

FIȘA DISCIPLINEI

Anul universitar 2024-2025

Anul de studiu II / Semestrul 1

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea „1 Decembrie 1918” Alba Iulia
1.2 Facultatea	de Litere, Istorie și Științe ale Educației
1.3 Departamentul	pentru Pregătirea Personalului Didactic
1.4 Domeniul de studii	Științe ale educației
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii/ Calificarea	Pedagogia învățământului primar și preșcolar

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Consiliere educațională		Cod: PIPP 2310				
2.2 Titularul activităților de curs	Lect. univ. dr. Monica-Iuliana Anca						
2.3 Titularul activităților de seminar	Lect. univ. dr. Monica-Iuliana Anca						
2.4 Anul de studiu	II	2.5 Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7 Regimul disciplinei	S

3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	din care 2.2 curs	2	din care 2.3 seminar/laborator	1
3.4 Total ore din Planul de învățământ	42	din care 2.5 curs	28	din care 2.6 seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp					ore
a.Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					8
b.Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					4
c.Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
d.Tutoriat: <i>numărul de ore de tutorat este inclus în numărul de ore al activităților enumerate mai sus.</i>					7
e.Examinări: <i>numărul de ore pentru pregătirea examenărilor este inclus în numărul de ore al activităților enumerate mai sus.</i>					2
f. Alte activități universitare (vizite de studiu, consultații și proiecte)					2
3.7 Total ore studiu individual				33	
3.8 Total ore din planul de învățământ				42	
3.9 Total ore pe semestru				75	
3.10 Numărul de credite				3	

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	-
4.2 de competențe	-

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> • Sala dotată cu video proiector/tablă • Participare activă • Lectura suportului de curs
5.2 de desfășurare a seminarului/laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> • Lectura bibliografiei recomandate • Sala dotată cu video proiector/tablă • Documentare suplimentară • Elaborarea și susținerea prezentărilor/proiectelor planificate • Participare activă

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	C6. Autoevaluarea și ameliorarea continuă a a practicilor profesionale și a evoluției în carieră
Competențe transversale	CT3. Utilizarea metodelor și tehnicilor eficiente de învățare pe tot parcursul vieții, în vederea formării și dezvoltării profesionale continue

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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> • Familiarizarea studenților cu principalele teorii psihologice din domeniul consilierii, cu accent asupra unor dimensiuni aplicative privind procesul de dezvoltare a personală, oferirea de asistență psiho-pedagogică și dezvoltare în carieră.
7.2 Obiectivele specifice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Consilierea, orientarea și asistarea psiho-pedagogică a diverselor grupuri educaționale (preșcolari/ școlari mici/ elevi, familii). 2. Proiectarea unor programe de consiliere educațională adaptate pentru diverse niveluri de vârstă/ pregătire 3. Dobândirea de cunoștințe și abilități de dezvoltare personală și planificare a carierei profesionale.

8. Conținuturi

Curs	Metode de predare	Observații
1. Delimitări conceptuale 1.1. Conceptul de consiliere educațională 1.2. Conceptul de orientare în carieră	Expunerea, Descrierea, Exemplul Dezbaterea.	4h 1. Almășan, B. H, Tomșa, Gh. (2021), Consiliere educațională, consiliere și orientare pentru carieră și consultanță, Editura. Universitară, București. 2. Băban, A. (2009). Consilierea educațională, Ghid metodologic pentru orele de dirigiență și consiliere, Editura. ASCR,

		Cluj-Napoca.
2. Principii și metode de consiliere 2.1. Abilitățile consilierului 2.2. Proiectarea activităților de consiliere 2.3. Metode de lucru în consiliere	Prelegerea, Dezbaterea, Problematizarea, Metoda mozaic.	4h 1. Brown, S.D., Lent, R.W. (ed.) (2000). Handbook of Counseling Psychology, 3rd. ed.. John Wiley & Sons Inc., NY. 2. Dimitriu-Tiron, E. (2005), Consiliere educațională, Editura. Institutul European, Iași
3. Autocunoaștere și dezvoltare personală 3.1. Cunoașterea de sine și imaginea de sine 3.2. Metode de autocunoaștere 3.3. Autocunoaștere și intercunoaștere 3.4. Stima de sine	Știu - Vreau să știu- Am învățat, Vreau să știu mai mult Cum pot să învăț mai mult? Prelegerea, Dezbaterea, Exemplul .	4h 1.. Dumitru, I. Al. (2008), Consiliere psihopedagogică. Baze teoretice și sugestii practice. Editura. Polirom, Iași. 2. Goleman, D. (2001). Inteligența emoțională. Editura. Curtea Veche, București,
4. Comunicare și conflict 4.1. Modalități de ameliorare a comunicării 4.2. Conflictul și managementul conflictului	Studiul de caz Dezbaterea Eseul de cinci minute.	4h 1. Bocoș, M.-D. Gavra, R. Marcu, S.D, (2008), Comunicare și managementul conflictului, Editura Paralela 45.
5. Strategii de învățare 5.1. Modalități de selectarea a strategiilor de învățare 5.2. Deprinderi eficiente de studiu	Prelegerea Sinectica Conversația euristică	4h 1. Pânișoară, I-O, (2017), Ghidul profesorului, Editura Polirom, Iași.
6. Stresul și controlul stresului 6.1. Componentele stresului 6.2. Modalități de management ale stresului 6.3. Starea de bine	Brainstorming Explicația Conversația euristică Cvintetul.	4h. Pânișoară, I-O, (2017), Ghidul profesorului, Editura Polirom, Iași.
7. Orientarea pentru carieră 7.1. Specificul activităților de orientare 7.2. Decizia de carieră	Explicația, Metoda Delphi Conversația	4h . Shapiro, S., Baciu, S (2019), The teacher within. A mindful Journey Toward Well-Being For Teacher In The 21st Century, Ed. Studio Impress Design, Cluj-Napoca.
	TOTAL	28
Bibliografie: 1. Almășan, B. H, Tomșa, Gh. (2021), <i>Consiliere educațională, consiliere și orientare pentru carieră și consultanță</i> , Editura. Universitară, București. 2. Băban, A. (2009). <i>Consilierea educațională, Ghid metodologic pentru orele de dirigenție și consiliere</i> , Editura. ASCR, Cluj-Napoca. 3. Bocoș, M.-D. Gavra, R. Marcu, S.D, (2008), <i>Comunicare și managementul conflictului</i> , Editura Paralela 45.		

4. Brown, S.D., Lent, R.W. (ed.) (2000). *Handbook of Counseling Psychology*, 3rd. ed.. John Wiley & Sons Inc., NY.
5. Dahir, A. C. (2008) ,School Counseling: Moving Toward Standards and Models from: Handbook of School Counseling Routledge. disponibil on-line pe <https://www.routledgehandbooks.com/doi/10.4324/9780203874806.ch3>
6. Dumitru, I. Al. (2008), *Consiliere psihopedagogică. Baze teoretice și sugestii practice*. Editura. Polirom, Iași.
7. Dimitriu-Tiron, E. (2005), *Consiliere educațională*, Editura. Institutul European, Iași
8. Goleman, D. (2001). *Inteligența emoțională*. Editura. Curtea Veche, București,
9. Herman, R.I. (2021). *Consiliere educațională și orientare în carieră. Suport de curs în format ID*. Universitatea “1 Decembrie 1918” din Alba-Iulia
10. Jigău, M., (2000), *Consiliere și orientare*, București, disponibil on-line pe <http://www.ise.ro/wp-content/uploads/2000/08/Ghid-Consiliere-si-Orientare.pdf>
11. Lemeni, G., Negru, O. (2004). *Planificarea carierei*, în Lemeni, G și Miclea, M. (Eds), *Consiliere și orientare – Ghid de educație pentru carieră*, (pp. 143-190). Editura ASCR, Cluj-Napoca.
12. McCarthy, S, Watson, D., (2017), *A New Typology: Four Perspectives of School Counselor Involvement with Families* disponibil on-line pe adresa: <http://jsc.montana.edu/articles/v16n1.pdf>
13. Pânișoară, G. (coord.) (2022), *Parenting de la A la Z: 83 de teme provocatoare pentru părinții de azi*, Editura Polirom, Iași.
14. Pânișoară, I-O, (2017), *Ghidul profesorului*, Editura Polirom, Iași.
15. Seligman, M., E.P. (2013), *Flourish. A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being*, Editura. Atria Paperback.
16. Shapiro, S., Baciu, S (2019), *The teacher within. A mindful Journey Toward Well-Being For Teacher In The 21st Century*, Ed. Studio Impress Design, Cluj-Napoca.
17. Triton, E.D (2009), *Consiliere educațională*, Editura Institutul European, Iași.
18. Vernon, A. (2006), *Dezvoltarea inteligenței emoționale*, Editura. ASCR, Cluj-Napoca.

8.2 Seminar/laborator	Metode de predare	Observații
1. Atitudinile consilierului educațional, joc de rol.	Conversația euristică Problematizarea Joc de rol	4h
2.Nivelul emoțional al personalității. Emoțiile și mecanismele de apărare	Sinectica Studii de caz	4h
3. Comunicarea asertivă, aplicații, jocuri de rol	Organizatori grafici Dezbaterea Joc de rol Exercițiul	4h
4.Stilul de învățare, tipuri de inteligență, strategii metocognitive	Explicația Exercițiul Conversația	4h
5. Managementul stresului și al timpului, aplicații practice	Conversația euristică Problematizarea Studiul de caz	4h
6. Tehnici de consiliere și orientare în carieră: Identificarea și combaterea convingerilor disfuncționale (miturilor) legate de carieră	Sinectica Studii de caz	4h
7. Tehnici de consiliere și orientare în carieră: Aplicații practice	Organizatori grafici	

	Dezbaterea	4h
	Exercițiul	
	Total	28

Bibliografie

1. Almășan, B.H, Tomșa, Ghe, (2021), Consiliere educațională, consiliere pentru careră și consultanță școlară, Editura Universitară
2. Băban, A. (2009). *Consilierea educațională, Ghid metodologic pentru orele de dirigenție și consiliere*, Editura ASCR, Cluj-Napoca.
3. Bocoș, M.-D. Gavra, R. Marcu, S.D, (2008), Comunicare și managementul conflictului, Editura Paralela 45.
4. Brown, S.D., Lent, R.W. (ed.) (2000). *Handbook of Counseling Psychology*, 3rd. ed.,
5. Dahir, A. C. (2008) ,*School Counseling: Moving Toward Standards and Models from: Handbook of School Counseling* Routledge. disponibil on-line pe <https://www.routledgehandbooks.com/doi/10.4324/9780203874806.ch3>
6. Dumitru, I. Al. (2008), *Consiliere psihopedagogică. Baze teoretice și sugestii practice*. Editura. Polirom, Iași.
7. Dimitriu-Tiron, E. (2005), *Consiliere educațională*, Editura. Institut European, Iași
8. Goleman, D. (2001). *Inteligența emoțională*. Ed. Curtea Veche, București, John Wiley & Sons Inc., NY.
9. Herman, R.I. (2018). *Consiliere educațională și orientare în carieră*. Suport de curs în format ID. Universitatea “1 Decembrie 1918” din Alba-Iulia
10. Jigău, M. (2000), *Consiliere și orientare*, București, disponibil on-line pe <http://www.ise.ro/wp-content/uploads/2000/08/Ghid-Consiliere-si-Orientare.pdf>
11. Lemeni, G., Negru, O. (2004). *Planificarea carierei*, în Lemeni, G și Miclea, M. (Eds), *Consiliere și orientare – Ghid de educație pentru carieră*, (pp. 143-190). Editura ASCR, Cluj-Napoca.
12. McCarthy, S, Watson, D.(2017), *A New Typology: Four Perspectives of School Counselor Involvement with Families* disponibil on-line pe adresa: <http://jsc.montana.edu/articles/v16n1.pdf>
13. Pânișoară, G. (coord.) (2022), *Parenting de la A la Z: 83 de teme provocatoare pentru părinții de azi*, Editura Polirom, Iași.
14. Pânișoară, I-O, (2017), *Ghidul profesorului*, Editura Polirom, Iași.
15. Triton, E.D (2009), *Consiliere educațională*, Editura Institutul European, Iași.
16. Seligman, M., E.P. (2013), *Flourish. A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being*, Editura. Atria Paperback.
17. Shapiro, S., Baci, S (2019), *The teacher within. A mindful Journey Toward Well-Being For Teacher In The 21st Century*, Ed. Studio Impress Design, Cluj-Napoca.
18. Vernon, A. (2006), *Dezvoltarea inteligenței emoționale*, Editura ASCR, Cluj-Napoca.

* *temele de curs și seminar/laborator trebuie să acopere în întregime obiectivele specifice formulate la secțiunea 7.2.*

* *temele abordate la curs și cele de la seminar pot fi proiectate atât în relație de complementaritate, cât și/sau în relație de aprofundare a tematicii.*

* *este recomandabil ca elaborarea fișei disciplinei să fie făcută în echipă de către titularul de curs și cel de seminar/laborator, eventual de către toți titularii aceleiași discipline, acolo unde mai multe persoane predau aceiași disciplină.*

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

Analiza și dezvoltarea cunostințelor și competențelor profesionale integrează atât prevederile Colegiului Psihologilor din România (COPSI), cât și cele ale Asociației Psihologilor Americani (American Psychological Association, Divizia 17 – Society for Vocational Psychology) și a Federației Europene a Asociațiilor de Psihologie (European Federation of Psychologists Associations). Secvențele didactice sunt întărite de studii de caz, rezultate ale cercetărilor extrase atât din literatura de specialitate, cât și din colaborările cu instituții de învățământ, inspectorate școlare și a documentelor oficiale privind dinamica activităților de consiliere și orientare în carieră în domeniul educațional.

10. Evaluare

Tip de activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Volumul și corectitudinea	Lucrare scrisă	40

	cunoștințelor		
	Rigoarea științifică a limbajului	Lucrare scrisă	10
	Organizarea conținutului	Lucrare scrisă	10
	Originalitatea	Lucrare scrisă	10
10.5 Seminar/laborator	Susținerea unui proiect	Fișă de evaluare seminar	20
	Participare activă la seminarii	Fișă de evaluare seminar	10
10.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"> 50% rezultat după însumarea punctajelor ponderate conform pct.10.3. 			

Data completării
26.09.2024

Semnătura titularului de curs
lect. univ. dr. Monica-Iuliana Anca

Semnătura titularului de seminar
lect. univ. dr. Monica-Iuliana Anca

Data avizării
30.09.2024

Semnătura directorului de departament
conf. univ. dr. Todor Ioana Cristina