

**FIȘA DISCIPLINEI**  
**COMUNICARE EFICIENTĂ ȘI MANAGEMENTUL EMOȚIILOR**

**1. Date despre program**

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA "OVIDIUS" DIN CONSTANȚA
1.2 Facultatea	FACULTATEA DE PSIHOLOGIE ȘI ȘTIINȚELE EDUCAȚIEI
1.3 Departamentul	DPPD
1.4 Domeniul de studii:	ȘTIINȚELE EDUCAȚIEI
1.5 Ciclul de studii:	MASTER
1.6 Programul de studii:	MASTERAT DIDACTIC ÎN BIOLOGIE
1.7 Anul universitar	2024-2025

**2. Date despre disciplină**

2.1 Denumirea disciplinei	COMUNICARE EFICIENTĂ ȘI MANAGEMENTUL EMOȚIILOR						
2.2 Cod disciplină	MDB 2103						
2.3 Titularul activităților de curs	PROF. UNIV. DR. ENACHE RODICA GABRIELA						
2.4 Titularul activităților aplicative	LECT.UNIV.DR. LUNGU IULIANA						
2.5 Anul de studii	I/	2.6 Semestrul	I	2.7. Tipul de evaluare	Colocviu	Regimul disciplinei	PP/DI

**3. Timpul total estimat**

3.1 Număr de ore activități directe pe săptămână	2	din care: 3.2 curs	1	3.3 aplicații	1
3.4 Total ore activități directe pe semestru	28	din care: 3.5 curs	14	3.6 aplicații	14
3.7 Total ore de studiu individual					47
<i>Distribuția fondului de timp</i>					<i>ore</i>
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					10
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					10
Pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutorial					10
Examinări					7
Alte activități					
3.8 Total ore pe semestru	75				
3.9. Numărul de credite	3				

**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	Se vor pune la dispoziția studenților materiale în format electronic power point, word, pdf, încărcate în Google Drive Sala de curs, videoproiector, laptop, tablă, acces la internet, acces la baze de date internaționale, materiale video educative, flipchart. Cursul se va desfășura 50% on-line pe platforma webex, 50% în spațiul universității
5.2. de desfășurare a seminarului	Se vor pune la dispoziția studenților materiale în format electronic power point, word, pdf, încărcate în Google Drive

	Sala de curs, videoprojector, laptop, tablă, acces la internet, acces la baze de date internaționale, materiale video educative, flipchart. Seminarul se va desfășura 30% on-line pe platforma webex, 70% în spațiul universității.
--	---

## 6. Competențele specifice acumulate

<b>Competențe</b>	<p><i>C1 Operarea cu concepte fundamentale în domeniul psiho-pedagogiei comunicării și managementului emoțiilor</i></p> <p><i>C2 Proiectarea și realizarea unui demers de cercetare în domeniul educațional</i></p> <p><i>C3 Evaluarea critică a situațiilor problematice și a soluțiilor posibile în mediul educațional prin intermediul comunicării</i></p>
<b>Competențe</b>	<p><i>CT1 Aplicarea tehnicilor de munca eficientă în echipa multidisciplinară pe diverse paliere ierarhice</i></p> <p><i>CT2 Exercițierea sarcinilor profesionale conform principiilor deontologice specifice în exercițierea profesiei</i></p> <p><i>CT3 Autoevaluarea nevoilor de formare continuă în vederea adaptării competențelor profesionale educaționale</i></p>

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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Familiarizarea cu conceptele și noțiunile specifice disciplinei <b>COMUNICARE EFICIENTĂ ȘI MANAGEMENTUL EMOȚIILOR</b>
7.2 Obiectivele specifice	<p>1. Identificarea principalelor modalități de optimizare a comunicării în activitatea didactică</p> <p>2. Analiza mecanismelor și tipurilor de comunicare educațională</p> <p>3. Identificarea rolului proceselor afective în reglarea comportamentului elevilor</p>

## 8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Număr ore alocate
<p><b>1. Repere conceptuale ale procesului de comunicare</b></p> <p>1.1. Abordarea comunicării din perspectivă holistică: pedagogică, psihologică și socială</p> <p>1.2. Teorii ale comunicării: perspective psiho-pedagogice și sociale</p>	prezentare orală + multimedia	4
<p><b>2. Structura procesului de comunicare</b></p> <p>2.1. Particularități și semnificații psiho-pedagogice ale procesului de comunicare</p> <p>2.2. Funcțiile comunicării. Factori facilitatori și perturbatori ai comunicării</p>		2
<p><b>3. Eficiența modalităților de comunicare în mediul educațional</b></p> <p>3.1. Comunicarea intrapersonală, comunicarea interpersonală</p> <p>3.2. Comunicarea verbală, nonverbală, paraverbală în activitatea didactică</p> <p>3.3. Comunicarea gestuală, comunicarea vizuală. Comunicarea prin spațiu și distanță</p>		2

<p><b>4. Relația comunicare- cogniție și învățare</b></p> <p>4.1. Particularități ale comunicării și limbajului adaptate individualității interlocutorilor</p> <p>4.2. Rolul comunicării și al limbajului în educația timpurie și în învățământul primar</p> <p>4.3. Comunicarea, metacomunicarea, cogniția și metacogniția în procesul educațional</p>	<p>analiză critică a literaturii de specialitate</p>	4
<p><b>5. Comunicarea educațională în mediul on-line: avantaje și limite</b></p> <p>5.1. Comunicarea educațională în mediul on-line</p> <p>5.2. Tehnologiile informaționale. E-learning. Comunicarea sincron și asincron</p> <p>5.3. Bariere de comunicare de natură organizațională. Bariere în comunicare de natură individuală</p> <p>5.4. Prezența socială și afectivă în comunicarea on-line</p>		4
<p><b>6. Motivația și comunicarea în cadrul grupului educațional</b></p> <p>6.1. Particularitățile grupului educațional</p> <p>6.2. Strategii de construcție a echipelor în grupul educațional</p> <p>6.3. Motivare și leadership în grupul educațional</p> <p><b>7. Cooperare, competiție și comunicare în grupul educațional</b></p> <p>7.1. Leadership-ul și comunicarea în cadrul grupului educațional</p> <p>7.2. Gândirea și comunicarea în grup prin metode de interacțiune</p> <p>7.3. Predarea în echipă (team-teaching)</p>		2
<p><b>8. Negocierea și rezolvarea conflictelor prin comunicare</b></p> <p>8.1. Strategii de prevenire a conflictelor</p> <p>8.2. Strategii de reducere a conflictelor</p> <p>8.3. Tehnici de negociere și mediere</p>		2
<p><b>9. Psihologia emoțiilor</b></p> <p>9.1. Definirea și relația dintre cogniție și emoție. Caracterizarea psihologică a proceselor afective și a inteligenței emoționale.</p> <p>9.2. Dinamica proceselor afective la preșcolari și școlarii mici</p> <p>9.3. Dinamica proceselor afective la preadolescenți și adolescenți</p>	<p>prezentare orală + multimedia</p> <p>prelegerea interactivă</p>	2

<b>10. Reglarea emoțiilor și a comportamentului în mediul școlar</b>	dezbateri	2
10.1. Managementul emoțiilor și al blocajelor emoționale 10.2. Anxietatea școlară: cauze, modalități de manifestare, reglajul emoțional 10.3. Mecanismele de coping și procesul de reglare a emoțiilor	analiză critică a literaturii de specialitate	
<b>11. Dezvoltarea rezilienței psihologice în context educațional prin optimizarea comunicării și a competențelor socio-emoționale</b> 11.1. Dezvoltarea rezilienței psihologice în context educațional 11.2. Metode și instrumente de identificare a problemelor sociale disfuncționale din mediul educațional. 11.3. Bullying-ul școlar: modalități de prevenire și consiliere psiho-pedagogică	prezentare orală + multimedia  prelegerea interactivă  dezbateri	2
<b>12. "Educația pentru comunicare", educația incluzivă, și nondiscriminarea</b> 12.1. Optimizarea comunicării cu elevii cu cerințe educative speciale 12.2. Incluziunea educațională a copiilor cu dificultăți sau tulburări de comunicare 12.3. Dezvoltarea rezilienței cadrelor didactice	analiză critică a literaturii de specialitate	2

## Bibliografie

1. Anghel E. (2011), *Psihologia educației pe tot parcursul vieții- pentru specialiști și adulți interesați de propria lor dezvoltare*, Editura For You, București
2. Clerget S. (2012), *Criza adolescenței. Căi de a o depăși cu succes*, Editura Trei, București
3. Currie C ET AL. (2012), *Social determinants of health and well-being among young people. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: international report from the 2009/2010 survey*. Geneva, World Health Organization, 2012.
4. Faber A. Mazlish E. (2013), *Comunicarea eficientă cu copiii. Aici și la școală.*, Editura Curtea Veche, București
5. Frunză V. (2013), *Evaluare și comunicare în activitatea de instruire*, Editura Universitară, București
6. Kerr M, Stattin H, Burk WJ. *A reinterpretation of parental monitoring in longitudinal perspective. Journal of Research on Adolescence*, 2010, 20(1):39–64.
7. Koterazawa K. Shimogaki K. Miyata H. Uetani Y. Nakamura H.: *A study on the causes of the physical and mental disabilities in children*. No to Hattatsu (Brain & Development. 1994, 26(1):9-13.
8. Kovacs Maria: *Depressive Disorders in Childhood: An Impressionistic Landscape*. J. Child Psychol. Psychiat. Vol. 38 (3), 1997: 287-298.
9. Lawrence D., Jennifer S., Hafekost J., Boterhoven de Haan K., Sawyer M., Ainley J., Zubrick S.R., (2015), *The Mental Health of Children and Adolescents Report on the second Australian Child and Adolescent Survey of Mental Health and Wellbeing*, Commonwealth of Australia,
10. Marinescu V. (2011), *Introducere în teoria comunicării. Modele și aplicații*, Editura C.H.Beck, București
11. Muntean A., (2006), *Psihologia dezvoltării umane*, Editura Polirom, Iași,
12. Papalia D., E., Olds S., W., Feldman R., D., (2010), *Dezvoltarea umană*, Editura Trei, București
13. Pânișoară O. (2015), *Comunicare eficientă*, Editura Polirom, Iași
14. Pânișoară O. (2015), Profesorul de succes. 59 de principii de pedagogie practică.
15. Postel J. (1998), *Dicționar de psihiatrie și de psihopatologie clinică*, Editura Univers Enciclopedic, București
16. Șoitu L. (1995), *Pedagogia comunicării*, Editura Didactică și Pedagogică , București
17. Vladislav E., O. (2015), *Ghid aplicativ de evaluare clinică a copiilor și adolescenților*, Editura Sper, București

8.2 Aplicații (seminar/laborator/proiect)	Metode de predare	Număr ore alocate
1. Structura procesului de comunicare. Bariere în comunicare și aspecte privind eficiența comunicării	Dezbateri Aplicații	2
2. Competențe profesionale ale cadrelor didactice. Competențele transversale: competențele de comunicare, metacomunicare, empatie și gândire critică	Învățarea bazată pe proiecte Învățarea bazată pe probleme	2
3. Comunicarea activă, pasivă și asertivă. Particularitățile și eficiența comunicării asertive. Abilitățile sociale și asertivitatea		2
4. Competențele non-cognitive ale elevilor. Competențele socio-emoționale. Dezvoltarea competențelor socio-emoționale prin activități de comunicare și interacțiune socială		2
5. Tulburările de comportament la copii, preadolescenți și adolescenți		2
6. Prevenirea conflictelor, dezvoltarea strategiilor de coping și negociere în grupul educațional		2

7. Strategii de intervenție primară (preventiv-corective) în managementul emoțiilor și comportamentelor din mediul educațional.		2
<b>9. Coroborarea conținuturilor disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului</b>		
<b>Un absolvent trebuie să cunoască și să aplice noțiunile fundamentale ale psihologiei comunicării în optimizarea relațiilor sociale în mediul educațional</b>		

#### 10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	În funcție de specificul disciplinei	Evaluare orală	20%
10.5 Aplicații	În funcție de specificul disciplinei	Evaluare scrisă	30%
		Examen	50%
<b>10.6 Standard minim de performanță</b>			
Elaborarea unui proiect de cercetare în care să abordeze aspecte practice ale comunicării în activitatea educațională			