



FIȘA DISCIPLINEI (TRAUMĂ, REZILIENȚĂ ȘI CONSILIERE POSTTRAUMATICĂ)

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „OVIDIUS” DIN CONSTANȚA
1.2 Facultatea	PSIHOLOGIE ȘI ȘTIINȚELE EDUCAȚIEI
1.3 Departamentul	PSIHOLOGIE, ASISTENȚĂ SOCIALĂ ȘI ȘTIINȚE ALE EDUCAȚIEI
1.4 Domeniul de studii	PSIHOLOGIE
1.5 Ciclul de studii	MASTERAT
1.6 Programul de studii	PSIHODIAGNOZA PERSONALITĂȚII
1.7 Anul universitar	2025–2026

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	TRAUMĂ, REZILIENȚĂ ȘI CONSILIERE POSTTRAUMATICĂ					
2.2 Cod disciplină	MPP225.1					
2.3 Titularul activităților de curs	LECT. UNIV. DR. FLORENTINA OLIMPIA AVRAM					
2.4 Titularul activităților aplicative	LECT. UNIV. DR. FLORENTINA OLIMPIA AVRAM					
2.5 Anul de studii	II	2.6 Semestrul	IV	2.7 Tipul de evaluare	Examen	2.8 Regimul disciplinei */**
						DAP/DO

* DF – disciplină fundamentală, DS – disciplină de specializare, DC – disciplină complementară

** DOB – disciplină obligatorie; DOP – disciplină opțională; DFA – Disciplină facultativă

3. Timpul total (ore pe semestru)

3. Numărul total (ore pe semestru)					
3.1 Număr de ore activități directe pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	2	3.3 aplicații***	1
3.4 Total ore activități directe pe semestru	42	din care: 3.5 curs	28	3.6 aplicații	14
3.7 Total ore de studiu individual					108
Distribuția fondului de timp					[ore]
Studiul cărților, manualelor, suportului de curs,, notițelor, bibliografie minimală recomandată					40
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					40
Pregătire seminar / laborator / proiect, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Pregătire pentru prezentări sau verificări					10
Pregătire pentru examinarea finală					8
Alte activități: consultații					
3.8 Total ore pe semestru	150 (3.4. + 3.7)				
3.9 Numărul de credite	6				

*** S - seminar; L - laborator; P - proiect

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	nu este cazul
4.2 de rezultate ale învățării	nu este cazul



5. Condiții necesare pentru desfășurarea optimă a activităților didactice (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	• Masteranzii vor primi cursul, prezentările powerpoint aferente temelor discutate, filmări și link-uri utile. • Se vor pune la dispoziția studenților materiale în format electronic Power Point, Word, pdf ce vor conține cărți de specialitate și cursul universitar, precum și dicționare în format electronic în limbile română, engleză și franceză pentru o mai bună înțelegere a materiei.
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului / proiectului*	• Masteranzii vor primi bibliografia (sub formă de fișiere word, pdf, jpg), filmări și link-uri utile pentru realizarea temelor de seminar. • Se vor pune la dispoziția masteranzilor materiale în format electronic power point, word, pdf ce vor conține cărți de specialitate în format electronic, pentru o mai bună înțelegere a conținuturilor curriculare. • Sală de seminar, dotată corespunzător (tablă, laptop, videoproiector, calculatoare).

*Se alege tipul de aplicație aferent disciplinei

6. Obiectivele disciplinei

6.1 Obiectivul general al disciplinei	Însușirea principalelor concepte, modele și teorii specifice disciplinei Traumă, reziliență și consiliere posttraumatică. Prin intermediul acestei discipline, masteranzii vor avea posibilitatea să se familiarizeze cu specificul conceptelor, teoriilor despre trauma psihică, psihopatologia specifică traumei psihice și cu aspectul consilierii posttraumă. Cursul propune o incursiune în principalele teme ale domeniului psihotraumatologiei cu referiri, în paralel, la principalele aspecte ale metodelor utilizate în acest domeniu precum și la principalele domenii de intervenție.
6.2 Obiectivele specifice	1. Cunoaștere și înțelegere: Cunoașterea de către masteranzi a principalelor contribuții teoretice, paradigmatică aduse de domeniul psihotraumatologiei precum și în înțelegerea psihicului uman, în susținerea și suportul psihologic oferit persoanelor care au suferit traume psihice. Să integreze conceptele specifice domeniului și să diferențieze între ele diferite concepte din câmpul conceptual al psihotraumatologiei, să realizeze corelații cu alte concepte și teorii psihologice. Să înțeleagă și dezvolte metodele și tehnicile de cercetare din domeniul psihotraumatologiei. Familiarizarea studenților cu principalele domenii aplicative ale domeniului psihotraumatologiei. 2. Explicare și interpretare: Masteranzii vor conceptualiza și vor opera cu conceptele specifice domeniului psihotraumatologiei. Să explice modul în care acest domeniu integrează concepte, teorii, metode etc. din alte ramuri ale psihologiei și din domenii conexe pentru circumscrierea câmpului său conceptual și paradigmatic. 3. Instrumental-aplicative: Masteranzii vor dobândi și vor dezvolta abilitățile cognitive necesare specialistului în domeniul psihotraumatologiei. Masteranzii vor dobândi competențe pentru a proiecta designuri de cercetare adecvate obiectivelor concrete ale cercetării științifice din domeniul psihotraumatologiei.



	Masteranzii vor dobândi abilitățile necesare realizării unor cercetări științifice și oferirii unui suport psihologic persoanelor care au suferit traume psihice, își vor forma abilități în vederea oferirii primului ajutor în situații cu impact emoțional major cum ar fi de exemplu, în accidente, în pierderi, în cataclisme naturale etc. 4. Atitudinale: Masteranzii vor dezvolta abilități de natură să-i sprijine să adopte o atitudine proactivă și pozitivă în învățarea conceptelor, teoriilor, atitudinilor, respectării normelor etice, formării comportamentelor necesare pentru a oferi suportul persoanelor afectate de traume psihice. Masteranzii vor internaliza aspectele deontologice necesare aplicării noilor metode, tehnici și instrumente specifice demersului terapeutic din domeniul psihotraumatologiei, (rezilienței, consilierii postraumatice). Studenții vor fi stimulați să cultive dorința de autorealizare în plan profesional și personal prin implicarea în parteneriate de cercetare, prin publicarea de articole și participarea la evenimente științifice, educaționale și culturale în domeniul psihotraumatologiei.
--	--

7. Rezultatele învățării

Cunoștințe	C1. Masterandul/Absolventul explică conceptele fundamentale din domeniul psihotraumatologiei (traumă, reziliență, stres posttraumatic, dezvoltare posttraumatică). C2. Masterandul/Absolventul descrie principalele teorii și modele explicative ale traumei psihice (psihanalitice, socio-cognitive, biologice, socioculturale). C3. Masterandul/Absolventul identifică simptomele și criteriile de diagnostic pentru tulburările legate de stres (acut, posttraumatic, de adaptare). C4. Masterandul/Absolventul recunoaște metodele de intervenție psihologică și strategiile de prevenție aplicate în contextul traumei.
Aptitudini	A1. Masterandul/Absolventul aplică metode de analiză a cazurilor clinice, utilizând concepte și teorii ale traumei. A2. Masterandul/Absolventul utilizează tehnici de intervenție psihologică de bază în situații de criză (prim ajutor psihologic, debriefing). A3. Masterandul/Absolventul elaborează proiecte de cercetare sau intervenție privind reziliența și consilierea posttraumatică. A4. Masterandul/Absolventul valorifică metode moderne de intervenție psihoterapeutică (de tip cognitiv-comportamental, EMDR, psihodramă) în analiza studiilor de caz.
Responsabilitate și autonomie	RA1. Masterandul/Absolventul respectă principiile etice și deontologice în analiza și interpretarea studiilor de caz și a vinietelor clinice privind situațiile traumatice și posttraumatice. RA2. Masterandul/Absolventul manifestă responsabilitate și rigoare în documentarea individuală și în elaborarea portofoliilor sau proiectelor pe teme de psihotraumatologie. RA3. Masterandul/Absolventul colaborează eficient în activități de grup (seminarii, dezbateri, analize de caz), demonstrând respect și deschidere față de experiențele colegilor și perspectiva interdisciplinară. RA4. Masterandul/Absolventul își asumă autonomia în aplicarea și aprofundarea unor metode de prevenție și suport psihologic de bază (prim ajutor psihologic, debriefing), în contexte didactice și simulate.



8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Număr ore alocate
1. Introducere în domeniul psihotraumatologiei, delimitări conceptuale: trauma psihică și stresul – diferențieri, tipuri de traume – clasificări, reziliență, dezvoltare, creștere posttraumatică. Cursul se va desfășura în format fizic și online în sincron.	Prelegere interactivă conversație, Prezentare orală + multimedia	2 ore
2. Stres și adaptare. Traumă psihică și eveniment traumatic. Factori personali și contextuali care influențează răspunsul la traume. Cursul se va desfășura în format fizic și online în sincron.		2 ore
3. Perspectiva psihanalitică asupra traumei psihice. Cursul se va desfășura în format fizic și online în sincron.		2 ore
4. Teorii și modele clasice, socio-cognitive și ale procesării informației. Cursul se va desfășura în format fizic și online în sincron.		2 ore
5. Teorii și modele socioculturale, ale dezvoltării traumei și teorii biologice. Cursul se va desfășura în format fizic și online în sincron.		2 ore
6. Tulburarea acută de stres și tulburarea de stres posttraumatic. Cursul se va desfășura în format fizic și online în sincron.		2 ore
7. Tulburarea de adaptare și de stres extrem. Cursul se va desfășura în format fizic și online în sincron.		2 ore
8. Experiența pretraumatică, situația traumatică și experiența peritraumatică		2 ore
9. Reacția și procesul traumatic, (perlaborarea), etape ale acestuia prin raportare la diferite perspective teoretice.		2 ore
10. Factorii care influențează răspunsul la traumă		2 ore
11. Terapia stresului posttraumatic: abordări de tip cognitiv – comportamental		2 ore
12. Terapia stresului posttraumatic: EMDR I ȘI EMDR II, teorie și vignete clinice.		2 ore
13. Reziliența individuală		2 ore
14. Creșterea posttraumatică		2 ore

Bibliografie

- [1]. Articole recente din jurnalele *Journal of Loss and Trauma*, *European Journal of Psychotraumatology (open access)*, *Family & Intimate Partner Violence Quarterly*, *Journal of Trauma & Dissociation*, *Journal of Psychological Trauma (formerly Journal of Trauma Practice)*, *Journal of Traumatic Stress*;
- [2]. Broca, A. de (1997). *Deuils et deuillés*, Paris, Masson;
- [3]. Crumpei, I. (2014). *Stresul traumatic secundar. Efectul advers al empatiei*, Iași: Institutul European;
- [4]. Fischer, G., Riedesser, P. (2001). *Tratat de psihotraumatologie*, București: Editura Trei;
- [5]. Grey, N. (Ed.). (2009). *A casebook of cognitive therapy for traumatic stress reactions*, New York: Routledge;
- [6]. Joseph, S., Linley, P. A. (Eds.). (2008). *Trauma, recovery and growth. Postive psychological perspective on posttraumatic stress*, New Jersey: John Wiley & Sons;
- [7]. Kalsched, D. (2017). *Lumea interioară a traumei*, București: Editura Herald;
- [8]. Măirean, C. (2017). *Stres traumatic și dezvoltare personală posttraumatică*, Iași: Editura Institutul European;
- [9]. Mitrofan, I. și Buzducea, D. (1999). *Psihologia pierderii și terapia traumei*, București: Editura Albedo;



- [10]. Wilson, J., Keane, T. (Eds.). (2004). *Assessing psychological trauma and PTSD*, New York: The Guilford Press;
[11]. Parkinson, F. (1993). *Post-Trauma Stress*, London: Seldon Press;
[12]. Turliuc, M.N. & Măirean, C. (2014). *Psihologia traumei*, Iași: Editura Polirom.

Bibliografie facultativă:

- [1]. Budd, S., Rusbridger, R. (2005). *Introducing Psychoanalysis. Essential themes and topics*. Garland, C., Chapter 16. *Trauma and the possibility of recovery*, Routledge;
[2]. Freud, S. (1990). *Introduction to Psychoanalysis*, București: Editura Didactică și Pedagogică;
[3]. Garland, C. (2019). *Understanding Trauma. Psychoanalytical Approach*, Second Enlarged Edition, London/New York: Routledge;
[4]. Laplanche, J., Pontalis, J-B. (1967). *Vocabulaire technique et critique de la Psychanalyse*, Paris: Presses Universitaires de France;
[5]. Levine, P. (2020). *Trezirea tigrului. Capacitatea înăscută de a depăși experiențele copleșitoare*, București: Editura For You;
[6]. Levine, P. (2018). *Traumă și memorie*, București: Editura For You;
[7]. Matei, R. (2007). *Introductory elements of psychoanalytic theory and technique*, București: Editura Fundației România de Măine.

Bibliografie suplimentară:

- [1]. *Revue Roumaine de Psychanalyse*, 2015, Tome VIII, Juillet-Décembre, pp. 121-148, Bucarest: Carol Davila University Press;
[2]. *Revue Française de Psychanalyse*, 2002/3, Vol. 66, pp. 745-757;
[3]. Rycroft, Ch. (2013). *Critical dictionary of psychoanalysis*, București: Editura Trei;
[4]. Rothschild, B. (2021). *Corpul își amintește. Vol. I: Psihofiziologia și tratamentul traumei*, București: Editura Herald;
[5]. Rothschild, B. (2021). *Corpul își amintește. Vol. II: Psihofiziologia și tratamentul traumei*, București: Editura Herald;
[6]. Ruppert, F. (2018). *Corpul meu, trauma mea, eul meu. Constelația intenției – eliberare de biografia traumatică*, București: Editura Trei.

8.2 Aplicații (seminar/laborator/proiect)*

*Se alege tipul de aplicație aferent disciplinei

	Metode de predare	Număr ore alocate
Seminarul 1. Seminar organizatoric. Delimitări conceptuale: traumă, reziliență, dezvoltare posttraumatică.	Prelegere, conversație, exemplificare, problematizare, viniete clinice, dezbateri.	2 ore
Seminarul 2. Factori personali și contextuali care influențează răspunsul la traume.		2 ore
Seminarul 3. Trauma secundară. Factori de risc și factori protectivi.		2 ore
Seminarul 4. Strategii de coping peri- și posttraumatice.		2 ore
Seminarul 5. Prevenția stresului traumatic: Prim ajutor psihologic, debriefing psihologic.		2 ore
Seminarul 6. Terapia traumei și pierderii: aspecte generale, relația terapeutică, metode de evaluare, psiho-educația.		2 ore
Seminarul 7. Reziliență vs. dezvoltare personală posttraumatică în experiențe personale de viață.		2 ore

Bibliografie

- [1]. Budd, S., Rusbridger, R. (2005). *Introducing Psychoanalysis. Essential themes and topics*. Garland, C., Chapter 16. *Trauma and the possibility of recovery*, Routledge;
[2]. Crumpei, I. (2014). *Stresul traumatic secundar. Efectul advers al empatiei*, Iași: Institutul European;
[3]. Fischer, G., Riedesser, P. (2001). *Tratat de psihotraumatologie*, București: Editura Trei;
[4]. Freud, S. (1990). *Introduction to Psychoanalysis*, București: Editura Didactică și Pedagogică;
[5]. Garland, C. (2019). *Understanding Trauma. Psychoanalytical Approach*, Second Enlarged Edition, London/New York: Routledge;
[6]. Grey, N. (Ed.). (2009). *A casebook of cognitive therapy for traumatic stress reactions*, New York:



- Routledge;
- [7]. Joseph, S., Linley, P. A. (Eds.). (2008). *Trauma, recovery and growth. Positive psychological perspective on posttraumatic stress*, New Jersey: John Willey & Sons;
- [8]. Laplanche, J., Pontalis, J-B. (1967). *Vocabulaire technique et critique de la Psychanalyse*, Paris: Presses Universitaires de France;
- [9]. Laplanche, J., Pontalis, J-B. (2007). *Vocabulaire de la psychanalyse*, Paris: PUF;
- [10]. Măirean, C. (2017). *Stres traumatic și dezvoltare personală posttraumatică*, Iași: Editura Institutul European;
- [11]. Matei, R. (2007). *Introductory elements of psychoanalytic theory and technique*, București: Editura Fundației România de Măine;
- [12]. Mitrofan, I., Buzducea, D. (1999). *Psihologia pierderii și terapia traumei*, București: Editura Albedo;
- [13]. Revue Française de Psychanalyse, 2002/3, Vol. 66, pp. 745–757;
- [14]. Revue Roumaine de Psychanalyse, 2015, Tome VIII, Juillet–Decembre, pp. 121–148, Bucarest: Carol Davila University Press;
- [15]. Rycroft, Ch. (2013). *Critical dictionary of psychoanalysis*, București: Editura Trei;
- [16]. Turliuc, M.N., Măirean, C. (2014). *Psihologia traumei*, Iași: Editura Polirom;
- [17]. Wilson, J., Keane, T. (Eds.). (2004). *Assessing psychological trauma and PTSD*, New York: The Guilford Press.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare	9.2 Metode de evaluare	9.3 Pondere din nota finală
9.4 Curs	Verificarea cunoștințelor. Evaluarea capacității de analiză și sinteză. Evaluarea comunicării și argumentării precum și a discriminării între diferite concepte și noțiuni, perspective teoretice și aplicative specifice domeniului psihotraumatologiei.	Examen oral.	70%
9.5 Aplicații* *Se alege tipul de aplicație aferent disciplinei	Prezență activă în cadrul activităților de seminar, capacitate de lucru în echipă.	față în față	10%
	Realizarea și prezentarea unui portofoliu din tematica de seminar Respectarea temei, reprezentativitatea resurselor informaționale, nota de personalizare, calitatea tehnoredactării, respectarea termenului de predare.	evaluare față în față	20%
9.6 Standard minim de performanță / Condiții de promovare			



UOC-PO-10 Anexa 2

Standardul minim de performanță este nota 5 pentru fiecare dintre sarcini (corespondent asimilării în proporție de 50% a competenței respective).

Sesiunile de mărire de notă, precum și cele de restanță, se bazează pe același sistem de notare. Studentul va mai avea la dispoziție date de susținere a portofoliului, înaintea fiecărei sesiuni de restanțe. Portofoliile vor fi trimise on-line pe adresa electronică profesională.

Data completării,

Titular activităților de curs,
Nume/Prenume /Semnătura

Titular aplicații,
Nume/Prenume /Semnătura

28.09.2025

Lect. Univ. dr. Florentina Olimpia Avram

Lect. Univ. dr. Florentina Olimpia Avram

Data avizării în Departament,

Director de Departament,
Nume/Prenume /Semnătura

30.09.2025

Lector univ. dr. Mariana Floricica Călin

Decan,

Nume/Prenume /Semnătura
Conf. univ. dr. Raluca Silvia Matei