

**FIȘA DISCIPLINEI**  
**Anul universitar 2024-2025**  
**Anul de studiu I / Semestrul I**

**1. Date despre program**

|                                                            |                                                                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.1. Instituția de învățământ superior                     | Universitatea „1 Decembrie 1918” din Alba Iulia                                                                                                                |
| 1.2. Facultatea                                            | Științe Economice                                                                                                                                              |
| 1.3. Departamentul                                         | Administrarea Afacerilor și Marketing                                                                                                                          |
| 1.4. Domeniul de studii                                    | Marketing                                                                                                                                                      |
| 1.5. Ciclul de studii                                      | Licență                                                                                                                                                        |
| 1.6. Programul de studii/calificari COR/grupă de bază ESCO | Marketing/ 243103 Specialist în marketing, 243101 Art director publicitate, 243104 Manager de produs/ Cod ESCO: 2431 - Specialiști în publicitate și marketing |

**2. Date despre disciplină**

|                                                   |          |                   |                                    |                                 |                     |                                                                                                   |               |          |
|---------------------------------------------------|----------|-------------------|------------------------------------|---------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|----------|
| 2.1. Denumirea disciplinei                        |          | <b>Psihologie</b> |                                    |                                 | 2.2. Cod disciplină |                                                                                                   | <b>MK 116</b> |          |
| 2.3. Titularul activității de curs                |          |                   | <b>Lect.univ.dr. Nanu Cristina</b> |                                 |                     |                                                                                                   |               |          |
| 2.4. Titularul activității de seminar / laborator |          |                   | <b>Lect.univ.dr. Nanu Cristina</b> |                                 |                     |                                                                                                   |               |          |
| 2.5. Anul de studiu                               | <b>I</b> | 2.6. Semestrul    | <b>I</b>                           | 2.7. Tipul de evaluare (E/C/VP) | <b>VP</b>           | 2.8. Regimul disciplinei ( <b>O</b> – obligatorie, <b>Op</b> – opțională, <b>F</b> – facultativă) |               | <b>O</b> |

**3. Timpul total estimat**

|                                                                                                   |           |                     |           |                        |           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|---------------------|-----------|------------------------|-----------|
| 3.1. Numar ore pe săptămână                                                                       | <b>2</b>  | din care: 3.2. curs | <b>1</b>  | 3.3. seminar/laborator | <b>1</b>  |
| 3.4. Total ore din planul de învățământ                                                           | <b>28</b> | din care: 3.5. curs | <b>14</b> | 3.6. seminar/laborator | <b>14</b> |
| Distribuția fondului de timp                                                                      |           |                     |           |                        | ore       |
| a. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe                                    |           |                     |           |                        | 20        |
| b. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren |           |                     |           |                        | 10        |
| c. Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri                          |           |                     |           |                        | 15        |
| d. Tutoriat                                                                                       |           |                     |           |                        | -         |
| e. Examinări                                                                                      |           |                     |           |                        | 2         |
| f. Alte activități universitare (vizite de studiu, consultații proiecte, etc.) .....              |           |                     |           |                        | -         |

|                                                   |    |
|---------------------------------------------------|----|
| 3.7 Total ore studiu individual (a+b+c)           | 45 |
| 3.8 Total ore activități universitare (d+e+f+3.4) | 30 |
| 3.9 Total ore pe semestru (3.7+3.8)               | 75 |
| 3.10 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                   | Sală dotată cu videoproiector/tablă.<br>Participare activă<br>Lectura suportului de curs                                                                                                    |
| 5.2. de desfășurarea a seminarului/laboratorului | Sală dotată cu videoproiector/tablă<br>Lectura bibliografiei recomandate<br>Documentare suplimentară<br>Elaborarea și susținerea prezentării/proiectelor planificate<br>Participare activă. |

## 6. Competențe specifice acumulate

|                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Competențe/rezultate ale învățării | R4/C4 Identifica nevoile clientilor                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Competențe transversale            | R24/CT1 Dă dovadă de auto-reflecție. Analizează în mod eficace, regulat și sistematic propriile acțiuni, performanțe și atitudini și face ajustările necesare, căutând oportunități de dezvoltare profesională pentru a elimina lacunele în materie de cunoștințe și practici în domeniile identificate.<br>R26/CT3 Lucrează în echipe |

## 7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

|                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 7.1 Obiectivul general al disciplinei | <i>Cunoașterea conceptelor și teoriilor psihologice, stimularea interesului pentru studiul științific al factorilor psihologici implicați în activitatea cotidiană</i>                                                                                                                                                                                                                     |
| 7.2 Obiectivele specifice             | <i>Să cunoască principalele metode de studiu științific a comportamentului uman<br/>Să descrie desfășurarea diverselor procese psihice și să identifice mecanismele cognitive subiacente<br/>Să identifice relațiile de interdependență dintre organism, cogniție, emoție, comportament<br/>Să aplice cunoștințele de psihologie în cadrul aplicațiilor practice desfășurate în școală</i> |

## 8. Conținuturi

| 8.1 Curs                                                                                                                                                                                                                    | Metode de predare                                                                      | Observații   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| C1. Psihicul - obiect de studiu al psihologiei. Conceptul de psihic – prezentare istorică. Conceptul de psihic – accepțiuni actuale. Niveluri de analiză a psihicului                                                       | <i>Expunerea, descrierea, exemplul demonstrativ, dezbateră.</i>                        | <i>1 oră</i> |
| C2. Principalele curente psihologice. Psihanaliza. Psihologia umanistă. Behaviorismul. Psihologia cognitivă.                                                                                                                | <i>Prelegerea, dezbateră, problematizarea, metoda mozaic.</i>                          | <i>1 oră</i> |
| C3. Procese senzoriale. Senzații: definiție, legile senzațiilor, praguri senzoriale. Percepția: percepția vizuală - teorii ale percepției vizuale, recunoașterea, constanțele perceptive, dezvoltarea perceptivă.           | <i>Știu - vreau să știu- am învățat, prelegerea, dezbateră, exemplul demonstrativ.</i> | <i>1 oră</i> |
| C4. Atenția și stările de conștiință. Atenția: definiție, tipuri, caracteristici. Distincția conștient-inconștient. Prelucrări implicite de informație. Somnul și visele. Stări modificate de conștiință.                   | <i>Studiul de caz, dezbateră, eseul de cinci minute.</i>                               | <i>1 oră</i> |
| C5. Memoria. Stări modificate de conștiință memoria: definiție, caracterizare generală, procesele memoriei. Modele mnezice - niveluri ale memoriei (MS, MSD, MLD). Sisteme mnezice multiple. Optimizarea memoriei. Uitarea. | <i>Prelegerea, sinectica, conversația euristică</i>                                    | <i>1 oră</i> |
| C6. Gândirea. Definiție, structură, operații. Raționamentul. Rezolvarea de probleme.                                                                                                                                        | <i>Brainstorming, explicația, conversația euristică, cvintetul.</i>                    | <i>1 oră</i> |
| C7. Limbajul. Definiție și caracterizare. Forme de comunicare. Funcțiile limbajului. Relația dintre limbaj și gândire.                                                                                                      | <i>Explicația, metoda Delphi, conversația</i>                                          | <i>1 oră</i> |
| C8. Învățarea. Învățarea prin condiționare clasică. Învățarea prin condiționare operantă. Modelul socio-cognitiv.                                                                                                           | <i>Expunerea, descrierea, exemplul demonstrativ, dezbateră.</i>                        | <i>1 oră</i> |
| C9. Motivația. Caracterizare generală. Teorii ale motivației Relația motivație-performanță.                                                                                                                                 | <i>Prelegerea, dezbateră, problematizarea, metoda mozaic.</i>                          | <i>1 oră</i> |
| C10. Procese afective. Clasificare, definiții, prezentare generală. Teorii ale emoțiilor. Analiza multinivelară a emoțiilor. Inteligența emoțională.                                                                        | <i>Știu - vreau să știu- am învățat, prelegerea, dezbateră, exemplul demonstrativ.</i> | <i>1 oră</i> |
| C11. Inteligența și creativitatea. Definirea conceptelor. Teorii ale inteligenței. Măsurarea inteligenței. Rolul eredității, mediului și educației în dezvoltarea inteligenței. Teorii și modele ale creativității.         | <i>Studiul de caz, dezbateră, eseul de cinci minute.</i>                               | <i>1 oră</i> |

|                                                                                                                                                                                    |                                                                     |       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|-------|
| C12. Personalitatea (I). Conceptul de personalitate. Teorii ale personalității - abordarea psihanalitică, teoria trăsăturilor, teoria învățării sociale, abordarea fenomenologică. | <i>Prelegerea, sinectica, conversația euristică</i>                 | 1 oră |
| C13. Personalitatea (II). Temperamentul. Atitudini și trăsături de caracter. Aptitudini și deprinderi.                                                                             | <i>Brainstorming, explicația, conversația euristică, cvintetul.</i> | 1 oră |
| C14. Stres și adaptare psihică. Conceptul de stres. Adaptarea la stres: mecanisme de apărare vs. mecanisme de coping. Managementul stresului.                                      | <i>Expunerea, descrierea, exemplul demonstrativ, dezbateră.</i>     | 1 oră |

#### **Bibliografie**

1. Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., Smith, E. & Bem, D. J. (2002). Introducere în psihologie, Editura Tehnică.
2. Baddeley, A. (1998). Memoria umană, Editura Teora.
3. Baiceanu, L. (2003). Dictionar ilustrat de psihologie, Editura Tehnică.
4. Cosmvici, A. (2005). Psihologie generală, Editura Polirm.
5. Ewen, R. (2012). Introducere în teoriile personalității, Editura Trei.
6. Herman, R.I. (2019). Psihologie. Suport de curs în format ppt. Universitatea “1 Decembrie 1918” din Alba-Iulia
7. Miclea, M. (1999). Psihologie cognitivă, Editura Polirom.
8. Parot, F. & Richelle, M. (1995). Introducere în psihologie: Istoric și metode, Editura Humanitas.
9. Rusniek, A. (2010). Cum să intri în mintea celui alt. 60 de experimente ilustrate în psihologie. Memoria. Percepția. Atenția și învățarea. Logica și inteligența, Editura Polirom.
10. Todor, I. (2013), Psihologie generală, EDP, R.A, București.
11. Todor, I. (2015), Psihologie generală. Suport de curs în format ID. Universitatea “1 Decembrie 1918” din Alba-Iulia
12. Zlate, M. (1999). Psihologia mecanismelor cognitive, Editura Polirom.
13. Zlate, M (2007). Introducere în psihologie (ed. a III-a), Editura Polirom.
14. Sterian, M., Nicoară, D. (2017). Psihologie generală. Editura Prouniversitaria

#### **8.2. Seminar-laborator**

|                                                                                                 |                                                                |       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-------|
| S1. Psihicul. Prezentare istorică, tendințe actuale. Scurt istoric al psihologiei românești.    | <i>Conversația euristică, Problematizarea Joc de rol</i>       | 2 ore |
| S2. Metode de cercetare și evaluare psihologică.                                                | <i>Sinectica, Studii de caz</i>                                | 2 ore |
| S3. Curente psihologice: introspectionismul, behaviorismul, psihanaliza și psihologia umanistă. | <i>Prezentări, Organizatori grafici, Dezbateri, Joc de rol</i> | 2 ore |
| S4. Curente psihologice: psihologia cognitivă și neuroștiințele, constructivismul.              | <i>Explicația, Exercițiul, Conversația</i>                     | 2 ore |
| S5. Procese psihice: percepția vizuală, imaginile mentale, imaginația.                          | <i>Conversația euristică, Problematizarea, Studii de caz</i>   | 2 ore |
| S6. Procese psihice: atenția, memoria, gândirea și rezolvarea de probleme.                      | <i>Sinectica, Studii de caz</i>                                | 2 ore |
| S7. Teorii ale personalității.                                                                  | <i>Prezentări, Organizatori grafici, Dezbateri</i>             | 2 ore |

#### **Bibliografie**

1. Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., Smith, E. & Bem, D. J. (2002). Introducere în psihologie, Editura Tehnică.
2. Baddeley, A. (1998). Memoria umană, Editura Teora.
3. Baiceanu, L. (2003). Dictionar ilustrat de psihologie, Editura Tehnică.
4. Cosmvici, A. (2005). Psihologie generală, Editura Polirm.
5. Ewen, R. (2012). Introducere în teoriile personalității, Editura Trei.
6. Herman, R.I. (2019). Psihologie. Suport de curs în format ppt. Universitatea “1 Decembrie 1918” din Alba-Iulia
7. Miclea, M. (1999). Psihologie cognitivă, Editura Polirom.
8. Parot, F. and Richelle, M. (1995). Introducere în psihologie: Istoric și metode, Editura Humanitas.
9. Rusniek, A. (2010). Cum să intri în mintea celui alt. 60 de experimente ilustrate în psihologie. Memoria. Percepția. Atenția și învățarea. Logica și inteligența, Editura Polirom.

10. Todor , I. (2013), Psihologie generală, EDP,R.A, București.
11. Todor, I. (2015), Psihologie generală. Suport de curs în format ID. Universitatea “1 Decembrie 1918” din Alba-Iulia
12. Zlate, M. (1999). Psihologia mecanismelor cognitive, Editura Polirom.
13. Zlate, M (2007). Introducere în psihologie (ed. a III-a), Editura Polirom.
14. Sterian, M., Nicoară, D. (2017). Psihologie generală. Editura Prouniversitaria

**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 (CPR), 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 extrase atât din literatura de specialitate, cât și din colaborările cu instituții de învățământ, inspectorate școlare și a documentelor oficiale privind dinamica activităților de consiliere și orientare în carieră în domeniul educațional.

**10. Evaluare**

| Tip activitate                                                                                                                                             | 10.1 Criterii de evaluare                                                                                                                 | 10.2 Metode de evaluare         | 10.3 Pondere din nota finală |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|------------------------------|
| 10.4 Curs                                                                                                                                                  | <i>Volumul și corectitudinea cunoștințelor</i><br><i>Rigoarea științifică</i><br><i>Organizarea conținutului</i><br><i>Originalitatea</i> | <i>Lucrare scrisă</i>           | 30%<br>10%<br>10%<br>10%     |
| 10.5 Seminar/laborator                                                                                                                                     | <i>Susținerea unui proiect</i><br><i>Participarea activă la seminarii</i>                                                                 | <i>Fișă de evaluare seminar</i> | 30%<br>10%                   |
| 10.6 Standard minim de performanță:<br>Promovarea examenului presupune obținerea notei minime 5 (cinci), urmând modul de calcul prezentat la punctul 10.3. |                                                                                                                                           |                                 |                              |

Data completării  
12.09.2024

Semnătura titularului de curs  
Lect.univ.dr. Nanu Cristina

Semnătura titularului de seminar  
Lect.univ.dr. Nanu Cristina

Data avizării în departament  
16.09.2024

Semnătura directorului de departament  
Conf.univ.dr. Maican Silvia-Ștefania