

**FIȘA DISCIPLINEI  
 2024-2025**
**1. Date despre program**

Instituția de învățământ superior	Universitatea Ștefan cel Mare din Suceava
Facultatea	Facultatea de Științe ale Educației
Departamentul	Departamentul de Specialitate cu Profil Psihopedagogic
Domeniul de studii	Științe ale Educației
Ciclul de studii	Nivelul II (de aprofundare) - Postuniversitar
Programul de studii	Program de formare psihopedagogică

**2. Date despre disciplină**

Denumirea disciplinei	CONSILIERE ȘI ORIENTARE				
Titularul activităților de curs	Conf. univ. dr. Liliana BUJOR				
Titularul activităților aplicative	Asist. univ. dr. Maria IRIMCIUC				
Anul de studiu	I	Semestrul	1	Tipul de evaluare	E
Regimul disciplinei	Categorica formativă a disciplinei DF-disciplină fundamentală; DD-în domeniu; DS-de specialitate; DC- complementară				DC
	Categorica de opționalitate a disciplinei: DI - impusă, DO - opțională, DF - facultativă				DO

**3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)**

I a) Număr de ore, pe săptămână	3	Curs	1	Seminar	2	Laborator		Proiect	
I b) Totalul de ore (pe semestru) din planul de învățământ	42	Curs	14	Seminar	28	Laborator		Proiect	

II. Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	20
II.b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	40
II.b) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	20
II.d) Tutoriat	
III. Examinări	3
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	80
Total ore pe semestru (Ib+II+III+IV)	125
Numărul de credite	5

**4. Precondiții (acolo unde este cazul)**

Curriculum	
Competențe	

**5. Condiții (acolo unde este cazul)**

Desfășurare a cursului	PC, videoproiector, suporturi electronice pentru unitatea de curs, prezentări PPT sau Prezi, flip-chart, foi A1 și A3	
Desfășurare aplicații	Seminar	PC, videoproiector, suporturi electronice pentru aplicații, prezentări PPT sau Prezi, flip-chart
	Laborator	
	Proiect	

**6. Competențe specifice acumulate**

Competențe profesionale	<b>CP1-</b> Transpunerea didactică a conținuturilor științifice specifice domeniului în acord cu diversitatea situațiilor de instruire <b>CP3-</b> Abordarea metodologică a situațiilor de instruire dintr-o perspectivă deschisă și inovatoare <b>CP5-</b> Identificarea resurselor optime în vederea rezolvării situațiilor-problemă din contextul
-------------------------	--

	educațional <b>CP6-</b> Integrarea experiențelor didactice/de cercetare în dezvoltarea unor parteneriate autentice școală-familie-comunitate
Competențe transversale	<b>CT4-</b> Valorificarea reperelor etice și deontologice în dezvoltarea identității profesionale

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

Obiectivul general al disciplinei	Integrarea principiilor procesului de consiliere și orientare în carieră în organizarea activităților instructiv- educative specifice disciplinelor de specialitate și activităților extracurriculare
-----------------------------------	---

### 8. Conținuturi

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
<b>1. Curs introductiv</b> - Specificul disciplinei. Importanță, scop, obiective - Distincția <i>consiliere-psihoterapie</i>	2	Expunerea	
<b>2. Autocunoaștere și dezvoltare personală</b> - Imaginea de sine, stima de sine - Metode de autocunoaștere și intercunoaștere - Caracterizarea principalelor vârste și identificarea problemelor specifice	2	Prelegerea	
<b>3. Personalitatea consilierului</b> - Aptitudinile specifice profesorului consilier - Atitudini și valori ale profesorului consilier	2	Prelegerea- dezbatere	
<b>4. Probleme ce necesită intervenția profesorului consilier</b> - Probleme ce țin de personalitate (timiditate, anxietate, tulburări de comportament, stres) - Probleme ce țin de învățare (eșec școlar, stil de învățare) - Probleme ce țin de relaționare (relația cu familia, cu profesorii, cu colegii, cu prietenii)	2	Conversația euristică  Dezbaterea	
<b>5. Consilierea individuală</b> - Specificul consilierii individuale - Etapele consilierii individuale - Model de consiliere (modelul lui <i>Egan</i> în trei trepte)	2	Studiul de caz  Demonstrația	
<b>6. Consilierea de grup</b> - Specificul consilierii de grup - Etapele consilierii de grup - Metode și Tehnici interactive	2	Problematizarea	
<b>7. Consilierea pentru orientare în carieră</b> - Autocunoașterea: interese, valori, aptitudini și deprinderi, personalitatea - Explorarea traseelor educaționale și profesionale - Decizia de carieră - Marketing sau promovare personală - Proiectul personal	2	Observația	

#### Bibliografie

Băban A., 2001, *Consiliere educațională- ghid metodologic pentru orele de dirigenție și consiliere*, Ed. Ardealul, Cluj Napoca  
Cosmovici A., (1996). *Psihologie generală*, Ed. Polirom, Iași  
Cosmovici A., Iacob L., (2000). *Psihologie școlară*, Ed. Polirom  
Cosnier J., (2002). *Introducere în psihologia emoțiilor și a sentimentelor*, Ed. Polirom, Iași  
Dumitru, A.I., (2008). *Consiliere psihopedagogică. Baze teoretice și sugestii practice*, Ed. Polirom, Iași  
Lemeni G., Miclea M.,(2010). *Consiliere și orientare- Ghid de educație pentru carieră*, Ed. ASCR, Cluj Napoca

Lemeni G., Tărău A., (coordonatori), (2004), *Consiliere și orientare- Ghid de educație pentru carieră (activități pentru clasele IX- XII- SAM)*, Ed. ASCR, Cluj Napoca  
 Niles, S.G., Harris-Bowlsbey, J.A., (2015), *Intervenții în dezvoltarea carierei în secolul 21*, Ed. ASCR, Cluj Napoca  
 Roco M., (2001). *Creativitate și inteligență emoțională*, Ed. Polirom, Iași  
 Schafer H. R. (2007). *Introducere în psihologia copilului*, Ed. ASCR, Cluj  
 Șchiopu U., (1997). *Psihologia vârstelor- ciclurile vieții*, EDP, București  
 Shapiro D., (1995), *Conflictul și comunicarea*, Open Society Institute, New York  
 Tomșa Gh., (1999). *Consilierea și orientarea școlară*, Casa de Editură și Presă Viața Românească, București  
 Note de curs, Curs de consiliere, (2000- 2001), UAIC, Facultatea de Psihologie și Științe ale Educației

#### **Bibliografie minimală**

Lemeni g., Miclea M., *Consiliere și orientare- Ghid de educație pentru carieră*, Ed. ASCR, Cluj Napoca  
 Lemeni G., Tărău A., (coordonatori), 2004, *Consiliere și orientare- Ghid de educație pentru carieră (activități pentru clasele IX- XII- SAM)*, Ed. ASCR, Cluj Napoca  
 Niles, S.G., Harris-Bowlsbey, J.A., (2015), *Intervenții în dezvoltarea carierei în secolul 21*, Ed. ASCR, Cluj Napoca

<b>Aplicații (Seminar)</b>	<b>Nr. ore</b>	<b>Metode de predare</b>	<b>Observații</b>
<b>1. Seminar introductiv</b> - Modalitatea de desfășurare a activității de seminar - Criterii și modalități de evaluare - Specificul disciplinei. Importanță, scop. Discuții libere	2	Exercițiul	
<b>2. Autocunoaștere și dezvoltare personală</b> - Imaginea de sine, stima de sine - Metode de autocunoaștere și intercunoaștere - Caracterizarea principalelor vârste și identificarea problemelor specifice	2	Conversația  Studiul de caz	
<b>3. Comunicarea și relaționarea interpersonală</b> - Transmiterea și receptarea mesajului - Comunicarea și conflictele, bariere în comunicare - Exerciții de comunicare	2	Dezbaterea  Demonstrația	
<b>4. Atitudinile și aptitudinile specifice profesorului consilier</b> - Activități practice, jocuri de rol. Dezbatere	2	Seminar socratic	
<b>5. Identificarea problemelor ce necesită intervenția profesorului consilier</b> - Probleme ce țin de personalitate (timiditate, anxietate, tulburări de comportament, stres) - Probleme ce țin de învățare (eșec școlar, stil de învățare) - Probleme ce țin de relaționare (relația cu familia, cu profesorii, cu colegii, cu prietenii)	2	Problematizarea  Joc de rol	
<b>6. Consilierea individuală</b> - Specificul consilierii individuale - Etapele consilierii individuale - Un model de consiliere (modelul lui Egan în trei trepte) - Activități practice	2	Problematizarea	
<b>7. Consilierea de grup</b> - Specificul consilierii de grup - Etapele consilierii de grup - Tehnici interactive	2		
<b>8. Adaptarea tehnicilor de consiliere la caracteristicile de vârstă și la problemele elevilor</b> - Pubertate, adolescență - Consumul de alcool, tutun, droguri - Comportamentul violent - Studii de caz	2	Exercițiul  Conversația	

<b>9. Strategii de consiliere adaptate elevilor cu nevoi speciale</b> - Elevii cu dificultăți de învățare - Elevii cu abilități înalte	2	Studiul de caz  Dezbaterea	
<b>10. Consilierea pentru orientare în carieră</b> - Autocunoașterea: interese, valori, aptitudini și deprinderi, personalitatea - Explorarea traseelor educaționale și profesionale - Decizia de carieră	2	Demonstrația  Seminar socratic	
<b>11. Marketing sau promovare personală</b> - Proiectul personal	2	Problematizarea	
<b>12. Managementul informațiilor și al învățării</b> - Strategii de învățare	2	Joc de rol	
<b>13. Stil de viață</b> - Calitatea vieții individuale: stil de viață sanogen și patogen - Calitatea relațiilor sociale - Calitatea mediului muncii	2	Problematizarea	
<b>14. Seminar de sinteză și evaluativ</b> - Evaluarea activității studenților și a portofoliilor - Evaluarea finală a seminarului	2		

#### **Bibliografie**

Băban A., 2001, *Consiliere educațională- ghid metodologic pentru orele de dirigenție și consiliere*, Ed. Ardealul, Cluj Napoca

Cosmovici A., (1996). *Psihologie generală*, Ed. Polirom, Iași

Cosmovici A., Iacob L., (2000). *Psihologie școlară*, Ed. Polirom

Copaceanu, M. (2020). *Sex, alcool, marijuana și depresie în rândul tinerilor din România. Studiu național cu participarea a peste 10.000 de tineri și 1.200 de părinți*. Editura Universitara

Debarbieux, É., Royer, É. (2010). *Violența în școală: o provocare mondială?*, Institutul European, Iași

Cosnier J., (2002). *Introducere în psihologia emoțiilor și a sentimentelor*, Ed. Polirom, Iași

Dumitru, A.I., (2008). *Consiliere psihopedagogică. Baze teoretice și sugestii practice*, Ed. Polirom, Iași

Lemeni G., Miclea M.,(2010). *Consiliere și orientare- Ghid de educație pentru carieră*, Ed. ASCR, Cluj Napoca

Lemeni G., Tărău A., (coordonatori), (2004), *Consiliere și orientare- Ghid de educație pentru carieră (activități pentru clasele IX- XII- SAM)*, Ed. ASCR, Cluj Napoca

Niles, S.G., Harris-Bowlsbey, J.A., (2015), *Intervenții în dezvoltarea carierei în secolul 21*, Ed. ASCR, Cluj Napoca

Roco M., (2001). *Creativitate și inteligență emoțională*, Ed. Polirom, Iași

Schafer H. R. (2007). *Introducere în psihologia copilului*, Ed. ASCR, Cluj

Șchiopu U., (1997). *Psihologia vârștelor- ciclurile vieții*, EDP, București

Shapiro D., (1995), *Conflictele și comunicarea*, Open Society Institute, New York

Tomșa Gh., (1999). *Consilierea și orientarea școlară*, Casa de Editură și Presă Viața Românească, București

Note de curs, Curs de consiliere, (2000- 2001), UAIC, Facultatea de Psihologie și Științe ale Educației

#### **Bibliografie minimală**

Niles, S.G., Harris-Bowlsbey, J.A., (2015), *Intervenții în dezvoltarea carierei în secolul 21*, Ed. ASCR, Cluj Napoca

Lemeni G., Miclea M.,(2010). *Consiliere și orientare- Ghid de educație pentru carieră*, Ed. ASCR, Cluj Napoca

#### **9. Coroborarea conținuturilor disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității epistemice, asociațiilor profesionale și angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului**

În stabilirea conținuturilor disciplinei s-au avut în vedere programele analitice similare existente în mediul academic și programele disciplinelor din cadrul programului de studiu prezent.

## 10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	1. Gradul de însușire a reperelor teoretice specifice disciplinei 1.1. Prezența activă la activitatea de curs ( <i>bonus 1-2 p</i> ) 1.2. Test grilă ( <b>10 p</b> )	Examen scris (Test grilă)  Observarea sistematică a activității studenților	<b>50%</b>
Seminar	2. Participarea activă la activitățile de seminar (implicare în activități de tip dezbateri, propunere exerciții pentru stimularea proceselor psihice) ( <b>2 p</b> )  3. Realizarea portofoliului de seminar: 3.1. Studiu de caz- abordarea unei probleme specifice ce necesită consiliere individuală ( <b>4 p</b> ) 3.2. Realizarea unui Plan profesional ( <b>4 p</b> )	Observarea sistematică a activității studenților  Portofoliu	<b>50%</b>

### 10.1. Standard minim de performanță evaluare la curs

- capacitatea de a opera minimal în sfera teoretică a consilierii și orientării;
- capacitatea de a aplica informațiile specifice consilierii și orientării în contexte didactice concrete;

### 10.2. Standard minim de performanță evaluare la activitatea aplicativă

- demonstrarea abilităților de a utiliza conceptele specifice disciplinei predate pentru realizarea unui Plan profesional

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de aplicație
16.09.2024	Conf. dr. Liliana BUJOR	Asist. dr. Maria IRIMCIUC

Data avizării	Semnătura responsabilului de program
18.09.2024	Lect. dr. Elena BUJOREAN

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
20.09.2024	Conf. dr. Nadia-Laura SERDENCUC

Data aprobării în Consiliul academic	Semnătura decanului
27.09.2024	Conf. dr. Aurora-Adina COLOMEISCHI