

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	Master
Programul de studii	Consiliere școlară și educație emoțională

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	Practică de specialitate I				
Anul de studiu	I	Semestrul	2	Tipul de evaluare	C
Regimul disciplinei	Categorica formativă a disciplinei DF - fundamentală, DS - de specializare, DC – complementară				DS
	Categorica 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		Seminar		Laborator/ Lucrări practice		Proiect	2
I b) Totalul de ore pe semestru din planul de învățământ	28	Curs		Seminar		Laborator/ Lucrări practice		Proiect	28

Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiu individual	118
II.b) Tutoriat (pentru ID)	
III. Examinări	2
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual (II.a+II.b+III)	120
Total ore pe semestru (I.b+II.a+II.b+III+IV)	150
Numărul de credite	6

4. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale/generale	CP11. sprijină starea de bine a copiilor CP12. demonstrează inteligență emoțională
Competențe transversale	CT1. arată empatie CT2. se adaptează la schimbare CT3. gestionează evoluția personală CT4. dă dovadă de auto-reflecție

5. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Aptitudini	Responsabilitate și autonomie
Studentul/absolventul: a) Cunoaște concepte și teorii privind inteligența emoțională și rolul ei în dezvoltarea personală și profesională. b) Înțelege mecanismele de autoreglare emoțională și de gestionare a relațiilor interpersonale. C) Cunoaște concepte și teorii despre schimbare, reziliență și adaptabilitate. d) Înțelege factorii care influențează sănătatea fizică și mentală a copilului și adolescentului e) Cunoaște cadrul legislativ și politicile de protecție a copilului. f) Înțelege diferența dintre empatie cognitivă și empatie emoțională și rolul lor în interacțiuni.	Studentul/absolventul: a) Recunoaște și interpretează propriile emoții și pe ale celorlalți. b) Aplică tehnici de autoreglare emoțională și de rezolvare constructivă a conflictelor. c) Manifestă empatie și comunicare asertivă în interacțiuni. d) Identifică nevoi speciale sau vulnerabilități ale copiilor. e) Propune și aplică strategii de sprijin pentru stare de bine și incluziune. f) Colaborează cu familia și alți specialiști pentru asigurarea	Studentul/absolventul: a) Își asumă responsabilitatea pentru exprimarea adecvată a emoțiilor. b) Demonstrează autonomie în alegerea strategiilor de gestionare a situațiilor emoționale complexe. c) Contribuie la crearea unui climat de lucru pozitiv și incluziv. d) Își asumă responsabilitatea pentru promovarea unui mediu sigur și echilibrat. e) Manifestă autonomie în alegerea intervențiilor adecvate. f) Acționează proactiv pentru apărarea drepturilor și interesului superior al copilului g) Demonstrează autonomie în alegerea modului potrivit de răspuns empatic în contexte variate. H) Promovează o atitudine deschisă și

g) Înțelege impactul schimbării asupra indivizilor și organizațiilor. h) Cunoaște metode de autoevaluare și planificare a dezvoltării personale și profesionale i) Înțelege rolul auto-reflecției în învățarea pe tot parcursul vieții și în dezvoltarea profesională.	suportului necesar. g) Aplică tehnici de comunicare empatică în situații educaționale și sociale. h) Integrează resursele disponibile pentru a se adapta eficient. I) Utilizează resurse diverse pentru îmbunătățirea performanței proprii. J) Aplică strategii de modificare a comportamentelor și practicilor pe baza reflecției.	constructivă față de schimbare. I) Menține motivația pentru perfecționare continuă. J) Integrează concluziile reflecției în planuri concrete de acțiune și perfecționare.
--	---	---

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

Obiectivul general al disciplinei	Înțelegerea modalităților de a oferi servicii eficiente de consiliere individuală și de grup
-----------------------------------	--

7. Conținutul predării și învățării

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații

Aplicații (seminar / laborator / lucrări practice / proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Conduita profesională a consilierului	2	exercițiul, conversația, demonstrația, experimentul, dezbaterea, problematizarea, proiectul, lucrări practice, joc de rol	
Aspecte legale și etice în practica consilierii	2	exercițiul, conversația, demonstrația, experimentul, dezbaterea, problematizarea, proiectul, lucrări practice, joc de rol	
Abilități de bază de ascultare (Clarificare, reflectare, parafrizare, sumarizare)	2	exercițiul, conversația, demonstrația, experimentul, dezbaterea, problematizarea, proiectul, lucrări practice, joc de rol	
Abilități de consiliere (reflectare, interpretare)	2	exercițiul, conversația, demonstrația, experimentul, dezbaterea, problematizarea, proiectul, lucrări practice, joc de rol	
Abilități de autoevaluare	2	exercițiul, conversația, demonstrația, experimentul, dezbaterea, problematizarea, proiectul, lucrări practice, joc de rol	
Relația de consiliere (inițierea relației de consilierii, stabilirea contactului interpersonal)	4	exercițiul, conversația, demonstrația, experimentul, dezbaterea, problematizarea, proiectul, lucrări practice, joc de rol	
Abilități de conceptualizare (identificarea problemei, recunoașterea temei dominante, planificarea sesiunii de consiliere)	4	exercițiul, conversația, demonstrația, experimentul, dezbaterea, problematizarea, proiectul, lucrări practice, joc de rol	
Stabilirea scopurilor în consiliere	2	exercițiul, conversația, demonstrația, experimentul, dezbaterea, problematizarea, proiectul, lucrări practice, joc de rol	
Observarea de sesiuni de consiliere. Discutarea cazurilor	4	exercițiul, conversația, demonstrația, experimentul, dezbaterea, problematizarea, proiectul, lucrări practice, joc de rol	
Studii de caz	4	exercițiul, conversația, demonstrația, experimentul, dezbaterea, problematizarea, proiectul, lucrări practice, joc de rol	

Bibliografie minimală recomandată

1. Băban, Adriana.(coord.). (2001). *Consiliere educațională. Ghid metodologic pentru orele de dirigenție și consiliere*. Cluj-Napoca
2. David, Daniel. (2006). *Tratat de psihoterapii cognitive și comportamentale*. Iași:Editura Polirom
3. Ellis, Albert. (2006). *Terapia comportamentului emotiv-rațional. Cum să fii fericit, imperturbabil și stăpân pe tine*. București: Editura Antet XX.
4. Enea, V. (coord.). (2019). *Interventii psihologice in scoala.Manualul consilierului scolar*. Ed. Polirom, Iasi
5. Ignat A. A. 2011. *Strategii și programe de consiliere pentru dezvoltarea copiilor cu aptitudini înalte: demersuri investigative*. București, EDP
6. Jigău, Mihai. (2001). *Consilierea carierei*. București: Editura Sigma.
7. Jigău, Mihai. (2006). *Consilierea carierei. Compendiu de metode și tehnici*. București: Editura Sigma
8. Lemeni, Gabriela și Miclea, Mircea (coord.). (2004). *Consiliere și orientare. Ghid de educație pentru carieră*. Cluj-Napoca: Editura ASCR.
9. Nelson – Jones. Richard. 2009, *Manual de consiliere*. București, Editura TREI

8. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs			
Seminar			
Laborator/ Lucrări practice			
Proiect	Demonstrarea abilităților de consiliere Studiu de caz și propunerea unei intervenții prin consiliere individuală Elaborarea și implementarea unui proiect de consiliere de grup	Portofoliu examinare orală	80% 20%

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
20.09.2025	Conf. univ. dr. Liliana Bujor	Conf. univ. dr. Liliana Bujor

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. Schipor Maria Doina

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