

Подробная программа занятий курса «Нарушения пищевого поведения: 5 стратегий»

1 занятие.

Диагностика и виды нарушений пищевого поведения. Лишний вес.

1. Организационная часть.

2. Особенности работы с клиентами, страдающими нарушениями пищевого поведения:

- Физиологические и психологические особенности.
- Основные виды нарушений пищевого поведения. Общее и отличие в стратегиях и подходах.
- Особенности формулирования запроса и составление плана работы с каждым видом нарушения пищевого поведения.
- Универсальные диагностические техники и приемы, подходящие для всех видов нарушений пищевого поведения.

3. Суть 5-этапной стратегии работы с проблемой лишнего веса:

- Физиологические особенности страдающих лишним весом.
- Психологические особенности (общие и индивидуальные).
- Поведенческая составляющая проблемы лишнего веса.
- Мотивационная составляющая. Работа с мотивацией и ленью при изменении образа жизни.
- Виды защит и сопротивление при работе с лишним весом. Их преодоление.
- Отличия «настоящего» и «ненастоящего» голода. Приемы и методы.
- Диетология. Базовые стратегии изменения пищевого поведения.
- Практика (в группах, в парах, демонстрационные сессии).

2 занятие.

Работа с анорексией и булимией.

1. Виды анорексии и особенности работы с данным расстройством:

- Особенности психологической работы с анорексией. Методики и приемы.

2. Нервная булимия: терапия, физиологические и психологические особенности:

- Особенности психологической работы с булимией. Методики и приемы.

3. Практическая часть:

- Техники и приемы. Отработка в группах, в парах, демонстрационные сессии.

4. Практическое задание. Выполнение индивидуального задания.

5. Презентация выполненных заданий.

6. Вручение сертификатов.

Ждем Вас, приходите!

<http://maria-psy.ru/?q=pishchevye-rastroystva-v-psihologicheskom-konsultirovanii>

