

RTU studiju kurss "Psihoterapija un psiholoģiskā veselība"**0L000 Liepājas akadēmija****Vispārējā informācija**

Kods	LA0115
Nosaukums	Psihoterapija un psiholoģiskā veselība
Studiju kursa statuss programmā	Obligātais/Ierobežotās izvēles
Atbildīgais mācībspēks	Gundega Tomele - Doktors, Docents
Mācībspēks	Vija Zēlerte - Pasniedzējs
Apjoms daļās un kredītpunktos	1 daļa, 3.0 kredītpunkti
Studiju kursa īstenošanas valodas	LV
Anotācija	Studiju kursā apgūst zināšanas un prasmes par psihoterapijas būtību, psihoterapijas attīstības vēsturi, psihoterapijas veidiem, metodēm, prasībām psihoterapeita personībai, Latvijā plašāk pazīstamajiem psihoterapijas virzieniem – ģimenes psihoterapiju, geštalterapiju, kognitīvi biheiviorālo psihoterapiju, mākslas terapiju, smilšu terapiju, terapijas efektivitātes kritērijiem. Kurss ietver tematus par psiholoģisko veselību ietekmējošajiem faktoriem un iespējām uzturēt psiholoģisko veselību, supervīzijas iespējām profesionālās izaugsmes veicināšanā.
Mērķis un uzdevumi, izteikti kompetencēs un prasmēs	Studiju kursa mērķis: radīt studentiem izpratni par psihoterapijas būtību, veidiem un lietojuma iespējām, kā arī par iespējām uzturēt savu psiholoģisko veselību. Studiju kursa uzdevumi: 1. Veidot priekšstatu par psihoterapijas procesu, par dažādiem psihoterapijas virzieniem. 2. Veidot izpratni par dažādu psihoterapijas virzienu pamatnostādņēm, pamatidejām. 3. Attīstīt izpratni par psihoterapija virzienu, metožu izvēli saistībā ar risināmo problēmu specifiku. 4. Veidot izpratni par iespēju uzturēt savu psiholoģisko veselību 5. Veidot izpratni par supervīziju kā iespēju paaugstināt profesionālo kompetenci.
Patstāvīgais darbs, tā organizācija un uzdevumi	1. Jaunākie pētījumi psihoterapijā. Darbs ar datu bāzēm. Iegūts priekšstats par jaunākajām tendencēm, pieejām psihoterapijā. Iegūta prasme atlasīt, analizēt un izvērtēt zinātniskās atziņas. 2. Psihoterapijas metožu, intervenču izvēle atbilstoši klienta problēmu specifikai. Apkopot teorētiskās atziņas, veikt to analīzi un izvērtējumu. Iegūts priekšstats par psihoterapijas virzienu, lietoto metožu, intervenču saistību ar klienta problēmu specifiku. Iegūta prasme analizēt un izvērtēt teorētiskās atziņas, saistīt tās ar praktisko lietojumu. 3. Supervīzijas iespējas profesionālās efektivitātes paaugstināšanā. Studenti strādā ar zinātniskajiem avotiem un sagatavo prezentāciju supervīzijas iespējām profesionālās efektivitātes paaugstināšanā. Iegūts priekšstats par supervīzijas iespējām profesionālās efektivitātes paaugstināšanā, iegūta prasme strādāt ar informācijas avotiem. 4. Jaunākie pētījumi saistībā ar psiholoģisko veselību ietekmējošajiem faktoriem. Studenti strādā ar zinātniskajiem avotiem – atlasa un analizē zinātniskajos pētījumos iegūtās atziņas un sagatavo prezentāciju. Iegūts priekšstats par jaunākajām pētnieciskajām tendencēm, aktualitātēm un atziņām psiholoģisko veselību ietekmējošajiem faktoriem. Iegūta prasme analizēt zinātniskās atziņas.

Literatūra	Obligātā / Obligatory: 1.Brummerts, M., & Enckels, H. (2011). Bērnu un pusaudžu psihoterapija. Jumava. 2.Cassidy, C., & Kreitner, B. (2009). Supervision: Setting people up for success. Nelson Education. 3.Davys, A., & Beddoe, L. (2010). Best practice in professional supervision. Jessica Kingsley. 4.Dorothy, G. (2014). Singer, playing for their lives: Helping troubled children through play therapy. International Psychotherapy Institute. 5.Hawkins, P., & Shohet, R. (2000). Supervision in the helping professions (2nd ed.). Open University Press. 6.Gabbard, G. O., Beck, J. S., & Holmes, J. (Eds.). (2005). Oxford textbook of psychotherapy. Oxford University Press. 7.Mārtinsone, K. (2010). Mākslas metodes un tehnikas profesionālajā darbībā. RaKa. 8.Mārtinsone, K. (2009). Mākslas terapija: Teorija, prakse. Drukātava. 9.Mārtinsone, K., & Kerēvica, E. (2014). Mākslas terapija dažādām klientu grupām. Rīgas Stradiņa universitāte. 10.Norcross, J. C., & Goldfried, M. R. (Eds.). (2005). Handbook of psychotherapy integration. Oxford University Press. 11.Norcross, J. C. (Ed.). (2011). Psychotherapy relationships that work: Evidence-based responsiveness. Oxford University Press. 12.Proctor, B. (2008). Group supervision: A guide to creative practice (2nd ed.). SAGE Publications. 13.Švence, G. (2009). Pozitīvā psiholoģija. Zvaigzne ABC. 14.Šube, O. (2011). Traumu psihoterapija ar EMDR: Rokasgrāmata psihoterapeitu izglītībai. Jumava. 15.Wampold, B. E. (2012). The basics of psychotherapy: An introduction to theory and practice. American Psychological Association. 16.Worden, M. (2003). Family therapy basics. Thomson Brooks Cole. Papildu / Additional: 1.Cherniss, C., & Goleman, D. (2001). The emotionally intelligent workplace. Jossey-Bass. 2.Feltham, C. (2010). Critical thinking in counselling and psychotherapy. Sage. 3.Feltham, C., & Horton, I. (2012). The SAGE handbook of counselling and psychotherapy (3rd ed.). Sage. 4.Rasheed, J. M., Rasheed, M. N., & Marley, J. A. (2010). Family therapy models and techniques. Sage. 5.Rollnick, S., & Miller, W. (2002). Motivational interviewing: Preparing people for change. Guilford. 6.Supervīzija sociālajā darbā: Supervīzora rokasgrāmata. (2007). Latvijas Universitāte. 7.Mārtinsone, K. (Sast.). (2010). Supervīzija un tās specifika mākslu terapijā. Drukātava. Citi informācijas resursi / Other sources of information: 1.Academic Therapy. 2.Journal of Counseling Psychology. 3.Journal of Clinical Psychology. 4.Journal of the American Academy of Psychoanalysis. 5.Journal of Personality and Social Psychology. 6.Journal of Nervous & Mental Disease. 7.Journal of Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training. Interneta resursi/Internet resources: 1.Gestalt Therapy Latvia. (n. d.). Gestalt therapy resources. www.gestalt.lv 2.Psiholoģijas Pasaule. (n. d.). Psychology world resources. http://www.psihologijaspasaule.lv/ 3.Latvian Art Therapy Association. (n. d.). Art therapy in Latvia. http://www.arttherapy.lv/
Nepieciešamās priekšzināšanas	Pamata zināšanas psiholoģijā, neiroloģijā, psihiatrijā. Psiholoģija skolotājiem Neiroloģija un psihiatrija I Klīniskā psiholoģija

Studiju kursa saturs

Saturs	Pilna un nepilna laika klātienēs studijas		Nepilna laika neklātienēs studijas	
	Kontakts stundas	Patstāv. darbs	Kontakts stundas	Patstāv. darbs
Psihoterapijas attīstības vēsturiskie aspekti. Psihoterapijas pamatnostādnes metodoloģija, galveno virzienu attīstība Latvijā. Psihoterapijas virzieni. Prasības psihoterapeita personībai.	4	8	2	10
Ģimenes psihoterapija. Tās pamatnostādnes, metodes un lietojuma iespējas.	4	8	2	10
Mākslas terapija, tās pamatnostādnes, metodes un lietojuma iespējas. Smilšu terapija. Tās pamatnostādnes, metodes un lietojuma iespējas.	4	8	2	10
Kognitīvi-biheviorālā psihoterapija, tās pamatnostādnes, metodes un lietojuma iespējas.	4	6	2	8
Ģeštalterapija. Tās pamatnostādne, metodes un pielietojuma iespējas.	4	6	2	8
Jēdziens par psiholoģisko veselību un to ietekmējošajiem faktoriem. Subjektīvā un objektīvā labsajūta. Prasme veidot kvalitatīvas attiecības. Ēmociālā inteliģence un stresa kontrole.	4	8	2	10
Metodes un paņēmieni savu personības resursu izvērtēšanai un savu personības resursu paaugstināšanai psiholoģiskās veselības nodrošināšanai.	8	8	4	12
Kopā:	32	52	16	68

Sasniedzamie studiju rezultāti un to vērtēšana

Sasniedzamie studiju rezultāti	Rezultātu vērtēšanas metodes
--------------------------------	------------------------------

Zināšanas: 1. Ir zināšanas par psihoterapijas būtību, par psihoterapijas virzienu pamatidejām, nostādnēm psihoterapijas lietojuma iespējām. 2. Iegūts priekšstats par iespējām savas psiholoģiskās veselības stiprināšanai.	Studiju kursa apguve tā noslēgumā tiek vērtēta 10 ballu skalā, vadoties pēc šādiem kritērijiem: iegūto zināšanu apjoms un kvalitāte, iegūtās prasmes un kompetence atbilstoši plānotajiem studiju rezultātiem. Diskusijas, praktiskie uzdevumi, pārbaudes darbs. Eksāmens: teorētiskās zināšanas.
Prasmes: 1. Prot salīdzināt psihoterapijas virzienu pamatnostādni. 2. Analizēt psihoterapijas metožu izvēli un ierobežojumus saistībā ar risināmo problēmu specifiku. 3. Prot izvērtēt savus personības resursus, prot izvēlēties metodes psiholoģiskās veselības uzturēšanai.	Studiju kursa apguve tā noslēgumā tiek vērtēta 10 ballu skalā, vadoties pēc šādiem kritērijiem: iegūto zināšanu apjoms un kvalitāte, iegūtās prasmes un kompetence atbilstoši plānotajiem studiju rezultātiem. Diskusijas, praktiskie uzdevumi, pārbaudes darbs. Eksāmens: teorētiskās zināšanas.
Kompetence: 1. Spēj veidot klientiem pozitīvu attieksmi pret iespēju, nepieciešamības gadījumā, saņemt psihoterapeita palīdzību. 2. Spēj izvērtēt savus personības un profesionālos resursus un, vajadzības gadījumā, nodrošināt sev atbalstu stresa faktoru un izdegšanas iespēju mazināšanai.	Studiju kursa apguve tā noslēgumā tiek vērtēta 10 ballu skalā, vadoties pēc šādiem kritērijiem: iegūto zināšanu apjoms un kvalitāte, iegūtās prasmes un kompetence atbilstoši plānotajiem studiju rezultātiem. Diskusijas, praktiskie uzdevumi, pārbaudes darbs. Eksāmens: teorētiskās zināšanas.

Studiju rezultātu vērtēšanas kritēriji

Kritērijs	% no kopējā vērtējuma
Diskusijas, praktiskie uzdevumi, pārbaudes darbs	50
Eksāmens	50
Kopā:	100

Studiju kursa plānojums

Daļa	KP	Stundas			Pārbaudījumi		
		Lekcijas	Prakt d.	Laborat	Ieskaite	Eksām.	Darbs
1.	3.0	16.0	16.0	0.0		*	