

FIȘA DISCIPLINEI

Anul universitar 2024 - 2025

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea Lucian Blaga din Sibiu
1.2. Facultatea	Științe Socio-Umane
1.3. Departament	Psihologie
1.4. Domeniul de studiu	Psihologie
1.5. Ciclul de studii ¹	Master
1.6. Specializarea	Psihologia muncii și organizațională. Diagnoză și intervenție ocupațională

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Gestionarea emoțiilor și stresului în organizații	Cod	FSSU.PSI.PMODIO. M.PA.4.1100.E-4.6
2.2. Titular activități de curs	Conf. univ. dr. Adrian BRATE		
2.3. Titular activități practice	Lect. univ. dr. Daniela VINTILĂ		
2.4. An de studiu ²	2	2.5. Semestrul ³	4
2.6. Tipul de evaluare ⁴	E		
2.7. Regimul disciplinei ⁵	A	2.8. Categoria formativă a disciplinei ⁶	P

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					28
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					11
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					20
Tutoriat ⁹					7
Examinări ¹⁰					6
3.3. Total ore alocate studiului individual¹¹ (NOSI_{sem})					72
3.4. Total ore din Planul de învățământ (NOAD_{sem})					28
3.5. Total ore pe semestru¹² (NOAD_{sem} + NOSI_{sem})					100
3.6. Nr ore / ECTS					25
3.7. Număr de credite¹³					4

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	Sala echipată cu tablă inteligentă/ clasică, sistem de sonorizare, calculator/ laptop, videoproiector, conexiune internet, flipchart, materiale didactice specifice, platforme on-line, sistem mixt de predare.
5.2. De desfășurare a activităților practice (lab/sem/pr/alte) ¹⁶	Sala echipată cu tablă inteligentă/ clasică, sistem de sonorizare, calculator/ laptop, videoproiector, conexiune internet, flipchart, materiale didactice specifice, platforme on-line.

6. Competențe specifice acumulate ¹⁷

Număr de credite alocate disciplinei ¹⁸			Repartizare credite pe competențe ¹⁹
6.1. Competențe profesionale	CP1	Analiza nevoilor, formularea obiectivelor și identificarea problematicilor specifice stresului și emoțiilor în organizații: operarea cu concepte fundamentale și modele avansate	0,5
	CP2	Diagnoza proceselor de gestionare a emoțiilor și stresului care implică resursa umană și elaborarea, proiectarea/ planificarea și implementarea de programe de intervenție la nivel individual, de grup și organizațional	0,5
	CP3	Realizarea de cercetări, care să răspundă unor probleme din practica organizațională și ocupațională specifică: evaluarea mediului/ contextului muncii și managementul emoțiilor și stresului, ca risc.	0,5
	CP4	Design-ul, elaborarea, dezvoltarea, testarea și implementarea de proceduri, metode, tehnici, instrumente și produse necesare derulării proceselor specifice gestionării sănătății ocupaționale și a securității/ siguranței în muncă.	0,5
	CP5	Comunicarea și raportarea rezultatelor (redactarea rapoartelor și acordarea de feed-back)	0,5
6.2. Competențe transversale	CT1	de responsabilitate, inițiativă și autonomie în îndeplinirea sarcinilor profesionale și în luarea deciziilor, în vederea soluționării prompte a situațiilor de criză/ schimbare, la nivel organizațional, ocupațional și individual și în funcție de context;	0,25
	CT2	De executare a unor sarcini profesionale complexe, în condiții de autonomie și de independență profesională;	0,25
	CT3	de asigurare a calității serviciilor, de cunoaștere și respectare a eticii profesionale din domeniul de activitate;	0,5

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

7.1. Obiectivul general	Dezvoltarea nivelului de cunoștințe și abilități pentru diagnoza și intervenția în gestionarea emoțiilor și stresului în organizații
7.2. Obiectivele specifice	Dezvoltarea nivelului de abilități pentru diagnoza și managementul emoțiilor și stresului la nivelul angajatului/ grupului de muncă/ departamentului/ organizației (specific ocupațional)

8. Conținuturi

8.1. Curs²⁰	Metode de predare²¹	Nr. ore
Curs 1 Gestionarea stresului și emoțiilor în organizații: obiect, definiții, delimitări, istoric, direcții de cercetare	Expunere, prelegere, prezentare a problematicii studiate, utilizare videoproiector, discuții cu studenții	2
Curs 2 Metode și tehnici de investigare în psihologia stresului și a emoțiilor din organizații	Expunere, prelegere, prezentare a problematicii studiate, utilizare videoproiector, discuții cu studenții	2
Curs 3 Stresori și predictorii în activitatea socioprofesională	Expunere, prelegere, prezentare a problematicii studiate, utilizare videoproiector, discuții cu studenții	2
Curs 4 Investigarea psihologică a comportamentului emoțional de la locul de muncă	Expunere, prelegere, prezentare a problematicii studiate, utilizare videoproiector, discuții cu studenții	2
Curs 5 Munca emoțională: obiect, delimitări, modele de diagnoză	Expunere, prelegere, prezentare a problematicii studiate, utilizare videoproiector, discuții cu studenții	2
Curs 6 Disonanța emoțională, predictor pentru stresul socioprofesional	Expunere, prelegere, prezentare a problematicii studiate, utilizare videoproiector, discuții cu studenții	2
Curs 7 Noțiuni de etică și deontologie profesională în gestionarea stresului și emoțiilor din organizații	Expunere, prelegere, prezentare a problematicii studiate, utilizare videoproiector, discuții cu studenții	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 Istoricul diagnozei stresului ocupațional și emoțiilor în organizații	Studiu de caz, demonstrație, exercițiu	2
Act. 2 Modele de diagnoză organizațională	Studiu de caz, demonstrație, exercițiu	2
Act. 3 Evaluarea stresului ocupațional	Studiu de caz, demonstrație, exercițiu	2
Act. 4 Realizarea raportului de diagnoză în legătură cu evaluarea stresului socioprofesional	Studiu de caz, demonstrație, exercițiu	2
Act. 5 Evaluarea muncii emoționale	Studiu de caz, demonstrație, exercițiu	2
Act. 6 Realizarea raportului de diagnoză în legătură cu evaluarea muncii emoționale	Studiu de caz, demonstrație, exercițiu	2
Act. 7 Evaluarea proiectelor	Studiu de caz, demonstrație, exercițiu	4
Total ore seminar/laborator		14

9. Bibliografie

9.1. Referințe bibliografice recomandate	<p>Chelcea, Septimiu.(2006). Emoțiile în viața socială. Rușinea și vinovăția în spațiul public postdecembrist din România Sociologie Românească, 1, 24-43.</p> <p>Eide, D. și Lindberg, F. (1997). Exploring external interactions and consequences for knowing: A critical analysis of service firms. (Lucrare prezentată la cea de-a 14-a Conferința Nordică de Afaceri Bodo).</p> <p>Eide, D. [2000] (2005). A situated – relational approach to knowing and learning: Integrating emotions and social relational sides: Tromso: Tromso University Press.</p> <p>Hochschild, Arlie Russell. (1979). Emotion work, feeling rules, and social structure. The American Journal of Sociology, 85, 3, 551-575.</p> <p>Hochschild, Arlie Russell. (2003). The Commercialization Of Intimate Life: Notes From Home and work. Berkely: University of California Press.</p> <p>Hochschild, Arlie Russell (1983) The Managed Heart. Commercialization of Human Feeling</p>
9.2. Referințe bibliografice suplimentare	<p>Cascio, W. F. (2003). <i>Changes in workers, work, and organizations</i>. In W. C. Borman, D. Cosnier, J. Introducere în psihologia emoțiilor și sentimentelor, Polirom, 2007</p> <p>Schiopu Ursula, Introducere în psihodiagnostic, Humanitas, 2002</p> <p>Ashford, B.E. și Humprey R.S. (1995). Emotion in the workplace: A reappraisal. Human Relations, 48, 2, 97-125.</p> <p>Ashford, B. E. și Tomiuk, M. A. (2000). Emotional labour and authenticity: Views from service agents. În S. Fineman (Ed.), Emotions in organizations. Thousand Oaks, CA: Sage.</p>

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

Se realizează prin contacte/ întâlniri periodice cu angajatori, absolvenți și membri ai comunității academice, pentru analiza/ actualizarea problematicilor și adaptarea conținuturilor/ competențelor.

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)	
		Teme de casă:	%		
		Alte activități ²⁹ :	%		
		Evaluare finală: Examen scris	50% (min. 5)		
11.4b Seminar	• Frecvența/relevanța intervențiilor sau răspunsurilor	Evidența intervențiilor, portofoliu de lucrări (studii de caz/ referate/ sinteze științifice)		50% (minim 5)	CEF
11.4c Laborator	• 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		% (minim 5)	
11.4d Proiect	• 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		% (minim 5)	
11.5 Standard minim de performanță ³⁰ : Obținerea notei 5 la examenul scris (reflectă CP1, CP2, CP3, CP4 și elaborarea unui portofoliu la seminar, pentru care să obțină nota 5 (reflectă CP2, CP5 și CT1, CT2 și CT3)					

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: | 2 | 3 | / | 0 | 9 | / | 2 | 0 | 2 | 4 |

Data avizării în Departament: | 0 | 1 | / | 1 | 0 | / | 2 | 0 | 2 | 4 |

	Grad didactic, titlul, prenume, numele	Semnătura
Titulari disciplină	Conf. dr. Adrian Tudor BRATE	
	Lect. dr. Daniela VINTILĂ	
Responsabil program de studii	Conf. dr. Adrian Tudor BRATE	
Director Departament	Conf. 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)

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

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
- TOCpSpD = Număr total ore curs/săptămână din plan
- TOApSpD = 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 problematicii 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.