

## A TANTÁRGY ADATLAPJA

### 1. A képzési program adatai

1.1 Felsőoktatási intézmény	<b>Babeş-Bolyai Tudományegyetem, Kolozsvár</b>
1.2 Kar	<b>Pszichológia és Neveléstudományok Kar</b>
1.3 Intézet	<b>Alkalmazott Pszichológia Intézet</b>
1.4 Szakterület	<b>Pszichológia</b>
1.5 Képzési szint	<b>Mesteri képzés</b>
1.6 Szak / Képesítés	<b>Pszichológiai tanácsadás és beavatkozás</b>

### 2. A tantárgy adatai

2.1 A tantárgy neve	<b>Szakmai gyakorlat 3</b>						
2.2 Az előadásért felelős tanár neve							
2.3 A szemináriumért felelős tanár neve	<b>Dr. Mérő László, professzor</b>						
2.4 Tanulmányi év	II	2.5 Félév	III	2.6. Értékelés módja	Gyakorlati	2.7 Tantárgy típusa	DS

### 3. Teljes becsült idő (az oktatási tevékenység féléves óraszama)

3.1 Heti óraszám	2	melyből: 3.2 előadás		3.3 szeminárium/labor	2
3.4 Tantervben szereplő össz-óraszám	28	melyből: 3.5 előadás		3.6 szeminárium/labor	28
A tanulmányi idő elosztása:					42 óra
A tankönyv, a jegyzet, a szakirodalom vagy saját jegyzetek tanulmányozása					15
Könyvtárban, elektronikus adatbázisokban vagy terepenvaló további tájékozódás					15
Szemináriumok / laborok, házi feladatok, portofóliók, referátumok, esszék kidolgozása					10
Egyéni készségfejlesztés (tutorálás)					2
Vizsgák					0
Más tevékenységek: .....					
3.7 Egyéni munka össz-óraszama		42			
3.8 A félév össz-óraszama		70			
3.9 Kreditszám		3			

### 4. Előfeltételek (ha vannak)

4.1 Tantervi	•
4.2 Kompetenciabeli	•

### 5. Feltételek (ha vannak)

5.1 Az előadás lebonyolításának feltételei	•
5.2 A szeminárium / labor lebonyolításának feltételei	•

## 6. Elsajátítandó jellemző kompetenciák

<p><b>Szakmai kompetenciák</b></p>	<p>K.1. A kognitív viselkedés-módosítás tárgykörébe tartozó alapfogalmak és az alapvető elméletek alkalmazási lehetőségeinek megismerése</p> <p>K.2. A tanácsadási beavatkozások megtervezésének és alkalmazásának képessége</p> <p>K.3. A tanácsadási kapcsolat/szövetség kialakításának képessége</p>
<p><b>Tranzverzális kompetenciák</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• A szakmai feladatok elvégzésének képessége, a deontológiai tiszteletben tartásának körülményei közepette</li> <li>• A hatékony szakmai tevékenység eljárásainak alkalmazása az adott szervezési feltételek körülményei közepette</li> <li>• A folytonos képzés iránti szükségletek önértékelésének képessége, annak érdekében, hogy a szakmai kompetenciáknak a szociális körülmények dinamikájához való alkalmazkodása biztosítva legyen</li> </ul>

## 7. A tantárgy célkitűzései (az elsajátítandó jellemző kompetenciák alapján)

<p>7.1 A tantárgy általános célkitűzése</p>	<p>A kognitív viselkedésmódosító beavatkozások alapjainak megismerése A főbb kognitív viselkedésmódosító modellek megismerése és gyakorlati alkalmazása</p>
<p>7.2 A tantárgy sajátos célkitűzései</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• A tanácsadási kapcsolat megteremtési készségének kifejlesztése</li> <li>• Az elméleti ismeretek alkalmazása a tanácsadási gyakorlatban a pszichológiai problémák mögött meghúzódó pszichés mechanizmusok megértése és befolyásolása céljából</li> <li>• A kognitív viselkedésmódosító beavatkozások hatékonyságára vonatkozó tudományos kutatások eredményeinek ismerete, és kritikus szemlélete</li> <li>• A pszichodiagnosztikai munkában bevethető sztenderdizált mérőeszközök (személyiségtesztek, értékelő- és önértékelő skálák stb) ismerete és alkalmazásának képessége</li> <li>• A klinikai esetmegfogalmazások kidolgozásának képessége</li> <li>• A tanácsadási beavatkozások stratégiájának kidolgozását megalapozó elvek hatékony alkalmazásának képessége</li> <li>• A különböző pszichológiai problémák kezelése esetében bevethető empirikusan megalapozott eljárások ismerete és az ezek alkalmazásában szerzett jártasságok</li> </ul>

## 8. A tantárgy tartalma

8.1 Gyakorlat	Didaktikai módszerek	Megjegyzések
1. Bevezetés a kognitív viselkedésmódosító beavatkozások gyakorlati alapjaiba	Egyéni és páros gyakorlatok, csoportos megbeszélés	
2. A tanácsadói attitűd megteremtése, készségek fejlesztése	Egyéni és páros gyakorlatok, csoportos megbeszélés	
3. Az esetfelmérés eszközei és esetmegfogalmazás	Egyéni és páros gyakorlatok, csoportos megbeszélés	
4. A viselkedésmódosító beavatkozások gyakorlati alkalmazása – a viselkedés funkcionális elemzése	Egyéni és páros gyakorlatok, csoportos megbeszélés	
5. A viselkedésmódosító beavatkozások gyakorlati alkalmazása – a viselkedés módosítása	Egyéni és páros gyakorlatok, csoportos megbeszélés	
6. A.T. Beck – A kognitív torzítások azonosítása	Egyéni és páros gyakorlatok, rövid oktató filmek, csoportos megbeszélés	
7. A.T. Beck – A kognitív torzítások módosítása	Egyéni és páros gyakorlatok, rövid oktató filmek, csoportos megbeszélés	
8. Ellis – Az irracionális meggyőződések azonosítása	Egyéni és páros gyakorlatok, oktató filmek, csoportos megbeszélés	
9. Ellis – Az irracionális meggyőződések megvitatása	Egyéni és páros gyakorlatok, rövid oktató filmek, csoportos megbeszélés	
10. A teljes tudatosság készségeinek fejlesztése	Egyéni és páros gyakorlatok, csoportos megbeszélés	
11. Az értékek azonosításának módszerei	Egyéni és páros gyakorlatok, csoportos megbeszélés	
12. Az önegyüttérzés fejlesztésének módszerei	Egyéni és páros gyakorlatok, csoportos megbeszélés	
13. Az érzelemszabályozási készségek fejlesztése	Egyéni és páros gyakorlatok, csoportos megbeszélés	
14. Az interperszonális készségek fejlesztése	Egyéni és páros gyakorlatok, csoportos megbeszélés	

### Kötelező Irodalom

- Beck, J.S. (1995). *Cognitive Therapy: Basics and Beyond*. The Guilford Press
- Clark, D.A., Beck, A.T. (2010). *Cognitive therapy of anxiety disorders: science and practice*.The Guilford Press.
- Perczel-Forintos, D. & Mórotz, K. (2010). *Kognitív viselkedésterápia*. Medicina Könyvkiadó Zrt.
- Dryden, W. & Neenan, M. (2004). *The Rational emotive behavioural approach to therapeutic change*. Sage Publications
- Ellis, A. & MacLaren, C. (1998). *Rational Emotive Behavior Therapy. A Therapist's Guide*. Impact Publishers
- Hayes, S. C. & Smith, S. (2005). *Get Out of Your Mind & Into Your Life. The New Acceptance & Commitment Therapy*. New Harbinger Publications, Inc.
- Linehan, M. M. (2015). *DBT Skills Training Manual. Second Edition*. The Guilford Press

Miltenberger, R. G. (2016). *Behavior Modification. Principles and Procedures. Sixth Edition.* Cengage Learning  
 Padesky, C. A. & Greenberger, D. (2020). *The Clinician's Guide to CBT Using MIND OVER MOOD. Second Edition.* The Guilford Press

**9. Az epiztemikus közösségek képviselői, a szakmai egyesületek és a szakterület reprezentatív munkáltatói elvárásainak összhangba hozása a tantárgy tartalmával.**

- Colegiul Psihologilor din România, a Codului deontologic al profesiei de psiholog cu drept de liberă practică ([www.alegericpr.ro](http://www.alegericpr.ro)) și al **Procedurilor de atestare în conformitate cu Normele metodologice de aplicare a Legii 213/2004**
- Registrul Național al Calificărilor din Învățământul Superior (<http://www.ncis.ro>)
- Clasificarea Ocupațiilor din România (<http://www.mmuncii.ro/>)
- European Association for Psychotherapy (<http://www.europsyche.org>)
- European Federation of Psychologists Associations (<http://www.efpa.eu/>)

**10. Értékelés**

Tevékenység típusa	10.1 Értékelési kritériumok	10.2 Értékelési módszerek	10.3 Aránya a végső jegyben
10.5 Szeminárium / Labor	Részvétel a gyakorlati tevékenységeken	Portfólió	40%
	A gyakorlatok alkalmazása egy klienssel	Portfólió	40%
	A gyakorlati tevékenységeken való aktív részvétel		20%

**10.6 A teljesítmény minimumkövetelményei**

Az igazolt vagy igazolatlan hiányzások maximális hányada az összóraszám legfeljebb 15%-a lehet (14 jelenlétből jelenlétből max. 3-szor lehet hiányozni).

A gyakorlati dolgozat(ok) leadása és bemutatása kötelező, kizáró jellegű.

**A félév közbeni feladatok vizsgaidőszakban, pótvizsgaidőszakban és pót-pótvizsga időszakban nem pótolhatóak.**

Azoknak a hallgatóknak, akik nyílt szesszióra, pótvizsgára, jegyemelésre vagy pót-pótvizsgára jelentkeznek, **minden tantárgyi követelménynek (jelenlét, parciális, feladatok, projektek stb.)** eleget kell tenniük.

Kitöltés dátuma

2021.09.07.

Előadás felelőse

Szeminárium felelőse

Dr. Mérő László, professzor

Intézeti jóváhagyás dátuma

Intézetigazgató

dr. Kiss Szidónia docens