

FIȘA DISCIPLINEI

Introducere în psihologie 2

Anul universitar 2026-2027

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea Babeș-Bolyai din Cluj Napoca
1.2. Facultatea	Psihologie și Științe ale Educației
1.3. Departamentul	Psihologie
1.4. Domeniul de studii	Psihologie
1.5. Ciclul de studii	Licență
1.6. Programul de studii / Calificarea	Psihologie – Linia Română
1.7. Forma de învățământ	Învățământ cu frecvență

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Introducere în psihologie 2			Codul disciplinei	PLR 1205
2.2. Titularul activităților de curs	Lector dr. Buzgar Ramona				
2.3. Titularul activităților de seminar	Asist. Univ. Dr. Molnar Carina				
2.4. Anul de studiu	I	2.5. Semestrul	2	2.6. Tipul de evaluare	Examen
2.7. Regimul disciplinei	Obligatoriu	2.8. Tipul disciplinei	Disciplină fundamentală (DF)		

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/ proiect	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 pentru studiul individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe (AI)					28
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					28
Pregătire seminare/ laboratoare/ proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri					28
Tutoriat (consiliere profesională)					4
Examinări					4
Alte activități					2
3.7. Total ore studiu individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)				94	
3.8. Total ore pe semestru				150	
3.9. Numărul de credite				6	

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	- Introducere în psihologie I
4.2. de competențe	-

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	Sală cu min. 250 locuri, calculator si videoproiector, tablă, flipchart, carioci
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului	Sală cu minim 60 locuri, calculator si videoproiector, flipchart, carioci

6.1. Competențele dobândite în urma absolvirii programului de studii

Competențe profesionale	
Codul competenței	Competență

Cfct 1	Operarea cu concepte fundamentale domeniului psihologiei, în vederea (RAI) identificării nevoilor, clarificării contractului/sarcinilor și stabilirii obiectivelor în cadrul relației psiholog-client, sub supervizare (clienții pot fi indivizi, grupuri sau organizații, comunități sau societăți, în diverse contexte/situații)
Cfct 2	Proiectarea și realizarea unui demers de cercetare/evaluare/intervenție în psihologie, prin (RAI) proiectarea evaluărilor relevante, intervențiilor sau produselor/serviciilor, în funcție de nevoile și contextul/situațiile clienților și obiectivele convenite, sub supervizare (clienții pot fi indivizi, grupuri sau organizații, comunități sau societăți)
Cfct 3	Evaluarea critică a situațiilor problematice și a soluțiilor posibile în cadrul demersului psihologic, în cadrul (RAI) implementării evaluărilor psihologice, intervențiilor sau serviciilor/produse psihologice, sub supervizare.
Competențe transversale	
Codul competenței	Competență
CF1	Aplicarea principiilor și a normelor de deontologie profesională, fundamentate pe opțiuni valorice, specifice domeniului Psihologie, prin (RAI) cunoașterea și operaționalizarea principiilor etice în conduita psihologică, prin recunoașterea și rezolvarea dilemelor etice și a abaterilor de la standardele profesionale în practica profesională și cercetare, folosind o abordare adecvată de luare a deciziilor și management al calității, sub supervizare profesională.
CF3	Utilizarea unor metode și tehnici eficiente de învățare pe tot parcursul vieții (Continuing Professional Development – CPD), în vederea formării și dezvoltării profesionale continue în domeniul Psihologiei, prin (RAI) dezvoltarea calităților profesionale și menținerea, îmbunătățirea și lărgirea cunoștințelor, expertizei și competențelor multidimensionale
CF4	Formarea unei conduite creative-inovative în domeniul psihologiei ca știință, printr-o (RAI) practică psihologică întemeiată pe reflecție critică constantă, susținută de dovezi empirice, precum și capacitatea de a utiliza și desfășura cercetări creative pentru a ghida practica și a înțelege procesele acesteia, sub supervizare
CF6	Dezvoltarea unei sensibilități privitoare la diferențele individuale și culturale, prin (RAI) identificarea, recunoașterea și respectarea diversității, a propriilor valori, credințe și experiențe și impactul acestora asupra comportamentului profesional față de clienți / comunitate, precum și prin angajarea în acțiuni / comunicarea eficientă cu toate formele de diversitate în rândul clienților, colegilor și altor persoane, sub supervizare.

6.2. Rezultatele învățării specifice programului de studii

Rezultatele învățării vizate prin disciplină		
Codul competenței	Cunoștințe și înțelegere (Knowledge and understanding)	Abilități academice specifice (Specific academic skills)
Cfct1	1. Descrie coerent conceptele, principiile și paradigmele fundamentale ale psihologiei științifice, precum și principalele teorii și metodologii utilizate în cercetarea și practica psihologică.	1. Adaptează terminologia psihologică în comunicarea cu diferite categoriile socio-profesionale vizate ca și clienți, precum și în funcție de tipul de diagnostic și intervenție.
Cfct1	2. Explică procesele psihice și mecanismele biologice, genetice și neurofiziologice care stau la baza comportamentului și funcționării psihologice, operând adecvat cu concepte ale psihologiei științifice	2. Utilizează corect instrumente necesare în vederea intervieării, ascultării și observării clientului în cadrul interacțiunii cu aceștia.
Cfct1	3. Analizează funcționarea psihologică tipică și atipică, incluzând procesele dezvoltării umane, sănătatea mentală și bunăstarea psihologică, precum și manifestările comportamentale asociate psihopatologiei și comportamentelor dezadaptative.	3. Analizează critic informațiile din literatura științifică, documente medicale / educaționale / organizaționale, analiza părților interesate și alte surse disponibile, atunci când furnizează servicii psihologice clienților.
Cfct2	4. Explică în mod corect principalele teorii ale comportamentului individual, de echipă sau organizațional, precum și ale schimbării/modificării/dezvoltării, în cadrul unui demers de cercetare/intervenție psihologică.	4. Elaborează designuri de cercetare, evaluare și intervenție psihologică care sunt susținute robust teoretic și metodologic, sub supervizare.

Cfct2	5. Explică principalele constructe psihologice și modalitățile lor de operaționalizare în cadrul practicii profesionale, prin metode și proceduri specifice de evaluare și intervenție psihologică	5. Alege metodele și a strategiile de implementare a unui demers de cercetare/evaluare/intervenție psihologică, luând în considerare obiectivele evaluării/intervenției, starea (mentală) a clienților, contextul acestora și diferențele individuale/de grup/organizaționale în cadrul unui proces de intervenție psihologică, sub supervizare.
Cfct2	6. Explică principiile demersului de cercetare psihologică, incluzând formularea ipotezelor, utilizarea analizelor statistice și integrarea rezultatelor în literatura științifică de specialitate.	...
Cfct3	8. Anticipează posibilele dificultăți și probleme care pot apărea din metoda/serviciul în sine, specificitatea clienților etc., și modalitățile de depășire a acestor dificultăți în interacțiunea cu clientul.	7. Analizează datele empirice din cadrul unui demers de cercetare/intervenție și de evaluare psihologică, sub supervizare.
Cfct3	9. Identifică erori posibile care pot apărea în cadrul implementării evaluărilor psihologice, intervențiilor sau serviciilor/produselor psihologice.	8. Implementează intervenții și evaluări psihologice în contexte variate și gestionează consecințele sau efectele neprevăzute ale acestora, sub supervizare.
CF1	1. Explică legi și reglementări asociate cercetării și practicii profesionale în psihologie	1. Aplică principiile și standardele deontologice în procesul de evaluare psihologică, utilizând proceduri și instrumente validate, conform reglementărilor și ghidurilor stabilite de organismele profesionale reprezentative ale domeniului.
CF1	2. Demonstrează înțelegerea principiilor deontologice de bază ale profesiei în furnizarea serviciilor psihologice.	2. Rezolvă adecvat dilemele etice și abaterile de la standardele profesionale în cadrul unui demers de diagnostică/intervenție psihologică, sub supervizare.
CF1	3. Recunoaște relevanța și importanța codurilor etice și a standardelor profesionale ca bază a conduitei, cercetării și practicii profesionale.	3. Consultă colegii/supervizorii pentru căutarea altor puncte de vedere atunci când fundamentează practica profesională.
CF3	7. Utilizează metode și tehnici eficiente de învățare în cadrul formării profesionale continue, valorificând rezultatele cercetărilor empirice și bunele practici în dezvoltarea competențelor profesionale, sub supervizare.	6. Aplică strategii de învățare pe tot parcursul vieții, identificând nevoile de dezvoltare profesională și valorificând oportunitățile de formare continuă pentru adaptarea competențelor la dinamica mediului profesional.
CF3	8. Demonstrează înțelegerea principiilor de dezvoltare profesională și de gestionare a profesiei de psiholog, prin integrarea cunoștințelor antreprenoriale și prin participarea la practici colaborative interprofesionale în relația cu diverse categorii de clienți.	7. Analizează critic informațiile provenite din surse științifice și resurse digitale (platforme de e-learning, baze de date internaționale) și le utilizează responsabil în fundamentarea diagnozei și intervenției psihologice.
CF4	9. Identifică temele cu potențial de explorare și cercetare psihologică, într-un context individual, de grup, social și cultural dat, sub supervizare.	8. Elaborează demersuri de cercetare psihologică de complexitate redusă și medie, fundamentate pe teorii și paradigme psihologice, sub supervizare.
CF4	10. Selectează instrumentele adecvate științific, necesare unei argumentări pertinente, atunci când se raportează la un subiect de studiu cu potențial de cunoaștere semnificativ.	9. Implementează intervenții psihologice fundamentate teoretic și empiric la nivel individual, de grup sau organizațional, identificând factori de risc și de reziliență și evaluând eficiența intervențiilor și mecanismele schimbării, sub supervizare.
CF4	11. Analizează critic conținuturile unor articole de specialitate, demonstrând o înțelegere aprofundată a conceptelor și metodologiilor din domeniul psihologiei, în cadrul unui demers de cercetare psihologică	

CF6	15. Valorifică teoriile despre diversitate / teoriile interculturale / despre adaptare și incluziune în practica profesională.	12. Analizează dinamica personalității din perspective teoretice multiple și identifică diferențele individuale prin aplicarea adecvată a teoriilor psihologice în practica profesională, sub supervizare.
------------	--	--

7. Rezultatele învățării specifice disciplinei

Cunoștințe și înțelegere (Knowledge and understanding)
1. Studentul descrie concepte fundamentale din psihologia dezvoltării, motivației, emoțiilor, stresului, influenței sociale, sănătății și psihopatologiei
2. Studentul aplică corect informațiile din teoriile referitoare la motivație, emoție, reglare emoțională, influență socială și relații interpersonale.
3. Studentul analizează critic conceptele de sănătate mintală, boală psihică și normalitate dintr-o perspectivă psihologică contemporană
4. Studentul descrie diferite forme de psihoterapie validate științific, prin raportarea la paradigme și aplicabilitatea acestora în diverse contexte.
5. Studentul compară diferite perspective teoretice referitoare la fenomene psihologice fundamentale (atasament, motivație, emoții, stres, strategii de intervenție psihoterapeutică etc.).
6. Studentul formulează explicații psihologice coerente pentru comportamente observabile în contexte specifice (dezvoltare, stres, relații sociale, atitudini etc.).
Abilități academice specifice (Specific academic skills)
1. Studentul analizează logic informațiile, sintetizând și integrând datele din literatura psihologică de specialitate.
2. Studentul explică relațiile dintre factorii psihologici (emoționali, motivaționali, sociali) și sănătatea mintală
3. Studentul colaboreze eficient în activități de echipă pentru rezolvarea sarcinilor comune;
4. Studentul utilizează eficient resursele materiale și de timp în realizarea activităților individuale sau de grup.
5. Studentul exprimă empatie, deschidere față de diversitatea umană și interes pentru bunăstarea psihologică individuală și colectivă
6. Studentul manifestă interes față de psihologie ca știință, promovând un sistem de valori bazat pe etica profesiei de psiholog

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare - învățare	Observații
1. Dezvoltarea umană	prelegerea interactivă, brainstorming, problematizarea, explicația	
2. Adultul emergent	prelegerea interactivă, brainstorming, problematizarea, explicația	
3. Motivația I	prelegerea interactivă, brainstorming, problematizarea, explicația	
4. Motivația II	prelegerea interactivă, brainstorming, problematizarea, explicația	
5. Emoția	prelegerea interactivă, brainstorming, problematizarea, explicația	
6. Reglarea emoțională	prelegerea interactivă, brainstorming, problematizarea, explicația	
7. Stres și sănătate	prelegerea interactivă, brainstorming, problematizarea, demonstrația, explicația	
8. Sănătate și psihopatologie I	prelegerea interactivă, problematizarea, explicația	
9. Sănătate și psihopatologie II	prelegerea interactivă, brainstorming, problematizarea, explicația	
10. Tehnici de intervenție în psihologie	prelegerea interactivă, brainstorming, problematizarea, explicația	

11. Psihologia pozitivă - fericirea	prelegerea interactivă, brainstorming, problematizarea, explicatia	
12. Relații interpersonale	prelegerea interactivă, brainstorming, problematizarea, explicatia	
13. Influența socială	prelegerea interactivă, brainstorming, problematizarea, explicatia	
14. Curs recapitulativ	problematizarea, explicatia	

Bibliografie

Bibliografie obligatorie:

Smith, E. E., Nolen-Hoeksema, S., Fredrickson, B. L., & Loftus, G. R. (2005): Atkinson & Hilgard. Introducere in psihologie (Ed. XIV). Bucuresti: Editura Tehnica. (capitolele corespunzătoare temelor abordate în cadrul cursurilor)

Kowalski, R., Westen, D., (2011). Psychology. 6th edition. John Wiley & Sons, ISBN-13 978-0-470- 64644-1 (capitolele corespunzătoare temelor abordate in cadrul cursurilor)

Papalia, D.E., Olds, S.W., Feldman, R.D. (20110) – Dezvoltarea umana, Ed. Trei, București, capitolul Adultul emergent

Buzgar, R., Matei, C, Dumulescu, D. (202) - Introducere in psihologie II (suport de curs)

Bibliografie opțională:

Bargh, J., Lee-Chai A., Barndollar, K. et al (2005). The automated will: Nonconscious activation and pursuit of behavioral goals. Journal of Personality and Social Psychology, 81, 1014-1027.

Beck, A. T. (2008). The evolution of the cognitive model of depression and its neurobiological correlates. American Journal of Psychiatry, 165, 969-977.

Cohen, S. Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. Journal of Health and Social Behavior, 24, 385-396.

Cox, T. (1993). Stress research and stress management: putting theory to work. HSE Contract Research Report No. 61/1993.

Deci, E. L., & Ryan, L. M. (2008). Self-determination theory: A macrotheory of human motivation, development and health. Canadian Psychology, 49, 182-185.

Duckworth, A. L., & Seligman, M. E. P. (2005). Self-discipline outdoes IQ in predicting academic performance of adolescents. Psychological Science, 16, 939-944.

Ellsworth, P. C., & Scherer, K. R. (2003). Appraisal processes in emotion. In R. J. Davidson, K. R. Scherer, & H. H. Goldsmith (Eds.) Handbook of Affective Sciences, pp. 572-595. Oxford: Oxford University Press.

Ekman, P. (1992). An argument for basic emotions. Cognition and Emotion, 6, 169-200.

Hofmann, S. G., Asmundson, G. J. G., & Beck, A. T. (in press). The science of Cognitive Therapy. Behavior Therapy.

Izard, C. (1992). Basic emotions, relations among emotions and emotions-cognition relations. Psychological Review, 99, 561-565.

Lilienfeld, S. O., Lynn, S. J., Namy, L. L., & Woolf, N. J. (2011). Psychology. From inquiry to understanding. Boston: Allyn & Bacon. (capitolele corespunzătoare temelor abordate în cadrul cursurilor)

Russel, J. A. (2003). Core affect and the psychological construct of emotion. Psychological Review, 145-172.

Scherer, K., Wrantik, T., Sangsue, J., Tran, V., & Scherer, U. (2004). Emotions in everyday life: probability of occurrence, risk factors, appraisal and reaction patterns. Social Science Information, 43, 499-570.

8.2 Seminar / laborator	Metode de predare - învățare	Observații
1. Atașamentul în copilărie	Învățare dirijată, exercițiul, munca în echipă	
2. Atașamentul la vârsta adultă	Învățare dirijată, învățarea în echipă, brainstorming, învățarea prin descoperire	
3. Teoria auto-determinării	Învățare dirijată, munca în echipă, brainstorming, învățarea prin descoperire	
4. Strategii de reglare motivațională	Învățare dirijată, munca în echipă, brainstorming, învățarea prin descoperire	
5. Dezvoltarea socială și emoțională	Învățare dirijată, învățarea în echipă, învățarea prin descoperire, studiul de caz	
6. Strategii de reglare emoțională	Învățare dirijată, învățarea în echipă, învățarea prin descoperire, studiul de caz	
7. Managementul stresului	Învățare dirijată, munca în echipă, brainstorming, învățarea prin descoperire	
8. Abordări psihoterapeutice I	Învățare dirijată, munca în echipă, brainstorming, învățarea prin descoperire	

9. Abordări psihoterapeutice II	Învățare dirijată, munca în echipă, brainstorming, învățarea prin descoperire	
10. Tehnici de intervenție - aplicații	Învățare dirijată, munca în echipă, brainstorming, învățarea prin descoperire	
11. Bunăstarea psihologică: aplicații din psihologia pozitivă	Învățare dirijată, munca în echipă, brainstorming, învățarea prin descoperire	
12. Comunicarea	Învățare dirijată, munca în echipă, studiu de caz, învățarea prin descoperire	
13. Inflența socială- aplicații	Învățare dirijată, munca în echipă, învățarea prin descoperire	
14. Seminar recapitulativ	Invățare dirijată, explicația	
<p>Bibliografie</p> <ul style="list-style-type: none"> · Buzgar, R., Matei, C., Dumulescu, D.(2025). Introducere in psihologie, suport de curs,semestrul II · Griggs, R. A. (2017). Psychology – a concise introduction. Worth Publishers, New York. · Kowalski, R., Westen, D., (2011). Psychology. 6th edition. John Wiley & Sons, ISBN-13 978-0470-64644-1. · Smith, E., Nolen-Hoeksema, S., Fredrikson, B., Loftus, G., (2005), Atkinson & Hilgard, coord. Introducere in psihologie, Ed. Tehnică, București <p>Articolele obligatorii pentru tematica de seminar -se vor pune in platforma MS Teams, dupa fiecare seminar</p>		

9. Evaluare

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare	9.2 Metode de evaluare	9.3 Pondere din nota finală
9.4 Curs	- capacitatea de analiza, sinteză, intelegere și cunoaștere a informațiilor prezentate la curs și în bibliografia obligatorie	Examen oral	70%
	- gradul de asimilare a limbajului de specialitate		
9.5 Seminar/laborator	- capacitatea de analiza, sinteză, intelegere și cunoaștere a informațiilor prezentate	Examen parțial	30%
9.6 Standard minim de promovare			
Minim 5 puncte din finală (punctaj reunit: examen parțial + examen oral)			
*Examenul din sesiunea de restanțe va fi redacțional din toata materia și <u>se păstrează punctajul de la parțial</u>			

	Eticheta generală pentru Dezvoltare durabilă							
								
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
								Nu se aplică nici o etichetă
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

10. Etichete ODD (Obiective de Dezvoltare Durabilă / Sustainable Development Goals)

Data completării:

06.04.2026

Semnătura titularului de curs

Semnătura titularului de seminar

Data avizării în departament:

29.04.2026

Semnătura directorului de departament