

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea Babeș-Bolyai
1.2 Facultatea	Psihologie și Științe ale Educației
1.3 Departamentul	Psihologie Aplicată
1.4 Domeniul de studii	Psihologie
1.5 Ciclul de studii	Master
1.6 Programul de studiu / Calificarea	Consultanță și intervenție psihologică

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei				Interventii cognitiv comportamentale			
2.2 Titularul activităților de curs				Conf. dr.BernáthVincze Anna Emese			
2.3 Titularul activităților de seminar				Conf. dr. Bernáth Vincze Anna Emese			
2.4 Anul de studiu	2	2.5 Semestrul	4	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7 Regimul disciplinei	DO

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	Din care: 3.2 curs	1	3.3 seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	36	Din care: 3.5 curs	12	3.6 seminar/laborator	24
Distribuția fondului de timp:					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					35
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					35
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					42
Tutoriat					6
Examinări					2
Alte activități:					
3.7 Total ore studiu individual		120			
3.8 Total ore pe semestru		156			
3.9 Numărul de credite		6			

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	• Psihologie clinică și medicală ✓ Psihopatologie ✓ Introducere în psihoterapie
4.2 de competențe	

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 De desfășurare a cursului	• Sală de curs
5.2 De desfășurare a seminarului/laboratorului	• Sală de seminar, aparatură audio-video

6. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale	• Utilizarea adecvată a conceptelor specifice teoriilor cognitiv-comportamentale • Identificarea celor mai adecvate tehnici cognitiv-comportamentale de intervenție - Competența de proiectare și realizare a intervențiilor psihologice • Elaborarea strategiilor de intervenție în paradigma cognitiv-comportamentală • Proiectarea unui plan de intervenție psihologică cognitiv-comportamental - Competența de relaționare și comunicare interpersonală • Construirea unei relații de comunicare bazată pe empatie și acceptare necondiționată • Explicarea și interpretarea fenomenelor psihologice utilizând adecvat concepte și teorii de bază din domeniul psihoterapiei cognitiv-comportamentale - Competența de evaluare critică a situațiilor problematice și a soluțiilor posibile • Selectarea celor mai adecvate programe de intervenție validate științific • Rezolvarea situațiilor problemă pe baza conceptualizării cognitiv-comportamentale a cazului
Competențe transversale	• Exercițarea responsabilă a sarcinilor profesionale conform principiilor deontologice - Autoevaluarea nevoilor de formare continuă în vederea dezvoltării personale și profesionale • 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. • Capacitatea de analiză critică a literaturii de specialitate • Competențe de argumentare și de a realiza prezentări publice • Cultivarea interesului pentru dezvoltare personală și profesională continuă • Efectuarea sarcinilor profesionale în conformitate cu valorile și principiile etice în vigoare Comunica eficient în contexte profesionale și personale; ☐ Relaționează eficient în contextul activităților în echipă; ☐ Demonstrează un bun management al resurselor materiale și de timp; ☐ Realizează autonom și responsabil sarcinile profesionale; ☐ Demonstrează o bună autoreglare a învățării; ☐ Gândește critic și autoreflexiv.

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	• Cunoașterea, înțelegerea conceptelor, teoriilor și metodelor de bază ale domeniului CBT ; utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională în CBT • Utilizarea cunoștințelor de bază pentru explicarea și interpretarea unor variate tipuri de concepte, situații, procese, proiecte etc. asociate domeniului CBT • Aplicarea unor principii și metode de bază pentru rezolvarea de probleme/situații bine definite, tipice domeniului în condiții de asistență calificată în domeniul CBT • Utilizarea adecvată de criterii și metode standard de evaluare pentru a aprecia calitatea, meritele și limitele unor procese, programe, proiecte, concepte, metode și teorii ale terapiei CBT • Elaborarea de proiecte profesionale cu utilizarea unor principii și metode consacrate în domeniul CBT
7.2 Obiectivele specifice	• Prezentarea principiilor care stau la baza tehnicilor cognitiv-comportamentale • Prezentarea modalităților de evaluare și intervenție

	• Prezentarea mai multor abordări ale diverselor forme de psihopatologie • Realizarea de aplicații practice în viața de zi cu zi ale aspectelor discutate • Evaluarea calității informațiilor și a ierarhizarea conceptelor utilizate, în funcție de sferă, extensiune și definiție, dar și în funcție de necesitățile contextului • Explicarea și interpretarea faptelor și teoriilor utilizând cunoștințe de bază din domeniu, precum și observații și informații obținute în mod propriu • Rezolvarea situațiilor-problemă, pe baza analizei multiple și a evaluării soluțiilor și/ sau a alternativelor, evitând scenariile stereotipe • Utilizarea adecvată în comunicarea profesională a conceptelor, metodelor și instrumentelor specifice evaluării psihologice (individuală, de grup și organizațională) • Explicarea modalităților de interpretare a rezultatelor unei examinări psihologice și intervenții psihologice specializate (psihoterapie, consiliere psihologică) • Analiza calității planului de intervenție • Implementarea planului de intervenție la nivel de individ / grup / organizație, adaptat nevoilor specifice ale clientului monitorizarea și evaluarea intervenției.
--	--

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Fundamentele teoriei rational emotive și cognitiv comportamentale	prelegerea interactivă, învățarea în echipă, expunerea, brainstorming, învățarea prin descoperire	
2. Atitudinile de consilier	prelegerea interactivă, învățarea în echipă, expunerea, brainstorming, învățarea prin descoperire	
3. Principii de bază în diagnosticul și consilierea rational emotivă și cognitiv comportamentală . Instrumente de evaluare în diagnosticul și consilierea cognitiv comportamentală	prelegerea interactivă, învățarea în echipă, expunerea, brainstorming, învățarea prin descoperire	
4. Particularități ale modificării cognitiv comportamentale în tulburările de anxietate (GAD, PTSD) I	prelegerea interactivă, învățarea în echipă, expunerea, brainstorming, învățarea prin descoperire	
5. Particularități ale modificării cognitiv comportamentale în tulburările de anxietate II		
6. Particularități ale tehnicilor de modificări rațional emoționale în tulburările depresive	prelegerea interactivă, învățarea în echipă, expunerea, brainstorming, învățarea prin descoperire	
7. Pașii procesului de consiliere de tip CBT	prelegerea interactivă, învățarea în echipă, expunerea, brainstorming, învățarea prin descoperire	
8. Pașii procesului de consiliere de tip REBT	prelegerea interactivă, învățarea în echipă, expunerea,	

	brainstorming, învatarea prin descoperire	
9. Particularități ale tehnicilor de modificări raționale emoționale în tulburările obsesiv convulsive	prelegerea interactivă, învățarea în echipa, expunerea, brainstorming, învatarea prin descoperire	
10. Metode și tehnici specifice de modificări cognitiv comportamentale în tulburările de alimentație	prelegerea interactivă, învățarea în echipa, expunerea, brainstorming, învatarea prin descoperire	
11. Metode și tehnici specifice de modificări raționale emoționale la copii și adolescenți	prelegerea interactivă, învățarea în echipa, expunerea, brainstorming, învatarea prin descoperire	
12. Particularități ale consilierii cognitive comportamentale în organizații	prelegerea interactivă, învățarea în echipa, expunerea, brainstorming, învatarea prin descoperire	
13. Aplicarea metodelor cognitive comportamentale în context școlar	prelegerea interactivă, învățarea în echipa, expunerea, brainstorming, învatarea prin descoperire	
14. Sumarizare	prelegerea interactivă, învățarea în echipa, expunerea, brainstorming, învatarea prin descoperire	
Seminarii:		
1. Aplicații ale modelului ABC	Prelegere interactivă, descoperire dirijată, întrebări deschise, studii și analize de caz	
2. Simularea procesului de consiliere psihologică cognitiv comportamentală	Prelegere interactivă, descoperire dirijată, întrebări deschise, studii și analize de caz	
3. Atitudinea consilierului – exerciții, joc de rol, studii de caz, vizionare film	Prelegere interactivă, descoperire dirijată, întrebări deschise, studii și analize de caz	
4. Strategii de disputare a cognițiilor irrationale la copii și adolescenți	Prelegere interactivă, descoperire dirijată, întrebări deschise, studii și analize de caz	

5. Particularitățile tulburărilor emoționale valutare și Consiliere în abordarea CBT și REBT	Prelegere interactivă, descoperire dirijată, întrebări deschise, studii și analize de caz	
6. Tulburările de anxietate Evaluare și consiliere în abordarea CBT. Studii de caz. Exerciții de autocunoaștere.	Prelegere interactivă, descoperire dirijată, întrebări deschise, studii și analize de caz	
7. Tulburările depresive. Evaluare și consiliere în abordarea CBT Studii de caz. Exerciții de autocunoaștere.	Prelegere interactivă, descoperire dirijată, întrebări deschise, studii și analize de caz	
8. Tulburările obsesiv compulsive Evaluare și consiliere în abordarea CBT Studii de caz. Exerciții de autocunoaștere.	Prelegere interactivă, descoperire dirijată, întrebări deschise, studii și analize de caz	
9. Tulburările de anxietate la la copii și adolescenți. Evaluare și consiliere în abordarea CBT	Prelegere interactivă, descoperire dirijată, întrebări deschise, studii și analize de caz	
10. Managementul agresivității prin metode cognitiv comportamentale.	Prelegere interactivă, descoperire dirijată, întrebări deschise, studii și analize de caz	
11. Exersarea metodelor învățate. Modelare, joc de rol.	Prelegere interactivă, descoperire dirijată, întrebări deschise, studii și analize de caz	
12. Discutarea studiilor de caz proprii. Supervizare, feedback.	Prelegere interactivă, descoperire dirijată, întrebări deschise, studii și analize de caz	
13. Discutarea studiilor de caz proprii. Supervizare, feedback.	Prelegere interactivă, descoperire dirijată, întrebări deschise, studii și analize de caz	
14. Discutarea studiilor de caz proprii. Supervizare, feedback. Concluzii.	Prelegere interactivă, descoperire dirijată, întrebări deschise, studii și analize de caz	

Bibliografie:

APA (2000/2003 ediția în limba română). *Manual de diagnostic și statistică a tulburărilor mentale. Ediția a patra revizuită (DMS-IV-TR)*. Asociație Psihiatrilor Liberi din România: București 2003.

Mórocz és Perczel: Kognitív viselkedésmódszertás terápia: A viselkedésterápia alapelvei és módszerei.

Beck, J.S. (2002): Kognitív terápia: kezdőknek és haladóknak. Budapest. Magyar Viselkedéstudományi és Kognitív Terápiás Egyesület.

Beck, A.T., Emery, G. (1999): A szorongásos zavarok és fóbiák kognitív szemlélete, Budapest, Animula.

Beck, A.T., Rush, A.J., Shaw, B.F. Emery, G. (2000): A depresszió kognitív terápiája, Budapest, Animula.

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

Williams, M., Teasdale, J., Segal, Z., & Kabat-Zinn, J. (2007). The mindful way through depression: Freeing yourself from chronic unhappiness. New York: Guilford Press.

Segal, Z. V., Williams, J. M. G., & Teasdale, J. D. (2002). Mindfulness-based cognitive therapy for depression: A new approach to preventing relapse. New York: Guilford Press.

Didonna, F. (Ed.). (2009). Clinical Handbook of Mindfulness. New York: Springer.
 Hayes, S. C., Follette, V. M., & Linehan, M. M. (Eds.). (2004). Mindfulness and acceptance: Expanding the cognitive-behavioral tradition. New York: Guilford Press.

Optional:

Ellis, A., Dryden, W. (1997): The Practice of Rational Emotive Behavior Therapy, New York, Springer Publishing Company.

Ellis, A., Harper, R.A. (1977): A New Guide to Rational Living, Hollywood, CA, Wilshire Book Company.

Hollon, S.D. (2003): Does Cognitive Therapy Have an Enduring Effect? Cognitive Therapy and Research, Vol. 27, No. 1, pp. 71–75.

Murphy, P.M., Kupshik, G.A. (1992): Loneliness, Stress and Well-Being. A helper's guide,

8.2 Seminar / laborator

Metode de predare

Observații

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	Examen oral, potfoliu		50%
10.5 Seminar/laborator	Studiu de caz		30 %
	Exerciții, autocunoaștere,		20%
10.6 Standard minim de performanță			
În cazul în care la punctul 10.4 studentul nu obține notă de trecere (5, 00), atunci examenul nu este promovat, nici dacă a îndeplinit sarcinile prevăzute la activitățile trecute la pct. 10.5.			
Frecventarea orelor de curs este obligatorie în proporție de 85%, în caz contrar studentul de la învățământ cu frecvență nu se poate prezenta la examen. Absențele motivate și nemotivate de la activitățile de seminar și/sau lucrări practice nu pot depăși 15% din totalul prevăzut (3 din 14).			
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

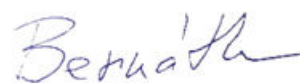
Semnătura titularului de curs

Semnătura titularului de seminar

04.25.2024

Conf. dr. Bernáth Anna Emese..

Conf. dr. Bernáth Anna Emese..



Data avizării în departament

Semnătura directorului de departament

Conf. Dr. Kotta Ibolya