

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea Babeș-Bolyai Cluj-Napoca
1.2 Facultatea	Facultatea de Psihologie și Științe ale Educației
1.3 Departamentul	Departamentul de Psihologie Aplicată
1.4 Domeniul de studii	Psihologie
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studiu / Calificarea	Psihologie – limba maghiară Cod: L060080010

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Intervenții cognitiv-comportamentale						
2.2 Codul disciplinei	PLM1626						
2.3 Titularul activităților de curs	Prof. Univ. Dr. MÉRŐ László						
2.4 Titularul activităților de seminar	Drd. PÓKA Tünde						
2.5 Anul de studiu	III	2.6 Semestrul	IV	2.7. Tipul de evaluare	Ex.	2.8 Regimul disciplinei	DS

3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	4	Din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	48	Din care: 3.5 curs	24	3.6 seminar/laborator	24
Distribuția fondului de timp:					108
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					35
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					30
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					39
Tutoriat					2
Examinări					2
Alte activități:					
3.7 Total ore studiu individual		108			
3.8 Total ore pe semestru		156			
3.9 Numărul de credite		6			

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	•
4.2 de competențe	•

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 De desfășurare a cursului	• Internet, laptop
5.2 De desfășurare a seminarului/laboratorului	• Internet, laptop

6. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale	<p>C.1. Evaluarea critică a situațiilor problematice și a soluțiilor posibile în psihologie</p> <p>C.2. Proiectarea și realizarea intervențiilor psihologice</p> <p>C.3. Relaționarea și comunicarea interpersonală specifică domeniului psihologiei</p>
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> • Exercițarea sarcinilor profesionale conform principiilor deontologice specifice în exercitarea profesiei • Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă multidisciplinară pe diverse paliere ierarhice • Autoevaluarea nevoilor de formare continuă în vederea adaptării competențelor profesionale la dinamica contextului social.

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea, înțelegerea conceptelor, teoriilor și metodelor de bază ale domeniului și ale ariei de specializare; utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională • Utilizarea cunoștințelor de bază pentru explicarea și interpretarea unor variate tipuri de concepte, situații, procese, proiecte etc. asociate domeniului • Utilizarea adecvată de criterii și metode standard de evaluare pentru a aprecia calitatea, meritele și limitele unor procese, programe, proiecte, concepte, metode și teorii • Elaborarea de proiecte profesionale cu utilizarea unor principii și metode consacrate în domeniu
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> • Dezvoltarea capacității de stabilirea a relației terapeutice cognitiv-comportamentale • Aplicarea cunoștințelor teoretice în practica de terapeut pentru influențarea mecanismelor psihologice • Cunoașterea rezultatelor cercetărilor științifice privind eficiența intervențiilor cognitiv-comportamentale • Cunoașterea și abilitatea de utilizare a instrumentelor standardizate (teste, scale) • Capacitatea de a conceptualiza cazul cu ajutorul modelului cognitiv-comportamental • Cunoașterea principiilor care stau la baza intervențiilor terapeutice, și aplicarea lor în mod eficient • Capacitatea de a evalua eficiența intervențiilor cognitiv-comportamentale

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Bazele și tipurile intervențiilor cognitive comportamentale	Prezentare, discuții în grup	
2. Evaluarea și conceptualizare cazul	Prezentare, discuții în grup	
3. Prima ședință - structura	Prezentare, discuții în grup	
4. Următoarele ședințe	Prezentare, discuții în grup	
5. Identificarea și restructurarea gândurilor automate	Prezentare, discuții în grup	

6. Cunoștințele intermediare și schemele cognitive	Prezentare, discuții în grup	
7. Terapia cognitiv comportamentală a depresiei	Prezentare, discuții în grup	
8. Terapia cognitiv comportamentală a problemelor de anxietate	Prezentare, discuții în grup	
9. Modelul terapiei Rațional Emotivă și Comportamentală	Prezentare, discuții în grup	
10. Al treilea val al terapiilor comportamentale: terapiile bazate pe mindfulness	Prezentare, discuții în grup	
11. Modelul Terapiei de Acceptare și Angajament (ACT)	Prezentare, discuții în grup	
12. Sinteza cunoștințelor acumulate	Problematizare, discuții în grup	

Bibliografie

Beck, J.S. (1995). *Cognitive Therapy: Basics and Beyond*. 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.

Padesky, C. A. & Greenberger, D. (2020). *The Clinician's Guide to CBT Using MIND OVER MOOD. Second Edition*. The Guilford Press

8.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
1. Bazele și tipurile intervențiilor cognitive comportamentale	Exerciții în grupuri mici, videouri didactice, joc de rol și discuții.	
2. Evaluarea și conceptualizare cazului	Exerciții în grupuri mici, joc de rol și discuții.	
3. Prima ședință - structura	Exerciții în grupuri mici și discuții, videouri didactice	
4. Următoarele ședințe	Prezentări de caz, exerciții în grupuri mici și discuții.	
5. Identificarea și restructurarea gândurilor automate	Demonstrație practică și discuții.	
6. Cunoștințele intermediare și schemele cognitive	Filme didactice și discuții	
7. Terapia cognitiv comportamentală a depresiei	Joc de rol și discuții.	
8. Terapia cognitiv comportamentală a problemelor de anxietate	Exerciții pe grupe mici și discuții.	
9. Modelul terapiei Rațional Emotivă și Comportamentală	Jocuri de rol, exerciții în grupuri mic și discuții, videouri didactice	
10. Al treilea val al terapiilor comportamentale: terapiile bazate pe mindfulness	Exerciții și discuții.	
11. Modelul Terapiei de Acceptare și Angajament (ACT)	Exerciții în grupuri mici și discuții.	
12. Sinteza cunoștințelor acumulate	Exerciții în grupuri mici și discuții.	

Bibliografie

Beck, J.S. (1995). *Cognitive Therapy: Basics and Beyond*. 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.

Padesky, C. A. & Greenberger, D. (2020). *The Clinician's Guide to CBT Using MIND OVER MOOD. Second Edition*. The Guilford Press

9. Coroborarea conținuturilor disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității epistemice, asociațiilor profesionale și angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

- Colegiul Psihologilor din România, a Codului deontologic al profesiei de psiholog cu drept de liberă practică (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.rncis.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. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Acuratețea cunoștințelor teoretice însușite	Examen scris	50%
10.5 Seminar/laborator	Portofolie		30%
	Rapoarte		20%

10.6 Standard minim de performanță

În cazul în care la examenul scris de final de semestru studentul nu obține notă de trecere (5, 00), atunci examenul nu este promovat, nici dacă s-a achitat de sarcinile prevăzute la activitățile trecute la pct. 10.5.

Regulile legate de prezență se aplică după regulile UBB.

Predarea și prezentarea lucrării(lor) sunt obligatorii fiind precondiție de prezentare la examen.

Orice lucrare plagiată, copiată, identică, precum și orice inspirație, colaborare, copiere se consideră fraudă, caz în care persoana(ele) în cauză vor fi sancționate cu nota 1,00 (unu). Fraudarea examenelor se sancționează cu exmatricularea de la studii.

Sarcinile prevăzute în decursul semestrului nu se pot recupera/compensa în perioada sesiunilor de examene (normală, deschisă, restanță, lichidare).

Studentii care se înscriu în sesiuni ulterioare sesiunii normale (în sesiune deschisă, de restanță, de lichidare) trebuie să parcurgă și să satisfacă obligatoriu toate cerințele prevăzute în semestrul respectiv (prezență prevăzută la diferitele activități, examene parțiale, teme, proiecte etc.).

Data completării

Semnătura titularului de curs

Semnătura titularului de seminar

07.09.2021.

Prof. Univ. Dr. Méréő László

drd. Póka Tünde

Data avizării în departament

Semnătura directorului de departament

Conf. Univ. Dr. Kiss Szidónia