

ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ & ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΑΣ ΚΑΙ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΖΩΗΣ

Ιερά Οδός 75, Τ.Κ. 11855 Αθήνα

Περιγραφή μαθήματος: «ΑΡΧΕΣ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ»

Υπεύθυνη μαθήματος:

Καράτζη Καλλιόπη, Επικ. Καθηγήτρια Κλινικής Συμβουλευτικής-Διατροφικής Συμπεριφοράς
(pkaratz@aua.gr)

Βαθμολογία:

Η βαθμολογία του μαθήματος θα υπολογίζεται από το βαθμό της γραπτής εξέτασης (90%) και από τη συμμετοχή σε απροειδοποίητες ασκήσεις στην αίθουσα (10%)

Στόχοι του μαθήματος:

Το μάθημα αποτελεί το βασικό εισαγωγικό μάθημα στη διατροφική συμβουλευτική και στην αλλαγή της διατροφικής συμπεριφοράς.

Η ύλη του μαθήματος στοχεύει στην κατανόηση των εννοιών της διατροφικής συμβουλευτικής και στην απόκτηση δεξιοτήτων που σχετίζονται με την αποτελεσματική επικοινωνία του διατροφολόγου με τον ασθενή, την κινητοποίηση του ασθενούς και το σχεδιασμό συνεδρίων συμβουλευτικής για την τροποποίηση της διατροφικής συμπεριφοράς και βελτίωση των δεικτών υγείας.

Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος ο/η φοιτητής / τρια :

- Θα έχει αποκτήσει δεξιότητες επικοινωνίας
- Θα έχει αποκτήσει τεχνικές συνέντευξης και ικανότητες σωστής συλλογής στοιχείων από τον ασθενή
- Θα έχει αποκτήσει τεχνικές κινητοποίησης του ασθενούς για αλλαγή της διατροφικής συμπεριφοράς
- Θα έχει αποκτήσει δεξιότητες αξιολόγησης των αλλαγών που έχει επιτύχει ο ασθενής, και ενίσχυσης της συμμόρφωσής του
- Θα έχει εξοικειωθεί με ποικιλία περιστατικών από διαφορετικές ηλικιακές ομάδες, ιδιαίτερα χαρακτηριστικά, καθώς και με τα προβλήματα που μπορεί να αντιμετωπίσει στην πράξη αναφορικά με δυσκολίες στην επικοινωνία, με τη μη κινητοποίηση του ασθενούς ή τη μη συμμόρφωση στις αλλαγές της διατροφικής συμπεριφοράς

Θεματικές ενότητες μαθήματος:

1. Διατροφική συμβουλευτική και συνέντευξη. Ορισμοί και σημασία τους στην αλλαγή της διατροφικής συμπεριφοράς
2. Πολιτισμικές, θρησκευτικές, κοινωνικές και άλλες επιρροές που καθορίζουν τη διατροφική συμπεριφορά
3. Τεχνικές συνέντευξης
4. Θεωρίες αλλαγής της διατροφικής συμπεριφοράς
5. Στάδια αλλαγής της διατροφικής συμπεριφοράς
6. Δεξιότητες επικοινωνίας από το διαιτολόγο (γραπτή, προφορική, λεκτική και μη λεκτική επικοινωνία) ανάλογα με το φύλο, την ηλικία και τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του ατόμου
7. Δεξιότητες συμβουλευτικής από το διαιτολόγο ανάλογα με τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του ατόμου
8. Σχεδιασμός συνεδρίας συμβουλευτικής σε ατομικό επίπεδο
9. Σχεδιασμός προγράμματος με σειρά συνεδρίων συμβουλευτικής σε επίπεδο ομάδων πληθυσμού
10. Αξιολόγηση της συμμόρφωσης στην αλλαγή της διατροφικής συμπεριφοράς

Προτεινόμενη Βιβλιογραφία

Συμβουλευτική στη διατροφή και ανάπτυξη εκπαιδευτικών δεξιοτήτων. Bauer K, Liou D. Broken Hill, 2022.