

**Nazwa kierunku studiów:**

**Psychologia**

**Nazwa przedmiotu: Terapia poznawczo-behawioralna i dialog motywujący**

Poziom studiów: Jednolite magisterskie

Forma studiów: Stacjonarne

Profil studiów: ogólnoakademicki

Nazwa przedmiotu: Terapia poznawczo-behawioralna i dialog motywujący

### Forma zajęć i punkty ECTS

|                | Liczba godzin | Punkty ECTS | Sposób zaliczenia  |
|----------------|---------------|-------------|--------------------|
| konwersatorium | 24            |             | zaliczenie z oceną |
| konwersatoria  | 0             |             | zaliczenie z oceną |
| Razem          | 24            | 0           |                    |

### Cele kształcenia

Zaznajomienie studentów z głównymi cechami i założeniami terapii poznawczo-behawioralnej. Zdobycie podstawowej wiedzy dotyczącej modelu poznawczo-behawioralnego terapii w celu rozwinięcia umiejętności rozumienia, analizowania, wyjaśniania problemów oraz zaburzeń psychicznych w nurcie CBT. Poznanie obszarów zastosowań terapii poznawczo-behawioralnej w leczeniu wybranych zaburzeń. Zaznajomienie z wybranymi metodami i technikami stosowanymi w procesie terapeutycznym w nurcie CBT.

## Efekty uczenia się

| Kategoria: WIEDZA                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                          |
|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| SYMBOL EFEKTU UCZENIA SIĘ        | OPIS EFEKTU UCZENIA SIĘ                                                                                                                                                                                                                                                                          | ODNIESIENIE EFEKTU DO EFEKTU KIERUNKOWEGO                |
| P_W1                             | Student rozpoznaje podstawową terminologię i pojęcia charakterystyczne dla terapii poznawczo-behawioralnej. Określa główne cechy i założenia CBT. Omawia modele powstawania i utrzymywania się wybranych zaburzeń w nurcie poznawczo-behawioralnym. Opisuje proces postępowania terapeutycznego. | Ps_WG03_Mgr<br>Ps_WG12_Mgr                               |
| P_W2                             | Wyjaśnia różnice między założeniami terapii CBT i innymi formami terapii oraz wskazuje praktyczne możliwości zastosowania terapii poznawczo-behawioralnej do rozwiązywania problemów i zaburzeń psychicznych.                                                                                    | Ps_WG03_Mgr<br>Ps_WG12_Mgr                               |
| Kategoria: UMIEJĘTNOŚCI          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                          |
| SYMBOL EFEKTU UCZENIA SIĘ        | OPIS EFEKTU UCZENIA SIĘ                                                                                                                                                                                                                                                                          | ODNIESIENIE EFEKTU DO EFEKTU KIERUNKOWEGO                |
| P_U1                             | Student analizuje problemy psychologiczne w modelu CBT i używa terminologii charakterystycznej dla nurtu CBT.                                                                                                                                                                                    | Ps_UW02_Mgr<br>Ps_UW03_Mgr<br>Ps_UK02_Mgr                |
| P_U2                             | Student ocenia zasadność zastosowania CBT w leczeniu różnych zaburzeń psychicznych, porównuje wybrane techniki poznawczo-behawioralne i ocenia zasadność ich stosowania w zależności od rodzaju zaburzeń.                                                                                        | Ps_UW02_Mgr<br>Ps_UW03_Mgr<br>Ps_UW04_Mgr                |
| Kategoria: KOMPETENCJE SPOŁECZNE |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                          |
| SYMBOL EFEKTU UCZENIA SIĘ        | OPIS EFEKTU UCZENIA SIĘ                                                                                                                                                                                                                                                                          | ODNIESIENIE EFEKTU DO EFEKTU KIERUNKOWEGO                |
| P_K1                             | Student uwzględnia znaczenie etycznych aspektów prowadzenia terapii i rolę etycznej poprawności pracy psychoterapeutycznej. Jest świadom własnej odpowiedzialności za proces rozwijania swojej wrażliwości etycznej i zachowań etycznych wynikających ze specyfiki zawodu psychologa.            | Ps_KR04_Mgr<br>Ps_KR05_Mgr                               |
| P_K2                             | Student docenia znaczenie kształcenia terapeutycznego jako sposobu poszerzania wiedzy i umiejętności specjalistycznych psychologa i rekomenduje znaczenie terapii jako sposobu oddziaływania na problemy jednostkowe i społeczne.                                                                | Ps_KO01_Mgr<br>Ps_KO03_Mgr<br>Ps_KR02_Mgr<br>Ps_KR03_Mgr |

## Treści programowe przedmiotu

| NUMER | OPIS ZAGADNIENIA                                                                                                                                                | FORMA ZAJĘĆ    | LICZBA GODZIN |
|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------------|
| 1     | 1. Teoria psychologiczna jako podstawa diagnozy: różnice w wyjaśnianiu przyczyn zaburzeń w teorii poznawczo-behawioralnej i innych podejściach terapeutycznych. | konwersatorium | 4 / 4         |
| 2     | 2. Główne cechy terapii poznawczo-behawioralnej i obszary zastosowań.                                                                                           | konwersatorium | 2 / 2         |
| 3     | 3. Model powstawania i utrzymywania się zaburzeń oraz rozumienia problemu pacjenta w CBT.                                                                       | konwersatorium | 2 / 2         |
| 4     | 4. Specyficzne modele zaburzeń w podejściu CBT.                                                                                                                 | konwersatorium | 2 / 2         |
| 5     | 5. Proces postępowania terapeutycznego w nurcie CBT.                                                                                                            | konwersatorium | 2 / 2         |
| 6     | 6. Wybrane metody i techniki wykorzystywane w terapii CBT.                                                                                                      | konwersatorium | 2 / 2         |
| 7     | 7. Zastosowanie terapii CBT w leczeniu wybranych zaburzeń lękowych.                                                                                             | konwersatorium | 4 / 4         |
| 8     | 8. Zastosowanie terapii CBT w leczeniu uzależnień.                                                                                                              | konwersatorium | 2 / 2         |
| 9     | 9. „Trzecia fala” terapii poznawczo-behawioralnej.                                                                                                              | konwersatorium | 2 / 2         |
| 10    | 10. Dialog motywujący: cele i zastosowanie.                                                                                                                     | konwersatorium | 2 / 2         |

## Warunki zaliczenia

---

### KONWERSATORIUM

| FORMA ZALICZENIA      | WAGA FORMY ZALICZENIA |
|-----------------------|-----------------------|
| Obecność na zajęciach | 10                    |
| Praca na zajęciach    | 10                    |
| Zaliczenie            | 80                    |

### KONWERSATORIA

| FORMA ZALICZENIA | WAGA FORMY ZALICZENIA |
|------------------|-----------------------|
|------------------|-----------------------|

Brak ustalonych wag.

## Metody kształcenia

---

- przekazywanie wiedzy (np. wykład, prelekcja multimedialna, pogadanka, opis, omówienie przykładów)
- konwersatorium
- dyskusja, burza mózgów

## Literatura przedmiotu (obowiązkowa)

---

- Popiel, A, Pragłowska, E.. Psychoterapia poznawczo-behawioralna. Teoria i praktyka. 2008
- Reinecke, M.A., Clark, D.A. . Psychoterapia poznawcza w teorii i praktyce. 2005
- Kennerley, H. . Terapia lęku. Podręcznik treningu opanowania lęku. 2006
- Kokoszka, A.. Wprowadzenie do terapii poznawczo-behawioralnej. 2009

## Literatura przedmiotu (uzupełniająca)

---

- Weishaar, M.E. . Twórcy psychoterapii: Aaron T. Beck. Terapia poznawcza. 2007
- Miller, W.R.; Rollnick S.. Wywiad motywujący 2010

## Odniesienie efektów przedmiotowych do efektów kierunkowych, treści kształcenia, metod weryfikacji

| SYMBOL EFEKTU UCZENIA SIĘ    | ODNIESIENIE DANEGO EFEKTU DO EFEKTU KIERUNKOWEGO         | ODNIESIENIE DANEGO EFEKTU DO TREŚCI KSZTAŁCENIA (NAUCZANIA) | ODNIESIENIE DANEGO EFEKTU DO METODY WERYFIKACJI     |
|------------------------------|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| <b>WIEDZA</b>                |                                                          |                                                             |                                                     |
| P_W1                         | Ps_WG03_Mgr<br>Ps_WG12_Mgr                               | 1<br>2<br>3                                                 | Aktywność na zajęciach<br>kolokwium<br>zaliczeniowe |
| P_W2                         | Ps_WG03_Mgr<br>Ps_WG12_Mgr                               | 1<br>2<br>4<br>5<br>8<br>10                                 | Aktywność na zajęciach<br>kolokwium<br>zaliczeniowe |
| SYMBOL EFEKTU UCZENIA SIĘ    | ODNIESIENIE DANEGO EFEKTU DO EFEKTU KIERUNKOWEGO         | ODNIESIENIE DANEGO EFEKTU DO TREŚCI KSZTAŁCENIA (NAUCZANIA) | ODNIESIENIE DANEGO EFEKTU DO METODY WERYFIKACJI     |
| <b>UMIĘTNOŚCI</b>            |                                                          |                                                             |                                                     |
| P_U1                         | Ps_UW02_Mgr<br>Ps_UW03_Mgr<br>Ps_UK02_Mgr                | 3<br>4<br>5<br>7<br>8<br>9                                  | Aktywność na zajęciach<br>kolokwium<br>zaliczeniowe |
| P_U2                         | Ps_UW02_Mgr<br>Ps_UW03_Mgr<br>Ps_UW04_Mgr                | 5<br>6<br>7<br>8<br>9                                       | Aktywność na zajęciach<br>kolokwium<br>zaliczeniowe |
| SYMBOL EFEKTU UCZENIA SIĘ    | ODNIESIENIE DANEGO EFEKTU DO EFEKTU KIERUNKOWEGO         | ODNIESIENIE DANEGO EFEKTU DO TREŚCI KSZTAŁCENIA (NAUCZANIA) | ODNIESIENIE DANEGO EFEKTU DO METODY WERYFIKACJI     |
| <b>KOMPETENCJE SPOŁECZNE</b> |                                                          |                                                             |                                                     |
| P_K1                         | Ps_KR04_Mgr<br>Ps_KR05_Mgr                               | 3<br>5<br>6<br>7<br>9<br>10                                 | Aktywność na zajęciach<br>kolokwium<br>zaliczeniowe |
| P_K2                         | Ps_KO01_Mgr<br>Ps_KO03_Mgr<br>Ps_KR02_Mgr<br>Ps_KR03_Mgr | 3<br>6<br>9                                                 | Aktywność na zajęciach<br>kolokwium<br>zaliczeniowe |