

## FIȘA DISCIPLINEI

### 1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	<b>UNIVERSITATEA DE MEDICINA SI FARMACIE "VICTOR BABEȘ" TIMIȘOARA</b>
1.2 Facultatea	<b>FACULTATEA DE MEDICINĂ</b>
1.3 Departamentul	Neuroștiințe (VIII)
1.4 Domeniul de studii de <sup>1)</sup>	Sanatate
1.5 Ciclul de studii <sup>2)</sup>	Licență
1.6 Programul de studii/ Calificarea	<b>MEDICINĂ / Doctor medic</b>

### 2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	<b>Principii de psihoterapie</b>							
2.2 Titularul activităților de curs	<b>Prof. Univ. Dr. Lavinia Hoge</b>							
2.3 Titularul activităților de laborator	<b>Asist. Univ. Drd. Bernad Brenda</b>							
2.4 Anul de studiu	<b>III</b>	2.5 Semestrul	<b>VI</b>	2.6 Tipul de evaluare	<b>Colocviu</b>	2.7 Regimul disciplinei	Conținut <sup>3)</sup>	<b>DS</b>
							Obligativitate <sup>3)</sup>	<b>DOP</b>

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	<b>1</b>	3.2 din care: curs	<b>0,5</b>	3.3 seminar	<b>0,5</b>
3.4 Total ore din planul de învățământ	<b>14</b>	3.5 din care: curs	<b>7</b>	3.6 seminar	<b>7</b>
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					<b>14</b>
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					<b>20</b>
Pregătire seminarii/ laboratoare/ proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri					<b>0</b>
Tutoriat					<b>2</b>
Examinări					<b>6</b>
Alte activități (workshop-uri)					<b>4</b>
<b>3.7 Total ore studiu individual</b>		<b>46</b>			
<b>3.8 Total ore pe semestru</b>		<b>60</b>			
<b>3.9 Numărul de credite<sup>5)</sup></b>		<b>2</b>			

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

4.1 de curriculum	Științele comportamentului. Psihologie Medicală
4.2 de competențe	Cunoașterea: <ul style="list-style-type: none"> <li>• principalelor orientări în psihologie</li> <li>• personalității normale/psihopatologice</li> <li>• noțiuni de psihologie medicală</li> </ul>

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

5.1 de desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> <li>• folosirea PPT</li> <li>• prezența obligatorie conform regulamentului universității</li> </ul>
5.2 de desfășurare a seminarului/ laboratorului/ proiectului	<ul style="list-style-type: none"> <li>• prezența obligatorie conform regulamentului universității</li> <li>• utilizarea platformelor digitale</li> <li>• asigurarea materialelor de lucru</li> </ul>

### 6. Competențe specifice acumulate

<b>Competențe Profesionale</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Înțelegerea principalelor concepte, curente și metode utilizate în psihoterapie</li> <li>• Identificarea și diferențierea critică a literaturii de specialitate pentru documentarea adecvată a practicii psihoterapiei fundamentată pe evidențe științifice</li> </ul>
<b>Competențe transversale</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dezvoltarea gândirii critice și a capacității de luare a deciziilor în contextul alegerii strategiilor de intervenție.</li> <li>• Îmbunătățirea comunicării profesionale în echipe multidisciplinare care includ psihologi, psihoterapeuți și medici.</li> <li>• Formarea unei atitudini etice și reflexive în raport cu practicile psihoterapeutice și cu diversitatea pacienților.</li> </ul>

### 7. Obiectivele disciplinei (reieșind din competențele specifice acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Formarea abilităților specifice de evaluare și diagnostic psihoterapeutic, proiectarea intervenției terapeutice specifice
7.2 Obiectivele specifice	La absolvirea acestei discipline, studenții vor fi capabili să: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Explice tema și conceptele de bază ale disciplinei</li> <li>• Elaboreze strategii de consiliere, terapie și intervenție psihologică, prevenție primară, secundară, terțiară</li> <li>• Identifice particularitățile diferitelor curente terapeutice</li> </ul>

## 8. Rezultatele învățării

<b>Cunoștințe</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Enumeră principalele curente psihoterapeutice și caracteristicile lor fundamentale.</li> <li>• Explică diferențele dintre intervențiile psihoterapeutice și cele somatoterapeutice</li> <li>• Descrie aplicabilitatea psihoterapiei cognitiv-comportamentale (CBT, ACT, DBT etc.) în tratarea depresiei și anxietății.</li> <li>• Identifică metode de intervenție psihologică utilizate în oncologie, în traumă și în reducerea stresului.</li> </ul>
<b>Abilități</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Analizează studii de caz pentru a identifica forme adecvate de intervenție psihoterapeutică.</li> <li>• Compară eficiența diferitelor metode de psihoterapie în funcție de contextul clinic.</li> <li>• Argumentează utilizarea anumitor intervenții (ex. mindfulness, CBT) în funcție de nevoile pacientului.</li> </ul>
<b>Responsabilitate și autonomie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dezvoltă abilități de comunicare empatică și relaționare profesională în context psihologic.</li> <li>• Manifestă responsabilitate în alegerea și susținerea unor intervenții psihoterapeutice bazate pe dovezi.</li> <li>• Își dezvoltă o atitudine reflexivă, etică și centrată pe pacient în contextul psihoterapiei.</li> </ul>

## 9. Conținut

9.1 Metode de predare	
<p>Pornindu-se de analiza caracteristicilor de învățare ale studenților și de la nevoile lor specifice, procesul de predare va explora metode de predare atât expositive (prelegerea, expunerea), cât și conservative-interactive, bazate pe modele de învățare prin descoperire facilitate de explorarea directă și indirectă a realității ( demonstrația), dar și pe metode bazate pe acțiune, precum exercițiul, activitățile practice și rezolvarea de probleme.</p> <p>În activitatea de predare vor fi utilizate prelegeri, în baza unor prezentări Power Point sau diferite filmulețe care vor fi puse la dispoziția studenților. Fiecare curs va debuta cu recapitularea capitolelor deja parcurse, cu accent asupra noțiunilor parcurse la ultimul curs.</p> <p>Prezentările utilizează imagini și scheme, astfel încât informațiile prezentate să fie ușor de înțeles și asimilat.</p> <p>Această disciplină acoperă informații și activități practice menite să-i sprijine pe studenți în eforturile de învățare și de dezvoltare a unor relații optime de colaborare și comunicare într-un climat favorabil învățării prin descoperire.</p> <p>Se va avea în vedere exersarea abilităților de ascultare activă și de comunicare asertivă, precum și a mecanismelor de construcție a feedback-ului, ca modalități de reglare comportamentală în situații diverse și de adaptare a demersului pedagogic la nevoile de învățare ale studenților.</p> <p>Se va exersa abilitatea de lucru în echipă pentru rezolvarea diferitelor sarcini de învățare.</p>	
9.2 Curs	Număr de ore
Introducere în psihoterapie. Istoric. Curente. Psihoterapie vs somatoterapie (EDMR).	2
Psihoterapia cognitiv-comportamentală (TCC, TSC, TSE, ACT, DBT). CBT prin realitate virtuală pentru tratamentul depresiei și anxietății	2
Intervenții psihoterapeutice în oncologie.	2
Intervenția psihologică în traumă	1
Intervenții psihoterapeutice și psihosociale în managerizarea stresului (MBSR-Mindfulness stress reduction)	2
<b>Bibliografie obligatorie:</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Drozdowski, E. (2024). <i>Manual de vindecare a traumelor prin terapia EMDR</i>. Ed. Multivers, București.</li> <li>2. Orsillo, S. M., Roemer, L. (2021). <i>Mindfulness pentru anxietate</i>. Ed. Trei, București.</li> <li>3. Schwartz, A., Maiberger, B. (2024). <i>Terapia EMDR și psihologia somatică</i>. Ed. Multivers, București.</li> <li>4. Shapiro, F. (2024). <i>Terapia de desensibilizare și reprocesare prin mișcare oculară (EMDR): principii de bază, protocoale și proceduri</i>. Ed. Multivers, București.</li> </ol>	
<b>Bibliografie facultativă</b>	

1. Anghel, T., Albai, O., Costea, I., Levai, C. M., Marinca, A., Melania, B. L., & Hoge, L. M. (2025). Review of psychological interventions in oncology: Current trends and future directions. *Medicina*, 61(2), 279. <https://doi.org/10.3390/medicina61020279>
2. Carli, A. E. M. (2020). Spirituality in psychotherapy: How do psychotherapists understand, navigate, experience and integrate spirituality in their professional encounters with clients?
3. Grisel, J. (2021). *Niciodată nu e de ajuns*. Ed. Trei, București.
4. Kuhfuß, M., Maldei, T., Hetmanek, A., & Baumann, N. (2021). Somatic experiencing—Effectiveness and key factors of a body-oriented trauma therapy: A scoping literature review. *European Journal of Psychotraumatology*, 12(1), 1929023. <https://doi.org/10.1080/20008198.2021.1929023>
5. Nicholson, W. C., Sapp, M., Karas, E. M., Duva, I. M., & Grabbe, L. (2025). The body can balance the score: Using a somatic self-care intervention to support well-being and promote healing. *Healthcare*, 13(11), 1258. <https://doi.org/10.3390/healthcare13111258>
6. Norcross, J. C., & Lambert, M. J. (Eds.). (2018). *Bergin and Garfield's handbook of psychotherapy and behavior change* (6th ed.). The Guilford Press.
7. Perna, G., Pinto, E., Spiti, A., Torti, T., Cucchi, M., & Caldirola, D. (2024). Foundations for a personalized psycho-oncology: The state of the art. *Journal of Personalized Medicine*, 14(9), 892. <https://doi.org/10.3390/jpm14090892>
8. Postorino, V., Kerns, C. M., Vivanti, G., Bradshaw, J., Siracusano, M., & Mazzone, L. (2017). Anxiety disorders and obsessive-compulsive disorder in individuals with autism spectrum disorder. *Current Psychiatry Reports*, 19(12), 92. <https://doi.org/10.1007/s11920-017-0846-y>
9. Sauer, C., Haussmann, A., & Weissflog, G. (2024). The effects of acceptance and commitment therapy (ACT) on psychological and physical outcomes among cancer patients and survivors: An umbrella review. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 33, 100810. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2024.100810>
10. Schiepek, G., Eckert, H., Aas, B., Wallot, S., & Wallot, A. (2015). *Integrative psychotherapy: A feedback-driven dynamic systems approach*. Hogrefe Publishing. <https://doi.org/10.1027/00472-000>
11. Schore, A. (2019). *The science of the art of psychotherapy* (Norton Series on Interpersonal Neurobiology). W. W. Norton & Company.
12. Sterian, M., Nicoara, D., 2018, *Psihologie generală. Fundamentele psihologiei și psihologia personalității*, Ed. Pro Universitaria, București.
13. Wells, A. (2015). *Emotion regulation: Conceptual and practical issues*. Wiley-Blackwell.
14. Wu, J., Sun, Y., Zhang, G., Zhou, Z., & Ren, Z. (2021). Virtual reality-assisted cognitive behavioral therapy for anxiety disorders: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 575094. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2021.575094>
15. Yalom, I. D. (2017). *Hour of the heart: Connecting in the here and now*. The Guilford Press.

9.3 Seminar/Laborator /stagiu/ proiect	Metode de predare-învățare	Număr de ore	Activitate practică efectuată de studenții
Psihoeducație și prevenție. Consilierea psihologică. Dezvoltarea personală și autocunoaștere.	Prelegere, Dezbateri, Studii	2	studii de caz
Tehnici de relaxare		1	lucru în echipe
Psihoterapia la copii și adolescenți (TOM, Artterapie)		1,5	
Rolul și beneficiile suportului social		1	
Intervenții individuale și de grup în adicții		1,5	
<b>Bibliografie obligatorie:</b> 1. Corneanu, S. (2022). <i>Ghid practic de înțelegere a emoțiilor prin art terapie</i> . Ed. Rovimed, Bacău. 2. Dikann, A. (2023). <i>Art-terapie pentru copilul interior</i> . Ed. Philobia, București.			
<b>Bibliografie facultativa</b> King, J. L., Strang, C. E. (2024). <i>Art Therapy and the Neuroscience of Trauma: Theoretical and Practical Perspectives</i> . Routledge, London.			

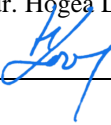
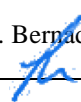
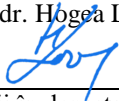
#### 10. Coroborarea conținuturilor disciplinei cu așteptările reprezentanților comunităților epistemice, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

Capacitatea de a îndruma responsabil pacientul către psihoterapie și de a colabora cu un psihoterapeut. Cunoașterea și aplicarea unor principii de consiliere psihologică.

#### 11. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
----------------	---------------------------	-------------------------	------------------------------

11.4 Curs	<ul style="list-style-type: none"> <li>cunoașterea terminologiei uzitate în psihologia generală și medicală</li> <li>capacitatea de recunoaștere și utilizare adecvată a noțiunilor prezentate</li> </ul>	Evaluare orală	50%
11.5 Laborator	<ul style="list-style-type: none"> <li>Însușirea unor elemente de științe comportamentale și psihologia sănătății</li> </ul>	Prezentarea muncii individuale	50%
11.6 Standard minim de performanță			
Însușirea principalelor noțiuni de psihoterapie			

Data completării 03.10.2025	Semnătura titularului de curs Prof. Univ. dr. Hogeș Lavinia 	Semnătura titularului de laborator/stagiu Asist. Univ. Drd. Bernad Brenda 
Semnătura șefului de disciplină Prof. Univ. dr. Hogeș Lavinia 		
Data avizării în departament 08.10.2025	Semnătura directorului de departament Prof. Univ. Dr. Nussbaum Laura 