

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1.Instituția de învățământ superior	Universitatea de Vest „Vasile Goldiș” din Arad
1.2.Facultatea	FACULTATEA DE ȘTIINȚE SOCIO-UMANE ȘI EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.3.Departmentul	Științe Sociale și Umaniste
1.4.Domeniul de studii	Psihologie
1.5.Ciclul de studii	Masterat
1.6.Programul de studii/Calificarea	Psihologie clinică și psihoterapii

2.Date despre disciplină

2.1.Denumirea disciplinei	TERAPII COGNITIV-COMPORTAMENTALE						
2.2. Titularul activităților de curs	Lect.univ.dr. Diana Chisalita						
2.3.Titularul activităților de seminar	Lect.univ.dr. Diana Chisalita						
2.4. Anul de studiu	II	2.6.Semestrul	I	2.7. Tipul de evaluare	Ex	2.8.Regimul disciplinei	DI

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	6	din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar/laborator	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	84	din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar/laborator	12
Distribuția fondului de timp					Ore
Studiul după suport de curs, bibliografie și notițe					40
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					38
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					19
Tutoriat					14
Examinări					2
Alte activități: Elaborare proiect					20
3.7 Total ore studiu individual	133				
3.9 Total ore pe semestru	175				
3.10 Număr de credite	6				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	Nu este cazul
4.2 de competențe	Nu este cazul

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	Sala de curs cu videoproiector
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	Sala de seminar cu videoproiector

6. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale	<p>C.P.1 Definirea și utilizarea adecvată a noțiunilor specifice terapiei cognitive-comportamentale.</p> <p>C.P.2. Să explice și să interpreteze modelul sănătății și bolii specific terapiei cognitive-comportamentale</p> <p>C.P.3. Explicarea tipurilor de intervenții de tip cognitiv-comportamental.</p>
Competențe transversale	<p>CT1 Exercițarea sarcinilor profesionale conform principiilor deontologiei specifice în exercițarea profesiei</p> <p>CT2 Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipa multidisciplinară, pe diverse paliere ierarhice</p> <p>CT3 Autoevaluarea nevoilor de formare continuă în vederea adaptării competențelor profesionale la dinamica contextului social</p>

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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> • Transmiterea de cunoștințe avansate și formarea competențelor de implementare a unor demersuri de intervenție cognitive-comportamentală (cognitive-behavior therapy; CBT).
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> • Prezentarea elementelor de bază ale perspectivei cognitive-comportamentale asupra sănătății și psihopatologiei • Prezentarea și analiza critică a teoriilor avansate de principalele școli din paradigma cognitiv-comportamentală • Prezentarea mecanismelor etiopatogenetice ale tulburărilor psihice din perspectivă cognitiv-comportamentală • Formarea de abilități avansate de diagnostic și evaluare cognitiv-comportamentală • Dezvoltarea de competențe avansate privind realizarea conceptualizării cognitive-comportamentale a cazului • Formarea de competențe privind dezvoltarea și menținerea relației terapeutice în intervenția cognitiv-comportamentală • Prezentarea și implementarea unor protocoale de intervenție cognitive-comportamentală în tulburări afective, alimentare, de anxietate, psihotice, în legătură cu o substanță și de personalitate • Dezvoltarea capacității de a particulariza intervenția terapeutică la caracteristicile pacientului • Dezvoltarea capacității de a realiza cercetare în domeniul intervențiilor cognitive-comportamentale

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Elemente introductive. Cadrul de apariție și dezvoltare al terapiei cognitive-comportamentale: delimitări conceptuale; istoric și evoluție	Prelegere interactivă, cu utilizarea de suport power-point	Suportul de curs este distribuit studenților pe platforma de cursuri
2. Modelul cognitiv-comportamental al sănătății și bolii: fundamente;	Idem	1 curs
3. Modelul ABC cognitiv;		
4. Tipologia gândurilor automate;	Idem	1 curs
5. . Evaluarea clinică în terapia cognitiv-comportamentală: etape ale demersului de diagnoză; conceptualizarea clinică cognitiv-comportamentală	Idem	1 curs
6. . Relația terapeutică: caracteristici ale relației terapeutice în terapia cognitiv-comportamentală;	Idem	1 curs
7. Schemele cognitive și terapia cognitivă bazată pe scheme	Idem	1 curs

8. Proceduri de intervenție la nivel cognitiv;	Idem	1 curs
9. Proceduri de intervenție la nivel comportamental;	Idem	1 curs
10. Proceduri de intervenție la nivel biologic;	Idem	1 curs
11. Proceduri cognitiv-comportamentale multimodale;	Idem	1 curs
12. Temele pentru acasă (prescripțiile cognitiv-comportamentale);	Idem	1 curs
13. Studii de caz;	Idem	1 curs
14. Noi dezvoltări în procedurile cognitiv-comportamentale.	Idem	1 curs

Bibliografie selectiva:

1. American Psychiatric Association (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders. Fifth edition. (DSM-5). Washington DC: APA.
2. C. Popa, F.A. Sava, Daniel David (2018), Psihoterapiile cognitive si comportamentale in tulburarile de personalitate. Aplicatii practice si noi directii, EdituraTrei, Bucuresti
2. David D. (2006), Psihologie clinică și psihoterapie. Fundamente, Editura Polirom, Iasi.
3. David D. (2006), Tratat de psihoterapii cognitive și comportamentale, Editura Polirom, Iași.
- 4 Frank Wills (2012), Psihoterapie si consiliere cognitiv comportamentala, Editura Herald
5. Frank M. Dattilio (2010), Terapia cognitiv comportamentala de cuplu si familie. Ghid comprehensive pentru clinicieni, Editura RTS Cluj Napoca
6. Stephien Briers (2015), Terapia Cognitiv Comportamentala. *Cum sa-ti imbunatatesti gandirea si viata prin TCC*, Editura All
7. Christopher G. Fairburn (2014), Terapia cognitiv- comportamentala si tulburarile de comportament alimentar, Colectia Psihologului Expert.
8. Leslie S. Greenberg, Norka T. Malberg, Michael A. Tompkins (2020), Lucrand cu emotia in terapia psihodinamica, terapia cognitiv-comportamentala si terapia centrata pe emotii, Editura Trei, Bucuresti.

8.2 Seminar/laborator	Metode de predare	Observații
1. Fișa de automonitorizare și rolul ei în terapia cognitiv-comportamentală; temele pentru acasă	Exerciții practice, 2 activități de seminar	Prelegeri interactive, prezentare de lucrari si studii de caz- 2 seminarii
2.Gânduri automate raționale/funcționale versus gânduri iraționale/disfuncționale	Exerciții practice , 2 activități de seminar	3 seminarii
3.Relatia scheme cognitive-structuri cognitive intermediare-gânduri automate	Discuții , activități de seminar	2 seminarii
4.Tehnica igienei somnului și importanța ei în diferite Tulburări	Exerciții practice, 2 activități de seminar	2 seminarii
5.Tehnica programării activităților utilizată în depresiile severe; tehnica sentimentelor de realizare și satisfacție în depresiile severe	Exerciții practice , 3 activități de seminar	2 seminarii
6.Tehnicile comportamentale și rolul lor în terapia diferitelor tulburări	Exerciții practice (3 activități de seminar)	3 seminarii

Bibliografie selectiva:

1. David D. (2006), Psihologie clinică și psihoterapie. Fundamente, Editura Polirom, Iasi.
3. David D. (2006), Tratat de psihoterapii cognitive și comportamentale, Editura Polirom, Iași.
4. Frank Wills (2012), Psihoterapie și consiliere cognitiv comportamentală, Editura Herald
5. Frank M. Dattilio (2010), Terapia cognitiv comportamentală de cuplu și familie. Ghid comprehensive pentru clinicieni, Editura RTS Cluj Napoca
6. Stephien Briers (2015), Terapia Cognitiv Comportamentală. *Cum să-ți îmbunătățești gândirea și viața prin TCC*, Editura All
7. Christopher G. Fairburn (2014), Terapia cognitiv- comportamentală și tulburările de comportament alimentar, Colectia Psihologului Expert.
8. Leslie S. Greenberg, Norka T. Malberg, Michael A. Tompkins (2020), Lucrând cu emoția în terapia psihodinamică, terapia cognitiv-comportamentală și terapia centrata pe emoții, Editura Trei, București.

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

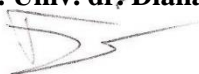
Discutarea conținutului disciplinei și a competențelor propuse cu specialiști din domeniul psihologiei clinice și a terapiei cognitiv-comportamentale (psihologi clinicieni, psihoterapeuți, consilieri).

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Implicarea în prelegere cu întrebări, comentarii, exemple	Se înregistrează frecvența și soliditatea interacțiunii	10%
10.5 Seminar/laborator	Implicarea în pregătire și discutarea problematicilor propuse. Implicarea activă în aplicațiile practice	Se înregistrează frecvența și soliditatea interacțiunii	30%
10.6 Standard minim de performanță	Elaborarea și susținerea unui proiect cu o temă la alegere din tematica propusă pentru activitățile de la seminar.		
10.7 Evaluare finală	Examen tip grila		60%

Data completării:
25.09.2023

Semnătura titularului de curs
Lect. Univ. dr. Diana Chisalita



Semnătura titularului de seminar
Lect. Univ. dr. Diana Chisalita



Data avizării în departament,

Semnătura Directorului de Departament,

AVIZAT DECAN,

Conf. Univ. dr. Speranța Milancovici