

FIȘA DISCIPLINEI
An universitar 2025-2026

1. Date despre program

Facultatea	Psihologie și Științe ale Educației
Departamentul	Departamentul de Specialitate cu Profil Psihopedagogic
Domeniul de studii	Științe ale Educației
Ciclul de studii	Nivel II (de aprofundare)
Programul de studii	Program de formare psihopedagogică

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	CONSILIERE ȘI ORIENTARE				
Anul de studiu	I	Semestrul	I	Tipul de evaluare	Examen
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DF - fundamentală, DS - de specializare, DC – complementară				DC
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DOB – obligatorie, DOP – opțională, DFA - facultativă				DOP

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

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

Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiu individual	81
II.b) Tutoriat (pentru ID)	
III. Examinări	2
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual (II.a+II.b+III)	83
Total ore pe semestru (I.b+II.a+II.b+III+IV)	125
Numărul de credite	5

4. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale/ generale	CP1 Utilizarea eficientă a terminologiei de specialitate în analiza și gestionarea practică a situațiilor didactice CP3 Valorificarea metodologiei didactice centrate pe subiectul învățării în practica educativă CP5 Integrarea competențelor digitale în proiectarea, organizarea, desfășurarea și evaluarea activităților didactice CP6 Consilierea și orientarea psihopedagogică a beneficiarilor procesului educațional
Competențe transversale	CT4 Raportarea responsabilă la valorile și normele de etică și deontologie corespunzătoare profesiei didactice

5. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Aptitudini	Responsabilitate și autonomie
Studentul/Absolventul: Prezintă conținuturile specifice domeniului și realizează corespondențe între perspectivele teoretice și specificitatea situațiilor de instruire (CP1)	Studentul/Absolventul: Valorifică diversitatea contextelor formative ca resursă educațională (CP1)	Studentul/Absolventul: Abordează critic responsabilitățile profesiei didactice prin raportare la diversitatea contextelor de formare și la specificitatea situațiilor de instruire (CP1)
Identifică modalități de susținere a elevilor care se confruntă cu dificultăți de adaptare/ învățare, în vederea depășirii acestora și pentru obținerea progresului în învățare (CP3)	Utilizează strategii didactice creative și eficiente, pentru facilitarea progresului în învățare (CP3)	Valorifică în mod asumat modalitățile inovatoare de abordare a situațiilor de instruire, colectând sistematic date obiective vizând impactul acestora asupra beneficiarilor (CP3)
Describe procesele și nevoile de dezvoltare fizică, cognitivă, emoțională și socială a adolescenților/tinerilor și adulților (CP5)	Identifică stările/problemele /dificultățile cu care se confruntă diverse categorii de persoane implicate în procesul de învățare (CP5)	Susține în mod specializat promovarea corectitudinii, obiectivității, justiției și adoptă practici educaționale stimulative și nediscriminatorii (CP5)
Explorează posibilități de optimizare a procesului educațional din perspectiva implicării familiei și comunității în proiectele instituției școlare (CP6)	Identifică și aplică soluții de optimizare a colaborării dintre școală-familie—comunitate (CP6)	Este receptiv la nevoile familiei sau ale comunității manifestate prin raportare la instituția școlară (CP6)
Delimitează coordonatele propriei identități profesionale prin raportare la profesia didactică (CT4)	Aplică reglementările legale care privesc sistemul de învățământ și politicile educaționale curente (CT4)	Își structurează conduita profesională în deplin acord cu normele de etică și de integritate academică (CT4)

6. 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.
-----------------------------------	--

7. Conținutul predării și învățării

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1. Curs introductiv - Specificul disciplinei. Importanță, scop, obiective	2	Expunerea	

- Distincția <i>consiliere-psihoterapie</i>			
2. Autocunoaștere și dezvoltare personală - Imaginea de sine, stima de sine - Metode de autocunoaștere și intercunoaștere - Caracterizarea principalelor vârste și identificarea problemelor specific	2	Prelegerea	
3. Personalitatea consilierului - Aptitudinile specifice profesorului consilier - Atitudini și valori ale profesorului consilier	2	Prelegerea-dezbateri	
4. Probleme care necesită intervenția profesorului consilier - Probleme de comunicare și relaționare (familia, profesorii, colegii, prietenii) - Probleme de personalitate (timiditate, anxietate, tulburări de comportament, stres) - Probleme de învățare (eșec școlar, stil de învățare)	2	Conversația euristică Dezbateri	
5. Consilierea individuală - Specificul consilierii individuale - Etapele consilierii individuale - Model de consiliere (modelul lui <i>Egan</i> în trei trepte)	2	Studiul de caz	
6. Consilierea de grup - Specificul consilierii de grup - Etapele consilierii de grup - Metode și Tehnici interactive	2	Demonstrația Problematizarea	
7. Consilierea pentru orientare în carieră - Autocunoașterea: interese vocaționale, valori, aptitudini, personalitatea - Explorarea traseelor educaționale și profesionale - Decizia de carieră - Marketing sau promovare personală - Proiectul personal (educational și profesional)	2	Observația	
Bibliografie minimală recomandată			
1. Băban A., 2001. <i>Consiliere educațională- ghid metodologic pentru orele de dirigenție și consiliere</i> . Ed. Ardealul, Cluj Napoca 2. Gereș, G. (2021). <i>Tehnici de învățare. Un ghid complet în domeniul învățării eficiente</i> . Curtea Veche 3. Lemeni G., Miclea M. (2010). <i>Consiliere și orientare- Ghid de educație pentru carieră</i> . Ed. ASCR, Cluj Napoca 4. Lemeni G., Tăraș A. (coordonatori), (2004). <i>Consiliere și orientare- Ghid de educație pentru carieră (activități pentru clasele IX- XII- SAM)</i> . Ed. ASCR, Cluj Napoca 5. Niles, S.G., Harris-Bowlsbey, J.A., (2015). <i>Intervenții în dezvoltarea carierei în secolul 21</i> . Ed. ASCR, Cluj Napoca			

Aplicații seminar	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1. Seminar introductiv - Modalitatea de desfășurare a activității de seminar	2	Explicația Dezbateri	

- Criterii și modalități de evaluare - Specificul disciplinei. Importanță, scop - Discuții libere			
2. Autocunoaștere și dezvoltare personală - Imaginea de sine, stima de sine - Metode de autocunoaștere și intercunoaștere, resurse personale - Caracterizarea principalelor vârste și identificarea problemelor specifice (pubertate, adolescență, tinerețe, vârsta adultă)	2	Problematizarea Studiul de caz Jocul didactic Exercițiul Jocul de rol Conversația	
3. Atitudinile și aptitudinile specifice profesorului consilier - Activități practice, jocuri de rol, dezbateri	2	Învățarea experiențială Studiul de caz	
4. Probleme care necesită intervenția profesorului consilier - Probleme de comunicare și relaționare- agresivitate (familia, profesorii, colegii, prietenii) - Comunicarea în mediul online. Câștig și pierdere	2	Dezbateri Demonstrația	
5. Probleme care necesită intervenția profesorului consilier - Probleme de personalitate (introversiune, timiditate, anxietate, impulsivitate)	2	Brainstorming Exercițiul Seminar socratic	
6. Probleme care necesită intervenția profesorului consilier - Probleme de învățare (stil de învățare, eșec școlar, abandon școlar)	2	Studiul de caz Problematizarea Joc de rol	
7. Consilierea individuală - Specificul consilierii individuale - Etapele consilierii individuale - Activități practice	2	Problematizarea Exercițiul Demonstrația	
8. Consilierea de grup - Specificul consilierii de grup - Etapele consilierii de grup - Tehnici interactive	2	Exercițiul Turul galeriei Explicația	
9. Consilierea de grup - Metode și tehnici în consilierea de grup/ ora de dirigenție	2	Exercițiul Jocul de rol	
10. Consilierea pentru orientare educațională - Autocunoașterea: interese, valori, aptitudini și deprinderi, personalitatea - Explorarea traseelor educaționale - Plan educațional (scop, obiective, indicatori, termene, resurse, blocaje)	2	Dezbateri Mozaicul	
11. Consilierea pentru orientare în carieră - Autocunoașterea: interese, valori, aptitudini și deprinderi, personalitatea - Explorarea traseelor profesionale - Decizia de carieră - Plan de carieră (scop, obiective, indicatori, termene,	2	Dezbateri Conservația de verificare	

resurse, blocaje)		Analiza produselor activității	
12. Marketing sau promovare personală - CV - Scrisoare de motivație - Interviu de angajare	2	Dezbateră Conversația de verificare	
13. Stil de viață sanogen/ patogen - Comportamente de risc - Echilibrul muncă/ familie	2	Analiza produselor activității	
14. Seminar de sinteză și evaluativ - Evaluarea activității studenților și a portofoliilor - Evaluarea finală a seminarului	2	Dezbateră Conversația de verificare Analiza produselor activității	
Bibliografie minimală recomandată			
1. Băban A., 2001. <i>Consiliere educațională- ghid metodologic pentru orele de dirigenție și consiliere</i>. Ed. Ardealul, Cluj Napoca 2. Gereș, G. (2021). <i>Tehnici de învățare. Un ghid complet în domeniul învățării eficiente</i>. Curtea Veche 3. Lemeni G., Miclea M. (2010). <i>Consiliere și orientare- Ghid de educație pentru carieră</i>. Ed. ASCR, Cluj Napoca 4. Lemeni G., Tăraș A. (coordonatori), (2004). <i>Consiliere și orientare- Ghid de educație pentru carieră (activități pentru clasele IX- XII- SAM)</i>. Ed. ASCR, Cluj Napoca 5. Niles, S.G., Harris-Bowlsbey, J.A., (2015). <i>Intervenții în dezvoltarea carierei în secolul 21</i>. Ed. ASCR, Cluj Napoca			

8. 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 p</i>) 1.2. Test grilă (10 p)	Examen scris (Test grilă cu itemi cu alegere simplă, multiplă sau completare) Observarea sistematică a activității studenților	50%
Seminar	2. Participarea activă la activitățile de seminar: 2.1. Prezența (2 p) 2.2. Propunere 2 exerciții creative pe teme de seminar, 1 p/ exercițiu) (2 p) sau Sinteza unui articol de cercetare din ultimii 5 ani privind rolul consilierii în liceu/colegiu (2 p) 3. Realizarea portofoliului de seminar: 3.1. Plan de carieră (4 p) 3.2. Interviu cu un profesionist în funcție de profesia aleasă (prima poziția între	Observarea sistematică a activității studenților Portofoliu	50%

	opțiuni) (2p)		
--	---------------	--	--

Fișa disciplinei include, dacă este cazul, elemente adaptate persoanelor cu dizabilități, în funcție de tipul și gradul acestora.

Data completării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de curs	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de aplicație
23.09.2025	Conf. univ. dr. Liliana BUJOR	Lector univ. dr. Elena BUJOREAN Lector Gabriela ANUȚEI Asistent drd. Ancuța CURELUȘĂ

Data avizării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura responsabilului de program
24.09.2025	Lector univ. dr. Elena BUJOREAN

Data avizării în departament	Grad didactic, nume, prenume, semnătura directorului de departament
25.09.2025	Conf. univ. dr. Nadia-Laura SERDENCUC

Data aprobării în consiliul facultății	Grad didactic, nume, prenume, semnătura decanului
26.09.2025	Conf. univ. dr. Aurora- Adina COLOMEISCHI