

FIȘA DISCIPLINEI
1. Date despre program

Facultatea	Facultatea de Istorie, Geografie și Științe Sociale
Departamentul	Departamentul de Științe Umane și Social-Politice
Domeniul de studii	Sociologie
Ciclul de studii	Licență
Programul de studii	Asistență Socială

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	Tehnici și abilități academice		
Anul de studiu	2	Semestrul	3
		Tipul de evaluare	C
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DF - fundamentală, DS - de specializare, DC – complementară		DC
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DOB – obligatorie, DOP – opțională, DFA - facultativă		DOP

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

I a) Număr de ore pe săptămână	2	Curs	1	Seminar	1	Laborator/ Lucrări practice		Proiect	
I b) Totalul de ore pe semestru din planul de învățământ	28	Curs	1	Seminar	1	Laborator/ Lucrări practice		Proiect	

Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiu individual	10
II.b) Tutoriat (pentru ID)	
III. Examinări	2
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual (II.a+II.b+III)	12
Total ore pe semestru (I.b+II.a+II.b+III+IV)	40
Numărul de credite	3

4. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale/generale	CP1. Abordează problemele în mod critic CP3. Evaluează impactul social al acțiunilor asupra utilizatorilor de servicii
Competențe transversale	CT1. Își asumă responsabilitatea

5. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Aptitudini	Responsabilitate și autonomie
C5.Studentul/Absolventul identifică metodele și tehnicile adecvate de comunicare cu beneficiarii.	A5.Studentul/Absolventul monitorizează și evaluează intervenția la nivel individual, de grup sau comunitar.	R5.Studentul/Absolventul promovează drepturile omului și incluziunea socială.

6. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

Obiectivul general al disciplinei	Însușirea și aplicarea tehnicilor și abilităților academice
-----------------------------------	---

7. Conținutul predării și învățării

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Citire, comunicare, dezbateri, cercetare, managementul emoțiilor	2	Prezentare, exemplificare	
Prezentare persuasivă și informativă	2	Prezentare, exemplificare	
Metode de creștere a creativității prin comunicare	2	Prezentare, exemplificare	
Dimensiuni ale lecturii	2	Prezentare, exemplificare	
Instrumente ale lecturii; dicționare, enciclopedii, studii	2	Prezentare, exemplificare	
Elemente de etică a cercetării sociale	2	Prezentare, exemplificare	
Tipuri de analiză a comunicării	2	Prezentare, exemplificare	
Bibliografie minimală recomandată			
<ul style="list-style-type: none"> • Abric, J.-C., Psihologia comunicării, Ed. Polirom, Iași, 2002 • Adler, J.M., Van Doren, C., Cum se citește o carte, Ed. Paralela 45, Pitești, 2014 • Cismaru, D.-M., Comunicarea internă în organizații, Ed. Tritonic, București, 2008 • Milu, M., Psihologia relațiilor interpersonale, Ed. Polirom, Iași, 2008 • Constantin, A., Conflictul interpersonal, Ed. Polirom, Iași, 2018 • Pânișoară, I.-O., Ghidul profesorului, Ed. Polirom, Iași, 2017 • Pânișoară, I.-O., Comunicarea eficientă, Ed. Polirom, Iași, 2008 • Zlate, M., Tratat de psihologie organizațional-managerială, Ed. Polirom, Iași, 2008 (coord. Moscovici, S., Buschini, F) Metodologia științelor socioumane, Ed. Polirom, Iași, 2007			

Aplicații (seminar / laborator / lucrări practice / proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Ascultarea activă	2	Exemplificare, dezbateri	
Cititul activ, CV-ul, Interviu	2	Exemplificare, dezbateri	
Dezbateri; redactarea unui text științific	2	Exemplificarea, dezbateri	
Tipuri de interlocutor	2	Exemplificarea, dezbateri	
Stiluri și interacțiuni de comunicare	2	Exemplificarea, dezbateri	
A critica în mod corect	2	Exemplificarea, dezbateri	
Climat suportiv și consiliere	2	Exemplificarea, dezbateri	
Bibliografie minimală recomandată			
<ul style="list-style-type: none"> • Adler, J.M., Van Doren, C., Cum se citește o carte, Ed. Paralela 45, Pitești, 2014 • Cismaru, D.-M., Comunicarea internă în organizații, Ed. Tritonic, București, 2008 			

8. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Acumularea cunoștințelor și prezentarea corectă a tehnicilor academice	Examinare în scris	50%
Seminar	Participarea la dezbateri, redactarea de proiecte	Evaluare pe parcurs	50%

Laborator/ Lucrări practice			
Proiect			

Data completării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de curs	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de aplicație
18.09.2025	Lector univ.dr. Cernica Niadi-Corina	Lector univ. Cernica Niadi-Corina

Data avizării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura responsabilului de program
	Conferențiar univ.dr. Cristina Cormoș

Data avizării în departament	Grad didactic, nume, prenume, semnătura directorului de departament
	Profesor univ.dr. Gheorghe Onișoru

Data aprobării în consiliul facultății	Grad didactic, nume, prenume, semnătura decanului
	Profesor univ.dr. Florin Pintescu