

## Podstawowe umiejętności i techniki psychoterapeutyczne

*Basic therapeutic skills and techniques*

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

Forma zajęć	Liczba godzin		ECTS	Forma zaliczenia	Waga
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne			
Ćwiczenia	30	16	4	Zaliczenie na ocenę	100%
Razem za zajęcia dydaktyczne	30	16			
Praca własna studenta	50	64			
<b>Ogółem</b>	<b>100</b>	<b>100</b>			

### Cele kształcenia dla przedmiotu

1.	Umożliwienie studentom nabycia podstawowych umiejętności budowania i utrzymywania kontaktu terapeutycznego z klientami.
2.	Nauczenie studentów najbardziej charakterystycznych i wszechstronnych technik terapeutycznych.
3.	Zapewnienie studentom okazji do refleksji nad własnym rozwojem w roli psychoterapeuty

### 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 główne fazy procesu psychoterapeutycznego.	PS_WG01_Mgr	Kolokwium pisemne.
W2	Student zna i rozumie obszary oddziaływań zróżnicowanych grup i rodzajów interwencji psychoterapeutycznych.	PS_WG02_Mgr	Kolokwium pisemne.
W3	Student zna i rozumie rolę kontaktu terapeutycznego w psychoterapii	PS_WG01_Mgr	Kolokwium pisemne.

UMIĘJĘTNOŚCI			
L.p.	Efekty przedmiotowe (Student potrafi)	Odniesienie do efektów kierunkowych	Metody weryfikacji efektów uczenia się
U1	Student potrafi wykorzystać w praktyce terapeutycznej umiejętności budowania kontaktu terapeutycznego.	PS_UW02_Mgr	Ćwiczenia w trakcie zajęć (symulacja, odgrywanie ról, udzielanie informacji zwrotnych).
U2	Student potrafi przedstawić i wdrożyć szereg najbardziej uniwersalnych interwencji terapeutycznych oraz ocenić ich efektywność.	PS_UW03_Mgr PS_UW04_Mgr	Kolokwium pisemne, ćwiczenia w trakcie zajęć (symulacja, odgrywanie ról).
U3	Student potrafi zaproponować adaptację interwencji behawioralnych do potrzeb i możliwości indywidualnych klientów.	PS_UK01_Mgr PS_UK02_Mgr	Kolokwium pisemne, ćwiczenia w trakcie zajęć (konceptualizacja przypadku).

KOMPETENCJE SPOŁECZNE			
L.p.	Efekty przedmiotowe (Student jest gotów do)	Odniesienie do efektów kierunkowych	Metody weryfikacji efektów uczenia się



K1	Student jest gotów do pracy psychoterapeutycznej w podstawowym zakresie ze zróżnicowanymi populacjami dorosłych klientów.	PS2_KO03_Mgr	Aktywność na zajęciach (dyskusja, pytania i odpowiedzi).
K2	Student jest gotów do przyjęcia empatycznej, adekwatnej postawy pomocy względem osób cierpiących na zaburzenia psychiczne.	PS2_KO05_Mgr	Ćwiczenia w trakcie zajęć (odgrywanie ról, udzielanie informacji zwrotnych), aktywność na zajęciach (dyskusja, pytania i odpowiedzi).
K3	Student jest gotów do podjęcia refleksji nad własnymi postawami i założeniami w kontekście zdrowia psychicznego i roli psychoterapeuty.	PS2_KO03_Mgr	Aktywność na zajęciach (dyskusja, pytania i odpowiedzi).

#### Treści kształcenia

L.p.	Treść kształcenia (tematyka zajęć)	Liczba godzin	
		Ćwiczenia	
		Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
1.	Nawiązywanie kontaktu terapeutycznego – umiejętności i techniki aktywnego słuchania. Proces socjalizacji klienta do procesu terapii.	3	1
2.	Psychoedukacja w psychoterapii – ustalanie i nawiązywanie kontraktu terapeutycznego, wyjaśnianie charakteru procesu psychoterapii.	3	1
3.	Zbieranie informacji na temat objawów, zachowań, myśli i emocji klientów – techniki poznawczo-behawioralne. Strategie prowadzenia pogłębionego wywiadu, wdrażania klientów w proces obserwacji myśli automatycznych.	3	2
4.	Konceptualizacja przypadku – integrowanie informacji o objawach, zachowaniach i myślach klienta. Interpretacja obrazu klinicznego klienta przez pryzmat modeli teoretycznych. Przekazywanie klientowi informacji zwrotnych.	3	2
5.	Współpraca z klientem – wspólne projektowanie konceptualizacji, celów terapii, interwencji. Projektowanie osiągalnych i mierzalnych celów psychoterapii.	3	1
6.	Techniki behawioralne – aktywacja behawioralna, eksperymenty behawioralne, ćwiczenie umiejętności radzenia sobie z objawami i/lub stresem. Ćwiczenia praktyczne.	3	2
7.	Techniki behawioralne – ćwiczenia ekspozycji. Teoretyczne podstawy i mechanizmy, konteksty zastosowania i formy. Psychoedukacja klientów, projektowanie ćwiczeń pod kątem objawów i problemów klienta. Wdrażanie techniki i ocena jej skuteczności.	3	2
8.	Techniki poznawcze – śledzenie myśli, dialog Sokratejski, wykorzystywanie informacji z ćwiczeń behawioralnych do pracy nad przekonaniami.	3	2
9.	Utrzymywanie kontaktu terapeutycznego – koncepcja oporu w psychoterapii, adresowanie obaw i uwag klientów, zbieranie informacji zwrotnej i uwzględnianie perspektywy klienta.	3	1
10.	Objawy uzależnień, zachowania samouszkodzające, myśli samobójcze – strategie diagnozy, psychoedukacja, konfrontacja z klientem. Ćwiczenia praktyczne.	3	2
<b>Razem</b>		<b>30</b>	<b>16</b>

#### Metody kształcenia

Forma zajęć	Metody kształcenia
Ćwiczenia	Ćwiczenia grupowe, dyskusja, debata, symulacje

#### Warunki zaliczenia

Sposób zaliczenia	Wagi (%)
	Ćwiczenia
Kolokwium	90
Wykonanie ćwiczeń podczas zajęć	5
Wypowiedzi ustne podczas zajęć (np. w trakcie dyskusji, debaty)	5
<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.	Lektura obowiązkowa	20	27

2.	Obowiązkowe zapoznanie się z innymi materiałami lub treściami (np. materiałami audio, video, narzędziami, pomocami, oprogramowaniem, sprzętem, aktami prawnymi, dokumentacją, warunkami miejsca pracy itp.)	10	17
3.	Przygotowanie do kolokwium	20	20
<b>Razem</b>		<b>50</b>	<b>64</b>

#### Literatura obowiązkowa

1.	Popiel, A., Pragłowska, E. (2022). <i>Psychoterapia poznawczo-behavioralna: teoria i praktyka</i> . Wydawnictwo Naukowe PWN.
2.	Sommers-Flanagan, J., Sommers-Flanagan, R. (2018). <i>Counseling and psychotherapy theories in context and practice: Skills, strategies, and techniques</i> . Wiley.
3.	Hayes, S. C., Hofmann, S. G., Lorscheid, D. N. (2023). <i>Terapia oparta na procesach w praktyce</i> . GWP.

#### Literatura uzupełniająca

1.	Schöttke, H., Flückiger, C., Goldberg, S. B., Eversmann, J., & Lange, J. (2017). Predicting psychotherapy outcome based on therapist interpersonal skills: A five-year longitudinal study of a therapist assessment protocol. <i>Psychotherapy Research</i> , 27(6), 642-652.
2.	Hatcher, R. L. (2015). Interpersonal competencies: Responsiveness, technique, and training in psychotherapy. <i>American Psychologist</i> , 70(8), 747.
3.	Heinonen, E., & Nissen-Lie, H. A. (2020). The professional and personal characteristics of effective psychotherapists: A systematic review. <i>Psychotherapy Research</i> , 30(4), 417-432.

#### Inne materiały dydaktyczne

1.	
2.	
3.	