

1. FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția învățământ superior	▪ Universitatea Babeș-Bolyai, Cluj-Napoca
1.2. Facultatea	▪ Psihologie și Științe ale Educației
1.3. Departamentul	▪ Didactica Științelor Exacte
1.4. Domeniul de studii	▪ Științe ale Educației
1.5. Ciclul de studii	▪ Master
1.6. Programul de studii / Calificarea	Management Curricular/ Master`s Degree
1.7. Forma de învățământ	▪ FR

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Consiliere psihologică: programe de intervenție cognitiv-comportamentală			Codul disciplinei	PMR5136			
2.2. Titularul activităților de curs	Prof.univ.dr. Nicolae Adrian Opre							
2.3. Titularul activităților de seminar / laborator / proiect	Dr. Daniela Dumulescu							
2.4. Anul de studiu	II	2.5. Semestrul	II	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	Conținut	DSIN
							Obligativitate	OBL

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

3.1. Număr de ore pe săptămână – forma cu frecvență	3			din care: 3.2. curs	2	3.3. seminar/ laborator/ proiect	1
3.4. Total ore pe semestru – forma ID / IFR	175	din care: 3.5. SI	139	AI	24	3.6. ST (6) + SF (6) + L (0) + P (0)	12
Distribuția fondului de timp pentru studiul individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)							163 ore
3.5.1. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe (AI)							24
3.5.2. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren							63
3.5.3. Pregătire seminare/ laboratoare/ proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri							63
3.5.4. Tutoriat (consiliere profesională)							5
3.5.5. Examinări							6
3.5.6. Alte activități							2
3.7. Total ore studiu individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)	163						
3.8. Total ore pe semestru (număr ECTS x 25 de ore)	175						
3.9. Numărul de credite	7						

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	Nu există condiționări pentru parcurgerea acestui curs
4.2. de competențe	Deținerea unor competențe de bază pentru derularea de proiecte de consiliere psihologica

	Capacitate și transfer de cunoștințe la diverse categorii de probleme de factură psihologică și didactică Cunoașterea și înțelegerea aplicațiilor psihologice în context educațional
--	---

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	Sală de curs de minim 50 de locuri, calculator, videoproiector, flichart, tablă, instrumente de scris
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului/ proiectului	Sală de curs de minim 25 de locuri, calculator, videoproiector, flichart, tablă, instrumente de scris

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	<p>Cunoștințe Cunoașterea și înțelegerea cunoștințelor fundamentale ale consilierii de tip REBE Conceptualizarea problemelor copiilor și adolescenților prin prisma teoriei de tip REBE Explicarea contextuală a principiilor și mecanismelor psihologice care fundamentează programe de tip REBE</p> <p>Abilități Adaptează strategii de prevenție de tip REBE în activitatea la clasă Proiectează programe de prevenție de tip REBE la clasă Evaluează critic pașii intervențiilor derulate și stabilește din timp rezultatele</p>
Competențe transversale	<p>Cultivarea deontologiei profesionale în desfășurarea proiectelor de tip REBE la clasă Fundamentarea programelor de intervenție la clasă Manifestarea interesului continuu pentru dezvoltarea personală și profesională continuă</p>

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

7.1. Obiectivul general al disciplinei	Dezvoltarea competențelor specifice proiectării, implementării și evaluării de programe educaționale ce au la bază principiile educației rațional emotivă și comportamentală.
7.2. Obiectivele specifice	Familiarizarea cursanților cu conceptele cheie specifice teoriei rațional emotivă și comportamentală Aplicarea de tehnici și strategii de prevenție specifice teoriei rațional emotivă și comportamentală

8. Conținuturi

8.1. AI, SI	Metode de predare-învățare	Observații (procent din timpul total acordat studiului individual)
Modulul 1: Educația rațional emotivă și comportamentală	Studiu individual al suportului de curs și al bibliografiei recomandate	25% din AI, SI echivalentul a aproximativ 41 ore

Modulul 2: Consiliere rațional-emoțională adresată copilului și adolescentului	Studiu individual al suportului de curs și al bibliografiei recomandate	50% din AI, SI echivalentul a aproximativ 81 ore
Modulul 3: Programul de dezvoltare socio-emoțională SELF-KIT	Studiu individual al suportului de curs și al bibliografiei recomandate	25% din AI, SI echivalentul a aproximativ 41 ore

Bibliografie modul 1

American Academy of Pediatrics (2021). *AAP-AACAP-CHA Declaration of a National Emergency in Child and Adolescent Mental Health*. Available online at: <http://www.aap.org/en/advocacy/child-and-adolescent-healthy-mental-development/aap-aacap-cha-declaration-of-a-national-emergency-in-child-and-adolescent-mental-health/>

Benga, O., Buzgar, R., Dumulescu, D., Opre, A. (2019). Dezvoltarea abilităților socio-emoționale în copilărie și adolescență. Toolkit. Instrumente de lucru destinate consilierilor școlari, editura Alpha MDN Buzău.

Benga, O., Dumulescu, D., Opre, A., (eds, 2018). Analiza practicilor psihoeducative privind dezvoltarea abilităților non-cognitive la copii și adolescent, Alpha MDN Buzău.

Bruns, E. J., Duong, M. T., Lyon, A. R., Pullmann, M. D., Cook, C. R., Cheney, D., et al. (2016). Fostering SMART partnerships to develop an effective continuum of behavioral health services and supports in schools. *Am. J. Orthopsychiatry* 86, 156–170. doi: 10.1037/ort0000083

Choi, SY, Rusch, A, Koschmann, E, Bilek, EL, Lane, A, Abelson, JL, Eisenberg, D, Himle, JA, Fitzgerald, KD, Liebrecht, C, Kilbourne, AM and Smith, SN (2022) How Effective Are School Professionals at Identifying Students Who Might Benefit From Cognitive Behavioral Therapy? Baseline Data From the Adaptive School-Based Implementation of Cognitive Behavioral Therapy Trial. *Front. Educ.* 7:814157. doi: 10.3389/educ.2022.814157

Dryden, W., & DiGiuseppe, R. (2003). Ghid de terapie Rațional Emotivă și Comportamentală. Cluj-Napoca: Editura Asociației de Științe Cognitive din România.

Dumulescu D., Matei C., (2017), *Adolescența explicată*, editura Alpha MDN Buzău

Ellis, A. & Bernard M. (2003). Terapia rațional emotivă și comportamentală în tulburările copilului și adolescentului, Romanian Psychological testing Services, Cluj-Napoca

Joyce-Beaulieu, D., & Sulkowski, M. L. (2020). *Cognitive behavioral therapy in K-12 school settings: A practitioner's workbook*(2nd ed.). Springer Publishing Company.

Knaus, W.J. (2004). Educația rațional emotivă: orientări și tendințe, în Romanian Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies, 4, 1; 9–22.

Opre A., (coord), Balica M., Buzgar R., Dumulescu D., Macavei B., (2020). Ghid dezvoltare socio-emoțională-licee, lucrare elaborată în cadrul Proiectului privind Învățământul Secundar / Romania Secondary Education Project – ROSE Finanțat de Banca Internațională pentru Reconstrucție și Dezvoltare prin Acordul de împrumut nr. 8481-RO, Ministerul Educației și Cercetării, Unitatea de Management al Proiectelor cu Finanțare Externă, ISBN: 978-973-0-31959-0

Opre A., (coord), Balica M., Buzgar R., Dumulescu D., Macavei B., (2020). Ghid dezvoltare personală și coaching-universități, lucrare elaborată în cadrul Proiectului privind Învățământul Secundar / Romania Secondary Education Project – ROSE Finanțat de Banca Internațională pentru Reconstrucție și Dezvoltare prin Acordul de împrumut nr. 8481-RO, Ministerul Educației și Cercetării, Unitatea de Management al Proiectelor cu Finanțare Externă, ISBN 978-973-0-319-53-8;

Opre A., (coord), Balica M., Buzgar R., Dumulescu D., Macavei B., (2020). Ghid dezvoltare personală și coaching-licee, lucrare elaborată în cadrul Proiectului privind Învățământul Secundar / Romania Secondary Education Project – ROSE Finanțat de Banca Internațională pentru Reconstrucție și Dezvoltare prin Acordul de împrumut nr. 8481-RO, Ministerul Educației și Cercetării, Unitatea de Management al Proiectelor cu Finanțare Externă, ISBN 978-973-0-319-51-4

Opre A., (coord), Balica M., Buzgar R., Dumulescu D., Macavei B., (2020). Ghid dezvoltare socio-emotionala-universitati, lucrare elaborată în cadrul Proiectului privind Învățământul Secundar / Romania Secondary Education Project – ROSE Finanțat de Banca Internațională pentru Reconstrucție și Dezvoltare prin Acordul de împrumut nr. 8481-RO, Ministerul Educației și Cercetării, Unitatea de Management al Proiectelor cu Finanțare Externă, ISBN

Opre, A. (2023). Consiliere psihologică: programe de intervenție cognitiv-comportamentală, Suport de curs în format electronic IFR, Universitatea Babeș-Bolyai, Cluj-Napoca

Tse ZWM, Emad S, Hasan MK, Papathanasiou IV, Rehman IU, Lee KY. School-based cognitive-behavioural therapy for children and adolescents with social anxiety disorder and social anxiety symptoms: A systematic review. *PLoS One*. 2023 Mar 20;18(3):e0283329. doi: 10.1371/journal.pone.0283329. PMID: 36940221; PMCID: PMC10027184.

Joyce-Beaulieu, D., & Sulkowski, M. L. (2020). *Cognitive behavioral therapy in K-12 school settings: A practitioner's workbook*(2nd ed.). Springer Publishing Company.

Knaus, W.J. (2004). Educația rațional emotivă: orientări și tendințe, în *Romanian Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies*, 4, 1; 9–22.

Bibliografie modul 2

American Academy of Pediatrics (2021). *AAP-AACAP-CHA Declaration of a National Emergency in Child and Adolescent Mental Health*. Available online at: <http://www.aap.org/en/advocacy/child-and-adolescent-healthy-mental-development/aap-aacap-cha-declaration-of-a-national-emergency-in-child-and-adolescent-mental-health>

Benga O., Buzgar R., Dumulescu D., Opre A., (2019). Dezvoltarea abilităților socio- emoționale în copilărie și adolescență. Toolkit. Instrument de lucru destinate consilierilor școlari, editura Alpha MDN Buzău.

Benga O, Dumulescu D., Opre A., (eds, 2018). Analiza practicilor psihoeducationale privind dezvoltarea abilitatilor non-cognitive la copii si adolescent, Alpha MDN Buzău.

Bernard, M.E., Ellis, A. și Terjesen, M. (2006). Rational Emotive Behavior Approaches to Childhood Disorders: History, Theory, Practice and Research, în A. Ellis și M.E. Bernard (eds.), *Rational Emotive Behavioral Approaches to Childhood Disorders. Theory, Practice and Research*. Springer Science + Business Media, New-York.

Choi SY, Rusch A, Koschmann E, Bilek EL, Lane A, Abelson JL, Eisenberg D, Himle JA, Fitzgerald KD, Liebrecht C, Kilbourne AM and Smith SN (2022) How Effective Are School Professionals at Identifying Students Who Might Benefit From Cognitive Behavioral Therapy? Baseline Data From the Adaptive School-Based Implementation of Cognitive Behavioral Therapy Trial. *Front. Educ.* 7:814157. doi: 10.3389/educ.2022.814157

Dumulescu D., Matei C., (2017), *Adolescența explicată*, editura Alpha MDN Buzău

Joyce-Beaulieu, D., & Sulkowski, M. L. (2020). *Cognitive behavioral therapy in K-12 school settings: A practitioner's workbook*(2nd ed.). Springer Publishing Company.

McMahon, J., Vernon, A. Trip, S. (2007). Effectiveness of Rational-emotive Education: a Quantitative Meta-analytical Study, în *Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies*, 7, 1; 81–93.

Opre A., (coord), Balica M., Buzgar R., Dumulescu D., Macavei B., (2020). Ghid dezvoltare socio-emotionala-licee, lucrare elaborată în cadrul Proiectului privind Învățământul Secundar / Romania Secondary Education Project – ROSE Finanțat de Banca Internațională pentru Reconstrucție și Dezvoltare prin Acordul de împrumut nr. 8481-RO, Ministerul Educației și Cercetării, Unitatea de Management al Proiectelor cu Finanțare Externă, ISBN: 978-973-0-31959-0

Opre A., (coord), Balica M., Buzgar R., Dumulescu D., Macavei B., (2020). Ghid dezvoltare personala si coaching-universitati, lucrare elaborată în cadrul Proiectului privind Învățământul Secundar / Romania Secondary Education Project – ROSE Finanțat de Banca Internațională pentru Reconstrucție și Dezvoltare prin Acordul de împrumut nr. 8481-RO, Ministerul Educației și Cercetării, Unitatea de Management al Proiectelor cu Finanțare Externă, ISBN 978-973-0-319-53-8;

Opre A., (coord), Balica M., Buzgar R., Dumulescu D., Macavei B., (2020). Ghid dezvoltare personala si coaching-licee, lucrare elaborată în cadrul Proiectului privind Învățământul Secundar / Romania Secondary Education Project – ROSE Finanțat de Banca Internațională pentru Reconstrucție și Dezvoltare prin Acordul de împrumut nr. 8481-RO, Ministerul Educației și Cercetării, Unitatea de Management al Proiectelor cu Finanțare Externă, ISBN 978-973-0-319-51-4

Opre A., (coord), Balica M., Buzgar R., Dumulescu D., Macavei B., (2020). Ghid dezvoltare socio-emotionala-universitati, lucrare elaborată în cadrul Proiectului privind Învățământul Secundar / Romania Secondary Education Project – ROSE Finanțat de Banca Internațională pentru Reconstrucție și Dezvoltare prin Acordul de împrumut nr. 8481-RO, Ministerul Educației și Cercetării, Unitatea de Management al Proiectelor cu Finanțare Externă, ISBN

Opre, A. & David, D. (2006). Dezvoltarea inteligenței emoționale prin programe de educație rațional emotivă și comportamentală, Alexandru Roșca 1906-1996 – Omul, savantul și creatorul în școală, București: Editura Academiei Române.

Opre, A. (2023). Consiliere psihologică: programe de intervenție cognitiv-comportamentală, Suport de curs în format electronic IFR, Universitatea Babeș-Bolyai, Cluj-Napoca

Tse ZWM, Emad S, Hasan MK, Papathanasiou IV, Rehman IU, Lee KY. School-based cognitive-behavioural therapy for children and adolescents with social anxiety disorder and social anxiety symptoms: A systematic review. *PLoS One*. 2023 Mar 20;18(3):e0283329. doi: 10.1371/journal.pone.0283329. PMID: 36940221; PMCID: PMC10027184.

Bibliografie modul 3

American Academy of Pediatrics (2021). *AAP-AACAP-CHA Declaration of a National Emergency in Child and Adolescent Mental Health*. Available online at: <http://www.aap.org/en/advocacy/child-and-adolescent-healthy-mental-development/aap-aacap-cha-declaration-of-a-national-emergency-in-child-and-adolescent-mental-health/>

Benga O., Buzgar R., Dumulescu D., Opre A., (2019). Dezvoltarea abilităților socio- emoționale în copilărie și adolescență. Toolkit. Instrument de lucru destinate consilierilor școlari, editura Alpha MDN Buzău.

Benga O, Dumulescu D., Opre A., (eds, 2018). Analiza practicilor psihoeducationale privind dezvoltarea abilitatilor non-cognitive la copii si adolescent, Alpha MDN Buzău.

Bernard, M. E. (2005). *The You Can Do It! Education images resource CD program*. Oakleigh, VIC (AUS): Australian Scholarships Group.

Choi SY, Rusch A, Koschmann E, Bilek EL, Lane A, Abelson JL, Eisenberg D, Himle JA, Fitzgerald KD, Liebrecht C, Kilbourne AM and Smith SN (2022) How Effective Are School Professionals at Identifying Students Who Might Benefit From Cognitive Behavioral Therapy? Baseline Data From the Adaptive School-Based Implementation of Cognitive Behavioral Therapy Trial. *Front. Educ.* 7:814157. doi: 10.3389/feduc.2022.814157

Dumulescu D., Matei C., (2017), *Adolescența explicată*, editura Alpha MDN Buzău

Joyce-Beaulieu, D., & Sulkowski, M. L. (2020). *Cognitive behavioral therapy in K-12 school settings: A practitioner's workbook*(2nd ed.). Springer Publishing Company.

Opre A., (coord), Balica M., Buzgar R., Dumulescu D., Macavei B., (2020). Ghid dezvoltare socio-emotionala-licee, lucrare elaborată în cadrul Proiectului privind Învățământul Secundar / Romania Secondary Education Project – ROSE Finanțat de Banca Internațională pentru Reconstrucție și Dezvoltare prin Acordul de împrumut nr. 8481-RO, Ministerul Educației și Cercetării, Unitatea de Management al Proiectelor cu Finanțare Externă, ISBN: 978-973-0-31959-0

.Opre A., (coord), Balica M., Buzgar R., Dumulescu D., Macavei B., (2020). Ghid dezvoltare personala si coaching-universitati, lucrare elaborată în cadrul Proiectului privind Învățământul Secundar / Romania Secondary Education Project – ROSE Finanțat de Banca Internațională pentru Reconstrucție și Dezvoltare prin Acordul de împrumut nr. 8481-RO, Ministerul Educației și Cercetării, Unitatea de Management al Proiectelor cu Finanțare Externă, ISBN 978-973-0-319-53-8;

Opre A., (coord), Balica M., Buzgar R., Dumulescu D., Macavei B., (2020). Ghid dezvoltare personala si coaching-licee, lucrare elaborată în cadrul Proiectului privind Învățământul Secundar / Romania Secondary Education Project – ROSE Finanțat de Banca Internațională pentru Reconstrucție și Dezvoltare prin Acordul de împrumut nr. 8481-RO, Ministerul Educației și Cercetării, Unitatea de Management al Proiectelor cu Finanțare Externă, ISBN 978-973-0-319-51-4

Opre A., (coord), Balica M., Buzgar R., Dumulescu D., Macavei B., (2020). Ghid dezvoltare socio-emotionala-universitati, lucrare elaborată în cadrul Proiectului privind Învățământul Secundar / Romania Secondary Education Project – ROSE Finanțat de Banca Internațională pentru Reconstrucție și Dezvoltare prin Acordul de împrumut nr. 8481-RO, Ministerul Educației și Cercetării, Unitatea de Management al Proiectelor cu Finanțare Externă, ISBN

Opre, A. (coord.), Damian, L., Ghimbuluț, O., Gibă, R., Macavei, B., Ormenișan-Calbază, M., Rebegea, O., Vaida, S. (2010). Lumea lui SELF: povești pentru dezvoltarea socio-emoțională a copiilor preșcolari, Editura ASCR.

Opre, A. (coord.), Damian, L., Ghimbuluț, O., Gibă, R., Macavei, B., Ormenișan-Calbază, M., Rebegea, O., Vaida, S. (2010). Lumea lui SELF: povești pentru dezvoltarea socio-emoțională a școlărilor, Editura ASCR.

Opre, A. (2023). Consiliere psihologică: programe de intervenție cognitiv-comportamentală, Suport de curs în format electronic IFR, Universitatea Babeș-Bolyai, Cluj-Napoca

Tse ZWM, Emad S, Hasan MK, Papathanasiou IV, Rehman IU, Lee KY. School-based cognitive-behavioural therapy for children and adolescents with social anxiety disorder and social anxiety symptoms: A systematic review. PLoS One. 2023 Mar 20;18(3):e0283329. doi: 10.1371/journal.pone.0283329. PMID: 36940221; PMCID: PMC10027184.

Vernon, A. (1989a). Thinking, feeling, behaving: An emotional education curriculum for children. Champaign, IL: Research Press.

Vernon, A. (1989b). Thinking, feeling, behaving: An emotional education curriculum for adolescents. Champaign, IL: Research Press.

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

8.2. ST	Metode de predare-învățare	Observații
Tema de control nr 1. Analizați comparativ cel puțin 2 programe de dezvoltare socio-emoțională (prin activități, prin povești raționale, prin acțiuni ce combină cele 2 elemente)	Analiza critică a unor materiale propuse de profesor și/sau studenți Comunicare cu tutorele prin mediul virtual	Tema de control va fi verificată de asistent și va reprezenta 25% din nota finală a disciplinei. Timp alocat: 3 ore
Tema de control nr 2. Propuneți o activitate ce se poate realiza în mediul academic, la nivel peșcolar, gimnazial sau liceal astfel încât activitatea să vizeze dezvoltarea de competențe	Analiza critică a materialelor propuse de profesor și/sau studenți. Comunicare cu tutorele prin mediul virtual	Tema de control va fi verificată de asistent și va reprezenta 25% din nota finală a disciplinei. Timp alocat: 3 ore

socio-emoționale în rândul beneficiarilor.		
Bibliografie: cea prezentată mai sus		
8.3. SF		
Se discută modulul 1 din suportul de curs	Prelegere interactivă bazată pe explicație, conversație, dezbateri.	Utilizarea de prezentări Power Point și materiale de lucru. Prelegerea va fi adaptată nevoilor studenților. Anumite teme vor fi aprofundate sau extinse iar altele vor fi parcurse mai succint. Timp alocat: 3 ore
Se discută modulele 2-3 din suportul de curs	Prelegere interactivă bazată pe explicație, conversație, dezbateri.	Utilizarea de prezentări Power Point și materiale de lucru. Prelegerea va fi adaptată nevoilor studenților. Anumite teme vor fi aprofundate sau extinse iar altele vor fi parcurse mai succint. Timp alocat: 3 ore
Bibliografie: cea prezentată mai sus.		
8.4. L / P	Metode de predare-învățare	Observații
Nu e cazul		
Bibliografie: cea prezentată mai sus.		

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

<ul style="list-style-type: none"> Disciplina <i>Consiliere psihologică: programe de intervenție cognitiv-comportamentală</i> completează disciplinele de consiliere și dezvoltare personal existente la nivelul învățământului preuniversitar Disciplina <i>Consiliere psihologică: programe de intervenție cognitiv-comportamentală</i> echipează cadrele didactice și actorii educaționale cu competențe care să vină în sprijinul programelor de consiliere psihologică existente în unitățile de învățământ Temele de curs și seminar propuse sunt subiecte de actualitate în cercetarea fundamentală și aplicativă din psihologie, iar abordarea lor în cadrul acestei discipline se bazează pe rezultatele recente din domeniu. Tematica disciplinei acoperă conceptele și strategiile majore de intervenție relevante pentru aplicațiile psihologiei solicitate pe piața muncii și care satisfac standardele profesionale.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1. Criterii de evaluare	10.2. Metode de evaluare	10.3. Pondere din nota finală
10.4. AI, SI	Cunoașterea celor mai importante aspecte ale suportului de curs	Examen scris	50%
10.5. ST / L / P	Capacitatea de aplicare a cunoștințelor teoretice în contexte practice	Evaluare tema de control nr. 1	25%
		Evaluare tema de control nr. 1	25%
Oficiu: 10 % (se calculează la fiecare componentă a notei)			
10.6. Standard minim de performanță Să obțină minimum nota 5 pentru fiecare criteriu de evaluare.			

Coordonator de disciplină
Prof.univ.dr. Adrian Opre

Asistent
Dr. Daniela Dumulescu

Data
Aprilie 2024

Responsabil de studii IFR,
Conf.univ. dr. Ioana-Cristina Magdaş