

## FIȘA DISCIPLINEI

### 1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea de Vest din Timișoara
1.2 Facultatea / Departamentul	Facultatea de Sociologie și Psihologie
1.3 Departamentul	Psihologie
1.4 Domeniul de studii	Psihologie
1.5 Ciclul de studii	Master
1.6 Programul de studii / Calificarea	Psihologia muncii, psihologie organizațională și a transporturilor

### 2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	<b>Practica de cercetare (cod curs Classroom: <a href="#">xq7jr5e7</a>)</b>						
2.2 Titularul activităților de curs	-						
2.3 Titularul activităților de seminar	Asist. cerc. dr. Bianca Spătaru						
2.4 Anul de studiu	2	2.5 Semestrul	1	2.6 Tipul de evaluare	C	2.7 Regimul disciplinei	DO

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	2	din care: 3.2 curs	-	3.3 seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs	-	3.6 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp:					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					14
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate					8
Pregătire seminare / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					8
Tutoriat					8
Examinări					9
Alte activități					
3.7 Total ore studiu individual	<b>47</b>				
3.8 Total ore pe semestru	<b>75</b>				
3.9 Numărul de credite	<b>3</b>				

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

4.1 de curriculum	• Orice curs de metodologia cercetării, de psihodiagnostic și de psihologie organizațională.
4.2 de competențe	• Utilizare a chestionarelor, interviuri, analiza datelor

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

5.1 de desfășurare a cursului	• Nu este cazul
-------------------------------	-----------------

5.2 de desfășurare a seminarului / laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Orice curs de metodologia cercetării și analiza datelor</li> <li>• Întâlnirile cu titularul disciplinei se vor derula față în față în laborator</li> </ul> <p>Materialele se vor pune la dispoziția studenților pe Classroom cod: <a href="#">xq7jr5e7</a></p>
--	---

**6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei**

Cunoștințe	<p>au cunoștințele și capacitatea de a înțelege și descrie principalele concepte, paradigme și metodologii utilizate în cercetarea din domeniului psihologiei muncii, organizaționale și a transporturilor;</p> <p>pot explica și interpreta fenomene și acțiunile din domeniului psihologiei muncii, organizaționale și a transporturilor prin aplicarea cunoștințelor fundamentale.</p>
Abilități	<p>analiză și interpretare a datelor empirice, de evaluare critică și constructivă a propriului demers de cercetare domeniului psihologiei muncii, organizaționale și a transporturilor;</p> <p>interpretare și evaluare critică a soluțiilor oferite de teoria referențială și ghidurile de bune practici în domeniului psihologiei muncii, organizaționale și a transporturilor;</p> <p>a elabora un proiect de cercetare psihologică în vederea diagnozei, pe baza principalelor paradigme și teorii psihologice însușite, incluzând argumentarea metodelor, tehnicilor, procedeele și instrumentelor aplicate;</p> <p>a elabora și proiecta măsuri de intervenție pentru rezolvarea de probleme psihologice specifice domeniului psihologiei muncii, organizaționale și a transporturilor;</p> <p>a citi și dezbate conținuturile unor cărți, manuale, studii de caz etc. din domeniul studiat, demonstrând astfel cel puțin capacitatea de înțelegere și transmitere a elementelor de bază ale conținuturilor respective;</p> <p>a folosi în mod corect limbajul și terminologia specifice domeniului psihologiei muncii, organizaționale și a transporturilor, astfel încât să poată comunica și interacționa cu alte persoane în cadrul unor echipe centrate pe realizarea unor sarcini comune și cu viitorii clienți;</p>

Responsabilitate și autonomie	<p>au însușit capacitatea de a lucra independent pentru obținerea informațiilor (bibliografice, studii de caz, teorii, ghiduri de bune practici etc.) necesare îndeplinirii unei sarcini specifice asociate domeniului psihologiei muncii, organizaționale și a transporturilor;</p> <p>au capacitatea de a-și identifica propriile surse și resurse de învățare specifice domeniului psihologiei muncii, organizaționale și a transporturilor;</p> <p>au deprins strategiile de muncă riguroasă, eficientă și responsabilă, de punctualitate și răspundere personală față de rezultat, pe baza principiilor, normelor și valorilor codului de etică profesională;</p> <p>capacitatea de a opera distincții între date, informații și cunoaștere și de a aplica tehnici de gestionare a acestora.</p>
-------------------------------	---

## 7. Conținuturi

7.2 Seminar/laborator	Metode de predare	Observații
1. Mijloace și metode pentru determinarea nivelului de stres ocupațional. Generalități	<b>Prezentare, explicații, experimentare, discuții</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Prezentarea obiectivelor, evaluării, structura disciplinei</li> <li>- Identificarea nevoilor și intereselor participanților raportat la conținutul topicilor de cercetare;</li> <li>- Stabilirea regulilor de lucru individual.</li> </ul>
2. Utilizarea sistemului BIOPAC în cercetare: Măsurarea activității electrodermale (EDA100C)	<b>Prezentare, explicații, experimentare, discuții</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aplicații practice pentru derularea unei activități de cercetare cu masurători obiective</li> </ul> <p>Se discuta potențialele teme și alocarea lor.</p>
3. Utilizarea sistemului BIOPAC în cercetare: Măsurarea activării musculare - Electromiografia (EMG100C)	<b>Prezentare, explicații, experimentare, discuții</b>	Aplicații practice pentru derularea unei activități de cercetare cu masurători obiective
4. Utilizarea sistemului BIOPAC în cercetare: Măsurarea mișcărilor oculare - Electrooculografia (EOG100C)	<b>Prezentare, explicații, experimentare, discuții</b>	Aplicații practice pentru derularea unei activități de cercetare cu masurători obiective
5. Utilizarea electroencefalografiei (EEG) în cercetare: monitorizarea activității	<b>Prezentare, explicații, experimentare, discuții</b>	Aplicații practice pentru derularea unei activități de cercetare cu masurători obiective

cerebrale și stresul ocupational		
6. Mijloace și metode pentru determinarea stresului anticipativ - proiectarea cercetării	<b>Prezentare, explicații, experimentare, discuții</b>	Aplicații practice pentru derularea unei activități de cercetare cu masuratori obiective
7. Determinarea nivelului de cortizol în contextul interviului de angajare: marker biologic al stresului anticipativ	<b>Prezentare, explicații, experimentare, discuții</b>	Aplicații practice pentru derularea unei activități de cercetare cu masuratori obiective
8. Evaluarea eficienței intervențiilor mindfulness la angajați: măsuratori psihofiziologice obiective	<b>Prezentare, explicații, experimentare, discuții</b>	Aplicații practice pentru derularea unei activități de cercetare cu masuratori obiective
9. Proiectarea unei intervenții organizaționale eficiente. Proiectarea cercetării	<b>Prezentare, explicații, experimentare, discuții</b>	Aplicații practice pentru derularea unei activități de cercetare cu masuratori obiective
10. Studiu de caz: epuizarea profesională și răspunsul fiziologic la stres: cum recunoaștem angajații cu risc?	<b>Prezentare, explicații, experimentare, discuții</b>	Aplicații practice pentru derularea unei activități de cercetare cu masuratori obiective
11. Activitatea fizică la locul de muncă: efectele mișcării și ale posturii asupra stării de bine ocupaționale și performanței	<b>Prezentare, explicații, experimentare, discuții</b>	Aplicații practice pentru derularea unei activități de cercetare cu masuratori obiective
12. Studiu de caz: Structura pauzelor la locul de muncă: cum influențează performanța și starea de bine	<b>Prezentare, explicații, experimentare, discuții</b>	Aplicații practice pentru derularea unei activități de cercetare cu masuratori obiective
13. Evaluarea răspunsului fiziologic, psihologic și comportamental în simulări VR de incendiu	<b>Prezentare, explicații, experimentare, discuții</b>	Aplicații practice pentru derularea unei activități de cercetare cu masuratori obiective
14. Ședință de recuperare și feedback		
Bibliografie :		

1. Albulescu, P., Macsinga, I., Rusu, A., Sulea, C., Bodnaru, A., & Tulbure, B. T. (2022). "Give me a break!" A systematic review and meta-analysis on the efficacy of micro-breaks for increasing well-being and performance. *PloS one*, 17(8), e0272460.
2. Awada, M., Gerber, B. B., Lucas, G. M., & Roll, S. C. (2024). Stress appraisal in the workplace and its associations with productivity and mood: Insights from a multimodal machine learning analysis. *Plos one*, 19(1), e0296468.
3. Becker, L., Heimerl, A., & André, E. (2023). ForDigitStress: presentation and evaluation of a new laboratory stressor using a digital job interview-scenario. *Frontiers in Psychology*, 14, 1182959.
4. Beresford, J., & Conrad, C. (2024). Can Mind Wandering Be Measured Using the Unicorn Hybrid Black? A Pilot Study. In *NeuroIS Retreat* (pp. 127-135). Cham: Springer Nature Switzerland.
5. Binsch, O., Bottenheft, C., Landman, A., Roijendijk, L., & Vermetten, E. H. (2021). Testing the applicability of a virtual reality simulation platform for stress training of first responders. *Military Psychology*, 33(3), 182-196.
6. Calderwood, C., ten Brummelhuis, L. L., Patel, A. S., Watkins, T., Gabriel, A. S., & Rosen, C. C. (2021). Employee physical activity: A multidisciplinary integrative review. *Journal of Management*, 47(1), 144-170.
7. Elmousalami, H., Hui, F. K. P., & Aye, L. (2025). Electroencephalography (EEG) for psychological hazards and mental health in construction safety automation: Algorithmic Systematic Review (ASR). *Automation in Construction*, 177, 106346.
8. Hohn, M., (2007). Metodologia cercetării în psihologie. Statistică descriptivă, Editura Universității de Vest, Timișoara, Romania.
9. Hohn, M., (2009). Metodologia cercetării în psihologie. Aplicații, Editura Universității de Vest, Timișoara, Romania.
10. Khammissa, R. A., Nemutandani, S., Feller, G., Lemmer, J., & Feller, L. (2022). Burnout phenomenon: neurophysiological factors, clinical features, and aspects of management. *Journal of International Medical Research*, 50(9), 03000605221106428.
11. Li, J., Soh, R., & Kim, J. E. (2023, September). Sensor-based stress level monitoring: An exploratory study. In *Proceedings of the Human Factors and Ergonomics Society Annual Meeting* (Vol. 67, No. 1, pp. 2389-2393). Sage CA: Los Angeles, CA: SAGE Publications.
12. Mateaș M., Gheorghiu I. (2014). „Consideration about objective measurement in the study of the individual resilience”, *The Second World Congress on Resilience: From Person to Society; Medimond International Proceedings*, ISBN 978-88-7587-697-5
13. Michaelsen, M. M., Graser, J., Onescheit, M., Tuma, M. P., Werdecker, L., Pieper, D., & Esch, T. (2023). Mindfulness-based and mindfulness-informed interventions at the workplace: A systematic review and meta-regression analysis of RCTs. *Mindfulness*, 14(6), 1271-1304.
14. Morton, J., Zheleva, A., Van Acker, B. B., Durnez, W., Vanneste, P., Larmuseau, C., ... & Bombeke, K. (2022). Danger, high voltage! Using EEG and EOG measurements for cognitive overload detection in a simulated industrial context. *Applied ergonomics*, 102, 103763.
15. Pulooulos, M. M., Baeken, C., & De Raedt, R. (2020). Cortisol response to stress: The role of expectancy and anticipatory stress regulation. *Hormones and behavior*, 117, 104587.
16. Rescio, G., Manni, A., Caroppo, A., Ciccarelli, M., Papetti, A., & Leone, A. (2023). Ambient and wearable system for workers' stress evaluation. *Computers in Industry*, 148, 103905.
17. Sava, F. A. (2004). Analiza datelor în cercetarea psihologică: Metode statistice complementare. ASCR [Asociația de Științe Cognitive din România].
18. Sava, F. A. (2013). Psihologia validată științific: ghid practic de cercetare în psihologie. Iași: Polirom

19. Vanhollebeke, G., De Smet, S., De Raedt, R., Baeken, C., van Mierlo, P., & Vanderhasselt, M. A. (2022). The neural correlates of psychosocial stress: A systematic review and meta-analysis of spectral analysis EEG studies. *Neurobiology of stress*, 18, 100452.

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

Coroborarea se efectuează pe baza solicitării mediului organizațional de a educa studenții în vederea cunoașterii și utilizării mijloacelor de măsurare obiectivă și a metodelor de efectuare a cercetării în domeniul psihologiei muncii, psihologiei organizaționale și a transporturilor.

**9. Evaluare**

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare	9.2 Metode de evaluare	9.3 Pondere din nota finală
9.5 Seminar / laborator	Capacitatea de a proiecta un experiment/ activitate de cercetare ce presupune colectarea , prelucrarea și interpretarea datelor experimentale	Sarcina constă în proiectarea cercetării și efectuarea acesteia conform temei repartizate. Evaluarea se face cu punctaj de la 1 la 10	100%
9.6 Standard minim de performanță			
Cunoașterea minimală a metodelor și a mijloacelor de proiectare a cercetării, de realizare a cercetării precum și de analiză și interpretare a datelor obținute în urma activității de cercetare Standardul minim de performanță este evaluarea cu minim nota 5 (cinci) a documentelor încărcate în secțiunea de evaluare specifică (referat) și existența a 9 prezențe din cele 14 alocate disciplinei.  Evaluarea în sesiunea de restanță și mărire notă: se păstrează sistemul de sarcină și de evaluare din sesiunea inițială.			

Data completării  
17.09.2025

Titular de disciplină  
Asist. cerc. dr. Bianca Spătaru



Data avizării în departament

Director de departament  
Prof. univ.dr. Delia Vîrgă