

FIȘA DISCIPLINEI

Dezvoltarea abilităților non-cognitive la copii și adolescenți

Anul universitar 2025-2026

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea Babeș-Bolyai din Cluj Napoca
1.2. Facultatea	Psihologie și științele educației
1.3. Departamentul	Științe ale educației
1.4. Domeniul de studii	Științe ale educației
1.5. Ciclul de studii	Licență
1.6. Programul de studii / Calificarea	Pedagogie
1.7. Forma de învățământ	Învățământ cu frecvență

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei		Dezvoltarea abilităților non-cognitive la copii și adolescenți				Codul disciplinei	PLR4440
2.2. Titularul activităților de curs					Conf. univ. dr. Dana Opre		
2.3. Titularul activităților de seminar					Conf. univ. dr. Dana Opre		
2.4. Anul de studiu	3	2.5. Semestrul	1	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	D obligatorie

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

3.1. Număr de ore pe săptămână	3	din care: 3.2. curs	2	3.3. seminar/ laborator/ proiect	1
3.4. Total ore din planul de învățământ	42	din care: 3.5. curs	28	3.6 seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp pentru studiul individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)					ore
3.5.1. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe (AI)	25				
3.5.2. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	10				
3.5.3. Pregătire seminare/ laboratoare/ proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri	13				
3.5.4. Tutoriat (consiliere profesională)	7				
3.5.5. Examinări	2				
3.5.6. Alte activități	1				
3.7. Total ore studiu individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)				58	
3.8. Total ore pe semestru				100	
3.9. Numărul de credite				4	

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	Psihologie generală, Psihologia educației
4.2. de competențe	Capacitatea de transfer și adaptare a cunoștințelor de psihologie și pedagogie la diverse categorii de situații întâlnite în practica educațională

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	Sala de curs cu minim 50 locuri, calculator si videoproiector, tablă,
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului	Sala de curs cu minim 25 locuri, calculator si videoproiector, tablă, flipchart, instrumente de scris

6. Competențele specifice acumulate¹

Competențe profesionale/esențiale	• Designul programelor educaționale • Managementul și implementarea proiectelor educaționale • Managementul clasei de elevi și al grupei de preșcolari
Competențe transversale	• Comunicarea și cooperarea în contexte profesionale • Dezvoltarea și managementul carierei

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Studentii vor putea identifica, înțelege și aplica strategii educaționale eficiente pentru cultivarea abilităților non-cognitive (precum constientizarea de sine, autoreglarea emoțională, luarea deciziilor, rezolvarea de probleme, abilitățile de comunicare) în contexte educaționale și sociale, contribuind astfel la dezvoltarea holistică a elevilor.
7.2 Obiectivele specifice	Identificarea abilităților non-cognitive – Studentii vor putea descrie și explica conceptele de constientizare de sine, autoreglare emoțională, luare a deciziilor, rezolvare de probleme și abilități de comunicare, evidențiind importanța acestora în dezvoltarea copiilor și adolescenților. Analiza impactului acestor abilități în educație și viața socială – Studentii vor putea evalua modul în care abilitățile non-cognitive influențează succesul academic, relațiile sociale și bunăstarea emoțională a elevilor, utilizând exemple practice și studii de caz. Aplicarea strategiilor educaționale – Studentii vor putea selecta și implementa metode și tehnici pedagogice care favorizează dezvoltarea abilităților non-cognitive la elevi, adaptându-le la diferite contexte educaționale și vârste. Dezvoltarea intervențiilor personalizate – Studentii vor putea proiecta activități și programe specifice pentru a sprijini dezvoltarea acestor abilități în funcție de nevoile individuale ale elevilor, luând în considerare diversitatea acestora.

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Abilitățile noncognitive – definire și modele	Prelegerea interactivă, dezbateri, învățarea în echipă, expunerea orală, brainstorming.	
2. Caracteristici ale dezvoltării abilităților non-cognitive la copii	Prelegerea interactivă, dezbateri, învățarea în echipă, expunerea orală, brainstorming.	

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.

3. Caracteristici ale dezvoltării abilităților non-cognitive la adolescenți	Prelegerea interactivă, dezbateri, învățarea în echipă, expunerea orală, brainstorming.	
4. Conștientizarea sinelui – aspecte teoretice, componente, strategii de dezvoltare	Prelegerea interactivă, dezbateri, învățarea în echipă, expunerea orală, brainstorming.	Vor fi alocate 2 întâlniri de curs pentru analiza tuturor subcomponentelor
5. Reglarea emoțională - aspecte teoretice, componente, strategii de dezvoltare	Prelegerea interactivă, dezbateri, învățarea în echipă, expunerea orală, brainstorming.	Vor fi alocate 2 întâlniri de curs pentru analiza tuturor subcomponentelor
6. Abilitățile sociale - aspecte teoretice, componente, strategii de dezvoltare	Prelegerea interactivă, dezbateri, învățarea în echipă, expunerea orală, brainstorming.	Vor fi alocate 2 întâlniri de curs pentru analiza tuturor subcomponentelor
7. Relațiile sociale și eficiența în comunicare - aspecte teoretice, componente, strategii de dezvoltare	Prelegerea interactivă, dezbateri, învățarea în echipă, expunerea orală, brainstorming.	Vor fi alocate 2 întâlniri de curs pentru analiza tuturor componentelor
8. Luarea deciziilor - aspecte teoretice, componente, strategii de dezvoltare	Prelegerea interactivă, dezbateri, învățarea în echipă, expunerea orală, brainstorming.	Vor fi alocate 2 întâlniri de curs pentru analiza tuturor componentelor
9. Politici de promovare a abilităților non-cognitive în educație	Prelegerea interactivă, dezbateri, învățarea în echipă, expunerea orală, brainstorming.	

Bibliografie

Bibliografie

Ellis, A.; Bernard, M., (2003), *Terapia rational-emoțională și comportamentală în tulburările copilului și adolescentului*, Romanian Psychological testing Services, Cluj Napoca.

Opre, D. (2020). Factori non-cognitivi ai succesului școlar. În *Sinteze de pedagogie generală*, coord. Albulescu, I., Catalano, H., DPH, București.

Opre, A. , Buzgar, R. (2019). SELF kit: program de consiliere rational- emotiva si comportamentala. In Enea V. *Interventii psihologice in scoala. Manualul consilierului școlar* Polirom, 2019.

Opre, A. (coord și autor). (2018). *Dezvoltarea abilităților socio –emoționale în copilărie și adolescență*. Ed. Alpha, MDN, București.

Bibliografie opțională:

Knaus, W. (2004). Rational Emotive Education: Trends and directions. *Romanian Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies*, 4 (1), 8-22.

Opre, A., 2012 (coord) , Damian, L., Ghimbuț, O., Gibă, R., Macavei, B., Ormenișan-calbaza, M., Rebeș, O., Vaida, S. (2010). *Lumea lui SELF. Povești pentru dezvoltarea socio-emoțională a copiilor preșcolari*. Editura ASCR

Vernon, A. (2004). *Consilierea în școală: dezvoltarea inteligenței emoționale prin educație rațional-emoțională și comportamentală*. Cluj-Napoca: Editura ASCR.

Waters, V. (2003). *Povești raționale pentru copii*. Cluj-Napoca: Editura ASCR.

!!! Notă: din lucrările menționate mai sus, este obligatorie parcurgerea doar a capitolelor aferente temelor predate la curs și seminar.

8.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
1. Modelul Casel – de dezvoltare a abilităților non-cognitive	Învățarea dirijată, munca în grup, brainstorming, învățarea prin descoperire, studiul de caz, joc de rol.	
2. Profilul dezvoltării cognitive și morale la școlari și preșcolari	Învățarea dirijată, munca în grup, brainstorming, învățarea prin descoperire, studiul de caz, joc de rol.	
3. Profilul dezvoltării cognitive și morale la adolescenți	Învățarea dirijată, munca în grup, brainstorming, învățarea prin descoperire, studiul de caz, joc de rol.	
4. Activități aplicative de dezvoltare a abilității de conștientizare a sinelui – înțelegerea relației gânduri-emoție-comportament	Învățarea dirijată, munca în grup, brainstorming, învățarea prin descoperire, studiul de caz, joc de rol.	
5. Activități aplicative de dezvoltare a abilității de conștientizare a sinelui – încrederea de sine, autoeficacitatea percepută	Învățarea dirijată, munca în grup, brainstorming, învățarea prin descoperire, studiul de caz, joc de rol.	
6. Activități aplicative de dezvoltare a abilității de reglare emoțională – managementul stresului	Învățarea dirijată, munca în grup, brainstorming, învățarea prin descoperire, studiul de caz, joc de rol.	
7. Activități aplicative de dezvoltare a abilității de reglare emoțională – auto-motivarea	Învățarea dirijată, munca în grup, brainstorming, învățarea prin descoperire, studiul de caz, joc de rol.	
8. Activități aplicative de dezvoltare a abilităților sociale	Învățarea dirijată, munca în grup, brainstorming, învățarea prin descoperire, studiul de caz, joc de rol.	
9. Activități aplicative de dezvoltare a abilității de luare a deciziilor	Învățarea dirijată, munca în grup, brainstorming, învățarea prin descoperire, studiul de caz, joc de rol.	
10. Analiza și acordarea feedbackului la proiectele realizate și prezentate de studenți. Reflexii asupra învățării.	Proiectul, simularea.	Se alocă ultimele 4 întâlniri pentru analiza de proiecte

Bibliografie

Ellis, A.; Bernard, M., (2003), Terapia rational-emozivă si comportamentală în tulburările copilului si adolescentului, Romanian Psychological testing Services, Cluj Napoca.

Opre, D. (2020). Factori non-cognitivi ai succesului școlar. În Sinteze de pedagogie generală, coord. Albulescu, I., Catalano, H., DPH, București.

Opre, A. , Buzgar, R. (2019). SELF kit: program de consiliere rational- emotiva si comportamentala. In Enea V. Interventii psihologice in scoala. Manualul consilierului scolar Polirom, 2019.

Opre, A. (coord si autor). (2018). Dezvoltarea abilitatilor socio –emotioanle in copilarie si adolescenta. Ed. Alpha, MDN, Bucuresti.

Bibliografie opțională:

Knaus, W. (2004). Rational Emotive Education: Tends and directions. *Romanian Journal of Cognitive and Behavioral*

Psychotherapies, 4 (1), 8-22.

Opre, A., 2012 (coord) , Damian, L., Ghimbuluț, O., Gibă, R., Macavei, B., Ormenișan-calbaza, M., Rebega, O., Vaida, S. (2010). *Lumea lui SELF. Povești pentru dezvoltarea socio-emoțională a copiilor preșcolari*. Editura ASCR

Vernon, A. (2004). *Consilierea în școală: dezvoltarea inteligenței emoționale prin educație rațional-emoțională și comportamentală*. Cluj-Napoca: Editura ASCR.

Waters, V. (2003). *Povești raționale pentru copii*. Cluj-Napoca: Editura ASCR.

!!! Notă: din lucrările menționate mai sus, este obligatorie parcurgerea doar a capitolelor aferente temelor predate la curs și seminar.

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

Temele de curs și seminar propuse sunt subiecte de actualitate în cercetarea fundamentală și aplicativă din domeniul psihologiei, iar abordarea lor în cadrul acestei discipline se bazează pe rezultatele recente din literatura de specialitate. De asemenea, tematica disciplinei acoperă conceptele majore relevante pentru aplicațiile psihologiei cerute pe piața muncii și pentru standardele comunității profesionale.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Modul de analiză, sinteză și integrare a informației teoretice	Examen scris	60 %
10.5 Seminar/laborator	Modul de analiză, sinteză și transfer a cunoștințelor teoretice în aplicații practice	Proiect	40 %
10.6 Standard minim de performanță			
• Condițiile simultane, pentru promovarea examenului Dezvoltarea abilităților non cognitive la copii și adolescenți sunt: - Minim 3 puncte la examenul scris din cele 6 puncte maxim posibile - Minim 5 puncte din nota finală (punctaj reunit: proiect și examen)			

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

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".

	Eticheta generală pentru Dezvoltare durabilă							
								

Data completării:
21. 03. 2025

Semnătura titularului de curs

Semnătura titularului de seminar



Data avizării în departament:
---Aprilie 2025

Semnătura directorului de departament

