

FIȘA DISCIPLINEI

(masterat)

1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	Universitatea „Ștefan cel Mare” din Suceava
Facultatea	Facultatea de Științe ale Educației
Departamentul	Departamentul de Științe ale Educației
Domeniul de studii	Științe ale educației
Ciclul de studii	Masterat
Programul de studii	Consiliere Școlară și Educație Emoțională

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	CONSILLIERE RAȚIONAL-EMOTIVĂ ȘI COGNITIV-COMPORTAMENTALĂ				
Titularul activităților de curs	Conf. dr. Maria-Doina SCHIPOR				
Titularul activităților aplicative	Conf. dr. Maria-Doina SCHIPOR				
Anul de studiu	II	Semestrul	3	Tipul de evaluare	E
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DSI – Discipline de sinteză; DAP – Discipline de aprofundare				DAP
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DI - impusă, DO - opțională, DF - facultativă				DO

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

I a) Număr de ore, pe săptămână	2	Curs	1	Seminar	1	Laborator/lucrări practice	-	Proiect	-
I b) Totalul de ore (pe semestru) din planul de învățământ	28	Curs	14	Seminar	14	Laborator/lucrări practice	-	Proiect	-

II. Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	56
II.b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	33
II.c) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	30
II.d) Tutoriat	
III. Examinări	3
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	119
Total ore pe semestru (Ib+II+III+IV)	150
Numărul de credite	6

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	<ul style="list-style-type: none"> Teoriile consilierii Metodologia activității de consiliere
Competențe	<ul style="list-style-type: none">

5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> videoproiector, fișe de lucru, PC, videoproiector, suporturi electronice pentru unitatea de curs, prezentări PPT, materiale pentru aplicații, flip-chart, foi A1 și A3 	
Desfășurare aplicații	Seminar	<ul style="list-style-type: none"> videoproiector, fișe de lucru, PC, videoproiector, suporturi electronice pentru unitatea de curs și seminar, prezentări PPT, materiale pentru aplicații, flip-chart, foi A1 și A3
	Laborator/lucrări practice	<ul style="list-style-type: none">
	Proiect	<ul style="list-style-type: none">

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none"> ● C1. Proiectarea programelor/ activităților de consiliere și educație emoțională prin valorificarea optimă a resurselor umane și curriculare; ● C2. Implementarea /realizarea programelor/activităților de consiliere și educație emoțională utilizând metodologii specifice consilierii și educației emoționale ● C3. Evaluarea programelor/activităților de consiliere și educație emoțională prin raportare la exigențele consilierii școlare și educației emoționale; ● C6. Elaborarea de analize, studii și cercetări și valorificarea acestora în practica profesională
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> ● CT1. Aplicarea valorilor, principiilor și a normelor de deontologie profesională solicitate de exigențele etice ale consilierii copiilor și adulților ● CT3. Utilizarea unor practici educative eficiente de învățare pe tot parcursul vieții, în vederea formării și dezvoltării profesionale continue și adaptării competențelor profesionale la dinamica contextului profesional și social

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

<p>Obiectivul general al disciplinei - Asimilarea teoriei și a tehnicilor specifice terapiei rational-emoțive și cognitiv comportamentale (REBT; Ellis, 1962) și educației rational-emoțive și cognitiv comportamentale (EREC; Ellis & Bernard, 2000) și utilizarea lor în consilierea școlară. Dezvoltarea unei perspective teoretice și practice asupra abordărilor umaniste în consiliere în vederea unei optime aplicabilități în activitatea de consiliere școlară și dezvoltare emoțională;</p>	● O1. Asimilarea unor tehnici de control a problemelor emoționale;
	● O2. Dobândirea unor strategii de reducere a emoțiilor disfuncționale și de dezvoltare a emoțiilor funcționale la copiii;
	● O3. Asimilarea unor tehnici și metode de modelare a unui stil de gândire rațional la copii;
	● O4. Formarea unor abilități de management al comportamentelor problematice ale copiilor;
	● O5. Dobândirea unor abilități de rezolvare a problemelor practice ale copiilor
	● O6. Asimilarea unor tehnici de formare a abilităților sociale la copii.
	● O7. Transferul cunoștințelor privind consilierea prin tehnici REBT în contexte educative specifice
	● O8. Utilizarea adecvată a teoriei și tehnicilor în proiectarea unei intervenții de consiliere prin tehnici REBT

8. Conținuturi

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1. Fundamentele teoriei Rational-Emotive și Cognitiv Comportamentale în contextul consilierii educationale • Fundamente teoretice • Principii de bază • Rațional vs. irațional	2	prelegerea intensificată, problematizarea conversația,	
2. Fundamentele teoriei Rational-Emotive și Cognitiv Comportamentale în contextul consilierii educationale • Emoții funcționale și disfuncționale • Modelul ABC cognitiv • Transformarea credințelor iraționale. Strategii de disputare a cognițiilor iraționale	2	expunere dialogată, descoperirea dirijată,	
3. Tipuri de credințe • Clasificare I: descrieri, inferențe, evaluări; • Clasificare II: gânduri automate, atitudini disfuncționale, scheme cognitive • Modalități de evaluare a cognițiilor iraționale	2	prelegerea intensificată, conversația, explicația	
4. Etapele procesului de consiliere REBT • Evaluarea și conceptualizarea cazului în REBT	2	expunere, conversația, descoperirea dirijată studiul de caz	
5. Teoria schimbării în REBT prin tehnici de restructurare cognitivă • Proceduri de intervenție la nivel comportamental. • Proceduri de intervenție la nivel biologic	2	expunere dialogată problematizarea, studiul de caz,	
6. Particularități ale consilierii REBT la copii și adolescenți • Aplicarea REBT în cazul depresiei la copii și adolescenți • Aplicarea REBT în cazul anxietății la copii și adolescenți	2	conversația, descoperirea dirijată, studiul de caz	

7. Aplicații REBT în practica educațională • Educația REBT și programele de tip EREC în prevenția problemelor sociale și emoționale ale copiilor și adolescenților	2	conversația, problematizarea, metodele și tehnicile gândirii critice	
Bibliografie			
[1] Beck, J. S. (1995). Cognitive therapy: Basics and beyond. New York: Guilford Press.			
[2] Dafinoiu, I., Vargha, J.L., (2005). Psihoterapii scurte. Strategii, metode, tehnici, Iași: Editura Polirom.			
[3] David, D. (2012). Tratat de psihoterapii cognitive și comportamentale (ediția II). Iași: Editura Polirom			
[4] David, D. (2000). Psihoterapie și hipnoterapie cognitiv-comportamentală, Ed. Risoprint, Cluj-Napoca.			
[5] David, D. (2010; coord.). Retmagia și minunatele aventuri ale lui RETMAN. Editura RTS, Cluj-Napoca.			
[6] David, D., Freeman, A., & DiGiuseppe, R. (2010). Rational and irrational beliefs: Implications for mechanism of change and practice in psychotherapy. In D. David, S. J. Lynn, & A. Ellis (Eds.). Rational and irrational beliefs: Research, Theory, and Clinical Practice (pp. 195-217). New York: Oxford University Press.			
[7] Dryden, W., DiGiuseppe, R., (2003), Ghid de terapie rațional-emoțională și comportamentală, Ed. ASCR, Cluj-Napoca.			
[8] Ellis, A. (1994). Reason and emotion in psychotherapy (Rev. ed.). Secaucus, New Jersey: Birch Lane Press.			
[9] Ellis, A., & Bernard, M., (2006). Terapia rațional-emoțională și comportamentală în tulburările copilului și adolescentului, Ed. RTS, Cluj-Napoca.			
[10] Holland, S., & Leahy, R. (2012). Planuri de tratament și intervenții pentru depresie și anxietate, Ed. ASCR, Cluj-Napoca.			
[11] Vernon, A. (2006). Dezvoltarea inteligenței emoționale. Educație rațional-emoțională și comportamentală. Clasele I-IV. Editura ASCR, Cluj Napoca.			
[12] Vernon, A. (2006). Dezvoltarea inteligenței emoționale. Educație rațional-emoțională și comportamentală. Clasele V-VIII. Editura ASCR, Cluj Napoca.			
[13] Vernon, A. (2006). Dezvoltarea inteligenței emoționale. Educație rațional-emoțională și comportamentală. Clasele IX-XII. Editura ASCR, Cluj Napoca.			
[14] Waters, V. (2003). Povești raționale pentru copii, Editura RTS, Cluj-Napoca.			

Aplicații (Seminar / laborator / lucrări practice / proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1. Seminar introductiv: Aplicații ale principiilor de bază din REBT în situații concrete de consiliere școlară Aplicații	2	problematizarea, conversația studiul de caz	
2. Aplicații ale modelului ABC cognitiv în consilierea școlară Aplicații și exemple	2	explicația, conversația, descoperirea dirijată	
3. Exemplificare și exersare de tehnici de intervenție la nivel biologic și comportamental (probleme practice). Studii de caz Aplicații	2	descoperirea dirijată, conversația, studiul de caz jocul de rol	
4. Exemplificare și exersare de tehnici de restructurare cognitivă Specificul adaptării tehnicilor de restructurare cognitivă pentru copii și adolescenți Modelul SELF KIT Studii de caz Aplicații	2	explicația, conversația, descoperirea dirijată jocul de rol	
5. Activități practice de construire a unui plan de consiliere pe principii REBT Aplicații pentru tulburări de tip anxios	2	conversația, problematizarea, studiul de caz	
5. Activități practice de construire a unui plan de consiliere pe principii REBT Aplicații pentru tulburări depresive	2	conversația, descoperirea dirijată, jocul de rol	
5. Activități practice de construire a unui plan de consiliere pe principii REBT Aplicații pentru tulburări de externalizare	2	conversația, problematizarea, jocul de rol	
Bibliografie			
[1] David, D. (2000). Psihoterapie și hipnoterapie cognitiv-comportamentală, Ed. Risoprint, Cluj-Napoca.			
[2] Dryden, W., DiGiuseppe, R., (2003), Ghid de terapie rațional emoțională și comportamentală, Ed. ASCR, Cluj-Napoca.			
[3] Ellis, A., & Bernard, M. (2006). Terapia rațional-emoțională și comportamentală în tulburările copilului și adolescentului, Ed. RTS, Cluj-Napoca.			

[4] Holland, S., & Leahy, R. (2010). Planuri de tratament și intervenții pentru depresie și anxietate, Ed. ASCR, Cluj-Napoca.

[5] Vernon, A. (2006). Dezvoltarea inteligenței emoționale. Educație rațional-emoțivă și comportamentală. Clasele V-VIII. Editura ASCR, Cluj Napoca.

[6] Vernon, A. (2006). Dezvoltarea inteligenței emoționale. Educație rațional-emoțivă și comportamentală. Clasele IX-XII. Editura ASCR, Cluj Napoca.

[7] Waters, V. (2003). Povești raționale pentru copii, Editura RTS, Cluj-Napoca

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

Conținuturile disciplinei au fost elaborate ca urmare a consultării programelor de studii similare din țară, a așteptărilor și evaluărilor Inspectoratului Școlar Județean Suceava.

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	<ul style="list-style-type: none"> Operarea cu noțiunile specifice abordării REBT în domeniul educațional Proiectarea de activități care să utilizeze abordarea REBT pentru dezvoltarea personală a elevilor 	Test docimologic	50%
Seminar	<ul style="list-style-type: none"> Demonstrarea capacității de a analiza și interveni adecvat într-o situație educativă problematică din perspectiva abordării REBT; Demonstrarea capacității de a utiliza cunoștințele specifice disciplinei în soluționarea unor situații școlare problematice. 	Proiect de educație/consiliere rațional-emoțivă și cognitiv-comportamentală pentru copii sau adolescenți	50%
Laborator/lucrări practice	-	-	-
Proiect	-	-	-

10.1. Standard minim de performanță evaluare la curs

Standarde minime pentru nota 5:

- Capacitatea de a opera minimal cu principii de bază ale REBT în contextul consilierii educaționale.

Standarde minime pentru nota 10:

- Asimilarea tuturor principiilor, metodelor consilierii prin tehnici REBT și transferul informațiilor în situații specifice

- Capacitatea de a nuanța subtil sistemul terminologic al consilierii prin tehnici REBT în vederea surprinderii contextelor sociale și școlare diverse

10.2. Standard minim de performanță evaluare la activitatea aplicativă

Standarde minime pentru nota 5:

- Capacitatea de a aplica principii de bază ale REBT în contexte didactice concrete.

Standarde minime pentru nota 10:

- Demonstrarea capacității de a utiliza tehnicile specifice REBT în situații școlare problematice

Abilitatea de a proiecta un program de intervenție individualizat (prin raportare la particularitățile de vârstă, motivaționale, intelectuale, de personalitate) cu potențialii elevi în vederea optimizării învățării, autocunoașterii, intercunoașterii, interrelaționării.

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de aplicație
20.09.2024	conf. univ. dr. Maria-Doina SCHIPOR	conf. univ. dr. Maria-Doina SCHIPOR

Data avizării	Semnătura responsabilului de program
	conf. univ dr. Aurora Adina COLOMEISCHI

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
	conf. univ. dr. Maria-Doina SCHIPOR

Data aprobării în consiliul facultății	Semnătura decanului
	conf. univ dr. Aurora Adina COLOMEISCHI

--	--