

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
1.4 Domeniul de studii	Psihologie
1.5 Ciclul de studii	Masterat
1.6 Programul de studiu / Calificarea	Management curricular

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Educație rațional- comportamentală și emotivă						
2.2 Titularul activităților de curs	Prof. Univ. Dr. Adrian Opre						
2.3 Titularul activităților de seminar	Prof. Univ. Dr. Adrian Opre						
2.4 Anul de studiu	2	2.5 Semestrul	2	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	DF

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	Din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar/laborator	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	42	Din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp:					Ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					38
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					15
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					23
Tutoriat					4
Examinări					2
Alte activități:					1
3.7 Total ore studiu individual		76			
3.8 Total ore pe semestru		125			
3.9 Numărul de credite		5			

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Științe cognitive aplicate, Psihologie clinică și psihoterapii individuale și de grup
4.2 de competențe	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Deținerea unor competențe de bază în diagnostic și evaluare clinică. ▪ Deținerea unor competențe de bază pentru derularea programelor de consiliere psihologică ▪ Capacitatea de transfer și adaptare a cunoștințelor la diverse categorii de probleme psihologice. ▪ Cunoașterea și înțelegerea aplicațiilor științelor cognitive în practica psihologică

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 De desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> • Sala de curs cu minim 50 locuri, calculator si videoproiector, tablă, flipchart, instrumente de scris
5.2 De desfășurare a seminarului/laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> • Sala cu minim 25 locuri, calculator si videoproiector, tablă, flipchart, instrumente de scris

6. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale	<p>Cunoaștere și înțelegere (<i>cunoașterea și utilizarea adecvată a noțiunilor specifice disciplinei</i>)</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Cunoaște și înțelege fundamentele și principiile consilierii de tip REBT;▪ Cunoaște domeniile de aplicare ale consilierii de tip REBT▪ Descrie și caracterizează modele de conceptualizare a problemelor de natură psihologică utilizate în consilierea de tip REBT;▪ Cunoaște particularitățile consilierii de tip REBT pentru copii și adolescenți;▪ Aplică principiile cercetării psihologice fundamentale și aplicative în domeniul consilierii de tip REBT. <p>2. Explicare și interpretare (<i>explicarea și interpretarea unor idei, proiecte, procese, precum și a conținuturilor teoretice și practice ale disciplinei</i>)</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Analizează procesele psihologice aflate la baza tulburărilor sociale, emoționale și de comportament;▪ Argumentează principiile care fundamentează activitatea de diagnostic și evaluare a tulburărilor sociale, emoționale și comportamentale;▪ Explică și interpretează principiile și mecanismele care fundamentează tehnicile de prevenție și intervenție în consilierea de tip REBT;▪ Stăpânește modalitatea de aplicare a strategiilor de prevenție și de intervenție la copii și adolescenți. <p>3. Instrumental – aplicative (<i>proiectarea, conducerea și evaluarea activităților practice specifice; utilizarea unor metode, tehnici și instrumente de investigare și de aplicare</i>)</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Utilizează strategii de consiliere psihologică cognitiv-comportamentală▪ Probează abilități de bază în desfășurarea activității de evaluare psihologică;▪ Utilizează principalele strategii de prevenție și intervenție specifice în consilierea de tip REBT▪ Aplică diferite metode de prevenție și intervenție la copii și adolescenți;▪ Proiectează și conduce cercetări psihologice fundamentale și aplicative în domeniul consilierii de tip REBT. <p>4. Atitudinale (<i>manifestarea unei atitudini pozitive și responsabile față de domeniul științific / cultivarea unui mediu științific centrat pe valori și relații democratice / promovarea unui sistem de valori culturale, morale și civice / valorificarea optimă și creativă a propriului potențial în activitățile științifice / implicarea în dezvoltarea instituțională și în promovarea inovațiilor științifice / angajarea în relații de parteneriat cu alte persoane - instituții cu responsabilități similare / participarea la propria dezvoltare profesională</i>)</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Cultivă o atitudine responsabilă față de activitățile de promovare și menținere a sănătății psihice;▪ Manifestă și promovează valorile și principiile de deontologie profesională a consilierului psihologic.▪ Cultivă etica și deontologia profesională în desfășurarea activității de cercetare științifică și valorificarea rezultatelor acesteia;▪ Manifestă interes pentru dezvoltarea personală și profesională continuă;▪ Probează atitudine critică în abordarea științifică a personalității.▪ Colaborează cu colegi/profioniști/instituții de profil în vederea demarării unor parteneriate (programe de cercetare/aplicative)
--------------------------------	---

Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Comunică 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 autorefectiv.
--------------------------------	--

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Dezvoltarea competențelor specifice proiectării, implementării și evaluării unor programe de prevenție-intervenție asupra problemelor sociale, emoționale și comportamentale bazate pe principiile teoriei rațional-emoțive și comportamentale.
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Familiarizarea cursanților cu teoria și educația rațional - emotivă și comportamentală/ cognitiv-comportamentală ▪ Operarea cu conceptele specifice consilierii de tip REBT ▪ Pregătirea teoretică și practică în domeniul consilierii bazate pe programe de educație cognitiv comportamentală; ▪ Proiectarea de programe de prevenție și intervenție bazate pe principiile teoriei rațional emotive și comportamentale ▪ Aplicarea de tehnici și strategii de prevenție și intervenție de tip REBT, la copii și adolescenți, atât la nivel individual cât și la nivel de grup ▪ Familiarizarea cursanților cu privire la programele de dezvoltare socio-emoțională a copiilor și adolescenților

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Fundamentele teoriei rațional emotive și comportamentale (1) <ul style="list-style-type: none"> • Rațional vs irațional • Modelul ABC cognitiv 	prelegerea interactivă, învățarea în echipă, expunerea, brainstorming, învățarea prin descoperire	
2. Fundamentele teoriei rațional emotive și comportamentale (2) <ul style="list-style-type: none"> • Emoții funcționale și disfuncționale • Transformarea convingerilor iraționale în convingeri raționale 	prelegerea interactivă, învățarea în echipă, expunerea, brainstorming, învățarea prin descoperire	
3. Teoria/terapia rațional-emoțivă și	prelegerea interactivă, învățarea	

comportamentală. Suport empiric și eficacitate.	în echipă, expunerea, brainstorming, învățarea prin descoperire	
4. Pașii procesului de consiliere de tip REBT (1)	prelegerea interactivă, învățarea în echipă, expunerea, brainstorming, învățarea prin descoperire	
5. Pașii procesului de consiliere de tip REBT (2)	prelegerea interactivă, învățarea în echipă, expunerea, brainstorming, învățarea prin descoperire	
6. Particularități ale consilierii de tip REBT la copii și adolescenți	prelegerea interactivă, învățarea în echipă, expunerea, brainstorming, învățarea prin descoperire	
7. Evaluarea și tratamentul REBT la copii	prelegerea interactivă, învățarea în echipă, expunerea, brainstorming, învățarea prin descoperire	
8. Evaluarea și tratamentul REBT la adolescenți	prelegerea interactivă, învățarea în echipă, expunerea, brainstorming, învățarea prin descoperire	
9. Particularități ale consilierii REBT de grup	prelegerea interactivă, învățarea în echipă, expunerea, brainstorming, învățarea prin descoperire	
10. Aplicații ale teoriei rațional emotive și comportamentale în practica educațională. Educația rațional-emotivă și comportamentală.	prelegerea interactivă, învățarea în echipă, expunerea,	

	brainstorming, învățarea prin descoperire	
11. Specificul programelor EREC implementate în școală	prelegerea interactivă, învățarea în echipă, expunerea, brainstorming, învățarea prin descoperire	
12. Programul de dezvoltare socio-emoțională SELF KIT	prelegerea interactivă, învățarea în echipă, expunerea, brainstorming, învățarea prin descoperire	
13. Strategii de colaborare cu părinții și profesorii	prelegerea interactivă, învățarea în echipă, expunerea, brainstorming, învățarea prin descoperire	
14. Educație și formare în consilierea de tip REBT	prelegerea interactivă, învățarea în echipă, expunerea, brainstorming, învățarea prin descoperire	
8.2 Seminar		
	Metode de predare	Observații
1. Aplicații ale modelului ABC cognitiv	prelegerea interactivă, învățarea în echipă, brainstorming, brainwriting, învățarea prin descoperire, turul galeriei, știu/vreau să știu/am învățat, gândiți/în perechi/comunicați, studiul de caz, metoda cubului, învățarea dirijată	
2. Simularea procesului de consiliere psihologică cognitiv comportamentală	prelegerea interactivă, învățarea în echipă, brainstorming, brainwriting, învățarea prin	

	descoperire, turul galeriei, știu/vreau să știu/am învățat, gândiți/în perechi/comunicați, studiul de caz, metoda cubului, învățarea dirijată	
3. Strategii de disputare a cognițiilor iraționale	prelegerea interactivă, învățarea în echipă, brainstorming, brainwriting, învățarea prin descoperire, turul galeriei, știu/vreau să știu/am învățat, gândiți/în perechi/comunicați, studiul de caz, metoda cubului, învățarea dirijată	
4. Depresia la copii și adolescenți. Evaluare și consiliere în abordarea REBT.	prelegerea interactivă, învățarea în echipă, brainstorming, brainwriting, învățarea prin descoperire, turul galeriei, știu/vreau să știu/am învățat, gândiți/în perechi/comunicați, studiul de caz, metoda cubului, învățarea dirijată	
5. Anxietatea la copii și adolescenți. Evaluare și consiliere în abordarea REBT.	prelegerea interactivă, învățarea în echipă, brainstorming, brainwriting, învățarea prin descoperire, turul galeriei, știu/vreau să știu/am învățat, gândiți/în perechi/comunicați, studiul de caz, metoda cubului, învățarea dirijată	
6. Strategii de elaborare a programelor de tip EREC: prevenția problemelor sociale și emoționale la copii și adolescenți	prelegerea interactivă, învățarea în echipă, brainstorming, brainwriting,	

	<p>învățarea prin descoperire, turul galeriei, știu/vreau să știu/am învățat, gândiți/în perechi/comunicați, studiul de caz, metoda cubului, învățarea dirijată</p>	
<p>7. Aplicații ale SELF KIT în consilierea individuală și de grup</p>	<p>prelegerea interactivă, învățarea în echipă, brainstorming, brainwriting, învățarea prin descoperire, turul galeriei, știu/vreau să știu/am învățat, gândiți/în perechi/comunicați, studiul de caz, metoda cubului, învățarea dirijată</p>	

Bibliografie obligatorie:

- David, D. (2006). *Tratat de Psihoterapie Cognitive și Comportamentale*. Iași: Editura Polirom.
- Dryden, W., & DiGiuseppe, R. (2003). *Ghid de terapie rațional-emoțională și comportamentală*. Cluj-Napoca: Editura Asociației de Științe Cognitive din România.
- Ellis, A.; Bernard, M., (2003), *Terapia rațional-emoțională și comportamentală în tulburările copilului și adolescentului*, Romanian Psychological testing Services, Cluj Napoca.

Bibliografie opțională:

- Bernard, M.E. (2004). Emotional resilience in children: implications for Rational Emotive Education. *Romanian Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies*, 4, 39-52.
- Knaus, W. (2004). Rational Emotive Education: Trends and directions. *Romanian Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies*, 4 (1), 8-22.
- Opre, A., & David, D. (2006). Dezvoltarea inteligenței emoționale prin programe de educație rațional-emoțională și comportamentală. *Alexandru Roșca 1906-1996 – Omul, savantul și creatorul de școală*. București: Editura Academiei Române.
- Opre, A., (coord) , Damian, L., Ghimbuluț, O., Gibă, R., Macavei, B., Ormenișan-calbaza, M., Rebegea, O., Vaida, S. (2010). *Lumea lui SELF. Povești pentru dezvoltarea socio-emoțională a copiilor preșcolari*. Editura ASCR

Vernon, A. (1998b). *The passport program: A journey through emotional, social, cognitive, and self-development, grades 6-8*. Champaign, IL: Research Press.

Vernon, A. (1998c). *The passport program: A journey through emotional, social, cognitive, and self-development, grades 9-12*. Champaign, IL: Research Press.

Vernon, A. (2004). *Consilierea în școală: dezvoltarea inteligenței emoționale prin educație rațional-emoțională și comportamentală*. Cluj-Napoca: Editura ASCR.

Waters, V. (2003). *Povești raționale pentru copii*. Cluj-Napoca: Editura ASCR.

!!! Notă: din lucrările menționate mai sus, este obligatorie parcurgerea doar a capitolelor aferente temelor predate la curs și seminar.

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

Temele de curs și seminar propuse sunt subiecte de actualitate în cercetarea fundamentală și aplicativă din domeniul psihologiei, iar abordarea lor în cadrul acestei discipline se bazează pe rezultatele recente din literatura de specialitate. De asemenea, tematica disciplinei acoperă conceptele majore relevante pentru aplicațiile psihologiei cerute pe piața muncii și pentru standardele comunității profesionale.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Modul de analiză, sinteză și integrare a informației teoretice	Examen	70%
10.5 Seminar/laborator	Modul de analiză, sinteză și transfer a cunoștințelor teoretice în aplicații practice	Proiect	30%
10.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none">• Condițiile simultane, pentru promovarea examenului la <i>Consiliere psihologică: programe de intervenție cognitiv-comportamentală</i> sunt:<ul style="list-style-type: none">- Minim 3,50 puncte la examenul scris din cele 7 puncte maxim posibile- Minim 5 puncte din nota finală (punctaj reunit: proiect și examen)			

Data completării

.....

Semnătura titularului de curs

.....

Semnătura titularului de seminar

.....

Data avizării în departament

.....

Semnătura directorului de departament

.....