

FIȘA DISCIPLINEI

Cod: PLR1537

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	Departamentul de Psihologie
1.4. Domeniul de studii	Psihologie
1.5. Ciclu de studii	Licență
1.6. Programul de studii / Calificarea	Psihologie/Psiholog
1.7. Forma de învățământ	Învățământ cu frecvență

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei		Psihosomatică				Codul disciplinei	PLR1537
2.2. Titularul activităților de curs – Coordonatorul de disciplină				Conf. Univ. Dr. Diana Tăut			
2.3. Titularul activităților de seminar / laborator / proiect – tutorele				Drd. Anca Albu			
2.4. Anul de studiu	3	2.5. Semestrul	1	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	Opțională

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	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					28
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					6
Pregătire seminare/ laboratoare/ proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri					7
Tutoriat (consiliere profesională)					2
Examinări					2
Alte activități					2
3.7. Total ore studiu individual				50	
3.8. Total ore pe semestru				114	
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	Platforma eLearning a UBB
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului / proiectului	• Sală dotată cu videoproiector și boxe, calculator conectat la Internet • Acces la resurse bibliografice • Materiale xeroxate pentru activități de seminar

6. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale	- Dobândirea unor abilități de lectură științifică și gândire critică în domeniul psihosomaticii - Explorarea relației dintre simptomele fizice și cele emoționale, precum și implicațiile acestora pentru sănătatea fizică și mentală - Familiarizarea cu noțiuni introductive despre evaluarea și managementul celor mai comune afecțiuni psihosomatice
Competențe transversale	- Cultivă etica și deontologia profesională în desfășurarea activității de cercetare științifică și valorificarea rezultatelor acesteia - Manifestă interes pentru dezvoltarea personală și profesională continuă

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Scopul principal al cursului este de a familiariza studenții cu principalele teorii și aplicații practice din domeniul psihosomaticii.
7.2 Obiectivele specifice	Specific, cursul va viza: - Dobândirea unor abilități de lectură științifică și gândire critică în domeniul psihosomaticii - Explorarea relației dintre simptomele fizice și cele emoționale, precum și implicațiile acestora pentru sănătatea fizică și mentală - Familiarizarea cu noțiuni introductive despre evaluarea și managementul celor mai comune afecțiuni psihosomatice

8. Conținuturi

8.1. SI	Metode de predare	Observații (bibliografie obligatorie pentru examen)
Introducere în Psihosomatică	- Expunere - Descoperire dirijată - Clarificare conceptuală - Exemplu demonstrativ	Oken, D. (2001). <i>Psychosomatic Medicine</i> . În N. J. Smelser & P. B. Baltes (Eds.), <i>International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences</i> (pp. 12452–12457). Pergamon. https://doi.org/10.1016/B0-08-043076-7/03770-0 (pag 1-6 reader)
Răspunsuri psihologice la boală	- Expunere - Descoperire dirijată - Clarificare conceptuală - Exemplu demonstrativ	Suport de curs, modulul I
Evaluare și intervenții în psihosomatică	- Expunere - Descoperire dirijată - Clarificare conceptuală - Exemplu demonstrativ	Cunoștințe și abilități necesare profesioniștilor care asistă pacienții în implementarea schimbărilor comportamentale legate de autogestionarea bolii cronice (Cap. 17). În <i>Susținerea pacienților cu boli cronice — Manual de psihologia sănătății pentru clinicieni</i> . Editura Trei.
Emoții, reglare emoțională, stres și sănătate	- Expunere - Descoperire dirijată - Clarificare conceptuală - Exemplu demonstrativ	Levenson R. W. (2019). Stress and Illness: A Role for Specific Emotions. <i>Psychosomatic medicine</i> , 81(8), 720–730. https://doi.org/10.1097/PSY.0000000000000736

		O'Connor, D. B., Thayer, J. F., & Vedhara, K. (2021). Stress and Health: A Review of Psychobiological Processes. <i>Annual review of psychology</i> , 72, 663–688. https://doi.org/10.1146/annurev-psych-062520-122331
Psihoneuroimunologie și psihoendocrinologie	• Expunere • Descoperire dirijată • Clarificare conceptuală • Exemplu demonstrativ	Endocrine and Metabolic Disorders (Cap. 23). In <i>The American Psychiatric Publishing Textbook of Psychosomatic Medicine</i> . American Psychiatric Publishing.
Anxietate legată de sănătate. Tulburări somatoforme și funcționale	• Expunere • Descoperire dirijată • Clarificare conceptuală • Exemplu demonstrativ	Suport de curs, modulul II Anxiety Disorders (Cap. 13). In <i>The American Psychiatric Publishing Textbook of Psychosomatic Medicine</i>. American Psychiatric Publishing. Somatization and Somatoform Disorders (Cap. 14). In <i>The American Psychiatric Publishing Textbook of Psychosomatic Medicine</i>. American Psychiatric Publishing.
Stres psihic și boli cardiovasculare	• Expunere • Descoperire dirijată • Clarificare conceptuală • Exemplu demonstrativ	Suport de curs, modulul III Susținerea pacienților care trăiesc cu afecțiuni cardiace ischemice (Cap. 8). In <i>Susținerea pacienților cu boli cronice — Manual de psihologia sănătății pentru clinicieni</i>. Editura Trei.
Sindromul colonului iritabil și alte boli gastrice funcționale	• Expunere • Descoperire dirijată • Clarificare conceptuală • Exemplu demonstrativ	Suport de curs, modulul IV
Durere cronică și fibromialgie	• Expunere • Descoperire dirijată • Clarificare conceptuală • Exemplu demonstrativ	Susținerea pacienților care trăiesc cu durere cronică (Cap. 14). In <i>Susținerea pacienților cu boli cronice — Manual de psihologia sănătății pentru clinicieni</i> . Editura Trei.
Noțiuni introductive de psihooncologie	• Expunere • Descoperire dirijată • Clarificare conceptuală • Exemplu demonstrativ	Susținerea pacienților care trăiesc cu boli oncologice (Cap. 16). In <i>Susținerea pacienților cu boli cronice — Manual de psihologia sănătății pentru clinicieni</i> . Editura Trei.
Noțiuni de epigenetică și traumele din copilărie	• Expunere • Descoperire dirijată • Clarificare conceptuală • Exemplu demonstrativ	Consilierea copilului expus situației de abuz. In <i>Intervenții psihologice în școală. Manualul consilierului școlar</i>. Polirom Fogelman, N., & Canli, T. (2019). Early Life Stress, Physiology, and Genetics: A review. <i>Frontiers in Psychology</i>, 10.

		https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01668 Zannas, A. S., Provençal, N., & Binder, E. B. (2015). Epigenetics of posttraumatic stress disorder: current evidence, challenges, and future directions. <i>Biological psychiatry</i> , 78(5), 327-335.
8.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
Introducere în Psihosomatică	• Descoperire dirijată • Clarificare conceptuală • Dezbateri • Exemplu demonstrativ	Oken, D. (2001). <i>Psychosomatic Medicine</i> . În N. J. Smelser & P. B. Baltes (Eds.), <i>International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences</i> (pp. 12452–12457). Pergamon. https://doi.org/10.1016/B0-08-043076-7/03770-0 (pag 1-6 reader)
Răspunsuri psihologice la boală	• Descoperire dirijată • Clarificare conceptuală • Dezbateri • Exemplu demonstrativ	Suport de curs, modulul I
Evaluare și intervenții în psihosomatică	• Descoperire dirijată • Clarificare conceptuală • Dezbateri • Exemplu demonstrativ	Cunoștințe și abilități necesare profesioniștilor care asistă pacienții în implementarea schimbărilor comportamentale legate de autogestionarea bolii cronice (Cap. 17). În <i>Susținerea pacienților cu boli cronice — Manual de psihologia sănătății pentru clinicieni</i> . Editura Trei.
Emoții, reglare emoțională, stres și sănătate	• Descoperire dirijată • Clarificare conceptuală • Dezbateri • Exemplu demonstrativ	Levenson R. W. (2019). Stress and Illness: A Role for Specific Emotions. <i>Psychosomatic medicine</i> , 81(8), 720–730. https://doi.org/10.1097/PSY.0000000000000736 O'Connor, D. B., Thayer, J. F., & Vedhara, K. (2021). Stress and Health: A Review of Psychobiological Processes. <i>Annual review of psychology</i> , 72, 663–688. https://doi.org/10.1146/annurev-psych-062520-122331
Psihoneuroimunologie și psihoendocrinologie	• Descoperire dirijată • Clarificare conceptuală • Dezbateri • Exemplu demonstrativ	Endocrine and Metabolic Disorders (Cap. 23). În <i>The American Psychiatric Publishing Textbook of Psychosomatic Medicine</i> . American Psychiatric Publishing.
Anxietate legată de sănătate. Tulburări somatoforme și funcționale	• Descoperire dirijată • Clarificare conceptuală • Dezbateri • Exemplu demonstrativ	Suport de curs, modulul II Anxiety Disorders (Cap. 13). În <i>The American Psychiatric Publishing Textbook of Psychosomatic Medicine</i> . American Psychiatric Publishing.

		Somatization and Somatoform Disorders (Cap. 14). In <i>The American Psychiatric Publishing Textbook of Psychosomatic Medicine</i> . American Psychiatric Publishing.
Stres psihic și boli cardiovasculare	• Descoperire dirijată • Clarificare conceptuală • Dezbateri • Exemplu demonstrativ	Suport de curs, modulul III Susținerea pacienților care trăiesc cu afecțiuni cardiace ischemice (Cap. 8). In <i>Susținerea pacienților cu boli cronice — Manual de psihologia sănătății pentru clinicieni</i>. Editura Trei.
Sindromul colonului iritabil și alte boli gastrice funcționale	• Descoperire dirijată • Clarificare conceptuală • Dezbateri • Exemplu demonstrativ	Suport de curs, modulul IV
Durere cronică și fibromialgie	• Descoperire dirijată • Clarificare conceptuală • Dezbateri • Exemplu demonstrativ	Susținerea pacienților care trăiesc cu durere cronică (Cap. 14). In <i>Susținerea pacienților cu boli cronice — Manual de psihologia sănătății pentru clinicieni</i> . Editura Trei.
Noțiuni introductive de psihooncologie	• Descoperire dirijată • Clarificare conceptuală • Dezbateri • Exemplu demonstrativ	Susținerea pacienților care trăiesc cu boli oncologice (Cap. 16). In <i>Susținerea pacienților cu boli cronice — Manual de psihologia sănătății pentru clinicieni</i> . Editura Trei.
Noțiuni de epigenetică și traumele din copilărie	• Descoperire dirijată • Clarificare conceptuală • Dezbateri • Exemplu demonstrativ	Consilierea copilului expus situației de abuz. In <i>Intervenții psihologice în școală. Manualul consilierului școlar</i>. Polirom Fogelman, N., & Canli, T. (2019). Early Life Stress, Physiology, and Genetics: A review. <i>Frontiers in Psychology</i>, 10. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01668 Zannas, A. S., Provençal, N., & Binder, E. B. (2015). Epigenetics of posttraumatic stress disorder: current evidence, challenges, and future directions. <i>Biological psychiatry</i>, 78(5), 327-335.

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

Analiza și dezvoltarea cunoștințelor și competențelor profesionale integrează atât prevederile Colegiului Psihologilor din România (COPSI), cât și cele ale Asociației Psihologilor Americani (American Psychological Association) și a Federației Europene a Asociațiilor de Psihologie (European Federation of Psychologists Associations). Secvențele didactice sunt întărite de studii de caz, rezultate ale cercetărilor extinse atât din literatura de specialitate, cât și din colaborările cu instituții partenere.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Obținerea a minim 50% din punctajul aferent examenului, adică nota 5.	Examen sumativ	80%
10.5 Seminar/laborator		Examen sumativ (o întrebare în examenul sumativ va fi din aplicațiile practice de seminar)	20%
10.6 Standard minim de performanță			
Pentru a promova disciplina este nevoie de obținerea a minim 50% din punctajul alocat examenului.			

EVALUARE ȘI NOTARE:

A. Evaluarea în sesiunea normală

Nota finală (în catalog) este reprezentată de suma dintre nota examen (cu pondere 100%) și bonusurile obținute la activitățile de seminar (la propunerea profesorului/asistentului), rotunjită de la 0.5 în sus.

Nota la examen este reprezentată de punctajul alocat la examenul scris, cu pondere de 100% în nota finală. Aceasta va fi afișată cu două zecimale, fără rotunjiri.

Singura rotunjire se aplică la nota finală (în catalog).

Evaluarea constă într-un examen unic scris, bazat pe bibliografia semestrului I.

Neprezentarea la examen duce la calificativul *Absent* în catalog.

B. Evaluarea în sesiunea de restanță

Studentii care nu promovează examenul din sesiunea normală sau care doresc mărirea notei pot susține examenul din nou.

Nota finală (în catalog) este reprezentată în proporție de 100% de nota obținută la examenul scris din sesiunea de restanță /mărire, rotunjită de la 0.5 în sus.

Pentru sesiunea de măriri se păstrează punctajul bonus acumulat.

Evaluarea constă într-un examen unic scris, bazat pe toată bibliografia semestrului I.

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

	Eticheta generală pentru Dezvoltare durabilă							
								
								

Data completării:
6.10.2025

Semnătura titularului de curs

Conf. Univ. Dr. Diana Tăut

Semnătura titularului de seminar

Drd. Anca Albu

Data avizării în departament:
...

Semnătura directorului de departament