

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

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

**Anul universitar**

**2023 - 2024**

## 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	CP3. Evaluarea critică a situațiilor problematice și a soluțiilor posibile în psihologie CP5. Proiectarea și realizarea intervențiilor psihologice CP7. Relaționarea și comunicarea interpersonală specifică domeniului psihologiei.
6.2. Competențe transversale	CT1. Exercițarea sarcinilor profesionale conform principiilor deontologice specifice în exercițarea profesiei. CT3. Autoevaluarea nevoilor de formare continuă în vederea adaptării competențelor profesionale la dinamica contextului social.

### 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
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
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
Selecția pacienților/clientilor pentru diferite forme de psihoterapie. Interviuul inițial. Factori care influențează demersul terapeutic	Expunere, dialog - discuție focalizată, exemple	2 ore	Zamoșteanu, A. (2008). <i>Abordări psihoterapeutice – Elemente</i>

			<i>introductive.</i> Timișoara:Eurobit., pg 23-28
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> , Alinata pentru Copil si familie, București, pg 15-30
Relația terapeutică	Expunere, dialog - discuție focalizată, exemple	2 ore	Zamoșteanu, A. (2008). <i>Abordări psihoterapeutice – Elemente introductive.</i> Timișoara:Eurobit., pg 28-34
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
Tipuri de pacienți/clienți 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
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
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

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 and Family Therapy</i> , Springer, UK, pg 3-15, pg 31-45
Psihoterapie și psihopatologie: particularități ale intervenției în 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 and Family Therapy</i> , Springer, UK, pg 15-77
Stiluri de atașament	Expunere, dialog - discuție focalizată, exemple	2 ore	Levine., A., Heller, R.S.F, (2020), <i>Stilurile de atașament</i> , Editura ASCR, Cluj Napoca Pg. 85-197
Comportamentul terapeutic – atașament ca bază de intervenție	Expunere, dialog - discuție focalizată, exemple	2 ore	Levine., A., Heller, R.S.F, (2020), <i>Stilurile de atașament</i> , Editura ASCR, Cluj Napoca, pg 219-241
Greșeli ale terapeutului debutant	Expunere, dialog - discuție focalizată, exemple	2 ore	Zamoșteanu, A. (2008). <i>Abordări psihoterapeutice – Elemente introductive</i> . Timișoara: Eurobit., pg 16-23

**Bibliografie**

1. Andre, C. (2016). *Confesiuni PSY. Psihologii, psihiatrii și psihoterapeuții se destăinuie*. București: Editura Trei.
2. Cozolino, L. (2019). *De ce este eficientă psihoterapia. Cum ne folosim mintea pentru a ne influența creierul*. București: Editura Trei.
3. Giosan, C. (2017). *Psihopatologie evoluționistă*. București: Editura Trei.
4. Hertlein, K.M, Gambescia, N., Weeks, G.R., (2020), *Systemic Sex Therapy*, Routledge, London
5. Holdevici, I. & Crăciun, C. (2019). *Orientări contemporane în psihoterapie și consiliere psihologică*. București: Editura Trei.
6. Jones, E., (2015), *Terapia sistemului familial*, Editura Mica Valahie, București
7. Kanwal, L., Akhtar, S., (2021) *Intimitatea. Perspective clinice, culturale, digitale și de dezvoltare*, Editura Trei, București
8. Levine., A., Heller, R.S.F, (2020), *Stilurile de atasament*, Editura ASCR, Cluj Napoca
9. Minuchin.S, Nichols, M.P., Yung Lee W., (2015). *Evaluarea familiei și cuplului. De la simptom la sistem*, Alinata pentru Copil si familie, București
10. Pereira., R., Linares, JL, (2018), *Clinical Interventions in Systemic Couple an Family Therapy*, Springer, UK
11. Roudinesco, E. (2019). *Freud. În vremea lui și în a noastră*. București: Editura Trei.
12. Treisman, K., (2020), *Instrumentar de tehnici terapeutice creative*, Editura Trei, București
13. Wampold, B.E. (2018). *The Basics of Psychotherapy*. American Psychological Association.
14. Zamoșteanu, A. (2008). *Abordări psihoterapeutice – Elemente introductive*. Timișoara: Eurobit.

<b>8.2. Seminar/laborator</b>	<b>Metode de seminarizare</b>	<b>Observații</b>	<b>Bibliografie</b>
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
Ascultarea activă: tipuri de întrebări și tipuri de răspunsuri; joc de rol	Expunere, dialog - discuție focalizată, jocuri de rol, studii de caz	2 ore	
Încurajarea și parafrizarea: tipuri de încurajare și parafrizare; diferențierea	Expunere, dialog - discuție	2 ore	

acestora de interpretare; aplicații practice	focalizată, jocuri de rol, studii de caz		
Reflectarea sentimentelor: exerciții practice pentru reflectarea sentimentelor	Expunere, dialog - discuție focalizată, jocuri de rol, studii de caz	2 ore	
Sumarizarea: tipuri de sumarizare; aplicații practice	Expunere, dialog - discuție focalizată, jocuri de rol, studii de caz	2 ore	
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	
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
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
Abordarea diferențelor dintre sexe din perspectivă terapeutică	Expunere, dialog - discuție focalizată, jocuri de rol, studii de caz	2 ore	Hertlein, K.M, Gambescia, N., Weeks, G.R., (2020), <i>Systemic Sex Therapy</i> , Routledge, London, pg. 29-41
Caracteristicile profesionale și personale necesare unui terapeut	Expunere, dialog - discuție focalizată, jocuri	2 ore	Zamoșteanu, A. (2008). <i>Abordări psihoterapeutice –</i>

	de rol, studii de caz		<i>Elemente introductive.</i> Timișoara:Eurobit., pg 16-23
Studii de caz: terapie individuala cu un client dificil	Expunere, dialog - discuție focalizată, jocuri de rol, studii de caz	2 ore	Prezentare cazuistica
Studii de caz: terapie de cuplu	Expunere, dialog - discuție focalizată, jocuri de rol, studii de caz	2 ore	Prezentare cazuistica
Studii de caz: terapie de familie	Expunere, dialog - discuție focalizată, jocuri de rol, studii de caz	2 ore	Prezentare cazuistica
Studii de caz: clienți dificili in terapia de grup	Expunere, dialog - discuție focalizată, jocuri de rol, studii de caz	2 ore	Prezentare cazuistica

### Bibliografie

1. Andre, C. (2016). *Confesiuni PSY. Psihologii, psihiatrii și psihoterapeuții se destăinuie*. București: Editura Trei.
2. Cozolino, L. (2019). *De ce este eficientă psihoterapia. Cum ne folosim mintea pentru a ne influența creierul*. București: Editura Trei.
3. Giosan, C. (2017). *Psihopatologie evoluționistă*. București: Editura Trei.
4. Hertlein, K.M, Gambescia, N., Weeks, G.R., (2020), *Systemic Sex Therapy*, Routledge, London
5. Holdevici, I. & Crăciun, C. (2019). *Orientări contemporane în psihoterapie și consiliere psihologică*. București: Editura Trei.
6. Jones, E., (2015), *Terapia sistemului familial*, Editura Mica Valahie, București
7. Kanwal, L., Akhtar, S., (2021) *Intimitatea. Perspective clinice,culturale, digitale și de dezvoltare*, Editura Trei, București
8. Levine., A., Heller, R.S.F, (2020), *Stilurile de atasament*, Editura ASCR, Cluj Napoca
9. Minuchin.S, Nichols, M.P., Yung Lee W., (2015). *Evaluarea familiei și cuplului. De la simptom la sistem*, Alinata pentru Copil si familie, București
10. Pereira., R., Linares, JL, (2018), *Clinical Interventions in Systemic Couple an Family Therapy*, Springer, UK
11. Roudinesco, E. (2019). *Freud. În vremea lui și în a noastră*. București: Editura Trei.
12. Treisman, K., (2020), *Instrumentar de tehnici terapeutice creative*, Editura Trei, București
13. Wampold, B.E. (2018). *The Basics of Psychotherapy*. American Psychological Association.
14. Zamoșteanu, A. (2008). *Abordări psihoterapeutice – Elemente introductive*. Timișoara:Eurobit.

### 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 Stăpânirea la un nivel foarte bun a aspectelor teoretice.	Examen scris tip grila	50%
10.5. Seminar	Prezența la orele de seminar. Calitatea răspunsurilor la lucrările practice (teme / referate / studii de caz). Identificarea corectă a conceptelor psihoterapeutice. Relevanța exemplificării.	Prezentare lucrări practice, studii de caz, participare activă la dezbaterile studiilor de caz.	50%
10.6. Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"><li>• Stăpânirea la un nivel minim a cunoștințelor acumulate pe parcursul semestrului – capacitatea de identificare, formulare și argumentare a minim 3 concepte și 2 ipoteze terapeutice și planificare a unui demers psihoterapeutic coerent.</li><li>• Prezența la seminar în proporție de 50%.</li></ul>			

Data completării  
25.09.2023

Semnătura titularului de curs

.....

Semnătura titularului de seminar

.....

Data avizării în departament

29.09.2023

Semnătura directorului de departament

.....