

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	PSIHOTERAPII				
Titularul activităților de curs	Prof. univ. dr. Michael STEVENS				
Titularul activităților aplicative	Conf. univ. dr. Liliana BUJOR				
Anul de studiu	III	Semestrul	6	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	<ul style="list-style-type: none"> Fundamentele psihologiei I & II, Psihologia vârstelor I & II
Competențe	<ul style="list-style-type: none">

5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> Calculator, videoproiector
Desfășurare aplicații	<ul style="list-style-type: none"> Seminar Calculator, videoproiector, cărți cf. bibliografiei

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	C1. Proiectarea și realizarea intervențiilor psihologice
Competențe transversale	C1. Exercițarea sarcinilor profesionale conform principiilor deontologice specifice C2. Reflectarea sistematică asupra propriului proces de învățare și dezvoltare personale

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

Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> • 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	
Bibliografie			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Beck, A. (2012), <i>Iubirea nu este de ajuns. Cum rezolvi problemele de cuplu cu ajutorul terapiei cognitive</i>, Editura Trei, București 2. Beck, A., Davis, D.D., Freeman, A. (2019). <i>Terapia cognitivă a tulburărilor de personalitate</i> ediția a treia. Ed. ASCR 3. Csikszentmihályi, M. (2021). <i>Evoluția sinelui. O psihologie a noului mileniu</i>. Ed. Curtea Veche 4. Dafinoiu, I. (2005), <i>Psihoterapii scurte. Strategii, metode, tehnici</i>. Editura Polirom, Iași 5. Dafinoiu, I. (2001), <i>Elemente de psihoterapie integrativă</i>, Editura Polirom, Iași 6. David, D. (2012), <i>Tratat de psihoterapii cognitive și comportamentale</i>, Editura Polirom, Iași 7. David, D. (2006), <i>Psihologie clinică și psihoterapie</i>, Editura Polirom, Iași 8. Dryden, W., DiGiuseppe, R. (2003), <i>Ghid de terapie rațional emotivă și comportamentală</i>, Editura ASCR, Cluj-Napoca 9. Ellis, A., Gordon, J., Neenan, M., Palmer, S. (2020). <i>Terapia stresului. O abordare comportamentală rațional-</i> 			

- emotivă. Ed. Trei
10. Frankl, V. (2008), *Teoria și terapia nevrozelor. Introducere în logoterapie și analiza existențială*. Editura Trei, București
 11. Frankl, V. (2018), *Omul în căutarea sensului vieții*, Editura Vellant, București
 12. Frankl, V. (2022). *Spune da vietii. Orice s-ar intampla*. Ed. Litera
 13. Fromm, E. (2013). *Arta de a fi*. București : Editura Trei
 14. Friedberg, R., D., McClure, J., Garcia, J. (2009), *Tehnici de terapie cognitivă pentru copii și adolescenți*, Editura ASCR, Cluj-Napoca
 15. Holdevici, I. (2005), *Psihoterapia cognitiv comportamentală. Managementul stresului pentru un stil de viață optim*, Editura Științelor medicale, București
 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/1QzzLKWe5vckUoQ6lIQOmh76NhF13Vwi>

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
1. Introducere în activitatea de seminar	2	Conversația Explicația Demonstrația	
2. Abordarea psihodinamică în terapie <ul style="list-style-type: none"> • Scurt istoric, caracteristici; Procesul terapeutic; • Metode și tehnici 	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,
3. Terapii umaniste- Terapia centrată pe client <ul style="list-style-type: none"> • Scurt istoric, caracteristici; Procesul terapeutic; • Metode și tehnici 	2	Expunerea Exercițiul Jocul de rol	Dafinoiu, I. (2005) Rogers, C. (2015)
4. Terapia rațional emotivă și comportamentală <ul style="list-style-type: none"> • Scurt istoric, caracteristici; Procesul terapeutic; • Metode și tehnici 	2	Expunerea Exercițiul Jocul de rol	Ellis, A., Harper, R. (2007) Dryden, W., DiGiuseppe, R. (2003)
5. Terapia cognitiv-comportamentală- abordare comportamentală <ul style="list-style-type: none"> • Scurt istoric, caracteristici; Procesul 	2	Expunerea Exercițiul Jocul de rol	Beck, A. (2012) David, D. (2006) Friedberg, R.. (2009)

terapeutic; • Metode și tehnici			Holdevici, I. (2005) Wills, F. (2008)
6. Terapia cognitiv-comportamentală-abordare cognitivă • Scurt istoric, caracteristici; Procesul terapeutic; • Metode și tehnici	2	Expunerea Exercițiul Jocul de rol	Beck, A. (2012) David, D. (2006) Friedberg, R.. (2009) Holdevici, I. (2005) Wills, F. (2008)
7. Terapia existențială • Scurt istoric, caracteristici; Procesul terapeutic; • Metode și tehnici	2	Expunerea Exercițiul Jocul de rol	May, R. (2015) Fromm, E. (2013)
8. Terapia existențială • Scurt istoric, caracteristici; Procesul terapeutic; • Metode și tehnici	2	Expunerea Exercițiul Jocul de rol	Frankl, V. (2008) Frankl, V. (2018) Yalom, I. (2010)
9. Terapia de familie • 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)
10. Terapia în psihologia pozitivă • 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)
11. Terapii integrative: Schema Therapy-scheme cognitive • 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)
12. Terapii integrative: Schema Therapy-scheme emoționale • Scurt istoric, caracteristici; Procesul terapeutic; • Metode și tehnici	2	Expunerea Exercițiul Jocul de rol	Leahy, R. (2017) Young, J., Klosko, J., Weishaar, M. (2017)
13. Tehnici și metode adaptate în intervenții	2	Joc de rol Explicația	
14. Aspecte recapitulative și evaluare	2		
Bibliografie			
<ol style="list-style-type: none"> Adler, A. (1996), <i>Cunoașterea omului</i>, Editura Trei, București Beck, A. (2012), <i>Iubirea nu este de ajuns. Cum rezolvi problemele de cuplu cu ajutorul terapiei cognitive</i>, Editura Trei, București Dafinoiu, I. (2005), <i>Psihoterapii scurte. Strategii, metode, tehnici</i>. Editura Polirom, Iași Dafinoiu, I. (2001), <i>Elemente de psihoterapie integrativă</i>, Editura Polirom, Iași David, D. (2006), <i>Tratat de psihoterapii cognitive și comportamentale</i>, Editura Polirom, Iași David, D. (2006), <i>Psihologie clinică și psihoterapie</i>, Editura Polirom, Iași Dryden, W., DiGiuseppe, R. (2003), <i>Ghid de terapie rațional emotivă și comportamentală</i>, Editura ASCR, Cluj-Napoca Ellis, A., Harper, R. (2007), <i>Ghid pentru o viață rațională</i>, Editura Romanian Psychological Testing Services, Cluj- Napoca Frankl, V. (2008), <i>Teoria și terapia nevrozelor. Introducere în logoterapie și analiza existențială</i>. Editura Trei, București Freud, S. (2015), <i>Introducere în psihanaliză</i>, Editura Trei, București Frankl, V. (2018), <i>Omul în căutarea sensului vieții</i>, Editura Vellant, București Fromm, E. (2013), <i>Arta de a fi</i>, Editura Trei, București Friedberg, R., D., McClure, J., Garcia, J. (2009), <i>Tehnici de terapie cognitivă pentru copii și adolescenți</i>, Editura ASCR, Cluj-Napoca Holdevici, I. (2005), <i>Psihoterapia cognitiv comportamentală. Managementul stresului pentru un stil de viață</i> 			

- optim*, Editura Științelor medicale, București
15. Jung, C.G. (1994), *Puterea sufletului*, Editura Anima, București
 16. Konya, Z., Konya, A. (2012), *Terapie familială sistemică*, Editura Polirom, Iași
 17. Larchet, J. C., (2009), *Inconștientul spiritual sau adâncul neștiut al inimii*, Editura Sophia, București
 18. Leahy, R. (2017), *Terapia centrată pe scheme emoționale*, Editura ASCR, Cluj-Napoca
 19. May, R., (2015), *The Discovery of Being*, Editura WWNorton & Co
 20. Mitrofan, I., Vasile, D. (2001). *Terapii de familie*, Editura Sper, București
 21. Moreau, A. (2007), *Psihoterapie. Metode și tehnici*, Editura Trei, București
 22. Peseschkian, N. (2007), *Psihoterapie pozitivă*, Editura Trei, București
 23. Rogers, C. (2015), *Terapia centrată pe client*, Editura Trei, București
 24. Satir, V. (2011), *Terapia familiei*, Editura Trei, București
 25. Satir, V. (2010), *Arta de a făuri oameni*, Editura Trei, București
 26. Seligman, M. (2004). *Optimismul se învață*, Editura Humanitas, București
 27. Szentagotai- Tătar, A., David, D. (2017), *Tratat de psihologie pozitivă*, Editura Polirom, Iași
 28. Wills, F. (2008), *Consilierea și psihoterapia cognitiv-comportamentală*, Editura Herald, București
 29. Yalom, I. (2010), *Psihoterapie existențială*, Editura Trei, București
 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 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. 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 *Psihoterapii* 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) Observarea sistematică a activității sudeșilor	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 pe parcurs	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 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