Załącznik nr 1.5 do Zarządzenia Rektora UR nr 61/2025

SYLABUS

DOTYCZY CYKLU KSZTAŁCENIA 2026-2031

Rok akademicki 2030/2031

1. PODSTAWOWE INFORMACJE O PRZEDMIOCIE

Nazwa przedmiotu	**Psychoterapia indywidualna i grupowa**
Kod przedmiotu*	
Nazwa jednostki prowadzącej kierunek	Wydział Nauk o Zdrowiu i Psychologii
Nazwa jednostki realizującej przedmiot	Katedra Psychologii
Kierunek studiów	Psychologia
Poziom studiów	jednolite magisterskie
Profil	praktyczny
Forma studiów	stacjonarna
Rok i semestr/y studiów	rok V, semestr 9
Rodzaj przedmiotu	przedmiot kształcenia specjalnościowego
Język wykładowy	polski
Koordynator	dr Jacek Pasternak
Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących	dr Jacek Pasternak

***** *-opcjonalnie, zgodnie z ustaleniami w Jednostce*

1.1.Formy zajęć dydaktycznych, wymiar godzin i punktów ECTS

Semestr (nr)	Wykł.	Ćw.	Konw.	Lab.	Sem.	ZP	Prakt.	Inne (jakie?)	**Liczba pkt. ECTS**
9	15	30							5

1.2. Sposób realizacji zajęć

X zajęcia w formie tradycyjnej

☐ zajęcia realizowane z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość

1.3 Forma zaliczenia przedmiotu (z toku): egzamin

2.WYMAGANIA WSTĘPNE

Dysponowanie wiedzą psychologiczną z obszaru psychologii ogólnej, rozwoju człowieka, psychopatologii, psychologii klinicznej dzieci, młodzieży i dorosłych, podstaw psychoterapii, kontaktu terapeutycznego w zakresie przewidzianym programem studiów.

3. CELE, EFEKTY UCZENIA SIĘ, TREŚCI PROGRAMOWE I STOSOWANE METODY DYDAKTYCZNE

3.1 Cele przedmiotu

C1	Wprowadzenie studentów w podstawowe zagadnienia i specyfikę problematyki zaburzeń funkcjonowania człowieka, ich przyczyn, objawów oraz mechanizmów przebiegu różnych form psychoterapii.
C2	Uzyskanie przez studentów kompetencji w zakresie samodzielnego podejmowania diagnozy psychologicznej w kierunku podjęcia psychoterapii, planowania oddziaływań terapeutycznych, uzyskanie podstawowych umiejętności terapeutycznych.
C3	Zapoznanie studentów z różnymi koncepcjami psychoterapii indywidualnej i grupowej wyjaśniającymi etapy pracy z osobami prezentującymi objawy różnych zaburzeń psychicznych.
C4	Wprowadzenie studentów w problematykę procesu psychoterapii, technik terapeutycznych, komunikacji z pacjentem, refleksji nad tym, co dzieje się w relacji terapeutycznej i procesie psychoterapii.

3.2 Efekty uczenia się dla przedmiotu

EK (efekt uczenia się)	Treść efektu uczenia się zdefiniowanego dla przedmiotu Student:	Odniesienie do efektów kierunkowych
EK_01	w stopniu zaawansowanym zna i rozumie metody udzielania pomocy psychologicznej, założenia i praktyczne zastosowania wybranych nurtów i rodzajów psychoterapii, formułowanie celów psychoterapii dla pacjenta i terapeuty, założenia pracy z wybranymi zaburzeniami psychicznymi.	K_W23
EK_02	potrafi kierować kreatywnie pracą zespołu, grupy terapeutycznej, współdziałać z innymi osobami i podejmować wiodące role, znajdować odpowiednią równowagę pomiędzy strukturowaniem aktywności grupy i podążaniem za inicjatywami pochodzącymi od członków grupy terapeutycznej, potrafi też reflektować procesy zachodzące w grupie terapeutycznej.	K_U12
EK_03	potrafi zaplanować terapeutyczną interwencję adekwatnie do indywidualnego przypadku z wykorzystaniem odpowiednich metod pomocy psychologicznej, wdrożyć koncepcję terapii w przypadku niektórych zaburzeń psychicznych, rozpoznawać etapy procesu psychoterapii, reflektować niektóre zjawiska zachodzące w relacji terapeutycznej.	K_U14
EK_04	jest gotów do krytycznej oceny poziomu swojej wiedzy i umiejętności, posiada motywację do samokształcenia i samorozwoju w zakresie nabywania kompetencji psychoterapeutycznych (szkolenia, konferencje, superwizje) oraz ogólnego rozwoju intelektualnego i	K_K01

	etycznego niezbędnego do właściwego wykonywania zawodu psychologa i psychoterapeuty.	
EK_05	jest gotów do podejmowania działań indywidualnych i instytucjonalnych na rzecz osób doznających krzywdy i cierpienia w wyniku postępowania innych ludzi, uczestniczenia w niekorzystnych wydarzeniach oraz będących efektem zaburzeń psychicznych i deficytów, podejmuje działania pozwalające na kontakt z zasobami własnymi pacjenta i ich rozwój, wykorzystuje w tym celu kompetencje zawodowe i kieruje się zasadami etycznymi.	K_K10
EK_06	jest gotów do wykorzystania swoich cech osobistych, wiedzy i kompetencji zawodowych do tworzenia środowiska społecznego (w formie odpowiedniej relacji terapeutycznej) sprzyjającego otwartości pacjentów na innych ludzi, ich zdrowiu psychicznemu, oraz znalezieniu odpowiedniej perspektywy umożliwiającej adekwatne spostrzeganie siebie, innych ludzi i tworzeniu satysfakcjonujących relacji interpersonalnych.	K_K11

3.3 Treści programowe

A. Problematyka wykładu

Treści merytoryczne
1.Etapy procesu psychoterapii. Nurty teoretyczne i szkoły psychoterapii – wkład w dorobek psychoterapii:
1a. Psychoterapia psychodynamiczna
1b. Psychoterapia behawioralno-poznawcza
1c Terapia dialektyczno-behawioralna (DBT)
1c. Psychoterapia Ericksonowska
1d. Psychoterapia stanów ego
1e. Psychoterapia Gestalt
1f. Analiza transakcyjna
1g. Psychoterapia krótkoterminowa skoncentrowana na rozwiązaniu
1h. Teoria poliwagalna w psychoterapii
2. Psychoterapia grupowa – wprowadzenie.
3. Organizacja psychoterapii grupowej
4. Czynniki leczące w psychoterapii grupowej.
5. Psychoterapia par i małżeństw.
6. Doświadczenia pacjenta w psychoterapii
7. Doświadczenia psychoterapeuty w psychoterapii. Przekonania terapeuty na temat pacjenta i ich wpływ na efekt psychoterapii.
8. Formułowanie celów psychoterapii dla pacjenta i terapeuty. Hipotezy robocze w psychoterapii. Pożądane efekty psychoterapii.
9. Reflektowanie symboliki objawów.
10. Psychoterapia formą rozwoju osobistego.
11. Strukturowanie czasu w psychoterapii – aktywność terapeuty i pacjenta, kierowanie uwagi na przeszłość, teraźniejszość i przyszłość, deficyty lub zasoby, objawy, relację terapeutyczną, przeniesienie itp

12. Przekonania kluczowe i „klątwy”.
13. Terapia pacjenta z ryzykiem samobójczym.
14. Terapia pacjenta a jego struktura rozwoju osobowości.
15. Transformacja zgłaszanego problemu w rozwiązania, zasoby.

B. Problematyka ćwiczeń

Treści merytoryczne
1. Procesy i zjawiska w zamkniętej grupie terapeutycznej.
2. Zadania i rola psychoterapeuty grupowego.
3. Rozwiązywanie najczęstszych problemów w psychoterapii grupowej
4. Techniki stosowane w psychoterapii grupowej.
5. Grupy na oddziałach szpitalnych i grupy ambulatoryjne.
6. Podstawowe procesy terapeutyczne i techniki w psychoterapii psychodynamicznej.
7. Techniki terapeutyczne w innych nurtach psychoterapii.
8. Praca terapeutyczna z osobami doświadczającymi poczucia winy i wstydu.
9. Praca z myślami automatycznymi i alternatywnymi.
10. Formułowanie zadań terapeutycznych.
11. Relaksacja.
12. Prezentacja i opis przypadków.
13. Analiza tekstów.
14. Ćwiczenia praktyczne.
15. Kolokwium zaliczeniowe.

3.4 Metody dydaktyczne

Wykład z prezentacją multimedialną
Ćwiczenia audytoryjne (praca w grupach, wykonywanie zadań, ćwiczenia praktyczne)

4. METODY I KRYTERIA OCENY

4.1 Sposoby weryfikacji efektów uczenia się

Symbol efektu	Metody oceny efektów uczenia sie (np.: kolokwium, egzamin ustny, egzamin pisemny, projekt, sprawozdanie, obserwacja w trakcie zajęć)	Forma zajęć dydaktycznych (w, ćw, ...)
EK_01	egzamin, kolokwium, obserwacja w trakcie zajęć	w, ćw,
EK_02	kolokwium, obserwacja w trakcie zajęć	ćw,
EK_03	kolokwium, obserwacja w trakcie zajęć	ćw,
EK_04	kolokwium, obserwacja w trakcie zajęć	ćw,
EK_05	kolokwium, obserwacja w trakcie zajęć	ćw,
EK_06	kolokwium, obserwacja w trakcie zajęć	ćw

4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

1. Pozytywna ocena z egzaminu pisemnego – testu wraz z pytaniami opisowymi.
Ocena wg skali:
5.0 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 93%-100% (znakomita wiedza)
4.5 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 85%-92% (bardzo dobry poziom wiedzy
z drobnymi błędami)
4.0 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 77-84% (dobry poziom wiedzy, z pewnymi
niedociągnięciami)
3.5 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 69%-76% (zadowalająca wiedza, z niewielką liczbą błędów)
3.0 – wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 60%-68% (zadowalająca wiedza z licznymi
błędami)
2.0 – wykazuje znajomość treści kształcenia poniżej 60% (niezadowalająca wiedza, liczne błędy)

2. Obecność na wykładach i ćwiczeniach.
3. Pozytywna ocena z kolokwium na ćwiczeniach (skala ocen j.w.)
4. Aktywny udział w ćwiczeniach – wykonywanie ćwiczeń praktycznych doskonalących umiejętności terapeutyczne, w parach, małych grupach.
5. Praca projektowa – plan terapii osoby z określonym zaburzeniem psychicznym lub problemem psychologicznym

5. CAŁKOWITY NAKŁAD PRACY STUDENTA POTRZEBNY DO OSIĄGNIĘCIA ZAŁOŻONYCH EFEKTÓW W GODZINACH ORAZ PUNKTACH ECTS

Forma aktywności	Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny z harmonogramu studiów	45
Inne z udziałem nauczyciela akademickiego: - udział w konsultacjach - udział w egzaminie	 6 4
Godziny niekontaktowe – praca własna studenta: - przygotowanie do egzaminu - studiowanie literatury - praca projektowa	 25 25 20
SUMA GODZIN	125
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS	5

** Należy uwzględnić, że 1 pkt ECTS odpowiada 25-30 godzin całkowitego nakładu pracy studenta.*

6. PRAKTYKI ZAWODOWE W RAMACH PRZEDMIOTU

wymiar godzinowy	nie dotyczy

zasady i formy odbywania praktyk	nie dotyczy

7. LITERATURA

Literatura podstawowa:

Clarkin, J. F., Fonagy, P., Gabbard, G. O. (2013). *Psychoterapia psychodynamiczna zaburzeń osobowości* (wybrane fragmenty). Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.

Beck, A. T., Freeman, A., Davis, D. D. (2022). Terapia poznawcza zaburzeń osobowości (wybrane fragmenty) . Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.

Padesky, Ch. A., Greenberger, D. (2017). Umysł ponad nastrojem. Zmień nastrój poprzez zmianę sposobu myślenia (wybrane fragmenty). Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.

Kernberg, O., Selzer, M.A., Koenigsberg, H. W., Carr, A. C., Appelbaum, A. H. (2007). Psychodynamiczna terapia pacjentów borderline (wybrane fragmenty). Gdańsk: GWP.

Klajs K. (2017). Poznawanie pacjenta w psychoterapii Ericksonowskiej (wybrane fragmenty). Poznań: Wydawnictwo Zysk i S-ka.

McWilliams, N. (2011). Psychoterapia psychoanalityczna (wybrane fragmenty). Poradnik praktyka. Gdańsk: Harmonia Universalis.

Gabbard, G. O. (2009). Psychiatria psychodynamiczna w praktyce klinicznej (wybrane fragmenty). Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.

Grzesiuk, L. (red.). (2005). Psychoterapia. Teoria. Podręcznik akademicki (wybrane fragmenty). Warszawa: ENETEIA

Grzesiuk, L. (red.). (2006). Psychoterapia. Praktyka. Podręcznik akademicki (wybrane fragmenty). Warszawa: ENETEIA.

Popiel, A., Pragłowska, E.2022). Psychoterapia poznawczo-behawioralna. Teoria i praktyka (wybrane fragmenty). Warszawa: PWN.

McKay, M., Wood, J., C., Brantley, J. (2024). Terapia dialektyczno-behawioralna (DBT). Praktyczne ćwiczenia rozwijające uważność, efektywność interpersonalną, regulację emocji i odporność na stres. Kraków: Wydawnictwo UJ.

Vinogradov, S., Yalom, I. D. (2007). Psychoterapia grupowa. Krótki przewodnik dla terapeutów (wybrane fragmenty). Warszawa: Instytut Psychologii Zdrowia.

Literatura uzupełniająca:

Cierpiałkowska, L., Sęk H. (red.) (2020). Psychologia kliniczna. Warszawa: PWN.

Deb, D. (2018). Teoria poliwagalna w psychoterapii. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.

Berg, . K., Miller, S. D. (2000). Terapia krótkoterminowa skoncentrowana na rozwiązaniu. Łódź: Galaktyka.

Jobes, D. A. (2019). Terapia pacjenta z ryzykiem samobójczym. Metoda oparta na współpracy. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.

Pasternak, J. Perenc, L., Radochoński, M. (2017). Podsatwy psychopatologii dla pedagogów. Rzeszów: Wydawnictwo UR.

Mellibruda J. (2009). Teoria i praktyka terapii Gestalt. Wprowadzenie. Warszawa: Instytut Psychologii Zdrowia.

Sybilski, Z. (2022). Psychoterapia. Lekarstwo bez skutków ubocznych. Gdynia: Wydawnictwo Novae Res.

Słysz, A. (2017). Konceptualizacja przypadku w różnych modelach psychoterapii. Poznań: Wydawnictwo UAM.

Maroda, K., J. (2014). Techniki terapii psychodynamicznej. Praca nad emocjami w relacji terapeutycznej. Kraków: Wydawnictwo UJ.
Popiel, A., Pragłowska, E. (2013). Superwizja w psychoterapii poznawczo-behawioralnej. Koncepcje, procedury, narzędzia. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
Zeig,J., Munion, W. M. (2005). Milton H. Erickson. Gdańsk: GWP.

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej