

FIȘA DISCIPLINEI

Introducere în psihoterapie

Anul universitar 2025-2026

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea Babeș-Bolyai, Cluj-Napoca	
1.2. Facultatea	Facultatea de Psihologie și Științe ale Educației	
1.3. Departamentul	Departamentul de Psihologie Aplicată	
1.4. Domeniul de studii	Științe ale Educației	
1.5. Ciclul de studii	Licență	
1.6. Programul de studii / Calificarea	Psihopedagogie specială – în limba maghiară Psihopedagogie specială /Cod calificare: L060070020	
1.7. Forma de învățământ	Cu frecvență	

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei		Introducere în psihoterapie				Codul disciplinei	PLX00062
2.2. Titularul activităților de curs		Conf Dr. Kotta Ibolya					
2.3. Titularul activităților de seminar		Conf Dr. Kotta Ibolya					
2.4. Anul de studiu	3	2.5. Semestrul	6	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7. Regimul disciplinei	DS

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/ proiect	1
3.4. Total ore din planul de învățământ	36	din care: 3.5. curs	24	3.6 seminar/laborator	12
Distribuția fondului de timp pentru studiul individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)					39 ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe (AI)					3
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					15
Pregătire seminare/ laboratoare/ proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri (mai mare sau egal cu nr. total ore prevăzut în calendarul disciplinei pentru temele de control)					15
Tutoriat (consiliere profesională)					3
Examinări					2
Alte activități [de ex.: comunicare bidirecțională cu titularul de disciplină / tutorele]					1
3.7. Total ore studiu individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)				39	
3.8. Total ore pe semestru				75	
3.9. Numărul de credite				3	

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	

6.1. Competențele specifice acumulate¹

¹ Se poate opta pentru competențe sau pentru rezultatele învățării, respectiv pentru ambele. În cazul în care se alege o singură variantă, se va șterge tabelul aferent celeilalte opțiuni, iar opțiunea păstrată va fi numerotată cu 6.

Competențe profesionale/esențiale	C5 - Consilierea, orientarea și asistarea psihopedagogică a diverselor categorii de persoane / grupuri educaționale (copiii/elevi/tineri/familii/ profesori/angajați/alte categorii de persoane și grupuri) RAI 5 - Elaborarea și aplicarea de planuri de intervenție personalizate pentru susținerea strategiilor de consiliere, mentorat, motivare, promovare, afirmare și suport psihopedagogic oferit copiilor/elevilor/ tinerilor/famiiliilor/altor categorii de persoane și grupuri
Competențe transversale	CT7 - Aplicarea principiilor și a normelor de deontologie profesională, fundamentate pe opțiuni valorice specifice domeniului Științele Educației RAI7 - Executarea responsabilă a sarcinilor profesionale, în condiții de autonomie și asistență calificată în domeniul Științe ale Educației

6.2. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Studentul cunoaște: ... C5a) Susține și asistă dezvoltarea copiilor/elevilor/tinerilor/ altor grupuri și categorii de persoane, prin corelarea cu principiile de consiliere și regulile de protejare a fiecărei persoane din educație, în mod adecvat. C5b) Corelează cunoștințele privind educația personală, antreprenorială, socială și pentru sănătate la un nivel care stimulează și susține pe orice persoană pentru creșterea nivelului de adaptare și rezolvare a problemelor. C5c) Descoperă individualitatea fiecărui copil/elev/tânăr, a punctelor forte, a nevoilor de sprijin, a dificultăților de învățare și implicațiile asupra învățării, în vederea ajustării procesului educațional. C5h) Distinge/Proiectează strategiile de consiliere educațională și elevii aflați în situații de risc sau cu cerințe educative speciale. CT7 b) Identifică implicațiile practice ale reglementărilor legale și de politică educațională în luarea deciziilor la nivelul instituției și al clasei/grupului.
Aptitudini	Studentul este capabil să .. C5a) Identifică stările/problemele/dificultățile copiilor/elevilor/tinerilor/altor grupuri și categorii de persoane, privind comportamentul acestora și procesul de dezvoltare cu asistarea specializată psihopedagogică. C5b) Elaborează programe / proiecte de intervenție psihopedagogică personalizate și de grup, în vederea optimizării procesului de adaptare integrare educațională și socială. C5g) Oferă sprijin fiecărui copil/elev/ tânăr în funcție de particularitățile individuale, de cerințele educaționale speciale sau situații de risc educațional, inclusiv în colaborare cu alți specialiști.
Responsabilități și autonomie	Studentul are capacitatea de a lucra independent pentru ... C5a) Susține în mod specializat promovarea corectitudinii, obiectivității, justiției și adoptă practici educaționale stimulative și nediscriminatorii C5b) Exprimă încredere în potențialul de dezvoltare al fiecărui copil/elev/tânăr și susține aspirațiile acestuia, prin abordări didactice diferențiate și individualizate. C5c) Apără/Respectă diversitatea etnică, socio-economică, lingvistică și religioasă a elevilor și a comunităților de proveniență ale acestora și gestionează implicațiile acestora asupra dezvoltării și învățării.

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Formarea competențelor de consiliere, orientare și asistență psihopedagogică adresate diferitelor categorii de persoane și grupuri educaționale (copii, elevi, tineri, familii, profesori, angajați etc.). Dezvoltarea capacității de aplicare a principiilor și normelor etice, deontologice și legale specifice domeniului Științele Educației, în vederea realizării unei practici responsabile și nediscriminatorii. Cultivarea abilităților de analiză, identificare și sprijin personalizat pentru beneficiari, inclusiv pentru elevii aflați în situații de risc sau cu cerințe educative speciale. Consolidarea autonomiei profesionale prin asumarea responsabilă a sarcinilor, respectarea diversității și promovarea corectitudinii, obiectivității și justiției în educație. •
7.2 Obiectivele specifice	Susținerea dezvoltării copiilor, elevilor și tinerilor prin aplicarea principiilor de consiliere și protecție educațională. Adaptarea procesului educațional la nevoile și particularitățile individuale ale beneficiarilor. Identificarea problemelor de dezvoltare și învățare și furnizarea de sprijin psihopedagogic specializat. Elaborarea și aplicarea de planuri de intervenție personalizate și de grup. Promovarea practicilor educaționale etice, responsabile și nediscriminatorii. Respectarea diversității și susținerea aspirațiilor beneficiarilor prin abordări diferențiate

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Probleme generale/actuale în psihoterapie. Baza științifică/cercetarea psihoterapiilor	prelegerea interactivă, învățarea în echipă	
2. Importanța fundamentării teoretice. Clasificarea paradigmelor psihoterapeutice	prelegerea interactivă, învățarea în echipă	
3. Factorii (comuni) în psihoterapie. Relația psihoterapeutică	prelegerea interactivă, învățarea în echipă	
4. Psihoterapia abordarea centrată pe persoană	prelegerea interactivă, învățarea în echipă	
5. Abordarea Gestalt a psihoterapiei	prelegerea interactivă, învățarea în echipă	
6. Abordarea existențială a psihoterapiei	prelegerea interactivă, învățarea în echipă	
7. Psihoterapiile psihodinamice și psihoterapia interpersonală	prelegerea interactivă, învățarea în echipă	
8. Psihoterapia comportamentală	prelegerea interactivă, învățarea în echipă	
9. Psihoterapia cognitivă și terapia cognitivcomportamentală	prelegerea interactivă, învățarea în echipă	
10. Terapia schemelor cognitive	prelegerea interactivă, învățarea în echipă	
11. Terapia de acceptare și angajament	prelegerea interactivă, învățarea în echipă	
12. Psihoterapia pentru copii și adolescenți	prelegerea interactivă, învățarea în echipă	
Bibliografie		

Kotta I. (2024). Klinikai pszichológia és pszichoterápia 2. Tanulmányi útmutató (suport de curs) American Psychiatric Association (2013). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition. Arlington, VA, American Psychiatric Association.

Barlow, D.H., Durand, V.M. (Eds.). (2015). Abnormal Psychology. An Integrative Approach. Seventh Edition. Stamford, CT. Cengage Learning., 32-73.

Horvath, A. O. (2000). The therapeutic relationship: From transference to alliance. Journal of Clinical Psychology, 56(2), 163–173. [https://doi.org/10.1002/\(sici\)1097-4679\(200002\)56:2](https://doi.org/10.1002/(sici)1097-4679(200002)56:2)

Kotta I. (2024). Klinikai pszichológia és pszichoterápia 2. Tanulmányi útmutató (suport de curs)

Kotta, I. (2024). Hogyan (ne) legyünk boldogok? A boldogság hajszolásának paradoxona. Kotta, I. (Ed.) Fészkelődők 2: Serdülőkori fejlődési eltérések megelőzése és kezelése. Presa Universitara Clujeana, 71-82

Kotta, I. (2024). Elfogadás és elköteleződés pszichoterápia: pszichológiai rugalmasság az értékvezérelt életért. Kotta, I. (Ed.) Fészkelődők 2: Serdülőkori fejlődési eltérések megelőzése és kezelése. Presa Universitara Clujeana, 83-92.

Kotta I. (2024). Sématerápia: kiszabadulni életcsapdáink fogságából. Kotta, I. (Ed.) Fészkelődők 2: Serdülőkori fejlődési eltérések megelőzése és kezelése. Presa Universitara Clujeana, 141-160.

Lambert, M. J., & Barley, D. E. (2001). Research summary on the therapeutic relationship and psychotherapy outcome. Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training, 38(4), 357–361. <https://doi.org/10.1037/0033-3204.38.4.357>

Rogers, C. (2000). Valakivé válni. A segítő kapcsolat jellemzői. Edge Kiadó, 3 fejezet.

Póka T. (2024). Kognitív viselkedésterápia: gondolataink átstrukturálása és viselkedésünk módosítása.

Kotta, I. (Ed.) Fészkelődők 2: Serdülőkori fejlődési eltérések megelőzése és kezelése. Presa Universitara Clujeana, 59-70.

Trull, T.J., Phares, E.J. (2004). Klinikai pszichológia - Elmélet, módszertan és hivatás. Osiris Kiadó

Trull, T.J., Prinstein, M.J. (2013). Clinical Psychology. Eighth edition. Stanford, CT. Wadsworth, Cengage Learning.

Sommers-Flanagan, J. & Sommers-Flanagan, R. (2014). Clinical Interviewing (5th ed.). Hoboken, NJ: Wiley & Sons, 13 fejezet

Unoka Zs., és mtsai (2012, 2018). A pszichoterápia alapjai. Semmelweis Kiadó, Budapest

Bibliografie opțională

Barlow, D. H. (2014). Handbook of Psychological Disorders. A Step-by-Step Treatment Manual. Fifth Edition. Guilford Press.

Dozois, D. J. A. (Ed.). (2019). Abnormal Psychology: Perspectives (6th Edition). Toronto, Ontario: Pearson., 17 fejezet

Pomerantz, A. M. (2017). Clinical psychology: Science, practice, and culture., 4th ed. Thousand Oaks, CA, US: Sage Publications, Inc., 3, 4 rész

Rogers, C. (2000). Valakivé válni. A segítő kapcsolat jellemzői. Edge Kiadó, 3 fejezet. Sommers-Flanagan, J. & Sommers-Flanagan, R. (2014). Clinical Interviewing (5th ed.). Hoboken, NJ: Wiley & Sons, 3, 4, 5, 9, 14 fejezet

Weisz, J. R. & Kazdin, A. E. (Eds) (2017). Evidence-Based Psychotherapies for Children and Adolescents. Third Edition. Guilford Press.

Yalom, E. (2017). Egzisztenciális pszichoterápia. Park Könyvkiadó

8.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
1. Probleme generale/actuale în psihoterapie. Baza științifică/cercetarea psihoterapiilor	Discuții, demonstrație, lucru în grup	
2. Natura umană în diferite abordări terapeutice	Discuții, demonstrație, lucru în grup	
3. Factorii (comuni) de impact psihoterapeutic. Principii generale	Sarcini pe grupuri mici, demonstrație	
4. Relația psihoterapeutică în abordarea centrată pe persoană	Sarcini pe grupuri mici, demonstrație	
5. Reflecția empatică	Sarcini pe grupuri mici, demonstrație	
6. Practica interviului bazat pe abordarea rogersiană	Sarcini pe grupuri mici, demonstrație	
7. Practica interviului bazat pe abordarea rogersiană	Sarcini pe grupuri mici, demonstrație	
8. Tehnici de terapie comportamentală în psihoterapia copiilor și adulților	Sarcini pe grupuri mici, demonstrație	
9. Tehnici de gestionare a conversației: utilizarea întrebărilor circulare	Sarcini pe grupuri mici, demonstrație	
10. Tehnici de conversație: modelul abordării centrate pe soluții	Sarcini pe grupuri mici, demonstrație	
11. Tehnici de discuție: abordarea rezistenței	Sarcini pe grupuri mici, demonstrație	
12 Psihologia clinică și psihoterapia copilului și adolescentului: specificități, primul interviu	Sarcini pe grupuri mici, demonstrație	
Bibliografie		

American Psychiatric Association (2013). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition. Arlington, VA, American Psychiatric Association.

Barlow, D.H., Durand, V.M. (Eds.). (2015). Abnormal Psychology. An Integrative Approach. Seventh Edition. Stamford, CT. Cengage Learning., 32-73.

Horvath, A. O. (2000). The therapeutic relationship: From transference to alliance. Journal of Clinical Psychology, 56(2), 163–173. [https://doi.org/10.1002/\(sici\)1097-4679\(200002\)56:2](https://doi.org/10.1002/(sici)1097-4679(200002)56:2)

Lambert, M. J., & Barley, D. E. (2001). Research summary on the therapeutic relationship and psychotherapy outcome. Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training, 38(4), 357–361. <https://doi.org/10.1037/0033-3204.38.4.357>

Rogers, C. (2000). Valakivé válni. A segítő kapcsolat jellemzői. Edge Kiadó, 3 fejezet.

Trull, T.J., Phares, E.J. (2004). Klinikai pszichológia - Elmélet, módszertan és hivatás. Osiris Kiadó

Trull, T.J., Prinstein, M.J. (2013). Clinical Psychology. Eighth edition. Stamford, CT. Wadsworth, Cengage Learning. Sommers

Flanagan, J. & Sommers-Flanagan, R. (2014). Clinical Interviewing (5th ed.). Hoboken, NJ: Wiley & Sons, 13 fejezet

Unoka Zs., és mtsai (2012, 2018). A pszichoterápia alapjai. Semmelweis Kiadó, Budapest

Bibliografie opțională

Barlow, D. H. (2014). Handbook of Psychological Disorders. A Step-by-Step Treatment Manual. Fifth Edition. Guilford Press.

Dozois, D. J. A. (Ed.). (2019). Abnormal Psychology: Perspectives (6th Edition). Toronto, Ontario: Pearson., 17 fejezet

Pomerantz, A. M. (2017). Clinical psychology: Science, practice, and culture., 4th ed. Thousand Oaks, CA, US: Sage Publications, Inc., 3, 4 rész

Sommers-Flanagan, J. & Sommers-Flanagan, R. (2014). Clinical Interviewing (5th ed.). Hoboken, NJ: Wiley & Sons, 3,4,5,9,14 fejezet

Weisz, J. R. & Kazdin, A. E. (Eds) (2017). Evidence-Based Psychotherapies for Children and Adolescents. Third Edition. Guilford Press.

Yalom, E. (2017). Egzisztenciális pszichoterápia. Park Könyvkiadó

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

Temele de curs și seminar propuse sunt subiecte de actualitate în cercetarea fundamentală și aplicativă din domeniul specializării, iar abordarea lor în cadrul acestei discipline se bazează pe rezultatele recente din literatura de specialitate. De asemenea, tematica disciplinei acoperă conceptele majore relevante pentru aplicațiile cerute pe piața muncii și pentru standardele comunității profesionale.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Examen scris	nota minimă de 5 la examenul scris	30%
10.5 Seminar/laborator	Verificare pe parcurs	Teme pe parcursul anului universitar	70%
10.6 Standard minim de performanță			
În cazul în care (la punctul 10.4) studentul nu obține nota minimă de 5 la examenul scris, care reprezintă 50% din nota finală, atunci nu promovează examenul în sesiunea respectivă, chiar dacă a satisfăcut cerințele punctului 10.5. Frecvențarea orelor(cursuri) este obligatorie în proporție de 50%, în caz contrar studentul de la învățământ cu frecvență nu se poate prezenta la examen. Absențele motivate și nemotivate de la activitățile de seminar și/sau lucrări practice nu pot depăși 20% din totalul prevăzut. Neprezentarea studentului la activitățile didactice va duce la excluderea acestuia de la examenul sesiune (vezi regulamentul ECTS). Predarea și prezentarea lucrării(lor) sunt obligatorii fiind precondiție de prezentare la examen. Punctajul maxim va fi acordat doar la lucrări trimise la timp (termenul de limită stabilit de către titularul disciplinei). În perioada de grație (5 zile de la data limită), lucrarea depusă poate fi acceptată cu un punctaj mai mic. Temele depuse după perioada de grație, dacă obțin o notă de trecere, valorează 0 puncte în nota finală, dar studentul devine îndreptățit să participe la			

examen. Sarcinile prevăzute în decursul semestrului pot fi predate/trimise în perioada sesiunilor de examene, cu condiția de a nu se calcula în nota finală, doar dau dreptul studentului să participe la examen.

Studentii care se înscriu în sesiuni ulterioare sesiunii normale (în sesiune deschisă, de restanță, de lichidare) trebuie să parcurgă și să satisfacă obligatoriu toate cerințele prevăzute în semestrul respective (prezență prevăzută la diferitele activități, examene parțiale, teme, proiecte etc.) Orice lucrare plagiată, copiată, identică, precum și orice inspirație, colaborare, copiere se consideră fraudă, caz în care persoana(ele) în cauză vor fi sancționate cu nota 1,00 (unu). Fraudarea examenelor se sancționează cu exmatricularea de la studii.

11. Etichete ODD (Obiective de Dezvoltare Durabilă / Sustainable Development Goals)²

	Eticheta generală pentru Dezvoltare durabilă							
								

Data completării:
22.04.2025.

Semnătura titularului de curs
Conf. Dr. Kotta Ibolya

.....

Semnătura titularului de seminar
Conf. Dr. Kotta Ibolya

.....

Data avizării în departament:
25.04.2025.

Semnătura directorului de departament
Conf. Dr. Kotta Ibolya

.....

² Păstrați doar etichetele care, în conformitate cu [Procedura de aplicare a etichetelor ODD în procesul academic](#), se potrivesc disciplinei și ștergeți-le pe celelalte, inclusiv eticheta generală pentru *Dezvoltare durabilă* - dacă nu se aplică. Dacă nicio etichetă nu descrie disciplina, ștergeți-le pe toate și scrieți "Nu se aplică".