

## «ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΨΥΧΟΠΑΘΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ»

<b>ΣΧΟΛΗ</b>	ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ		
<b>ΤΜΗΜΑ</b>	ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ & ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΑΣ		
<b>ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ</b>	Προπτυχιακό (Πρώτος κύκλος σπουδών)		
<b>ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ</b>	0809.5.003.0	<b>ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ</b>	5 <sup>ο</sup>
<b>ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ</b>	ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΨΥΧΟΠΑΘΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ		
<b>ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ</b> <i>σε περίπτωση που οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται σε διακριτά μέρη του μαθήματος π.χ. Διαλέξεις, Εργαστηριακές Ασκήσεις κ.λπ. Αν οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται ενιαία για το σύνολο του μαθήματος αναγράψτε τις εβδομαδιαίες ώρες διδασκαλίας και το σύνολο των πιστωτικών μονάδων</i>	<b>ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ</b>	<b>ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ</b>	
Διαλέξεις	2	2	
Ασκήσεις	1	2	
Εργαστηριακές ασκήσεις			
Σύνολο μαθήματος	3	4	
<b>ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ</b> <i>γενικού υποβάθρου, ειδικού υποβάθρου, ειδίκευσης γενικών γνώσεων, ανάπτυξης δεξιοτήτων</i>	Ειδίκευσης		
<b>ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:</b>			
<b>ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:</b>	Ελληνική		
<b>ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS</b>			
<b>ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)</b>	<a href="https://eclass.hmu.gr/courses/NDS226/">https://eclass.hmu.gr/courses/NDS226/</a>		

### ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

<p>Το μάθημα παρέχει στους σπουδαστές βασικές γνώσεις στην ψυχολογία και ψυχοπαθολογία της διατροφής. Τα βασικότερα θέματα που θίγονται στα πλαίσια του μαθήματος είναι τα ακόλουθα: Η ψυχολογία και η σχέση της με τη διατροφή. Ο ρόλος της μάθησης στη διατροφή. Η πείνα και ο κορεσμός. Προβληματική κατανάλωση τροφής. Διατροφικές διαταραχές: Τι είναι; Ποιοι πάσχουν; Ποια είναι η αιτιολογία τους; Πώς αντιμετωπίζονται; Ο ρόλος της πρόληψης και οι τρόποι αντιμετώπισης των διαταραχών διατροφής.</p>																			
<p><b>Γενικές Ικανότητες</b>  <i>Λαμβάνοντας υπόψη τις γενικές ικανότητες που πρέπει να έχει αποκτήσει ο πτυχιούχος (όπως αυτές αναγράφονται στο Παράρτημα Διπλώματος και παρατίθενται ακολούθως) σε ποια / ποιες από αυτές αποσκοπεί το μάθημα;</i></p> <table border="0"> <tr> <td><i>Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών</i></td> <td><i>Σχεδιασμός και διαχείριση έργων</i></td> </tr> <tr> <td><i>Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις</i></td> <td><i>Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα</i></td> </tr> <tr> <td><i>Λήψη αποφάσεων</i></td> <td><i>Σεβασμός στο φυσικό περιβάλλον</i></td> </tr> <tr> <td><i>Αυτόνομη εργασία</i></td> <td><i>Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας και ευαισθησίας σε θέματα φύλου</i></td> </tr> <tr> <td><i>Ομαδική εργασία</i></td> <td><i>Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής</i></td> </tr> <tr> <td><i>Εργασία σε διεθνές περιβάλλον</i></td> <td><i>Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης</i></td> </tr> <tr> <td><i>Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον</i></td> <td><i>.....</i></td> </tr> <tr> <td><i>Παράγωγή νέων ερευνητικών ιδεών</i></td> <td><i>Άλλες...</i></td> </tr> <tr> <td></td> <td><i>.....</i></td> </tr> </table>		<i>Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών</i>	<i>Σχεδιασμός και διαχείριση έργων</i>	<i>Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις</i>	<i>Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα</i>	<i>Λήψη αποφάσεων</i>	<i>Σεβασμός στο φυσικό περιβάλλον</i>	<i>Αυτόνομη εργασία</i>	<i>Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας και ευαισθησίας σε θέματα φύλου</i>	<i>Ομαδική εργασία</i>	<i>Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής</i>	<i>Εργασία σε διεθνές περιβάλλον</i>	<i>Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης</i>	<i>Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον</i>	<i>.....</i>	<i>Παράγωγή νέων ερευνητικών ιδεών</i>	<i>Άλλες...</i>		<i>.....</i>
<i>Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών</i>	<i>Σχεδιασμός και διαχείριση έργων</i>																		
<i>Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις</i>	<i>Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα</i>																		
<i>Λήψη αποφάσεων</i>	<i>Σεβασμός στο φυσικό περιβάλλον</i>																		
<i>Αυτόνομη εργασία</i>	<i>Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας και ευαισθησίας σε θέματα φύλου</i>																		
<i>Ομαδική εργασία</i>	<i>Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής</i>																		
<i>Εργασία σε διεθνές περιβάλλον</i>	<i>Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης</i>																		
<i>Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον</i>	<i>.....</i>																		
<i>Παράγωγή νέων ερευνητικών ιδεών</i>	<i>Άλλες...</i>																		
	<i>.....</i>																		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Γενικός σκοπός του μαθήματος της ψυχολογίας και ψυχοπαθολογίας της διατροφής είναι:</li> <li>• να παράσχει στο φοιτητή όλα εκείνα τα γνωστικά, συναισθηματικά εφόδια, αλλά και τις απαραίτητες δεξιότητες ώστε να γίνει ικανός να διαχειριστεί τον πελάτη/ασθενή, αλλά και τον εαυτό του, με επιτυχία μέσα στο απαιτητικό περιβάλλον του</li> </ul>																			

επαγγελματικού χώρου όπου θα αναζητήσει εργασία,

- να προσφέρει γνώσεις και προβληματισμό γύρω από θέματα που αφορούν την ψυχολογία και ψυχοπαθολογία της διατροφής σε σχέση με τη συνολικότερη ψυχική υγεία,
- να προσφέρει γνώσεις γύρω από θέματα που αφορούν στις διατροφικές διαταραχές, το ψυχολογικό τους υπόβαθρο και τους τρόπους αντιμετώπισής τους,
- να προσφέρει γνώσεις γύρω από θέματα που αφορούν στη συναισθηματική νοημοσύνη σε σχέση με το φαγητό.

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Ο κύριος στόχος του μαθήματος αυτού είναι η γνωριμία των σπουδαστών με ψυχολογικές δομές της προσωπικότητας που χαρακτηρίζουν τα άτομα που εμπίπτουν στις κατηγορίες των διαταραγμένων διατροφικά ασθενών. Συνεπώς, κρίνεται απαραίτητο αφού γίνει μια σύντομη αναφορά στην αναπτυξιακή προσέγγιση του ατόμου να παρουσιαστούν οι βασικές ψυχοπαθολογικές καταστάσεις που μπορεί να οδηγήσουν ένα άτομο – ενήλικα ή παιδί- στην ανάπτυξη των διατροφικών διαταραχών.

Επίσης, ιδιαίτερη σημασία δίνεται στα διαγνωστικά κριτήρια, τους παράγοντες πρόκλησης και διατήρησης, τις συνέπειες καθώς και την θεραπευτική προσέγγιση – διαιτολογική, ψυχοθεραπευτική, φαρμακευτική- των διατροφικών διαταραχών. Οι σπουδαστές θα έχουν την ευκαιρία να κατανοήσουν και να εμβαθύνουν στις ήδη υπάρχουσες διατροφικές διαταραχές (ψυχογενής ανορεξία, ψυχογενής βουλιμία, παχυσαρκία) αλλά και σε αυτές που δεν είναι ακόμα ιδιαίτερα γνωστές στην ελληνική βιβλιογραφία (Σύνδρομο επεισοδιακής υπερφαγίας, Σύνδρομο νυχτερινής υπερφαγίας, μεγαλορεξία, Σύνδρομο σωματικής Δυσμορφίας, Ορθορεξία).

Θα αναπτυχθούν επίσης εκτενώς τα διατροφικά και ψυχολογικά προβλήματα που αφορούν την βρεφική, νηπιακή και παιδική ηλικία (Pica, Μυρηκαστική Διαταραχή, Σύνδρομο Διάχυτης Άρνησης, Επιλεκτική πρόσληψη τροφής). Τέλος, οι σπουδαστές θα έλθουν σε επαφή με ψυχιατρικές παθήσεις που συσχετίζονται τόσο με την διατροφή όσο και με τις διατροφικές διαταραχές και αποτελούν συννοσηρές καταστάσεις ή παράγοντες πρόκλησης (χρήση ουσιών, διαταραχές διάθεσης, σχιζοφρένεια, αγχώδεις διαταραχές, αυτισμός, διαταραχές προσωπικότητας)

### ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ :

- Εξελικτική Ανάπτυξη του ατόμου
- Αυτοπεποίθηση - Εικόνα σώματος
- Κεντρικό νευρικό σύστημα - ψυχοβιολογία της όρεξης
- Διαταραχές ύπνου (δυσυπνίες – παραϋπνίες – συσχέτιση με διατροφή)
- Αλκοόλ, καπνός, ψυχοτρόπες ουσίες
- Νοητική Ανάπτυξη - Αυτισμός - Σύνδρομο Prader Willy - Διαταραχή Rett - Σύνδρομο Asperger - Αποδιοργανωτική Διαταραχή της Παιδικής Ηλικίας
- Αγχώδεις Διαταραχές
- Διαταραχές στην πρόληψη τροφής κατά την βρεφική, νηπιακή και παιδική ηλικία (PICA - Μυρηκαστική Διαταραχή - Διαταραχή στην σίτιση της βρεφονηπιακής ή πρώτης παιδικής ηλικίας - Επιλεκτική πρόσληψη τροφής - Σύνδρομο Διάχυτης Άρνησης - Παιδική Παχυσαρκία
- Νευρογενής Ανορεξία
- Ψυχογενής Βουλιμία
- Σχιζοφρένεια - Κατάθλιψη - Διαταραχές προσωπικότητας
- Σύνδρομο Επεισοδιακής Υπερφαγίας
- Σύνδρομο Νυχτερινής Υπερφαγίας

- Νευρική Ορθορεξία - Μεγαλορεξία – Δυσμορφία των Μυώνων - Σύνδρομο Σωματικής Δυσμορφίας - Ανάπτυξη Σωματικής Ικανοποίησης

## ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

<b>ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ</b> Πρόσωπο με πρόσωπο, Εξ αποστάσεως εκπαίδευση κ.λπ.	Πρόσωπο με πρόσωπο στην τάξη	
<b>ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ</b> Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, στην Επικοινωνία με τους φοιτητές	Χρήση τεχνολογιών πληροφορικής στη διδασκαλία και την επικοινωνία. Παρουσιάσεις powerpoint. Ενημέρωση μέσω Web πλατφόρμας εκπαίδευσης (e-class), επικοινωνία με τους φοιτητές μέσω e-mail και e-class.	
<b>ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ</b> Περιγράφονται αναλυτικά ο τρόπος και μέθοδοι διδασκαλίας. Διαλέξεις, Σεμινάρια, Εργαστηριακή Άσκηση, Άσκηση Πεδίου, Μελέτη & ανάλυση βιβλιογραφίας, Φροντιστήριο, Πρακτική (Τοποθέτηση), Κλινική Άσκηση, Καλλιτεχνικό Εργαστήριο, Διαδραστική διδασκαλία, Εκπαιδευτικές επισκέψεις, Εκπόνηση μελέτης (project), Συγγραφή εργασίας / εργασιών, Καλλιτεχνική δημιουργία, κ.λπ.  Αναγράφονται οι ώρες μελέτης του φοιτητή για κάθε μαθησιακή δραστηριότητα καθώς και οι ώρες μη καθοδηγούμενης μελέτης σύμφωνα με τις αρχές του ECTS	<b>Δραστηριότητα</b>	<b>Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου</b>
	Διαλέξεις	24
	Ασκήσεις	12
	Εργαστηριακή άσκηση	
	Συγγραφή ομαδικών εργασιών	20
	Μη καθοδηγούμενη μελέτη	64
	<b>Σύνολο Μαθήματος</b>	120
<b>ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ</b> Περιγραφή της διαδικασίας αξιολόγησης. Γλώσσα Αξιολόγησης, Μέθοδοι αξιολόγησης, Διαμορφωτική ή Συμπερασματική, Δοκιμασία Πολλαπλής Επιλογής, Ερωτήσεις Σύντομης Απάντησης, Ερωτήσεις Ανάπτυξης Δοκιμών, Επίλυση Προβλημάτων, Γραπτή Εργασία, Έκθεση / Αναφορά, Προφορική Εξέταση, Δημόσια Παρουσίαση, Εργαστηριακή Εργασία, Κλινική Εξέταση Ασθενούς, Καλλιτεχνική Ερμηνεία, Άλλη / Άλλες. Αναφέρονται ρητά προσδιορισμένα κριτήρια αξιολόγησης και εάν και που είναι προσβάσιμα από τους φοιτητές.	<b>Μέθοδοι αξιολόγησης:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Γραπτή ενδιάμεση εξέταση (πρόσδος, 50%) με ερωτήσεις σύντομης απάντησης και ασκήσεις εκτεταμένης απάντησης</li> <li>• Γραπτή τελική εξέταση (50%) με ερωτήσεις σύντομης απάντησης και ασκήσεις εκτεταμένης απάντησης</li> </ul>	

## ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ-ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Ψυχοπαθολογία Παιδιών & Εφήβων, Κάκουρος Ευθύμιος Μανιαδάκη Κατερίνα, Τυπωθήτω (Γ. Δαρδανός, Κ. Δαρδανός Ο.Ε) 2006 Αθήνα
- Ψυχολογία της Διατροφής: Πως οι διατροφικές συνήθειες αντανakλούν στον συναισθηματικό μας κόσμο, Εμμανουηλίδου Καλλιόπη, Εκδόσεις METAIXMIO, 2011, Αθήνα
- Διατροφικές Διαταραχές και Αντιμετώπισή τους. Palmer B. Επιστημονικές Εκδόσεις Παρισιάνου Α.Ε., 2006, Αθήνα

