

## FIȘA DISCIPLINEI

*Abilități de prezentare și vorbit în public*

Anul universitar 2025-2026

### 1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea Babeș-Bolyai
1.2. Facultatea	Psihologie și Științe ale Educației
1.3. Departamentul	Psihologie
1.4. Domeniul de studii	Psihologie
1.5. Ciclu de studii	Licență
1.6. Programul de studii / Calificarea	Psiholog
1.7. Forma de învățământ	

### 2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	<b>Abilități de prezentare și vorbit în public</b>			Codul disciplinei	<b>PLR1242</b>		
2.2. Titularul activităților de curs	Lector univ. dr. Sebastian Vaida						
2.3. Titularul activităților de seminar	c.d. asoc. Dr. Oana Pop						
2.4. Anul de studiu	1	2.5. Semestrul	2	2.6. Tipul de evaluare	P	2.7. Regimul disciplinei	DF

### 3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

3.1. Număr de ore pe săptămână	<b>4</b>	din care: 3.2. curs	<b>2</b>	3.3. seminar/ laborator/ proiect	<b>2</b>
3.4. Total ore din planul de învățământ	174	din care: 3.5. curs	112	3.6 seminar/laborator	<b>62</b>
<b>Distribuția fondului de timp pentru studiul individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)</b>					<b>ore</b>
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe (AI)					28
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					22
Pregătire seminare/ laboratoare/ proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri (mai mare sau egal cu nr. total ore prevăzut în calendarul disciplinei pentru temele de control)					34
Tutoriat (consiliere profesională)					2
Examinări					1
Alte activități [de ex.: comunicare bidirecțională cu titularul de disciplină / tutorele]					1
<b>3.7. Total ore studiu individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)</b>				<b>112</b>	
<b>3.8. Total ore pe semestru</b>				<b>174</b>	
<b>3.9. Numărul de credite</b>				<b>4</b>	

### 4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	Introducere în Psihologie
4.2. de competențe	

### 5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului	

### 6.1. Competențele specifice acumulate<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Se poate opta pentru competențe sau pentru rezultatele învățării, respectiv pentru ambele. În cazul în care se alege o singură variantă, se va șterge tabelul aferent celeilalte opțiuni, iar opțiunea păstrată va fi numerotată cu 6.

<p align="center"><b>Competențe profesionale/esențiale</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Cunoaștere și înțelegere înțelege teoriile și modelele relevante domeniului comunicării în public și abilităților de prezentare cunoaște terminologia specifică domeniului comunicării în public și abilităților de prezentare cunoaște strategiile și tehnicile de analiză a nevoilor posibililor beneficiari</li> <li>● Explicare și interpretare diferențiază domeniile de aplicare practică a cunoștințelor din domeniul comunicării în public și abilităților de prezentare, diferențiază între tipuri de strategii de comunicare, recunoaște și identifică principalele categorii de resurse sociale și individuale de care dispune, recunoaște și identifică principalele strategii de comunicare în public și abilități de prezentare</li> <li>● Instrumental – aplicative proiectează și implementează strategii de prezentare luând în considerare factori psihologici, identifică și aplică strategii optime de vorbit în public</li> <li>● Atitudinale manifestă interes față de domeniul prezentărilor în public promovează un sistem de valori bazat pe etica profesiei de psiholog în domeniul prezentărilor în public</li> </ul>
<p align="center"><b>Competențe transversale</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Competențe de comunicare scrisă și orală</li> <li>● Competențe de relaționare și lucru în echipă</li> <li>● Competențe privind managementul resurselor materiale și de timp</li> <li>● Competențe de utilizare a terminologiei științifice din domeniul public speaking</li> <li>● Competențe de utilizare interdisciplinară a cunoștințelor și terminologiei din domeniul</li> <li>● abilităților de prezentare</li> <li>● Competențe de autocunoaștere și înțelegere a comportamentului celorlalți</li> </ul>

## 6.2. Rezultatele învățării

<p align="center"><b>Cunoștințe</b></p>	<p>Studentul cunoaște:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Teoriile principale din domeniul comunicării</li> <li>● Terminologia specifică domeniului comunicării în public</li> <li>● Terminologia specifică abilităților de prezentare</li> </ul>
<p align="center"><b>Aptitudini</b></p>	<p>Studentul este capabil să:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Își organizeze un discurs pe o temă la alegere</li> <li>● Să susțină un discurs în fața unui auditoriu</li> </ul>
<p align="center"><b>Responsabilități și autonomie</b></p>	<p>Studentul are capacitatea de a lucra independent pentru organizarea prezentărilor în public pe care le are de susținut la facultate</p>

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

<p><b>7.1 Obiectivul general al disciplinei</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Antrenarea studenților față de procesul de autocunoaștere și interes față de dezvoltarea competențelor din domeniul prezentărilor în public (public speaking &amp; abilități de prezentare)</li> </ul>
---	---

<b>7.2 Obiectivele specifice</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Recunoașterea și utilizarea conceptelor teoretice relaționale cu domeniul prezentărilor în public</li> <li>● Dezvoltarea încrederii în propria persoană atunci când susține o prezentare</li> <li>● Ieșirea din zona de confort și livrarea de prezentări de impact</li> </ul>
----------------------------------	---

## 8. Conținuturi

<b>8.1. Curs</b>	Metode de predare	Observații
Mituri despre vorbitul în public și prezentări	prelegerea interactivă, brainstorming, învățarea prin descoperire, peer-tutoring, problematizare	
Canale de comunicare	prelegerea interactivă, brainstorming, învățarea prin descoperire, peer-tutoring, problematizare	
Prezentări memorabile versus prezentări fără impact	prelegerea interactivă, brainstorming, învățarea prin descoperire, peer-tutoring, problematizare	
Stabilirea de obiective SMART	prelegerea interactivă, brainstorming, învățarea prin descoperire, peer-tutoring, problematizare	
Principiul de storytelling în prezentări	prelegerea interactivă, brainstorming, învățarea prin descoperire, peer-tutoring, problematizare	
Depășirea fricii de a vorbi în public	prelegerea interactivă, brainstorming, învățarea prin descoperire, peer-tutoring, problematizare	
Concluzii și discursul de final	prelegerea interactivă, brainstorming, învățarea prin descoperire, peer-tutoring, problematizare	
Teorii și modele despre abilitățile de prezentare	prelegerea interactivă, brainstorming, învățarea prin descoperire, peer-tutoring, problematizare	
Principii de bază în design-ul prezentărilor	prelegerea interactivă, brainstorming, învățarea prin descoperire, peer-tutoring, problematizare	

Template-uri, culori, ilustrații, foto-video	prelegerea interactivă, brainstorming, învățarea prin descoperire, peer-tutoring, problematizare	
Stabilirea de obiective SMART	prelegerea interactivă, brainstorming, învățarea prin descoperire, peer-tutoring, problematizare	
Cunoașterea subiectului prezentării	prelegerea interactivă, brainstorming, învățarea prin descoperire, peer-tutoring, problematizare	
Cunoașterea auditoriului	prelegerea interactivă, brainstorming, învățarea prin descoperire, peer-tutoring, problematizare	
Livrarea prezentării. Prezentări de impact.	prelegerea interactivă, brainstorming, învățarea prin descoperire, peer-tutoring, problematizare	

#### Bibliografie

Suport de curs aferent disciplinei Abilități de prezentare și vorbit în public

Aras, K. (2012). The nuts and bolts of public speaking: Practical tools for powerful presentations. Retrieved from <http://www.thecommunicationfactory.com/seminars/skills/PublicSpeaking.php>

Barnlund, D. C. (2008). A transactional model of communication. In C. D. Mortensen (Eds.), *Communication theory* (2nd Ed), pp. 47-57. New Brunswick, New Jersey: Transaction. Farrell, R. (2011). Soft skills all great leaders should have. CareerBuilder.

<http://www.careerbuilder.com/Article/CB-2335-Leadership-Management-Soft-skills-all-great-leaders-should-have/>

Koncz, A. and Allen, C. (2012). Employers look for communication skills, ability to work in a team in new college grads. [www.nacweb.org/pressreleases/](http://www.nacweb.org/pressreleases/). McKay, J. (2005). Employers complain about communication skills. *Pittsburgh Post Gazette*. Rhodes, T. (Ed.) (2010). *Assessing outcomes and improving achievement: Tips and tools for using rubrics*. Washington D. C.: Association of American Colleges and Universities. Rockler-Gladen, N. (2009, March 21). Job skills that every college student needs: Writing, speaking, professionalism, and other important knowledge. Suite 101.com. Retrieved from [http://studyskills.suite101.com/article.cfm/job\\_skills\\_that\\_every\\_college\\_student\\_needs](http://studyskills.suite101.com/article.cfm/job_skills_that_every_college_student_needs) Schreiber, L., Paul, G. & Shibley, L. R. (2012). The development and test of the Public Speaking Competence Rubric. *Communication Education*, 61 (3), 205 – 233.

!!! Notă: din lucrările menționate mai sus, este obligatorie parcurgerea doar a capitolelor aferente temelor predate la curs și seminar

8.2. Seminar	Metode de predare-învățare	Observații
Mituri despre vorbitul în public și prezentări	prelegerea interactivă, studiul de caz, învățarea dirijată	
Canale de comunicare	prelegerea interactivă, învățarea în echipă, brainstorming, metoda cubului, învățarea dirijată	
Prezentări memorabile versus prezentări fără impact	prelegerea interactivă, învățarea în echipă, brainstorming, metoda cubului, învățarea dirijată	
Stabilirea de obiective SMART	învățarea prin descoperire, știu/vreau să știu/am învățat, gândiți/în perechi/comunicați, învățarea dirijată	
Principiul de storytelling în prezentări	conversația euristică, lectura activă, învățarea în echipă, brainstorming, brainwriting, învățarea prin descoperire	
Cunoașterea subiectului prezentării	știu/vreau să știu/am învățat, studiul de caz, metoda cubului, învățarea dirijată	
Cunoașterea auditoriului	învățarea prin descoperire, studiul de caz, învățarea dirijată, conversația	
Managementul emoțiilor	metoda mozaic brainstorming, brainwriting, studiul de caz, metoda cubului, învățarea dirijată, exemplificarea	
Tehnici de relaxare și reducere a anxietății de scenă	prelegerea interactivă, învățarea în perechi, brainstorming, învățarea prin descoperire, învățarea dirijată	
Identificarea propriilor strategii de coping și analiza	conversația euristică, lectura activă, problematizarea, învățarea dirijată	
Părțile principale ale unei prezentări	învățarea dirijată, exemplificarea, problematizarea, învățarea dirijată, învățarea în echipă	
Scrierea prezentării. Primul draft	învățarea dirijată, exemplificarea, problematizarea, învățarea dirijată, învățarea în echipă	
Livrarea prezentării	prelegerea interactivă, învățarea în echipă,	

	brainstorming, brainwriting, învățarea prin descoperire, turul galeriei, metoda cubului, învățarea dirijată	
Concluzii	prelegerea interactivă, învățarea în echipă, învățarea prin descoperire, studiul de caz, învățarea dirijată	
<p><b>Bibliografie:</b></p> <p>Suport de curs aferent disciplinei Abilități de prezentare și vorbit în public</p> <p>Blaszczynski, C., &amp; Green, D. J. (2010). Speaking off the cuff: Strategies and activities for developing presentation confidence. <i>Journal of Applied Research for Business Instruction</i>, 8(2).</p> <p>Cyphert, D. (2007). Presentation technology in the age of electronic eloquence: From visual aid to visual rhetoric. <i>Communication Education</i>, 56(2), 168-192.</p> <p>Garson, A., Gutgesell, H., Pinsky, W., &amp; Mcnamara, D. (1986). The 10-minute talk: Organization, slides, writing, and delivery. <i>American Heart Journal</i>, 193-203.</p> <p>Hentz, B. S. (2006). Enhancing presentation narratives through written and visual integration. <i>Business Communication Quarterly</i>, 69(4), 425-429. Knight, P., Aitken, E., &amp; Rogerson, R. (2000). <i>Presentations. In Forever better: Continuous quality improvement in higher education</i>. Stillwater, OK: New Forums Press.</p>		

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

<p>Temele de curs și seminar propuse sunt subiecte de actualitate în cercetarea fundamentală și aplicativă din domeniul psihologiei reclamei, 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 din acest domeniu.</p>
--

### 10. Evaluare

Tip activitate	10.1. Criterii de evaluare	10.2. Metode de evaluare	10.3. Pondere din nota finală
<b>10.4. Curs</b>	Modul de analiză, sinteză și integrare a informației teoretice	Colocviu	30%
<b>10.5. Seminar</b>	Modul de analiză, sinteză și transfer a cunoștințelor	Proiect	70%

	teoretice în aplicații practice		
<p><b>10.6. Standard minim de performanță</b></p> <p>Condițiile simultane, pentru promovarea examenului la Abilități de prezentare și vorbit în public sunt:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Obținerea a minim jumătate din punctaj la colocviu (1,5 puncte)</li> <li>- Obținerea a minim jumătate din punctaj pentru proiect (3,5 puncte)</li> </ul>			

### 11. Etichete ODD (Obiective de Dezvoltare Durabilă / Sustainable Development Goals)<sup>2</sup>

		
--	---	--

Data completării:

...

Semnătura titularului de curs

Semnătura titularului de seminar

Data avizării în departament:

...

Semnătura directorului de departament

.....

---

<sup>2</sup> Păstrați doar etichetele care, în conformitate cu [Procedura de aplicare a etichetelor ODD în procesul academic](#), se potrivesc disciplinei și ștergeți-le pe celelalte, inclusiv eticheta generală pentru *Dezvoltare durabilă* - dacă nu se aplică. Dacă nicio etichetă nu descrie disciplina, ștergeți-le pe toate și scrieți "*Nu se aplică*".