

## 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/ Psihologie clinică și psihoterapie
1.4 Domeniul de studii	Psihologie
1.5 Ciclul de studii	Masterat
1.6 Programul de studiu / Calificarea	Psihologie judiciară

### 2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Aplicații judiciare ale psihologiei pozitive						
2.2 Titularul activităților de curs	Prof. dr. Aurora Szentagotai-Tătar						
2.3 Titularul activităților de seminar	Lect. dr. Lia Oltean						
2.4 Anul de studiu	1	2.5 Semestrul	2	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	Opțional

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	2	Din care: 3.2 curs	1	3.3 seminar/laborator	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	Din care: 3.5 curs	14	3.6 seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp:					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					42
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					21
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					27
Tutoriat					4
Examinări					2
Alte activități: cercetare					1
3.7 Total ore studiu individual					90
3.8 Total ore pe semestru					75
3.9 Numărul de credite					3

### 4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Psihologie aplicată în domeniul judiciar</li> <li>• Psihologie clinică judiciară</li> <li>• Științe cognitive aplicate în context judiciar</li> </ul>
4.2 de competențe	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacitate de transfer și adaptare a cunoștințelor de psihologie judiciară la domeniul psihologiei pozitive</li> <li>• Deținerea unor competențe de bază de diagnostic și evaluare psihologică</li> <li>• Deținerea unor competențe de bază privind elaborarea programelor de prevenție și intervenție psihologică</li> </ul>

## 5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 De desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sală de curs cu minim 50 locuri, calculator și videoproiector, tablă, flipchart, instrumente de scris</li></ul>
5.2 De desfășurare a seminarului/laboratorului	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sală de curs cu minim 30 locuri, calculator și videoproiector, tablă, flipchart, instrumente de scris</li></ul>

## 6. Competențele specifice acumulate

<b>Competențe profesionale</b>	<p><b>1. Cunoștințe</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Înțelege istoricul și conceptele cheie din psihologia pozitivă</li><li>• Înțelege și explică necesitatea și utilitatea studiului psihologic al stării de bine și experiențelor pozitive</li><li>• Cunoaște și problematizează aspectele cheie ale stării de bine și sănătății mintale</li><li>• Cunoaște principalele strategii de prevenție și intervenție promovate de psihologia pozitivă</li></ul> <p><b>2. Abilități</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Aplică conceptele relevante din psihologia pozitivă în domeniul prevenției problemelor psihologice și al optimizării personale în context judiciar</li><li>• Aplică aspectele relevante din psihologia pozitivă în domeniul tratamentului tulburărilor mintale în context judiciar</li><li>• Planifică și realizează cercetare în domeniul psihologiei pozitive</li></ul>
<b>Competențe</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Analizează critic literatura de specialitate</li><li>• Utilizează principiile argumentării corecte și elaborează prezentări publice</li><li>• Implementează demersuri de cercetare în psihologie</li><li>• Manifestă interes pentru dezvoltare personală și profesională continuă</li></ul>

## 7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"><li>• Oferirea de cunoștințe privind studiul psihologic al stării de bine/fericirii și experiențelor umane pozitive, cu focalizare asupra aplicațiilor și implicațiilor în domeniul judiciar</li></ul>
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"><li>• Prezentare și discutarea istoriei și conceptelor cheie din psihologia pozitivă</li><li>• Argumentare necesității și utilității studiului psihologic al stării de bine și experiențelor pozitive</li><li>• Facilitarea transferului aspectelor relevante din psihologia pozitivă în domeniul prevenției problemelor psihologice, al optimizării personale și al managementului problemelor emoționale</li><li>• Facilitarea transferului aspectelor relevante din psihologia pozitivă în domeniul psihologiei judiciare</li></ul>

## 8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Psihologia pozitivă – fundamente și istoric	Prelegerea interactivă, Descoperire dirijată, Întrebări deschise	
2. Starea de bine/fericirea și măsurarea acesteia	Prelegerea interactivă, Descoperire dirijată, Întrebări deschise	
3. Punctele forte și măsurarea acestora	Prelegerea interactivă, Descoperire dirijată, Întrebări deschise	
4. Emoțiile pozitive și impactul acestora asupra funcționării psihologice	Prelegerea interactivă, Descoperire dirijată, Întrebări deschise	
5. Reglarea emoțională	Prelegerea interactivă, Descoperire dirijată, Întrebări deschise	
6. Reglarea emoțiilor pozitive	Prelegerea interactivă, Descoperire dirijată, Întrebări deschise	
7. Altruismul și empatia	Prelegerea interactivă, Descoperire dirijată, Întrebări deschise	
8. Auto-compasiunea	Prelegerea interactivă, Descoperire dirijată, Întrebări deschise	
9. Optimismul	Prelegerea interactivă, Descoperire dirijată, Întrebări deschise	
10. Speranța	Prelegerea interactivă, Descoperire dirijată, Întrebări deschise	
11. Recunoștința	Prelegerea interactivă, Descoperire dirijată, Întrebări deschise	
12. Relații sociale și impactul lor asupra sănătății fizice și psihice	Prelegerea interactivă, Descoperire dirijată, Întrebări deschise	
13. Reziliența psihologică și dezvoltarea post-traumatică	Prelegerea interactivă, Descoperire dirijată,	

	Întrebări deschise	
14. Promovarea sănătății mentale din perspectiva psihologiei pozitive	Prelegerea interactivă, Descoperire dirijată, Întrebări deschise	

**Bibliografie:**

- Carr, A. (2004). Positive psychology. The science of happiness and human strengths. (Capitolul 8: Positive relationships). Brunner-Routledge.
- Carver, S. C., Scheier, M. F., & Segerstrom, S. C. (2010). Optimism. *Clinical Psychology Review*, 30, 879-889.
- Cohen, S. (2004). Social relationships and health. *American psychologist*, 59(8), 676.
- Costanzo, M., & Krauss, D. (2012). Forensic and legal psychology. Psychological science applied to law. New York: Worth Publishers.
- Dahlsgaard, K., Peterson, K., & Seligman, M. (2005). Shared virtue: The convergence of valued human strengths across culture and history. *Review of General Psychology*, 9, 203-213.
- Diener, E., Lucas, R., & Oishi, S. (2002). Subjective well being: The science of happiness and life satisfaction. In C. R. Snyder & S. Lopez (Eds). *Handbook of positive psychology*. Oxford University Press.
- Fredrickson, B. (2002). Positive emotions. In C. R. Snyder & S. Lopez (Eds). *Handbook of positive psychology*. Oxford University Press.
- Gilbert, P., & Procter, S. (2006). Compassionate mind training for people with high shame and self-criticism: Overview and pilot study of a group therapy approach. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*, 13(6), 353-379.
- Gredecki, N., & Turner, P. (2009). Positive psychology and forensic clients. Applications to relapse prevention in offending behaviour interventions. *British Journal of Psychology*, 4, 50-59.
- Neff, K. (2003). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and identity*, 2(2), 85-101.
- Seligman, M. (2002). Positive Psychology, positive prevention and positive psychotherapy. In C. R. Snyder & S. Lopez (Eds). *Handbook of positive psychology*. Oxford University Press.
- Seligman, M., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology. An introduction. *American Psychologist*, 55, 1-14.
- Seligman, M., Steen, T., Park, N., Peterson, C. (2005). Positive psychology progress. Empirical validation of interventions. *American Psychologist*, 60, 210-224.
- Snyder, C. R. (2002). Hope theory: Rainbows in the mind. *Psychological inquiry*, 13(4), 249-275.
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2007), Positive psychology. The scientific and practical exploration of human strengths. Thousand Oaks, CA: Sage Publications Inc. (Cap. 5, 9, 10, 11, 12, 13)
- Wai, S. Tse., & Yip, T. J. H. (2009). Relationship between dispositional forgiveness of others, interpersonal adjustment and psychological well-being: Implications for interpersonal theory of depression. *Personality and Individual Differences*, 46, 365-368.
- Weytens, F., Luminet, O., Verhofstadt, L. L., & Mikolajczak, M. (2014). An integrative theory-driven

8.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
1. Aplicații judiciare ale teoriilor privind starea de bine/fericirea	Descoperire dirijată, Dezbateri, Întrebări deschise	
2. Identificarea și dezvoltarea punctelor forte	Descoperire dirijată, Dezbateri, Întrebări deschise	
3. Strategii de intervenții privind îmbunătățirea reglării emoționale și de creștere a emoțiilor pozitive	Descoperire dirijată, Dezbateri, Întrebări deschise	
4. Starea de flux și cultivarea acesteia	Descoperire dirijată, Dezbateri, Întrebări deschise	
5. Aplicații ale intervențiilor de auto-compassiune în mediul judiciar	Descoperire dirijată, Dezbateri, Întrebări deschise	
6. Modalități de promovare a altruismului	Descoperire dirijată, Dezbateri, Întrebări deschise	
7. Optimismul: strategii de intervenție generale și specifice pentru mediul judiciar	Descoperire dirijată, Dezbateri, Întrebări deschise	
8. Impactul și promovarea speranței în mediul judiciar	Descoperire dirijată, Dezbateri, Întrebări deschise	
9. Recunoștința: strategii de intervenție în mediul judiciar	Descoperire dirijată, Dezbateri, Întrebări deschise	
10. Promovarea relațiilor sociale în mediul judiciar	Descoperire dirijată, Dezbateri, Întrebări deschise	
11. Evaluarea și dezvoltarea înțelepciunii	Descoperire dirijată, Dezbateri, Întrebări deschise	
12. Facilitarea dezvoltării post-traumatice în intervențiile psihologice	Descoperire dirijată, Dezbateri, Întrebări deschise	
13. Iertarea: aplicații în intervențiile psihologice	Descoperire dirijată, Dezbateri, Întrebări deschise	
14. Intervenții pozitive structurale pentru promovarea sănătății mentale în contexte relevante pentru psihologia judiciară	Descoperire dirijată, Dezbateri, Întrebări deschise	

**Bibliografie:**

Ardelt, M. (2003). Empirical assessment of a three-dimensional wisdom scale. *Research on aging*, 25(3), 275-324.

Ardelt, M. (2004). Wisdom as expert knowledge system: A critical review of a contemporary operationalization of an ancient concept. *Human development*, 47(5), 257-285.

Baltes, P. B., & Staudinger, U. M. (2000). Wisdom: A metaheuristic (pragmatic) to orchestrate mind and virtue toward excellence. *American psychologist*, 55(1), 122.

Dahlsgaard, K., Peterson, K., & Seligman, M. (2005). Shared virtue: The convergence of valued human

- strengths across culture and history. *Review of General Psychology*, 9, 203-213.
- Fairholme, C. P., Boisseau, C. L., Ellard, K. K., Ehrenreich, J. T., & Barlow, D. H. (2010). Emotions, emotion regulation, and psychological treatment: A unified perspective. In A. M. Kring & D. M. Sloan (Eds.), *Emotion regulation and psychopathology: A transdiagnostic approach to etiology and treatment* (pp. 283-309). New York, NY, US: Guilford Press.
- Fredrickson, B. L. (2013). Positive emotions broaden and build. In *Advances in experimental social psychology* (Vol. 47, pp. 1-53). Academic Press.
- Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1-26.
- Kaplan, R. L., Van Damme, I., & Levine, L. J. (2012). Motivation matters: Differing effects of pre-goal and post-goal emotions on attention and memory. *Frontiers in psychology*, 3, 404.
- Kasser, T. (2002). The good life or the goods life? Positive psychology and personal well being in a culture of consumption. In A. Linley & S. Joseph. *Positive psychology in practice*. New York: John Wiley and Sons.
- Nakamura, J., & Csikszentmihalyi, M. (2014). The concept of flow. In *Flow and the foundations of positive psychology* (pp. 239-263). Springer, Dordrecht.
- Personality and Individual Differences*, 46, 365-368.
- Quoidbach, J., Berry, E. V., Hansenne, M., & Mikolajczak, M. (2010). Positive emotion regulation and well-being: Comparing the impact of eight savoring and dampening strategies. *Personality and individual differences*, 49(5), 368-373.
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2007), *Positive psychology. The scientific and practical exploration of human strengths*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications Inc. (Cap. 5, 9, 10, 11, 12, 13)
- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological review*, 93(2), 119.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). A clinical approach to posttraumatic growth. In A. Linley & S. Joseph (Eds.), *Positive psychology in practice*, (pp. 405-419) John Wiley & Sons.
- Tiba, A., & Szentagotai, A. (2005). POSITIVE EMOTIONS AND IRRATIONAL BELIEFS. DYSFUNCTIONAL POSITIVE EMOTIONS IN HEALTHY INDIVIDUALS. *Journal of Cognitive & Behavioral Psychotherapies*, 5(1).
- Wai, S. Tse., & Yip, T. J. H. (2009). Relationship between dispositional forgiveness of others, interpersonal adjustment and psychological well-being: Implications for interpersonal theory of depression.
- Wood, A., & Tarrier, N. (2005). Positive clinical psychology: A new vision and strategy for integrated research and practice. *Clinical Psychology Review*, 30, 819-829.
- Zoellner, T., & Maercker, A. (2006). Posttraumatic growth in clinical psychology—A critical review and introduction of a two component model. *Clinical psychology review*, 26(5), 626-653.

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

- Conținuturile predate și competențele vizate au fost elaborate în acord cu standardele internaționale de predare/cercetare în domeniul psihologiei pozitive. În același timp, tematica disciplinei acoperă conceptele cheie și modelele paradigmatiche cele mai relevante pentru aplicațiile psihologiei, solicitate

de către practicieni și care răspund, în același timp, standardelor 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	Evaluare finală: test de cunoștințe (grilă și/sau redacțional)	60%
10.5 Seminar/laborator	Modul de analiză, sinteză și transfer a cunoștințelor teoretice în aplicații practice	Evaluare pe parcurs	40%
10.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"><li>• Prezența la seminarii - minim 75%</li><li>• Condițiile simultane pentru promovarea examenului la cursul <i>Aplicații judiciare ale psihologiei pozitive</i> sunt:<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Minim 50% din punctajul aferent examenului final scris pentru temele de curs.</li><li>➤ Minim 50% din punctajul aferent evaluării la seminar (punctaj reunit: evaluare pe parcurs și finală)</li></ul></li></ul>			

Data completării

14.09.2023

Semnătura titularului de curs.

Prof. dr. Aurora Szentgotai-Tătar