

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

Facultatea	Facultatea de Psihologie și Științe ale Educației
Departamentul	Departamentul de Psihologie și Științe ale Educației
Domeniul de studii	Științe ale educației
Ciclul de studii	Masterat
Programul de studii	Consiliere Școlară și Educație Emoțională

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei		ABORDĂRI UMANISTE ÎN CONSILIERE			
Anul de studiu	I	Semestrul	2	Tipul de evaluare	E
Regimul disciplinei	Categoriza formativă a disciplinei DF - fundamentală, DS - de specializare, DC – complementară				DF
	Categoriza de opționalitate a disciplinei: DOB – obligatorie, DOP – opțională, DFA - facultativă				DOB

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

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

II. Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiu individual	56
II.b) Tutoriat (pentru ID)	-
III. Examinări	3
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual (II.a+II.b+III)	144
Total ore pe semestru (I.b+II.a+II.b+III+IV)	175
Numărul de credite	7

4. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale/generale	CP1. organizează proiecte pentru îndeplinirea nevoilor educaționale CP3. oferă consiliere elevilor și studenților; CP4. încurajează elevii să aprecieze propriile realizări CP9. practică ascultarea activă CP11. sprijină starea de bine a copiilor
Competențe transversale	CT1. arată empatie CT2. se adaptează la schimbare

1. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Aptitudini	Responsabilitate și autonomie
- Analizează critic teoriile, modelele și paradigmele actuale din domeniul științelor educației și al consilierii educaționale în vederea proiectării programelor educaționale. - Cunoaște teoriile și modelele fundamentale de consiliere psihopedagogică. - Înțelege rolul feedback-ului pozitiv și al valorizării în dezvoltarea stimei de sine a	- Proiectează și planifică programe și intervenții educaționale/ de consiliere în funcție de contextul instituțional, resursele disponibile și obiectivele asumate. - Identifică nevoile personale, educaționale și de carieră ale beneficiarilor. - Creează contexte de reflecție asupra performanțelor și	- Gestionează autonom implementarea proiectului, demonstrând inițiativă și capacitate de adaptare la schimbări - Își asumă rolul de facilitator al dezvoltării personale și academice a beneficiarilor. - Își asumă responsabilitatea de a sprijini dezvoltarea încrederii în sine a elevilor. - Promovează un climat de respect și deschidere în interacțiuni. - Acționează proactiv pentru apărarea

elevilor. - Cunoaște principiile comunicării eficiente și empatiei. - Înțelege factorii care influențează sănătatea fizică și mentală a copilului și adolescentului	progresului personal pentru elevi/profesor/părinți. - Folosește tehnici verbale și nonverbale de susținere a dialogului. - Propune și aplică strategii de sprijin pentru stare de bine și incluziune.	drepturilor și interesului superior al copilului - Își asumă responsabilitatea de a construi relații bazate pe respect și înțelegere. - Promovează o atitudine deschisă și constructivă față de schimbare.
---	---	--

1. Obiectivele disciplinei

Obiectivul general al disciplinei	Dezvoltarea unei perspective teoretice și practice asupra abordărilor umaniste în consiliere
-----------------------------------	--

5. Conținuturi predării și învățării

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1. Introducere în abordarea umanistă a consilierii Contextualizarea disciplinei Abordări umaniste în educație; Perspectivă istorică asupra teoriilor consilierii Cadrul conceptual al abordării umaniste în consiliere și psihoterapie	2	prelegerea intensificată, conversația, descoperirea dirijată	
2. Carl Rogers și terapia centrată pe client Perspectiva lui Carl Rogers asupra dezvoltării personalității; Actualizarea sinelui Atitudini și aptitudini ale consilierului în perspectiva rogersiană;	2	expunere dialogată, descoperirea dirijată,	
3. Analiza tranzațională Modelul lui E. Berne – proces terapeutic și mecanismele schimbării în AT; Concepte de bază în AT: Structura eului și analiza comunicării ca tranzație; Identificarea, analiza și interpretarea jocurilor Teoria scenariilor în Analiza tranzațională Metode și tehnici de consiliere în Analiza tranzațională	2	prelegerea intensificată, conversația, explicația	
4. Abordarea gestaltistă, experiențială și dramaterapia Model teoretic și aplicativ în consiliere Principii și tehnici dramaterapeutice utilizate în consiliere Consilierea prin joc	2	expunere, conversația, descoperirea dirijată	
5. Abordarea ericksoniană în consiliere Concepte și principii ale consilierii ericksoniene Specificul relației terapeutice în abordarea ericksoniană. Limbajul ericksonian. Abordarea bazată pe sugestie și metaforă în consiliere. Tehnici de construcție a metaforelor terapeutice	2	expunere dialogată problematizarea, studiul de caz,	
6. Programarea neurolingvistică Concepte, principii și mecanisme ale schimbării în NLP; Tehnici de consiliere specifice NLP	2	conversația, descoperirea dirijată, studiul de caz	
7. Abordări bazate pe teoria atașamentului - Emotion focused counselling și Terapia centrată pe scheme Abordarea integrativă în consiliere Premise și forme ale integrării în consiliere; Perspective sintetice asupra consilierii în perspectivă umanistă	2	conversația, problematizarea, metodele și tehnicile gândirii critice	
Bibliografie minimală recomandată			
[1] Adler, A. (1995). Sensul vieții, Editura IRI. [2] Aldridge, S., Rigby, S. (2004). Counselling skills in context. British Association for Counselling and Psychotherapy [3] Bandler, R., Grinder, J. (2002) Structura Magicului. O carte despre limbaj și terapie. Vol I, Vol II, Editura Excalibur. [4] Băban A., (2001). Consiliere educațională- ghid metodologic pentru orele de dirigenție și consiliere, Ed. Ardealul, Cluj Napoca [5] Berne, E. (2006). Ce spui după ”buna ziua”? Psihologia destinului uman. Editura Trei. [6] Berne, E. (2002) Jocuri pentru adulți., Amaltea.			

- [7] Burns, G. (2002). 101 povești vindecătoare pentru copii și adolescenți, Editura Trei.
- [8] Cooper, M., Rowland, N., McArthur, K., Pattison, S., Cromarty, K., & Richards, K. (2010). Randomised controlled trial of school-based humanistic counselling for emotional distress in young people: Feasibility study and preliminary indications of efficacy. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 4(1), 1-12. <https://capmh.biomedcentral.com/articles/10.1186/1753-2000-4-12>
- [9] Dafinoiu, I. (2000). Elemente de psihoterapie integrativă, Polirom.
- [10] Dafinoiu, I., Vargha, J.L. (2005). Psihoterapii scurte. Strategii, metode, tehnici, Editura Polirom.
- [11] Dumitru, A.I., (2008). Consiliere psihopedagogică. Baze teoretice și sugestii practice, Ed. Polirom, Iași.
- [12] Greenberg, L. S. (2011). Terapia focalizată pe emoții. Editura Trei.
- [13] Hodges, S. (2016). The counseling practicum and internship manual. Springer Publishing Company
- [14] Mitrofan, I. Psihoterapie experiențială. București: Infomedica, 1999.
- [15] Moreau, A. Viața mea, aici și acum. Întoarcere la izvorul sufletului nostru: gestaltterapia, drumul vieții: psihoterapie individuală și de grup. București: Trei, 2005.
- [16] Moreau, A., Incursiune în autoterapia asistată, Polirom, Iași, 2000
- [17] Nelson-Jones, R., Manual de consiliere. Învață ce să spui ca să ajuți!. Ed. Trei, 2009.
- [18] Rogers, C. A deveni o persoană. București: Trei, 2008.
- [19] Rogers, C. R. (2015). Terapia centrată pe client. Editura Trei.
- [20] Rosen, S., (2004) Vocea mea te va însoți. Povești didactice de Milton Erickson, Editura Curtea Veche.
- [21] Schaffer, C., Drewes, A., (2020). Terapia prin joc 20 de factori cheie ai schimbării, Editura ASCR.
- [22] Sharf, R. S. (2015). Theories of psychotherapy & counseling: Concepts and cases. Belmont: CengageLearning
- [23] Treisman, K. (2020). Instrumentar de tehnici terapeutice creative, Editura Trei.
- [24] Zaharia, C., Reiner, M., & Schütz, P. (2015). Evidence-based neuro linguistic psychotherapy: a meta-analysis. *Psychiatria Danubina*, 27(4), 0-363. <https://hrcak.srce.hr/file/239625>

Aplicații (Seminar / laborator / lucrări practice / proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1. Când intervenim? Poziționarea consilierului în situații de condiții medicale și psihopatologice Delimitarea psihoterapie-consiliere; Rolul consilierii în situația unor condiții medicale și psihopatologice specifice Relația de consiliere – specificul construirii relației în raport cu vârsta, genul și problematica abordată Crearea siguranței.	2	explicația, problematizarea, conversația studiul de caz	
2. Consilierea relației părinte-copil Atribute ale consilierului în consilierea relației părinte-copil; Tehnici de diagnosticare și consiliere specifice abordării relației părinte-copil; Dezvoltarea încrederii relaționale și a legăturilor interpersonale Sprijinul acordat familiei. Aplicații și exemple	2	explicația, conversația, descoperirea dirijată	
3. Consilierea încrederii și a stimei de sine Strategii de autoevaluare și externalizare a emoțiilor asociate stimei de sine; Strategii și tehnici pentru facilitarea exprimării de sine. Punctele forte Tehnici de coping și explorare a siguranței; Studii de caz	2	descoperirea dirijată, conversația, studiul de caz jocul de rol	
4. Consilierea anxietății Tipuri de anxietate Contracondiționarea fricii Inocularea stresului Strategii destinate copiilor care au coșmaruri și dificultăți de somn	2	explicația, conversația, descoperirea dirijată jocul de rol	
5. Managementul stresului Suport științific pentru managementul stresului Managementul stresului și producerea schimbării Strategii și tehnici Aplicații	2	conversația, problematizarea, studiul de caz	
6. Consilierea autoreglării Funcții executive implicate în autoreglare și dezvoltarea lor	2	conversația, descoperirea dirijată,	

Strategii de evaluare și intervenție destinate autoreglării Consilierii furiei și a instabilității emoționale		jocul de rol	
7. Strategii de consiliere a încheierilor, tranzițiilor și pierderilor Argumente pentru dezvoltarea unor încheieri și tranziții semnificative – abordarea evaluativă Pregătirea și susținerea tranzițiilor Aplicații	2	conversația, problematizarea, jocul de rol	
Bibliografie minimală recomandată			
[1] Adler, A. (1995). Sensul vieții, Editura IRI. [2] Beckerleg, T., (2009). Fun with messy play. Ideas and Activities for Children with Special Needs, Athenaeum Press. [3] Burns, G. (2002). 101 povești vindecătoare pentru copii și adolescenți, Editura Trei. [4] Fraberg, S. (2011). Anii magici. Cum să înțelegem și să rezolvăm problemele copiilor, Editura Trei. [5] Lawver, T., & Blankenship, K. (2008). Play therapy: A case-based example of a nondirective approach. Psychiatry (Edgmont), 5(10), 24. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2695756/ [6] Manes, S. (2008). 83 de jocuri psihologice pentru animarea grupurilor, Editura Polirom. [7] Petterman, A., Petterman U., (2005). Program de intervenție pentru copiii agresivi Ediția a 11 a, Editura Beltz. [8] Salome, J., Geerlandt, K., (2020). Comunicarea relațională pe înțelesul celor mici Metoda ESPERE, Ediția a II a, Editura Ascendent. [9] Schaffer, C., Drewes, A., (2020). Terapia prin joc 20 de factori cheie ai schimbării, Editura ASCR. [10] Treisman, K. (2020). Instrumentar de tehnici terapeutice creative, Editura Trei. [11] Treisman, K., (2020). Girafa Gilly Activități pentru dobândirea stimei de sine, Editura Trei. [12] Wiener, D. J., & Oxford, L. K. (2003). Action therapy with families and groups: Using creative arts improvisation in clinical practice (pp. ix-299). American Psychological Association. [13] Rogers, C. R. (2008). <i>A deveni persoană</i>. Editura Trei. [14] May, R. (2012). <i>Descoperirea ființei</i>. Editura Trei. [15] Mitrofan, I. (coord.) (2014). <i>Psihoterapie integrativă</i>. Editura SPER. [16] Malchiodi, C. A. (2015). <i>Creative Arts Therapy Approaches</i>. Guilford Press.			

6. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	- Demonstrarea capacității de a integra un context teoretic coerent și flexibil specific abordării activităților de consiliere și educație emoțională din perspectiva abordărilor umaniste; - Aplicarea principiilor, funcțiilor și scopurilor consilierii, precum și a metodelor și instrumentelor de evaluare potrivite cu specificul situației de consiliere definite în perspectivă umanistă; - Identificarea variabilelor care intervin în demersul de consiliere în vederea integrării lor în proiecte de cercetare.	Test docimologic cu itemi de tip alegere simplă sau multiplă și itemi semideschiși	50%
Seminar	- Demonstrarea capacității de a analiza și interveni adecvat într-o situație educativă problematică din perspectiva reperelor oferite de disciplina studiată; - Demonstrarea capacității de a utiliza cunoștințele specifice abordărilor umaniste în consiliere în soluționarea unor situații școlare problematice.	Proiect de consiliere	50%
Laborator / lucrări practice	-	-	-
Proiect	-	-	-

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

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de aplicație
22.09.2025	conf. univ. dr. Maria-Doina SCHIPOR	conf. univ. dr. Maria-Doina SCHIPOR

Data avizării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura responsabilului de program
25.09.2025	conf. univ dr. Aurora Adina COLOMEISCHI

Data avizării în departament	Grad didactic, nume, prenume, semnătura directorului de departament
25.09.2025	conf. univ. dr. Maria-Doina SCHIPOR

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