

**UNIVERSITATEA “TIBISCUS” DIN TIMIȘOARA**  
**FACULTATEA DE PSIHOLOGIE**

**FIȘA DISCIPLINEI**  
**“INTRODUCERE ÎN PSIHOTERAPIE”**

**Anul universitar**

**2024 - 2025**

## FIȘA DISCIPLINEI

### 1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	<b>UNIVERSITATEA TIBISCUS din TIMIȘOARA</b>
1.2. Facultatea	<b>PSIHOLOGIE</b>
1.3. Departamentul	<b>PSIHOLOGIE</b>
1.4. Domeniul de studii	<b>Psihologie</b>
1.5. Ciclul de studii	<b>Licență – 3 ani</b>
1.6. Programul de studii/Calificarea	<b>Psihologie / Psiholog</b>

### 2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	<b>INTRODUCERE ÎN PSIHOTERAPIE</b>					
2.2. Titularul activității de curs	<b>Conf.dr. Alina Morar Zamosteanu</b>					
2.3. Titularul activității de seminar	<b>Lect. univ. dr. Daniel Muranyi</b>					
2.4. Anul de studiu	III	2.5. Semestrul	5	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei Disciplină de specialitate

### 3. Timpul total estimat

<b>3.1. Numărul de ore pe săptămână</b>	4	din care 3.2. curs	2	3.3. seminar/laborator	2
<b>3.4. Total ore din planul de învățământ</b>	56	din care 3.5. curs	28	3.6. seminar/laborator	28
<b>Distribuția fondului de timp</b>					<b>ore</b>
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					17
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platforme electronice de specialitate și pe teren					10
Pregătire seminarii, teme, referate, portofolii și eseuri					12
Tutoriat					3
Examinări					2
Alte activități					-
<b>3.7. Total ore studiu individual</b>					<b>44</b>
<b>3.8. Total ore pe semestru</b>					<b>100</b>
<b>3.9. Numărul de credite</b>					<b>4</b>

### 4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	Psihologia personalității, Psihologia familiei, Psihologie socială, Noțiuni de consiliere psihologică
4.2. de competențe	Capacitate de formulare și argumentare a ipotezelor, obiectivelor și scopurilor terapeutice

### 5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	Flipchart, PC-Proiector, Laptop
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	Flipchart, PC-Proiector, Laptop

## 6. Competențe specifice acumulate

6.1. Competențe profesionale	<p>CP3. Evaluarea critică a situațiilor problematice și a soluțiilor posibile în psihologie</p> <p>CP5. Proiectarea și realizarea intervențiilor psihologice</p> <p>CP7. Relaționarea și comunicarea interpersonală specifică domeniului psihologiei.</p>
6.2. Competențe transversale	<p>CT1. Exercițarea sarcinilor profesionale conform principiilor deontologice specifice în exercițarea profesiei.</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	Cunoașterea, înțelegerea conceptelor și a noțiunilor fundamentale referitoare la principalele orientări în orizontul psihoterapeutic actual, atât în ceea ce privește psihoterapia individuală, cât și cea de grup, modalități de selecția a pacienților pentru diferitele forme de terapie, condițiile necesare unei terapii eficiente, modalități de stabilire a unei relații terapeutice adecvate
7.2. Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Familiarizarea studenților cu noțiunile de bază comune tuturor formelor de terapie.</li> <li>• Însușirea de către studenți a conceptelor fundamentale specifice diferitelor școli psihoterapeutice.</li> <li>• Formarea unor modele bazale de intervenție terapeutică.</li> <li>• Formarea unor abilități bazale de relaționare cu pacientul sau clientul.</li> </ul>

## 8. Conținuturi

8.1. Curs	Metode de predare	Observații	Bibliografie
1. Definirea psihoterapiei și sensurile noțiunii de psihoterapie	Expunere, dialog - discuție focalizată, exemple	2 ore	Zamoșteanu, A. (2008). <i>Abordări psihoterapeutice – Elemente introductive</i> . Timișoara: Eurobit., pg 7-11
2. Tehnici și metode în psihoterapie. Obiectivele și domeniile de intervenție psihoterapeutică	Expunere, dialog - discuție focalizată, exemple	2 ore	Zamoșteanu, A. (2008). <i>Abordări psihoterapeutice – Elemente introductive</i> .

			Timișoara: Eurobit., pg 11-16
3. Selecția pacienților/clientșilor pentru diferite forme de psihoterapie. Interviu inițial. Factori care influențează demersul terapeutic	Expunere, dialog - discuție focalizată, exemple	2 ore	Zamoșteanu, A. (2008). <i>Abordări psihoterapeutice – Elemente introductive</i> . Timișoara: Eurobit., pg 23-28
4. Evaluarea inițială terapeutică	Expunere, dialog - discuție focalizată, exemple	2 ore	Minuchin, S., Nichols, M.P., Yung Lee W., (2015). <i>Evaluarea familiei și cuplului. De la simptom la sistem</i> , Alina pentru Copil și familie, București, pg 15-30
5. Relația terapeutică	Expunere, dialog - discuție focalizată, exemple	2 ore	Zamoșteanu, A. (2008). <i>Abordări psihoterapeutice – Elemente introductive</i> . Timișoara: Eurobit., pg 28-34
6. Procese și secvențe ale psihoterapiei	Expunere, dialog - discuție focalizată, exemple	2 ore	Zamoșteanu, A. (2008). <i>Abordări psihoterapeutice – Elemente introductive</i> . Timișoara: Eurobit., pg 34-39
7. Tipuri de pacienți/clientși care apelează la serviciile terapeutice	Expunere, dialog - discuție focalizată, exemple	2 ore	Zamoșteanu, A. (2008). <i>Abordări psihoterapeutice – Elemente introductive</i> . Timișoara: Eurobit., pg 39-47
8. Diferențe între terapia individuală, de cuplu și de familie – protocoale de lucru	Expunere, dialog - discuție focalizată, exemple	2 ore	Jones, E., (2015), <i>Terapia sistemului familial</i> , Editura Mica Valahie,

			București, pg 31-165
9.Căutarea excepțiilor de la producerea simptomului	Expunere, dialog - discuție focalizată, exemple	2 ore	Zamoșteanu, A. (2008). <i>Abordări psihoterapeutice – Elemente introductive</i> . Timișoara:Eurobit., pg 47-71
10.Structura unei ședințe de terapie în psihoterapia familială și de cuplu, cu un pacient cu tulburări psihice	Expunere, dialog - discuție focalizată, exemple	2 ore	Pereira., R., Linares, JL, (2018), <i>Clinical Interventions in Systemic Couple an Family Therapy</i> , Springer, UK, pg 3-15, pg 31-45
11.Psihoterapie și psihopatologie: particularități ale intervenției in situații clinice: depresie, anorexie nervoasă, tulburări psihotice	Expunere, dialog - discuție focalizată, exemple	2 ore	Pereira., R., Linares, JL, (2018), <i>Clinical Interventions in Systemic Couple an Family Therapy</i> , Springer, UK, pg 15-77
12.Stiluri de atașament	Expunere, dialog - discuție focalizată, exemple	2 ore	Levine., A., Heller, R.S.F, (2020), <i>Stilurile de atasament</i> , Editura ASCR, Cluj Napoca Pg. 85-197
13.Comportamentul terapeutic – atașament ca bază de intervenție	Expunere, dialog - discuție focalizată, exemple	2 ore	Levine., A., Heller, R.S.F, (2020), <i>Stilurile de atasament</i> , Editura ASCR, Cluj Napoca, pg 219-241
14.Greșeli ale terapeutului debutant	Expunere, dialog - discuție focalizată,	2 ore	Zamoșteanu, A. (2008). <i>Abordări psihoterapeutice –</i>

	exemple		<i>Elemente introductive.</i> Timișoara:Eurobit., pg 16-23
<b>Bibliografie obligatorie</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jones, E., (2015), <i>Terapia sistemului familial</i>, Editura Mica Valahie, București</li> <li>2. Levine., A., Heller, R.S.F, (2020), <i>Stilurile de atasament</i>, Editura ASCR, Cluj Napoca</li> <li>3. Minuchin.S, Nichols, M.P., Yung Lee W., (2015). <i>Evaluarea familiei și cuplului. De la simptom la sistem</i>, Alinata pentru Copil si familie, București</li> <li>4. Pereira., R., Linares, JL, (2018), <i>Clinical Interventions in Systemic Couple an Family Therapy</i>, Springer, UK</li> <li>5. Zamoșteanu, A. (2008). <i>Abordări psihoterapeutice – Elemente introductive.</i> Timișoara:Eurobit.</li> </ol>			
<b>Bibliografie optionala</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Andre, C. (2016). <i>Confesiuni PSY. Psihologii, psihiatrii și psihoterapeuții se destăinuie.</i> București: Editura Trei.</li> <li>2. Cozolino, L. (2019). <i>De ce este eficientă psihoterapia. Cum ne folosim mintea pentru a ne influența creierul.</i> București: Editura Trei.</li> <li>3. Giosan, C. (2017). <i>Psihopatologie evoluționistă.</i> București: Editura Trei.</li> <li>4. Hertlein, K.M, Gambescia, N., Weeks, G.R., (2020), <i>Systemic Sex Therapy</i>, Routledge, London</li> <li>5. Holdevici, I. &amp; Crăciun, C. (2019). <i>Orientări contemporane în psihoterapie și consiliere psihologică.</i> București: Editura Trei.</li> <li>6. Roudinesco, E. (2019). <i>Freud. În vremea lui și în a noastră.</i> București: Editura Trei.</li> <li>7. Treisman, K., (2020), <i>Instrumentar de tehnici terapeutice creative</i>, Editura Trei, București</li> <li>8. Wampold, B.E. (2018). <i>The Basics of Psychotherapy.</i> American Psychological Association.</li> </ol>			

8.2. Seminar/laborator	Metode de seminarizare	Observații	Bibliografie
1.Contractul terapeutic. Comportamentul de asistare: dimensiunile cheie ale comportamentului de asistare, diferențe individuale, practicarea comportamentului de asistare, fișa de evaluare	Expunere, dialog - discuție focalizată, jocuri de rol, studii de caz	2 ore	Zamoșteanu, A. (2008). <i>Abordări psihoterapeutice – Elemente introductive.</i> Timișoara:Eurobit., pg 28-34
2.Ascultarea activă: tipuri de întrebări și tipuri de răspunsuri; joc de rol	Expunere, dialog - discuție focalizată, jocuri de rol, studii de	2 ore	Exercitii practice si jocuri de rol

	caz		
3.Încurajarea și parafrizarea: tipuri de încurajare și parafrizare; diferențierea acestora de interpretare; aplicații practice	Expunere, dialog - discuție focalizată, jocuri de rol, studii de caz	2 ore	Exercitii practice si jocuri de rol
4.Reflectarea sentimentelor: exerciții practice pentru reflectarea sentimentelor	Expunere, dialog - discuție focalizată, jocuri de rol, studii de caz	2 ore	Exercitii practice si jocuri de rol
5.Sumarizarea: tipuri de sumarizare; aplicații practice	Expunere, dialog - discuție focalizată, jocuri de rol, studii de caz	2 ore	Exercitii practice si jocuri de rol
6.interviul în cinci pași: structurarea interviului, definirea problemei, determinarea rezultatelor dorite, explorarea alternativelor și generarea soluțiilor, generalizarea și transferul învățării	Expunere, dialog - discuție focalizată, jocuri de rol, studii de caz	2 ore	Zamoșteanu, A. (2008). <i>Psihoterapie familiala si interventii sistemice</i> . Timișoara: Eurobit. p. 271-280
7.Atașament și intimitate	Expunere, dialog - discuție focalizată, jocuri de rol, studii de caz	2 ore	Kanwal, L., Akhtar, S., (2021) <i>Intimitatea. Perspective clinice, culturale, digitale și de dezvoltare</i> , Editura Trei, București, pg 65-99
8.Structurarea interviului terapeutic pentru tineri	Expunere, dialog - discuție focalizată, jocuri de rol, studii de caz	2 ore	Treisman, K., (2020), <i>Instrumentar de tehnici terapeutice creative</i> , Editura Trei, București, pg 43-86
9.Abordarea diferențelor dintre sexe din perspectivă terapeutică	Expunere, dialog - discuție focalizată, jocuri de rol, studii de	2 ore	Hertlein, K.M, Gambescia, N., Weeks, G.R., (2020), <i>Systemic</i>

	caz		<i>Sex Therapy</i> , Routledge, London, pg. 29-41
10.Characteristicile profesionale și personale necesare unui terapeut	Expunere, dialog - discuție focalizată, jocuri de rol, studii de caz	2 ore	Zamoșteanu, A. (2008). <i>Abordări psihoterapeutice – Elemente introductive</i> . Timișoara: Eurobit., pg 16-23
11.Studii de caz: terapie individuala cu un client dificil	Expunere, dialog - discuție focalizată, jocuri de rol, studii de caz	2 ore	Prezentare cazuistica
12.Studii de caz: terapie de cuplu	Expunere, dialog - discuție focalizată, jocuri de rol, studii de caz	2 ore	Prezentare cazuistica
13.Studii de caz: terapie de familie	Expunere, dialog - discuție focalizată, jocuri de rol, studii de caz	2 ore	Prezentare cazuistica
14.Studii de caz: clienți dificili in terapia de grup	Expunere, dialog - discuție focalizată, jocuri de rol, studii de caz	2 ore	Prezentare cazuistica

### **Bibliografie obligatorie**

1. Hertlein, K.M, Gambescia, N., Weeks, G.R., (2020), *Systemic Sex Therapy*, Routledge, London
2. Kanwal, L., Akhtar, S., (2021) *Intimitatea. Perspective clinice, culturale, digitale și de dezvoltare*, Editura Trei, București
3. Treisman, K., (2020), *Instrumentar de tehnici terapeutice creative*, Editura Trei, București
4. Wampold, B.E. (2018). *The Basics of Psychotherapy*. American Psychological Association.
5. Zamoșteanu, A. (2008). *Abordări psihoterapeutice – Elemente introductive*. Timișoara: Eurobit.
6. Zamoșteanu, A. (2008). *Psihoterapie familiala si interventii sistemice*. Timișoara: Eurobit.

### **Bibliografie optionala**

1. Cozolino, L. (2019). *De ce este eficientă psihoterapia. Cum ne folosim mintea pentru a ne influența creierul*. București: Editura Trei.
2. Pereira., R., Linares, JL, (2018), *Clinical Interventions in Systemic Couple an Family Therapy*, Springer, UK



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

Seminarii, mese rotunde și discuții focalizate cu principalii angajatori din regiune ai absolvenților psihologi de la Universitatea Tibiscus.

**10. Evaluare**

Tip de activitate	10.1. Criterii de evaluare	10.2. Metode de evaluare	10.3. Pondere din nota finală
10.4. Curs	Corectitudine răspunsurilor la examenul tip grila Testul grila va cuprinde un numar de 18 itemi, cu variante multiple de raspuns (varianta unica sau cu raspuns multiplu)	Examen scris tip grila	50%
10.5. Seminar	Elaborarea unui studiu de caz in functie de criteriile prezentate Baremul de evaluare a studiului de caz va fi prezentat in cadrul orelor de seminar.	Elaborarea unui studiu de caz	50%

**10.6. Standard minim de performanță**

- Minim nota 5 la evaluarea scrisa (test grila), in conditiile respectarii conditiilor de prezenta explicitate mai jos
- Minim nota 5 la evaluarea studiului de caz prezentat in cadrul seminarului, in conditiile respectarii conditiilor de prezenta explicitate mai jos

Pentru promovarea examenului ambele probe trebuie sa fie notate cu minim 5. In cazul in care una dintre cele doua probe nu are o notare de minim 5, examenul se considera nepromovat.

In sesiunea de restanțe, evaluarea va fi de tip examen scris, la care se adauga si prezentarea studiului de caz (examen oral).

Examenul de marire a notei va presupune un examen scris, precum si modificarea studiului de caz (daca situatia o impune), tinand cont de indicatiile de imbunatatire primite de la evaluator.

Pentru a se putea prezenta la examen este necesar un minim de 5 prezente curs si 5 prezente seminar. Studentul poate recupera maxim 2 absente la curs si 2 absente la seminar prin realizarea suplimentara a unui studiu de caz (pe langa cel prevazut pentru evaluare), in conformitate cu cerintele prezentate in cadrul activitatii de seminar. In consecinta, este necesar un numar de minim 3 prezente la curs si 3 prezente la seminar (care nu vor putea sa fie recuperate), in caz contrar, disciplina se recontracteaza.

**Data completării**

25.09.2024

**Semnătura titularului de curs**

.....

**Semnătura titularului de seminar**

.....

**Data avizării în departament**

**Semnătura directorului de departament**

.....