

FIȘA DISCIPLINEI

Psihologia sănătății și psihosomatică **2018-2019**

1. Date despre program

1.1	Instituția de învățământ superior	Universitatea din Pitești
1.2	Facultatea	Facultatea de Științe ale Educației, Științe Sociale și Psihologie
1.3	Departamentul	Psihologie, Științe ale Comunicării și Asistență Socială
1.4	Domeniul de studii	PSIHOLOGIE
1.5	Ciclul de studii	Master
1.6	Programul de studii / Calificarea	Psihologie clinică: evaluare și intervenție

2. Date despre disciplină

2.1	Denumirea disciplinei		Psihologia sănătății și psihosomatică								
2.2	Titularul activităților de curs		Conf.univ.dr. Nicoleta Răban-Motounu								
2.3	Titularul activităților de laborator		Conf.univ.dr. Nicoleta Răban-Motounu								
2.4	Anul de studii	I	2.5	Semestrul	II	2.6	Tipul de evaluare	E	2.7	Regimul disciplinei	O

3. Timpul total estimat

3.1	Număr de ore pe săptămână	3	3.2	din care curs	2	3.3	seminar/laborator	1
3.4	Total ore din planul de inv.	42	3.5	din care curs	28	3.6	seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp								133 ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe								67
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren								30
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii, eseuri								20
Tutoriat								0
Examinări								16
Alte activități								0
3.7	Total ore studiu individual			133				
3.8	Total ore pe semestru			175				
3.9	Număr de credite			7				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1	De curriculum	Fundamentele psihologiei, Psihologia personalității, Psihologie clinică, Orientări și curente în psihoterapie
4.2	De competențe	Explicarea și interpretarea mecanismelor psihice și a interacțiunilor dintre ele, a mecanismelor de sănătate și boală (C1.2.), utilizarea adecvată a conceptelor specifice (C1.1.)

5. Condiții (acolo unde este cazul)








5.1	De desfășurare a cursului	Sală cu videoproiector și ecran de proiecție, calculator.
5.2	De desfășurare a seminarului/laboratorului	Sală care să faciliteze discuțiile în grup și experimentarea unor tehnici specifice (așezare confortabilă, lucru în echipă).

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none"> • C1. Operarea cu concepte fundamentale și de specialitate în domeniul psihologiei clinice • C2. Evaluarea critică a situațiilor problematice și a soluțiilor posibile în psihologia clinică • C3. Evaluarea psihologică clinică a individului • C4. Proiectarea și realizarea intervențiilor de asistență psihologică clinică • C5. Relaționarea și comunicarea interpersonală specifică domeniului psihologiei clinice
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> • CT 1. Aplicarea normelor și valorilor de etică profesională pentru luarea deciziilor și realizarea independentă sau în grup a unor sarcini/obiective complexe la locul de muncă,

7. Obiectivele disciplinei












7.1	Obiectivul general al	Disciplina are ca obiectiv general însușirea de către studenți a cunoștințelor de bază
-----	-----------------------	--





disciplinei	privind psihologia sănătății (factorii care contribuie la menținerea stării de sănătate sau care contribuie la recuperarea stării de sănătate atunci când se află în situația de boală) și psihosomatică, și dezvoltarea unor abilități de lucru în aceeași direcție.
7.2 Obiectivele specifice	<p>La final studenții vor fi capabili:</p> <ul style="list-style-type: none">  Obiective cognitive:  Să interpreteze un caz din diverse perspective de sănătate și boală,  Obiective procedurale:  Să identifice factorii care facilitează un stil de viață sănătos,  Să identifice resursele psihice la o persoană,  Să planifice o intervenție care să se adreseze factorilor de risc și resurselor care vizează recuperarea sau menținerea stării de sănătate, dezvoltarea mecanismelor de coping.  Obiective atitudinale: <p>Ei vor avea o atitudine favorabilă formării continue în domeniu, colaborării cu specialiști din alte domenii înrudite și dezvoltării unei culturi bazate pe prevenție.</p>

8. Conținuturi

8.1. Curs		Ore	Metode de predare	Observații Resurse folosite
1	Noțiuni introductive (definire concepte, elemente de istoric)	2	prelegerea exemplificarea	Calculatorul (prezentarea în Power – Point), videoproiector, ecran
2	Sănătatea ca stare de bine fizic, psihic, social, spiritual	2	prelegerea exemplificarea	Calculatorul (prezentarea în Power – Point), videoproiector, ecran
3	Modele de sănătate și boală	6	prelegerea exemplificarea	Calculatorul (prezentarea în Power – Point), videoproiector, ecran
4	Stress, sănătate și boală	2	prelegerea exemplificarea	Calculatorul (prezentarea în Power – Point), videoproiector, ecran
5	Stil de viață și sănătate	4	prelegerea exemplificarea	Calculatorul (prezentarea în Power – Point), videoproiector, ecran
6	Resurse psihice care contribuie la menținerea stării de sănătate	4	prelegerea exemplificarea	Calculatorul (prezentarea în Power – Point), videoproiector, ecran
7	Spiritualitate și sănătate	2	prelegerea exemplificarea	Calculatorul (prezentarea în Power – Point), videoproiector, ecran
8	Componenta psihologică a bolilor somatice	4	prelegerea exemplificarea	Calculatorul (prezentarea în Power – Point), videoproiector, ecran
9	Programe de optimizare și dezvoltare personală care contribuie la menținerea stării de sănătate	2	prelegerea exemplificarea	Calculatorul (prezentarea în Power – Point), videoproiector, ecran

Bibliografie












-  Avram, E. (coord.) (2010). *Psihologia sănătății*. București: Editura Universitară
-  Badea, Marina (2013). *Abordarea simbolic-experiențială a patologiei somatice*. București: SPER
-  Băban, A. (2002). *Psihologia sănătății: abordare psihosocială a sănătății publice*. Cluj-Napoca: Editura ASCR
-  Dahlke, R. (2008). *Boala ca șansă. Cum descifrăm mesajul ascuns al bolii*. București: Editura Trei
-  David, D. (2006). *Psihologie clinică și Psihoterapie*. Fundamente. Iași: Polirom
-  Derevenco, P., Anghel, I., Băban, A. (1992). *Stresul în sănătate și boală*. Cluj-Napoca: Editura Dacia
-  Dolto, F. (2005). *Imaginea inconștientă a corpului*. București: Editura Trei
-  Ionescu, Ș. (2013) (coord.). *Tratat de reziliență asistată*. București: Editura Trei
-  Kabat-Zinn, J. (1991). *Full catastrophe living: using the wisdom of your body and mind to face stress, pain, and illness*. New York: Random House,
-  Kepner, J. (2014). *Procesul corporal: o abordare Gestalt a lucrului cu corpul*. București: Gestalt Books
-  Lilienfeld, S., O'Donohue, W. (Eds.). *The Great Ideas of Clinical Science*. New York: Routledge

-  Mitrofan, I. (coord.) (2000). *Orientarea experiențială în psihoterapie*. București: SPER
-  Răban-Motounu, N. (2018). *Psihologia sănătății și psihosomatică. Note de curs*. Pitești: Universitatea din Pitești
-  Rothschild, B. (2015). *Corpul își amintește. Psihologia și terapia traumei*. București: Herald
-  Stricker, G., Widiger, Th. (coord) (2003). *Clinical Psychology. Handbook of Psychology Vol 8.*, John Wiley & Sons, Inc













www.copsi.ro: comisia de Psihologie clinică și psihoterapie

8.2. Aplicații – Seminar / Laborator		Ore	Metode de predare	Observații Resurse folosite
1	Resurse psihice care contribuie la menținerea stării de sănătate	2	Conversația	Se prezintă temele pentru acasă specifice, se alocă realizarea lor, se discută folosirea surselor suplimentare de documentație.
2	Resurse psihice care cresc eficiența tratamentului în bolile somatice	2	Prezentarea temelor pentru acasă, conversația, exercițiul, exemplificarea	Spațiu de lucru corespunzător
3	Sănătate și stil de viață	2	Prezentarea temelor pentru acasă, conversația, exercițiul, exemplificarea	Spațiu de lucru corespunzător
4	Programe de optimizare și dezvoltare personală care contribuie la menținerea stării de sănătate	2	Prezentarea temelor pentru acasă, conversația, exercițiul, exemplificarea	Spațiu de lucru corespunzător
5	Programe de prevenție primară	2	Prezentarea temelor pentru acasă, conversația, exercițiul, exemplificarea studiul de caz	Spațiu de lucru corespunzător
6	Programe de prevenție secundară	2	Prezentarea temelor pentru acasă, conversația, exercițiul, exemplificarea	Spațiu de lucru corespunzător
7	Programe de prevenție terțiară	2	Prezentarea temelor pentru acasă, conversația, dezbateră, exercițiul, brainstorming	Spațiu de lucru corespunzător

Bibliografie



-  Avram, E. (coord.) (2010). *Psihologia sănătății*. București: Editura Universitară
-  Badea, Marina (2013). *Abordarea simbolic-experiențială a patologiei somatice*. București: SPER
-  Dahlke, R. (2008). *Boala ca șansă. Cum descifrăm mesajul ascuns al bolii*. București: Editura Trei
-  Derevenco, P., Anghel, I., Băban, A. (1992). *Stresul în sănătate și boală*. Cluj-Napoca: Editura Dacia
-  Dolto, F. (2005). *Imaginea inconștientă a corpului*. București: Editura Trei
-  Lopez, S.J.; Snyder, C.R. (Eds.) (2003). *Positive Psychological Assessment: A Handbook of Models and Measures*. American Psychological Association.
-  Lilienfeld, S.O., O'Donohue, W.T. (Eds.) (2007). *The Great Ideas of Clinical Science*. New York: Routledge
-  Mitrofan, I. (coord.) (2000). *Orientarea experiențială în psihoterapie*. București: SPER
-  Mitrofan, I., Stoica, C.D. (2005). *Analiza transgenerațională în terapia unificării*. București: SPER
-  Răban-Motounu, N. (2016). *Psihologia sănătății și psihosomatică. Note de curs*. Pitești: Universitatea din Pitești
-  Stricker, G., Widiger, Th. (coord) (2003). *Clinical Psychology. Handbook of Psychology Vol 8.*, John Wiley &

Sons, Inc

-  *Journal of Health and Social Behavior*, <http://hsb.sagepub.com>
-  *Journal of Abnormal Psychology*,
-  *Journal of Religion and Health*, www.springer.com/public+health/journal/10943
-  *Applied Psychology: Health and Well-Being*, [www.onlinelibrary.wiley.com/journal/10.1111/\(ISSN\)1758-0854](http://www.onlinelibrary.wiley.com/journal/10.1111/(ISSN)1758-0854)
-  *Health & Place*, www.elsevier.com/locate/healthplace
-  *Social Science & Medicine*, www.elsevier.com/locate/socscimed
-  *Stress and Health*, www.wileyonlinelibrary.com
-  *The Journal of Analytical Psychology*, [onlinelibrary.wiley.com/journal/10.1111/\(ISSN\)1468-5922](http://onlinelibrary.wiley.com/journal/10.1111/(ISSN)1468-5922)
-  *Landscape and Urban Planning*, www.elsevier.com/locate/landurbplan
-  *Psychology & Health*, www.tandfonline.com/loi/gpsh20
-  *Psychological Medicine*, <http://journals.cambridge.org/action/displayJournal?jid=PSM>
-  *Journal of Humanistic Psychology*, www.sagepub.com/journals/Journal200951

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

Conținutul disciplinei cuprinde rezultatele unor cercetări recente din domeniul psihologiei sănătății și psihosomaticii relevante pentru inițierea demersurilor practice la locul de muncă de către absolvent. De asemenea pot iniția:

-  activități practice care să vizeze prevenția primară, secundară, terțiară, un stil viață sănătos
-  demersuri de cercetare specifice care să permită aprofundarea relației psihic-somatic în sănătate și boală și evidențierea eficienței unor programe de optimizare și dezvoltare personală.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Operarea cu concepte fundamentale în domeniul psihologiei sănătății și psihosomaticii Operarea cu concepte fundamentale în domeniul psihologiei sănătății și psihosomaticii; evaluarea critică a situațiilor problematice și a soluțiilor posibile în psihologia sănătății și psihosomatică; evaluarea psihologică a individului, grupului și organizației; proiectarea și realizarea intervențiilor psihologice	Lucrare în săptămâna a opta a semestrului: aplicație Examen: Test de sinteză din materia prezentată constând într-o aplicație	10% 50%
10.5 Seminar	Evaluarea critică a situațiilor problematice și a soluțiilor posibile în psihologia sănătății; evaluarea psihologică a individului, grupului și organizației; proiectarea și realizarea intervențiilor psihologice; proiectarea unui demers de cercetare specific; relaționarea și comunicarea interpersonală specifică domeniului psihologiei; înțelegerea rolului activității în echipă și al formării continue	Activitate la seminar: Teme pentru acasă, prezentări, răspunsuri pe parcursul semestrului la seminar, alte activități. Prezentarea scrisă și orală a unui proiect	20% 20%
10.6 Standard minim de performanță	Obținerea unei note finale de 5(cinci) prin însumarea punctajelor aferente fiecărei componente a notei finale, fiind necesar să fie îndeplinite concomitent următoarele două condiții: 1. obținerea a minimum 50% din punctajul acordat evaluării finale: operarea cu un minimum de cunoștințe în domeniu într-o aplicație, 2. obținerea a minimum 50% din punctajul acordat activității de laborator și a încă 50% din punctajul acordat proiectului: un minimum de participare la elaborarea și aplicarea unor aplicații practice în domeniu.		

Data completării

Titular de curs

Titular de seminar / laborator

Data avizării în departament

Director de departament,
Conf.univ.dr Manuela Mihaela Ciucurel