

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea de Vest din Timișoara
1.2 Facultatea / Departamentul	Facultatea de Psihologie și Științele Educației
1.3 Departamentul	De Pregătire a Personalului Didactic
1.4 Domeniul de studii	Masterat didactic
1.5 Ciclul de studii	Masterat
1.6 Programul de studii / Calificarea	Master didactic

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Comunicare eficienta si managementul emoțiilor						
2.2 Titularul activităților de curs	Lect. univ. dr. Iuliana Costea						
2.3 Titularul activităților de seminar	Lect. univ. dr. Iuliana Costea						
2.4 Anul de studiu	II	2.5 Semestrul	1	2.6 Tipul de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	Obl

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	2	din care: 3.2 curs	1	3.3 seminar/laborator	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs	14	3.6 seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp:					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					15
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate / pe teren					15
Pregătire seminare / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					15
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activități					-
3.7 Total ore studiu individual	47				
3.8 Total ore pe semestru	75				
3.9 Numărul de credite	3				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	• nu este cazul
4.2 de competențe	• nu este cazul

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	• Participarea la întâlnirile fizice și online (minim 65% din totalul acestora), conform orarului.
-------------------------------	--

	• Înscrierea pe și utilizarea platformei Google classroom. • Studiul notelor de curs și a referințelor bibliografice.
5.2 de desfășurare a seminarului / laboratorului	• Participarea la întâlnirile fizice și online (minim 80% din totalul acestora), conform orarului. • Studiul notelor de curs și a resurselor bibliografice aferente fiecărui seminar. • Utilizarea resurselor și dispozitivelor digitale specifice (laptop, calculator, telefon, Google Classroom, Power Point, Word, etc).

Condiții tehnice necesare de acces și participare

Toate materialele necesare pentru curs și seminar vor fi încărcate pe Classroom. Studenții trebuie să se înregistreze pe Google Classroom, utilizând codul pentru curs, cu adresa de email instituțională. Codul pentru cursul de Comunicare eficientă și managementul emoțiilor 2025-2026 este: **6a5qgc3g** iar link-ul de google meet este: **<https://meet.google.com/ysx-ixmd-uoa>**

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

Cunoștințe	• Utilizarea adecvată a comunicării profesionale • Acumularea cunoștințelor cele mai noi din domeniu, care să permită realizarea unor cercetări avansate • Elaborarea strategiilor de intervenție în vederea rezolvării problemelor grupului țintă
Abilități	• Gestionarea situațiilor critice. • Aplicarea principiilor comunicării eficiente în intervenția psihologică cu scopul stabilirii unui contact eficient și adecvat particularităților beneficiarului. • Construirea unei relații de comunicare adaptată caracteristicilor psihologice și nevoilor beneficiarului
Responsabilitate și autonomie	• Analiză și gândire critică responsabilă în situațiile specifice; • Interpretarea situațiilor concrete de asistență psihologică. • Etică profesională, respectarea autonomiei clienților.

7. Conținuturi

7.1 Curs	Metode de predare	Observații
C1. Prezentarea conținutului cursului de Comunicare eficientă și managementul emoțiilor și a principalelor teme abordate	Prelegere, demonstrație, studii de caz, exercițiu	De citit: Paloș, R. Erdei, I., Sârbu, R. (2009). Abilități psihologice, ghid pentru profesor și student, Editura UVT, Timișoara.

C2. Comunicarea educationala – elemente componente, forme, blocaje	Prelegere, demonstrație, studii de caz, exercițiu	De citit: Allport, G. (1991). <i>Structura și dezvoltarea personalității</i> . București: Editura Didactică și Pedagogică. Capitolul 20, 493- 519. Brown, E. L. (2011). <i>Emotion matters: Exploring the emotional labor of teaching</i> . University of Pittsburgh. Stojanovic, B., Miladinovic, I. C., & Milovanovic, R. (2021). The quality of communication in teaching and students' emotional reactions in the classroom. <i>Technium Soc. Sci. J.</i> , 19, 55.
C3. Dimensiuni ale comunicării nonverbale în relație cu cea verbală	Prelegere, demonstrație, studii de caz, exercițiu	De citit: Stanton, N. (1995). <i>Comunicarea</i> . București: Editura Societatea Știință și Tehnică SA. Paloș. R. Erdei, I., Sârbu, R. (2009). <i>Abilități psihologice, ghid pentru profesor și student</i> , Editura UVT, Timișoara. Panisoara O., (2015), <i>Comunicarea eficienta</i> , Editura Polirom, Iasi
C4. Tehnici de optimizare a comunicării în context educational	Prelegere, demonstrație, studii de caz, exercițiu	De citit: Stanton, N. (1995). <i>Comunicarea</i> . București: Editura Societatea Știință și Tehnică SA. Hrastinski, S., & Keller, C. (2007). Computer-mediated communication in education: A review of recent research. <i>Educational Media International</i> , 44(1), 61-77. Keller, F., (2016), <i>Exerciții de comunicare non-violeta</i> , Editura Trei, Bucuresti. Faber, A., Mazlish E., Nyberg, L., (2019), <i>Comunicarea eficienta cu copiii</i> , Ediția aVa, Editura Curtea Veche
C5. Identificarea emoțiilor și rolul lor în procesul didactic	Prelegere, demonstrație, studii de caz, exercițiu	De citit: Cosnier, J. (2002). <i>Introducere în psihologia emoțiilor și a sentimentelor</i> . Iași, Ed. Polirom. Frey, T. K. (2019). Classroom Emotions Scale. In <i>Communication Research Measures III</i> (pp. 195-201). Routledge.
C6. Metode și instrumente de lucru în probleme/provocările psihosociale din mediul educational	Prelegere, demonstrație, studii de caz, exercițiu	De citit: De Visscher, P., Neculau, A. (coord.) (2001). <i>Dinamica grupurilor</i> . Texte de bază. Iași: Editura Polirom. Ferrés, J., & Masanet, M. J. (2017). Communication efficiency in education: Increasing emotions and storytelling. <i>Comunicar. Media Education Research Journal</i> , 25(2). Zembylas, M., & Schutz, P. A. (2009). Research on teachers' emotions in education: Findings, practical implications and future agenda. In <i>Advances in teacher emotion research</i> (pp. 367-377). Springer, Boston, MA.
C7. Strategii de intervenție primară în managementul emoțiilor și comportamentelor din mediul educational	Prelegere, demonstrație, studii de caz, exercițiu	De citit: Cosnier, J. (2002). <i>Introducere în psihologia emoțiilor și a sentimentelor</i> . Iași, Ed. Polirom. Chen, J. (2016). Understanding teacher emotions: The development of a teacher emotion inventory. <i>Teaching and Teacher Education</i> , 55, 68-77. Finch, D., Peacock, M., Lazdowski, D., & Hwang, M. (2015). Managing emotions: A case study exploring the

		relationship between experiential learning, emotions, and student performance. <i>The International Journal of Management Education</i> , 13(1), 23-36. Mazer, J. P., McKenna-Buchanan, T. P., Quinlan, M. M., & Titsworth, S. (2014). The dark side of emotion in the classroom: Emotional processes as mediators of teacher communication behaviors and student negative emotions. <i>Communication Education</i> , 63(3), 149-168.
Bibliografie:		
7.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
S1. Seminar introductiv de prezentare a conținutului laboratorului: Așteptări și temeri.	Exercițiu, aplicații	Identificarea nevoilor și intereselor participanților raportat la conținutul seminarului. Stabilirea regulilor de lucru în grup.
S2. Comunicarea – definire și particularități	Exercițiu, aplicații	Formele comunicării Distorsiuni în comunicare
S3. Comunicarea verbală și nonverbală - aplicații	Exercițiu, aplicații	Ascultarea activă Feedback-ul constructiv
S4. Comunicarea – o poartă către celălalt	Exercițiu, aplicații	Empatie. Încrederea în celălalt. Rolul și importanța comunicării non-verbale în relația cu celălalt.
S5. Polaritatea și funcționalitatea emoțiilor	Exercițiu, aplicații	Alegerea și prezentarea unor teme care să identifice emoțiile și să valorifice abilitățile fiecărui participant.
S6. Inteligența emoțională și managementul emoțiilor	Exercițiu, aplicații	Aplicații – gestionarea sanatoasă a emoțiilor Alegerea și prezentarea unor teme care să identifice emoțiile și să valorifice abilitățile fiecărui participant.
S7. Celebrarea învățării	Exercițiu, aplicații	Realizări versus așteptări. Propuneri pentru îmbunătățiri.
Bibliografie: Bibliografie selectivă (principală) Cosnier, J. (2002). Introducere în psihologia emoțiilor și a sentimentelor. Iași, Ed. Polirom. Paloș. R. Erdei, I., Sârbu, R. (2009). Abilități psihologice, ghid pentru profesor și student, Editura UVT, Timișoara.		

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

Comunicarea eficientă, capacitatea de identificare și de control al emoțiilor precum și cunoașterea unor tehnici de dinamică de grup sunt cruciale atât pentru exercitarea profesiei de didactică cât și pentru dobândirea unui loc de muncă, indiferent de domeniul ales pentru a activa. Astfel de abilități își arată utilitatea deoarece însoțesc cunoștințele teoretice profesionale, punându-le în valoare sau chiar mascând unele curențe de la acest nivel.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare	9.2 Metode de evaluare	9.3 Pondere din nota finală
9.4 Curs	Completarea grilei cu aspecte teoretice	Maxim 50 de puncte sunt obținute în urma examenului grilă, al cărui rezultat evidențiază gradul în care	50%

		studentul și-a însușit aspectele teoretice cu care s-a operat pe parcursul semestrului;	
9.5 Seminar / laborator	Participarea activă la sarcinile efectuate în clasă și în afara ei (realizarea unui profil propriu, cu accent atât pe aspectele explorate și îmbunătățite dar și pe care mai au nevoie de lucru	Cele maxim 50 de puncte sunt obținute în urma elaborării unui referat, cu accent pe întreaga paletă de aspecte studiate/explorate. Acesta trebuie să conțină atât informații teoretice (definiții) despre abilitățile personale descoperite și îmbunătățite, cât și despre eventualele aspecte care necesită a fi îmbogățite în viitor, așa cum au fost observate în urma activităților desfășurate în cadrul seminarului. Sunt necesare minim 6 prezențe sau 5 pentru cei care lucrează din cele 7 posibile.	50%
9.6 Standard minim de performanță			
Nerespectarea condițiilor de prezență minimale duce la imposibilitatea evaluării în prima sesiune. Sesiunile de mărire de notă, precum și cele de restanță, se bazează pe lângă predarea portofoliului similar cu cel din timpul semestrului, la elaborarea unui referat însoțit la final de sugestii practice, având ca tema una din problematicile studiate. Ideile personale trebuie susținute cu argumente științifice, din bibliografia recomandată și cea suplimentară primită pe parcursul semestrului și studii de specialitate (min. 3 surse).			

Data completării
20.09.2025

Titular de disciplină
Lect.univ.dr. Iuliana Costea

Data avizării în departament

Director de departament