

## E-terapia. Wykorzystanie narzędzi informatycznych w terapii psychologicznej

*E-therapy - using IT tools in psychological therapy*

|  |  |
|--|--|
| Program studiów dla przedmiotu obowiązujący od cyklu kształcenia | 2024/2025  |
| Kierunek studiów   | Psychologia  |
| Rok i semestr studiów  | Rok V/ Semestr IX  |
| Poziom kształcenia   | Jednolite studia magisterskie  |
| Profil kształcenia na kierunku                                   | Ogólnoakademicki   |
| Moduł kształcenia dla przedmiotu                                 | Specjalnościowy  |
| Nazwa specjalizacji (jeśli przedmiot specjalizacyjny)            | Psychologia kliniczna i psychoterapia; Neuropsychologia kliniczna; Psychoterapia i terapia seksualna |
| Status przedmiotu  | Do wyboru  |

| Forma zajęć                  | Liczba godzin      |                       | ECTS | Forma zaliczenia    | Waga |
|------------------------------|--------------------|-----------------------|------|---------------------|------|
|                              | Studia stacjonarne | Studia niestacjonarne |      |                     |      |
| Ćwiczenia                    | 30                 | 16                    | 2    | Zaliczenie na ocenę | 100% |
| Razem za zajęcia dydaktyczne | 30                 | 16                    |      |                     |      |
| Praca własna studenta        | 15                 | 29                    |      |                     |      |
| <b>Ogółem</b>                | <b>50</b>          | <b>50</b>             |      |                     |      |

### Cele kształcenia dla przedmiotu

|    |   |
|----|---|
| 1. | Zapoznanie studentów z możliwościami wykorzystania narzędzi informatycznych w terapii psychologicznej (e-terapia)               |
| 2. | Zdobycie przez studentów praktycznych umiejętności wykorzystania narzędzi ICT do prowadzenia zdalnego wsparcia psychologicznego |
| 3. | Zapoznanie studentów w stopniu pogłębionym z bazą danych empirycznych na temat terapii psychologicznej prowadzonej online.      |

### Efekty uczenia się

| WIEDZA |  |                                     |  |
|--------|--|-------------------------------------|--|
| L.p.   | Efekty przedmiotowe (Student zna i rozumie)  | Odniesienie do efektów kierunkowych | Metody weryfikacji efektów uczenia się   |
| W1     | Student zna i rozumie konteksty, okoliczności i możliwości wykorzystywania e-terapii oraz wirtualnej rzeczywistości w terapii psychologicznej.                                 | PS_WG03_Mgr                         | Kolokwium pisemne, prezentacja.  |
| W2     | Student zna i rozumie uwarunkowania skuteczności e-terapii oraz korzyści i wyzwania związane z realizacją wsparcia w formie zdalnej.   | PS_WG03_Mgr                         | Kolokwium pisemne.   |
| W3     | Student zna największe i najpopularniejsze rozwiązania technologiczne w zakresie e-terapii, ich mocne i słabe strony, oraz dostępne dane empiryczne na temat ich skuteczności. | PS_WG03_Mgr                         | Prezentacja, ćwiczenia w trakcie zajęć (rozwiązywanie problemów, interpretacja), aktywność w trakcie zajęć (dyskusja, debata, pytania i odpowiedzi). |

| UMIĘJĘTNOŚCI |   |  |  |
|--------------|---|--|--|
| L.p.         | Efekty przedmiotowe (Student potrafi)   | Odniesienie do efektów kierunkowych                      | Metody weryfikacji efektów uczenia się   |
| U1           | Student potrafi korzystać ze zróżnicowanych form i kanałów komunikacji w e-terapii w sposób dostosowany do potrzeb i możliwości klientów.   | PS_UW04_Mgr<br>PS_UW09_Mgr                               | Ćwiczenia w trakcie zajęć (projektowanie, symulacje).                            |
| U2           | Student potrafi samodzielnie gromadzić i poddawać krytycznej analizie informacje i dowody empiryczne na temat nowych narzędzi do e-terapii. | PS_UW02_Mgr<br>PS_UW03_Mgr<br>PS_UK02_Mgr                | Prezentacja, ćwiczenia w trakcie zajęć (interpretacja).                          |
| U3           | Student potrafi kreatywnie tworzyć wizję oraz warsztat swojej pracy online.   | PS_UW09_Mgr<br>PS_UK01_Mgr<br>PS_UK02_Mgr<br>PS_UO01_Mgr | Prezentacja, aktywność w trakcie zajęć (dyskusja, debata, pytania i odpowiedzi). |

| KOMPETENCJE SPOŁECZNE |
|-----------------------|
|-----------------------|

| L.p. | Efekty przedmiotowe<br>(Student jest gotów do)  | Odniesienie do efektów kierunkowych | Metody weryfikacji efektów uczenia się  |
|------|---|-------------------------------------|---|
| K1   | Student jest gotów do prowadzenia e-terapii przy zachowaniu zasad etyki zawodu psychologa oraz zasad bezpiecznego korzystania z rozwiązań technologicznych i informatycznych.   | PS_KO02_Mgr<br>PS_KO05_Mgr          | Ćwiczenia w trakcie zajęć (projektowanie, symulacje), aktywność w trakcie zajęć (dyskusja, debata, pytania i odpowiedzi). |
| K2   | Student jest gotów do krytycznej analizy możliwych konsekwencji wynikających z ograniczeń e-terapii (szczególnie w sytuacjach kryzysowych) i ujawnia wysoki stopień odpowiedzialności za swoje działania w tym zakresie | PS_KO05_Mgr                         | Aktywność w trakcie zajęć (dyskusja, debata, pytania i odpowiedzi).   |
| K3   | Student jest gotów do przyjęcia konstruktywnej postawy współpracy z innymi specjalistami zajmującymi się e-terapią oraz rozwoju osobistego i zawodowego w tym zakresie  | PS_KO02_Mgr<br>PS_KR02_Mgr          | Aktywność w trakcie zajęć (dyskusja, debata, pytania i odpowiedzi).   |

#### Treści kształcenia

| L.p.         | Treść kształcenia (tematyka zajęć)  | Liczba godzin      |                       |
|--------------|---|--------------------|-----------------------|
|              |   | Ćwiczenia          |                       |
|              |   | Studia stacjonarne | Studia niestacjonarne |
| 1.           | Podstawowe pojęcia, definicje dotyczące e-terapii. Formy i kanały komunikacji w e-terapii. Psychoterapia online z udziałem psychoterapeuty, grupowe programy terapii i aplikacje z pośrednim udziałem psychoterapeuty, samopomoc psychologiczna online. | 3                  | 1                     |
| 2.           | Zasady efektywnego stosowania e-terapii w zróżnicowanych kontekstach. Etyka zawodu psychologa w kontekście e-terapii. Bezpieczeństwo i poufność w sieci w kontekście e-terapii. Przykładowe rozwiązania na bazie istniejących usług.                    | 3                  | 2                     |
| 3.           | Psychoterapia online. Zasady przygotowania sesji terapeutycznej online. Adaptacja procesu terapeutycznego do kontekstu online. Najczęstsze wyzwania, problemy i rozwiązania.  | 3                  | 2                     |
| 4.           | Badania empiryczne na temat psychoterapii online – skuteczność w leczeniu zaburzeń psychicznych, wpływ na relację i kontakt terapeutyczny, postawy terapeutów i klientów względem terapii online.   | 3                  | 2                     |
| 5.           | Wykorzystanie technologii cyfrowych do budowania empatii. Ćwiczenia praktyczne z przeprowadzonej e-terapii opartej o komunikację tekstową   | 3                  | 2                     |
| 6.           | Interwencje terapeutyczne w kontekście terapii online oraz asynchronicznej e-terapii. Ćwiczenia praktyczne.   | 3                  | 2                     |
| 7.           | Serwisy internetowe do prowadzenia terapii online. Wybrane narzędzia (aplikacji mobilnych) do terapii asynchronicznej i samopomocy psychologicznej online. Prezentacja, porównanie. Psychoterapia online jako usługa konsumencka – kwestie etyczne.     | 3                  | 2                     |
| 8.           | Poszukiwanie źródeł rzetelnej informacji naukowych i profesjonalnych recenzji narzędzi stosowanych w e-terapii.   | 3                  | 1                     |
| 9.           | Wirtualna rzeczywistość w e-terapii. Możliwości zastosowania, prezentacja wybranych protokołów i rozwiązań w kontekście terapii ekspozycji, badania empiryczne na temat skuteczności.   | 3                  | 1                     |
| 10.          | Tworzenie indywidualnej wizji e-terapii. Podobieństwa, różnice i unikalne wyzwania względem psychoterapii twarzą-w-twarz. Superwizja w e-terapii.   | 3                  | 1                     |
| <b>Razem</b> |   | <b>30</b>          | <b>16</b>             |

#### Metody kształcenia

| Forma zajęć | Metody kształcenia  |
|-------------|---|
| Ćwiczenia   | Wykład konwersatoryjny z prezentacją multimedialną, analiza przypadków i przykładów, dyskusja, debata, ćwiczenia laboratoryjne, ćwiczenia grupowe, symulacje. |

#### Warunki zaliczenia

| Sposób zaliczenia                 | Wagi (%)   |
|-----------------------------------|------------|
|                                   | Ćwiczenia  |
| Kolokwium pisemne                 | 50         |
| Wykonanie ćwiczeń podczas zajęć   | 25         |
| Wykonanie projektu poza zajęciami | 25         |
| <b>Razem</b>                      | <b>100</b> |

### Rozliczenie pracy własnej studenta

| L.p.         | Czynności w ramach pracy własnej  | Szacowana liczba godzin |                       |
|--------------|---|-------------------------|-----------------------|
|              |   | Studia stacjonarne      | Studia niestacjonarne |
| 1.           | Realizacja zadania projektowego poza zajęciami  | 4                       | 4                     |
| 2.           | Lektura obowiązkowa   | 4                       | 11                    |
| 3.           | Obowiązkowe zapoznanie się z innymi materiałami lub treściami (np. materiałami audio, wideo, narzędziami, pomocami, oprogramowaniem, sprzętem, aktami prawnymi, dokumentacją, warunkami miejsca pracy itp.) | 3                       | 10                    |
| 4.           | Przygotowanie do kolokwium  | 4                       | 4                     |
| <b>Razem</b> |   | <b>15</b>               | <b>29</b>             |

### Literatura obowiązkowa

|    |   |
|----|---|
| 1. | Kreft W. (2020). <i>Skrypt - E-terapia - wykorzystanie narzędzi informatycznych w terapii psychologicznej</i> . Biuro projektu AEH.   |
| 2. | Humer, E., Stipl, P., Pieh, C., Pryss, R., & Probst, T. (2020). Experiences of psychotherapists with remote psychotherapy during the COVID-19 pandemic: cross-sectional web-based survey study. <i>Journal of medical Internet research</i> , 22(11), e20246. |
| 3. | Stoll, J., Müller, J. A., & Trachsel, M. (2020). Ethical issues in online psychotherapy: A narrative review. <i>Frontiers in Psychiatry</i> , 10, 498439.   |

### Literatura uzupełniająca

|    |   |
|----|---|
| 1. | Geller, S. (2023). Cultivating online therapeutic presence: Strengthening therapeutic relationships in teletherapy sessions. <i>How the COVID-19 Pandemic Transformed the Mental Health Landscape</i> (pp. 79-95). Routledge.   |
| 2. | Andersson, G., Cuijpers, P., Carlbring, P., Riper, H., & Hedman, E. (2014). Guided Internet-based vs. face-to-face cognitive behavior therapy for psychiatric and somatic disorders: a systematic review and meta-analysis. <i>World Psychiatry</i> , 13(3), 288-295. |
| 3. | Andersson, G., Titov, N., Dear, B. F., Rozental, A., & Carlbring, P. (2019). Internet-delivered psychological treatments: From innovation to implementation. <i>World Psychiatry</i> , 18(1), 20-28.  |

### Inne materiały dydaktyczne

|    |   |
|----|---|
| 1. | Weinberg H., Rolnick A. (2019). <i>Theory and practice of online therapy - Internet-delivered interventions for individuals, groups, families, and organizations</i> . Routledge. |
| 2. |   |
| 3. |   |