

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superioară	Universitatea Babeș-Bolyai din Cluj Napoca
1.2. Facultatea	Facultatea de Psihologie și Științele Educației
1.3. Departamentul	Departamentul de Psihologie Aplicată
1.4. Domeniul de studii	Psihologie
1.5. Ciclul de studii	Licență
1.6. Programul de studii / Calificarea	Psihologie – în limba maghiară Psiholog/Cod calificare: L060080010
1.7. Forma de învățământ	Învățământ la distanță

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei		Psihologia sănătății				Codul disciplinei		PLM2216		
2.2. Titularul activităților de curs – Coordonatorul de disciplină				Conf. dr. Kalcza-Janosi Kinga						
2.3. Titularul activităților de seminar / laborator / proiect – tutorele				Drd. Galfi Benadette Dr. Poka Tunde						
2.4. Anul de studiu		2	2.5. Semestrul	4	2.6. Tipul de evaluare		E	2.7. Regimul disciplinei	Conținut	DS
									Obligativitate	Dob

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

3.1. Număr de ore pe săptămână – forma cu frecvență	4	din care: 3.2. curs	2			3.3. seminar/ laborator/ proiect	2
3.4. Total ore pe semestru – forma Învățământ la distanță	125	din care: 3.5. SI	69	AI	28	3.6. AT (8) + TC (20) + AA (0)	28
Distribuția fondului de timp pentru studiul individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)							ore
3.5.1. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe (AI)							28
3.5.2. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren							40
3.5.3. Pregătire seminare/ laboratoare/ proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri							23
3.5.4. Tutoriat (consiliere profesională)							2
3.5.5. Examinări							2
3.5.6. Alte activități							2
3.7. Total ore studiu individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)	97						
3.8. Total ore pe semestru (număr ECTS x 25 de ore)	125						
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	Platforma eLearning a UBB
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului/ proiectului	-

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	- CP. 1. Operarea cu concepte fundamentale în domeniul psihologiei Rezultate ale învățării: - 1.1. Absolventul cunoaște și diferențiază principalele paradigme din domeniul psihologiei științifice - 1.2. Absolventul identifică procesele psihice de prelucrare a informației și operează adecvat cu acestea - 1.9. Absolventul identifică particularitățile unui traseu atipic de dezvoltare - CP. 2. Proiectarea și realizarea unui demers de cercetare în psihologie Rezultate ale învățării: - 2.1. Absolventul participă la proiectarea și realizarea unor cercetări psihologice fundamentale și applicative - CP. 5. Proiectarea și realizarea intervențiilor psihologice Rezultate ale învățării: - 5.1. Absolventul identifică factorii de risc și de reziliență, de la nivel individual și de grup, în vederea proiectării unei intervenții psihologice - 5.2. Absolventul proiectează și realizează intervenții specifice fundamentate teoretic și empiric la nivelul individual și de grup
Competențe transversale	- CT. 1. Exercițarea sarcinilor profesionale conform principiilor deontologice specifice în exercitarea profesiei Rezultate ale învățării: - 1.1. Absolventul cunoaște principiile și standardele deontologice specifice exercitării profesiei - CT. 2. Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipa multidisciplinară pe diverse paliere ierarhice Rezultate ale învățării: - 2.1. Absolventul recunoaște utilitatea abordărilor multidisciplinare în practica psihologică - 2.2. Absolventul colaborează cu specialiști din domenii conexe - CT. 3. Autoevaluarea nevoilor de formare continuă în vederea adaptării competențelor profesionale în dinamica contextului social Rezultate ale învățării: - 3.1. Absolventul își evaluează permanent nevoia de formare continuă în vederea adaptării competențelor profesionale la dinamica mediului social

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

7.1. Obiectivul general al disciplinei	- Cunoașterea și înțelegerea conceptelor, teoriilor și procedurilor de bază în psihologia sănătății; utilizarea adecvată a acestora în comunicarea profesională - Aplicarea cunoștințelor de bază în explicarea conceptelor, situațiilor, proceselor etc. relevante pentru psihologia sănătății - Aplicarea principiilor și procedurilor de bază în rezolvarea problemelor din domeniul psihologiei sănătății - Elaborarea de proiecte profesionale care aplică principii și proceduri acceptate în cadrul psihologiei sănătății
7.2. Obiectivele specifice	- Înțelegerea modelelor teoretice utilizând conceptele și teoriile de bază ale psihologiei sănătății - Înțelegerea procedurilor de colectare, prelucrare și interpretare a datelor relevante pentru studiile de psihologia sănătății - Înțelegerea bazei conceptualizărilor de caz în cadrul psihologiei sănătății - Să ofere o bază pentru elaborarea strategiilor de intervenție pentru abordarea problemelor psihologice, pe baza conceptualizărilor de caz. - Evaluarea (diagnosticarea) indivizilor, grupurilor sau organizațiilor utilizând proceduri cantitative și calitative în cadrul unei întreprinderi care este relevantă pentru contextul serviciului solicitat. - Aplicarea teoriilor și modelelor de bază în cadrul intervențiilor psihologice în domeniul sănătății, inclusiv prevenirea, promovarea sănătății, consilierea și terapia - Analiza calitativă a strategiilor de intervenție în promovarea sănătății - Punerea în aplicare a planului de intervenție pentru promovarea sănătății la nivel de individ, grup sau organizație; evaluarea și aprecierea rezultatelor intervenției

8. Conținuturi

8.1. AI, SI	Metode de predare	Observații
Modul I. Introducere în psihologia sănătății și promovarea sănătății. Stres, sănătate și boală	Învățare individuală și în grup.	40% din timpul total aferent SI
Modul II. Abordări aplicate a psihologiei sănătății	Învățare individuală și în grup.	60% din timpul total aferent SI
Bibliografie: Kálczai János K. (2021). <i>Egészségpszichológia- tanulmányi útmutató</i>. Babeș-Bolyai Tudományegyetem, Pszichológia és Neveléstudományok Kar, Alkalmazott Pszichológia Intézet. Kállai J., Varga J., Oláh A. (szerk) (2014). <i>Egészségpszichológia a gyakorlatban</i>. Medicina Könyvkiadó Zrt., Budapest.		

Brannon, L., Feist, J., & Updegraff, J. A. (2018). <i>Health psychology : an introduction to behavior and health</i>. Cengage Learning Asia Pte Ltd. Sanderson, C. A. (2012). <i>Health Psychology</i> (2th ed.). John Wiley & Sons Inc. Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2017). <i>Health psychology : biopsychosocial interactions</i> (9th ed.). John Wiley & Sons Inc. Taylor, S. E., & Stanton, A. L. (2021). <i>Health psychology</i>. Mcgraw-Hill Education. Maddi, S. R. (2013). <i>Hardiness: turning stressful circumstances into resilient growth</i>. Springer; Dordrecht		
8.2. AT	Metode de predare- învățare	Observații
AT nr.1 Stress: Factorii protectivi și de risc ai comportamentului de sănătate, forme de coping, reziliența	activități practice	Se va pune accentul pe implicarea activă a studenților în dezbateri
AT nr 2 Abordări aplicate a psihologiei sănătății; Tehnici de control ale durerii/ Sprijinul psihologic, Rolul psihoterapiei în tratamentul bolnavilor/Problemele psihologice ale vârstnicului, Sprijinul psihologic/Sanitatea sexuală/ Strategii de suport pentru o alimentație sănătoasă/ Implicații psihologice ale consumului de alcool și droguri	activități practice	Se va pune accentul pe implicarea activă a studenților în dezbateri
Bibliografie: Kálcza János K. (2021). <i>Egészségpszichológia- tanulmányi útmutató</i>. Babeș-Bolyai Tudományegyetem, Pszichológia és Neveléstudományok Kar, Alkalmazott Pszichológia Intézet. Kállai J., Varga J., Oláh A. (szerk) (2014). <i>Egészségpszichológia a gyakorlatban</i>. Medicina Könyvkiadó Zrt., Budapest. Brannon, L., Feist, J., & Updegraff, J. A. (2018). <i>Health psychology : an introduction to behavior and health</i>. Cengage Learning Asia Pte Ltd. Sanderson, C. A. (2012). <i>Health Psychology</i> (2th ed.). John Wiley & Sons Inc. Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2017). <i>Health psychology : biopsychosocial interactions</i> (9th ed.). John Wiley & Sons Inc. Taylor, S. E., & Stanton, A. L. (2021). <i>Health psychology</i>. Mcgraw-Hill Education. Maddi, S. R. (2013). <i>Hardiness: turning stressful circumstances into resilient growth</i>. Springer; Dordrecht		
8.3. TC	Metode de transmitere a informației	Observații
Evaluare pe parcurs și examen parțial	Stressul	Ponderea în nota finală este 20%.
Studiu de caz	Pregătirea temei de control conform criteriilor stabilite, în concordanță cu obiectivele	Ponderea în nota finală este 30%. Tema va fi încărcată pe platforma eLearning a

	disciplinei Platforma eLearning UBB	UBB cu specificarea termenului final de trimitere a rezolvărilor
Bibliografie: Kálcsa János K. (2021). <i>Egészségpszichológia- tanulmányi útmutató</i>. Babeş-Bolyai Tudományegyetem, Pszichológia és Neveléstudományok Kar, Alkalmazott Pszichológia Intézet. Kállai J., Varga J., Oláh A. (szerk) (2014). <i>Egészségpszichológia a gyakorlatban</i>. Medicina Könyvkiadó Zrt., Budapest. Brannon, L., Feist, J., & Updegraff, J. A. (2018). <i>Health psychology : an introduction to behavior and health</i>. Cengage Learning Asia Pte Ltd. Sanderson, C. A. (2012). <i>Health Psychology</i> (2th ed.). John Wiley & Sons Inc. Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2017). <i>Health psychology : biopsychosocial interactions</i> (9th ed.). John Wiley & Sons Inc. Taylor, S. E., & Stanton, A. L. (2021). <i>Health psychology</i>. McGraw-Hill Education. Maddi, S. R. (2013). <i>Hardiness: turning stressful circumstances into resilient growth</i>. Springer; Dordrecht		
8.4. AA	Metode de predare-învăţare	Observaţii
-		
Bibliografie:		

9. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţilor epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Temele de curs şi seminar propuse sunt subiecte de actualitate în cercetarea fundamentală şi aplicativă din domeniul psihologiei, iar abordarea lor în cadrul acestei discipline se bazează pe rezultatele recente din literatura de specialitate. De asemenea, tematica disciplinei acoperă conceptele majore relevante pentru aplicaţiile psihologiei cerute pe piaţa muncii şi pentru standardele comunităţii profesionale.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1. Criterii de evaluare	10.2. Metode de evaluare	10.3. Pondere din nota finală
10.4. AI, SI	capacitatea de analiză şi sinteză a materialelor	Exam scris	50%
		Examen partial /Evaluare pe parcurs	20%(10%+10%)
10.5. TC / AA	înţelegerea şi aplicarea practica a cunostintelor	Predarea unei teme pe parcursul semestrului	30%
10.6. Standard minim de performanţă În cazul în care un student nu obţine o notă de trecere (5.00) la examenul intermediar, acesta nu va promova examenul, chiar dacă a îndeplinit cerinţele indicate la punctul 10.5. Procentul maxim de absenţe (certificate sau nu) pentru un curs, seminar sau ore practice (laborator, practică, proiect etc.) este de 15% din numărul total de ore. Nerespectarea obligaţiilor de prezenţă va duce la excluderea studentului de la examen (a se vedea regulamentul privind creditele). Lucrarea/lucrările de seminar sunt obligatorii, descalificante şi constituie o condiţie prealabilă pentru înscrierea la examen. Numai lucrările depuse până la termenul limită vor primi punctaj maxim. Lucrările depuse în timpul perioadei de graţie pot fi acceptate în continuare, cu			

deducerea punctelor. Lucrările depuse după perioada de grație, dacă obțin o notă de trecere, vor valora 0 puncte în nota finală, dar studentul va fi eligibil pentru a participa la examen. Lucrările obligatorii de la jumătatea semestrului pot fi recuperate în perioada examenului, perioada examenului de recuperare, dar nu contează în nota finală, doar dau dreptul studentului să se prezinte la examen. Examenul parțial nu este descalificant. Neprezentarea la examenul parțial nu duce la excluderea de la examenul de sfârșit de semestru. Examenul parțial nu poate fi recuperat decât în cazuri medicale justificate corespunzător. În cazul unei absențe justificate din punct de vedere medical, studentul are dreptul să susțină un examen oral pentru a obține nota parțială corespunzătoare, cu condiția prezentării unei externări din spital (în termen de 7 zile). Studenții care solicită sesiune deschisă, examene de recuperare, măriri de notă, trebuie să îndeplinească toate cerințele cursului (prezență, parțiale, teme, proiecte etc.). Notele obținute la activitățile de seminar, examenele parțiale sunt valabile doar pentru anul universitar în curs și nu pot fi reportate într-un an universitar ulterior. Trișarea în timpul examenelor va duce la exmatricularea studentului din Universitate, în conformitate cu Regulamentul privind creditele, la discreția Rectorului BBTE, la recomandarea Consiliului facultății, pe baza unei plângeri scrise depuse de profesorul examinatorului. Acest lucru este valabil pentru toate elementele incluse în calculul notei finale (examene semestriale sau de recuperare, examene parțiale, lucrări de seminar semestriale, proiecte).

Tutore de disciplină/
Drd. Galfi Bernadette

Coordonator de disciplină
Conf. dr Kalcza Janosi Kinga

Data completarii
25.04.2024

Dr. Poka Tunde

Responsabil de studii ID/IFR,

Data completarii
25.04.2024.

Lect. dr. Kanyaro (Szabo) Kinga