



FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	
1.3. Departamentul	Departamentul pentru Pregătirea Personalului Didactic
1.4. Domeniul de studii	Științele Educației
1.5. Ciclu de studii	Licență
1.6. Programul de studii/Calificarea	Psihopedagogie specială

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Psihoigienă și sănătate mentală						
2.2. Titularul activităților de curs	Conf.univ.dr. ZĂVĂLEANU Mihaela						
2.3. Titularul activităților de laborator	Conf.univ.dr. ZĂVĂLEANU Mihaela						
2.4. Anul de studiu	I	2.5. Semestrul	II	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7. Regimul disciplinei	DOP

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

3.1. Numărul de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	1	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	42	din care: 3.5 curs	14	3.6. seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp - ore/sapt.					33 ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					10
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					8
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					8
Tutoriat					5
Examinări					2
Alte activități.....					
3.7. Total ore studiu individual	33				
3.8. Total ore pe semestru	75				
3.9. Numărul de credite	3				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	• Fundamentele psihopedagogiei speciale
4.2. de competențe	• Capacități de analiză, sinteză, gândire divergentă, gândire critică

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	• On site, Sală dotată cu calculator/videoproiector, conexiune internet
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	• On site, Sală dotată cu calculator/videoproiector, conexiune internet, Prelegerile interactive sunt axate pe utilizarea de suport power-point

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

Cunoștințe	Studentul/Absolventul: 1. Descrie procesele și nevoile de dezvoltare fizică, cognitivă, emoțională și socială a copiilor/elevilor/tinerilor. 2. Proiectează strategiile de intervenție psihopedagogică și consiliere educațională pentru elevii aflați în situații de risc sau cu cerințe educative speciale. 3. Integrează normele de etică, de integritate academică și de conduită profesională.
Abilități	Studentul/Absolventul: 1. Integrează în mod responsabil unele strategii specifice educației speciale, în scopul diferențierii și individualizării demersurilor didactice și adaptării metodelor la nivelul grupului. 2. Aplică în mod consecvent și adecvat reglementările școlare și a legislației pentru siguranța elevilor, sănătatea și starea lor de bine. 3. Identifică stările/problemele /dificultățile copiilor/elevilor/tinerilor/altor grupuri și categorii de persoane cu dizabilități, privind comportamentul acestora și procesul de dezvoltare cu asistarea specializată psihopedagogică.
Responsabilitate și autonomie	Studentul/Absolventul: 1. Comunică eficient prin oferirea de feedback constructiv și susține implicarea activă a elevilor în propriul proces de învățare. 2. Demonstrează capacități de muncă riguroasă, eficientă și responsabilă, de punctualitate și răspundere personală față de rezultat.

7. Conținuturi

7.1. Curs	Metode de predare	Nr. ore
C 1. Fundamente teoretice și concepte cheie în sănătatea mentală și psihologia mentală. Domeniul psihiatriei și psihologia mintală.	Prezentare orală + mijoc multimedia	1
C 2. Normal, anormal și patologic în sănătate mentală. Factorii determinanți ai sănătății mentale.	Prezentare orală + mijoc multimedia	1
C 3. Tulburările de sănătate mentală. Aspecte psihologice.	Prezentare orală + mijoc multimedia	1
C 4. Percepția calității vieții. Importanța conceptului de calitate a vieții. Dimensiunile și indicatorii calității vieții pe grupe de vârstă.	Prezentare orală + mijoc multimedia	2
C 5. Modele ale sănătății și ale bolii. Stilul de viață sanogen. Promovarea și profilaxie prin comportamente sanogene pentru menținerea sănătății mintale în diferite etape ale vieții.	Prezentare orală + mijoc multimedia	2
C 6. Stresul și sănătatea mentală. Metode de evaluare și terapie.	Prezentare orală + mijoc multimedia	2
C 7. Servicii și intervenții în sănătatea mentală. Tipuri de terapie pentru sănătate mentală	Prezentare orală + mijoc multimedia	1
C 8. Aspecte de etică în sănătatea mentală. Comunicarea cu pacientul și familia, comunicarea mesajelor de sănătate.	Prezentare orală + mijoc multimedia	2
C 9. Sănătatea mentală în era digitală, e-health în psihiatrie și sănătate mentală. Adoptarea noilor tehnologii avantaje și dezavantaje pentru sănătatea mentală.	Prezentare orală + mijoc multimedia	2
		14

Bibliografie:

1. Alexander, F. (2008). *Medicina psihosomatică*. București: Editura Trei.
2. Brown, C., Stoffel, V. C., & Munoz, J. (2019). *Occupational therapy in mental health: A vision for participation*. FA Davis.
3. Cosman, D. (2010). *Psihologie medicală*. Iași: Editura Polirom.
4. Cosmovici, A. (2005). *Psihologie generală*. Iași: Editura Polirom.
5. David, D. (2013). *Psihologie clinică și psihoterapie*. Iași: Editura Polirom.
6. Dikel, W. (2015). *Sănătatea mentală a elevului. Ghid pentru personalul didactic*. București: Editura Trei.
7. Enăchescu, C. (2008). *Tratat de igienă mintală*. Iași: Editura Polirom.
8. Hooper, C., Thompson, M., Laver-Bradbury, C., & Gale, C. (2012). *Child and adolescent mental health: Theory and practice*. CRC Press.
9. Laver-Bradbury, C., Thompson, M. J., Gale, C., & Hooper, C. M. (Eds.). (2021). *Child and Adolescent Mental Health: Theory and Practice*. CRC Press.
10. Lăzărescu, M. (2014). *Ce este tulburarea mentală: evoluționism, cultură, psihopatologie: eseu*. Iași: Editura Polirom.
11. Marini, I. & Stebnicki, M. A. (2012). *The psychological and social impact of illness and disability*. Springer Publishing Company.
12. Ogden, J. (2007). *Health psychology: a textbook* (4th ed.). Maidenhead: Open University Press.
13. Sándor, C. (2015). *Factori psihologici ai comportamentului de sănătate la adolescenți*. Cluj-Napoca: Editura Presa Universitară Clujeană.
14. Zlate, M. (2006). *Fundamentele psihologiei*. București: Editura Universitară.

7.2. Seminar/laborator	Metode de predare	Observații Număr ore alocate
1.Structurile și funcționarea creierului. Structurile și funcționarea creierului. Procesele cognitive în sănătate și boală. Conceptul de sănătate mentală și boală psihică.	Exercițiul de reflecție, Dezbateră, Analiza de text, Problematizarea	2
2.Factori determinanți și de vulnerabilitate în sănătatea mentală.	Exercițiul de reflecție, Dezbateră, Analiza de text, Problematizarea	2
3.Tulburările de sănătate mentală. Metode de evaluare. Semne și simptome.	Exercițiul de reflecție, Dezbateră, Analiza de text, Problematizarea	2
4.Modele ale percepției calității vieții. Scale de evaluare.	Exercițiul de reflecție, Dezbateră, Analiza de text, Problematizarea	2
5.Particularitățile promovării comportamentelor sanogene la copii și adolescenți, comportamente cu risc pentru sănătate.	Exercițiul de reflecție, Dezbateră, Analiza de text, Problematizarea	4
6.Particularitățile promovării comportamentelor sanogene la adulți și vârstnici, comportamente cu risc pentru sănătate.	Exercițiul de reflecție, Dezbateră, Analiza de text, Problematizarea	4
7.Stresul, iatrogeniile. Boala și disconfortul psihic. Tulburările somatofobe. Metode de evaluare.	Exercițiul de reflecție, Dezbateră, Analiza de text, Problematizarea	4
8.Servicii și tipuri de terapie pentru sănătate mentală.	Exercițiul de reflecție, Dezbateră, Analiza de text, Problematizarea	2
9.Modele comunicarea cu pacientul și familia.	Exercițiul de reflecție, Dezbateră, Analiza de text, Problematizarea	2
10.Modele de platforme online și noi tehnologii, rolul lor în sănătatea mentală.	Exercițiul de reflecție, Dezbateră, Analiza de text, Problematizarea	4
		28
Bibliografie:		
1. Alexander, F. (2008). <i>Medicina psihosomatică</i>. București: Editura Trei. 2. Cosman, D. (2010). <i>Psihologie medicală</i>. Iași: Editura Polirom.		

3. David, D. (2013). Psihologie clinică și psihoterapie. Iași: Editura Polirom.
4. Dikel, W. (2015). *Sănătatea mentală a elevului. Ghid pentru personalul didactic*. București: Editura Trei.
5. Enăchescu, C. (2008). *Tratat de igienă mintală*. Iași: Editura Polirom.
6. Hooper, C., Thompson, M., Laver-Bradbury, C., & Gale, C. (2012). *Child and adolescent mental health: Theory and practice*. CRC Press.
7. Laver-Bradbury, C., Thompson, M. J., Gale, C., & Hooper, C. M. (Eds.). (2021). *Child and Adolescent Mental Health: Theory and Practice*. CRC Press.
8. Lăzărescu, M. (2014). *Ce este tulburarea mentală: evoluționism, cultură, psihopatologie: eseu*. Iași: Editura Polirom.
9. Marini, I. & Stebnicki, M. A. (2012). *The psychological and social impact of illness and disability*. Springer Publishing Company.
10. Sándor, C. (2015). *Factori psihologici ai comportamentului de sănătate la adolescenți*. Cluj-Napoca: Editura Presa Universitară Clujeană.
11. Zlate, M. (2006). *Fundamentele psihologiei*. București: Editura Universitară.

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

Datele asimilate în urma parcurgerii acestei fișe pot fi folosite ca suport de către studenți în studiul disciplinelor din cadrul Programului de licență: Psihopedagogie specială.

Conținutul cursului este în consens cu așteptările comunității academice, al angajatorilor din învățământul preuniversitar, cercetare; valorifică optim și creativ potențialul fiecărui student în cadrul orelor de seminar, chiar și pentru sistemul ”on line”.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	-corectitudinea și completitudinea rezolvării sarcinilor -participare activă la discuții, dezbateri	Evaluare continuă, prin rezolvarea unor sarcini pe parcursul semestrului: teste rapide, lucrări individuale	20%
	-capacitatea de a aplica în practică noțiunile, cunoștințele și modelele teoretice -capacitatea de a valorifica gândirea critică, reflexivă, creativă	Evaluare finală: colocviu	30%
9.5. Seminar/laborator	-corectitudinea și completitudinea rezolvării sarcinilor. -participare activă la discuții, dezbateri	Evaluare continuă, prin rezolvarea unor sarcini pe parcursul semestrului: teste rapide, lucrări individuale	20%
	-respectarea structurii recomandate -utilizarea corectă a noțiunilor, teoriilor și modelelor teoretice -originalitatea lucrării	-Lucrare aplicativă/Proiect: <i>Studiu de caz</i> .	30%

9.6. Standard minim de performanță

Obținerea notei 5

Condițiile pentru promovarea examenului sunt: **minim 5 puncte** din nota finală (punctaj reunit: evaluare activitate curs și seminar).

Data completării

Titular curs

Titularul activităților de laborator

. **Semnătura directorului de departament,**