

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	Master
1.6 Programul de studiu / Calificarea	Master Psihologie clinică: evaluare și intervenție

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Intervenții de scurtă durată în psihologia clinică						
2.2 Titularul activităților de curs	Lect. Dr. Kotta Ibolya						
2.3 Titularul activităților de seminar	Lect. Dr. Kotta Ibolya						
2.4 Anul de studiu	II	2.5 Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	Ex.	2.7 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	56	Din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar /laborator	28
Distribuția fondului de timp:					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					35
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					45
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					40
Tutoriat					15
Examinări					4
Alte activități:					1
3.7 Total ore studiu individual		140			
3.8 Total ore pe semestru		196			
3.9 Numărul de credite		8			

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	Sistem de proiecție video (PC/laptop, videoproiector)
5.2 De desfășurare a seminarului/laboratorului	Sistem de proiecție video (PC/laptop, videoproiector)

6. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale	C1. Cunoașterea bazei teoretice și a eticii profesionale în psihologia clinică Rezultate ale învățării: 1. Absolventul cunoaște și aplică bazele teoretice în psihologia clinică și asistență psihologică 2. Absolventul cunoaște și înțelege conceptele, teoriile și metodele de bază în domeniul psihologiei clinice 3. Absolventul utilizează cunoștințele de bază pentru interpretarea unor procese și fenomene psihologice relevante din perspectiva psihologiei clinice 4. Absolventul utilizează cunoștințele, teoriile, principiile de bază în înțelegerea situațiilor problema și în elaborarea serviciilor solicitate 5. Absolventul cunoaște și aplică normele deontologice de conduită etică în situații problematice 6. Absolventul deține abilități de a-și exercita sarcinile profesionale conform principiilor deontologice specifice psihologiei clinice C3. Utilizarea cunoștințelor de specialitate pentru intervenție/asistență/consultanță psihologică în sănătate și boală Rezultate ale învățării: 2. Absolventul planifică intervenție psihologică clinică și consiliere primară, pentru modificarea factorilor psihologici cu relevanță pentru sănătate și boală, în cazul copiilor și adulților, administrate individual, în cuplu, familie sau grup 3. Absolventul deține abilitatea de a utiliza tehnici de psihoterapie și consiliere psihologică, și de a aplica paradigme științifice în consilierea psihologică 4. Absolventul deține abilitatea de a formula concluziile ședințelor de consiliere psihologică sau psihoterapie, intervenție psihologică 7. Absolventul deține abilitatea de a stabili relație profesională cu persoana asistată, utilizează abilitățile de comunicare, și ascultare activă, manifestă o atitudine empatică
Competențe transversale	• Dezvoltare personală și profesională Rezultate ale învățării: 1. Absolventul deține abilități de a selecta, de a combina și utiliza adecvat cunoștințele, abilitățile, valorile și atitudinile obținute în procesul de învățare 2. Absolventul deține abilități de a rezolva cu succes situații profesionale circumscrise profesiei de psiholog, în condiții de eficacitate și eficiență 3. Absolventul deține abilități de identificare și analiză critică a punctelor tari și a oportunităților de învățare 4. Absolventul deține abilități de analiză reflexivă a propriei activități profesionale și deține abilitatea de a evalua propriile nevoi de formare profesională • Aplicarea principiilor de cercetare și a normelor etice în științele socio-umane Rezultate ale învățării: 3. Absolventul execută în mod responsabil sarcinile profesionale, în condiții de supervizare și autonomie profesională în toate activitățile pe care le desfășoară în calitate de psiholog 5. Absolventul deține abilități de comunicare profesională 6. Absolventul deține abilități de a rezolva probleme etice și de a lua decizii ghidat de principiile codului deontologic al profesiei de psiholog • Planificarea și implementarea activităților din cadrul echipei multidisciplinare, și implicare activă în activitățile grupurilor profesionale sau a unor instituții Rezultate ale învățării: 1. Absolventul prezintă abilități de colaborare, rezolvare de probleme și luarea deciziilor profesionale 4. Absolventul dă dovadă de responsabilitate reciprocă și respect pentru fiecare membru al echipei 5. Absolventul dă dovadă de respect privind diversitatea și multiculturalitatea 6. Absolventul dă dovadă de inițiativă și spirit antreprenorial

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	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 psihologiei clinice Transmiterea de cunoștințe avansate și formarea competențelor de formare a relației terapeutice și de implementare a tehnicilor specifice de intervenție de scurtă durată în psihologia clinică
7.2 Obiectivele specifice	Formarea de competențe privind dezvoltarea și menținerea relației terapeutice în intervenția de scurtă durată Prezentarea și implementarea unor protocoale de intervenție de scurtă durată Rezolvarea situațiilor-problemă, pe baza analizei multiple și a evaluării soluțiilor și/ sau a alternativelor, evitând scenariile stereotipe Implementarea planului de intervenție la nivel de individ/grup/organizație, adaptat nevoilor specifice ale clientului, monitorizarea și evaluarea intervenției. Dezvoltarea capacității de a particulariza intervenția terapeutică la caracteristicile pacientului

8. Conținuturi

8.2. Curs	Metode de predare	Observații
1. Introducere: intervenții validate științific: testarea intervențiilor, ghidurile clinice. Beneficiile intervențiilor de scurtă durată	Prelegere interactivă, expunere	
2. Tehnici nespecifice în relația cu clientul	Prelegere interactivă, expunere	
3. Terapii de scurtă durată (Terapia scurtă centrată pe soluții, Terapia centrată pe persoana, Terapia cognitiv-comportamentală, Psihoterapiile dinamice de scurtă durată): cadru teoretic, mecanismele schimbării, tehnici specifice - prezentare generală	Prelegere interactivă, expunere	
4. Tehnici de restructurare cognitivă 1: modelul cognitiv al lui A Beck	Prelegere interactivă, expunere	
5. Tehnici de restructurare cognitivă 2: modelul cognitiv al lui A Ellis	Prelegere interactivă, expunere	
6. Tehnici de rezolvare de probleme și antrenamentul asertiv	Prelegere interactivă, expunere	
7. Tehnica inoculării stresului	Prelegere interactivă, expunere	
8. Tehnici de intervenție la nivel comportamental	Prelegere interactivă, expunere	
9. Tehnici de relaxare 1: antrenamentul autogen, relaxarea progresivă Jacobson, tehnica biofeedback, hipnoza	Prelegere interactivă, expunere	
10. Tehnici de control al comportamentului respondent (bazate pe principiile condiționării clasice): expunere gradată, flooding, desensibilizare progresivă	Prelegere interactivă, expunere	
11. Tehnica de control al respirației. Tehnica expunerii interoceptive	Prelegere interactivă, expunere	
12. Tehnici de meditație de tip mindfulness	Prelegere interactivă, expunere	
13. Tehnici de acceptare și « defusion »	Prelegere interactivă, expunere	
14. Tehnici de reglare emoțională	Prelegere interactivă, expunere	
Tehnici de reglare emoțională	Problematizare, învățare în echipă, dezbateri, studiul de caz	

Bibliografie obligatorie

Page, A. C. (2015). *Clinical Psychology for Trainees: Foundations of Science-Informed Practice* (2nd ed.). Cambridge University Press.

Weisz, John R., Mei Yi Ng, and Nancy Lau. 2015. Psychological interventions: Overview and critical issues for the field. In *Rutter's Child and Adolescent Psychiatry*, 6th Ed., eds. A. Thapar, D. Pine, J. Leckman, S. Scott, M. Snowling, and E. Taylor. Chichester West Sussex, UK: John Wiley & Sons.

Bibliografie opțională

David, D. (2012). *Tratat de psihoterapii cognitive și comportamentale*. Iași: Polirom.

Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2003). *Acceptance and Commitment Therapy: An Experiential Approach to Behavior Change* (First ed.). The Guilford Press.

Rosenberg, M. B., & Gandhi, A. (2003). *Nonviolent Communication: A Language of Life* (2nd ed.). Puddledancer Press.

Seligman, M. E. P., Reivich, K., Gillham, J. Ernst, R. M. & Linkins, M. (2009). Positive education: positive psychology and classroom interventions. *Oxford Review of Education*, 35 (3), 293-311.

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.copsi.ro) și an

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/>)

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Cunoștințe din materialul de la curs	Examen	50%
10.5 Seminar/laborator	Realizarea proiectului de semestru	Activitate săptămânala Portofoliu	20% 30%

10.6 Standard minim de performanță

- Dacă studentul nu obține nota 5,00 la examenul final, nu trece examenul, nici dacă a îndeplinit cerințele semnalate în punctul 10.5 Frecventarea orelor de curs este obligatorie în proporție de 85%, în caz contrar studentul nu se poate prezenta la examen.
- Absențele motivate și nemotivate de la activitățile de seminar și/sau lucrări practice nu pot depăși 20% din totalul prevăzut.
- Predarea și prezentarea lucrării este obligatorie fiind condiție de prezentare la examen.
- Sarcinile prevăzute în decursul semestrului nu se pot recupera/compensa în perioada sesiunilor de examene (normală, deschisă, restanță, lichidare). Studenții 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

01.10.2021.

Semnătura titularului de curs

Lect Dr. Kotta Ibolya

Semnătura titularului de seminar



Data avizării în departament

01.10.2021.

Semnătura directorului de departament

Dr. Kiss Szidonia docens

