

## FIȘA DISCIPLINEI

(licență 2024-2025)

### 1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	Universitatea „Stefan cel Mare” din Suceava
Facultatea	Facultatea de Științe ale Educației
Departamentul	Științe ale Educației
Domeniul de studii	Psihologie
Ciclul de studii	Licență
Programul de studii	Psihologie

### 2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	<b>PSIHOTERAPII</b>				
Titularul activităților de curs	Prof. univ. dr. Michael STEVENS				
Titularul activităților aplicative	Conf. univ. dr. Liliana BUJOR				
Anul de studiu	III	Semestrul	VI	Tipul de evaluare	E
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DF - fundamentală, DD - în domeniu, DS - de specialitate, DC – complementară				DS
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DI - impusă, DO - opțională, DF - facultativă				DI

### 3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

I a) Număr de ore pe săptămână	4	Curs	2	Seminar	2	Laborator		Proiect	
I b) Totalul de ore pe semestru din planul de învățământ	56	Curs	28	Seminar	28	Laborator		Proiect	

II Distribuția fondului de timp pe semestru:	ore
II a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	25
II b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	20
II c) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	20
II d) Tutoriat	
III Examinări	4
IV Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	65
Total ore pe semestru (Ib+II+III+IV)	125
Numărul de credite	5

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

Curriculum	• Fundamentele psihologiei I & II, Psihologia vârștelor I & II
Competențe	•

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

Desfășurare a cursului	• Calculator, videoproiector
Desfășurare aplicații	Seminar • Calculator, videoproiector, cărți cf. bibliografiei

### 6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	<b>CP2.</b> Proiectarea și realizarea unui demers de cercetare privind implicațiile psihoterapiei <b>CP4.</b> Evaluarea psihologică a individului, grupului și organizației în vederea alegerii demersului de intervenție <b>CP5.</b> Proiectarea și realizarea intervențiilor psihologice
Competențe transversale	<b>CT2.</b> Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă multidisciplinară pe diverse paliere ierarhice

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

Obiectivul general al disciplinei	• Aplicarea cunoștințelor în vederea formării unor premise conceptual-practice utile în organizarea și desfășurarea unei activități de intervenție psihologică prin consiliere și psihoterapie, utilizând metode și tehnici specific principalelor școli.
-----------------------------------	---

## 8. Conținuturi

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1. Istoria și contextul actual	2	Expunerea Conversația	
2. Disfuncție și stare de bine	2	Expunerea Conversația euristică	
3. Evaluarea clinică	2	Expunerea Conversația euristică	
4. Diagnosticarea tulburărilor clinice	2	Expunerea Conversația euristică Demonstrația	
5. Modele generale în psihoterapie	2	Expunerea Conversația euristică Demonstrația	
6. Abordări specifice în psihoterapie	2	Expunerea Conversația euristică Demonstrația	
7. Direcții recente în psihoterapie	2	Expunerea Conversația euristică Demonstrația	
8. Psihoterapii bazate pe dovezi	2	Expunerea Conversația euristică Demonstrația	
9. Factori curativi în psihoterapie	2	Expunerea Conversația euristică Demonstrația	
10. Modelul transteoretic	2	Expunerea Conversația euristică Demonstrația	
11. Intervenția în criză	2	Expunerea Demonstrația Exercițiul	
12. Evaluarea în Psihoterapie	2	Expunerea Demonstrația Exercițiul	
13. Elemente de ghidaj etic și legal în Psihoterapie	2	Expunerea Conversația euristică	
14. Training clinic și elemente de licențiere	2	Expunerea Demonstrația	
<b>Bibliografie</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Beck, A. (2012), <i>Iubirea nu este de ajuns. Cum rezolvi problemele de cuplu cu ajutorul terapiei cognitive</i>, Editura Trei, București</li> <li>2. Beck, A., Davis, D.D., Freeman, A. (2019). <i>Terapia cognitivă a tulburărilor de personalitate ediția a treia</i>. Ed. ASCR</li> <li>3. Csikszentmihályi, M. (2021). <i>Evoluția sinelui. O psihologie a noului mileniu</i>. Ed. Curtea Veche</li> <li>4. Dafinoiu, I. (2005), <i>Psihoterapii scurte. Strategii, metode, tehnici</i>. Editura Polirom, Iași</li> <li>5. Dafinoiu, I. (2001), <i>Elemente de psihoterapie integrativă</i>, Editura Polirom, Iași</li> <li>6. David, D. (2012), <i>Tratat de psihoterapii cognitive și comportamentale</i>, Editura Polirom, Iași</li> <li>7. David, D. (2006), <i>Psihologie clinică și psihoterapie</i>, Editura Polirom, Iași</li> <li>8. Dryden, W., DiGiuseppe, R. (2003), <i>Ghid de terapie rațional emotivă și comportamentală</i>, Editura ASCR, Cluj-Napoca</li> <li>9. Ellis, A., Gordon, J., Neenan, M., Palmer, S. (2020). <i>Terapia stresului. O abordare comportamentală rațional-emotivă</i>. Ed. Trei</li> <li>10. Frankl, V. (2008), <i>Teoria și terapia nevrozelor. Introducere în logoterapie și analiza existențială</i>. Editura Trei, București</li> <li>11. Frankl, V. (2018), <i>Omul în căutarea sensului vieții</i>, Editura Vellant, București</li> <li>12. Frankl, V. (2022). <i>Spune da vietii. Orice s-ar intampla</i>. Ed. Litera</li> <li>13. Fromm, E. (2013). <i>Arta de a fi</i>. București : Editura Trei</li> <li>14. Friedberg, R., D., McClure, J., Garcia, J. (2009), <i>Tehnici de terapie cognitivă pentru copii și adolescenți</i>, Editura ASCR, Cluj-Napoca</li> <li>15. Holdevici, I. (2005), <i>Psihoterapia cognitiv comportamentală. Managementul stresului pentru un stil de viață optim</i>, Editura Științelor medicale, București</li> </ol>			

16. Holdevici, I. & Negrescu, M. (2023). *Tratat de psihoterapie cognitiv-comportamentală*. Ediția a doua, revizuită și adăugită. Ed. Trei
17. Konya, Z., Konya, A. (2012), *Terapie familială sistemică*, Editura Polirom, Iași
18. Leahy, R. (2017), *Terapia centrată pe scheme emoționale*, Editura ASCR, Cluj-Napoca
19. Mitrofan, I., Vasile, D. (2001). *Terapii de familie*, Editura Sper, București
20. Moreau, A. (2007). *Psihoterapie : metode și tehnici*. București : Editura Trei
21. Peseschkian, N. (2007), *Psihoterapie pozitivă*, Editura Trei, București
22. Rogers, C. (2015), *Terapia centrată pe client*, Editura Trei, București
23. Satir, V. (2011), *Terapia familiei*, Editura Trei, București
24. Satir, V. (2010), *Arta de a făuri oameni*, Editura Trei, București
25. Seligman, M. (2004). *Optimismul se învață*, Editura Humanitas, București
26. Szentagotai- Tătar, A., David, D. (2017), *Tratat de psihologie pozitivă*, Editura Polirom, Iași
27. Wills, F. (2008), *Consilierea și psihoterapia cognitiv-comportamentală*, Editura Herald, București
28. Yalom, I. (2010), *Psihoterapie existențială*, Editura Trei, București
29. Young, J., Klosko, J., Weishaar, M. (2017), *Terapia centrată pe scheme cognitive*, Editura ASCR, Cluj-Napoca
30. Young, J., Klosko, J. (2017), *Cum să-ți reinventezi viața*, Editura Trei, București
31. Link Suport de curs:  
<https://drive.google.com/drive/u/0/folders/1QzzLKWe5vckUoQ6IIQQmth76NhFl3Vwi>

#### Bibliografie minimală

1. Dafinoiu, I. (2005), *Psihoterapii scurte. Strategii, metode, tehnici*. Editura Polirom, Iași
2. David, D. (2006), *Tratat de psihoterapii cognitive și comportamentale*, Editura Polirom, Iași
3. Dryden, W., DiGiuseppe, R. (2003), *Ghid de terapie rațional emotivă și comportamentală*, Editura ASCR, Cluj-Napoca
4. Frankl, V. (2018), *Omul în căutarea sensului vieții*, Editura Vellant, București
5. Seligman, M. (2004). *Optimismul se învață*, Editura Humanitas, București

Aplicații (Seminar)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
<b>1. Introducere în activitatea de seminar</b>	2	Conversația Explicația Demonstrația	
<b>2. Abordarea psihodinamică în terapie</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Scurt istoric, caracteristici; Procesul terapeutic;</li> <li>• Metode și tehnici</li> </ul>	2	Expunerea Exercițiul Jocul de rol	Adler, A. (1996) Dafinoiu, I. (2001) Larchet, J. C., (2009) Freud, S. (2015) Jung, C.G. (1994) Moreau, A. (2007,
<b>3. Terapii umaniste- Terapia centrată pe client</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Scurt istoric, caracteristici; Procesul terapeutic;</li> <li>• Metode și tehnici</li> </ul>	2	Expunerea Exercițiul Jocul de rol	Dafinoiu, I. (2005) Rogers, C. (2015)
<b>4. Terapia rațional emotivă și comportamentală</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Scurt istoric, caracteristici; Procesul terapeutic;</li> <li>• Metode și tehnici</li> </ul>	2	Expunerea Exercițiul Jocul de rol	Ellis, A., Harper, R. (2007) Dryden, W., DiGiuseppe, R. (2003)
<b>5. Terapia cognitiv-comportamentală- abordare comportamentală</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Scurt istoric, caracteristici; Procesul terapeutic;</li> <li>• Metode și tehnici</li> </ul>	2	Expunerea Exercițiul Jocul de rol	Beck, A. (2012) David, D. (2006) Friedberg, R.. (2009) Holdevici, I. (2005) Wills, F. (2008)
<b>6. Terapia cognitiv-comportamentală- abordare cognitivă</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Scurt istoric, caracteristici; Procesul terapeutic;</li> <li>• Metode și tehnici</li> </ul>	2	Expunerea Exercițiul Jocul de rol	Beck, A. (2012) David, D. (2006) Friedberg, R.. (2009) Holdevici, I. (2005) Wills, F. (2008)
<b>7. Terapia existențială</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Scurt istoric, caracteristici; Procesul terapeutic;</li> </ul>	2	Expunerea Exercițiul Jocul de rol	May, R. (2015) Fromm, E. (2013)

• Metode și tehnici			
<b>8. Terapia existențială</b> • Scurt istoric, caracteristici; Procesul terapeutic; • Metode și tehnici	2	Expunerea Exercițiul Jocul de rol	Frankl, V. (2008) Frankl, V. (2018) Yalom, I. (2010)
<b>9. Terapia de familie</b> • Scurt istoric, caracteristici; Procesul terapeutic; • Metode și tehnici	2	Expunerea Exercițiul Jocul de rol	Konya, Z., (2012) Satir, V. (2011) Satir, V. (2010) Mitrofan, I., Vasile, D. (2001)
<b>10. Terapia în psihologia pozitivă</b> • Scurt istoric, caracteristici; Procesul terapeutic; Metode și tehnici	2	Expunerea Exercițiul Jocul de rol	Seligman, M. (2004) Szentagotai- Tătar, A., David, D. (2017) Peseschkian, N. (2007)
<b>11. Terapii integrative: <i>Schema Therapy-scheme cognitive</i></b> • Scurt istoric, caracteristici; Procesul terapeutic; • Metode și tehnici	2	Expunerea Exercițiul Jocul de rol	Dafinoiu, I. (2001) Young, J., Klosko, J., Weishaar, M. (2017) Young, J., Klosko, J. (2017) Leahy, R. (2017)
<b>12. Terapii integrative: <i>Schema Therapy-scheme emoționale</i></b> • Scurt istoric, caracteristici; Procesul terapeutic; • Metode și tehnici	2	Expunerea Exercițiul Jocul de rol	Leahy, R. (2017) Young, J., Klosko, J., Weishaar, M. (2017)
<b>13. Tehnici și metode adaptate în intervenții</b>	2	Joc de rol Explicația	
<b>14. Aspecte recapitulative și evaluare</b>	2		
<b>Bibliografie</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>Adler, A. (1996), <i>Cunoașterea omului</i>, Editura Trei, București</li> <li>Beck, A. (2012), <i>Iubirea nu este de ajuns. Cum rezolvi problemele de cuplu cu ajutorul terapiei cognitive</i>, Editura Trei, București</li> <li>Dafinoiu, I. (2005), <i>Psihoterapii scurte. Strategii, metode, tehnici</i>. Editura Polirom, Iași</li> <li>Dafinoiu, I. (2001), <i>Elemente de psihoterapie integrativă</i>, Editura Polirom, Iași</li> <li>David, D. (2006), <i>Tratat de psihoterapie cognitive și comportamentale</i>, Editura Polirom, Iași</li> <li>David, D. (2006), <i>Psihologie clinică și psihoterapie</i>, Editura Polirom, Iași</li> <li>Dryden, W., DiGiuseppe, R. (2003), <i>Ghid de terapie rațional emotivă și comportamentală</i>, Editura ASCR, Cluj-Napoca</li> <li>Ellis, A., Harper, R. (2007), <i>Ghid pentru o viață rațională</i>, Editura Romanian Psychological Testing Services, Cluj- Napoca</li> <li>Frankl, V. (2008), <i>Teoria și terapia nevrozelor. Introducere în logoterapie și analiza existențială</i>. Editura Trei, București</li> <li>Freud, S. (2015), <i>Introducere în psihanaliză</i>, Editura Trei, București</li> <li>Frankl, V. (2018), <i>Omul în căutarea sensului vieții</i>, Editura Vellant, București</li> <li>Fromm, E. (2013), <i>Arta de a fi</i>, Editura Trei, București</li> <li>Friedberg, R., D., McClure, J., Garcia, J. (2009), <i>Tehnici de terapie cognitivă pentru copii și adolescenți</i>, Editura ASCR, Cluj-Napoca</li> <li>Holdevici, I. (2005), <i>Psihoterapia cognitiv comportamentală. Managementul stresului pentru un stil de viață optim</i>, Editura Științelor medicale, București</li> <li>Jung, C.G. (1994), <i>Puterea sufletului</i>, Editura Anima, București</li> <li>Konya, Z., Konya, A. (2012), <i>Terapie familială sistemică</i>, Editura Polirom, Iași</li> <li>Larchet, J. C., (2009), <i>Inconștientul spiritual sau adâncul neștiut al inimii</i>, Editura Sophia, București</li> <li>Leahy, R. (2017), <i>Terapia centrată pe scheme emoționale</i>, Editura ASCR, Cluj-Napoca</li> <li>May, R., (2015), <i>The Discovery of Being</i>, Editura WWNorton &amp; Co</li> <li>Mitrofan, I., Vasile, D. (2001). <i>Terapii de familie</i>, Editura Sper, București</li> <li>Moreau, A. (2007), <i>Psihoterapie. Metode și tehnici</i>, Editura Trei, București</li> <li>Peschkian, N. (2007), <i>Psihoterapie pozitivă</i>, Editura Trei, București</li> <li>Rogers, C. (2015), <i>Terapia centrată pe client</i>, Editura Trei, București</li> <li>Satir, V. (2011), <i>Terapia familiei</i>, Editura Trei, București</li> <li>Satir, V. (2010), <i>Arta de a făuri oameni</i>, Editura Trei, București</li> <li>Seligman, M. (2004). <i>Optimismul se învață</i>, Editura Humanitas, București</li> <li>Szentagotai- Tătar, A., David, D. (2017), <i>Tratat de psihologie pozitivă</i>, Editura Polirom, Iași</li> <li>Wills, F. (2008), <i>Consilierea și psihoterapia cognitiv-comportamentală</i>, Editura Herald, București</li> <li>Yalom, I. (2010), <i>Psihoterapie existențială</i>, Editura Trei, București</li> </ol>			

30. Young, J., Klosko, J., Weishaar, M. (2017), *Terapia centrată pe scheme cognitive*, Editura ASCR, Cluj-Napoca

31. Young, J., Klosko, J. (2017), *Cum să-ți reinventezi viața*, Editura Trei, București

#### Bibliografie minimală

1. Dafinoiu, I. (2005), *Psihoterapii scurte. Strategii, metode, tehnici*. Editura Polirom, Iași
2. David, D. (2006), *Tratat de psihoterapie cognitivă și comportamentale*, Editura Polirom, Iași
3. Dryden, W., DiGiuseppe, R. (2003), *Ghid de terapie rațională emoțională și comportamentală*, Editura ASCR, Cluj-Napoca
4. Dryden, W. (2010). Manual de terapie individuală. Editura Polirom, Iași
5. Frankl, V. (2018), *Omul în căutarea sensului vieții*, Editura Vellant, București
6. Seligman, M. (2004). *Optimismul se învață*, Editura Humanitas, București

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

Conținuturile disciplinei sunt în deplin acord cu abordările contemporane vizând integrarea valențelor activităților privind pregătirea viitorilor psihologi. Ca rezultat al consultării fișelor disciplinelor de la programe de studii similare susținute de universitățile din țară, conținuturile disciplinei *Psihoterapie* au fost structurate în concordanță cu nevoile de formare ale beneficiarilor și în acord cu profilul de competențe profesionale și transversale ale psihologului.

#### 10. Evaluare


10.1. Standard minim de performanță evaluare la curs

- capacitatea de a opera minimal în sfera teoretică a psihoterapiei;
- capacitatea de a aplica informațiile specifice psihoterapiei în contexte de intervenție;

10.2. Standard minim de performanță evaluare la activitatea aplicativă

- demonstrarea abilităților de a relaționa metode și tehnici cu diverse școli terapeutice
- adaptarea unei tehnici de psihoterapie într-o situație de intervenție concretă.

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	1. Gradul de însușire a reperelor teoretice specifice disciplinei 1.1. Prezența activă la activitatea de curs ( <i>bonus 1-2 p</i> ) 1.2. Test grilă ( <i>10 p</i> )	Examen scris (Test grilă)	50
Seminar	2. Participarea activă la activitățile de seminar (implicare în activități de tip demonstrație, joc de rol, propunere exerciții pentru stimularea proceselor psihice) ( <i>1 p</i> ) 3. Realizarea temei de seminar - prezentarea unei școli de terapie, cf. cerințelor ( <i>9 p</i> )	Evaluare orală	50

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de aplicație
25.09.2024	Prof. univ. dr. Michael STEVENS 	Conf. univ.dr. Liliana BUJOR

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

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

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