

## Psychoterapia indywidualna i grupowa: techniki

*Individual and group psychotherapy: 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 II/ Semestr III
<b>Poziom kształcenia</b>	Studia II stopnia
<b>Profil kształcenia na kierunku</b>	Ogólnoakademicki
<b>Moduł kształcenia dla przedmiotu</b>	Specjalnościowy
<b>Nazwa specjalizacji (jeśli przedmiot specjalizacyjny)</b>	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	45	59			
<b>Ogółem</b>	<b>100</b>	<b>100</b>			

### Cele kształcenia dla przedmiotu

1.	Wyposażenie studentów w wiedzę na temat kontekstów i celów stosowania wszechstronnego wachlarza interwencji psychoterapeutycznych.
2.	Wyposażenie studentów w praktyczne umiejętności nawiązywania relacji terapeutycznej, określania celów terapii oraz prowadzenia psychoedukacji.
3.	Wyposażenie studentów w praktyczne umiejętności wdrażania i oceny skuteczności interwencji terapeutycznych skoncentrowanych na specyficznych procesach psychopatologicznych.

### 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 dynamikę relacji terapeutycznej w psychoterapii indywidualnej i grupowej, fazy jej rozwoju oraz możliwości jej wspierania za pomocą konkretnych interwencji.	PS2_WG09_Mgr PS2_WG11_Mgr	Kolokwium pisemne, analiza przypadków i przykładów.
W2	Student zna i rozumie sposoby wdrażania interwencji terapeutycznych zorientowanych na specyficzne procesy psychopatologiczne we współpracy z klientem oraz w oparciu o efektywne techniki pomiaru ich skuteczności.	PS2_WG02_Mgr PS2_WG09_Mgr PS2_WG11_Mgr	Kolokwium pisemne.
W3	Student zna i rozumie perspektywę na wdrażanie interwencji terapeutycznych jako na iteracyjny proces testowania hipotez.	PS2_WG02_Mgr PS2_WG09_Mgr	Kolokwium pisemne, analiza przypadków i przykładów.

UMIĘJĘTNOŚCI			
L.p.	Efekty przedmiotowe (Student potrafi)	Odniesienie do efektów kierunkowych	Metody weryfikacji efektów uczenia się
U1	Student potrafi zaplanować proces wdrożenia i pomiaru efektywności kompleksowych interwencji terapeutycznych z uwzględnieniem prezentacji ich zasadności, ustalenia celów we współpracy z pacjentem oraz pomiaru ich efektywności.	PS2_UW01_Mgr PS2_UW03_Mgr PS2_UW06_Mgr	Kolokwium pisemne, ćwiczenia indywidualne (konceptualizacja przypadku), grupowe (symulacje, odgrywanie ról).
U2	Student potrafi zaproponować zróżnicowane interwencje terapeutyczne nakierowane na wspólny proces psychopatologiczny oraz dokonać analizy ich wyboru przez pryzmat możliwości i potrzeb klientów.	PS2_UW03_Mgr PS2_UW06_Mgr PS2_UW08_Mgr	Kolokwium pisemne, ćwiczenia indywidualne (konceptualizacja przypadku), grupowe (symulacje, odgrywanie ról).
U3	Student potrafi opracować, przedstawić i uzasadnić plan interwencji terapeutycznych oparty na konceptualizacji przypadku uwzględniającej diagnozę oraz charakterystyki klientów.	PS2_UW08_Mgr PS2_UK01_Mgr PS2_UK02_Mgr	Kolokwium pisemne, ćwiczenia indywidualne (konceptualizacja przypadku), grupowe (symulacje, odgrywanie ról).

### KOMPETENCJE SPOŁECZNE

L.p.	Efekty przedmiotowe (Student jest gotów do)	Odniesienie do efektów kierunkowych	Metody weryfikacji efektów uczenia się
K1	Student jest gotów do dysseminacji trafnych i rzetelnych informacji na temat natury i procesu psychoterapii, ze szczególnym uwzględnieniem przeciwdziałania dezinformacji w tym zakresie.	PS2_UO01_Mgr PS2_KO01_Mgr	Aktywność w trakcie zajęć (dyskusja, debata).
K2	Student jest gotów do uczestnictwa w zespołach terapeutycznych w zróżnicowanych kontekstach organizacyjnych i instytucjonalnych.	PS2_UO01_Mgr PS2_KO01_Mgr	Aktywność w trakcie zajęć (dyskusja, debata).
K3	Student jest gotów do krytycznej analizy własnych kompetencji i wiedzy w zakresie psychoterapii oraz dalszego samodzielnego rozwoju w tym zakresie.	PS2_KO01_Mgr	Aktywność w trakcie zajęć (dyskusja, debata).

#### Treści kształcenia

L.p.	Treść kształcenia (tematyka zajęć)	Liczba godzin	
		Ćwiczenia	
		Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
1.	Interwencje psychoterapeutyczne jako proces testowania hipotez: identyfikacja obszaru i celu działań, wybór interwencji w oparciu o model procesów psychoterapeutycznych, współpraca z klientem w zakresie proponowania, wdrażania i modyfikacji interwencji.	3	1
2.	Interwencje psychoterapeutyczne w kontekście relacji terapeutycznej: obszary interwencji definiowane wspólnie z klientem; psychoedukacja na temat interwencji: cel, przeznaczenie.	3	1
3.	Interwencje psychoterapeutyczne: procesy poznawcze. Obserwacja i analiza myśli automatycznych, przekonań podstawowych i pośredniczących. Dialog sokratejski, analiza dowodów za i przeciw myślom automatycznym.	3	2
4.	Interwencje psychoterapeutyczne: procesy emocjonalne. Nauka rozpoznawania emocji, śledzenie stanów emocjonalnych, przekonań dotyczących emocji i ich regulacji. Techniki relaksacji i samoregulacji. Techniki behawioralne z zakresu psychoterapii poznawczo-behawioralnych trzeciej fali. Dopasowywanie interwencji do możliwości, potrzeb i kontekstu klienta.	3	2
5.	Interwencje terapeutyczne: zachowania. Diagnoza i obserwacja zachowań klienta w obrębie sesji, w ramach zadań domowych. Aktywacja behawioralna – planowanie, identyfikowanie trudności, wdrażanie i ocena. Eksperymenty behawioralne – ustalanie celu, projektowanie eksperymentu pod kątem specyficznego procesu/czynnika/objawu, zbieranie informacji zwrotnych.	3	2
6.	Interwencje terapeutyczne: wsparcie społeczne, aktywności, wartości. Planowanie zapobiegania nawrotom objawów zaburzeń psychicznych. Wspieranie klientów w identyfikowaniu i realizowaniu celów, wartości. Fazy i strategie utrwalania umiejętności zdobytych w psychoterapii, kończenia procesu terapeutycznego.	3	2
7.	Relacja terapeutyczna jako przedmiot interwencji – aktywne słuchanie, komunikowanie diagnozy/konceptualizacji klientom, empatyczna konfrontacja. Identyfikowanie i omawianie trudności w procesie terapeutycznym.	3	2
8.	Psychoterapia grupowa – zarządzanie procesem grupowym, nawiązywanie relacji terapeutycznej. Praktyczna organizacja grupy.	3	1
9.	Psychoterapia grupowa – interwencje terapeutyczne. Praca na tle grupy jako źródło korekcyjnych doświadczeń emocjonalnych. Bezpieczne i etyczne wdrażanie technik terapeutycznych.	3	1
10.	Pomiar psychologiczny jako interwencja terapeutyczna – nieformalny pomiar na roboczych skalach, nieformalne śledzenie postępu, pozyskiwanie informacji zwrotnych jako metoda pomiaru efektywności interwencji. Kwestionariusze przesiewowe, kwestionariusze objawów i cech psychologicznych – strategie wdrażania, sposoby wykorzystywania wyników w ramach psychoterapii.	3	2
<b>Razem</b>		<b>30</b>	<b>16</b>

#### Metody kształcenia

Forma zajęć	Metody kształcenia
Ćwiczenia	Analiza przykładów i przypadków, ćwiczenia grupowe, symulacje, dyskusja, debata.

#### Warunki zaliczenia

Sposób zaliczenia	Wagi (%)

Kolokwium pisemne	50
Wykonanie ćwiczeń podczas zajęć	25
Wypowiedzi ustne podczas zajęć (np. w trakcie dyskusji, debaty)	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.	Lektura obowiązkowa	15	22
2.	Obowiązkowe zapoznanie się z innymi materiałami lub treściami (np. materiałami audio, wideo, narzędziami, pomocami, oprogramowaniem, sprzętem, aktami prawnymi, dokumentacją, warunkami miejsca pracy itp.)	15	22
3.	Przygotowanie do kolokwium	15	15
<b>Razem</b>		<b>45</b>	<b>59</b>

#### Literatura obowiązkowa

1.	Hayes, S. C., Hofmann, S. G. (2020). <i>Terapia poznawczo-behavioralna oparta na procesach. Wiedza i kluczowe kompetencje</i> . Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
2.	Beck, J. S. (2020). <i>Cognitive behavior therapy: basics and beyond</i> . Guilford.
3.	Popiel, A., Pragłowska, E. (2022). <i>Psychoterapia poznawczo-behavioralna: teoria i praktyka</i> . Wydawnictwo Naukowe PWN.

#### Literatura uzupełniająca

1.	Truijens, F. L., Van Nieuwenhove, K., De Smet, M. M., Desmet, M., & Meganck, R. (2022). How questionnaires shape experienced symptoms. A qualitative case comparison study of questionnaire administration in psychotherapy research. <i>Qualitative Research in Psychology</i> , 19(3), 806-830.
2.	Macnair-Semands, R., Whittingham, M. (2023). <i>Group psychotherapy assessment and practice. A measurement-based care approach</i> . Routledge.
3.	Sales, C., & Alves, P. C. (2016). Patient-centered assessment in psychotherapy: A review of individualized tools. <i>Clinical Psychology: Science and Practice</i> , 23(3), 265.

#### Inne materiały dydaktyczne

1.	
2.	
3.	