

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	Nivel de baza (BA)-Licență
1.6 Programul de studiu / Calificarea	Psihologie IF (în limba maghiară) Psiholog

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	PLM2216_Psihologia sănătății						
2.2 Titularul activităților de curs	Conf. Dr. Kálcza Janosi Kinga						
2.3 Titularul activităților de seminar	Conf. Dr. Kálcza Janosi Kinga						
2.4 Anul de studiu	2	2.5 Semestrul	4	2.6. Tipul de evaluare	E	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:					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					10
Tutoriat					1
Examinări					2
Alte activități					
3.7 Total ore studiu individual	69				
3.8 Total ore pe semestru	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	-
5.2 De desfășurare a seminarului/laboratorului	-

6. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale	- CP. 1. Operarea cu concepte fundamentale în domeniul psihologiei - <i>Rezultate ale învățării:</i> - 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 - <i>Rezultate ale învățării:</i> - 2.1. Absolventul participă la proiectarea și realizarea unor cercetări psihologice fundamentale și applicative - CP. 5. Proiectarea și realizarea intervențiilor psihologice - <i>Rezultate ale învățării:</i> - 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 - <i>Rezultate ale învățării:</i> - 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 - <i>Rezultate ale învățării:</i> - 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 - <i>Rezultate ale învățării:</i> - 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 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 Curs	Metode de predare	Observații
1. Introducere în psihologia sănătății și promovarea sănătății	expunerea, problematizarea, sintetizarea	
2. Sistemele corpului uman	expunerea, problematizarea, sintetizarea	
3. Conceptele de sănătate și boală Stress, sănătate și boală	expunerea, problematizarea, sintetizarea	
4. Suportul social si alti factori socio-economici/Alți factori relevanți în sănătate/ boală	expunerea, problematizarea, sintetizarea	
5. Reziliența	expunerea, problematizarea, sintetizarea	
6. Evaluarea stresorilor și procesul de coping	expunerea, problematizarea, sintetizarea	
7 Teorii și modele: * Stages of Change and Processes of Change Model / Transtheoretical Model	expunerea, problematizarea, sintetizarea	
8. Teorii și modele: *Theory of Reasoned Action and Theory of Planned Behavior	expunerea, problematizarea, sintetizarea	
9. Durerea: aspecte psihologice	expunerea, problematizarea, sintetizarea	
10. Problemele psihologice ale bolnavilor	expunerea, sintetizarea	

11. Gerontopsihologia.Tanatologia.	expunerea, problematizarea, sintetizarea	
12. Psihologia sexualitatii.	expunerea, problematizarea, sintetizarea	
13. Adictologia	expunerea, problematizarea, sintetizarea	
14. Psihologia obezității	expunerea, exemplul demonstrativ, problematizarea, sintetizarea	

Bibliografie

Kálcza János K. (2021). *Egészségpszichológia- tanulmányi útmutató*. Babeș-Bolyai Tudományegyetem, Pszichológia és Neveléstudományok Kar, Alkalmazott Pszichológia Intézet.

Kállai J., Varga J., Oláh A. (szerk) (2014). *Egészségpszichológia a gyakorlatban*. Medicina Könyvkiadó Zrt., Budapest.

Brannon, L., Feist, J., & Updegraff, J. A. (2018). *Health psychology : an introduction to behavior and health*. Cengage Learning Asia Pte Ltd.

Sanderson, C. A. (2012). *Health Psychology* (2th ed.). John Wiley & Sons Inc.

Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2017). *Health psychology : biopsychosocial interactions* (9th ed.). John Wiley & Sons Inc.

Taylor, S. E., & Stanton, A. L. (2021). *Health psychology*. Mcgraw-Hill Education.

Maddi, S. R. (2013). *Hardiness: turning stressful circumstances into resilient growth*. Springer; Dordrecht.

8.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
1. Introducere.	expunerea, conversația, activități de grup, sinteza cunoștințelor	
2.Bolile cronice	expunerea, conversația, activități de grup, sinteza cunoștințelor	
3. Introducere în managementul stresului.	expunerea, conversația, activități de grup, sinteza cunoștințelor	
4. Starea de bine (bunăstare, bunăstare subiectivă, afect, satisfacția în viață)	clarificarea conceptuală, activități individuale și de grup, descoperire dirijată, sinteza cunoștințelor	
5. Factorii protectivi și de risc ai comportamentului de sănătate	expunerea, conversația, activități individuale și de grup, descoperire dirijată, sinteza cunoștințelor	

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

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

Temele de curs și seminar propuse sunt subiecte de actualitate în cercetarea fundamentală și 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 aplicațiile psihologiei cerute pe piața muncii și pentru standardele comunității profesionale.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	- capacitatea de analiză și sinteză a materialelor.	Examen scris	50%
		Examen partial	20%
10.5 Seminar/laborator	-înțelegerea și aplicarea practica a cunostintelor	Evaluare pe parcurs	30%

10.6 Standard minim de performanță

Procentul cel mai mare din nota finală este reprezentat de examenul care va fi susținut în perioada de examene.

În cazul în care un student nu obține o notă de trecere (5,00) la examenul scris, nu va promova examenul, chiar dacă a îndeplinit cerințele indicate la punctul 10.5.

Un student cu normă întreagă care nu participă la cursuri (min. 85%) va fi descalificat de la examen. Pentru cursurile și orele de practică (laborator, practică, proiect etc.), procentul maxim de absențe certificate sau nemotivate nu poate depăși 15% din numărul total de ore (a se vedea Regulamentul de credite).

Numai lucrările predate până la termenul limită vor primi punctaj.

În cazul unor lucrări depuse plagiate, copiate, sau identice în cazul colaborării sau copierii în timpul examenului, studentul (fiecare parte implicată) va primi nota 1. Copierea în timpul examenelor va duce la exmatricularea studentului din Universitate.

Temele/lucrările din timpul semestrului nu pot fi recuperate în timpul perioadelor de examene, al perioadelor de examene de recuperare și al perioadelor de examene de refacere.

Un examen parțial nu este descalificant, dar nu poate fi recuperat.

Pentru studenții care au fost admiși la o sesiune deschisă, nu sunt permise examenele de recuperare, doar dacă au îndeplinit toate cerințele pe parcursul semestrului (examen parțial, lucrări, prezențe la curs și seminarii).

Data completării
25.04.2024

Semnătura titularului de curs
Conf. Dr. Kálcza János Kinga

Semnătura titularului de seminar

Data avizării în departament
30.04.2024

Semnătura directorului de departament
Conf. Dr. Kotta Ibolya