



FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea “Alexandru Ioan Cuza” din Iași
1.2 Facultatea	Facultatea de Psihologie și Științe ale Educației
1.3 Departamentul	Psihologie
1.4 Domeniul de studii	Psihologie
1.5 Ciclu de studii	Masterat
1.6 Programul de studii / Calificarea	Evaluarea, formarea și consilierea psihologică a personalului

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Coaching organizațional						
2.2 Titularul activităților de curs	Lect. Dr. Daniela Victoria Zaharia						
2.3 Titularul activităților de seminar	Lect. Dr. Daniela Victoria Zaharia						
2.4 An de studiu	II	2.5 Semestru	I	2.6 Tip de evaluare	C	2.7 Regimul disciplinei	OB

* OB – Obligatoriu / OP – Opțional

3. Timpul total estimat (ore pe semestru și activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	2	din care: 3.2 curs 0	3.3. seminar/laborator 2	
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5. curs 0	3.6. seminar/laborator 28	
Distribuția fondului de timp				ore
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele				30
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren				29
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri				25
Tutoriat				10
Examinări				2
Alte activități:.....				16
3.7 Total ore studiu individual				112
3.8 Total ore pe semestru				140
3.9 Număr de credite				5

4. Precondiții (dacă este cazul)

4.1 De curriculum	-
4.2 De competențe	Competențe de citire și analiză critică a textelor de specialitate scrise în limba română și în limba engleză

5. Condiții (dacă este cazul)

5.1 De desfășurare a cursului	conexiune internet, acces la platforma Webex
5.2 De desfășurare a seminarului/laboratorului	conexiune internet, acces la platforma Webex



6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	<p>C 1. Diferențierea tipurilor de intervenție organizațională C1.1. Descrierea și definirea procesului de coaching, introducerea abordărilor și teoriilor din perspectiva diferitelor școli de coaching; C 1.2. Identificarea diferențelor dintre posibilele intervenții organizaționale; metode de intervenție, modele de expertiză, responsabilizarea clientului; C 1.3. Identificarea condițiilor premergătoare unei intervenții de coaching.</p> <p>C 2. Înțelegerea procesului de coaching C 2.3. Descrierea cadrului și aplicarea secvențială a etapelor de proces;</p> <p>C 3. Practicarea procesului de coaching; C 3.3. Aplicarea procesului în serii experiențiale succesive din triplă perspectivă: coach- coachee-observator.</p> <p>C 4. Comunicarea de tip feeforward. C.4.1 Elaborarea mesajului de tip feedforward în cadrul/după intervenția de coaching.</p>
Competențe transversale	<p>CT2. Conștientizarea mecanismelor de schimbare comportamentală pornind de la un model tripartit Coaching Clinic®</p> <p>CT3. Crearea condițiilor de siguranță psihologică în echipă și organizație.</p> <p>CT4. Cultivarea climatului de încredere și dezvoltare a potențialului în echipă și organizație.</p>

7. Obiectivele disciplinei (din grila competențelor specifice acumulate)

7.1. Obiectivul general	<p>Dobândirea abilității de a aplica un model de coaching bazat pe metoda The Coaching Clinic® - Corporate CoachU.</p>
7.2. Obiectivele specifice	<p>La finalizarea cu succes a acestei discipline, studenții vor fi capabili să:</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Explice diferențele de abordare dintre diferite intervenții organizaționale;▪ Învețe principiile generale ale procesului de coaching.▪ Aplice modelul de coaching bazat pe metoda The Coaching Clinic®▪ Identifice și să practice diferite abilități de coaching.▪ Creeze un plan de acțiune individual menit să proiecteze un program de dezvoltare personală sau profesională.

**8. Conținut**

8.1	Curs	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
1.	-		
2.	-		
3.	-		
4.	-		
5.	-		
6.	-		
7.	-		
8.	-		
9.	-		
10.	-		
11.	-		
12.	-		
13.	-		
14.	-		
Bibliografie			
8.2	Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
1.	Introducere în Coaching. Istoric, descrierea cadrului conceptual. Diferențe de abordare.	Expunere, discuții de grup	2h



2.	Stiluri conversaționale. Manager vs coach. Responsabilizarea coachee-ului.	Expunere, exercitii de grup	2h
3.	Crearea condițiilor de coaching. Siguranța psihologică.	Expunere, discuții de grup	2h
4.	Tipuri de ascultare. Ascultarea contextuală. Aplicații în diadă.	Expunere, simulare, discuții de grup	2h
5.	Abilități de coaching. Coaching aplicat în triadă.	Expunere, exercitiul în triadă	2h
6.	Feedback și Feedforward. Tehnici aplicate în triadă.	Expunere, discuții de grup	2h
7.	Tehnica întrebărilor de descoperire	Simulare, Exercițiu în triadă	2h
8.	Integrarea intervenției de coaching în modelul de leadership Hersey Blanchard	Joc de rol, discuții de grup, expunere	2h
9.	Aplicarea modelului bazat pe tehnica The Coaching Clinic®	Expunere, studiul de caz, discuții de grup	2h
10.	Intervenția de coaching în buclă- focus pe obiectiv și starea dorită. Coaching aplicat.	Demonstratia, discuții de grup, expunere,	2h
11.	Conversații de clarificare în matricea logică a comunicării. Coaching aplicat.	Demonstratia, Exercițiu în triadă	2h
12.	Obținerea angajamentului. Coaching aplicat.	Demonstratia, Exercițiu în triadă	2h
13.	Coaching aplicat. Feedforward 360 °	Demonstratia, exercițiu în triadă, discuții în plen	2h
14.	Evaluarea schimbărilor de paradigmă personală. Crearea planului individual de acțiune.	Discuții în plen	2h

Referințe bibliografice:

The Coaching Clinic®- Coach University, London, 2009
Coaching Fundamentals- Institute of Coaching Mclean, aff. Harvard Medical School
Coaching Skills Program, Life Coaching Academy, 2011
Excellence in coaching: the industry guide / Association for Coaching, Jonathan Passmore, 2012
Executive Coaching, Center for Creative Leadership, Greensboro, Carolina, 2008
J Whitmore, Coaching for Performance, Nicholas Brealey Publishing, London, 2009
T. Gallwey, The Inner Game, The Classic Guide to the Mental Side of Peak Performance, 1997

9. Coroborarea conținutului disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

Concordanța dintre competențele formate la nivelul modului de masterat supus re-evaluării și nevoile pieței muncii a fost evaluată în cadrul proiectului POSDRU/86/1.2/S/58717 "Definirea calificării de psiholog și a descriptorilor sectoriali de învățare, în vederea adaptării programelor de masterat în psihologie la nevoile pieței muncii din România". Au fost realizate o serie de seminarii consultative cu reprezentanți ai angajatorilor, având ca scop definirea setului de competențe necesare unui psiholog absolvent al masteratului *Evaluarea, formarea și consilierea psihologică a personalului*. În cadrul acestor seminarii consultative s-au evidențiat solicitările angajatorilor de a dezvolta la nivelul studenților abilități de evaluare a



nevoilor de formare, de selecție a furnizorilor cei mai potriviți de programe de formare, de proiectare și implementare a unor programe de formare pe competente sociale.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere în nota finală (%)
10.4 Curs			
10.5 Seminar/ Laborator	<ul style="list-style-type: none">- Abilitatea de a explica abilitățile necesare în coaching, procesul de coaching și principiile intervenției.- Abilitatea de a utiliza cunoștințele transmise în situații concrete și reale.- Abilitatea de a practica modelul conversației de coaching.	<ul style="list-style-type: none">ColocviuPortofoliuActivitatea din timpul cursurilor	<ul style="list-style-type: none">60%15%25%
10.6 Standard minim de performanță			
Minim 4.5 nota finală.			

Data completării
30.09.2020

Titular de curs
Lect. Dr. Daniela Victoria Zaharia

Titular de seminar
Lect. Dr. Daniela Victoria Zaharia

Data avizării în departament

Director de departament
Prof. Dr. Andrei Holman

**FIȘA DISCIPLINEI****1. Date despre program**

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea “Alexandru Ioan Cuza” din Iași
1.2 Facultatea	Facultatea de Psihologie și Științe ale Educației
1.3 Departamentul	Psihologie
1.4 Domeniul de studii	Psihologie
1.5 Ciclul de studii	Masterat
1.6 Programul de studii / Calificarea	Evaluarea, Formarea și Consilierea Psihologică A Personalului

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Gestionarea carierei in contextul echilibrului muncă-familie						
2.2 Titularul activităților de curs	Lect. Dr. Zaharia Daniela Victoria						
2.3 Titularul activităților de seminar	Lect. Dr. Zaharia Daniela Victoria						
2.4 An de studiu	2	2.5 Semestru	3	2.6 Tip de evaluare	M	2.7 Regimul disciplinei	OP

* OB – Obligatoriu / OP – Opțional

3. Timpul total estimat (ore pe semestru și activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	42	din care: 3.5. curs	28	3.6. seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp					ore
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele					20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					20
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					20
Tutoriat					20
Examinări					3
Alte activități.....					
3.7 Total ore studiu individual					83
3.8 Total ore pe semestru					125
3.9 Număr de credite					5

4. Precondiții (dacă este cazul)

4.1 De curriculum	-
4.2 De competențe	Competente de citire si analiză a textelor de specialitate scrise in limba română și în limba engleza

5. Condiții (dacă este cazul)

5.1 De desfășurare a cursului	Sala de curs pentru 50 persoane, dotată cu video-proiector
5.2 De desfășurare a seminarului/laboratorului	Sala de seminar, preferabil cu mese mobile



6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	<p>C 1. Analiza nevoi; Definiere scop C1.1. Descrierea conceptelor, modelelor, teoriilor, proceselor cât și a normelor relevante pentru cerințele și nevoile organizaționale sau ale psihologiei transporturilor.; C 1.2. Utilizarea cunoștințelor de specialitate pentru interpretarea unor situații, probleme, oportunități specifice.;</p> <p>C 2. Evaluare și diagnoză C 2.1. Prezentarea tehnicilor, a metodelor și a principiilor de evaluare în vederea gestionării carierei. C 2.3. Selectarea și aplicarea metodelor de evaluare psihologică și diagnostic organizațional, ținând cont de specificul situațional.</p> <p>C 3 Proiectare intervenție; Dezvoltare instrumente C 3.1. Descrierea fundamentării teoretice relevante pentru proiectarea intervenției și dezvoltarea de metodologii utile gestionării carierei și a relațiilor dintre viața profesională și viața personală. C 3.3. Elaborarea planului de intervenție adaptat specificului situației.</p> <p>C4 Intervenție C 4.1. Descrierea cadrului teoretic relevant pentru implementarea și gestiunea de tip management al carierei și al relațiilor muncă - familie; C 4.3. Aplicarea în contexte specifice a metodelor, tehnicilor și procedurilor de intervenție specifice. C 4.4. Monitorizarea și ajustarea secvențelor intervențiilor din sfera managementului carierei și al relațiilor muncă - familie C 4.5. Adaptarea și îmbunătățirea modului de implementare a metodelor, tehnicilor sau procedurilor de intervenție.</p>
Competențe transversale	<p>CT1. Îndeplinirea responsabilităților profesionale conform principiilor deontologice specifice profesiei. CT2. Gestionarea procesului de auto-dezvoltare personală și profesională continuă pornind de la analiza reflexivă a propriei activități profesionale. CT4. Executarea unor sarcini profesionale complexe, în condiții de autonomie și independență profesională.</p>

7. Obiectivele disciplinei (din grila competențelor specifice acumulate)

7.1. Obiectivul general	<p>Aprofundarea fundamentării teoretice și a strategiilor de intervenție în vederea gestionării carierei și a relațiilor dintre viața profesională și cea personală.</p>
7.2. Obiectivele specifice	<p>La finalizarea cu succes a acestei discipline, studenții vor fi capabili să:</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Explice principalele modele teoretice ale managementului carierei și al relației muncă – familie.▪ Analizeze principalii factori care contribuie la o gestionare eficientă a carierei în contextul echilibrului muncă - familie▪ Descrie principalele tehnici care sunt utilizate în mediul organizațional în vederea managementului carierei și al gestionării relațiilor dintre viața profesională și viața personală.▪ Proiecteze un plan de gestionare a carierei▪ Utilizeze cel puțin trei tehnici specifice procesului de management al carierei.

**8. Conținut**

8.1	Curs	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
1.	Cariera – perspective clasice și moderne	Expunere, discuții de grup	2 h
2.	Stagii ale carierei	Expunere, discuții de grup	2 h
3.	Auto-cunoașterea în procesul de gestionare a carierei	Expunere, discuții de grup	2 h
4.	Cunoașterea mediului/ contextului profesional și gestionarea carierei	Expunere, discuții de grup	2 h
5.	Branding personal în contextul căutării unui loc de muncă	Expunere, discuții de grup	2 h
6.	Instrumente utile în planificarea individuală a carierei	Expunere, discuții de grup	2 h
7.	Abordări organizaționale relevante pentru managementul carierei	Expunere, discuții de grup	2 h
8.	Integrarea profesională a persoanelor cu nevoi speciale	Expunere, discuții de grup	2 h
9.	Dificultăți asociate concedierii și somajului. Reintegrarea în muncă a somerilor	Expunere, discuții de grup	2 h
10.	Strategii organizaționale și individuale de gestionare a pensionării	Expunere, studiu de caz	2 h
11.	Interfața muncă - familie	Expunere, vizionare materiale video	2 h
12.	Strategii individuale de gestionare a interacțiunii muncă familie	Expunere, discuții de grup	2 h
13.	Strategii organizaționale de gestionare a interacțiunii muncă familie	Expunere, discuții de grup	2 h
14.	Relații romantice la locul de muncă	Expunere, discuții de grup	2 h

Bibliografie

Referințe principale:

Andronie M. (2012). *Diferențele bazate pe gen în ceea ce privește profesiile, cariera și veniturile*. București: Editura Fundației României de Măine.

Baruch, Y. (2004). *Managing careers : theory and practice*. Prentice Hall

Brown, D. (2002). *Career Choice and Development* (ed. 4). San Francisco: Jossey-Bass

Butnaru D. G. (2014). *Interfața muncă-familie: de la perspectiva conflictului și a interacțiunii pozitive la modele integratoare*. Iași: Universitatea Al. I. Cuza

Clawson, J. (2010). *Balancing your life. Executive Lessons for Work, Family and Self*. Singapore: World Scientific Publishing Co.

Dănilă O. (2011). *Calitatea vieții de familie versus performanța în muncă - o analiză psihosocială*. Iași: Universitatea Al. I. Cuza.

Hirsch, A. S. (2005). *Job Search and Career Checklists. 101 Proven Time-Saving Checklists to Organize and Plan Your Career Search*. Indianapolis: JIST Works



- Miclea M. (2013). *Consilierea în carieră. Tehnici și metode pentru secolul XXI*. Cluj-Napoca: ASCR.
- Mills, D. Q., Mattu, S. K. & Hornby, K.R. (2004). *Having It All... and Making It Work: Six Steps for Putting Both Your Career and Your Family First*. Upper Saddle River: Pearson Education.
- O'Connell, B. (2003). *The Career Survival Guide*. New York: McGraw-Hill
- Sugarman, L. (2004). *Counselling and the Life Course*. London: SAGE Publications
- Yarnall, J. (2008), *Strategic Career Management. Developing Your Talent*. London Elsevier
- Zaharia, D.V. (2016). Strategii organizaționale de gestionare a stresului asociat conflictului muncă-familie. In D. Muntele-Hendreș (coord.) *Optimizarea comportamentului uman în sănătate și în boală*, pp. 271 – 304. Iași: Editura Universității „Al. I. Cuza”.
- Zaharia, D.V. (2016). Relațiile romantice la locul de muncă. In St. Boncu & M. N.Turliuc (eds.) *Relațiile intime*, pp. 48 – 57. Iași: Polirom ISBN: 978-973-46-6012-4

Referințe suplimentare:

- Băluță O. (2007). *Șanse egale prin concilierea vieții de familie cu cariera*. București: Maiko.
- Bianchi, S. M., & Milkie, M. A. (2010). Work and Family Research in the First Decade of the 21st Century. *Journal of Marriage and Family*, 72, 705 – 725.
- Byron, K. (2005). A meta-analytic review of work-family conflict and its antecedents. *Journal of Vocational Behavior*, 67, 169 – 198
- Hirsch, A. S. (2005). *Job Search and Career Checklists. 101 Proven Time-Saving Checklists to Organize and Plan Your Career Search*. Indianapolis: JIST Works
- Michel, J. S., Kotrba, L. M., Mitchelson, J.K., Clark, M. A., & Baltes, B. B. (2011). Antecedents of work-family conflict: A meta-analytic review. *Journal of Organizational Behavior*, 32(5), 689–725.
- Miclea M. (2010). *Consilierea și planificarea în carieră pentru generația digitală*. Cluj-Napoca: Editura ASCR.
- Zaharia, D.V., Gavriloaiei, S.I. (2015). Flexibilitatea granițelor muncă – familie în context românesc (123 - 135). In A.-M. Marhan. M.I.Micle, D.Ș. Săucan (eds.) *Perspective asupra interfeței muncă – familie. Între conflict și echilibru*. București: Editura Academiei Române. ISBN: 978 – 973-27-2599-3

8.2	Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
1.	Seminar introductiv. Povestea vieții.	Exercitii individuale si de grup	2h
2.	Auto-cunoașterea (valori, interese) și managementul carierei	Exercitii individuale si de grup	2h
3.	Auto-cunoașterea (competente) și managementul carierei.	Exercitii individuale si de grup	2h
4.	Stabilirea/ formularea unui plan de cariera.	Exercitiul	2h
5.	Consiliere in cariera: Strategii de abordare a două cazuri distincte	Studiul de caz. Discutii de grup	2h
6.	Studii de caz: Interfata muncă – familie	Studiul de caz. Discutii de grup	2h
7.	Strategii de gestionare a interfeței familie – munca	Studiul de caz. Discutii de grup	2h

**Bibliografie**

Baltes, B. B., Briggs, T. E., Huff, J. W, Wright, J., & Neuman, G. (1999). Flexible and Compressed Workweek Schedules: A Meta-Analysis of Their Effects on Work-Related Criteria. *Journal of Applied Psychology*, 84(4), 496-513.

Clawson, J. (2010). *Balancing your life. Executive Lessons for Work, Family and Self*. Singapore: World Scientific Publishing Co.

Dunning D. (2013). *Ce tip de carieră ți se potrivește? - cum să-ți găsești cariera perfectă*. București: Trei.

Lemeni G. (2010). *Consiliere și orientare - ghid de educație pentru carieră*. Cluj-Napoca: Editura ASCR, 2010

Mills, D. Q., Mattu, S. K. & Hornby, K.R. (2004). *Having It All... and Making It Work: Six Steps for Putting Both Your Career and Your Family First*. Upper Saddle River: Pearson Education.

O'Connell, B. (2003). *The Career Survival Guide*. New York: McGraw-Hill

Schwaiger J. (2012). *Descoperind cariera pe care să o iubești - ghid complet de planificare a carierei*. Cluj-Napoca: Risoprint, 2012.

Sugarman, L. (2004). *Counselling and the Life Course*. London: SAGE Publications

Szilagy A. (2008). *Manualul consultantului în carieră*. Iași: Institutul European.

9. Coroborarea conținutului disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

Această disciplină a fost introdusă ca urmare a consultărilor cu reprezentanți ai pieței muncii care au scos în evidență existența problemelor de gestionare a carierei și a interferenței vieții personale – viața familială. În contextul schimbărilor sociale și economice din ce în ce mai rapide și foarte profunde uneori, a schimbărilor aparute în structura diverselor roluri ale vieții, cele două problematici dobândesc un rol din ce în ce mai pregnant în dinamica stării de bine a angajaților și în dinamica fluctuației de personal a organizațiilor.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere în nota finală (%)
10.4 Curs	Corectitudinea informațiilor dobândite. Capacitatea de analiză critică.	Examen scris	35%
10.5 Seminar/ Laborator	Capacitate de utilizare a instrumentelor și tehnicilor prezentate	Portofoliu și Activitate în timpul seminariilor	65% (35%+30%)
10.6 Standard minim de performanță			
Nota finală minim 5. Prezența la examenul final este obligatorie.			

Data completării
30.09.2020

Titular de curs
Lect. dr. Daniela Victoria Zaharia

Titular de seminar
Lect. dr. Daniela Victoria Zaharia

Data avizării în departament

Director de departament
Prof. dr. Andrei Holman

**FIȘA DISCIPLINEI****1. Date despre program**

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea “Alexandru Ioan Cuza” din Iași
1.2 Facultatea	Facultatea de Psihologie și Științe ale Educației
1.3 Departamentul	Psihologie
1.4 Domeniul de studii	Psihologie
1.5 Ciclul de studii	Master
1.6 Programul de studii / Calificarea	EFCPP

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Comportamente și riscuri pentru sănătate						
2.2 Titularul activităților de curs	Conf. Univ. Dr. Daniela Muntele						
2.3 Titularul activităților de seminar	Conf. Univ. Dr. Daniela Muntele						
2.4 An de studiu	2	2.5 Semestru	1	2.6 Tip de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	OP

* OB – Obligatoriu / OP – Opțional

3. Timpul total estimat (ore pe semestru și activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar/laborator	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	42	din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp					ore
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele					20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					10
Pregătire seminar/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					13
Tutoriat					20
Examinări					20
Alte activități.....					
3.7 Total ore studiu individual					83
3.8 Total ore pe semestru					125
3.9 Număr de credite					5

4. Precondiții (dacă este cazul)

4.1 De curriculum	Psihologie generală, psihodiagnostic, psihopatologie
4.2 De competențe	Utilizarea cunoștințelor de specialitate pentru a prezenta o problemă legată de psihologia omului sănătos sau bolnav

5. Condiții (dacă este cazul)

5.1 De desfășurare a cursului	Sala curs cu videoproiecție
5.2 De desfășurare a seminarului/laboratorului	Sala de curs cu videoproiecție și acces la internet



6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	<ol style="list-style-type: none">1. Realizează evaluare și diagnoză, conduce interviuri semi-structurate sau structurate și utilizează diferite metode psihometrice: scale, teste, chestionare, inventare psihologice etc. (competență de evaluare și diagnoză, de utilizare a instrumentelor psihometrice);2. Elaborează strategii de consiliere, terapie și intervenție psihologică, prevenție primară, secundară, terțiară;3. Identifică și diferențiază critic literatura de specialitate pentru documentarea adecvată a practicii psihologiei clinice fundamentată pe evidențe științifice ;4. Participă la elaborarea de studii și rapoarte de cercetare.
Competențe transversale	CT3. Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă multidisciplinară pe diverse paliere ierarhice și în contexte socio-culturale diverse; CT4. Executarea unor sarcini profesionale complexe, în condiții de autonomie și de independență profesională.

7. Obiectivele disciplinei (din grila competențelor specifice acumulate)

7.1. Obiectivul general	În urma studierii complete a tematicii la disciplina aceasta, studenții trebuie să poată prezenta și descrie temele abordate, să definească și să explice conceptele de bază ale fiecărui capitol, să aplice informațiile în rezolvarea aplicațiilor propuse la curs.
7.2. Obiectivele specifice	La finalizarea cu succes a acestei discipline, studenții vor fi capabili să: -Explice principalele modele teoretice de predicție ale comportamentelor importante pentru sănătate și să elaboreze proiecte de intervenție -Elaboreze planuri de comunicare interpersonală specifică activităților de promovare a sănătății și de prevenție a bolilor -Utilizeze metode de proiectarea și realizarea intervențiilor psihologice specifice atitudinilor și comportamentelor cu impact asupra sănătății -Analizeze modalitățile de evaluare psihologică a individului, grupului, organizației

8. Conținut

8.1	Curs	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
1.	Abordarea social-cognitivă a comportamentelor importante pentru sănătate.		2h



2.	Modelul credințelor despre sănătate (Rosenstock)	Curs interactiv, expunere, exemplificare, învățare prin descoperire, lucru individual și/sau în perechi, în grupuri mici, argumentare, dezbateri, controversă academică, joc de rol, elaborarea unui proiect de intervenție, rezolvarea de probleme.	2h
3.	Teoria motivației pentru protecție (Rogers)		2h
4.	Teoria acțiunii raționale (Fishbein și Ajzen)		2h
5.	Teoria comportamentului planificat (Ajzen)(I)		2h
6.	Teoria comportamentului planificat (Ajzen) (II)		2h
7.	Abordarea procesuală a acțiunilor necesare pentru sănătate (Schwarzer)		2h
8.	Teorii stadiale ale comportamentelor importante pentru sănătate (I) (Prochaska și DiClemente)		2h
9.	Teorii stadiale ale comportamentelor importante pentru sănătate (II) (Weinstein)		2h
10.	Teoria autoreglării (Leventhal)		2h
11.	Reprezentarea bolii, a tratamentului și autoreglarea.		2h
12.	Implementarea intențiilor și comportamentele importante pentru sănătate		2h
13.	Stabilirea scopurilor legate de schimbări comportamentale și implementarea lor.		2h
14.	Promovarea sănătății din perspectiva teoriei social-cognitive		2h

Bibliografie**Referințe principale:**

Chameron, L.D. and Leventhal H. (2003). The self-regulation of health and illness behaviour. Routledge
Johnston, D.W. și Johnston, M. Health Psychology, Vol.8, în A.S. Bellack și M.Hersen (coord.), 2001.
Comprehensive Clinical Psychology.

Conner, M. și Norman, P. (2005). Predicting health behaviours. McGraw-Hill, Education.

Norman, P., Abraham, C. and Conner, M. (2000). Understanding and changing health behaviour. From Health Beliefs to self-regulation. Routledge.

Petru Derevenco, Ion Anghel și Adriana Baban (coord.), Stresul în sănătate și boală. De la teorie la practică. Dacia, Cluj-Napoca.

Shumaker, S.A., Schron, E.B., Ockene, J.K., 1990. The Handbook of Health behavior Change, Springer Publishing Company, John Wiley & Sons, Inc.



Stok, M., De Ridder D. și Vet, E. (2013). Strategii de support pentru o alimentatie sanatoasa la adolescent. ASCR Cluj-Napoca.

Schwarzer, R. (1992). Self-efficacy in the adoption and maintenance of health behaviors: Theoretical approaches and a new model. In R. Schwarzer (Ed.), *Self-efficacy: Thought control of action* (pp. 217–242). Washington, DC: Hemisphere.

Taylor, S.E. 2011. Health Psychology Boston: McGraw-Hill.

Referințe suplimentare:

Muntele Hendres D. (coord.) (2016). Optimizarea comportamentului uman in sanatate si in boala. Editura Universitatii Alexandru Ioan Cuza din Iasi.

Craciun, C., Stan, A. și Balazsi, R. (2011). Comportamentul alimentar si activitatea fizica la elevii din Romania, Risoprint, Cluj-Napoca.

Baban A. (1998). Stres si personalitate. Presa Universitara Clujeana.

8.2	Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
1.	Comunicarea legată de risc pentru sănătate (1)	Dezbateri, problematizare, elaborarea și prezentarea propriilor proiecte de cercetare și intervenție în vederea contribuției la rezolvarea unei probleme specifice.	2h
2.	Comunicarea legată de risc pentru sănătate (2)		2h
3.	Rolul psihologiei în politicile pentru sănătate (1)		2h
4.	Rolul psihologiei în politicile pentru sănătate (1)		2h
5.	Schimbarea comportamentală relevantă pentru sănătate. Taxonomia tehnicilor de schimbare (1)		2h
6.	Schimbarea comportamentală relevantă pentru sănătate. Taxonomia tehnicilor de schimbare (2)		2h
7.	Schimbarea comportamentală relevantă pentru sănătate. Taxonomia tehnicilor de schimbare (3)		2h

Bibliografie (selectiv):

Michie, S. Richardson, M., Johnston, M., Abraham, C., Francis, J., Hardeman, W., Eccles, M., Cane J., Wood. C.E. (2013). The behavior change technique taxonomy (v1) of 93 hierarchically clustered techniques: building an international consensus for the reporting of behavior change interventions. *Ann Behav Med* 81-95.

Petrie, KJ, Cameron, L, Ellis, CJ, Buick, D, Weinman, J. (2002). Changing illness perceptions after myocardial infarction: an early intervention randomized controlled trial. *Psychosom Med.*;64:580–586.

Schweitzer, A.M., Dima, A., Vlahopol, L., Stanciu S. (2015). Teoria și practica aderenței la tratament. Constanța Baylor.



Sniehotta, F. F., Scholz, U., & Schwarzer, R. (2005). Bridging the intention-behaviour gap: Planning, self-efficacy, and action control in the adoption and maintenance of physical exercise. *Psychology & Health*, 20, 143–160.

Norman, P., Abraham, C. and Conner, M. (2000). Understanding and changing health behaviour. From Health Beliefs to self-regulation. Routledge.

Kremers SPJ, Brug J, de Vries H, Engels RCME (2003). Parenting style and adolescent fruit consumption. *Appetite*, 41: 43-50..

Johnston, D.W. și Johnston, M. Health Psychology, Vol.8, în A.S. Bellack și M.Hersen (coord.), 2001. *Comprehensive Clinical Psychology*.

9. Coroborarea conținutului disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

Cunoștințele și abilitățile necesare pentru implementarea de programe adecvate de screening, prevenție a îmbolnavirilor și promovarea sănătății prin managementul stresului și adoptarea de comportamente favorabile sanatații pot fi aplicate în practica psihologică din domeniile clinic, educațional și organizațional.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere în nota finală (%)
10.4 Curs	Corectitudinea utilizării cunoștințelor în transferul către practică.	a. teste docimologice pe parcursul semestrului și în sesiune.	50
10.5 Seminar/ Laborator	Participarea activă la sarcinile primite, cu respectarea termenelor și cerințelor, cu implicare colaborativă în sarcinile de grup.	b. Implicare în elaborarea sarcinilor de lucru la seminar și teste docimologice pe parcursul semestrului și în sesiune.	50
10.6 Standard minim de performanță: note de minim 5 la activitățile de la a și b.			

Tutular curs Conf.
univ. Dr. Daniela
MUNTELE

Titular de seminar
Conf. univ. Dr.
Daniela MUNTELE

Director de
departament Prof.
Univ. Dr. Andrei
HOLMAN



Data completării:
1 octombrie 2020

Data avizării în departament