

**FI A DISCIPLINEI****1. Date despre program**

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea „Alexandru Ioan Cuza” din Iași
1.2 Facultatea	Facultatea de Filosofie și Științe Social-Politice
1.3 Departamentul	Sociologie și Asistență Socială
1.4 Domeniul de studii	Asistența socială
1.5 Ciclul de studii	Master
1.6 Programul de studii / Calificarea	Familia și Managementul Resurselor Familiale / Asistent social

**2. Date despre disciplină**

2.1 Denumirea disciplinei	Consilierea pentru dezvoltare personală						
2.2 Titularul activităților de curs	prof.univ.dr. Daniela Soitu						
2.3 Titularul activităților de seminar	prof.univ.dr. Daniela Soitu						
2.4 An de studiu	I	2.5 Semestru	2	2.6 Tip de evaluare*	E	2.7 Regimul disciplinei**	DO

\* E - examen; C - colocviu; EVP - verificare pe parcurs; PP - prezentare proiect

\*\* DO – disciplină obligatorie; DA – disciplină opțională; DF – disciplină facultativă

**3. Timpul total estimat (ore pe semestru și activități didactice)**

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar/laborator	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	42	din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp					ore
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele					33
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					30
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					60
Tutoriat					6
Examinări					4
Alte activități .....					0
3.7 Total ore studiu individual					133
3.8 Total ore pe semestru					175
3.9 Număr de credite					7

**4. Precondiții (dacă este cazul)**

4.1 De curriculum	Nu este cazul
4.2 De competențe	Nu este cazul

**5. Condiții (dacă este cazul)**

5.1 De desfășurare a cursului	Parcurgerea literaturii de specialitate este obligatorie.
5.2 De desfășurare a seminarului/laboratorului	Pregătirea temelor este obligatorie.

**6. Competențe specifice acumulate**

<b>Competențe profesionale</b>	CP1. Cunoașterea aprofundată a dezvoltărilor teoretice, a abordărilor metodologice și practice specifice familiei și managementului resurselor familiale; CP3. Utilizarea cunoștințelor de specialitate pentru explicarea și interpretarea unor situații / aspecte privind familia și managementul resurselor familiale, în contexte mai largi asociate domeniului; CP5. Utilizarea nuanțelor pertinente a criteriilor și metodelor de evaluare, pentru a formula judecăți de valoare și a fundamenta decizia privind familia și managementul resurselor familiale; CP6. Elaborarea de proiecte profesionale și/sau de cercetare în domeniul familiei și managementului resurselor familiale, utilizând inovativ un spectru variat de metode cantitative și calitative.
<b>Competențe transversale</b>	CT11. Clarificarea și evaluarea sistematică a mandatului, competențelor, rolului și a teptelor personale; CT12. Aplicarea auto-evaluărilor longitudinale asupra proceselor învățate, deprinderilor dobândite și necesităților de profesionalizare; CT13. Proiectarea prospectivă a unor obiective profesionale;

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

<b>7.1 Obiectivul general</b>	Dezvoltarea abilităților de identificare și analiză a elementelor dezvoltării personale Identificarea resurselor individuale pentru dezvoltare personală și socială Dezvoltarea competențelor de autogestionare a resurselor și autodezvoltare
<b>7.2 Obiectivele specifice</b>	La finalizarea cu succes a acestei discipline, studenții vor fi capabili să : <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Explice</b> dimensiunile psiho-sociale ale dezvoltării personale;</li> <li>▪ <b>Aplice</b> principalele teorii ale consilierii în dezvoltarea personală ;</li> <li>▪ <b>Descrie</b> modelele de lucru specifice abordărilor consilierii pentru dezvoltarea personală ;</li> <li>▪ <b>Utilizeze</b> strategiile de evaluare și intervenție în asistența socială , adaptate situațiilor;</li> <li>▪ <b>Analizeze</b> situații și contexte favorabile dezvoltării personale prin consiliere.</li> </ul>

**8. Conținut**

8.1	Curs	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
1.	Dezvoltare personală . Perspective	<ul style="list-style-type: none"> <li>• descrierea</li> <li>• expunerea problematizată</li> <li>• explicația</li> <li>• conversația euristică</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cursul și seminariile se desfășoară online (Webex) , conform programului de la orar</li> <li>• Temele de curs se regăsesc la bibliografie</li> </ul>
2.	Teorii și forme ale dezvoltării personale		
3.	Strategii de autocunoaștere		
4.	Strategii de cunoaștere a celorlalți		
5.	Motivația și devenirea umană		
6.	Tendențe în dezvoltarea personală		



7.	Învățarea pe parcursul întregii vieți		
8.	Procesul de consiliere pentru dezvoltarea personală		
9.	Modele de consiliere pentru dezvoltarea personală		
10.	Modelul abilităților de viață		
11.	Modelul managementului personal		
12.	Modelul competențelor cheie		
13.	Planificarea dezvoltării personale		
14.	Monitorizare și evaluare în dezvoltarea personală		

### Bibliografie

#### Referințe principale:

1. Butler-Bowdon, T. – 2008, *50 de cărți fundamentale pentru dezvoltarea personală*. Ed. Meteor Press, București
2. Gîrleanu, Daniela-Tatiana – 2002, *Consiliere în asistența socială*. Curs, Editura Universității « Al.I.Cuza » Iași

#### Referințe suplimentare:

3. Butler-Bowdon, T. – 2008, *50 de cărți fundamentale pentru dezvoltarea personală*. Ed. Meteor Press, București
4. Dafinoiu, Ion – 2000, *Elemente de psihoterapie integrativă*, Ed. Polirom, Iași
5. Dryden, Windy (coord.) – 2010, *Manual de terapie individuală*, Ed. Polirom, Iași
6. Dumitrescu, Hanibal (coord.) – 2012, *Consiliere în asistența socială*, Ed. Polirom, Iași
7. Egan, Gerard - 1990, *The Skilled Helper. A Systematic Approach to Effective Helping*, Brooks/Cole Publishing Company, Pacific Grove, California
8. Goleman, Daniel – 2001, *Inteligența emoțională*, Ed. Curtea Veche, București
9. Maslow, A.H. – 2009, *Motivațiile personalitate. Cele apte trepte ale piramidei motivației umane*. Editura Trei, București
10. Nelson-Jones, Richard – 2009, *Manual de consiliere*. Ed. Trei, București

8.2	Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
1.	Nevoi personale în dezvoltarea continuă	<ul style="list-style-type: none"> <li>•expunerea problematizată</li> <li>•dezbateri</li> <li>•observația dirijată</li> <li>•observația independentă</li> <li>•explicația</li> <li>•studiul de caz</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Seminarul se desfășoară conform programului de la oră</li> <li><b>Fiecare student trebuie:</b></li> </ul>
2.	Cunoașterea celorlalți și autocunoașterea: abilități, dorințe, resurse, interese		
3.	Inteligența emoțională. Factori de influență în dezvoltarea personală		



4.	Atitudini fa de sine i fa de al ii în dezvoltarea personal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• s realizeze un plan de dezvoltare personal</li> <li>• s se implice în exerci iul de cercetare al dezvolt rii personale</li> </ul>
5.	Îndrumarea dezvolt rii personale a beneficiarilor asistentei sociale	
6.	Avantaje ale consilierii pentru dezvoltarea personal	
7.	Proiectarea în echip a dezvolt rii personale	

### Bibliografie

1. Angel, Pierre, coord., *Dic ionar de coaching - - concepte, practici, instrumente, perspective*, Ia i, Polirom, 2008
2. Avram, Eugen, *Psychology in a positive world - - resources for personal, organizational, and social development*, Bucure ti, Editura Universit ii din Bucure ti, 2008
3. Bradberry Travis, *Inteligen a emo ional - - tot ce trebuie s tii pentru a- i folosi eficient EQ-ul* (Emotional intelligence quick book: everything you need to know to put your EQ to work): Bucure ti, Amaltea, 2008
4. Butler-Bowdon, T., *50 de c r i fundamentale pentru dezvoltarea personal* . Ed. Meteor Press, Bucure ti, 2008
5. Ciorbea, Iulia, *Personalitatea psihoterapeutului i procesul terapeutic*, Ia i, Polirom, 2010
6. Covey, Stephen R., *Eficien a în 7 trepte sau Un abecedar al în elepciunii* (Seven Habits of Highly Effective People): Bucure ti, Alfa, 2009
7. Faulkner Charles, ed., *NLP i succesul* (NLP. The new technology of achievement): Bucure ti, Curtea Veche, 2006
8. Gîrleanu, Daniela-Tatiana, *Consiliere în asisten a social* . Curs, Editura Universit ii « Al.I.Cuza » Ia i, 2002
9. Goleman, D., *Inteligen a emo ional* , Ed. Curtea Veche, Bucure ti, 2001
10. Maslow, A.H., *Motiva ie i personalitate. Cele apte trepte ale piramidei motiva iei umane*. Editura Trei, Bucure ti, 2009
11. Mitrofan, L., *Dezvoltarea personal - competen universitar transversal* (o nou paradigm educa ional ) : Bucure ti, Editura Universit ii, 2007
12. Nelson-Jones, Richard, *Manual de consiliere*. Ed. Trei, Bucure ti, 2009
13. oitu, Daniela, *Formarea viitorilor asisten i sociali pentru activitatea de consiliere*, în *Consilierea în asisten a social* , H. Dumitra cu (coord.), Ed. Polirom, Ia i, pp.
14. oitu, Daniela, *Consilierea, intre profesie i serviciu social*, în *Tratat de asisten social* . Edi ia a doua, G. Neam u (coord.), Ed. Polirom, Iasi, 2011
15. Thatchenkery Tojo, *Inteligen a apreciativ - - cum s descoperi calit ile de la temelia creativit ii i succesului* (Appreciative intelligence - Seeing the mighty oak in the acorn): Bucure ti, Codecs, 2008

### 9. Coroborarea con inutului disciplinei cu a tept rile reprezentan ilor comunit ii, asocia iilor profesionale i angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

Disciplina “**Consilierea pentru dezvoltare personal** ” r spunde a tept rilor de formare, participare i îngrijire ale persoanelor vârstnice, furnizorilor de servicii sociale publici i priva i, autorilor de politici publice, asocia iilor profesionale i angajatorilor.

### 10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere în nota final (%)
----------------	---------------------------	-------------------------	--------------------------------



<b>10.4</b> Curs	<ul style="list-style-type: none"><li>• Analiza critică a perspectivelor dezvoltării personale și ale consilierii pentru dezvoltare personală</li><li>• Realizarea unei prezentări critice a minim 3 articole din domeniul dezvoltării personale pe parcursul vieții și a stării de bine</li></ul>	Susținere argumentativă (online)	50%
<b>10.5</b> Seminar/ Laborator	<ul style="list-style-type: none"><li>• Participarea activă la seminariile</li><li>• Realizarea unui plan de dezvoltare personală</li><li>• Realizarea unui plan de dezvoltare pentru un beneficiar de servicii sociale / o persoană vulnerabilă</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Evaluare pe parcurs</li></ul>	50%
<b>10.6</b> Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"><li>• Realizarea unei prezentări critice a articolelor din domeniul dezvoltării personale</li><li>• Realizarea unui plan de dezvoltare personală</li><li>• Pregătirea, prezentarea rezultatelor și obținerea a minim 50% din punctaj.</li></ul>			

Data completării  
**27.09.2021**

Titular de curs  
**prof.univ.dr. Daniela Oitu**

Titular de seminar  
**prof.univ.dr. Daniela Soitu**

Data avizării în departament  
**27.09.2021**

Director de Departament  
**Conf.Univ.Dr. Romeo Asiminei**