



## FACULTATEA DE PSIHOLOGIE

### FIȘA DISCIPLINEI

#### 1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA TITU MAIORESCU
1.2 Facultatea	Psihologie
1.3 Departamentul	Psihologie și Psihoterapie
1.4 Domeniul de studii	Psihologie
1.5 Ciclul de studii	Master
1.6 Programul de studii	Psihoterapiei cognitiv - comportamentale

#### 2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	<b>APLICAȚII CLINICE ALE PSIHOTERAPIEI COGNITIV COMPORTAMENTALE I</b>						
Codul disciplinei	<b>PT 2.1.1.</b>						
2.2 Titularul activităților de curs	<b>Lect.univ.dr. Mădălina PETRESCU</b>						
2.3 Titularul activităților de seminar							
2.4 Anul de studiu	<b>II</b>	2.5 Semestrul	<b>I</b>	2.6 Tipul de evaluare	<b>E</b>	2.7 Regimul disciplinei	<b>O</b>

#### 3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	<b>2</b>	din care: 3.2 curs	<b>1</b>	3.3 seminar/laborator	<b>1</b>
3.4 Total ore din planul de învățământ	<b>28</b>	din care: 3.5 curs	<b>14</b>	3.6 seminar/laborator	<b>14</b>
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					40
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					30
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					25
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activități.....					-
<b>3.7 Total ore studiu individual</b>		<b>97</b>			
<b>3.9 Total ore pe semestru</b>		<b>125</b>			
<b>3.10 Numărul de credite</b>		<b>5</b>			

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

4.1 de curriculum	• -
4.2 de competențe	• -

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

5.1. de desfășurare a cursului	• Sală de curs cu minim 50 de locuri, calculator și videoproiector, tablă, cretă, flipchart, marker
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	• Sală cu minim 40 de locuri, calculator și videoproiector, tablă, cretă, flipchart, marker



## 6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	<ul style="list-style-type: none"><li>capacitatea de a înțelege și descrie principalele concepte, paradigme și metodologii utilizate în psihoterapia de scurtă durată, în general, și în psihoterapia cognitiv-comportamentală, în special.</li><li>folosirea corectă și adecvată a metodelor și instrumentelor paradigmei terapiei cognitiv-comportamentale.</li><li>proiectarea și implementarea profesionista a planurilor de intervenție psihoterapeutică în cadrul TCC.</li><li>realizarea (sub supervizare) a unor secvențe scurte de intervenție folosind strategiile specifice TCC cu scopul de a ameliora simptomele de anxietate sau depresie (clinică sau sub-clinică).</li><li>capacitatea de adaptare a terminologiei și a strategiilor de comunicare în funcție de diagnosticul psihologic al clienților.</li><li>familiarizarea cu oportunitățile oferite de Sistemele AI specializate în TCC și cu potențialul acestora de a contribui la dezvoltarea abilităților profesionale de consiliere psihologică.</li></ul>
Aptitudini	<ul style="list-style-type: none"><li>capacitatea de a aplica cunoștințele dobândite specifice TCC la situații (cazuri) cu un grad mediu de complexitate și de a formula concluzii de specialitate bine argumentate.</li><li>aplicarea principiilor comunicării eficiente în intervenția psihologică cu scopul stabilirii unui contact eficient și adecvat particularităților persoanelor cu probleme de adaptare și integrare (anxietate, depresie, fobie, etc.)</li><li>capacitatea de a elabora un plan de intervenție psihoterapeutic de complexitate medie, pe baza principalelor paradigme și teorii TCC însușite.</li><li>abilitatea de a stabili o relație de comunicare adaptată caracteristicilor psihologice și nevoilor clienților aflați în proces psihoterapeutic.</li><li>interpretarea rolului comunicării în activitatea profesională și explicarea diferitelor tipuri și metode de comunicare.</li></ul>
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"><li>capacitatea de interpretare adecvată a situațiilor concrete în care asistența și suportul psihologic ar putea fi necesară.</li><li>respectare principiilor deontologice și de etică profesională, respectare autonomiei clienților.</li><li>capacitatea de a lucra independent (eventual cu o minimă îndrumare) pentru obținerea informațiilor necesare proiectării protocolului psihoterapeutic.</li><li>capacitatea de a deprinde strategiile de muncă riguroasă, eficientă și responsabilă, de punctualitate și răspundere personală față de rezultat, pe baza principiilor, normelor și valorilor codului de etică profesională.</li><li>dezvoltarea unor abilități de autocontrol permanent și conștient cu privire la motivațiile pentru învățare, prin raportare la propriile obiective de dezvoltare profesională și personală.</li><li>capacitatea de gestionare a situațiilor critice (ex: legate de rezistențele clientului) și a urgențelor de natură psihologică (ex: gânduri suicidale).</li></ul>

## 7. Conținuturi

7.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Aplicația psihoterapiei cognitiv-comportamentale în depresie 2. Aplicația psihoterapiei cognitiv-comportamentale în sindromul de stres posttraumatic 3. Aplicația psihoterapiei cognitiv-comportamentale în fobia socială sau tulburarea de anxietate socială	Prelegerea interactivă, învățarea în echipă, expunere, exemplificare, brainstorming, învățarea prin descoperire.	



4. Aplicația psihoterapiei cognitiv-comportamentale în tulburarea obsesiv-compulsivă 5. Aplicația psihoterapiei cognitiv-comportamentale în terapia disfuncțiilor sexuale 6. Aplicația psihoterapiei cognitiv-comportamentale în anxietatea generalizată 7. Modelul cognitiv al tulburărilor de personalitate		
<p><b>Bibliografie selectivă (principală):</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Holdevici Irina, Tratat de psihoterapie cognitiv-comportamentală, Editura Trei, București, 2009.</li><li>2. Holdevici Irina, Psihoterapii de scurtă durată, Editura Trei, București, 2011.</li><li>3. Beck, S. Judith, Psihoterapie cognitivă: fundamente și perspective, Editura RTS, Cluj Napoca, 2010</li></ol> <p><b>Bibliografie selectivă (secundară):</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Holdevici, Irina, Crăciun Barbara (2018). Hipnoterapia cognitiv-comportamentală în tulburarea de personalitate narcisică și comorbiditățile asociate —capitol in Popa, C., Sava F.A. David, D. (coord). Psihoterapiile cognitive și comportamentale în tulburările de personalitate. Aplicații practice și noi direcții. Editura Trei, Bucuresti.</li><li>2. Holdevici, I. Crăciun, B. (2017). Hipnoza în psihoterapie. Editura Trei, București.</li><li>3. Holdevici, I., Crăciun, B. (2015). Psihoterapia tulburărilor emoționale, Editura Trei, București.</li><li>4. Holdevici, I., Crăciun, B. (2013). Psihoterapie eficientă. Editura Trei, București.</li><li>5. Bernard, E. (eds.), Using Rationale Emotive Therapy Effectively. A Practitioner's Guide, Plenum Press, New York, London, 1991</li><li>6. Donegan, E., and Dugas, M., Generalized anxiety disorder: A comparison of adults receiving cognitive behavioral therapy or applied relaxation. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 80(3), 490-496. 2012</li><li>7. Persons, B. J. (2012).The Case Formulation Approach to Cognitive-Behavior Therapy, Published by Guilford Press.</li><li>8. Jurnal open access: Romanian Journal of Cognitive-Behavioral Therapy and Hypnosis. <a href="http://www.rjcbth.ro/">http://www.rjcbth.ro/</a></li></ol>		
<b>7. 2 Seminar/laborator</b>	Metode de predare	Observații
1. Tulburările fobice și abordarea cognitiv-comportamentală a acestora 2. Contraargumentarea gândurilor negative și a distorsiunilor cognitive 3. Modelul cognitiv al depresiei 4. Importanța gândurilor negative în etiologia depresiei 5. Relevanța activării comportamentale în depresie 6. Modelul cognitiv al atacului de panică 7. Modelul cognitiv al tulburării anxioase generalizate 8. Abordarea îngrijorărilor și a metaîngrijorărilor, contrargumentare și modificarea convingerilor pozitive referitoare la îngrijorări 9. Modelul cognitiv al tulburării hipocondriace; demitizarea simptomelor 10. Restructurarea cognitivă 11. Blocarea comportamentelor de asigurare, diagrama cauzelor posibile ale simptomelor 12. Abordarea îngrijorărilor și metaîngrijorărilor 13. Modelul cognitiv al tulburării obsesiv-compulsive 14. Destructurarea modelului patologic al bulimiei/anorexiei	Prelegerea interactivă, învățarea în echipă, brainstorming, brainwriting, învățarea prin descoperire, turul galeriei, știu/vreau să știu/am învățat. Gândiți /în perechi/comunicați. Studiu de caz, metoda cubului, învățarea dirijată.	
<p><b>Bibliografie:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Holdevici, Irina, Crăciun Barbara (2018). Hipnoterapia cognitiv-comportamentală în tulburarea de personalitate narcisică și comorbiditățile asociate —capitol in Popa, C., Sava F.A. David, D. (coord).</li></ol>		



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII

UNIVERSITATEA „TITU MAIORESCU” DIN BUCUREȘTI

Calea Văcărești, nr. 187, sector 4, București, cod 040051

tel.: 021 316 16 46, fax: 021 311 22 97, e-mail: rectorat@univ.utm.ro, www.utm.ro



Psihoterapiile cognitive și comportamentale în tulburările de personalitate. Aplicații practice și noi direcții. Editura Trei, București.

2. Holdevici, I., Crăciun, B. (2017). Hipnoza în psihoterapie. Editura Trei, București.
3. Holdevici, I., Crăciun, B. (2015). Psihoterapia tulburărilor emoționale, Editura Trei, București.
4. Holdevici, I., Crăciun, B. (2013). Psihoterapie eficientă. Editura Trei, București.
5. Holdevici Irina, Tratat de psihoterapie cognitiv-comportamentală, Editura Trei, București, 2009.
6. Holdevici Irina, Psihoterapii de scurtă durată, Editura Trei, București, 2011.
7. Beck, S. Judith, Psihoterapie cognitivă: fundamente și perspective, Editura RTS, Cluj Napoca, 2010
8. Bernard, E. (eds.), Using Rationale Emotive Therapy Effectively. A Practitioner's Guide, Plenum Press, New York, London, 1991
9. Donegan, E., and Dugas, M., Generalized anxiety disorder: A comparison of adults receiving cognitive behavioral therapy or applied relaxation. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 80(3), 490-496. 2012
10. Persons, B. J. (2012). The Case Formulation Approach to Cognitive-Behavior Therapy, Published by Guilford Press.
11. Jurnal open access: Romanian Journal of Cognitive-Behavioral Therapy and Hypnosis.  
<http://www.rjcbth.ro/>

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

Disciplina este concepută astfel încât să răspundă deopotrivă așteptărilor Colegiului Psihologilor din România. De asemenea, alegerea temelor de curs și seminar cu conținut aplicativ s-a realizat în urma consultării pieței serviciilor de psihoterapie, evaluare psihologică, atât din zona Resurselor Umane, cât și cea a Cabinetelor de Psihologie.

Tematica disciplinei utilizează cele mai recente și semnificative rezultate ale psihologiei din literatura de specialitate națională și mondială.



## 9. Evaluare

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare	9.2 Metode de evaluare	9.3 Pondere din nota finală
9.4 Curs	Gradul de asimilare al cunoștințelor și ponderea rezolvării corecte a sarcinilor de examen.	Examen	50%
9.5 Seminar / laborator	Gradul de însușire a deprinderilor de analiză și prezentare. Participarea la discuții. Corectitudinea documentării. Rezolvarea temelor de seminar.	Prezentarea proiectelor. Teme de control. Studii de caz.	50%
	Restanțe: În toate sesiunile ulterioare studenții vor susține o evaluare similară celei din prima sesiune de examinare  Mărire de notă: Examinarea urmează principiile examinării inițiale la care se adaugă un interviu de specialitate din tematica cursului.		
9.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"><li>Elaborarea, susținerea și promovarea prin realizarea a minim 50% din cerințele aferente tuturor formelor de evaluare continuă la seminar;</li><li>Notarea pe parcurs este luată în calcul în anul curent, inclusiv în sesiunea de reprogramare.</li></ul> <p><b>Pentru promovare, nota la evaluarea finală (examen) trebuie să fie minimum cinci.</b></p>			

Data,  
25.09.2025

Titularul de curs,  
Lect.univ.dr. Mădălina PETRESCU

Director de Departament,  
Prof.univ.dr. Irina HOLDEVICI



## FACULTATEA DE PSIHOLOGIE

### FIȘA DISCIPLINEI

#### 1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA TITU MAIORESCU
1.2 Facultatea	Psihologie
1.3 Departamentul	Psihologie și Psihoterapie
1.4 Domeniul de studii	Psihologie
1.5 Ciclul de studii	Master
1.6 Programul de studii	Psihoterapiei cognitiv - comportamentale

#### 2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	<b>APLICAȚII CLINICE ALE PSIHOTERAPIEI COGNITIV-COMPORTAMENTALE II</b>						
Codul disciplinei	<b>PT 2.2.2.</b>						
2.2 Titularul activităților de curs	<b>Lect.univ.dr. Valentina NEACȘU</b>						
2.3 Titularul activităților de seminar							
2.4 Anul de studiu	<b>II</b>	2.5 Semestrul	<b>II</b>	2.6 Tipul de evaluare	<b>E</b>	2.7 Regimul disciplinei	<b>O</b>

#### 3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	<b>2</b>	din care: 3.2 curs	<b>1</b>	3.3 seminar/laborator	<b>1</b>
3.4 Total ore din planul de învățământ	<b>28</b>	din care: 3.5 curs	<b>14</b>	3.6 seminar/laborator	<b>14</b>
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					50
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					40
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					30
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activități.....					-
<b>3.7 Total ore studiu individual</b>		<b>122</b>			
<b>3.9 Total ore pe semestru</b>		<b>150</b>			
<b>3.10 Numărul de credite</b>		<b>6</b>			

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

4.1 de curriculum	• -
4.2 de competențe	• -

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

5.1. de desfășurare a cursului	• Sală de curs cu minim 50 de locuri, calculator și videoproiector, tablă, cretă, flipchart, marker
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	• Sală cu minim 40 de locuri, calculator și videoproiector, tablă, cretă, flipchart, marker



## 6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	<ul style="list-style-type: none"> <li>capacitatea de a înțelege și descrie principalele concepte, paradigme și metodologii utilizate în psihoterapia de scurtă durată, în general, și în psihoterapia cognitiv-comportamentală, în special.</li> <li>folosirea corectă și adecvată a metodelor și instrumentelor paradigmei terapiei cognitiv-comportamentale.</li> <li>proiectarea și implementarea profesionista a planurilor de intervenție psihoterapeutică în cadrul TCC.</li> <li>realizarea (sub supervizare) a unor secvențe scurte de intervenție folosind strategiile specifice TCC cu scopul de a ameliora simptomele de anxietate sau depresie (clinică sau sub-clinică).</li> <li>capacitatea de adaptare a terminologiei și a strategiilor de comunicare în funcție de diagnosticul psihologic al clienților.</li> <li>familiarizarea cu oportunitățile oferite de Sistemele AI specializate în TCC și cu potențialul acestora de a contribui la dezvoltarea abilităților profesionale de consiliere psihologică.</li> </ul>
Aptitudini	<ul style="list-style-type: none"> <li>capacitatea de a aplica cunoștințele dobândite specifice TCC la situații (cazuri) cu un grad mediu de complexitate și de a formula concluzii de specialitate bine argumentate.</li> <li>aplicarea principiilor comunicării eficiente în intervenția psihologică cu scopul stabilirii unui contact eficient și adecvat particularităților persoanelor cu probleme de adaptare și integrare (anxietate, depresie, fobie, etc.)</li> <li>capacitatea de a elabora un plan de intervenție psihoterapeutic de complexitate medie, pe baza principalelor paradigme și teorii TCC însușite.</li> <li>abilitatea de a stabili o relație de comunicare adaptată caracteristicilor psihologice și nevoilor clienților aflați în proces psihoterapeutic.</li> <li>interpretarea rolului comunicării în activitatea profesională și explicarea diferitelor tipuri și metode de comunicare.</li> </ul>
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> <li>capacitatea de interpretare adecvată a situațiilor concrete în care asistența și suportul psihologic ar putea fi necesară.</li> <li>respectare principiilor deontologice și de etică profesională, respectare autonomiei clienților.</li> <li>capacitatea de a lucra independent (eventual cu o minimă îndrumare) pentru obținerea informațiilor necesare proiectării protocolului psihoterapeutic.</li> <li>capacitatea de a deprinde strategiile de muncă riguroasă, eficientă și responsabilă, de punctualitate și răspundere personală față de rezultat, pe baza principiilor, normelor și valorilor codului de etică profesională.</li> <li>dezvoltarea unor abilități de autocontrol permanent și conștient cu privire la motivațiile pentru învățare, prin raportare la propriile obiective de dezvoltare profesională și personală.</li> <li>capacitatea de gestionare a situațiilor critice (ex: legate de rezistențele clientului) și a urgențelor de natură psihologică (ex: gânduri suicidale).</li> </ul>

## 7. Conținuturi

7.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Introducere în psihoterapia de grup 2. Aplicații ale psihoterapiei cognitive-comportamentale în psihodrama 3. Aplicații ale psihoterapiei cognitive-comportamentale în grupul de criză	Prelegerea interactivă, învățarea în echipă, expunere, exemplificare, brainstorming, învățarea prin descoperire.	



<p>4.Aplicații ale psihoterapiei cognitive-comportamentale în grupul de suport terapeutic în cazul depresiei        5.Aplicații ale psihoterapiei cognitive-comportamentale în terapia de cuplu și familie        6.Aplicații ale psihoterapiei cognitive-comportamentale în terapia de cuplu        7.Aplicații ale psihoterapiei cognitive-comportamentale în terapia de familie</p>		
<p><b>Bibliografie selectivă (principală):</b>        1. David, D., 2017, Tratat de psihoterapii cognitive si comportamentale, Ed. Polirom, Iasi        2. Holdevici Irina, 2009, Tratat de psihoterapie cognitiv-comportamentala, Ed. Trei, Bucuresti        3. Holdevici Irina, Neacsu Valentina, 2006, Consiliere psihologica si psihoterapie in situatiile de criza, Ed. Dual Tech, Bucuresti</p> <p><b>Bibliografie selectivă (secundară):</b>        1. Beck, A.,2012, Iubirea nu este de ajuns, Ed. Trei , Bucuresti        2. Belmont,2015, Judith, 103 activitati de grup.Idei de tratament si strategii practice, Ed.Trei, Bucuresti        3. Ellis, A., 2014, Sex fara vinovatie in secolul XXI, Ed. Trei, Bucuresti        4. Holdevici Irina, Craciun Barbara, 2013, Psihoterapia Eficienta, Ed. Trei, Bucuresti        5. Yalom, I., Leszcz, M., 2008, Tratat de psihoterapie de grup. Teorie si practica, Ed. Trei, Bucuresti        6. Satir, Virginia, 2011, Terapia familiei, Ed. Trei, Bucuresti        7. Schaefer, C., Kaduson, Heidi, 2015, 101 tehnici favorite ale terapiei prin joc, Ed. Trei, Bucuresti</p>		
<p><b>7. 2 Seminar/laborator</b></p>	<p>Metode de predare</p>	<p>Observații</p>
<p>1. Modalitati de construire a grupului        2. Psihodrama – aplicatie practica        3. Gestionarea crizei in psihoterapia de grup        4. Agenda de lucru in psihoterapia de grup        5. Organizarea sedintei in psihoterapia de familie si cuplu        6. Obiective in psihoterapia de familie si cuplu        7. Discutii de caz</p>	<p>Prelegerea interactivă, învățarea în echipă, brainstorming, brainwriting, învățarea prin descoperire, turul galeriei, știu/vreau să știu/am învățat. Gândiți /în perechi/comunicați. Studiu de caz, metoda cubului, învățarea dirijată.</p>	
<p><b>Bibliografie:</b>        1. Beck, A.,2012, Iubirea nu este de ajuns, Ed. Trei , Bucuresti        2. Belmont,2015, Judith, 103 activitati de grup.Idei de tratament si strategii practice, Ed.Trei, Bucuresti        3. David, D., 2017, Tratat de psihoterapii cognitive si comportamentale, Ed. Polirom, Iasi        4. Ellis, A., 2014, Sex fara vinovatie in secolul XXI, Ed. Trei, Bucuresti        5. Holdevici Irina, Neacsu Valentina, 2006, Consiliere psihologica si psihoterapie in situatiile de criza, Ed. Dual Tech, Bucuresti        6. Holdevici Irina, 2009, Tratat de psihoterapie cognitiv-comportamentala, Ed. Trei, Bucuresti        7. Holdevici Irina, Craciun Barbara, 2013, Psihoterapia Eficienta, Ed. Trei, Bucuresti        8. Yalom, I., Leszcz, M., 2008, Tratat de psihoterapie de grup. Teorie si practica, Ed. Trei, Bucuresti        9. Satir, Virginia, 2011, Terapia familiei, Ed. Trei, Bucuresti        10. Schaefer, C., Kaduson, Heidi, 2015, 101 tehnici favorite ale terapiei prin joc, Ed. Trei, Bucuresti</p>		



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

Disciplina este concepută astfel încât să răspundă deopotrivă așteptărilor Colegiului Psihologilor din România. De asemenea, alegerea temelor de curs și seminar cu conținut aplicativ s-a realizat în urma consultării pieței serviciilor de psihoterapie, evaluare psihologică, atât din zona Resurselor Umane, cât și cea a Cabinetelor de Psihologie.

Tematica disciplinei utilizează cele mai recente și semnificative rezultate ale psihologiei din literatura de specialitate națională și mondială.

### 9. Evaluare

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare	9.2 Metode de evaluare	9.3 Pondere din nota finală
9.4 Curs	Gradul de asimilare al cunoștințelor și ponderea rezolvării corecte a sarcinilor de examen.	Examen	50%
9.5 Seminar / laborator	Gradul de însușire a deprinderilor de analiză și prezentare. Participarea la discuții. Corectitudinea documentării. Rezolvarea temelor de seminar.	Prezentarea proiectelor. Teme de control. Studii de caz.	50%
	Restanțe: În toate sesiunile ulterioare studenții vor susține o evaluare similară celei din prima sesiune de examinare  Mărire de notă: Examinarea urmează principiile examinării inițiale la care se adaugă un interviu de specialitate din tematica cursului.		
9.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"><li>Elaborarea, susținerea și promovarea prin realizarea a minim 50% din cerințele aferente tuturor formelor de evaluare continuă la seminar;</li><li>Notarea pe parcurs este luată în calcul în anul curent, inclusiv în sesiunea de reprogramare.</li></ul> <p><b>Pentru promovare, nota la evaluarea finală (examen) trebuie să fie minimum cinci.</b></p>			

Data,  
26.09.2025

Titularul de curs,  
Lect.univ.dr. Valentina NEACȘU

Director de Departament,  
Prof.univ.dr. Irina HOLDEVICI



## FACULTATEA DE PSIHOLOGIE

### FIȘA DISCIPLINEI

#### 1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA TITU MAIORESCU
1.2 Facultatea	Psihologie
1.3 Departamentul	Psihologie și Psihoterapie
1.4 Domeniul de studii	Psihologie
1.5 Ciclul de studii	Master
1.6 Programul de studii	Psihoterapiei cognitiv - comportamentale

#### 2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	<b>STRATEGII ȘI TEHNICI ALE PSIHOTERAPIEI COGNITIV COMPORTAMENTALE I</b>						
Codul disciplinei	<b>PT 2.1.3.</b>						
2.2 Titularul activităților de curs	<b>Conf.univ.dr. Oltea JOJA</b>						
2.3 Titularul activităților de seminar							
2.4 Anul de studiu	<b>II</b>	2.5 Semestrul	<b>I</b>	2.6 Tipul de evaluare	<b>E</b>	2.7 Regimul disciplinei	<b>O</b>

#### 3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	<b>3</b>	din care: 3.2 curs	<b>2</b>	3.3 seminar/laborator	<b>1</b>
3.4 Total ore din planul de învățământ	<b>42</b>	din care: 3.5 curs	<b>28</b>	3.6 seminar/laborator	<b>14</b>
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					40
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					30
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					11
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activități.....					-
<b>3.7 Total ore studiu individual</b>		<b>83</b>			
<b>3.9 Total ore pe semestru</b>		<b>125</b>			
<b>3.10 Numărul de credite</b>		<b>5</b>			

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

4.1 de curriculum	• -
4.2 de competențe	• -

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

5.1. de desfășurare a cursului	• Sală de curs cu minim 50 de locuri, calculator și videoproiector, tablă, cretă, flipchart, marker
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	• Sală cu minim 40 de locuri, calculator și videoproiector, tablă, cretă, flipchart, marker



## 6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	<ul style="list-style-type: none"> <li>capacitatea de a înțelege și descrie principalele concepte, paradigme și metodologii utilizate în psihoterapia de scurtă durată, în general, și în psihoterapia cognitiv-comportamentală, în special.</li> <li>capacitatea de folosire corectă și adecvată a tehnicilor de intervenție terapeutică cognitiv-comportamentală.</li> <li>capacitatea de proiectare și implementare profesională a planurilor de intervenție psihoterapeutică în cadrul psihoterapiilor de scurtă durată.</li> <li>capacitatea de adaptare a terminologiei și a strategiilor de comunicare în funcție de diagnosticul psihologic al clienților.</li> <li>familiarizarea cu oportunitățile oferite de Sistemele AI specializate în TCC și cu potențialul acestora de a contribui la dezvoltarea abilităților profesionale de consiliere psihologică.</li> </ul>
Aptitudini	<ul style="list-style-type: none"> <li>capacitatea de a aplica cunoștințele dobândite specifice TCC la situații (cazuri) cu un grad mediu de complexitate și de a formula concluzii de specialitate bine argumentate.</li> <li>aplicarea principiilor comunicării eficiente în intervenția psihologică cu scopul stabilirii unui contact eficient și adecvat particularităților persoanelor cu probleme de adaptare și integrare (anxietate, depresie, fobie, etc.)</li> <li>capacitatea de a elabora un plan de intervenție psihoterapeutic de complexitate medie, pe baza principalelor strategii și tehnici TCC însușite.</li> <li>abilitatea de a stabili o relație de comunicare adaptată caracteristicilor psihologice și nevoilor clienților aflați în proces psihoterapeutic.</li> </ul>
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> <li>capacitatea de interpretare adecvată a situațiilor concrete în care asistența și suportul psihologic ar putea fi necesară.</li> <li>respectare principiilor deontologice și de etică profesională, respectare autonomiei clienților.</li> <li>capacitatea de a lucra independent (eventual cu o minimă îndrumare) pentru obținerea informațiilor necesare proiectării protocolului psihoterapeutic.</li> <li>capacitatea de a deprinde strategiile de muncă riguroasă, eficientă și responsabilă, de punctualitate și răspundere personală față de rezultat, pe baza principiilor, normelor și valorilor codului de etică profesională.</li> <li>dezvoltarea unor abilități de autocontrol permanent și conștient cu privire la motivațiile pentru învățare, prin raportare la propriile obiective de dezvoltare profesională și personală.</li> <li>capacitatea de gestionare a situațiilor critice (ex: legate de rezistențele clientului) și a urgențelor de natură psihologică (ex: gânduri suicidale).</li> </ul>

## 7. Conținuturi

7. 1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Paradigme actuale în psihopatologie 2. Paradigma biologică în comparație cu cea cognitiv-comportamentală: strategii și tehnici diferențiate 3. Paradigma psihanalitică și paradigma umanistă în comparație cu cea cognitiv-comportamentală: strategii și tehnici diferențiate 4. Paradigma comportamentală/paradigma învățării 5. Învățarea prin model/ substitutivă și simbolică 6. Paradigma cognitivă 7. Analiza și integrarea strategiilor și tehnicilor cognitiv-comportamentale.	Prelegerea interactivă, învățarea în echipă, expunere, exemplificare, brainstorming, învățarea prin descoperire.	



### Bibliografie selectivă (principală):

1. David D, *Tratat de Psihoterapii cognitive-comportamentale*. Polirom. 2006
2. Holdevici I. *Tratat de Psihoterapie cognitiv-comportamentala*, Editura Trei, 2009
3. Beck J.S. *Psihoterapie Cognitiva. Fundamente și perspective*, Editura RTS, 2010

### Bibliografie selectivă (secundară):

1. American Psychiatric Association. Manual de Diagnostic și Statistică a Tulburărilor Mentale Ediția a Patra Revizuită DSM-IV-TR . Asociația Psihiatrilor Liberi 2003
2. American Psychiatric Association Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5th Edition: DSM-5 2013 In lb engleză
3. Aaron T. Beck, Arthur Freeman, Denise D. Davis. *Terapia cognitiva a tulburărilor de personalitate* - Editura: ASOCIATIA DE STIINTE COGNITIVE DIN ROMANIA 2011
4. Philippe Brinster "*Terapia Cognitiva*", Editura Teora 1997 (reeditata in 1999)
5. Brown GW, Harris TO. *Social Origin of depression*. London: Tavistock 1978 (lb engleză)
6. Cully J., Tetten A. *A Therapist's Guide to brief CBT*
7. [http://www.mirecc.va.gov/visn16/docs/therapists\\_guide\\_to\\_brief\\_cbtmanual.pdf](http://www.mirecc.va.gov/visn16/docs/therapists_guide_to_brief_cbtmanual.pdf)
8. Christopher G. Fairburn, Suzanne Bailey-Straebl, Shawnee Basden, Helen A. Dollb, Rebecca Jonesc, Rebecca Murphya, Marianne E. O'Connora, Zafra Coopera, 2015, *A transdiagnostic comparison of enhanced cognitive behaviour therapy (CBT-E) and interpersonal psychotherapy in the treatment of eating disorders*, Behaviour Research and Therapy, Volume 70, July 2015, Pages 64-71  
<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0005796715000686>
9. Hriscu E. *Intervențiile terapeutice bazate pe dovezi pentru tulburările legate de consumul de alcool*  
<http://www.romjpsychiat.ro/article/interventiile-terapeutice-bazate-pe-dovezi-pentru-tulburarile-legate-de-consumul-de-alcool>
10. Golu M. *Bazele psihologiei generale*. Edit. Universitară 2002
11. Holdevici I. *Gândirea pozitivă*, Editura Dual Tech, 2000
12. Holdevici I. *Psihoterapia cazurilor dificile*. Editura Dual Tech, 2003
13. Holdevici I. *Psihoterapia de scurtă durată*. Editura Dual Tech, 2004
14. Holdevici I., Crăciun B. *Psihoterapia Eficienta*, Editura Trei, 2013
15. Holdevici, Irina *Elemente de psihoterapie*, Editura MAR, 2005
16. Iamandescu IB. *Stresul psihic din perspectiva psihologică și psihosomatică*. Infomedica, 2002
17. Joja O. Psihosomatica între medicină și cultură – O abordare cognitiv-comportamentală a tulburărilor de alimentație. Paideia 2003
18. Kring A, Johnson S, Davison G, & Neale J. *Abnormal Psychology*. (12th ed.). Hoboken, NJ: Wiley, 2012
19. Arnold A Lazarus, Clifford N Lazzarus, *Un minut la psiholog. Strategii ca să rămâi sănătos într-o lume nebună*, Editura Trei, 2014
20. Lazarus RS. *Psychological Stress and coping process*. Editura McGraw-Hill, 1996 (lb engleza)
21. Prelipceanu D, Mihailescu R, Teodorescu R. *Tratat de Sănătate Mintală*, vol. 1, Editura Enciclopedică, 2000
22. Riedesser P, Fischer G. *Tratat de psihotraumatologie*, Ed II. Trei 2007
23. Tudose F. *O abordare modernă a psihologiei medicale*. Infomedica 2002
24. Tudose F, Tudose C, Drobanici L. *Psihopatologie și psihiatrie pentru psihologi*. Infomedica 2002

### 7. 2 Seminar/laborator

1. Ilustrarea prin cazuri a abordării aceluiași caz în paradigme diferite.
2. Seminarul conține structurarea unui plan de abordare a problematicei unui pacient (schema de abordare)
3. Ilustrarea prin cazuri a abordării biologice versus abordarea TCC, pe o serie de cazuri.
4. Ilustrarea prin cazuri: abordarea din perspectiva unor paradigme diferite- psihanaliza și psihodinamica / umanista / TCC.
5. Abordarea unor cazuri în termenii TCC/ condiționarea

### Metode de predare

- Prelegerea interactivă, învățarea în echipă, brainstorming, brainwriting, învățarea prin descoperire, turul galeriei, știu/vreau să știu/am învățat. Gândiți /în

### Observații



<p>clasica si operanta: tehnici specifice de conditionare.</p> <p>6. Prezentarea unei serii de cazuri din perspectiva invatarii sociale.</p> <p>7. De la acest nivel, studentii prezinta cazuri, in termenii conceptualizarii specifice TCC.</p> <p>8. Prezentarea unei serii de cazuri din perspectiva conceptualizarii in termenii cognitivisti.</p> <p>9. Studentii prezinta cazuri, in termenii conceptualizarii specifice TCC.</p> <p>10. Prezentarea unei serii de cazuri din perspectiva conceptualizarii TCC si aplicarii specifice a unor tehnici si strategii.</p> <p>11. Studentii prezinta cazuri, in termenii conceptualizarii specifice TCC.</p>	<p>perechi/comunicați.</p> <p>Studiu de caz, metoda cubului, învățarea dirijată.</p>	
<p><b>Bibliografie:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. American Psychiatric Association. Manual de Diagnostic și Statistică a Tulburărilor Mentale Ediția a Patra Revizuită DSM-IV-TR . Asociația Psihiatrilor Liberi 2003</li><li>2. American Psychiatric Association Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5th Edition: DSM-5 2013 In lb engleză</li><li>3. Aaron T. Beck, Arthur Freeman, Denise D. Davis. <i>Terapia cognitiva a tulburărilor de personalitate</i> - Editura: ASOCIATIA DE STIINTE COGNITIVE DIN ROMANIA 2011</li><li>4. Philippe Brinster "<i>Terapia Cognitiva</i>", Editura Teora 1997 (reeditata in 1999)</li><li>5. Beck J.S. <i>Psihoterapie Cognitiva. Fundamente și perspective</i>, Editura RTS, 2010</li><li>6. Brown GW, Harris TO. <i>Social Origin of depression</i>. London: Tavistock 1978 (lb engleză)</li><li>7. Cully J., Tetten A. <i>A Therapist's Guide to brief CBT</i></li><li>8. <a href="http://www.mirecc.va.gov/vsn16/docs/therapists_guide_to_brief_cbtmanual.pdf">http://www.mirecc.va.gov/vsn16/docs/therapists_guide_to_brief_cbtmanual.pdf</a></li><li>9. David D, <i>Tratat de Psihoterapie cognitive-comportamentale</i>. Polirom. 2006</li><li>10. Christopher G. Fairburn, Suzanne Bailey-Straebl, Shawnee Basden, Helen A. Dollb, Rebecca Jonesc, Rebecca Murphya, Marianne E. O'Connora, Zafra Coopera, 2015, <i>A transdiagnostic comparison of enhanced cognitive behaviour therapy (CBT-E) and interpersonal psychotherapy in the treatment of eating disorders</i>, Behaviour Research and Therapy, Volume 70, July 2015, Pages 64-71 <a href="http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0005796715000686">http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0005796715000686</a></li><li>11. Hriscu E. <i>Intervențiile terapeutice bazate pe dovezi pentru tulburările legate de consumul de alcool</i> <a href="http://www.romjpsychiat.ro/article/interventiile-terapeutice-bazate-pe-dovezi-pentru-tulburarile-legate-de-consumul-de-alcool">http://www.romjpsychiat.ro/article/interventiile-terapeutice-bazate-pe-dovezi-pentru-tulburarile-legate-de-consumul-de-alcool</a></li><li>12. Golu M. <i>Bazele psihologiei generale</i>. Edit. Universitară 2002</li><li>13. Holdevici I. <i>Gândirea pozitivă</i>, Editura Dual Tech, 2000</li><li>14. Holdevici I. <i>Psihoterapia cazurilor dificile</i>. Editura Dual Tech, 2003</li><li>15. Holdevici I. <i>Psihoterapia de scurtă durată</i>. Editura Dual Tech, 2004</li><li>16. Holdevici I. <i>Tratat de Psihoterapie cognitiv-comportamentala</i>, Editura Trei, 2009</li><li>17. Holdevici I., Crăciun B. <i>Psihoterapia Eficienta</i>, Editura Trei, 2013</li><li>18. Holdevici, Irina <i>Elemente de psihoterapie</i>, Editura MAR, 2005</li><li>19. Iamandescu IB. <i>Stresul psihic din perspectiva psihologică și psihosomatică</i>. Infomedica, 2002</li><li>20. Joja O. <i>Psihosomatica între medicină și cultură – O abordare cognitiv-comportamentală a tulburărilor de alimentație</i>. Paideia 2003</li><li>21. Kring A, Johnson S, Davison G, &amp; Neale J. <i>Abnormal Psychology</i>. (12th ed.). Hoboken, NJ: Wiley, 2012</li><li>22. Arnold A Lazarus, Clifford N Lazzarus, <i>Un minut la psiholog. Strategii ca să rămâi sănătos într-o lume nebună</i>, Editura Trei, 2014</li><li>23. Lazarus RS. <i>Psychological Stress and coping process</i>. Editura McGraw-Hill, 1996 (lb engleza)</li><li>24. Prelipceanu D, Mihailescu R, Teodorescu R. <i>Tratat de Sănătate Mintală</i>, vol. 1, Editura Enciclopedică, 2000</li><li>25. Riedesser P, Fischer G. <i>Tratat de psihotraumatologie</i>, Ed II. Trei 2007</li><li>26. Tudose F. <i>O abordare modernă a psihologiei medicale</i>. Infomedica 2002</li><li>27. Tudose F, Tudose C, Drobanici L. <i>Psihopatologie și psihiatrie pentru psihologi</i>. Infomedica 2002</li></ol>		



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

Disciplina este concepută astfel încât să răspundă deopotrivă așteptărilor Colegiului Psihologilor din România. De asemenea, alegerea temelor de curs și seminar cu conținut aplicativ s-a realizat în urma consultării pieței serviciilor de psihoterapie, evaluare psihologică, atât din zona Resurselor Umane, cât și cea a Cabinetelor de Psihologie.

Tematica disciplinei utilizează cele mai recente și semnificative rezultate ale psihologiei din literatura de specialitate națională și mondială.

## 9. Evaluare

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare	9.2 Metode de evaluare	9.3 Pondere din nota finală
9.4 Curs	Gradul de asimilare al cunoștințelor și ponderea rezolvării corecte a sarcinilor de examen.	Examen	50%
9.5 Seminar / laborator	Gradul de însușire a deprinderilor de analiză și prezentare. Participarea la discuții. Corectitudinea documentării. Rezolvarea temelor de seminar.	Prezentarea proiectelor. Teme de control. Studii de caz.	50%
	Restanțe: În toate sesiunile ulterioare studenții vor susține o evaluare similară celei din prima sesiune de examinare  Mărire de notă: Examinarea urmează principiile examinării inițiale la care se adaugă un interviu de specialitate din tematica cursului.		
9.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"><li>Elaborarea, susținerea și promovarea prin realizarea a minim 50% din cerințele aferente tuturor formelor de evaluare continuă la seminar;</li><li>Notarea pe parcurs este luată în calcul în anul curent, inclusiv în sesiunea de reprogramare.</li></ul> <p><b>Pentru promovare, nota la evaluarea finală (examen) trebuie să fie minimum cinci.</b></p>			

Data,  
26.09.2025

Titularul de curs,  
Conf.univ.dr. Oltea JOJA

Director de Departament,  
Prof.univ.dr. Irina HOLDEVICI



## FACULTATEA DE PSIHOLOGIE

### FIȘA DISCIPLINEI

#### 1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA TITU MAIORESCU
1.2 Facultatea	Psihologie
1.3 Departamentul	Psihologie și Psihoterapie
1.4 Domeniul de studii	Psihologie
1.5 Ciclu de studii	Master
1.6 Programul de studii	Psihoterapiei cognitiv - comportamentale

#### 2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	<b>STRATEGII ȘI TEHNICI ALE PSIHOTERAPIEI COGNITIV COMPORTAMENTALE II</b>						
Codul disciplinei	<b>PT 2.2.4.</b>						
2.2 Titularul activităților de curs	<b>Conf.univ.dr. Oltea JOJA</b>						
2.3 Titularul activităților de seminar							
2.4 Anul de studiu	<b>II</b>	2.5 Semestrul	<b>II</b>	2.6 Tipul de evaluare	<b>E</b>	2.7 Regimul disciplinei	<b>O</b>

#### 3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	<b>3</b>	din care: 3.2 curs	<b>2</b>	3.3 seminar/laborator	<b>1</b>
3.4 Total ore din planul de învățământ	<b>42</b>	din care: 3.5 curs	<b>28</b>	3.6 seminar/laborator	<b>14</b>
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					60
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					30
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					16
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activități.....					-
<b>3.7 Total ore studiu individual</b>		<b>108</b>			
<b>3.9 Total ore pe semestru</b>		<b>150</b>			
<b>3.10 Numărul de credite</b>		<b>6</b>			

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

4.1 de curriculum	• -
4.2 de competențe	• -

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

5.1. de desfășurare a cursului	• Sală de curs cu minim 50 de locuri, calculator și videoproiector, tablă, cretă, flipchart, marker
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	• Sală cu minim 40 de locuri, calculator și videoproiector, tablă, cretă, flipchart, marker



## 6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	<ul style="list-style-type: none"> <li>capacitatea de a înțelege și descrie principalele concepte, paradigme și metodologii utilizate în psihoterapia de scurtă durată, în general, și în psihoterapia cognitiv-comportamentală, în special.</li> <li>capacitatea de folosire corectă și adecvată a tehnicilor de intervenție terapeutică cognitiv-comportamentală.</li> <li>capacitatea de proiectare și implementare profesională a planurilor de intervenție psihoterapeutică în cadrul psihoterapiilor de scurtă durată.</li> <li>capacitatea de adaptare a terminologiei și a strategiilor de comunicare în funcție de diagnosticul psihologic al clienților.</li> <li>familiarizarea cu oportunitățile oferite de Sistemele AI specializate în TCC și cu potențialul acestora de a contribui la dezvoltarea abilităților profesionale de consiliere psihologică.</li> </ul>
Aptitudini	<ul style="list-style-type: none"> <li>capacitatea de a aplica cunoștințele dobândite specifice TCC la situații (cazuri) cu un grad mediu de complexitate și de a formula concluzii de specialitate bine argumentate.</li> <li>aplicarea principiilor comunicării eficiente în intervenția psihologică cu scopul stabilirii unui contact eficient și adecvat particularităților persoanelor cu probleme de adaptare și integrare (anxietate, depresie, fobie, etc.)</li> <li>capacitatea de a elabora un plan de intervenție psihoterapeutic de complexitate medie, pe baza principalelor strategii și tehnici TCC însușite.</li> <li>abilitatea de a stabili o relație de comunicare adaptată caracteristicilor psihologice și nevoilor clienților aflați în proces psihoterapeutic.</li> </ul>
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> <li>capacitatea de interpretare adecvată a situațiilor concrete în care asistența și suportul psihologic ar putea fi necesară.</li> <li>respectare principiilor deontologice și de etică profesională, respectare autonomiei clienților.</li> <li>capacitatea de a lucra independent (eventual cu o minimă îndrumare) pentru obținerea informațiilor necesare proiectării protocolului psihoterapeutic.</li> <li>capacitatea de a deprinde strategiile de muncă riguroasă, eficientă și responsabilă, de punctualitate și răspundere personală față de rezultat, pe baza principiilor, normelor și valorilor codului de etică profesională.</li> <li>dezvoltarea unor abilități de autocontrol permanent și conștient cu privire la motivațiile pentru învățare, prin raportare la propriile obiective de dezvoltare profesională și personală.</li> <li>capacitatea de gestionare a situațiilor critice (ex: legate de rezistențele clientului) și a urgențelor de natură psihologică (ex: gânduri suicidale).</li> </ul>

## 7. Conținuturi

7.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Conceptualizarea problemelor pacientului 2. Strategii pe trepte 3. Strategii de self-management 4. Strategii și tehnici specifice pentru abordarea tulburărilor depresive 5. Tulburările de alimentație 6. Suicidul 7. Rezistența la terapie și criza terapeutică	Prelegerea interactivă, învățarea în echipă, expunere, exemplificare, brainstorming, învățarea prin descoperire.	



### Bibliografie selectivă (principală):

1. Holdevici I. *Tratat de Psihoterapie cognitiv-comportamentala*, Editura Trei, 2009
2. David D, *Tratat de Psihoterapii cognitive-comportamentale*. Polirom. 2006
3. Beck J.S. *Psihoterapie Cognitiva. Fundamente și perspective*, Editura RTS, 2010

### Bibliografie selectivă (secundară):

1. American Psychiatric Association. Manual de Diagnostic și Statistică a Tulburărilor Mentale Ediția a Patra Revizuită DSM-IV-TR . Asociația Psihiatrilor Liberi 2003
2. American Psychiatric Association Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5th Edition: DSM-5 2013 In lb engleză
3. Aaron T. Beck, Arthur Freeman, Denise D. Davis. *Terapia cognitiva a tulburărilor de personalitate* - Editura: ASOCIATIA DE STIINTE COGNITIVE DIN ROMANIA 2011
4. Philippe Brinster "*Terapia Cognitiva*", Editura Teora 1997 (reeditata in 1999)
5. Brown GW, Harris TO. *Social Origin of depression*. London: Tavistock 1978 (lb engleză)
6. Cully J., Tetten A. *A Therapist's Guide to brief CBT*
7. [http://www.mirecc.va.gov/visn16/docs/therapists\\_guide\\_to\\_brief\\_cbtmanual.pdf](http://www.mirecc.va.gov/visn16/docs/therapists_guide_to_brief_cbtmanual.pdf)
8. Christopher G. Fairburn, Suzanne Bailey-Straebler, Shawnee Basdena, Helen A. Dollb, Rebecca Jonesc, Rebecca Murphya, Marianne E. O'Connora, Zafra Coopera, 2015, *A transdiagnostic comparison of enhanced cognitive behaviour therapy (CBT-E) and interpersonal psychotherapy in the treatment of eating disorders*, Behaviour Research and Therapy, Volume 70, July 2015, Pages 64-71  
<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0005796715000686>
9. Hriscu E. *Intervențiile terapeutice bazate pe dovezi pentru tulburările legate de consumul de alcool*  
<http://www.romjpsychiat.ro/article/interventiile-terapeutice-bazate-pe-dovezi-pentru-tulburarile-legate-de-consumul-de-alcool>
10. Golu M. *Bazele psihologiei generale*. Edit. Universitară 2002
11. Holdevici I. *Gândirea pozitivă*, Editura Dual Tech, 2000
12. Holdevici I. *Psihoterapia cazurilor dificile*. Editura Dual Tech, 2003
13. Holdevici I. *Psihoterapia de scurtă durată*. Editura Dual Tech, 2004
14. Holdevici I., Crăciun B. *Psihoterapia Eficienta*, Editura Trei, 2013
15. Holdevici, Irina *Elemente de psihoterapie*, Editura MAR, 2005
16. Iamandescu IB. *Stresul psihic din perspectiva psihologică și psihosomatică*. Infomedica, 2002
17. Joja O. Psihosomatica între medicină și cultură – O abordare cognitiv-comportamentală a tulburărilor de alimentație. Paideia 2003
18. Kring A, Johnson S, Davison G, & Neale J. *Abnormal Psychology*. (12th ed.). Hoboken, NJ: Wiley, 2012
19. Arnold A Lazarus, Clifford N Lazzarus, *Un minut la psiholog. Strategii ca să rămâi sănătos într-o lume nebună*, Editura Trei, 2014
20. Lazarus RS. *Psychological Stress and coping process*. Editura McGraw-Hill, 1996 (lb engleza)
21. Prelipceanu D, Mihailescu R, Teodorescu R. *Tratat de Sănătate Mintală*, vol. 1, Editura Enciclopedică, 2000
22. Riedesser P, Fischer G. *Tratat de psihotraumatologie*, Ed II. Trei 2007
23. Tudose F. *O abordare modernă a psihologiei medicale*. Infomedica 2002
24. Tudose F, Tudose C, Drobanici L. *Psihopatologie și psihiatrie pentru psihologi*. Infomedica 2002

### 7. 2 Seminar/laborator

1. Studentii prezinta cazuri, in termenii conceptualizarii specifice TCC.
2. Studentii prezinta cazuri, in termenii conceptualizarii specifice TCC/ Checklist comportamentala.

### Metode de predare

Prelegerea interactivă, învățarea în echipă, brainstorming, brainwriting, învățarea prin descoperire, turul galeriei, știu/vreau să știu/am învățat. Gândiți /în

### Observații



	perechi/comunicați. Studiu de caz, metoda cubului, învățarea dirijată.	
--	---	--

### Bibliografie:

1. American Psychiatric Association. Manual de Diagnostic și Statistică a Tulburărilor Mentale Ediția a Patra Revizuită DSM-IV-TR . Asociația Psihiatrilor Liberi 2003
2. American Psychiatric Association Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5th Edition: DSM-5 2013 In lb engleză
3. Aaron T. Beck, Arthur Freeman, Denise D. Davis. *Terapia cognitivă a tulburărilor de personalitate* - Editura: ASOCIATIA DE STIINTE COGNITIVE DIN ROMANIA 2011
4. Philippe Brinster "*Terapia Cognitivă*", Editura Teora 1997 (reeditata in 1999)
5. Beck J.S. *Psihoterapie Cognitivă. Fundamente și perspective*, Editura RTS, 2010
6. Brown GW, Harris TO. *Social Origin of depression*. London: Tavistock 1978 (lb engleză)
7. Cully J., Tetten A. *A Therapist's Guide to brief CBT*
8. [http://www.mirecc.va.gov/visn16/docs/therapists\\_guide\\_to\\_brief\\_cbtmanual.pdf](http://www.mirecc.va.gov/visn16/docs/therapists_guide_to_brief_cbtmanual.pdf)
9. David D, *Tratat de Psihoterapie cognitiv-comportamentale*. Polirom. 2006
10. Christopher G. Fairburn, Suzanne Bailey-Straebl, Shawnee Basden, Helen A. Dollb, Rebecca Jonesc, Rebecca Murphya, Marianne E. O'Connora, Zafra Coopera, 2015, *A transdiagnostic comparison of enhanced cognitive behaviour therapy (CBT-E) and interpersonal psychotherapy in the treatment of eating disorders*, Behaviour Research and Therapy, Volume 70, July 2015, Pages 64-71  
<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0005796715000686>
11. Hriscu E. *Intervențiile terapeutice bazate pe dovezi pentru tulburările legate de consumul de alcool*  
<http://www.romjpsychiat.ro/article/interventiile-terapeutice-bazate-pe-dovezi-pentru-tulburarile-legate-de-consumul-de-alcool>
12. Golu M. *Bazele psihologiei generale*. Edit. Universitară 2002
13. Holdevici I. *Gândirea pozitivă*, Editura Dual Tech, 2000
14. Holdevici I. *Psihoterapia cazurilor dificile*. Editura Dual Tech, 2003
15. Holdevici I. *Psihoterapia de scurtă durată*. Editura Dual Tech, 2004
16. Holdevici I. *Tratat de Psihoterapie cognitiv-comportamentala*, Editura Trei, 2009
17. Holdevici I., Crăciun B. *Psihoterapia Eficientă*, Editura Trei, 2013
18. Holdevici, Irina *Elemente de psihoterapie*, Editura MAR, 2005
19. Iamandescu IB. *Stresul psihic din perspectiva psihologică și psihosomatică*. Infomedica, 2002
20. Joja O. Psihosomatica între medicină și cultură – O abordare cognitiv-comportamentală a tulburărilor de alimentație. Paideia 2003
21. Kring A, Johnson S, Davison G, & Neale J. *Abnormal Psychology*. (12th ed.). Hoboken, NJ: Wiley, 2012
22. Arnold A Lazarus, Clifford N Lazzarus, *Un minut la psiholog. Strategii ca să rămâi sănătos într-o lume nebună*, Editura Trei, 2014
23. Lazarus RS. *Psychological Stress and coping process*. Editura McGraw-Hill, 1996 (lb engleza)
24. Prelepceanu D, Mihailescu R, Teodorescu R. *Tratat de Sănătate Mintală*, vol. 1, Editura Enciclopedică, 2000
25. Riedesser P, Fischer G. *Tratat de psihotraumatologie*, Ed II. Trei 2007
26. Tudose F. *O abordare modernă a psihologiei medicale*. Infomedica 2002
27. Tudose F, Tudose C, Drobanici L. *Psihopatologie și psihiatrie pentru psihologi*. Infomedica 2002

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

Disciplina este concepută astfel încât să răspundă deopotrivă așteptărilor Colegiului Psihologilor din România. De asemenea, alegerea temelor de curs și seminar cu conținut aplicativ s-a realizat în urma consultării pieței serviciilor de psihoterapie, evaluare psihologică, atât din zona Resurselor Umane, cât și cea a Cabinetelor de Psihologie.

Tematica disciplinei utilizează cele mai recente și semnificative rezultate ale psihologiei din literatura de specialitate națională și mondială.



## 9. Evaluare

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare	9.2 Metode de evaluare	9.3 Pondere din nota finală
9.4 Curs	Gradul de asimilare al cunoștințelor și ponderea rezolvării corecte a sarcinilor de examen.	Examen	50%
9.5 Seminar / laborator	Gradul de însușire a deprinderilor de analiză și prezentare. Participarea la discuții. Corectitudinea documentării. Rezolvarea temelor de seminar.	Prezentarea proiectelor. Teme de control. Studii de caz.	50%
	Restanțe: În toate sesiunile ulterioare studenții vor susține o evaluare similară celei din prima sesiune de examinare  Mărire de notă: Examinarea urmează principiile examinării inițiale la care se adaugă un interviu de specialitate din tematica cursului.		
9.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"><li>Elaborarea, susținerea și promovarea prin realizarea a minim 50% din cerințele aferente tuturor formelor de evaluare continuă la seminar;</li><li>Notarea pe parcurs este luată în calcul în anul curent, inclusiv în sesiunea de reprogramare.</li></ul> <p><b>Pentru promovare, nota la evaluarea finală (examen) trebuie să fie minimum cinci.</b></p>			

Data,  
27.09.2025

Titularul de curs,  
Conf.univ.dr. Oltea JOJA

Director de Departament,  
Prof.univ.dr. Irina HOLDEVICI



## FACULTATEA DE PSIHOLOGIE

### FIȘA DISCIPLINEI

#### 1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA TITU MAIORESCU
1.2 Facultatea	Psihologie
1.3 Departamentul	Psihologie și Psihoterapie
1.4 Domeniul de studii	Psihologie
1.5 Ciclul de studii	Master
1.6 Programul de studii	Psihoterapiei cognitiv - comportamentale

#### 2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	<b>COMUNICARE TERAPEUTICĂ I</b>						
Codul disciplinei	<b>PT 2.1.5.</b>						
2.2 Titularul activităților de curs	<b>Conf.univ.dr. Odette DIMITRIU</b>						
2.3 Titularul activităților de seminar							
2.4 Anul de studiu	<b>II</b>	2.5 Semestrul	<b>I</b>	2.6 Tipul de evaluare	<b>E</b>	2.7 Regimul disciplinei	<b>O</b>

#### 3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	<b>3</b>	din care: 3.2 curs	<b>2</b>	3.3 seminar/laborator	<b>1</b>
3.4 Total ore din planul de învățământ	<b>42</b>	din care: 3.5 curs	<b>28</b>	3.6 seminar/laborator	<b>14</b>
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					80
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					30
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					21
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activități.....					-
<b>3.7 Total ore studiu individual</b>	<b>133</b>				
<b>3.9 Total ore pe semestru</b>	<b>175</b>				
<b>3.10 Numărul de credite</b>	<b>7</b>				

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

4.1 de curriculum	• -
4.2 de competențe	• -

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

5.1. de desfășurare a cursului	• Sală de curs cu minim 50 de locuri, calculator și videoproiector, tablă, cretă, flipchart, marker
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	• Sală cu minim 40 de locuri, calculator și videoproiector, tablă, cretă, flipchart, marker



## 6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	<ul style="list-style-type: none"> <li>• cunoașterea și înțelegerea teoriilor și principiilor comunicării în actul terapeutic.</li> <li>• capacitatea de a înțelege și descrie principalele concepte și metodologii utilizate în comunicarea specifică psihoterapiei de scurtă durată, în general, și în psihoterapia cognitiv-comportamentală, în special.</li> <li>• proiectarea și implementarea profesională a planurilor de intervenție psihoterapeutică în cadrul psihoterapiilor de scurtă durată.</li> <li>• capacitatea de adaptare a terminologiei și a strategiilor de comunicare în funcție de diagnosticul psihologic al clienților.</li> </ul>
Aptitudini	<ul style="list-style-type: none"> <li>• capacitatea de a aplica cunoștințele și strategiile de comunicare dobândite specifice psihoterapiilor de scurtă durată la situații (cazuri) cu un grad mediu de complexitate și de a formula concluzii de specialitate bine argumentate.</li> <li>• aplicarea principiilor comunicării eficiente în intervenția psihologică cu scopul stabilirii unui contact eficient și adecvat particularităților persoanelor cu probleme de adaptare și integrare (anxietate, depresie, fobie, etc.)</li> <li>• abilitatea de a stabili o relație de comunicare adaptată caracteristicilor psihologice și nevoilor clienților aflați în proces psihoterapeutic.</li> </ul>
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• capacitatea de adaptare a comunicării la specificul tulburărilor emoțional-afective și la profilul psihologic al clientului.</li> <li>• capacitatea de interpretare adecvată a situațiilor concrete în care asistența și suportul psihologic ar putea fi necesară.</li> <li>• respectare principiilor deontologice și de etică profesională, respectare autonomiei clienților.</li> <li>• capacitatea de a lucra independent (eventual cu o minimă îndrumare) pentru obținerea informațiilor necesare proiectării protocolului psihoterapeutic.</li> <li>• capacitatea de a deprinde strategiile de muncă riguroasă, eficientă și responsabilă, de punctualitate și răspundere personală față de rezultat, pe baza principiilor, normelor și valorilor codului de etică profesională.</li> <li>• dezvoltarea unor abilități de autocontrol permanent și conștient cu privire la motivațiile pentru învățare, prin raportare la propriile obiective de dezvoltare profesională și personală.</li> <li>• capacitatea de gestionare a situațiilor critice (ex: legate de rezistențele clientului) și a urgențelor de natură psihologică (ex: gânduri suicidale).</li> </ul>

## 7. Conținuturi

7. 1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Aspecte generale ale comunicării terapeutice (cursul 1 si 2) 2. Psihoterapeutul - actor și regizor al relației cu pacientul (cursul 3 si 4) 3. Pacientul - față în față cu problema sa și cu terapeutul(cursul 5 si 6) 4. Modele ale relației psihoterapeutice (cursul 7 si 8) 5. Comunicarea empatică în psihoterapie (cursul 9 si 10) 6. Comunicarea hipnotică în psihoterapie (cursul 11 si 12) 7. Pattern-uri în comunicarea hipnotică ericksoniană (cursul 13 si 14)	Prelegerea interactivă, învățarea în echipă, expunere, exemplificare, brainstorming, învățarea prin descoperire.	



### Bibliografie selectivă (principală):

1. Dimitriu, Odette, *Comunicare terapeutică. Tehnici și modele ale schimbării*. Editura Herald, 2014.
2. Popa, C, Sava, F.A., David, D., *Psihoterapiile cognitive și comportamentale în tulburările de personalitate. Aplicații practice și noi direcții*. Editura Trei, 2018.
3. Gîrlaşu-Dimitriu, Odette, *Tehnici Psihoterapeutice*, Editura Victor, 2004.

### Bibliografie selectivă (secundară):

1. Beck, A.T., *Cognitive therapy and the emotional disorders*, New York, International Universities Press Inc., 1976, pp. 51-53.
2. Bohart, A.C., Greenberg, L.S., *Empatia în psihoterapie*, Editura Trei, 2011.
3. Clark, A.J., *Empathy in Counseling and Psychotherapy. Perspectives and Practices*, Lawrence Erlbaum Associates, 2007, pp. 232-245.
4. Cummings, N.A., Cummings, J.L., *Enhancing Psychotherapy through Appropriate Entry Points*, în O'Donohue, W., Cummings, N.A., Cummings, J.L. (Eds.), *Clinical Strategies for Becoming a Master Psychotherapist*, Academic Press, 2006, pp. 145-148.
5. Dafinoiu, I., Vargha, J.L., *Psihoterapii Scurte. Strategii, metode și tehnici*, Editura Polirom, 2005, p. 288.
6. David, D., *Psihologie clinică și Psihoterapie. Fundamente*, Editura Polirom, 2006, p. 140.
7. Dryden, W., DiGiuseppe, *Ghid de Terapie Rațional-Emotivă și Comportamentală*, Editura ASCR, 2003, p. 7.
8. Ellis, A., *Reason and emotion in psychotherapy*, New York, Lyle Stuart, 1962, p. 16.
9. Gîrlaşu-Dimitriu, Odette, *Empatia în psihoterapie*, Editura Victor, 2004.
10. Goleman, D., *Inteligența emoțională*, București, Editura Curtea Veche, 2001.
11. Holdevici, Irina, *Tratat de psihoterapie cognitiv-comportamentală*, Editura Trei, 2009.
12. Holdevici, Irina, *Hipnoza Clinică*, Editura Trei, 2010.
13. Hoyt, M.F., *The Temporal structure of therapy: Key Questions often associated with different phases of sessions and treatments*, în O'Donohue, W., Cummings, N.A., Cummings, J.L. (Eds.), *Clinical Strategies for Becoming a Master Psychotherapist*, Academic Press, 2006, pp.113-115.
14. Iamandescu, I.B., *Psihologie medicală*, ediția a II-a, București, Editura Infomedica, 1997, p. 132.
15. Ionescu, G., *Tratat de psihologie medicală și psihoterapie*, București, S.C. Favorit Print S.A., 1999, p. 199.
16. Karasu, T.B., *Aspecte etice ale psihoterapiei*, în: Bloch, S., Chodoff, P., „Etică psihiatrică”, Ediția a II-a, New York, Oxford University Press, 2000, pp. 145-148.
17. Lazarus, A.A., *The Practice of Multimodal Therapy*, The John Hopkins University Press, 1989.
18. *Manual de Diagnostic și Statistică a Tulburărilor Mentale*, ediția a V-a, DSM 5, American Psychiatric Association, 2013.
19. Miller, W.R., Rollnick, S., *Motivational interviewing: Preparing people to change addictive behavior* (2nd ed.), New York: Guilford Press, 2002.
20. Nardone, G., Watzlawick, P., *Brief Strategic Therapy. Philosophy, Techniques, and Research*, Jason Aronson Inc., 2005, pp. 68-70.

7. 2 Seminar/laborator	Metode de predare	Observații
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Lucrări practice de redactare a poveștilor terapeutice: introducerea unor strategii clinice utilizate în psihoterapia narativă, a unor elemente de redactare a poveștilor terapeutice</li><li>2. Strategii de coping și stilul interpersonal al pacientului (pacienții dominatori, paranoizi, obstrucționiști, evitanți, dependenți).</li><li>3. Contractul sau alianța psihoterapeutică (psihoterapia comportamentală, cognitiv-comportamentală, rațional-emoțională și comportamentală, multimodală).</li><li>4. Raportul empatiei cu psihoterapia (psihoterapia centrată pe persoană, psihologia sinelui, psihologia individuală, psihoterapia existențialistă, cognitiv-comportamentală,</li></ol>	<p>Prelegerea interactivă, învățarea în echipă, brainstorming, brainwriting, învățarea prin descoperire, turul galeriei, știu/vreau să știu/am învățat. Gândiți /în perechi/comunicați. Studiu de caz, metoda cubului,</p>	



<p>psihanalică, analiza tranzacțională, psihoterapia scurtă centrată pe soluție, gestalt-terapia, psihoterapia constructivistă, psihoterapia sistemică de familie).</p> <p>5. Abordarea atacurilor de panică și a anxietății, agorafobia și fobiile multiple, depresia, reacțiile conversive, tulburarea obsesivo-compulsivă, dependențele, tulburările de personalitate, tulburările psihotice. Studii de caz. Prezentarea unor materiale filmate cu terapeuți consacrați proveniți din Școala de la Palo Alto.</p> <p>6. Introducerea unor tehnici de evaluare în interviul motivațional, scala stadiilor de pregătire pentru schimbare și a nevoii de tratament Socrates și Scala de pregătire pentru schimbare (Bernstein, Bernstein și Levenson, 1997), cardurile cu valori personale (Miller și Wilbourne, 2003).</p>	învățarea dirijată.	
<p><b>Bibliografie:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Beck, A.T., <i>Cognitive therapy and the emotional disorders</i>, New York, International Universities Press Inc., 1976, pp. 51-53.</li><li>2. Bohart, A.C., Greenberg, L.S., <i>Empatia în psihoterapie</i>, Editura Trei, 2011.</li><li>3. Clark, A.J., <i>Empathy in Counseling and Psychotherapy. Perspectives and Practices</i>, Lawrence Erlbaum Associates, 2007, pp. 232-245.</li><li>4. Cummings, N.A., Cummings, J.L., <i>Enhancing Psychotherapy through Appropriate Entry Points</i>, în O'Donohue, W., Cummings, N.A., Cummings, J.L. (Eds.), <i>Clinical Strategies for Becoming a Master Psychotherapist</i>, Academic Press, 2006, pp. 145-148.</li><li>5. Dafinoiu, I., Vargha, J.L., <i>Psihoterapii Scurte. Strategii, metode și tehnici</i>, Editura Polirom, 2005, p. 288.</li><li>6. David, D., <i>Psihologie clinică și Psihoterapie. Fundamente</i>, Editura Polirom, 2006, p. 140.</li><li>7. Dimitriu, Odette, <i>Comunicare terapeutică. Tehnici și modele ale schimbării</i>. Editura Herald, 2014.</li><li>8. Dryden, W., DiGiuseppe, <i>Ghid de Terapie Rațional-Emotivă și Comportamentală</i>, Editura ASCR, 2003, p. 7.</li><li>9. Ellis, A., <i>Reason and emotion in psychotherapy</i>, New York, Lyle Stuart, 1962, p. 16.</li><li>10. Gîrlaşu-Dimitriu, Odette, <i>Empatia în psihoterapie</i>, Editura Victor, 2004.</li><li>11. Gîrlaşu-Dimitriu, Odette, <i>Tehnici Psihoterapeutice</i>, Editura Victor, 2004.</li><li>12. Goleman, D., <i>Inteligența emoțională</i>, București, Editura Curtea Veche, 2001.</li><li>13. Holdevici, Irina, <i>Tratat de psihoterapie cognitiv-comportamentală</i>, Editura Trei, 2009.</li><li>14. Holdevici, Irina, <i>Hipnoza Clinică</i>, Editura Trei, 2010.</li><li>15. Hoyt, M.F., <i>The Temporal structure of therapy: Key Questions often associated with different phases of sessions and treatments</i>, în O'Donohue, W., Cummings, N.A., Cummings, J.L. (Eds.), <i>Clinical Strategies for Becoming a Master Psychotherapist</i>, Academic Press, 2006, pp.113-115.</li><li>16. Iamandescu, I.B., <i>Psihologie medicală</i>, ediția a II-a, București, Editura Infomedica, 1997, p. 132.</li><li>17. Ionescu, G., <i>Tratat de psihologie medicală și psihoterapie</i>, București, S.C. Favorit Print S.A., 1999, p. 199.</li><li>18. Karasu, T.B., <i>Aspecte etice ale psihoterapiei</i>, în: Bloch, S., Chodoff, P., „Etică psihiatrică”, Ediția a II-a, New York, Oxford University Press, 2000, pp. 145-148.</li><li>19. Lazarus, A.A., <i>The Practice of Multimodal Therapy</i>, The John Hopkins University Press, 1989.</li><li>20. <i>Manual de Diagnostic și Statistică a Tulburărilor Mentale</i>, ediția a V-a, DSM 5, American Psychiatric Association, 2013.</li><li>21. Miller, W.R., Rollnick, S., <i>Motivational interviewing: Preparing people to change addictive behavior</i> (2nd ed.), New York: Guilford Press, 2002.</li><li>22. Nardone, G., Watzlawick, P., <i>Brief Strategic Therapy. Philosophy, Techniques, and Research</i>, Jason Aronson Inc., 2005, pp. 68-70.</li><li>23. Popa, C., Sava, F.A., David, D., <i>Psihoterapiile cognitive și comportamentale în tulburările de personalitate. Aplicații practice și noi direcții</i>. Editura Trei, 2018.</li></ol>		



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

Disciplina este concepută astfel încât să răspundă deopotrivă așteptărilor Colegiului Psihologilor din România. De asemenea, alegerea temelor de curs și seminar cu conținut aplicativ s-a realizat în urma consultării pieței serviciilor de psihoterapie, evaluare psihologică, atât din zona Resurselor Umane, cât și cea a Cabinetelor de Psihologie.

Tematica disciplinei utilizează cele mai recente și semnificative rezultate ale psihologiei din literatura de specialitate națională și mondială.

## 9. Evaluare

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare	9.2 Metode de evaluare	9.3 Pondere din nota finală
9.4 Curs	Gradul de asimilare al cunoștințelor și ponderea rezolvării corecte a sarcinilor de examen.	Examen	50%
9.5 Seminar / laborator	Gradul de însușire a deprinderilor de analiză și prezentare. Participarea la discuții. Corectitudinea documentării. Rezolvarea temelor de seminar.	Prezentarea proiectelor. Teme de control. Studii de caz.	50%
	Restanțe: În toate sesiunile ulterioare studenții vor susține o evaluare similară celei din prima sesiune de examinare  Mărire de notă: Examinarea urmează principiile examinării inițiale la care se adaugă un interviu de specialitate din tematica cursului.		
9.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"><li>Elaborarea, susținerea și promovarea prin realizarea a minim 50% din cerințele aferente tuturor formelor de evaluare continuă la seminar;</li><li>Notarea pe parcurs este luată în calcul în anul curent, inclusiv în sesiunea de reprogramare.</li></ul> <p><b>Pentru promovare, nota la evaluarea finală (examen) trebuie să fie minimum cinci.</b></p>			

Data,  
27.09.2025

Titularul de curs,  
Conf.univ.dr. Odette DIMITRIU

Director de Departament,  
Prof.univ.dr. Irina HOLDEVICI



## FACULTATEA DE PSIHOLOGIE

### FIȘA DISCIPLINEI

#### 1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA TITU MAIORESCU
1.2 Facultatea	Psihologie
1.3 Departamentul	Psihologie și Psihoterapie
1.4 Domeniul de studii	Psihologie
1.5 Ciclul de studii	Master
1.6 Programul de studii	Psihoterapiei cognitiv - comportamentale

#### 2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	COMUNICARE TERAPEUTICĂ II						
Codul disciplinei	PT 2.2.6.						
2.2 Titularul activităților de curs	Conf.univ.dr. Odette DIMITRIU						
2.3 Titularul activităților de seminar							
2.4 Anul de studiu	II	2.5 Semestrul	II	2.6 Tipul de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	O

#### 3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar/laborator	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	42	din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					60
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					20
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					26
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activități.....					-
3.7 Total ore studiu individual	108				
3.9 Total ore pe semestru	150				
3.10 Numărul de credite	6				

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

4.1 de curriculum	• -
4.2 de competențe	• -

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

5.1. de desfășurare a cursului	• Sală de curs cu minim 50 de locuri, calculator și videoproiector, tablă, cretă, flipchart, marker
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	• Sală cu minim 40 de locuri, calculator și videoproiector, tablă, cretă, flipchart, marker



## 6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	<ul style="list-style-type: none"> <li>cunoașterea și înțelegerea teoriilor și principiilor comunicării în actul terapeutic.</li> <li>capacitatea de a înțelege și descrie principalele concepte și metodologii utilizate în comunicarea specifică psihoterapiei de scurtă durată, în general, și în psihoterapia cognitiv-comportamentală, în special.</li> <li>proiectarea și implementarea profesională a planurilor de intervenție psihoterapeutică în cadrul psihoterapiilor de scurtă durată.</li> <li>capacitatea de adaptare a terminologiei și a strategiilor de comunicare în funcție de diagnosticul psihologic al clienților.</li> </ul>
Aptitudini	<ul style="list-style-type: none"> <li>capacitatea de a aplica cunoștințele și strategiile de comunicare dobândite specifice psihoterapiilor de scurtă durată la situații (cazuri) cu un grad mediu de complexitate și de a formula concluzii de specialitate bine argumentate.</li> <li>aplicarea principiilor comunicării eficiente în intervenția psihologică cu scopul stabilirii unui contact eficient și adecvat particularităților persoanelor cu probleme de adaptare și integrare (anxietate, depresie, fobie, etc.)</li> <li>abilitatea de a stabili o relație de comunicare adaptată caracteristicilor psihologice și nevoilor clienților aflați în proces psihoterapeutic.</li> </ul>
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> <li>capacitatea de adaptare a comunicării la specificul tulburărilor emoțional-afective și la profilul psihologic al clientului.</li> <li>capacitatea de interpretare adecvată a situațiilor concrete în care asistența și suportul psihologic ar putea fi necesară.</li> <li>respectare principiilor deontologice și de etică profesională, respectare autonomiei clienților.</li> <li>capacitatea de a lucra independent (eventual cu o minimă îndrumare) pentru obținerea informațiilor necesare proiectării protocolului psihoterapeutic.</li> <li>capacitatea de a deprinde strategiile de muncă riguroasă, eficientă și responsabilă, de punctualitate și răspundere personală față de rezultat, pe baza principiilor, normelor și valorilor codului de etică profesională.</li> <li>dezvoltarea unor abilități de autocontrol permanent și conștient cu privire la motivațiile pentru învățare, prin raportare la propriile obiective de dezvoltare profesională și personală.</li> <li>capacitatea de gestionare a situațiilor critice (ex: legate de rezistențele clientului) și a urgențelor de natură psihologică (ex: gânduri suicidale).</li> </ul>

## 7. Conținuturi

7.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Modalități de antrenare a disponibilităților de comunicare ale viitorilor terapeuți 2. Monitorizarea procesului de interacțiune terapeutică și aplicarea intervențiilor terapeutice 3. Importanța temelor pentru acasă și a valorificării timpului extraterapeutic în psihoterapiile actuale 4. Comunicarea paradoxală în psihoterapie 5. Comunicarea simbolică în psihoterapie 6. Dificultăți apărute în practica clinică: întreruperea/abandonarea terapiei și utilizarea rezistențelor pacienților 7. Strategii de lucru asupra rezistențelor pacienților din perspectiva interviului motivațional	Prelegerea interactivă, învățarea în echipă, expunere, exemplificare, brainstorming, învățarea prin descoperire.	



### Bibliografie selectivă (principală):

1. Dimitriu, Odette, *Comunicare terapeutică. Tehnici și modele ale schimbării*. Editura Herald, 2014.
2. Gîrlaşu-Dimitriu, Odette, *Tehnici Psihoterapeutice*, Editura Victor, 2004.
3. Popa, C, Sava, F.A., David, D., *Psihoterapiile cognitive și comportamentale în tulburările de personalitate. Aplicații practice și noi direcții*. Editura Trei, 2018.

### Bibliografie selectivă (secundară):

4. Beck, A.T., *Cognitive therapy and the emotional disorders*, New York, International Universities Press Inc., 1976, pp. 51-53.
5. Bohart, A.C., Greenberg, L.S., *Empatia în psihoterapie*, Editura Trei, 2011.
6. Clark, A.J., *Empathy in Counseling and Psychotherapy. Perspectives and Practices*, Lawrence Erlbaum Associates, 2007, pp. 232-245.
7. Cummings, N.A., Cummings, J.L., *Enhancing Psychotherapy through Appropriate Entry Points*, în O'Donohue, W., Cummings, N.A., Cummings, J.L. (Eds.), *Clinical Strategies for Becoming a Master Psychotherapist*, Academic Press, 2006, pp. 145-148.
8. Dafinoiu, I., Vargha, J.L., *Psihoterapii Scurte. Strategii, metode și tehnici*, Editura Polirom, 2005, p. 288.
9. David, D., *Psihologie clinică și Psihoterapie. Fundamente*, Editura Polirom, 2006, p. 140.
10. Dryden, W., DiGiuseppe, *Ghid de Terapie Rațional-Emotivă și Comportamentală*, Editura ASCR, 2003, p. 7.
11. Ellis, A., *Reason and emotion in psychotherapy*, New York, Lyle Stuart, 1962, p. 16.
12. Gîrlaşu-Dimitriu, Odette, *Empatia în psihoterapie*, Editura Victor, 2004.
13. Goleman, D., *Inteligența emoțională*, București, Editura Curtea Veche, 2001.
14. Holdevici, Irina, *Tratat de psihoterapie cognitiv-comportamentală*, Editura Trei, 2009.
15. Holdevici, Irina, *Hipnoza Clinică*, Editura Trei, 2010.
16. Hoyt, M.F., *The Temporal structure of therapy: Key Questions often associated with different phases of sessions and treatments*, în O'Donohue, W., Cummings, N.A., Cummings, J.L. (Eds.), *Clinical Strategies for Becoming a Master Psychotherapist*, Academic Press, 2006, pp.113-115.
17. Iamandescu, I.B., *Psihologie medicală*, ediția a II-a, București, Editura Infomedica, 1997, p. 132.
18. Ionescu, G., *Tratat de psihologie medicală și psihoterapie*, București, S.C. Favorit Print S.A., 1999, p. 199.
19. Karasu, T.B., *Aspecte etice ale psihoterapiei*, în: Bloch, S., Chodoff, P., „Etică psihiatrică”, Ediția a II-a, New York, Oxford University Press, 2000, pp. 145-148.
20. Lazarus, A.A., *The Practice of Multimodal Therapy*, The John Hopkins University Press, 1989.
21. *Manual de Diagnostic și Statistică a Tulburărilor Mentale*, ediția a V-a, DSM 5, American Psychiatric Association, 2013.
22. Miller, W.R., Rollnick, S., *Motivational interviewing: Preparing people to change addictive behavior* (2nd ed.), New York: Guilford Press, 2002.
23. Nardone, G., Watzlawick, P., *Brief Strategic Therapy. Philosophy, Techniques, and Research*, Jason Aronson Inc., 2005, pp. 68-70.
- 24.

7. 2 Seminar/laborator	Metode de predare	Observații
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Prezentarea unor strategii clinice paradoxale de negociere cu rezistențele pacienților: prescrierea rezistenței, utilizarea umorului, refuzul tratamentului în scopul creșterii motivației de schimbare sau în cazul pacienților aflați în faza de negare a dependenței. Studii de caz.</li><li>2. Prezentarea indicatorilor verbali, nonverbali și tactili ai suicidului. Studii de caz.</li><li>3. Introducerea temei pentru acasă în programul psihoterapeutic: elaborarea detaliilor sarcinii terapeutice, momentul prezentării sarcinii și verificarea ei.</li><li>4. Prezentarea și exemplificarea sarcinilor directe-congruente: antrenament de relaxare/meditație/autohipnoză,</li></ol>	<p>Prelegerea interactivă, învățarea în echipă, brainstorming, brainwriting, învățarea prin descoperire, turul galeriei, știu/vreau să știu/am învățat. Gândiți /în perechi/comunicați. Studiu de caz,</p>	



<p>training asertiv, ascultarea activă, notare a diverselor liste/autobiografii/jurnale, biblioterapie, voluntariat, activități sociale, grupuri de suport, căutarea excepțiilor (de Shazer).</p> <p>5. Prezentarea unor programe de antrenare a abilităților: pregătirea pentru a fi părinte, deprinderile maritale și de cuplu, trainingul asertiv, deprinderile de rezolvare de probleme, trainingul abilităților sociale, abilitățile academice, trainingul deprinderilor vocaționale, deprinderile de management al stresului, abilitățile recreaționale.</p> <p>6. Concentrarea pe dialogul terapeut-pacient. Echilibrul de forțe în relația terapeutică. Încurajarea autonomiei pacientului.</p>	<p>metoda cubului, învățarea dirijată.</p>	
<p><b>Bibliografie:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Beck, A.T., <i>Cognitive therapy and the emotional disorders</i>, New York, International Universities Press Inc., 1976, pp. 51-53.</li><li>2. Bohart, A.C., Greenberg, L.S., <i>Empatia în psihoterapie</i>, Editura Trei, 2011.</li><li>3. Clark, A.J., <i>Empathy in Counseling and Psychotherapy. Perspectives and Practices</i>, Lawrence Erlbaum Associates, 2007, pp. 232-245.</li><li>4. Cummings, N.A., Cummings, J.L., <i>Enhancing Psychotherapy through Appropriate Entry Points</i>, în O'Donohue, W., Cummings, N.A., Cummings, J.L. (Eds.), <i>Clinical Strategies for Becoming a Master Psychotherapist</i>, Academic Press, 2006, pp. 145-148.</li><li>5. Dafinoiu, I., Vargha, J.L., <i>Psihoterapii Scurte. Strategii, metode și tehnici</i>, Editura Polirom, 2005, p. 288.</li><li>6. David, D., <i>Psihologie clinică și Psihoterapie. Fundamente</i>, Editura Polirom, 2006, p. 140.</li><li>7. Dimitriu, Odette, <i>Comunicare terapeutică. Tehnici și modele ale schimbării</i>. Editura Herald, 2014.</li><li>8. Dryden, W., DiGiuseppe, <i>Ghid de Terapie Rațional-Emotivă și Comportamentală</i>, Editura ASCR, 2003, p. 7.</li><li>9. Ellis, A., <i>Reason and emotion in psychotherapy</i>, New York, Lyle Stuart, 1962, p. 16.</li><li>10. Gîrlaşu-Dimitriu, Odette, <i>Empatia în psihoterapie</i>, Editura Victor, 2004.</li><li>11. Gîrlaşu-Dimitriu, Odette, <i>Tehnici Psihoterapeutice</i>, Editura Victor, 2004.</li><li>12. Goleman, D., <i>Inteligența emoțională</i>, București, Editura Curtea Veche, 2001.</li><li>13. Holdevici, Irina, <i>Tratat de psihoterapie cognitiv-comportamentală</i>, Editura Trei, 2009.</li><li>14. Holdevici, Irina, <i>Hipnoza Clinică</i>, Editura Trei, 2010.</li><li>15. Hoyt, M.F., <i>The Temporal structure of therapy: Key Questions often associated with different phases of sessions and treatments</i>, în O'Donohue, W., Cummings, N.A., Cummings, J.L. (Eds.), <i>Clinical Strategies for Becoming a Master Psychotherapist</i>, Academic Press, 2006, pp.113-115.</li><li>16. Iamandescu, I.B., <i>Psihologie medicală</i>, ediția a II-a, București, Editura Infomedica, 1997, p. 132.</li><li>17. Ionescu, G., <i>Tratat de psihologie medicală și psihoterapie</i>, București, S.C. Favorit Print S.A., 1999, p. 199.</li><li>18. Karasu, T.B., <i>Aspecte etice ale psihoterapiei</i>, în: Bloch, S., Chodoff, P., „Etică psihiatrică”, Ediția a II-a, New York, Oxford University Press, 2000, pp. 145-148.</li><li>19. Lazarus, A.A., <i>The Practice of Multimodal Therapy</i>, The John Hopkins University Press, 1989.</li><li>20. <i>Manual de Diagnostic și Statistică a Tulburărilor Mentale</i>, ediția a V-a, DSM 5, American Psychiatric Association, 2013.</li><li>21. Miller, W.R., Rollnick, S., <i>Motivational interviewing: Preparing people to change addictive behavior</i> (2nd ed.), New York: Guilford Press, 2002.</li><li>22. Nardone, G., Watzlawick, P., <i>Brief Strategic Therapy. Philosophy, Techniques, and Research</i>, Jason Aronson Inc., 2005, pp. 68-70.</li><li>23. Popa, C., Sava, F.A., David, D., <i>Psihoterapiile cognitive și comportamentale în tulburările de personalitate. Aplicații practice și noi direcții</i>. Editura Trei, 2018.</li></ol>		



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

Disciplina este concepută astfel încât să răspundă deopotrivă așteptărilor Colegiului Psihologilor din România. De asemenea, alegerea temelor de curs și seminar cu conținut aplicativ s-a realizat în urma consultării pieței serviciilor de psihoterapie, evaluare psihologică, atât din zona Resurselor Umane, cât și cea a Cabinetelor de Psihologie.

Tematica disciplinei utilizează cele mai recente și semnificative rezultate ale psihologiei din literatura de specialitate națională și mondială.

## 9. Evaluare

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare	9.2 Metode de evaluare	9.3 Pondere din nota finală
9.4 Curs	Gradul de asimilare al cunoștințelor și ponderea rezolvării corecte a sarcinilor de examen.	Examen	50%
9.5 Seminar / laborator	Gradul de însușire a deprinderilor de analiză și prezentare. Participarea la discuții. Corectitudinea documentării. Rezolvarea temelor de seminar.	Prezentarea proiectelor. Teme de control. Studii de caz.	50%
	Restanțe: În toate sesiunile ulterioare studenții vor susține o evaluare similară celei din prima sesiune de examinare  Mărire de notă: Examinarea urmează principiile examinării inițiale la care se adaugă un interviu de specialitate din tematica cursului.		
9.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"><li>Elaborarea, susținerea și promovarea prin realizarea a minim 50% din cerințele aferente tuturor formelor de evaluare continuă la seminar;</li><li>Notarea pe parcurs este luată în calcul în anul curent, inclusiv în sesiunea de reprogramare.</li></ul> <p><b>Pentru promovare, nota la evaluarea finală (examen) trebuie să fie minimum cinci.</b></p>			

Data,  
26.09.2025

Titularul de curs,  
Conf.univ.dr. Odette DIMITRIU

Director de Departament,  
Prof.univ.dr. Irina HOLDEVICI



## FACULTATEA DE PSIHOLOGIE

### FIȘA DISCIPLINEI

#### 1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA TITU MAIORESCU
1.2 Facultatea	Psihologie
1.3 Departamentul	Psihologie și Psihoterapie
1.4 Domeniul de studii	Psihologie
1.5 Ciclu de studii	Master
1.6 Programul de studii	Psihoterapiei cognitiv - comportamentale

#### 2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	<b>CONSILIERE PSIHOLOGICA I</b>						
Codul disciplinei	<b>PT 2.1.7.</b>						
2.2 Titularul activităților de curs	<b>Prof.univ.dr. Margareta DINCĂ</b>						
2.3 Titularul activităților de seminar							
2.4 Anul de studiu	<b>II</b>	2.5 Semestrul	<b>I</b>	2.6 Tipul de evaluare	<b>E</b>	2.7 Regimul disciplinei	<b>O</b>

#### 3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	<b>3</b>	din care: 3.2 curs	<b>2</b>	3.3 seminar/laborator	<b>1</b>
3.4 Total ore din planul de învățământ	<b>42</b>	din care: 3.5 curs	<b>28</b>	3.6 seminar/laborator	<b>14</b>
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					70
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					30
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					31
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activități.....					-
<b>3.7 Total ore studiu individual</b>	<b>133</b>				
<b>3.9 Total ore pe semestru</b>	<b>175</b>				
<b>3.10 Numărul de credite</b>	<b>7</b>				

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

4.1 de curriculum	• -
4.2 de competențe	• -

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

5.1. de desfășurare a cursului	• Sală de curs cu minim 50 de locuri, calculator și videoproiector, tablă, cretă, flipchart, marker
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	• Sală cu minim 40 de locuri, calculator și videoproiector, tablă, cretă, flipchart, marker



## 6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	<ul style="list-style-type: none"> <li>capacitatea de folosire corectă și adecvată a metodelor și cunoștințelor procesului de consiliere psihologică.</li> <li>capacitatea de a înțelege și descrie principalele concepte, paradigme și metodologii utilizate în consilierea psihologică.</li> <li>proiectarea și implementarea profesională a planurilor de intervenție a unui proces de consiliere psihologică.</li> <li>capacitatea de adaptare a terminologiei și a strategiilor de comunicare în funcție de diagnosticul psihologic al clienților.</li> </ul>
Aptitudini	<ul style="list-style-type: none"> <li>capacitatea de a aplica cunoștințele dobândite specifice consilierii psihologice la situații (cazuri) cu un grad mediu de complexitate și de a formula concluzii de specialitate bine argumentate.</li> <li>aplicarea principiilor comunicării eficiente în consiliere psihologică cu scopul stabilirii unui contact eficient și adecvat particularităților persoanelor cu probleme de adaptare și integrare (anxietate, depresie, fobie, etc.)</li> <li>capacitatea de a elabora un plan de intervenție psihoterapeutic de complexitate medie, pe baza principalelor paradigme ale consilierii psihologice.</li> <li>abilitatea de a stabili o relație de comunicare adaptată caracteristicilor psihologice și nevoilor clienților aflați în proces psihoterapeutic.</li> </ul>
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> <li>capacitatea de interpretare adecvată a situațiilor concrete în care asistența și suportul psihologic ar putea fi necesară.</li> <li>respectare principiilor deontologice și de etică profesională, respectare autonomiei clienților.</li> <li>capacitatea de a lucra independent (eventual cu o minimă îndrumare) pentru obținerea informațiilor necesare proiectării protocolului psihoterapeutic.</li> <li>capacitatea de a deprinde strategiile de muncă riguroasă, eficientă și responsabilă, de punctualitate și răspundere personală față de rezultat, pe baza principiilor, normelor și valorilor codului de etică profesională.</li> <li>dezvoltarea unor abilități de autocontrol permanent și conștient cu privire la motivațiile pentru învățare, prin raportare la propriile obiective de dezvoltare profesională și personală.</li> <li>capacitatea de gestionare a situațiilor critice (ex: legate de rezistențele clientului) și a urgențelor de natură psihologică (ex: gânduri suicidale).</li> </ul>

## 7. Conținuturi

7.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Domeniul consilierii psihologice 2. Elemente de deontologie profesionala 3. Rolul și locul personalității consilierului în demersul de consiliere 4. Cadru aliantei de intervenție funcțional – disfuncțional 5. Tehnici de evaluare a persoanei consiliate – anamneza 6. Tehnici de evaluare a persoanei consiliate – observația 7. Tehnici de evaluare a persoanei consiliate - testele 8. Diagnosticul și planul de intervenție dsm axele! 9. Delimitari teoretice consiliere psihologica versus psihoterapie 10. Abordări specifice consilierii psihologice – gestaltism 11. Abordarea holistică 12. Consiliere psihologică și terapia cognitiv - comportamentală	Prelegerea interactivă, învățarea în echipă, expunere, exemplificare, brainstorming, învățarea prin descoperire.	



13. Consiliere psihologică și psihanaliză 14. Teoria atașamentului j. Bowlby – elemente de terapie a copilului și de consiliere a părinților		
<p><b>Bibliografie selectivă (principală):</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Nelson-Jones, R. (2007) Manual de consiliere, Ed. Trei, București</li> <li>Bowlby, J. (2016) Crearea și ruperea legăturilor afective, ed. Trei, București</li> <li>Bohart, A. C., Greenberg, L.S. (2011) Empatia în psihoterapie, ed. Trei, București</li> </ol> <p><b>Bibliografie selectivă (secundară):</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Papalia D., Wendkos Olds S., Duskin Feldman R., Dezvoltarea umană, 2017, ed. Trei, București</li> <li>Dinca M., Negovan, V., (2017) Sanatatea mintală și starea de bine la copii și adolescenți – definiții și accepțiuni în Mihai Ioan Micle, Doina Ștefana Săucan, Sanatatea mintală a elevului în școlăritatea mică și în adolescență: ghid teoretic și practic pentru cadre didactice, consilieri școlari și părinți, București, Editura Academiei</li> <li>DSM-5, Manual de Diagnostic și Clasificare Statistică a Tulburărilor Mintale (2016) Ed. Callisto, București</li> <li>Bowlby, J. (2011) O bază de siguranță, ed. Trei, București</li> <li>Wallin, D.J. (2010) Atașamentul în psihoterapie, ed. Trei, București</li> <li>Ciorbea, I. (2015) Evaluarea psihologică aplicată, ed. Trei, București</li> <li>ICD – 10 (2016) Clasificarea tulburărilor mentale și de comportament, ed. Trei, București</li> </ol>		
<b>7. 2 Seminar/laborator</b>	<b>Metode de predare</b>	<b>Observații</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>Consilierea psihologică – caracteristici specifice</li> <li>Atitudinea consilierului între directivitate și non-directivitate</li> <li>Neutralitate, transfer, contra-transfer, empatie</li> <li>Cadrul și relația terapeutică</li> <li>Anamneza – exerciții practice</li> <li>Observația – exerciții practice</li> <li>Teste – exerciții practice</li> <li>Diagnostic DSM și ITC – 10 analiză comparativă I</li> <li>Diagnostic DSM și ITC – 10 analiză comparativă II</li> <li>Abordarea holistică – procedee și tehnici</li> <li>Studii de caz – abordări diferențiate - exerciții</li> <li>Studii de caz – abordări diferențiate – exerciții</li> <li>Teoria atașamentului – prezentare studii de caz copii</li> <li>Teoria atașamentului – prezentare studii de caz părinți</li> </ol>	<p>Prelegerea interactivă, învățarea în echipă, brainstorming, brainwriting, învățarea prin descoperire, turul galeriei, știu/vreau să știu/am învățat. Gândiți /în perechi/comunicați. Studiu de caz, metoda cubului, învățarea dirijată.</p>	
<p><b>Bibliografie:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Papalia D., Wendkos Olds S., Duskin Feldman R., Dezvoltarea umană, 2017, ed. Trei, București</li> <li>Dinca M., Negovan, V., (2017) Sanatatea mintală și starea de bine la copii și adolescenți – definiții și accepțiuni în Mihai Ioan Micle, Doina Ștefana Săucan, Sanatatea mintală a elevului în școlăritatea mică și în adolescență: ghid teoretic și practic pentru cadre didactice, consilieri școlari și părinți, București, Editura Academiei</li> <li>Bohart, A. C., Greenberg, L.S. (2011) Empatia în psihoterapie, ed. Trei, București</li> <li>Bowlby, J. (2016) Crearea și ruperea legăturilor afective, ed. Trei, București</li> <li>DSM-5, Manual de Diagnostic și Clasificare Statistică a Tulburărilor Mintale (2016) Ed. Callisto, București</li> <li>Bowlby, J. (2011) O bază de siguranță, ed. Trei, București</li> <li>Wallin, D.J. (2010) Atașamentul în psihoterapie, ed. Trei, București</li> <li>Ciorbea, I. (2015) Evaluarea psihologică aplicată, ed. Trei, București</li> <li>ICD – 10 (2016) Clasificarea tulburărilor mentale și de comportament, ed. Trei, București</li> <li>Nelson-Jones, R. (2007) Manual de consiliere, Ed. Trei, București</li> </ol>		



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

Disciplina este concepută astfel încât să răspundă deopotrivă așteptărilor Colegiului Psihologilor din România. De asemenea, alegerea temelor de curs și seminar cu conținut aplicativ s-a realizat în urma consultării pieței serviciilor de psihoterapie, evaluare psihologică, atât din zona Resurselor Umane, cât și cea a Cabinetelor de Psihologie.

Tematica disciplinei utilizează cele mai recente și semnificative rezultate ale psihologiei din literatura de specialitate națională și mondială.

## 9. Evaluare

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare	9.2 Metode de evaluare	9.3 Pondere din nota finală
9.4 Curs	Gradul de asimilare al cunoștințelor și ponderea rezolvării corecte a sarcinilor de examen.	Examen	50%
9.5 Seminar / laborator	Gradul de însușire a deprinderilor de analiză și prezentare. Participarea la discuții. Corectitudinea documentării. Rezolvarea temelor de seminar.	Prezentarea proiectelor. Teme de control. Studii de caz.	50%
	Restanțe: În toate sesiunile ulterioare studenții vor susține o evaluare similară celei din prima sesiune de examinare  Mărire de notă: Examinarea urmează principiile examinării inițiale la care se adaugă un interviu de specialitate din tematica cursului.		
9.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"><li>Elaborarea, susținerea și promovarea prin realizarea a minim 50% din cerințele aferente tuturor formelor de evaluare continuă la seminar;</li><li>Notarea pe parcurs este luată în calcul în anul curent, inclusiv în sesiunea de reprogramare.</li></ul> <p><b>Pentru promovare, nota la evaluarea finală (examen) trebuie să fie minimum cinci.</b></p>			

Data,  
27.09.2025

Titularul de curs,  
Prof.univ.dr. Margareta DINCĂ

Director de Departament,  
Prof.univ.dr. Irina HOLDEVICI



## FACULTATEA DE PSIHOLOGHIE

### FIȘA DISCIPLINEI

#### 1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA TITU MAIORESCU
1.2 Facultatea	Psihologie
1.3 Departamentul	Psihologie și Psihoterapie
1.4 Domeniul de studii	Psihologie
1.5 Ciclul de studii	Master
1.6 Programul de studii	Psihoterapiei cognitiv - comportamentale

#### 2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	<b>CONSILIERE PSIHOLOGICA II</b>						
Codul disciplinei	<b>PT 2.2.8.</b>						
2.2 Titularul activităților de curs	<b>Prof.univ.dr. Margareta DINCĂ</b>						
2.3 Titularul activităților de seminar							
2.4 Anul de studiu	<b>II</b>	2.5 Semestrul	<b>II</b>	2.6 Tipul de evaluare	<b>E</b>	2.7 Regimul disciplinei	<b>O</b>

#### 3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	<b>3</b>	din care: 3.2 curs	<b>2</b>	3.3 seminar/laborator	<b>1</b>
3.4 Total ore din planul de învățământ	<b>42</b>	din care: 3.5 curs	<b>28</b>	3.6 seminar/laborator	<b>14</b>
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					60
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					20
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					26
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activități.....					-
<b>3.7 Total ore studiu individual</b>	<b>108</b>				
<b>3.9 Total ore pe semestru</b>	<b>150</b>				
<b>3.10 Numărul de credite</b>	<b>6</b>				

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

4.1 de curriculum	• -
4.2 de competențe	• -

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

5.1. de desfășurare a cursului	• Sală de curs cu minim 50 de locuri, calculator și videoproiector, tablă, cretă, flipchart, marker
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	• Sală cu minim 40 de locuri, calculator și videoproiector, tablă, cretă, flipchart, marker



## 6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	<ul style="list-style-type: none"> <li>capacitatea de folosire corectă și adecvată a metodelor și cunoștințelor procesului de consiliere psihologică.</li> <li>capacitatea de a înțelege și descrie principalele concepte, paradigme și metodologii utilizate în consilierea psihologică.</li> <li>proiectarea și implementarea profesională a planurilor de intervenție a unui proces de consiliere psihologică.</li> <li>capacitatea de adaptare a terminologiei și a strategiilor de comunicare în funcție de diagnosticul psihologic al clienților.</li> </ul>
Aptitudini	<ul style="list-style-type: none"> <li>capacitatea de a aplica cunoștințele dobândite specifice consilierii psihologice la situații (cazuri) cu un grad mediu de complexitate și de a formula concluzii de specialitate bine argumentate.</li> <li>aplicarea principiilor comunicării eficiente în consiliere psihologică cu scopul stabilirii unui contact eficient și adecvat particularităților persoanelor cu probleme de adaptare și integrare (anxietate, depresie, fobie, etc.)</li> <li>capacitatea de a elabora un plan de intervenție psihoterapeutic de complexitate medie, pe baza principalelor paradigme ale consilierii psihologice.</li> <li>abilitatea de a stabili o relație de comunicare adaptată caracteristicilor psihologice și nevoilor clienților aflați în proces psihoterapeutic.</li> </ul>
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> <li>capacitatea de interpretare adecvată a situațiilor concrete în care asistența și suportul psihologic ar putea fi necesară.</li> <li>respectare principiilor deontologice și de etică profesională, respectare autonomiei clienților.</li> <li>capacitatea de a lucra independent (eventual cu o minimă îndrumare) pentru obținerea informațiilor necesare proiectării protocolului psihoterapeutic.</li> <li>capacitatea de a deprinde strategiile de muncă riguroasă, eficientă și responsabilă, de punctualitate și răspundere personală față de rezultat, pe baza principiilor, normelor și valorilor codului de etică profesională.</li> <li>dezvoltarea unor abilități de autocontrol permanent și conștient cu privire la motivațiile pentru învățare, prin raportare la propriile obiective de dezvoltare profesională și personală.</li> <li>capacitatea de gestionare a situațiilor critice (ex: legate de rezistențele clientului) și a urgențelor de natură psihologică (ex: gânduri suicidale).</li> </ul>

## 7. Conținuturi

7.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Teoria atașamentului j. Bowlby – elemente de terapie a adultului 2. Consiliere psihologică și abordarea psihodinamică i 3. Teoria psihodinamică k. Rogers – intervenții directive și consiliere ii 4. Teoria psihodinamică k. Rogers – intervenții directive și consiliere iii 5. Teoria alegerilor realiste w. Glasser – intervenții directive și consiliere 6. Psihodrama I – J. L. Moreno 7. Psihodrama II - tehnici de consiliere în grup moreno 8. Psihodrama III - tehnici de consiliere în grup moreno 9. Tehnici fundamentale în consiliere i - tehnicile paradoxale 10. Tehnici fundamentale în consiliere ii - tehnicile	Prelegerea interactivă, învățarea în echipă, expunere, exemplificare, brainstorming, învățarea prin descoperire.	



<p>paradoxale</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>11. Tehnici fundamentale în consiliere iii - trainingul asertiv</li> <li>12. Tehnici fundamentale în consiliere iv</li> <li>13. Tehnici fundamentale în consiliere v</li> <li>14. Tehnici fundamentale în consiliere vi și elemente de consiliere în situații speciale</li> </ol>		
<p><b>Bibliografie selectivă (principală):</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Georgescu, M. (2009, ed a v a) Introducere în consilierea psihologică, Editura: Fundatia Romania de Maine</li> <li>2. Carl R. Rogers (2015) Terapia centrata pe client. Practica ei actuala, implicatii și te, Editura: Trei, București</li> <li>3. Moreno, J. L. (2009) Scrieri fundamentale. Despre psihodrama, metoda de grup și spontaneitate, Ed. Trei, București</li> </ol> <p><b>Bibliografie selectivă (secundară):</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Negovan, V., Dinca M., (2017) Studii și cercetări asupra sănătății mintale și stării de bine a copiilor și adolescenților din România, în Mihai Ioan Micle, Doina Ștefana Săucan, Sănătatea mentală a elevului în școlaritatea mică și în adolescență: ghid teoretic și practic pentru cadre didactice, consilieri școlari și părinți, București, Editura Academiei,</li> <li>2. Dincă, M., Stoenescu, R. &amp; Ilincă, L., A. (2016) Atașament și stil parental. În Doina Ștefana Săucan, Mihai Ioan Micle, Factori perturbatori ai adaptării la școlaritate. Anxietate și stil parental. București, Editura Academiei,</li> <li>3. Bowlby, J. (2016) Crearea și ruperea legăturilor afective, ed. Trei, București</li> <li>4. Glasser, W. (2008) Cum să alegem fericirea - Ediția a II-a, Ed Curtea Veche, București.</li> </ol>		
<p><b>7. 2 Seminar/laborator</b></p>	<p>Metode de predare</p>	<p>Observații</p>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Evaluarea patern-ului de atașament la copil</li> <li>2. Evaluarea patern-ului de atașament la părinți</li> <li>3. Exerciții de consiliere conform teoriei non-directive I</li> <li>4. Exerciții de consiliere conform teoriei non-directive II</li> <li>5. Exerciții de consiliere conform teoriei alegerilor realiste I</li> <li>6. Exerciții de consiliere conform teoriei alegerilor realiste II</li> <li>7. Tehnici de consiliere în grup – exerciții practice I</li> <li>8. Tehnici de consiliere în grup – exerciții practice II</li> <li>9. Tehnici fundamentale în consiliere I</li> <li>10. Tehnici fundamentale în consiliere II ( exerciții practice, studii de caz)</li> <li>11. Tehnici fundamentale în consiliere III (exerciții practice, studii de caz)</li> <li>12. Tehnici fundamentale în consiliere IV (exerciții practice, studii de caz)</li> <li>13. Tehnici fundamentale în consiliere V ( exerciții practice, studii de caz)</li> <li>14. Tehnici fundamentale în consiliere VI exerciții practice, studii de caz)</li> </ol>	<p>Prelegerea interactivă, învățarea în echipă, brainstorming, brainwriting, învățarea prin descoperire, turul galeriei, știu/vreau să știu/am învățat. Gândiți /în perechi/comunicați. Studiu de caz, metoda cubului, învățarea dirijată.</p>	
<p><b>Bibliografie:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Negovan, V., Dinca M., (2017) Studii și cercetări asupra sănătății mintale și stării de bine a copiilor și adolescenților din România, în Mihai Ioan Micle, Doina Ștefana Săucan, Sănătatea mentală a elevului în școlaritatea mică și în adolescență: ghid teoretic și practic pentru cadre didactice, consilieri școlari și părinți, București, Editura Academiei,</li> </ol>		



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII

UNIVERSITATEA „TITU MAIORESCU” DIN BUCUREȘTI

Calea Văcărești, nr. 187, sector 4, București, cod 040051

tel.: 021 316 16 46, fax: 021 311 22 97, e-mail: rectorat@univ.utm.ro, www.utm.ro



2. Dincă, M., Stoenescu, R. & Ilinca, L., A. (2016) Atașament și stil parental. In Doina Ștefana Săucan, Mihai Ioan Micle, Factori perturbatori ai adaptării la școlaritate. Anxietate și stil parental. București, Editura Academiei,
3. Bowlby, J. (2016) Crearea și ruperea legăturilor afective, ed. Trei, București
4. Carl R. Rogers (2015) Terapia centrata pe client. Practica ei actuala, implicații și te, Editura: Trei, București
5. Moreno, J. L. (2009) Scrieri fundamentale. Despre psihodrama, metoda de grup și spontaneitate, Ed. Trei, București
6. Glasser, W. (2008) Cum să alegem fericirea - Ediția a II-a, Ed Curtea Veche, București.
7. Georgescu, M. (2009, ed a v a) Introducere în consilierea psihologică, Editura: Fundatia Romania de Maine

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

Disciplina este concepută astfel încât să răspundă deopotrivă așteptărilor Colegiului Psihologilor din România. De asemenea, alegerea temelor de curs și seminar cu conținut aplicativ s-a realizat în urma consultării pieței serviciilor de psihoterapie, evaluare psihologică, atât din zona Resurselor Umane, cât și cea a Cabinetelor de Psihologie.

Tematica disciplinei utilizează cele mai recente și semnificative rezultate ale psihologiei din literatura de specialitate națională și mondială.



## 9. Evaluare

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare	9.2 Metode de evaluare	9.3 Pondere din nota finală
9.4 Curs	Gradul de asimilare al cunoștințelor și ponderea rezolvării corecte a sarcinilor de examen.	Examen	50%
9.5 Seminar / laborator	Gradul de însușire a deprinderilor de analiză și prezentare. Participarea la discuții. Corectitudinea documentării. Rezolvarea temelor de seminar.	Prezentarea proiectelor. Teme de control. Studii de caz.	50%
	Restanțe: În toate sesiunile ulterioare studenții vor susține o evaluare similară celei din prima sesiune de examinare  Mărire de notă: Examinarea urmează principiile examinării inițiale la care se adaugă un interviu de specialitate din tematica cursului.		
9.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"><li>Elaborarea, susținerea și promovarea prin realizarea a minim 50% din cerințele aferente tuturor formelor de evaluare continuă la seminar;</li><li>Notarea pe parcurs este luată în calcul în anul curent, inclusiv în sesiunea de reprogramare.</li></ul> <p><b>Pentru promovare, nota la evaluarea finală (examen) trebuie să fie minimum cinci.</b></p>			

Data,  
25.09.2025

Titularul de curs,  
Prof.univ.dr. Margareta DINCĂ

Director de Departament,  
Prof.univ.dr. Irina HOLDEVICI



## FACULTATEA DE PSIHOLOGIE

### FIȘA DISCIPLINEI

#### 1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA TITU MAIORESCU
1.2 Facultatea	Psihologie
1.3 Departamentul	Psihologie și Psihoterapie
1.4 Domeniul de studii	Psihologie
1.5 Ciclu de studii	Master
1.6 Programul de studii	Psihoterapiei cognitiv - comportamentale

#### 2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	<b>PSIHOTERAPII DE PROFUNZIME I</b>						
Codul disciplinei	<b>PT 2.1.9.</b>						
2.2 Titularul activităților de curs	<b>Conf.univ.dr. Brîndușa ORĂȘANU</b>						
2.3 Titularul activităților de seminar							
2.4 Anul de studiu	<b>II</b>	2.5 Semestrul	<b>I</b>	2.6 Tipul de evaluare	<b>V</b>	2.7 Regimul disciplinei	<b>O</b>

#### 3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	<b>2</b>	din care:	<b>1</b>	3.3 seminar/laborator	<b>1</b>
3.4 Total ore din planul de învățământ	<b>28</b>	din care:	<b>14</b>	3.6 seminar/laborator	<b>14</b>
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					15
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					15
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					15
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activități.....					-
<b>3.7 Total ore studiu individual</b>	<b>47</b>				
<b>3.9 Total ore pe semestru</b>	<b>75</b>				
<b>3.10 Numărul de credite</b>	<b>3</b>				

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

4.1 de curriculum	• -
4.2 de competențe	• -

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

5.1. de desfășurare a cursului	• Sală de curs cu minim 50 de locuri, calculator și videoproiector, tablă, cretă, flipchart, marker
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	• Sală cu minim 40 de locuri, calculator și videoproiector, tablă, cretă, flipchart, marker



## 6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	<ul style="list-style-type: none"> <li>capacitatea de a înțelege și descrie principalele concepte, paradigme și strategii de intervenție utilizate în psihoterapiile de profunzime în general, și în psihoterapia psihanalitică, în special.</li> <li>folosirea corectă și adecvată a metodelor și instrumentelor paradigmei psihanalitice.</li> <li>capacitatea de proiectare și implementare profesională a planurilor de intervenție psihanalitică.</li> <li>capacitatea de adaptare a terminologiei și a strategiilor de comunicare în funcție de diagnosticul psihologic al clienților.</li> </ul>
Aptitudini	<ul style="list-style-type: none"> <li>capacitatea de a aplica cunoștințele dobândite specifice psihoterapiilor de profunzime de tip psihanalitic la situații (cazuri) cu un grad mediu de complexitate și de a formula concluzii de specialitate bine argumentate.</li> <li>Capacitatea de aplicare a principiilor comunicării eficiente în intervenția psihologică cu scopul stabilirii unui contact eficient și adecvat particularităților persoanelor cu probleme de adaptare și integrare (anxietate, depresie, fobie, etc.)</li> <li>capacitatea de a elabora un plan de intervenție psihanalitic de complexitate medie, pe baza principalelor paradigme și teorii psihanalitice.</li> <li>abilitatea de a stabili o relație de comunicare adaptată caracteristicilor psihologice și nevoilor clienților aflați în proces psihoterapeutic.</li> </ul>
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> <li>capacitatea de interpretare adecvată a situațiilor concrete în care asistența și suportul psihologic ar putea fi necesară.</li> <li>respectare principiilor deontologice și de etică profesională, respectare autonomiei clienților.</li> <li>capacitatea de a lucra independent (eventual cu o minimă îndrumare) pentru obținerea informațiilor necesare proiectării protocolului psihoterapeutic.</li> <li>capacitatea de a deprinde strategiile de muncă riguroasă, eficientă și responsabilă, de punctualitate și răspundere personală față de rezultat, pe baza principiilor, normelor și valorilor codului de etică profesională.</li> <li>dezvoltarea unor abilități de autocontrol permanent și conștient cu privire la motivațiile pentru învățare, prin raportare la propriile obiective de dezvoltare profesională și personală.</li> <li>capacitatea de gestionare a situațiilor critice (ex: legate de rezistențele clientului) și a urgențelor de natură psihologică (ex: gânduri suicidale).</li> </ul>

## 7. Conținuturi

7.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Mecanismul de proiecție 2. Studii de caz – Proiecția la Sigmund Freud 3. Teoria kleiniană despre proiecție 4. Identificare proiectivă și proiecție 5. Narcisism și relație de obiect 6. Narcisismul - moștenitorul lui Narcis este Leonardo 7. Trivialul psihanalistului	Prelegerea interactivă, învățarea în echipă, expunere, exemplificare, brainstorming, învățarea prin descoperire.	

### Bibliografie selectivă (principală):

- Orășanu, Brîndușa, *Biografia unui concept psihanalitic : identificarea proiectivă*, Ed. Trei, București, 2005; Ed. Renaissance, 2010; Ed. Ed. Titu Maiorescu & Hamangiu, 2016 [Biblioteca UTM]
- Orășanu, Brîndușa, *Noțiuni de psihopatologie în psihanaliză*, Ed. Renaissance, București, 2012; Ed. Titu Maiorescu & Hamangiu, 2016 [Biblioteca UTM]
- De Masi, Franco, *La perte de soi dans la clinique psychanalytique. Avec une attention particulière à l'état psychotique*, în *Rev. Fr. Psychanal.* 4/2013, pp. 1095-1113



**Bibliografie selectivă (secundară):**

4. Balsamo, Maurizio, *Fidélité et infidélité de la mémoire*, în *Rev. Fr. Psychanal.* 1/2013, pp. 146-159 [biblioteca personală, BDI Cairn]
5. Botella, Sara, *La mémoire du rêve*, în *Rev. Fr. Psychanal.* 1/2013, pp. 160-169 [biblioteca personală, BDI Cairn]
6. Searles, Harold, *My work with borderline patients*, Jason Aronson, New Jersey, 1994 [biblioteca personală]

**7. 2 Seminar/laborator**

Metode de predare

Observații

1. Metoda psihanalitică
2. Mecanismul de proiecție
3. Narcisismul
4. Clinica psihanalitică în patologia borderline
5. Ilustrări clinice ale mecanismului de clivaj
6. Identificarea proiectivă în clinică
7. Conceptul de limită

Prelegerea interactivă, învățarea în echipă, brainstorming, brainwriting, învățarea prin descoperire, turul galeriei, știu/vreau să știu/am învățat. Gândiți /în perechi/comunicați. Studiu de caz, metoda cubului, învățarea dirijată.

**Bibliografie:**

1. Balsamo, Maurizio, *Fidélité et infidélité de la mémoire*, în *Rev. Fr. Psychanal.* 1/2013, pp. 146-159 [biblioteca personală, BDI Cairn]
2. Botella, Sara, *La mémoire du rêve*, în *Rev. Fr. Psychanal.* 1/2013, pp. 160-169 [biblioteca personală, BDI Cairn]
3. De Masi, Franco, *La perte de soi dans la clinique psychanalytique. Avec une attention particulière à l'état psychotique*, în *Rev. Fr. Psychanal.* 4/2013, pp. 1095-1113 [biblioteca personală, BDI Cairn]
4. Orășanu, Brîndușa, *Biografia unui concept psihanalitic : identificarea proiectivă*, Ed. Trei, București, 2005; Ed. Renaissance, 2010; Ed. Ed. Titu Maiorescu & Hamangiu, 2016 [Biblioteca UTM]
5. Orășanu, Brîndușa, *Noțiuni de psihopatologie în psihanaliză*, Ed. Renaissance, București, 2012; Ed. Titu Maiorescu & Hamangiu, 2016 [Biblioteca UTM]
6. Searles, Harold, *My work with borderline patients*, Jason Aronson, New Jersey, 1994 [biblioteca personală]

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

Disciplina este concepută astfel încât să răspundă deopotrivă așteptărilor Colegiului Psihologilor din România. De asemenea, alegerea temelor de curs și seminar cu conținut aplicativ s-a realizat în urma consultării pieței serviciilor de psihoterapie, evaluare psihologică, atât din zona Resurselor Umane, cât și cea a Cabinetelor de Psihologie.

Tematica disciplinei utilizează cele mai recente și semnificative rezultate ale psihologiei din literatura de specialitate națională și mondială.



## 9. Evaluare

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare	9.2 Metode de evaluare	9.3 Pondere din nota finală
9.4 Curs	Gradul de asimilare al cunoștințelor și ponderea rezolvării corecte a sarcinilor de examen.	Examen	50%
9.5 Seminar / laborator	Gradul de însușire a deprinderilor de analiză și prezentare. Participarea la discuții. Corectitudinea documentării. Rezolvarea temelor de seminar.	Prezentarea proiectelor. Teme de control. Studii de caz.	50%
	Restanțe: În toate sesiunile ulterioare studenții vor susține o evaluare similară celei din prima sesiune de examinare  Mărire de notă: Examinarea urmează principiile examinării inițiale la care se adaugă un interviu de specialitate din tematica cursului.		
9.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"><li>Elaborarea, susținerea și promovarea prin realizarea a minim 50% din cerințele aferente tuturor formelor de evaluare continuă la seminar;</li><li>Notarea pe parcurs este luată în calcul în anul curent, inclusiv în sesiunea de reprogramare.</li></ul> <p><b>Pentru promovare, nota la evaluarea finală (examen) trebuie să fie minimum cinci.</b></p>			

Data,  
27.09.2025

Titularul de curs,  
Conf.univ.dr. Brîndușa ORĂȘANU

Director de Departament,  
Prof.univ.dr. Irina HOLDEVICI



## FACULTATEA DE PSIHOLOGIE

### FIȘA DISCIPLINEI

#### 1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA TITU MAIORESCU
1.2 Facultatea	Psihologie
1.3 Departamentul	Psihologie și Psihoterapie
1.4 Domeniul de studii	Psihologie
1.5 Ciclul de studii	Master
1.6 Programul de studii	Psihoterapiei cognitiv - comportamentale

#### 2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	<b>PSIHOTERAPII DE PROFUNZIME II</b>						
Codul disciplinei	<b>PT 2.2.10.</b>						
2.2 Titularul activităților de curs	<b>Conf.univ.dr. Brîndușa ORĂȘANU</b>						
2.3 Titularul activităților de seminar							
2.4 Anul de studiu	<b>II</b>	2.5 Semestrul	<b>II</b>	2.6 Tipul de evaluare	<b>V</b>	2.7 Regimul disciplinei	<b>O</b>

#### 3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	<b>2</b>	din care:	<b>1</b>	3.3 seminar/laborator	<b>1</b>
3.4 Total ore din planul de învățământ	<b>28</b>	din care:	<b>14</b>	3.6 seminar/laborator	<b>14</b>
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					10
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					5
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					5
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activități.....					-
<b>3.7 Total ore studiu individual</b>	<b>22</b>				
<b>3.9 Total ore pe semestru</b>	<b>50</b>				
<b>3.10 Numărul de credite</b>	<b>2</b>				

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

4.1 de curriculum	• -
4.2 de competențe	• -

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

5.1. de desfășurare a cursului	• Sală de curs cu minim 50 de locuri, calculator și videoproiector, tablă, cretă, flipchart, marker
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	• Sală cu minim 40 de locuri, calculator și videoproiector, tablă, cretă, flipchart, marker



## 6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	<ul style="list-style-type: none"><li>capacitatea de a înțelege și descrie principalele concepte, paradigme și strategii de intervenție utilizate în psihoterapiile de profunzime în general, și în psihoterapia psihanalitică, în special.</li><li>folosirea corectă și adecvată a metodelor și instrumentelor paradigmei psihanalitice.</li><li>capacitatea de proiectare și implementare profesională a planurilor de intervenție psihanalitică.</li><li>capacitatea de adaptare a terminologiei și a strategiilor de comunicare în funcție de diagnosticul psihologic al clienților.</li></ul>
Aptitudini	<ul style="list-style-type: none"><li>capacitatea de a aplica cunoștințele dobândite specifice psihoterapiilor de profunzime de tip psihanalitic la situații (cazuri) cu un grad mediu de complexitate și de a formula concluzii de specialitate bine argumentate.</li><li>Capacitatea de aplicare a principiilor comunicării eficiente în intervenția psihologică cu scopul stabilirii unui contact eficient și adecvat particularităților persoanelor cu probleme de adaptare și integrare (anxietate, depresie, fobie, etc.)</li><li>capacitatea de a elabora un plan de intervenție psihanalitic de complexitate medie, pe baza principalelor paradigme și teorii psihanalitice.</li><li>abilitatea de a stabili o relație de comunicare adaptată caracteristicilor psihologice și nevoilor clienților aflați în proces psihoterapeutic.</li></ul>
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"><li>capacitatea de interpretare adecvată a situațiilor concrete în care asistența și suportul psihologic ar putea fi necesară.</li><li>respectare principiilor deontologice și de etică profesională, respectare autonomiei clienților.</li><li>capacitatea de a lucra independent (eventual cu o minimă îndrumare) pentru obținerea informațiilor necesare proiectării protocolului psihoterapeutic.</li><li>capacitatea de a deprinde strategiile de muncă riguroasă, eficientă și responsabilă, de punctualitate și răspundere personală față de rezultat, pe baza principiilor, normelor și valorilor codului de etică profesională.</li><li>dezvoltarea unor abilități de autocontrol permanent și conștient cu privire la motivațiile pentru învățare, prin raportare la propriile obiective de dezvoltare profesională și personală.</li><li>capacitatea de gestionare a situațiilor critice (ex: legate de rezistențele clientului) și a urgențelor de natură psihologică (ex: gânduri suicidale).</li></ul>

## 7. Conținuturi

7.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Contratransferul la Melanie Klein 2. Evoluția conceptului de contratransfer 3. Psihanalistul și narcisismul său 4. Noțiunea de limită 5. Analiza 6. Un model de proces ca un cadru teoretic	Prelegerea interactivă, învățarea în echipă, expunere, exemplificare, brainstorming, învățarea prin descoperire.	
<b>Bibliografie selectivă (principală):</b> 1. Orășanu, Brîndușa, <i>Biografia unui concept psihanalitic : identificarea proiectivă</i> , Ed. Trei, București, 2005; Ed. Renaissance, 2010; Ed. Ed. Titu Maiorescu & Hamangiu, 2016 [Biblioteca UTM] 2. Orășanu, Brîndușa, <i>Noțiuni de psihopatologie în psihanaliză</i> , Ed. Renaissance, București, 2012; Ed. Titu Maiorescu & Hamangiu, 2016 [Biblioteca UTM] 3. De Masi, Franco, <i>La perte de soi dans la clinique psychanalytique. Avec une attention particulière à l'état psychotique</i> , în <i>Rev. Fr. Psychanal.</i> 4/2013, pp. 1095-1113.		



### Bibliografie selectivă (secundară):

1. Balsamo, Maurizio, *Fidélité et infidélité de la mémoire*, în *Rev. Fr. Psychanal.* 1/2013, pp. 146-159 [biblioteca personală, BDI Cairn]
2. Botella, Sara, *La mémoire du rêve*, în *Rev. Fr. Psychanal.* 1/2013, pp. 160-169 [biblioteca personală, BDI Cairn]
3. Searles, Harold, *My work with borderline patients*, Jason Aronson, New Jersey, 1994 [biblioteca personală]

### 7. 2 Seminar/laborator

	Metode de predare	Observații
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Ilustrări clinice ale conceptului de transfer</li><li>2. Ilustrări clinice ale conceptului de contratransfer</li><li>3. Controverse despre organizarea borderline și manifestațiile ei în clinică</li><li>4. “Alegerea” între sănătate și psihoză</li><li>5. Gelozia în contratransfer</li><li>6. Dezvoltarea imaginii internalizate a terapeutului</li><li>7. Elemente non-umane în reprezentarea de obiect</li></ol>	<p>Prelegerea interactivă, învățarea în echipă, brainstorming, brainwriting, învățarea prin descoperire, turul galeriei, știu/vreau să știu/am învățat.</p> <p>Gândiți /în perechi/comunicați.</p> <p>Studiu de caz, metoda cubului, învățarea dirijată.</p>	

### Bibliografie:

1. Balsamo, Maurizio, *Fidélité et infidélité de la mémoire*, în *Rev. Fr. Psychanal.* 1/2013, pp. 146-159 [biblioteca personală, BDI Cairn]
2. Botella, Sara, *La mémoire du rêve*, în *Rev. Fr. Psychanal.* 1/2013, pp. 160-169 [biblioteca personală, BDI Cairn]
3. De Masi, Franco, *La perte de soi dans la clinique psychanalytique. Avec une attention particulière à l'état psychotique*, în *Rev. Fr. Psychanal.* 4/2013, pp. 1095-1113 [biblioteca personală, BDI Cairn]
4. Orășanu, Brîndușa, *Biografia unui concept psihanalitic : identificarea proiectivă*, Ed. Trei, București, 2005; Ed. Renaissance, 2010; Ed. Ed. Titu Maiorescu & Hamangiu, 2016 [Biblioteca UTM]
5. Orășanu, Brîndușa, *Noțiuni de psihopatologie în psihanaliză*, Ed. Renaissance, București, 2012; Ed. Titu Maiorescu & Hamangiu, 2016 [Biblioteca UTM]
6. Searles, Harold, *My work with borderline patients*, Jason Aronson, New Jersey, 1994 [biblioteca personală]

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

Disciplina este concepută astfel încât să răspundă deopotrivă așteptărilor Colegiului Psihologilor din România. De asemenea, alegerea temelor de curs și seminar cu conținut aplicativ s-a realizat în urma consultării pieței serviciilor de psihoterapie, evaluare psihologică, atât din zona Resurselor Umane, cât și cea a Cabinetelor de Psihologie.

Tematica disciplinei utilizează cele mai recente și semnificative rezultate ale psihologiei din literatura de specialitate națională și mondială.



## 9. Evaluare

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare	9.2 Metode de evaluare	9.3 Pondere din nota finală
9.4 Curs	Gradul de asimilare al cunoștințelor și ponderea rezolvării corecte a sarcinilor de examen.	Examen	50%
9.5 Seminar / laborator	Gradul de însușire a deprinderilor de analiză și prezentare. Participarea la discuții. Corectitudinea documentării. Rezolvarea temelor de seminar.	Prezentarea proiectelor. Teme de control. Studii de caz.	50%
	Restanțe: În toate sesiunile ulterioare studenții vor susține o evaluare similară celei din prima sesiune de examinare  Mărire de notă: Examinarea urmează principiile examinării inițiale la care se adaugă un interviu de specialitate din tematica cursului.		
9.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"><li>Elaborarea, susținerea și promovarea prin realizarea a minim 50% din cerințele aferente tuturor formelor de evaluare continuă la seminar;</li><li>Notarea pe parcurs este luată în calcul în anul curent, inclusiv în sesiunea de reprogramare.</li></ul> <p><b>Pentru promovare, nota la evaluarea finală (examen) trebuie să fie minimum cinci.</b></p>			

Data,  
25.09.2025

Titularul de curs,  
Conf.univ.dr. Brîndușa ORĂȘANU

Director de Departament,  
Prof.univ.dr. Irina HOLDEVICI



## FACULTATEA DE PSIHOLOGIE

### FIȘA DISCIPLINEI

#### 1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA TITU MAIORESCU
1.2 Facultatea	Psihologie
1.3 Departamentul	Psihologie și Psihoterapie
1.4 Domeniul de studii	Psihologie
1.5 Ciclul de studii	Master
1.6 Programul de studii	Psihoterapiei cognitiv-comportamentale

#### 2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	<b>ETICĂ ȘI INTEGRITATE ACADEMICĂ</b>						
Codul disciplinei	<b>PT 2.2.11.</b>						
2.2 Titularul activităților de curs	<b>Lect.univ.dr. Simona REGHINTOVSCI</b>						
2.3 Titularul activităților de seminar							
2.4 Anul de studiu	<b>II</b>	2.5 Semestrul	<b>II</b>	2.6 Tipul de evaluare	<b>E</b>	2.7 Regimul disciplinei	<b>O</b>

#### 3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	<b>2</b>	din care:	<b>2</b>	3.3 seminar/laborator	<b>0</b>
3.4 Total ore din planul de învățământ	<b>28</b>	din care:	<b>28</b>	3.6 seminar/laborator	<b>0</b>
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					10
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					5
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					5
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activități.....					-
<b>3.7 Total ore studiu individual</b>	<b>22</b>				
<b>3.9 Total ore pe semestru</b>	<b>50</b>				
<b>3.10 Numărul de credite</b>	<b>2</b>				

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

4.1 de curriculum	• -
4.2 de competențe	• -

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

5.1. de desfășurare a cursului	• Sală de curs cu minim 50 de locuri, calculator și videoproiector, tablă, cretă, flipchart, marker
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	• Sală cu minim 40 de locuri, calculator și videoproiector, tablă, cretă, flipchart, marker



## 6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	<ul style="list-style-type: none"> <li>cunoașterea principiilor etice legate de cercetarea și practica în psihologie.</li> <li>capacitatea de adaptare a terminologiei și a strategiilor de comunicare în funcție de categoriile socio-profesionale vizate.</li> <li>capacitatea de a aplica cunoștințele dobândite la situații cu un grad mediu de complexitate și de a formula concluzii de specialitate bine argumentate</li> </ul>
Aptitudini	<ul style="list-style-type: none"> <li>capacitatea de a elabora un proiect de cercetare psihologică de complexitate medie, pe baza principalelor paradigme și teorii psihologice însușite.</li> <li>abilități de analiză a situațiilor de cercetare și de aplicare a principiilor etice în situații concrete.</li> </ul>
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> <li>capacitatea de a lucra independent (eventual cu o minimă îndrumare) pentru obținerea informațiilor au deprins strategiile de muncă riguroasă, eficientă și responsabilă, de punctualitate și răspundere personală față de rezultat, pe baza principiilor, normelor și valorilor codului de etică profesională.</li> <li>dezvoltarea unor abilități de autocontrol permanent și conștient cu privire la motivațiile pentru învățare, prin raportare la propriile obiective de dezvoltare profesională și personală.</li> <li>stimularea responsabilității pentru studiul individual și aplicarea principiilor învățate.</li> </ul>

## 7. Conținuturi

7. 1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Introducere în etică și integritate academică 2. Etică academică. Trecut și prezent 3. Proprietatea intelectuală și dreptul de autor 4. Conduita etică în cercetarea științifică. 5. Însușirea drepturilor de proprietate intelectuală ale unui alt autor - Plagiatul 6. Redactarea lucrărilor științifice 7. Conceptul de originalitate și protecția juridică a operelor de creație intelectual	Prelegerea interactivă, învățarea în echipă, expunere, exemplificare, brainstorming, învățarea prin descoperire.	
<b>Bibliografie selectivă (principală):</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>Șercan, Emilia, (2017), Deontologie academică. Ghid practic, Editura Universității București.</li> <li>Șarpe, D., Popescu, D., Neagu, A., Ciucur, V., (2011), Standarde de integritate în mediul universitar, UEFISCDI, București.</li> <li>Ghiațau, Roxana, (2013), Etica profesiei didactice, Editura Universității Alexandru Ioan Cuza Iași.</li> </ol> <b>Bibliografie selectivă (secundară):</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>Bretag, Tracey, (2016), Handbook of Academic Integrity, www.springer.com.</li> <li>Bretag, Tracey, Mahmud Saadla, (2015), A Conceptual Framework for Implementing Exemplary Academic Integrity Policy in Australian Higher Education, in Academic integrity Handbook, springer.com.</li> <li>Gherasim, Zenovic, (2009), Etica în utilizarea tehnologiilor și sistemelor informatice integrate organizaționale, Volumul sesiunii de comunicări cu participare internațională, Indexat în baze de date internaționale, ideas.repec.org/s/ris/sphedp.html, socionet.ru/ collection.xml?h =repec:ris: sphedp, www.qsensei.com.</li> <li>Mureșan, Valentin, (2009), Managementul eticii în organizații, Editura Universității București.</li> <li>Barrass, R., (2005) Students must write: A guide to better writing in coursework and examination.,.</li> <li>Lipson, C. (2008) Doing honest work in college: How to prepare citations, avoid plagiarism, and</li> </ol>		



achieve real academic success (2nd ed.). Chicago: University of Chicago Press,.  
7. Nelville, C. (2007) The complete guide to referencing and avoiding plagiarism. Maidenhead: Open University Press,.  
8. M. Kaptein, (2008), Developing and Testing a Measure for the Ethical Culture of Organizations: The Corporate Ethical Virtues Model, În : Journal of Organizational Behavior, nr. 29.

7. 2 Seminar/laborator	Metode de predare	Observații
-	-	-
-		

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

-
---

### 9. Evaluare

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare	9.2 Metode de evaluare	9.3 Pondere din nota finală
9.4 Curs	Gradul de asimilare al cunoștințelor și ponderea rezolvării corecte a sarcinilor de examen.	Examen	50%
9.5 Seminar / laborator	Gradul de însușire a deprinderilor de analiză și prezentare. Participarea la discuții. Corectitudinea documentării. Rezolvarea temelor de seminar.	Prezentarea proiectelor. Teme de control. Studii de caz.	50%
	Restanțe: În toate sesiunile ulterioare studenții vor susține o evaluare similară celei din prima sesiune de examinare  Mărire de notă: Examinarea urmează principiile examinării inițiale la care se adaugă un interviu de specialitate din tematica cursului.		
9.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"><li>Elaborarea, susținerea și promovarea prin realizarea a minim 50% din cerințele aferente tuturor formelor de evaluare continuă la seminar;</li><li>Notarea pe parcurs este luată în calcul în anul curent, inclusiv în sesiunea de reprogramare.</li></ul> <p><b>Pentru promovare, nota la evaluarea finală (examen) trebuie să fie minimum cinci.</b></p>			

Data,  
26.09.2025

Titularul de curs,  
Lect.univ.dr. Simona REGHINTOVSCI

Director de Departament,  
Prof.univ.dr. Irina HOLDEVICI



## FACULTATEA DE PSIHOLOGIE

### FIȘA DISCIPLINEI

#### 1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA TITU MAIORESCU
1.2 Facultatea	Psihologie
1.3 Departamentul	Psihologie și Psihoterapie
1.4 Domeniul de studii	Psihologie
1.5 Ciclul de studii	Master
1.6 Programul de studii	Psihoterapiei cognitiv - comportamentale

#### 2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	<b>PRACTICĂ DE SPECIALITATE</b>						
Codul disciplinei	<b>PT 2.1.12.</b>						
2.2 Titularul activităților de curs	<b>Lect.univ.dr. Mihaela NEGRESCU</b>						
2.3 Titularul activităților de seminar							
2.4 Anul de studiu	<b>II</b>	2.5 Semestrul	<b>III</b>	2.6 Tipul de evaluare	<b>V</b>	2.7 Regimul disciplinei	<b>O</b>

#### 3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	<b>3</b>	din care: 3.2 curs	<b>0</b>	3.3 seminar/laborator	<b>3</b>
3.4 Total ore din planul de învățământ	<b>42</b>	din care: 3.5 curs	<b>0</b>	3.6 seminar/laborator	<b>42</b>
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					10
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					10
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutoriat					-
Examinări					3
Alte activități.....					-
<b>3.7 Total ore studiu individual</b>		<b>33</b>			
<b>3.9 Total ore pe semestru</b>		<b>75</b>			
<b>3.10 Numărul de credite</b>		<b>3</b>			

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

4.1 de curriculum	• -
4.2 de competențe	• -

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

5.1. de desfășurare a cursului	• -
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	<ul style="list-style-type: none"><li>• Organizații publice</li><li>• Organizații private</li><li>• Organizații non-guvernamentale</li><li>• Asociații profesionale în domeniul resurselor umane și a sănătății organizaționale</li><li>• Sală cu minim 50 de locuri, videoproiector, calculator cu conexiune internet, mobilier mobil</li></ul>



## 6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	<ul style="list-style-type: none"> <li>capacitatea de a înțelege și descrie teoriile și strategiile de intervenție psihoterapeutică din perspectivă cognitiv-comportamentală.</li> <li>înțelegerea etapelor procesului psihoterapeutic și abordarea acestuia din perspectivă cognitiv-comportamentală în contextul tulburărilor de comportament, anxietate, depresie și dezechilibre emoțional-afective.</li> <li>cunoașterea principiilor și metodelor specifice terapiei cognitiv-comportamentale.</li> </ul>
Aptitudini	<ul style="list-style-type: none"> <li>utilizarea adecvată în comunicarea profesională a conceptelor, metodelor și instrumentelor specifice terapiei cognitiv-comportamentale.</li> <li>aplicarea principiilor comunicării eficiente în intervenția psihologică cu scopul stabilirii unei relații terapeutice adecvate.</li> <li>construirea unei relații de comunicare adaptată caracteristicilor psihologice și nevoilor clienților.</li> <li>realizarea unui protocol de intervenție terapeutică cognitiv-comportamentală.</li> </ul>
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> <li>analiză și gândire critică responsabilă în situațiile specifice unui protocol psihoterapeutic cognitiv-comportamental.</li> <li>interpretarea situațiilor concrete de asistență psihologică.</li> <li>etică profesională, respectarea autonomiei clienților.</li> <li>capacitate de lucru atât individual, cât și în echipe multidisciplinare.</li> </ul>

## 7. Conținuturi

7.1 Curs	Metode de predare	Observații
-	-	-
<b>7.2 Seminar/laborator</b>	Metode de predare	Observații
1. Proiectarea unui protocol PCC specific tulburărilor de depresie.	Studiu de caz, expunere, modelare, joc de rol	
2. Proiectarea unui protocol PCC specific tulburărilor de depresie.	Studiu de caz, expunere, modelare, joc de rol	
3. Proiectarea unui protocol PCC specific tulburărilor de depresie.	Studiu de caz, expunere, modelare, joc de rol	
4. Proiectarea unui protocol PCC specific tulburărilor de depresie.	Expunere, modelare, joc de rol	
5. Proiectarea unui protocol PCC specific anxietății.	Expunere, modelare, joc de rol	
6. Proiectarea unui protocol PCC specific anxietății.	Modelare, joc de rol	
7. Proiectarea unui protocol PCC specific anxietății.	Modelare, joc de rol	
8. Proiectarea unui protocol PCC specific anxietății.	Studiu de caz, exerciții, modelare, joc de rol	
9. Proiectarea unui protocol PCC specific fobiilor.	Studiu de caz, exerciții, modelare, joc de rol	
10. Proiectarea unui protocol PCC specific fobiilor.	Expunere, exerciții	
11. Proiectarea unui protocol PCC specific fobiilor.	Expunere, exerciții, mmodelare, joc de rol, lecturi suplimentare	
12. Monitorizarea relației terapeutice	Expunere, exerciții, mmodelare, joc de rol, lecturi suplimentare	
13. Aplicarea tehnicilor comportamentale	Expunere, exerciții, mmodelare, joc de rol, lecturi suplimentare	



14. Identificarea unor metode inovative de restructurare cognitivă	Lecturi suplimentare, exerciții	
<b>Bibliografie:</b> 1. Beck, J.S. (2005). Cognitive therapy for challenging problems. What to do when the basic don't work. New York: Guilford Press. 2. Beck, J.S. (2010). Psihoterape cognitivă – Fundamente și perspective. Cluj: RTS. 3. David, D. (2006). Tratat de psihoterapii cognitive și comportamentale. Iași: Polirom. 4. David, D. (2006). Psihologie clinică și psihoterapie. Fundamente. Iași: Polirom. 5. Dryden, W., & DiGiuseppe, R. (2003). Ghid de terapie rațional-emoțională și comportamentală. Cluj-Napoca : Editura ASCR.		

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

<p>Disciplina este concepută astfel încât să răspundă deopotrivă așteptărilor Colegiului Psihologilor din România, Comisia aplicativă de Psihologie clinică și psihoterapie. De asemenea, alegerea temelor de curs și seminar cu conținut aplicativ s-a realizat în urma consultării pieței serviciilor de evaluare psihologică, atât din zona Resurselor Umane, cât și cea a Cabinetelor de Psihologie.</p> <p>Tematica disciplinei utilizează cele mai recente și semnificative rezultate ale psihologiei din literatura de specialitate națională și mondială.</p>
---

### 9. Evaluare

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare	9.2 Metode de evaluare	9.3 Pondere din nota finală
9.4 Curs	Nu este cazul	-	-
9.5 Seminar / laborator	Dezvoltarea competențelor profesionale și transversale	Evaluarea unui portofoliu de practică	50% din nota finală
	Participarea activă	Evaluare pe parcurs din partea tutorelui	50% din nota finală
	Restanțe: În toate sesiunile ulterioare studenții vor susține o evaluare similară celei din prima sesiune de examinare  Mărire de notă: Examinarea urmează principiile examinării inițiale la care se adaugă un interviu de specialitate din tematica cursului.		
9.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"><li>Elaborarea unui portofoliu de practică privind activitățile realizate în cadrul instituțiilor de practică</li><li>Prezență obligatorie la 90% dintre activități.</li></ul> <p><b>Pentru promovare, nota la evaluarea finală (examen) trebuie să fie minimum cinci.</b></p>			

Data,  
25.09.2025

Titularul de curs,  
Lect.univ.dr. Mihaela NEGRESCU

Director de Departament,  
Prof.univ.dr. Irina HOLDEVICI