова Л. М. Дослідження харчових виборів жінок репродуктивного віку. Проблеми сучасної психології. Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України / За ред. С. Д.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015			Ф-31.07- 05.01/XXX.XX.X/X/BKX- 01-2024
	Випуск 1	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 18 / 18

Максименка, Л. А. Онуфрієвої. Вип. 39. Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2018. С. 19–31.

13. Актуальні проблеми психології. Консультативна психологія і психотерапія: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України / За ред. Максименка С. Д.; К. : Логос, 2019. Вип. 15. Консультативна психологія і психотерапія. 302 с.

14. Кузікова С. Б. Теорія і практика вікової психокорекції : Навчальний посібник. Суми : Університетська книга, 2020. 304 с.

15. Максименко С. Д., Кузікова С. Б. Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій: психологічна теорія і практика: монографія. Суми: Видавництво СумДПУ, 2020. 540 с.

13. Інформаційні ресурси в Інтернеті

1. Бібліотека психологічної літератури: <http://psylib.kiev.ua/>.
2. Українські підручники он-лайн: <http://pidruchniki.ws/>.
3. Психологічна бібліотека Псі-фактор: <http://psyfactor.org>.
4. Каліна Н. Ф. Психотерапія: підручник. URL: <https://westudents.com.ua/knigi/535-psihoterapiya-kalna-nf.html>
5. Національна бібліотека України ім. В. І. Вернадського <http://www.nbuv.gov.ua/>.
6. Наукова бібліотека національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова: <http://hklіb.npu.edu.ua/>.
7. Портал професійних психологів України «У психолога»: <http://upsihologa.com.ua/>.