



450 lei
20 credite

Dezvoltarea socio-emoțională a copiilor și tinerilor

Prof. univ. dr. Adrian OPRE

Departamentul de Psihologie, Facultatea de Psihologie și Științe ale Educației, Universitatea Babeș-Bolyai

Dr. psiholog Ramona BUZGAR

Departamentul de Psihologie, Facultatea de Psihologie și Științe ale Educației, Universitatea Babeș-Bolyai

Programa de formare profesională

ADRESABILITATE

Acest curs se adresează psihologilor clinicieni, psihologilor educaționali, psihologilor consilieri și psihoterapeuților.

NR. DE ORE

Pentru finalizarea cursului de formare profesională "Dezvoltarea socio-emoțională la copii și tineri" este necesară parcurgerea a **20 de ore** de formare online, sub forma materialelor video și text.

COMPETENȚE

- Evaluarea și diagnoza copiilor și tinerilor
- Consilierea psihologică
- Intervenția psihologică

NR. DE MODULE

Programul de formare include **6 module**, al căror conținut este detaliat în continuare.

SPECIALITĂȚI PROFESIONALE

1. Psihologie clinică
2. Psihologie educațională
3. Consiliere psihologică
4. Consiliere școlară și vocațională
5. Psihoterapie

PERIOADĂ

Cursul este disponibil online, în mod continuu și va putea fi accesat pe baza unui nume de utilizator și a unei parole obținute de la administrator pe baza plății făcute. Cursul este disponibil timp de **90 de zile** de la transmiterea datelor de logare.




Rezumatul programei cursului

PREAMBUL.

Importanța psihologiei educaționale și formarea în acest domeniu

În acest preambul, se prezintă autorul și sunt discutate importanța psihologiei educaționale, rațiunile de a opta pentru această specialitate și de a-ți dezvolta o carieră în acest domeniu, dar și necesitatea și utilitatea pentru psihologii școlari a programelor de formare profesională focalizate pe dezvoltarea competențelor socio-emoționale.





Modulul 1.


Caracteristicile etapelor de dezvoltare

Primul modul este dedicat analizei etapelor de dezvoltare la care vom face referire pe tot parcursul cursului: vârsta preșcolară, vârsta școlară mică și adolescența. Este esențial pentru psihologul școlar să cunoască în detaliu achizițiile și nivelul de dezvoltare cognitiv, dar și social și emoțional al individului.

La vârsta preșcolară insistăm pe structurarea conceptului de sine, sociabilitatea crescută și conștientizarea stabilității genului. Copiii preșcolari exprimă emoții mai multe și mai diverse și diferențiază între propriile emoții și cele ale altora. Relațiile sociale sunt optimizate, iar competența socială sporește semnificativ în această etapă.

Vârsta școlarului mic este caracterizată în principal prin alfabetizarea academică și apariția problemelor emoționale, cum sunt agresivitatea, minciuna, furtul, anxietatea sau depresia. Crește volumul de cunoștințe, dar și capacitatea de control inhibitor. Din punct de vedere socio-emoțional, școlarul mic își îmbunătățește acuratețea exprimării și receptării emoțiilor și resimte o nevoie crescută de suport social. Mai insistăm asupra popularității ca aspect tot mai pregnant în psiho-sociologia acestei vârste, dar și asupra rolului familiei ca sursă de sprijin, dragoste, educație și modelare a răspunsului și reglării emoționale.

În ce privește adolescența, subliniem sporirea capacității de reflexie, dezvoltarea metacogniției, preferința pentru recompense imediate și înclinarea către comportamente de risc. Din perspectivă socio-emoțională, discutăm egocentrismul adolescentin, cauzele și implicațiile acestuia.





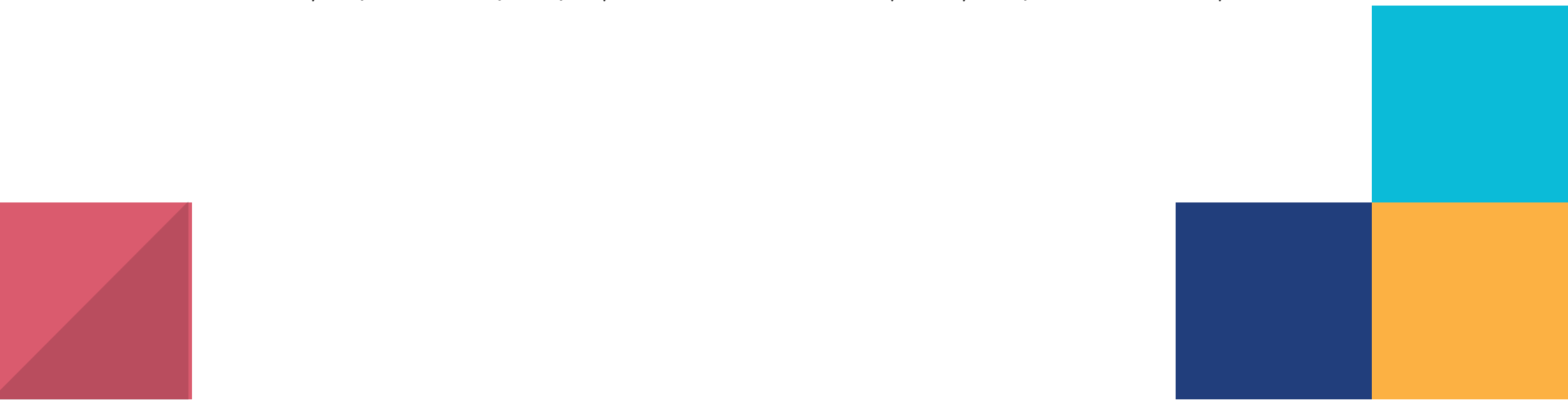
Modulul 2.

Problematika tulburărilor emoționale la copii

Cel de-al doilea modul se axează pe tulburările emoționale și specificul acestora la copii și tineri.

Începem prin definirea comportamentului sănătos și a sănătății mentale infantile, după care detaliem diferența între tulburările de externalizare și cele de internalizare și specificul acestora la copii. Menționăm factorii de risc pentru fiecare categorie, incidența tulburărilor de internalizare și externalizare, precum și comorbiditățile acestora.

În continuare, insistăm pe specificul de manifestare a tulburărilor emoționale în context școlar, cu emfază pe absenteism, hărțuire, anxietate și depresie. O atenție aparte este acordată rolului pe care personalul didactic îl joacă în prevenția acestor manifestări, dar și relației dintre tulburările emoționale și abandonul școlar. O categorie specială de cazuri pe care o analizăm pe scurt este cea a copiilor cu părinți plecați din țară. Studiile noastre arată la acești copii o mai mare predispoziție de a dezvolta tulburări emoționale și comportamente disfuncționale.





Modulul 3.

Terapia rațional-emoțională și comportamentală (REBT)

Modulul 3 este dedicat fundamentelor teoretice și psihoterapeutice ale Educației Rațional Emotive și Comportamentale (EREC). Începem cu originile terapiei rațional emotive și comportamentale (REBT) și rolul unic pe care l-a jucat Albert Ellis ca părinte al acesteia. Subliniem asumția centrală a terapiilor cognitiv-comportamentale, inclusiv REBT, că marea majoritate a problemelor emoționale sunt rezultatul unei gândiri defectuoase.

În continuare, detaliem modelul ABC al lui Ellis, unde A este reprezentat de evenimentul activator, B este cogniția sau convingerea care declanșează C, consecința comportamentală, fiziologică și/sau emoțională. Fiecare dintre aceste componente sunt detaliate. Insistăm în special pe diferenția dintre gânduri iraționale și raționale, dar și asupra emoțiilor funcționale și disfuncționale.

Cea de-a treia parte a acestui modul este dedicată implicațiilor pe care credințele iraționale și emoțiile disfuncționale le pot avea asupra performanței școlare, dar și asupra conduitei sociale.

În final, facem o trecere în revistă a principalelor tehnici cognitive (i.e. restructurare cognitivă, inocularea stresului, antrenament asertiv), comportamentale (i.e. managementul timpului, ventilarea emoțională, rezolvarea de probleme), dar și bio-fiziologice (i.e. exerciții fizice, tehnici de relaxare și biofeedback).





Modulul 4.

Povestea și jocul ca strategii de intervenție psihologică

Modulul 4 este dedicat poveștii și jocului ca elemente centrale și naturale în viața celor mai multor copii, însă insistăm cu precădere asupra valențelor terapeutice ale acestor elemente.

Povestea este accesibilă la orice vârstă și oferă o capacitate unică de confruntare a problemelor personale ale copilului. În același timp, ea face posibilă dezvoltarea emoțională a copilului prin înțelegerea gândurilor și comportamentelor personajelor negative, și prin acceptarea faptului că nu îi pot schimba pe ceilalți, dar se pot schimba ei.

Pe de altă parte, jocul este plin de sens și semnificații. El este văzut ca o recompensă în sine și nu are nevoie de întăriri suplimentare pentru a fi adoptat. Copilul încearcă să fie independent și folosește jucăriile pentru a exprima sentimente și situații.

Jocul poate îndeplini mai multe funcții: adaptativă, formativă, informativă, de socializare, dar și de relevare a psihicului. Tocmai de aceea a fost folosit ca instrument terapeutic încă din primele faze ale acestei practici. În prezent, ne concentrăm pe teoriile cognitiv-comportamentale ale jocului, care încearcă să modifice gândurile și comportamentele dezadaptative ale copilului prin centrarea pe probleme specifice și generalizarea comportamentelor adaptative.






Modulul 5.


Educația Rațional Emotivă și Comportamentală (EREC)

Modulul 5 începe cu o discuție despre necesitatea și importanța programelor de dezvoltare socio-emoțională. Aceste programe presupun, de obicei, o intervenție preventivă adresată elevilor sau preșcolarilor, pornind de la asumția că aceștia nu sunt tulburați de către lucrurile ce li se întâmplă, ci de modul în care ei privesc aceste lucruri.

Fundamentele EREC sunt terapia rațional emotivă și comportamentală și modelul ABC. Tocmai de aceea insistăm pe credințele iraționale și, în special, pe modul în care acestea pot fi induse de părinți și educatori, precum și pe diferențele, uneori subtile, între credințele iraționale și cele raționale.

În finalul acestui modul, detaliem cele trei componente principale ale unui program EREC: educarea profesorului, activități de socializare cu concepte rațional-emotive și activități care urmăresc reducerea problemelor comune în școli: prejudecăți, stereotipuri, hărțuirea.





Modulul 6.

Programe EREC

Programele de dezvoltare socio-emoțională construite și livrate la nivel internațional sunt nenumărate. Dintre acestea, ne concentrăm pe cele dezvoltate în paradigma EREC și menționăm câteva dintre ele, cum sunt cele dezvoltate de Knaus, Vernon, respectiv Bernanrd. Într-o primă fază, lucrările fundamentale ale acestor autori au fost traduse și în română la începutul anilor 2000. În a doua etapă ele au fost testate în diferite colectivități, iar rezultatele au fost contradictorii: în anumite situații a determinat o optimizare sesizabilă a controlului emoțional și comportamental, iar în altele nu au avut rezultate semnificative.

Aceste rezultate pot fi explicate prin durata intervenției, lipsa de expertiză a facilitatorului, diferențele între cultura în care a fost dezvoltat programul și cultura în care a fost aplicat, dar și particularitățile curriculare autohtone.

Pe baza acestor concluzii, Prof. univ. dr. Adrian Opre a coordonat o echipă de psihologi, pedagogi și alți specialiști în dezvoltarea programului Self Kit, care este un program de tip EREC, focalizat pe probleme emoționale și comportamentale și răspunde limitelor mai sus menționate ale programelor importate.

Self Kit are o durată de implementare de minim 6 luni, include formarea profesională a jucătorilor implicați (i.e. consilieri școlari, educatori / învățători și părinți) și este pliat pe specificul socio-cultural autohton, fiind flexibil și ușor de contextualizat. Se adresează în principal consilierilor școlari, psihopedagogilor și psihologilor clinicial, secundar educatorilor și părinților și terțiar preșcolarilor și elevilor.

Self Kit este un program modular care are ca element referențial central emoția negativă disfuncțională. Cele opt module sunt: depresia, furia, anxietatea, rușinea, vinovăția, gelozia, invidia, sentimentele de rănire. Fiecare modul gravitează în jurul unei povești centrale, dar mai cuprinde activități tematice, activități rebus, file de colorat, mini-enciclopedie, poezii, cântecele, jocuri și varianta audio CD pentru povești și poezii. Nu în ultimul rând, Self Kit include o scală a profilului comportamental pentru emoții negative disfuncționale.

Toate poveștile au aceeași structură. Pornesc de la un context general și introducerea personajelor (A), evidențiază credințele iraționale / nesănătoase (B), consecințele disfuncționale (C), introducând apoi vocea rațiunii – credințele sănătoase (D), consecințele funcționale (E) și tâlcul poveștii.

Fiecare dintre celelalte componente ale programului are un rol aparte în facilitarea și consolidarea modificării cognitiv-comportamentale.

De-a lungul acestui modul, insistăm în special pe modul în care consilierul școlar poate folosi diferite tipuri de instrumente EREC pentru a interveni profilactic sau curativ la nivelul dezvoltării socio-emoționale a preșcolarului și școlarului mic, în special.



CRITERII ȘI MODALITĂȚI DE SELECȚIE A PARTICIPANȚILOR

Programul poate fi accesat de oricine pe baza unui nume de utilizator și a unei parole.

Doar psihologii înregistrați în Registrul Unic al Psihologilor pot accesa creditele de formare continuă.

