

 Această imagine nu se poate afișa.

FIȘA 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	DEPARTAMENTUL DE SOCIOLOGIE, ASISTENȚA SOCIALĂ SI RESURSE UMANE
1.4 Domeniul de studii	Asistență socială
1.5 Ciclul de studii	Masterat
1.6 Programul de studii / Calificarea	Supervizare și planificare socială

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Consilierea pentru dezvoltare personală						
2.2 Titularul activităților de curs	Dr. Milka Nicoleta APOSTU						
2.3 Titularul activităților de seminar	Dr. Milka Nicoleta APOSTU						
2.4 An de studiu	II	2.5 Semestrul	IV	2.6 Tip de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei*	Ob

*OB – Obligatoriu / OP – Opțional / F – Facultativ

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	3.2 curs	2	3.3 seminar/laborator	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	36	3.5 curs	24	3.6 seminar/laborator	12
Distribuția fondului de timp					ore
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele					30
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					30
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					45
Tutoriat					5
Examinări					4
Alte activități					0
3.7 Total ore studiu individual					114
3.8 Total ore pe semestru					150
3.9 Numărul de credite					6

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	<ul style="list-style-type: none">• Parcurgerea literaturii de specialitate este obligatorie.• Videoprojector și laptop conectat la internet.
5.2 De desfășurare a seminarului/ laboratorului	<ul style="list-style-type: none">• Pregătirea temelor este obligatorie.

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	<p>CP1. Utilizarea adecvată a limbajului specific domeniului asistenței sociale în comunicarea cu medii profesionale diferite;</p> <p>CP2. Utilizarea cunoștințelor de specialitate pentru explicarea și interpretarea unor situații / aspecte privind supervizarea și planificarea socială, în contexte mai largi asociate domeniului;</p> <p>CP3. Utilizarea integrată a aparatului conceptual și metodologic, în condiții de informare incompletă, pentru a rezolva probleme teoretice și practice noi;</p> <p>CP4. Utilizarea nuanțată și pertinentă a criteriilor și metodelor de evaluare, pentru a formula judecăți de valoare și a fundamenta decizii privind supervizarea și planificarea socială;</p> <p>Informarea continuă cu rezultatele cercetării în domeniu</p> <p>CP5. Informarea continuă cu privire la cercetările, perspectivele teoretice și practice din domeniu:</p> <ul style="list-style-type: none">• Abilitatea de discriminare a surselor profesionale credibile de informare de cele pseudoștiințifice• Abilitatea de lectură critică a literaturii științifice internaționale de specialitate
Competențe transversale	<p>CT1. Aplicarea standardelor profesionale de cercetare;</p> <p>CT2. Respectarea standardelor de integritate etică și onestitate profesională;</p> <p>CT3. Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă multidisciplinară</p> <p>CT4. Abilități avansate de utilizare a tehnologiilor IT în activitatea profesională;</p> <p>CT5. Deprinderea lucrului în grup și a cooperării în cadrul rețelelor;</p> <p>CT6. Abordarea empatică a interacțiunilor cu beneficiarii / clienții, colegilor și partenerilor;</p> <p>CT7. Clarificarea și evaluarea sistematică a competențelor, rolului și așteptărilor personale;</p> <p>CT8. Aplicarea auto-evaluărilor longitudinale asupra proceselor învățate, deprinderilor dobândite și necesităților de profesionalizare;</p> <p>CT9. Proiectarea prospectivă a unor obiective profesionale;</p> <p>CT10. Diversificarea formelor și stilurilor de învățare.</p>

7. Obiectivele disciplinei (din grila competențelor specifice acumulate)

7.1 Obiectivul general	<p>La finalul acestui curs, studenții vor fi capabili să:</p> <ul style="list-style-type: none">• Utilizeze eficient și adecvat limbajul de specialitate;• Se raporteze critic la literatura de specialitate;• Distingă între principalele teorii, modele de dezvoltare personală;• Dezvolte abilitățile de identificare a propriilor resurse de dezvoltare personală;• Aplice principalele abilități necesare în consilierea clienților.
---------------------------------------	---

7.2 Obiectivele specifice	<p>La finalizarea cu succes a acestei discipline, studenții vor fi capabili să:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Explice dimensiunile psihosociale ale dezvoltării personale; • Aplice principalele aspecte ale consilierii în dezvoltarea personală; • Analizeze situații și contexte favorabile dezvoltării personale prin consiliere; • Evalueze calitatea unor modele, metode, instrumente de dezvoltare personală.
--	---

8. Conținut

8.1	Curs	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
1.	Organizarea activităților de curs	<ul style="list-style-type: none"> •expunerea •explicația •conversația euristică 	Cursul se desfășoară onsite și online conform prevederilor legale și conform orarului.
2.	Perspectivă conceptuală: dezvoltarea personală/ consilierea		
3.	Etapele, caracteristicile și metodele consilierii pentru dezvoltare personală		
4.	Sănătatea mintală, element esențial al parcursului dezvoltării umane		
5.	Intervenții psihosociale pentru sănătatea mintală		
6.	Criterii de realizare a programelor de dezvoltare personală		
7.	Analiza resurselor și ofertelor disponibile pentru dezvoltarea personală		
8.	Planificarea dezvoltării personale: etape		
9.	Planificarea dezvoltării personale: competențe transversale și abilități esențiale		
10.	Abilitățile de bază ale consilierului		
11.	Interviul motivațional		
12.	Aspecte ale organizării consilierii individuale și de grup		

Bibliografie

1. Cottrell, S. (2015), *Skills for Success, Personal development and employability*. Third edition. Palgrave. McMillan Study Skills, Red Globe Press
2. David, D. (2014), *Dezvoltare personală și socială*, Editura Polirom, Iași
3. David, D. (2006), *Psihologie clinică și psihoterapie*, Editura Polirom, Iași
4. Dryden, W, coord. (2010), *Manual de terapie individuală*, Ed. Polirom, Iași
5. Dumitrașcu, H., coord. (2012), *Consiliere în asistența socială*, Ed. Polirom, Iași
6. Frost, H., Campbell, P., Maxwell, M., O'Carroll, R. E., Dombrowski, S. U., Williams, B., Cheyne, H., Coles, E., & Pollock, A. (2018). Effectiveness of Motivational Interviewing on adult behaviour change in health and social care settings: A systematic review of reviews. *PLOS ONE*, 13(10), e0204890. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0204890>
7. Gîrleanu, D.-T., (2002), *Consiliere în asistența socială- Curs*, Editura Universității « Al.I.Cuza » Iași
8. Loghran, H. (2019), *Counselling Skills for Social Workers*, Routledge, Abingdon, Oxon; New York, NY

9. Miller, W. R., & Rollnick, S. (2012). *Motivational interviewing: Helping people change* (3rd ed). Guilford Press.
10. Nelson-Jones, R. (2009), *Manual de consiliere*. Ed. Trei, București
11. Rollnick, S., Butler, C. C., Kinnersley, P., Gregory, J., & Mash, B. (2010). Motivational interviewing. *BMJ*, 340(apr27 2), c1900–c1900. <https://doi.org/10.1136/bmj.c1900>

8.2	Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
1.	Dezvoltarea personală și principalele provocări teoretice și practice	<ul style="list-style-type: none"> •expunerea •dezbaterea •explicația •studiul de caz •lucrul în echipă •dezbaterea •lucrul individual 	<p>Seminarul se desfășoară on site și online, conform prevederilor legale și orarului.</p> <p>Fiecare student trebuie să prezinte recenzia unei cărți, a unui articol sau a unei lucrări de specialitate din tematica de seminar</p>
2.	Sănătate mintală în demersurile de formare profesională și personală		
3.	Intervenții pentru sănătate mintală		
4.	Planificarea dezvoltării personale		
5.	Motivația umană pentru schimbare. Interviul motivațional.		
6.	Îndrumarea dezvoltării personale a beneficiarilor		

Bibliografie

- Butler-Bowdon, T. (2008), 50 de cărți fundamentale pentru dezvoltarea personală. Ed. Meteor Press, București
- Cuijpers P, van Straten A, Smit F, Mihalopoulos C, Beekman A (2008). Preventing the onset of depressive disorders: A meta-analytic review of psychological interventions. *American Journal of Psychiatry*, 165, 1272-1280
- David, D. (2014), *Dezvoltare personală și socială*, Editura Polirom, Iași
- Gârleanu, Daniela-Tatiana, (2002), *Consiliere în asistența socială*. Curs, Editura Universității « Al.I.Cuza » Iași
- Loghran, H. (2019), *Counselling Skills for Social Workers*, Routledge, Abingdon, Oxon; New York, NY
- Miller, W. R., & Rollnick, S. (2012). *Motivational interviewing: Helping people change* (3rd ed). Guilford Press.
- Rosengren, D. (2021), *Dezvoltarea abilităților de aplicare a interviului motivațional. Ghid pentru practicieni*, Editura Trei, București
- Rollnick, S., Butler, C. C., Kinnersley, P., Gregory, J., & Mash, B. (2010). Motivational interviewing. *BMJ*, 340(apr27 2), c1900–c1900. <https://doi.org/10.1136/bmj.c1900>

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

- Activitatea didactică (deopotrivă cea de curs și cea de seminar) corespunde standardelor academice și profesionale actuale.
- Activitatea didactică curentă va pregăti studenții în spiritul respectării necondiționate a legii și a normelor profesionale, pentru a integra cunoștințelor și abilităților dobândite (în cadrul cursului și seminarului) în relațiile profesionale.

10. Evaluare

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

10.4 Curs	<ul style="list-style-type: none"> • Analiza critică a perspectivelor dezvoltării personale și ale consilierii pentru dezvoltare personală • Realizarea unui plan de dezvoltare personală 	- Examen	- 50%
10.5 Seminar / Laborator	<ul style="list-style-type: none"> • Recenzia critică a unei cărți/ lucrări de specialitate din tematica de seminar 	- Evaluare pe parcurs seminariilor	- 50%
10.6 Standard minim de performanță			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Recenzarea unui articol/ a unei lucrări de specialitate din tematica de seminar. 2. Realizarea unui plan de dezvoltarea personală. 3. Obținerea unui punctaj de minim 5 atât în cadrul activității de seminar cât și la evaluarea de la curs. 			

**Data completării,
27.09.2024**

**Titular de curs,
Dr. Milka Nicoleta Apostu**

**Titular de seminar,
Dr. Milka Nicoleta Apostu**

**Data avizării în departament,
27.09.2024**

**Director de departament,
Conf. Univ. Dr. Mihaela Rădoi**