



FIȘA DISCIPLINEI

Psihologia Comportamentului Alimentar

Anul universitar 2024-2025

Str. Gheorghe Bîlașcu nr.44

Cluj-Napoca, RO-400015

Tel/Fax.: 0264-43.18.58

bioge@ubbcluj.ro

http://bioge.ubbcluj.ro

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea Babeș-Bolyai din Cluj Napoca
1.2. Facultatea	Biologie și Geologie
1.3. Departamentul	Biologie moleculară și Biotehnologii
1.4. Domeniul de studii	Biologie
1.5. Ciclul de studii	2 ani - Master
1.6. Programul de studii / Calificarea	Științele Nutriției – Master's Degree
1.7. Forma de învățământ	Învățământ cu frecvență redusă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei		Psihologia Comportamentului Alimentar				Codul disciplinei	BMR7207	
2.2. Titularul activităților de curs – Coordonatorul de disciplină				Psiholog Dr. Andrada Lupșe				
2.3. Titularul activităților de seminar / laborator / proiect – asistent				Psiholog Dr. Andrada Lupșe				
2.4. Anul de studiu	1	2.5. Semestru	2	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7. Regimul disciplinei	Conținut	Felul disciplinei DS
							Obligativitate	Obligație/opțiune DO

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

3.1. Număr de ore pe săptămână – forma cu frecvență	4	din care: 3.2. curs	2			3.3. seminar/ laborator/ proiect	2
3.4. Total ore pe semestru – forma Învățământ la distanță	150	din care: 3.5. SI SI = număr ECTS x 25ore/credit – (AI+ST+SF+L/P)	94	AI= Nr.ore curs IF x nr. săptămâni	28	3.6. ST (14) + SF (14) + L/P (0)	28
Distribuția fondului de timp pentru studiul individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)							ore
3.5.1. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe (AI)							60
3.5.2. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren							10
3.5.3. Pregătire seminare/ laboratoare/ proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri							20
3.5.4. Tutoriat (consiliere profesională)							2
3.5.5. Examinări							2
3.5.6. Alte activități							
3.7. Total ore studiu individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)			94				

3.8. Total ore pe semestru (număr ECTS x 25 de ore)	150
3.9. Numărul de credite	6

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	Nu este cazul
4.2. de competențe	- Selectarea și consultarea bibliografiei - Alcătuirea unui portofoliu, referat, eseu pe o temă dată

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	- Suport logistic video, suport de curs (numai pentru IF) - Platforme electronice (<i>Microsoft Teams, Zoom</i>) pentru activitatea online (numai pentru IF)
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului/ proiectului	Participarea la minim 80% din orele de seminar, susținerea și predarea referatului sunt condiții pentru participarea la examenul teoretic final.

6. Competențe

6.1. Competențe specifice acumulate¹

Competențe profesionale	- Cunoașterea mecanismelor psihologice ale comportamentelor legate de alimentație - Înțelegerea factorilor ce contribuie la menținerea unor comportamente nesănătoase - Înțelegerea modalităților de prevenție și intervenție în obezitate și în tulburările de comportament alimentar - Pe baza cunoștințelor teoretice dobândite, conceperea și implementarea unui plan de intervenție pentru probleme de tip obezitate, bulimie sau anorexie
Competențe transversale	- Dezvoltarea capacității de gândire critică, de analiză și sinteză - Utilizarea noțiunilor teoretice în rezolvarea problemelor practice

¹ Se poate opta pentru competențe sau pentru rezultatele învățării, respectiv pentru ambele. În cazul în care se alege o singură variantă, se va șterge tabelul aferent celeilalte opțiuni, iar opțiunea păstrată va fi numerotată cu 6.

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

7.1. Obiectivul general al disciplinei	Cunoașterea și înțelegerea factorilor psihologici implicați în comportamentul alimentar normal și patologiile acestuia.
7.2. Obiectivele specifice	- Cunoașterea modelelor explicative ale comportamentelor, cognițiilor și emoțiilor implicate în alimentație - Înțelegerea factorilor psihologici implicați în prevenția și intervenția terapeutică în obezitate - Familiarizarea cu tulburările de comportament alimentar și specificul acestora pe vârste - Înțelegerea mecanismelor psihologice patologice implicate în tulburările de comportament alimentar - Cunoașterea unor tehnici / strategii de intervenție cognitiv-comportamentală în obezitate și tulburările de comportament alimentar

	- Familiarizarea cu elemente de comunicare și relaționare cu pacientul; cunoașterea unor strategii de prevenire a problemelor de aderență la tratament.
--	---

8. Conținuturi

8.1. AI, SI	Metode de predare	Observații
1. Introducere în psihologie clinică și psihoterapie (1). Modele de sanogeneză și patogeneză. Rolul și atribuțiile psihologului clinician. Ce este psihoterapia? Fundamentarea teoretico-experimentală a psihoterapiei; cercetare și eficiență în psihoterapie. Psihoterapie și neurobiologie. Rolul și atribuțiile psihoterapeutului. (6-18).	prelegere frontală, combinată cu utilizarea problematizării, învățării prin descoperire, conversației euristice, gândirii critice/ <i>platforma electronică Zoom</i> (numai la IF)	
2. Introducere în psihologie clinică și psihoterapie (2): Sănătate și boală. Modele etiopatogenetice și de tratament utilizate în psihologia clinică. Abordarea biologică. Abordarea dinamic-psihianalitică. Abordarea umanist-experiențială. Abordarea cognitiv-comportamentală. Modelul biopsihosocial. (19-38).	prelegere frontală, combinată cu utilizarea problematizării, învățării prin descoperire, conversației euristice, gândirii critice/ <i>platforma electronică Zoom</i> (numai la IF)	
3. Obezitatea. Prevalență. Etiologie. Obezitatea și calitatea vieții. Implicații și costuri socio-economice. Tratamentul obezității. Necesitatea unei schimbări în abordarea terapeutică a obezității.(41-59).	prelegere frontală, combinată cu utilizarea problematizării, învățării prin descoperire, conversației euristice, gândirii critice/ <i>platforma electronică Zoom</i> (numai la IF)	
4. Tulburările de comportament alimentar. Tulburările alimentare și de comportament alimentar ale copilului. Tulburările de Comportament alimentar în adolescență și vârsta adultă [64-68].	prelegere frontală, combinată cu utilizarea problematizării, învățării prin descoperire, conversației euristice, gândirii critice/ <i>platforma electronică Zoom</i> (numai la IF)	
5. Elemente de comunicare și relaționare cu clientul. Rolul de pacient. Reguli facilitatoare ale diagnosticării și evaluării psihologice. Aderența la tratament. (69-76).	prelegere frontală, combinată cu utilizarea problematizării, învățării prin descoperire, conversației euristice, gândirii critice/ <i>platforma electronică Zoom</i> (numai la IF)	

Bibliografie obligatorie

- David, D (2006). *Psihologie clinică și psihoterapie. Fundamente*. Iași: Editura Polirom, BCU, Bibl. Psihologie
- David, D. (2006). *Tratat de psihoterapii cognitive și comportamentale*. Iași: Editura Polirom, BCU, Bibl. Psihologie
- National Institute for Health and Clinical Excellence (2006). *Obesity: the prevention, identification, assessment and management of overweight and obesity in children and adults*. Retrieved from: <http://www.nice.org.uk/guidance/CG43>.
- National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases (2006). *Statistics related to overweight and obesity*. Retrieved from <http://win.niddk.nih.gov/statistics/index.htm>
- Lupșe, A. (2020). Suport de curs pentru disciplina Psihologia comportamentelor motivate, Bibl. Fiziologie animală

În cazul în care se va impune desfășurarea orelor online, studenții găsesc o parte din materialele bibliografice în format electronic la bibliotecile UBB, iar o parte, tot în format electronic, vor fi trimise pe email studenților sau/și încărcate în Cloud pe platforma Mega.nz de către cadrul didactic

8.2. SF	Metode de predare- învățare	Observații
Bibliografie: [se va trece OBLIGATORIU și cursul elaborat în tehnologia IFR]		
8.3. SF [Modulele/Capitolele/Temele seminariilor dezbătute în cadrul întâlnirilor față în față, conform calendarului disciplinei]	Metode de transmitere a informației	Observații
1. Modelul ABC cognitiv – utilizarea sa în conceptualizarea și intervenția problemelor de comportament alimentar (23-36)	Activitate individuală (completare fișe cu exemple de caz) / <i>discuții pe platforma electronică Zoom</i>	
2. Modelul ABC Comportamental - utilizarea sa în conceptualizarea și intervenția problemelor de comportament alimentar (23-36)	Activitate individuală (completare fișe cu exemple de caz) / <i>discuții pe platforma electronică Zoom</i>	
3. Strategii comportamentale de intervenție în obezitate (56-57)	Fișe personalizate completate în timpul activității/ <i>discuții pe platforma electronică Zoom</i>	
4. Strategii cognitiv-comportamentale de intervenție în obezitate (58-60).	Fișe personalizate completate în timpul activității/ <i>discuții pe platforma electronică Zoom</i>	
5. Comportamentul alimentar din obezitate – factori psihologici implicați (60-62)	Exemplificare și discuții pe studii de caz/ <i>discuții pe platforma electronică Zoom</i>	
6. Dependența alimentară – mit sau realitate? Suportul empiric al acestei conceptualizări al problemelor de comportament alimentar în cazurile de obezitate morbidă.	Analiza critică a unor materiale bibliografice și mărturii personale (materiale video) / <i>discuții pe platforma electronică Zoom</i>	
7. Anorexia și bulimia, manifestări clinice și posibilități de intervenție	Exemplificare pe studii de caz/ <i>discuții pe platforma electronică Zoom</i>	
8. Abordarea transdiagnostică a tulburărilor de comportament alimentar.	Activitate frontală/ <i>discuții pe platforma electronică Zoom</i>	
9. „Mofturile alimentare” la vârsta copilăriei. Strategii de abordare.	Fișe personalizate completate în timpul activității/ <i>discuții pe platforma electronică Zoom</i>	
10. Strategii de prevenire a problemelor de aderență la tratament	Planuri individuale pentru studii de caz specifice/ <i>discuții pe platforma electronică Zoom</i>	
11. Comunicarea conceptualizării și planului de tratament către pacient.	Exerciții practice (joc de rol) / <i>discuții pe platforma electronică Zoom</i>	
Bibliografie: Lupșe, A. (2020). Suport de curs pentru disciplina Psihologia comportamentelor motivate, Bibl. Fiziologie animală		
8.4. L/P [conform calendarului disciplinei]	Metode de predare- învățare	Observații

Bibliografie: [se va trece OBLIGATORIU și cursul elaborat în tehnologia IFR]		

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

- Disciplina are un conținut similar cursurilor din alte universități românești și străine, cu informație în permanență actualizată și adaptată nivelurilor diferite de pregătire
- Conținutul cursului vizează aspecte practice legate de comportamentul alimentar și abordarea cazurilor de patologie a acestuia.

Modul de structurare a disciplinei și metodele de predare solicită activitatea studenților la curs, încurajează studiul individual, formează aptitudini psiho-cognitive și abilități practice.

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 conținutului informational	Colocviu	70%
10.5. ST /L/ P	Deprinderi practice de utilizare a informațiilor teretice	Prezentarea eseului	30%
10.6. Standard minim de performanță • Cunoașterea a 50% din informația conținută în curs • Întocmirea unui eseu original			

11. Etichete ODD (Obiective de Dezvoltare Durabilă / Sustainable Development Goals)¹



Coordonator de disciplină
Psiholog Dr. Lupșe Andrada

Asistent
Psiholog Dr. Lupșe Andrada

Data
7.04.2025

Responsabil de studii ID/IFR,

¹ Păstrați doar etichetele care, în conformitate cu [Procedura de aplicare a etichetelor ODD în procesul academic](#), se potrivesc disciplinei și ștergeți-le pe celelalte, inclusiv eticheta generală pentru *Dezvoltare durabilă* - dacă nu se aplică. Dacă nicio etichetă nu descrie disciplina, ștergeți-le pe toate și scrieți "Nu se aplică".