

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea Babeș-Bolyai Cluj-Napoca
1.2 Facultatea	Facultatea de Psihologie și Științe ale Educației
1.3 Departamentul	Departamentul de Psihologie Aplicată
1.4 Domeniul de studii	Psihologie
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studiu / Calificarea	Psihologie – în limba maghiară Psiholog/Cod calificare: L060080010

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Psihologia sănătății						
2.2 Titularul activităților de curs	Lect. Dr. Kalcza Janosi Kinga						
2.3 Titularul activităților de seminar	Lect. Dr. Kalcza Janosi Kinga						
2.4 Anul de studiu	II	2.5 Semestrul	IV	2.6. Tipul de evaluare	Examen	2.7 Regimul disciplinei	DS

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	4	Din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	56	Din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp:					70 ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					28
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					28
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					11
Tutoriat					1
Examinări					2
Alte activități:					
3.7 Total ore studiu individual					70
3.8 Total ore pe semestru					126
3.9 Numărul de credite					5

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	•
-------------------------------	---

5.2 De desfășurare a seminarului/laboratorului	•
--	---

6. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale	<p>C1. Operarea cu concepte fundamentale în domeniul psihologiei</p> <p>C3. Evaluarea critică a situațiilor problematice și a soluțiilor posibile în psihologie</p> <p>C4. Evaluarea psihologică a individului, grupului și organizației</p>
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> • Exercițarea sarcinilor profesionale conform principiilor deontologice specifice în exercițarea profesiei • Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă multidisciplinară pe diverse paliere ierarhice • Autoevaluarea nevoilor de formare continuă în vederea adaptării competențelor profesionale la dinamica contextului social.

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea, înțelegerea conceptelor, teoriilor și metodelor de bază ale domeniului și ale ariei de specializare; utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională • Utilizarea cunoștințelor de bază pentru explicarea și interpretarea unor variate tipuri de concepte, situații, procese, proiecte etc. asociate domeniului
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea adecvată în comunicarea profesională a conceptelor, teoriilor și metodelor de bază specifice psihologiei în special, și științelor socioumane, în general • Explicarea și interpretarea fenomenelor psihologice, utilizând adecvat concepte și teorii de bază din domeniu • Descrierea caracteristicilor de bază ale științei psihologice, a principalelor paradigme și orientări metodologice • Evaluarea calității informațiilor și a ierarhizarea conceptelor utilizate, în funcție de sferă, extensiune și definiție, dar și în funcție de necesitățile contextului • Explicarea și interpretarea faptelor și teoriilor utilizând cunoștințe de bază din domeniu, precum și observații și informații obținute în mod propriu • Analiza comparativă a principalelor abordări teoretice din psihologie (comportamentală, biologică, cognitivă, evoluționistă, umanistă, psihodinamică și socioculturală)

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
----------	-------------------	------------

1. Introducere în psihologia sănătății și promovarea sănătății	expunerea, problematizarea, sintetizarea	
2. Conceptele de sănătate și boală Stress, sănătate și boală	expunerea, problematizarea, sintetizarea	
3. Suportul social și alți factori socio-economici/Alți factori relevanți în sănătate/ boală	expunerea, problematizarea, sintetizarea	
4. Reziliența	expunerea, problematizarea, sintetizarea	
5. Evaluarea stresorilor și procesul de coping	expunerea, problematizarea, sintetizarea	
6. Psihologia obezității	expunerea, exemplul demonstrativ, problematizarea, sintetizarea	
7. Adictologia	expunerea, problematizarea, sintetizarea	
8. Durerea: aspecte psihologice	expunerea, problematizarea, sintetizarea	
9. Problemele psihologice ale bolnavilor	expunerea, sintetizarea	
10. Gerontopsihologia	expunerea, problematizarea, sintetizarea	
11 Psihologia sexualității	expunerea, problematizarea, sintetizarea	
12 Teorii și modele: * Stages of Change and Processes of Change Model / Transtheoretical Model	expunerea, problematizarea, sintetizarea	
13. Teorii și modele: *Theory of Reasoned Action and Theory of Planned Behavior	expunerea, problematizarea, sintetizarea	
14. Programe de prevenție	exemplul	

	demonstrativ, problematizarea, sintetizarea	
Bibliografie		
<p>Caltabiano, L. & Ricciardelli L.A. (Eds.). (2013). <i>Applied topics in health psychology</i>. West Sussex, UK: John Wiley & Sons Ltd.</p> <p>Demetrovics Zs., Urbán R., Rigó A., Oláh A. (2012). <i>Az egészségpszichológia elmélete és alkalmazása I-II. Személyiség, egészség, egészségfejlesztés – Klinikai egészségpszichológia</i>. ELTE Eötvös Kiadó.</p> <p>Glanz, K., Rimer, B.K. (2005) <i>Theory at a Glance: A Guide to Health Promotion Practice. 2nd edition</i> Bethesda MD: National Cancer Institute. NIH Publ.</p> <p>Goerling, U. (ed.), (2014). <i>Psycho-Oncology, Recent Results in Cancer Research</i>. Berlin.Heidelberg. Springer-Verlag</p> <p>Hunter, C.M., Hunter, C.L., Rodger Kessler, R., Editors (2015). <i>Handbook of Clinical Psychology in Medical Settings. Evidence-Based Assessment and Intervention</i>. New York. Springer Science+Business Media.</p> <p>Maddi, S.R. (2013). <i>Hardiness. Turning Stressful Circumstances into Resilient Growth</i>. New York. Springer Science+Business Media.</p> <p>Sanderson C. A. (2012). <i>Health Psychology</i>. Second edition. John Wiley& Sons Edition.</p> <p>Shumaker, S. A., Ockener, J. K., Reikert, K. A. (2009). <i>The handbook of health behavior change</i>. Springer Publishing Copany, LLC, New York.</p>		
8.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
1. Introducere.	expunerea, conversația, activități de grup, sinteza cunoștințelor	
2. Introducere în managementul stresului.	expunerea, conversația, activități de grup, sinteza cunoștințelor	
3. Starea de bine (bunăstare, bunăstare subiectivă, afect, satisfacția în viață)	clarificarea conceptuală, activități individuale și de grup, descoperire dirijată, sinteza cunoștințelor	
4. Factorii protectivi și de risc ai comportamentului de sănătate	expunerea, conversația, activități individuale și de grup, descoperire dirijată, sinteza cunoștințelor	
5. Forme de coping	conversația, expunerea clarificarea conceptuală, activități individuale, sinteza	

	cunoștințelor	
6. Strategii de suport pentru o alimentație sănătoasă	activități individuale și de grup, descoperire dirijată, sinteza cunoștințelor	
7. Implicații psihologice ale consumului de alcool și droguri	conversația, activități individuale și de grup, sinteza cunoștințelor	
8. Tehnici de control ale durerii (relaxarea, biofeedback-ul)	expunerea, clarificarea conceptuală, activități individuale și de grup, sinteza cunoștințelor	
9. Sprijinul psihologic/ Rolul psihoterapiei in tratamentul bolnavilor de cancer	expunerea, activități individuale și de grup, sinteza cunoștințelor	
10. Problemele psihologice ale vârstnicului/Sprijinul psihologic	conversația, activități individuale și de grup, descoperire dirijată	
11. Sanatatea sexuala	expunerea, activități individuale, descoperire dirijată	
12 Managementul de proiect. Întocmirea unei plan de proiect.TTM	activități individuale și de grup, descoperire dirijată	
13. Managementul de proiect. Întocmirea unei plan de proiect. TPB	expunerea, clarificarea conceptuală, activități individuale și de grup,	
14. Programe de prevenție	Expunerea, sinteza cunoștințelor	

Bibliografie

Caltabiano, L. & Ricciardelli L.A. (Eds.). (2013). *Applied topics in health psychology*. West Sussex, UK: John Wiley & Sons Ltd.

Demetrovics Zs., Urbán R., Rigó A., Oláh A. (2012). *Az egészségpszichológia elmélete és alkalmazása I-II. Személyiség, egészség, egészségfejlesztés – Klinikai egészségpszichológia*. ELTE Eötvös Kiadó.

Glanz, K., Rimer, B.K. (2005) *Theory at a Glance: A Guide to Health Promotion Practice. 2nd edition* Bethesda MD: National Cancer Institute. NIH Publ.

Goerling, U. (ed.), (2014). *Psycho-Oncology, Recent Results in Cancer Research*. Berlin.Heidelberg.

Springer-Verlag

Hunter, C.M., Hunter, C.L., Rodger Kessler, R., Editors (2015). *Handbook of Clinical Psychology in Medical Settings. Evidence-Based Assessment and Intervention*. New York. Springer Science+Business Media.

Maddi, S.R. (2013). *Hardiness. Turning Stressful Circumstances into Resilient Growth*. New York. Springer Science+Business Media.

Sanderson C. A. (2012). *Health Psychology*. Second edition. John Wiley& Sons Edition.

Shumaker, S. A., Ockener, J. K., Reikert, K. A. (2009). *The handbook of health behavior change*. Springer Publishing Company, LLC, New York

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

• Colegiul Psihologilor din România, a Codului deontologic al profesiei de psiholog cu drept de liberă practică (www.copsi.ro) și an**Procedurilor de atestare în conformitate cu Normele metodologice de aplicare a Legii 213/2004**

- Registrul Național al Calificărilor din învățământul Superior (<http://www.ncis.ro>)
- Clasificarea Ocupațiilor din România (<http://www.mmuncii.ro/>)

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Examen scris	nota minimă de 5 la examenul scris	70%
	Examen partial		10%
10.5 Seminar/laborator	Verificare pe parcurs		20%

10.6 Standard minim de performanță

Dacă studentul nu obține nota minimă de 5 la examenul scris, care reprezintă 70% din nota finală, atunci nu promovează examenul în sesiunea respectivă, chiar dacă a satisfăcut cerințele punctului 10,5, acestea reprezentând 30% din nota finală

Frecventarea orelor de curs este obligatorie în proporție de 85%, în caz contrar studentul de la învățământ cu frecvență nu se poate prezenta la examen. Absențele motivate și nemotivate de la activitățile de seminar și/sau lucrări practice nu pot depăși 15% din totalul prevăzut (3 din 14).

În cazul studenților de la învățământ la distanță prezența la orele de contact prevăzute în orar sunt obligatorii 100%, fiind condiție de prezentare la examen.

Predarea și prezentarea lucrării(lor) sunt obligatorii fiind condiție de prezentare la examen.

Orice lucrare plagiată, copiată, identică, precum și orice inspirație, colaborare, copiere se consideră fraudă, caz în care persoana(ele) în cauză vor fi sancționate cu nota 1,00 (unu). Fraudarea examenelor se sancționează cu exmatricularea de la studii.

Sarcinile prevăzute în decursul semestrului nu se pot recupera/compensa în perioada sesiunilor de examene (normală, deschisă, restanță, lichidare).

Studenții care se înscriu în sesiuni ulterioare sesiunii normale (în sesiune deschisă, de restanță, de lichidare) trebuie să parcurgă și să satisfacă obligatoriu toate cerințele prevăzute în semestrul respective (prezență prevăzută la diferitele activități, examene parțiale, teme, proiecte etc.).

Data completării
10.09.2019.

Semnătura titularului de curs
Lect. Dr Kalcza Janosi Kinga

Semnătura titularului de seminar
Lect. Dr Kalcza Janosi Kinga

Data completării
11.09.2019.

Semnătura directorului de departament
Lect. Dr. Batiz Eniko