

FIȘA DISCIPLINEI

Teoria și metodologia consilierii școlare

Anul universitar 2025-2026

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea Babeș-Bolyai Cluj-Napoca
1.2. Facultatea	Facultatea de Psihologie și Științele educației
1.3. Departamentul	Științe ale Educației
1.4. Domeniul de studii	Științe ale Educației
1.5. Ciclul de studii	Master
1.6. Programul de studii / Calificarea	Consiliere școlară și în carieră
1.7. Forma de învățământ	Învățământ cu frecvență

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei		<i>Teoria și metodologia consilierii școlare</i>				Codul disciplinei	PMR4104
2.2. Titularul activităților de curs			Conf. univ. dr. Claudia Crișan				
2.3. Titularul activităților de seminar			Conf. univ. dr. Claudia Crișan				
2.4. Anul de studiu	1	2.5. Semestrul	1	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DA

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

3.1. Număr de ore pe săptămână	4	din care: 3.2. curs	2	3.3. seminar/ laborator/ proiect	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5. curs	28	3.6 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp pentru studiul individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)					44 ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe (AI)					22
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					10
Pregătire seminare/ laboratoare/ proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutoriat (consiliere profesională)					0
Examinări					2
Alte activități					0
3.7. Total ore studiu individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)				44	
3.8. Total ore pe semestru				100	
3.9. Numărul de credite				4	

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	Strategii de dezvoltare personală în învățământ primar și preșcolar, Psihologia dezvoltării și psihologia personalității
4.2. de competențe	Utilizarea operațională a conceptelor din sfera Psihologiei generale, Psihologiei personalității, Psihologia copilului

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	Condiții de învățare activă și interactivă, activități didactice desfășurate în spirit activizant, euristic, problematizant Sala dotată cu aparatură electronică (laptop, panou proiectie, proiector) acces internet
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului	Sala dotată cu aparatură electronică (laptop, panou proiectie, proiector) acces internet

6.1. Competențele specifice acumulate¹

Competențe profesionale/esențiale	CP1. Consilierea școlară și asistență psihopedagogică a elevilor. CP2. Gestionarea relației de consiliere (consilier școlar – persoană consiliată) CP3. Consilierea psihopedagogică a cadrelor didactice
Competențe transversale	CT1. Independență și responsabilitate profesională CT2. Dezvoltare profesională și personală continuă

6.2. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Studentul cunoaște și valorifică metode de comunicare verbală, non-verbală și paraverbală adaptate caracteristicilor persoanei consiliate. Studentul cunoaște și valorifică strategii de învățare pe tot parcursul vieții.
Aptitudini	Studentul este capabil să proiecteze activități de consiliere școlară și asistență psihopedagogică în vederea facilitării adaptării educabililor la cerințele școlii. Studentul este capabil să aplice metode și instrumente specifice de consiliere și orientare școlară și profesională a elevilor. Studentul este capabil să elaboreze și aplice programe de consiliere școlară și asistență psihopedagogică pentru recuperarea dificultăților de învățare ale elevilor. Studentul este capabil să aplice strategii de consiliere școlară pentru susținerea învățării eficiente și pentru formarea competențelor cheie. Studentul este capabil să utilizeze strategii de consiliere școlară pentru asigurarea stării de bine a elevilor Studentul este capabil să analizeze critic-constructiv problematicile fundamentale din domeniul consilierii școlare și al asistenței psihopedagogice.
Responsabilități și autonomie	Studentul realizează activități de conștientizare cu privire la importanța consilierii. Studentul acordă sprijin cadrelor didactice pentru dezvoltarea abilităților de comunicare și relaționare cu elevii și cu părinții acestora. Studentul are capacitatea de a organiza independent și responsabil programul de consiliere școlară și asistență psihopedagogică. Studentul are capacitatea de a lua decizii în mod independent și responsabil cu privire la obiectivele și prioritățile de consiliere școlară și asistență psihopedagogică. Studentul are capacitatea de a realiza analize reflexive și critice ale propriei activități profesionale

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Înțelegerea principalelor abordări teoretice din domeniul consilierii școlare și asimilarea unor tehnici și metode de lucru în realizarea de intervenții școlare
---------------------------------------	--

¹ Se poate opta pentru competențe sau pentru rezultatele învățării, respectiv pentru ambele. În cazul în care se alege o singură variantă, se va șterge tabelul aferent celeilalte opțiuni, iar opțiunea păstrată va fi numerotată cu 6.

7.2 Obiectivele specifice	• să utilizeze conceptele, teoriile și tehnicile specifice consilierii școlare, ca instrument pentru dezvoltarea individuală și a celorlalți; • să își formeze deprinderi de utilizare a tehnicilor și metodelor de lucru specifice activităților de consiliere educațională; • să își dezvolte abilități de proiectare a unor programe eficiente de consiliere educațională în școală; • să identifice și descrie elementele de diversitate cu relevanță pentru individualizarea intervențiilor educaționale.
----------------------------------	---

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Consilierea școlară: Definiție, obiective și importanță 1.1. Consilierea școlară delimitări conceptuale și obiective 1.2. Evoluția conceptului de consiliere școlară: de la orientare vocațională la suport emoțional 1.3. Rolul consilierii școlare	Expunerea Prelegerea interactivă Conversația euristică Explicația Reflecția individuală și colectivă	Valorificarea experienței de elev a studenților Valorificarea experienței didactice a studenților care lucrează în învățământ
2. Teorii aplicabile consilierii școlare 2.1. Teoria atașamentului 2.2. Teoria dezvoltării psihosociale 2.3. Teoria comportamentală 2.4. Teoria cognitiv-comportamentală 2.5. Teoria dezvoltării umaniste 2.6. Teoria sistemică 2.7. Teoria lui Jung	Expunerea Conversația euristică Explicația	Valorificarea experienței de elev a studenților Valorificarea experienței didactice a studenților care lucrează în învățământ
3. Etica în consilierea școlară 3.1. Principii etice fundamentale în consilierea școlară 3.2. Dileme etice frecvente în consilierea școlară 3.3. Relația consilier-elev-părinte și provocările etice asociate	Dezbateri Prelegerea interactivă Conversația euristică Explicația	Valorificarea experienței de elev a studenților Valorificarea experienței didactice a studenților care lucrează în învățământ
4. Consiliere individuală-tehnici, strategii, monitorizare 4.1. Consilierea individuală- delimitări conceptuale și caracteristici 4.2. Metode și tehnici de consiliere individuală 4.3. Evaluarea nevoilor de consiliere, planul de intervenție și monitorizarea	Dezbateri Prelegerea interactivă Conversația euristică Explicația Studiul de caz	Valorificarea experienței de elev a studenților Valorificarea experienței didactice a studenților care lucrează în învățământ
5. Consilierea școlară de grup- dinamica, eficiența și monitorizare 5.1. Consilierea școlară de grup – definiție și caracteristici 5.2. Structura consilierii de grup: Etapele dezvoltării unui grup 5.3. Beneficiile și limitele activităților de consiliere școlară de grup	Dezbateri Prelegerea interactivă Conversația euristică Explicația Studiul de caz	Valorificarea experienței de elev a studenților Valorificarea experienței didactice a studenților care lucrează în învățământ

Bibliografie

Anthony, R. (2019) *Secretele supreme ale încrederii depline în sine*. ACT și Politon
 Bârlogeanu, L. (2024) *Rătăciți prin labirint. Chipuri ale bătăturii și mântuirii în procesul terapeutic*. Herald
 Benga, A., Băban, A. & Opre, A. (2015) *Strategii de prevenție a problemelor de comportament*. ASCR
 Bersan, O.S. & Dumitru, A.L. (2023) *Consilierea privind cariera*. Polirom
 Branden, N. (2008) *Cei șase stâlpi ai încrederii în sine*. Amstra publishing
 Brown, P.C., Roediger, H.L. & Mc Daniel, M.A. (2021) *Învăț să înveți*. ASCR
 Burka, J.B. & Yuen, L.M. (2019) *Cum să nu întârzi. Tot ce trebuie să știi despre procrastinare*. Pholobia

Cantopher, T. (2020) *Cum să facem față persoanelor toxice*, Litera

Carnegie, D. (2018) *Cum să vorbim în public*. Curtea Veche

Cooper, S. (2000) *Alege cuvintele nu bâtele și pietrele. 7 metode prin care copilul tău să se descurce cu hărțuirea, conflictul și alte situații dificile*. TREI

David, D., Holdevici, I., Szamoskozi, S. & Băban, A. (2000) *Psihoterapie și hipnoterapie cognitiv-comportamentală*. Risoprint

Deniz, G. (2024) *Rușinea. Vocea, experiența și vindecarea rușinii în procesul terapeutic*. Herald

Elis, A. & MacLaren, C. (2018) *Terapia rațional-emoțională și comportamentală. Ghidul terapeutului*. ALL

Ellis, A. & Tafrate, R.C. (2017) *Cum să-ți controlezi furia înainte de a te controla ea pe tine*. TREI

Gallo, C. (2018) Vorbește ca la TED. *Cele 9 secrete ale vorbitului în public*. ACT și Polito

Ghica, V. (1998) *Ghid de consiliere și orientare școlară*, Polirom

Gibson, L. (2015) *Copiii adulți ai părinților imaturi emoțional*. Herald

Gilbert, P. (2020) *Compasiunea și mintea umană*, Curtea Veche Publishing

Greitens, E. (2020) *Reziliența. Înțelepciunea câștigată cu greu pentru a trăi o viață mai bună*. ACT și Politon

Holdevici, I. (2007) *Strategiile psihoterapiei cognitiv-comportamentală*, Dual Tech

Kismimi, I. & Koga, F. (2020) *Curajul de nu fi pe placul celorlalți*. Litera

Leahy, R. (2017) *Terapia centrată pe scheme emoționale*, ASCR

Levine, P.A., & Kline, M. (2017) *Cum îi ajutam pe copii să facă față traumelor. Ghidul părinților pentru a cultiva copiilor încrederea în sine, bucuria și reziliența*. Editura For You

Manes, S. (2002) *83 de jocuri psihologice pentru animarea grupurilor*. Polirom

Nelson-Jones, R. (2014) *Manual de consiliere. Învăț ce să spui ca să ajuti!* TREI

Opre, A., Benga, O. & Băban, A. (2015) *Managementul comportamentelor și optimizarea motivației pentru învățare*, ASCR

Petitcollin, C. (2020) *Copiii manipulatori. Cum îi protejăm?* Philobio

Rosenberg, M. (2014) *Comunicarea nonviolentă*. Ponte

Runkel, H. (2023) *Fără țipete*. Bookzoon

Salzgeber, J. (2019) *Cărticica stoicismului. Sfaturi de înțelepciune ca să devenim puternici, încrezători și calmi*. Humanitas

Schiraldi, G.R. (2017) *Manualul stimei de sine*. Curtea veche

Shapiro, L. (2016) *Inteligența emoțională a copiilor. Jocuri și recomandări pentru EQ ridicat*. Polirom

Stossel S. (2019) *Anxietatea*. Humanitas

Sweetland, D. & Stolberg, R. (2018) *Să-i învățăm pe copii să ghândească. Cum să crești un copil încrezător, independent și chibzuit în epoca gratificării imediate*. TREI

Ștefan, C. & Kallay, E. (2010) *Dezvoltarea competențelor emoționale și sociale la preșcolari. Ghid practic pentru părinți*. ASCR

Turda, E-S. (2023) *Formarea identității vocaționale la adolescenți*. Presa Universitară Clujeană

Witson, S. (2017) *Fenomenul bullying. 8 strategii pentru a-i pune capăt*. Herald

8.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
1. Importanța teoriei în practica consilierii școlare	Expunere interactivă, Analiză comparativă, Dezbateri	
2. Teoria atașamentului și influența stilului de atașament asupra relației elev-consilier	Studiu de caz, Joc de rol, Reflecție personală	Întocmire proiecte de consiliere școlară și susținerea acestora
3. Teoria dezvoltării psihosociale (Erikson) – Sprijinirea elevilor în etapele de criză	Lucru în echipă, Studiu de caz, Exerciții aplicative	Întocmire proiecte de consiliere școlară și susținerea acestora
4. Teoria comportamentală – Aplicarea principiilor de învățare în consilierea elevilor	Demonstrația Analiză de scenarii, Exercițiu	Întocmire proiecte de consiliere școlară și susținerea acestora
5. Teoria comportamentală – Aplicarea principiilor de învățare în consilierea elevilor	Demonstrația Analiză de scenarii, Exercițiu	Întocmire proiecte de consiliere școlară și susținerea acestora
6. Identificarea teoriei potrivite pentru un caz concret de consiliere școlară	Simulare, Lucru în echipă, Studiu de caz	Întocmire proiecte de consiliere școlară și susținerea acestora
7. Dileme etice în consilierea școlară	Dezbateri, Analiza unor situații concrete, Exerciții de reflecție	
8. Planul de intervenție și monitorizarea progresului în consilierea individuală	Simulare, Analiză de documente	Întocmire proiecte de consiliere școlară și susținerea acestora

9. Beneficiile și limitele consilierii de grup în școală	Dezbateri, Analiză comparativă, Interviuri cu specialiști	
Bibliografie Anthony, R. (2019) <i>Secretele supreme ale încrederii depline în sine</i>. ACT și Politon Bârlogeanu, L. (2024) <i>Rătăciți prin labirint. Chipuri ale bătăturii și mântuirii în procesul terapeutic</i>. Herald Benga, A., Băban, A. & Opre, A. (2015) <i>Strategii de prevenție a problemelor de comportament</i>. ASCR Bersan, O.S. & Dumitru, A.L. (2023) <i>Consilierea privind cariera</i>. Polirom Branden, N. (2008) <i>Cei șase stâlpi ai încrederii în sine</i>. Amstra publishing Brown, P.C., Roediger, H.L. & Mc Daniel, M.A. (2021) <i>Învăță să înveți</i>. ASCR Burka, J.B. & Yuen, L.M. (2019) <i>Cum să nu întârzi. Tot ce trebuie să știi despre procrastinare</i>. Pholobia Cantopher, T. (2020) <i>Cum să facem față persoanelor toxice</i>, Litera Carnegie, D. (2018) <i>Cum să vorbim în public</i>. Curtea Veche Cooper, S. (2000) <i>Alege cuvintele nu bâtele și pietrele. 7 metode prin care copilul tău să se descurce cu hărțuirea, conflictul și alte situații dificile</i>. TREI David, D., Holdevici, I., Szamoskozi, S. & Băban, A. (2000) <i>Psihoterapie și hipnoterapie cognitiv-comportamentală</i>. Risoprint Deniz, G. (2024) <i>Rușinea. Vocea, experiența și vindecarea rușinii în procesul terapeutic</i>. Herald Elis, A. & MacLaren, C. (2018) <i>Terapia rațional-emoțională și comportamentală. Ghidul terapeutului</i>. ALL Ellis, A. & Tafrate, R.C. (2017) <i>Cum să-ți controlezi furia înainte de a te controla ea pe tine</i>. TREI Gallo, C. (2018) Vorbește ca la TED. <i>Cele 9 secrete ale vorbitului în public</i>. ACT și Polito Ghica, V. (1998) <i>Ghid de consiliere și orientare școlară</i>, Polirom Gibson, L. (2015) <i>Copiii adulți ai părinților imaturi emoțional</i>. Herald Gilbert, P. (2020) <i>Compașiunea și mintea umană</i>, Curtea Veche Publishing Greitens, E. (2020) <i>Reziliența. Înțelepciunea câștigată cu greu pentru a trăi o viață mai bună</i>. ACT și Politon Holdevici, I. (2007) <i>Strategiile psihoterapiei cognitiv-comportamentală</i>, Dual Tech Kismimi, I. & Koga, F. (2020) <i>Curajul de nu fi pe placul celorlalți</i>. Litera Leahy, R. (2017) <i>Terapia centrată pe scheme emoționale</i>, ASCR Levine, P.A., & Kline, M. (2017) <i>Cum îi ajutam pe copii să facă față traumelor. Ghidul părinților pentru a cultiva copiii încrederea în sine, bucuria și reziliența</i>. Editura For You Manes, S. (2002) <i>83 de jocuri psihologice pentru animarea grupurilor</i>. Polirom Nelson-Jones, R. (2014) <i>Manual de consiliere. Învăță ce să spui ca să ajuți!</i> TREI Opre, A., Benga, O. & Băban, A. (2015) <i>Managementul comportamentelor și optimizarea motivației pentru învățare</i>, ASCR Petitcollin, C. (2020) <i>Copiii manipulatori. Cum îi protejăm?</i> Philobio Rosenberg, M. (2014) <i>Comunicarea nonviolentă</i>. Ponte Runkel, H. (2023) <i>Fără țipete</i>. Bookzoon Salzgeber, J. (2019) <i>Cărticica stoicismului. Sfaturi de înțelepciune ca să devenim puternici, încrezători și calmi</i>. Humanitas Schiraldi, G.R. (2017) <i>Manualul stimei de sine</i>. Curtea veche Shapiro, L. (2016) <i>Inteligența emoțională a copiilor. Jocuri și recomandări pentru EQ ridicat</i>. Polirom Stossel S. (2019) <i>Anxietatea</i>. Humanitas Sweetland, D. & Stolberg, R. (2018) <i>Să-i învățăm pe copii să ghândească. Cum să crești un copil încrezător, independent și chibzuit în epoca gratificării imediate</i>. TREI Ștefan, C. & Kallay, E. (2010) <i>Dezvoltarea competențelor emoționale și sociale la preșcolari. Ghid practic pentru părinți</i>. ASCR Turda, E-S. (2023) <i>Formarea identității vocaționale la adolescenți</i>. Presa Universitară Clujeană Witson, S. (2017) <i>Fenomenul bullying. 8 strategii pentru a-i pune capăt</i>. Herald		

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

- aplicarea teoriei și a metodologiei consilierii școlare în instituțiile de învățământ și/sau în alte instituții care solicită consiliere educațională
- promovarea atitudinilor pozitive și de colaborare în contexte educative
- asigurarea voluntariatului pe domeniul consilierii școlare

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Corectitudinea răspunsurilor Realizarea conexiunilor interdisciplinare	Examen scris	50%
	Cantitatea și calitatea cunoștințelor însușite Coerența și unitatea informațiilor prezentate în cadrul temei dezbătute Originalitatea abordării temei și a materialelor de lucru propuse		
10.5 Seminar/laborator	Structurarea clară și detaliată a planului Calitatea justificării teoretice Adaptarea metodelor la specificul elevilor de gimnaziu Creativitate și aplicabilitate practică Metodă de evaluare clară și relevantă	Portofoliu activități individuale	50%
10.6 Standard minim de performanță			
• analiză comparativă a tipurilor de consiliere • abordarea unor situații de consiliere școlară, traducând în termeni comportamentali atitudinile și abilitățile de bază ale consilierului • elaborarea proiectului de consiliere școlară în concordanță cu criteriile impuse			

11. Etichete ODD (Obiective de Dezvoltare Durabilă / Sustainable Development Goals)²

 Eticheta generală pentru Dezvoltare durabilă								
								

² Păstrați doar etichetele care, în conformitate cu [Procedura de aplicare a etichetelor ODD în procesul academic](#), se potrivesc disciplinei și ștergeți-le pe celelalte, inclusiv eticheta generală pentru Dezvoltare durabilă - dacă nu se aplică. Dacă nicio etichetă nu descrie disciplina, ștergeți-le pe toate și scrieți "Nu se aplică".

Data completării:
Aprilie 2025

Semnătura titularului de curs

Conf. Univ. Dr. Crișan Claudia

Semnătura titularului de seminar

Conf. Univ. Dr. Crișan Claudia .

Data avizării în departament:

...

Semnătura directorului de departament

.....