

FIȘA DISCIPLINEI

Anul universitar 2021 - 2022

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea Lucian Blaga din Sibiu
1.2. Facultatea	Facultatea de Științe Socio-Umane
1.3. Departament	De Psihologie
1.4. Domeniul de studiu	Psihologie
1.5. Ciclul de studii ¹	Licență
1.6. Specializarea	Psihologie

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Competențe și abilități în practica psihologică			Cod	38-04-07-120
2.2. Titular activități de curs	Lector univ. dr. Anamaria Gavra				
2.3. Titular activități practice	Psiholog Mihaela Hurdubelea				
2.4. An de studiu ²	3	2.5. Semestrul ³	2	2.6. Tipul de evaluare ⁴	C
2.7. Regimul disciplinei ⁵	A	2.8. Categoria formativă a disciplinei ⁶	C		

3. Timpul total estimat

3.1. Extinderea disciplinei în planul de învățământ – <i>număr de ore pe săptămână</i>					
3.1.a.Curs	3.1.b. Seminar	3.1.c. Laborator	3.1.d. Proiect	3.1.e Alte	Total
1	1	-	-	-	2
3.2. Extinderea disciplinei în planul de învățământ – <i>total ore din planul de învățământ</i>					
3.2.a.Curs	3.2.b. Seminar	3.2.c. Laborator	3.2.d. Proiect	3.2.e Alte	Total ⁷
14	14	-	-	-	28
Distribuția fondului de timp pentru studiu individual⁸					Nr. ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					4
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					4
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					5
Tutoriat ⁹					7
Examinări ¹⁰					2
3.3. Total ore alocate studiului individual¹¹ (NOS_{sem})					22
3.4. Total ore din Planul de învățământ (NOAD_{sem})					28
3.5. Total ore pe semestru¹² (NOAD_{sem} + NOS_{sem})					50
3.6. Nr ore / ECTS					25
3.7. Număr de credite¹³					2

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. Discipline necesar a fi promovate anterior (de curriculum) ¹⁴	-
4.2. Competențe	-

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. De desfășurare a cursului ¹⁵	Sală dotată cu sistem de proiecție video (PC/laptop și videoproiector) și conexiune la internet.
5.2. De desfășurare a activităților practice (lab/sem/pr/alte) ¹⁶	Sală dotată cu sistem de proiecție video (PC/laptop și videoproiector) și conexiune la internet.

6. Competențe specifice acumulate¹⁷

Număr de credite alocate disciplinei ¹⁸			7	Repartizare credite pe competențe ¹⁹
6.1. Competențe profesionale	CP1	Competențe privind cunoașterea și înțelegerea principalelor caracteristici ale educației și formării profesionale în domeniul psihologiei.		0,5
	CP2	Competențe privind cunoașterea și utilizarea metodelor și tehnicilor de comunicare și relaționare în contextul practicii psihologice.		0,5
	CP3			
	CP4			
	CP5			
6.2. Competențe transversale	CT1	Sensibilizare și deschidere la problematica necesității profesionalizării și respectării codului deontologic. Conștientizarea nevoii de formare continuă.		0,5
	CT2	Dezvoltarea atitudinii non-discriminative, de evitare a stereotipurilor și prejudecăților sociale.		0,5
	CT3			

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

7.1. Obiectivul general	Cunoașterea principalelor caracteristici ale educării și formării profesionale în domeniul psihologiei; înțelegerea noțiunilor de competențe și abilități necesare în practica psihologică; înțelegerea acțiunii sociale de relaționare în contextul practicii psihologice; însușirea principalelor tehnici și metode de comunicare; asimilarea principiilor fundamentale de etică și nondiscriminare în practica psihologică.
7.2. Obiectivele specifice	Dezvoltarea abilităților de comunicare, ascultare activă, empatie, acceptare necondiționată; dezvoltarea competențelor de interacțiune interpersonală; utilizarea metodelor și tehnicilor de comunicare; sensibilizarea și conștientizarea nevoii de dezvoltare personală; dezvoltarea abilităților de cunoaștere, acceptare și valorizare a diferențelor individuale și de grup, a diversității sociale și culturale; dezvoltarea unei atitudini non-discriminative, de evitare a prejudecăților și stereotipurilor sociale.

8. Conținuturi

8.1. Curs ²⁰	Metode de predare ²¹	Nr. ore
Curs 1. Educație și formare în domeniul psihologiei. Competențe și abilități necesare în practica psihologică: definire, clasificare. Colegiul Psihologilor din România.	Expunere, conversație euristică, dezbatere, problematizarea, exercițiul.	2
Curs 2. Relaționare și comunicare în practica psihologică. Codul deontologic al profesiei de psiholog cu drept de liberă practică	Expunere, conversație euristică, dezbatere, exercițiul.	2
Curs 3. Tehnici de comunicare în practica psihologică. Ascultarea activă, empatia și acceptarea necondiționată	Expunere, conversație euristică, dezbatere, jocul	2

	de rol.	
Curs 4. Analiza personală	Expunere, conversație euristică, dezbatere, problematizare, exercițiul.	2
Curs 5. Dezvoltarea personală	Expunere, conversație euristică, dezbatere, role training.	2
Curs 6. Igienă mentală și profilaxie. Activitatea profesională și sănătatea mentală	Expunere, conversație euristică, dezbatere, exercițiul.	2
Curs. 7. Etică și non-discriminare în practica psihologică	Expunere, conversație euristică, dezbatere, exercițiul.	2
Total ore curs:		14

8.2. Activități practice (8.2.a. Seminar²²/ 8.2.b. Laborator²³/ 8.2.c. Proiect²⁴ / 8.2.d. Alte act.practice²⁵)	Metode de predare	Nr. ore
Act.1. Prezentarea Colegiului Psihologilor din România. Codul deontologic al profesiei de psiholog	Conversație euristică, dezbateri, problematizare.	2
Act.2. Domeniile de aplicare ale profesiei de psiholog. Diferențele dintre coaching, consiliere și psihoterapie	Dezbateri, problematizare, exercițiul.	2
Act.3. Atitudinile psihologului/consilierului/psihoterapeutului	Dezbateri, problematizare, exercițiul.	2
Act.4. Abilitățile psihologului/consilierului/psihoterapeutului	Conversație euristică, dezbateri, problematizare	2
Act.5. Dezvoltarea abilităților de comunicare. Tehnici de comunicare în practica psihologică	Conversație euristică, dezbateri, problematizare	2
Act.6. Autocunoașterea și dezvoltarea personală: tehnici de dezvoltare personală	Conversație euristică, dezbateri, problematizare	2
Act.7. Conflicte și eșecuri profesionale	Conversație euristică, dezbateri, problematizare,	2
Total ore seminar/laborator		14

9. Bibliografie

9.1. Referințe bibliografice recomandate	Abric, J-C. 2022. Psihologia comunicării. Teorii și metode, Polirom: Iași.
	Akhtar, S. 2021. Intervenții neobișnuite. Modificări ale cadrului, metodei și relației în psihoterapie și psihanaliză.
	Greenberg, L.S., Malberg, N.T., Tomkins, M.A. 2020. Lucrând cu emoția în terapia dinamică, terapia cognitiv-comportamentală și terapia centrată pe emoții, Editura Trei: București.
	Ionescu, D. 2020. Analiză și dezvoltare personală, Polirom: Iași.
	Nelson-Jones. 2014. Manual de consiliere. Învăț ce să spui ca să ajuți, Editura Trei: București.
9.2. Referințe bibliografice suplimentare	Agabrian, M. 2008. Strategii de comunicare eficientă, Institutul European: Iași.
	Albu, G. 2007. Comunicarea interpersonală, Institutul European: Iași.
	Albu, G. 2013. Relațiile interpersonale, Institutul European: Iași.
	Enăchescu, C. 2004. Tratat de igienă mintală, Polirom: Iași.
	Rime, B. 2008. Comunicarea socială a emoțiilor, Editura Trei: București.

10. Coroborarea conținuturilor disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității epistemice, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului²⁶

Conținuturile predate sunt în acord cu formarea competențelor profesionale și transversale asumate de programul de licență. Informațiile transmise sunt în acord cu reglementările în vigoare care fundamentează și reglementează exercitarea profesiei de psiholog în România.

11. Evaluare

Tip activitate	11.1 Criterii de evaluare	11.2 Metode de evaluare		11.3 Pondere din nota finală	Obs. ²⁷
11.4a Examen / Colocviu	• Cunoștințe teoretice și practice însușite (cantitatea, corectitudinea, acuratețea)	Teste pe parcurs ²⁸ :	-	50% (minim 5)	CEF
		Teme de casă:	-		
		Alte activități ²⁹ :	-		
		Evaluare finală:	50% (min. 5)		
11.4b	• Frecvența/relevanța	Evidența intervențiilor, portofoliu		50% (minim 5)	CEF



Seminar	intervențiilor sau răspunsurilor	de lucrări (referate, sinteze științifice)		
11.4c Laborator	<ul style="list-style-type: none"> Cunoașterea aparaturii, a modului de utilizare a instrumentelor specifice; evaluarea unor instrumente sau realizări, prelucrarea și interpretarea unor rezultate 	<ul style="list-style-type: none"> Chestionar scris Răspuns oral Caiet de laborator, lucrări experimentale, referate etc. Demonstrație practică 	-	
11.4d Proiect	<ul style="list-style-type: none"> Calitatea proiectului realizat, corectitudinea documentației proiectului, justificarea soluțiilor alese 	<ul style="list-style-type: none"> Autoevaluarea, prezentarea și/sau susținerea proiectului Evaluarea critică a unui proiect 	-	
11.5 Standard minim de performanță ³⁰ Pentru fiecare probă de evaluare sumativă standardul minim admisibil pentru promovarea examenului este obținerea a cel puțin jumătate (50%) din punctaj.				

Fișa disciplinei cuprinde componente adaptate persoanelor cu CES (persoane cu dizabilități și persoane cu potențial înalt), în funcție de tipul și gradul acestora, la nivelul tuturor elementelor curriculare (competențe, obiective, conținuturi, metode de predare, evaluare alternativă), pentru a asigura șanse echitabile în pregătirea academică a tuturor studenților, acordând atenție sporită nevoilor individuale de învățare.

Data completării: | _1_|_|7_|_| / | _0_|_|9_|_| / | _2_|_|0_|_|2_|_|1_|

Data avizării în Departament: | _2_|_|7_|_| / | _0_|_|9_|_| / | _2_|_|0_|_|2_|_|1_|

	Grad didactic, titlul, prenume, numele	Semnătura
Titular disciplină	Lector univ. dr. Anamaria Gavra	
Responsabil program de studii	Conferențiar univ. dr. Mihaela Bucuță	
Director Departament	Conferențiar univ. dr. Mihaela Bucuță	

¹ Licență / Master

² 1-4 pentru licență, 1-2 pentru master

³ 1-8 pentru licență, 1-3 pentru master

⁴ Examen, colocviu sau VP A/R – din planul de învățământ

⁵ Regim disciplină: O=Disciplină obligatorie; A=Disciplină opțională; U=Facultativă

⁶ Categoria formativă: S=Specialitate; F=Fundamentală; C=Complementară; I=Asistată integral; P=Asistată parțial; N=Neasistată

⁷ Este egal cu 14 săptămâni x numărul de ore de la punctul 3.1 (similar pentru 3.2.a.b.c.d.e.)

⁸ Liniile de mai jos se referă la studiul individual; totalul se completează la punctul 3.37.

⁹ Între 7 și 14 ore

¹⁰ Între 2 și 6 ore

¹¹ Suma valorilor de pe liniile anterioare, care se referă la studiul individual.

¹² Suma (3.5.) dintre numărul de ore de activitate didactică directă (NOAD) și numărul de ore de studiu individual (NOSI) trebuie să fie egală cu numărul de credite alocate disciplinei (punctul 3.7) x nr. ore pe credit (3.6.)

¹³ Numărul de credit se calculează după formula următoare și se rotunjește la valori vecine întregi (fie prin micșorare fie prin majorare)

$$Nr. credite = \frac{NOCpSpD \times C_C + NOApSpD \times C_A}{TOCpSdP \times C_C + TOApSdP \times C_A} \times 30 \text{ credite}$$

Unde:

- NOCpSpD = Număr ore curs/săptămână/disciplina pentru care se calculează creditele
- NOApSpD = Număr ore aplicații (sem./lab./pro.)/săptămână/disciplina pentru care se calculează creditele
- TOCpSdP = Număr total ore curs/săptămână din plan
- TOApSdP = Număr total ore aplicații (sem./lab./pro.)/săptămână din plan
- C_C/C_A = Coeficienți curs/aplicații calculate conform tabelului

Coeficienți	Curs	Aplicații (S/L/P)
Licență	2	1
Master	2,5	1,5
Licență lb. străină	2,5	1,25

¹⁴ Se menționează disciplinele obligatoriu a fi promovate anterior sau echivalente

¹⁵ Tablă, videoproiector, flipchart, materiale didactice specifice, platforme on-line etc.

¹⁶ Tehnică de calcul, pachete software, standuri experimentale, platforme on-line etc.

¹⁷ Competențele din Grilele aferente descrierii programului de studii, adaptate la specificul disciplinei

¹⁸ Din planul de învățământ

¹⁹ Creditele alocate disciplinei se distribuie pe competențe profesionale și transversale în funcție de specificul disciplinei

²⁰ Titluri de capitole și paragrafe

²¹ Expunere, prelegere, prezentare la tablă a problematicei studiate, utilizare videoproiector, discuții cu studenții (pentru fiecare capitol, dacă este cazul)

²² Discuții, dezbateri, prezentare și/sau analiză de lucrări, rezolvare de exerciții și probleme etc.

²³ Demonstrație practică, exercițiu, experiment etc.

²⁴ Studiu de caz, demonstrație, exercițiu, analiza erorilor etc.

²⁵ Alte tipuri de activități practice specifice

²⁶ Legătura cu alte discipline, utilitatea disciplinei pe piața muncii

²⁷ CPE – condiționează participarea la examen; nCPE – nu condiționează participarea la examen; CEF - condiționează evaluarea finală; N/A – nu se aplică

²⁸ Se va preciza numărul de teste și săptămânile în care vor fi susținute.

²⁹ Cercuri științifice, concursuri profesionale etc.

³⁰ Se particularizează la specificul disciplinei standardul minim de performanță din grila de competențe a programului de studii, dacă este cazul.