

FIȘA DISCIPLINEI

Anul universitar 2026 - 2027

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea "Tibiscus" din Timișoara
1.2. Facultatea	de Psihologie
1.3. Departament	Psihologie
1.4. Domeniul de studiu	Psihologie
1.5. Ciclul de studii ¹	Licență
1.6. Specializarea	Psihologie

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Laborator de comunicare (Practică profesională)	Cod	LPS116
2.2. Titular activități de curs	-		
2.3. Titular activități practice	Asist. Univ. Drd. Hohn Alex-Armand		
2.4. An de studiu ²	1	2.5. Semestrul ³	1
2.6. Tipul de evaluare ⁴	C		
2.7. Regimul disciplinei ⁵	DO	2.8. Categoria formativă a disciplinei ⁶	DC

3. Timpul total estimat

3.1. Extinderea disciplinei în planul de învățământ – număr de ore pe săptămână					
3.1.a. Curs	3.1.b. Seminar	3.1.c. Laborator	3.1.d. Proiect	3.1.e Alte	Total
		2			2
3.2. Extinderea disciplinei în planul de învățământ – Total ore din planul de învățământ					
3.2.a. Curs	3.2.b. Seminar	3.2.c. Laborator	3.2.d. Proiect	3.2.e Alte	Total ⁷
		28			28
Distribuția fondului de timp pentru studiu individual ⁸					Nr. ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					4

¹ Licență / Master

² 1-4 pentru licență, 1-2 pentru master

³ 1-8 pentru licență, 1-3 pentru master

⁴ Examen, colocviu sau VP A/R – din planul de învățământ

⁵ Regim disciplină: O=Disciplină obligatorie; A=Disciplină opțională; U=Facultativă

⁶ Categoria formativă: S=Specialitate; F=Fundamentală; C=Complementară; I=Asistată integral; P=Asistată parțial; N=Neasistată

⁷ Este egal cu 14 săptămâni x numărul de ore de la punctul 3.1 (similar pentru 3.2.a.b.c.)

⁸ Liniile de mai jos se referă la studiul individual; totalul se completează la punctul 3.37.

Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	4
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	8
Tutoriat ⁹	4
Examinări ¹⁰	2
3.3. Total ore alocate studiului individual¹¹ (NOSIsem)	22
3.4. Total ore din Planul de învățământ (NOADsem)	28
3.5. Total ore pe semestru¹² (NOADsem + NOSIsem)	50
3.6. Nr ore / ECTS	25
3.7. Număr de credite¹³	2

⁹ Între 7 și 14 ore

¹⁰ Între 2 și 6 ore

¹¹ Suma valorilor de pe liniile anterioare, care se referă la studiul individual.

¹² Suma (3.5.) dintre numărul de ore de activitate didactică directă (NOAD) și numărul de ore de studiu individual (NOSI) trebuie să fie egală cu numărul de credite alocate disciplinei (punctul 3.7) x nr. ore pe credit (3.6.). De asemenea, se recomandă ca numărul orelor de studiu individual să fie cel puțin egal cu cel al orelor de pregătire universitară formată din ore didactice

¹³ Numărul de credit se calculează după formula următoare și se rotunjește la valori vecine întregi (fie prin micșorare fie prin majorare)

$$\text{Nr.credite} = \text{NOCpSpD} \times \text{CC} + \text{NOApSpD} \times \text{CA} + \text{TOCpSdP} \times \text{CC} + \text{TOApSdP} \times \text{CA} \times 30 \text{ credite}$$

Unde:

- NOCpSpD = Număr ore curs/săptămână/disciplina pentru care se calculează creditele
- NOApSpD = Număr ore aplicații (sem./lab./pro.)/săptămână/disciplina pentru care se calculează creditele
- TOCpSdP = Număr total ore curs/săptămână din plan
- TOApSdP = Număr total ore aplicații (sem./lab./pro.)/săptămână din plan
- CC/CA = Coeficienți curs/aplicații calculate conform tabelului

Coeficienți

Curs

Aplicații (S/L/P)

Licență

2

1

Master

2,5

1,5

Licență lb. străină

2,5

1,25

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. Discipline necesare a fi promovate anterior (de curriculum) ¹⁴	- Nu este cazul
4.2. Competențe	Competențe profesionale: (în concordanță cu grila 1 și 2 RNCIS) CP4. Evaluarea psihologică a individului, grupului și organizației Competențe transversale: (în concordanță cu grila 1 și 2 RNCIS) CT1. Exercițierea sarcinilor profesionale conform principiilor deontologice specifice în exercitarea profesiei. CT3. Autoevaluarea nevoilor de formare continuă în vederea adaptării competențelor profesionale la dinamica contextului social.

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. De desfășurare a cursului ¹⁵	-
5.2. De desfășurare a activităților practice (lab/sem/pr/aplic) ¹⁶	Sală care permite rearanjarea mobilierului (dispunere în cerc, lucru în grupuri mici, jocuri de rol); calculator, videoproiector și sistem audio pentru vizionarea secvențelor video; acces la internet; platformă online.

6. Rezultate ale învățării ¹⁷

Nr. Ctr.	Rezultate ale învățării		Repartizare credite pe rezultatele învățării
CF2	Cunoștințe	Studentul/Absolventul: a) descrie componentele procesului de comunicare (verbală, paraverbală, nonverbală) și rolul acestora în relaționarea profesională; b) explică principiile ascultării active, ale comunicării empatice și asertive și ale feedback-ului constructiv; c) identifică principalele blocaje în comunicare și modalitățile de gestionare a conflictelor.	1
	Aptitudini	Studentul/Absolventul: a) aplică tehnici de ascultare activă, comunicare empatică și asertivă în interacțiuni simulate, sub supervizare; b) oferă și primește feedback constructiv în cadrul activităților de grup; c) analizează situații concrete de comunicare, identificând indiciile verbale, paraverbale și nonverbale și propunând alternative de comunicare eficiente; d) adaptează limbajul și strategiile de comunicare în funcție de interlocutor și de context (academic,	

¹⁴ Se menționează disciplinele obligatoriu a fi promovate anterior sau echivalente

¹⁵ Tablă, videoproiector, flipchart, materiale didactice specifice, platforme on-line etc.

¹⁶ Tehnică de calcul, pachete software, standuri experimentale, platforme on-line etc.

¹⁷ Rezultatele învățării se vor menționa în funcție de standardele specifice ale Comisiilor de specialitate ARACIS (<https://www.aracis.ro/ghiduri/>)

		profesional).	
	Responsabilitate și autonomie	Studentul/Absolventul: a) cooperează eficient în echipe de lucru, asumându-și roluri specifice; b) manifestă respect, empatie și deschidere față de opiniile celorlalți și față de diferențele individuale și culturale; c) respectă normele deontologice ale profesiei de psiholog în comunicarea cu beneficiarii (confidențialitate, consimțământ informat, limitele competenței).	
CF3	Cunoștințe	Studentul/Absolventul: a) descrie organizarea studiilor universitare și cadrul legal și profesional al profesiei de psiholog în România (Legea nr. 213/2004, Colegiul Psihologilor din România, atestare, formare profesională continuă); b) identifică principalele baze de date și tipuri de surse științifice din psihologie; c) explică regulile de citare și redactare academică conform standardelor APA (ediția a 7-a) și principiile integrității academice.	1
	Aptitudini	Studentul/Absolventul: a) caută, selectează și citește critic surse științifice relevante; b) redactează o lucrare academică, cu citarea corectă a surselor conform standardelor APA; c) prezintă în fața grupului, structurat și argumentat, un conținut de specialitate.	
	Responsabilitate și autonomie	Studentul/Absolventul: a) lucrează independent, cu minimă îndrumare, pentru obținerea informațiilor necesare îndeplinirii unei sarcini; b) reflectează asupra propriilor progrese și nevoi de formare, în raport cu obiectivele de dezvoltare personală și profesională; c) utilizează responsabil și transparent instrumentele digitale și de inteligență artificială în activitatea academică.	
Total credite			2

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

7.1. Obiectivul general al disciplinei	➤ Dezvoltarea, prin activități practice și experiențiale în grup, a abilităților de comunicare și relaționare interpersonală necesare viitorului psiholog, însoțită de familiarizarea studenților cu cadrul academic (organizarea studiilor, elaborarea lucrărilor științifice după standardele APA, integritatea academică) și cu cadrul profesional și deontologic al profesiei de psiholog în România.	•
7.2. Obiectivele specifice	➤ Formarea și dezvoltarea grupului de lucru; exersarea autocunoașterii și a intercunoașterii prin comunicare;	▪

	➤ Exersarea ascultării active, a comunicării empatică și asertive și a oferirii și primirii de feedback constructiv; ➤ Dezvoltarea abilităților de gestionare a conflictelor și de lucru în echipă; exersarea prezentării în fața unui grup; ➤ Cunoașterea organizării studiilor universitare și a drepturilor și obligațiilor studentului; ➤ Căutarea, selectarea și citirea critică a surselor științifice din psihologie; ➤ Elaborarea unei lucrări academice și aplicarea corectă a standardelor APA de citare și redactare; ➤ Cunoașterea și respectarea principiilor integrității academice; ➤ Cunoașterea cadrului legal și deontologic al profesiei de psiholog (Legea nr. 213/2004, Colegiul Psihologilor din România, Codul deontologic).
--	---

8. Conținuturi

8.1. Curs	Metode de predare	Observații
-	-	-

8.2. Seminar/laborator	Metode de predare	Observații
1. Formarea grupului: prezentări, regulile și contractul de grup, obiectivele laboratorului și modalitatea de evaluare. Etapele dezvoltării unui grup.	Exerciții de cunoaștere și de „spargere a gheții”, discuție în grup.	2 ore Tuckman, B. W., (1965), Developmental sequence in small groups Integral
2. Primii pași în viața academică: organizarea studiilor, drepturile și obligațiile studentului, platforma de e-learning, comunicarea formală cu cadrele didactice.	Quiz pe echipe, exercițiu de redactare a unui e-mail formal, joc de rol.	2 ore Codul drepturilor și obligațiilor studentului (UTT); Regulamentul privind activitatea profesională a studenților (UTT) Integral
3. Autocunoaștere și intercunoaștere prin comunicare (fereastra Johari). Comunicarea verbală, paraverbală și nonverbală.	Exerciții experiențiale, joc de rol, discuție în grup.	2 ore Turk, C., (2009), Comunicarea eficientă Pag. 242-275 Collett, P., (2011), Cum putem citi gândurile oamenilor din acțiunile lor Pag. 11-31; 178-197
4. Ascultarea activă și empatia: întrebări deschise, parafrază, reflectare, rezumare; comunicarea empatică.	Exerciții în triade (vorbitor – ascultător – observator), joc de rol.	2 ore Rosenberg, M. B., (2015), Comunicarea nonviolentă Pag. 137-180
5. Feedback-ul și asertivitatea: cum oferim și primim	Exerciții experiențiale,	2 ore Goleman, D., (2018), Inteligența emoțională Pag. 197-211

feedback; stiluri de comunicare; comunicarea nonviolentă.	joc de rol, discuție în grup.	Pânișoară, I.-O., (2006), Comunicarea eficientă Pag. 51-63
6. Conflictul, negocierea și lucrul în echipă: blocaje în comunicare, negocierea de tip câștig-câștig, roluri în grup.	Joc de rol, simulare de negociere, sarcini de grup.	2 ore Kohlrieser, G., (2007), Soluționarea conflictelor și creșterea performanței Capitolele 5-7
7. Vorbitul în public și prezentarea academică: structura unei prezentări, suportul vizual, susținerea unui referat.	Prezentări scurte individuale, feedback din partea grupului.	2 ore Turk, C., (2009), Comunicarea eficientă Integral
8. Căutarea surselor științifice: baze de date, cuvinte-cheie, tipuri de surse, evaluarea calității unei surse.	Aplicații practice de căutare, lucru în perechi.	2 ore Albu, M., (1999), Minighid pentru elaborarea lucrărilor științifice în psihologie Integral
9. Citirea unui articol științific: structura IMRAD; rezumarea și prezentarea unui articol.	Lucru pe articole, rezumat scris, prezentare în grup.	2 ore Albu, M., (1999), Minighid pentru elaborarea lucrărilor științifice în psihologie American Psychological Association, (2020), Publication manual (7th ed.)
10. Standardele APA (ediția a 7-a) I: citarea în text, parafrizarea și citatul direct, lista bibliografică.	Prezentare interactivă, aplicații practice individuale și în echipă.	2 ore American Psychological Association, (2020), Publication manual (7th ed.) https://apastyle.apa.org/
11. Standardele APA (ediția a 7-a) II: elaborarea unei lucrări academice – structura, pagina de titlu, formatare, stil academic.	Prezentare interactivă, aplicații practice individuale și în echipă.	2 ore American Psychological Association, (2020), Publication manual (7th ed.) Integral
12. Integritatea academică: plagiatul și autoplagiatul, citarea corectă, utilizarea responsabilă a instrumentelor de inteligență artificială.	Studiu de caz, exerciții de parafrizare, dezbateri.	2 ore Legea nr. 199/2023 a învățământului superior Codul de etică al UTT
13. Profesia de psiholog în România: Colegiul Psihologilor din România, Legea nr. 213/2004, atestarea, specialitățile, supervizarea, formarea profesională continuă.	Prezentare interactivă, discuție, studiu de documente.	2 ore Legea 213/2004 Integral www.copsi.ro

14. Etica în comunicarea profesională: confidențialitatea, consimțământul informat, limitele competenței, respectul diversității. Îndrumare pentru elaborarea referatului.	Studiu de caz, dezbatere, consultații pe referat.	2 ore Codul deontologic al profesiei de psiholog Integral
--	---	---

9. Bibliografie

9.1 Referințe bibliografice recomandate	Albu, M., (1999), Minighid pentru elaborarea lucrărilor științifice în psihologie, Cluj-Napoca, Editura Clusium; American Psychological Association, (2020), Publication manual of the American Psychological Association (7th ed.), Washington, DC, American Psychological Association; Collett, P., (2011), Cum putem citi gândurile oamenilor din acțiunile lor, București, Editura Trei; Colegiul Psihologilor din România, Codul deontologic al profesiei de psiholog cu drept de liberă practică, https://www.copsi.ro/; Goleman, D., (2018), Inteligența emoțională, București, Editura Curtea Veche; Kohlrieser, G., (2007), Soluționarea conflictelor și creșterea performanței. Metode bazate pe negocierea de ostatici, Iași, Editura Polirom; Legea nr. 199/2023 a învățământului superior, cu modificările și completările ulterioare; Legea nr. 213/2004 privind exercitarea profesiei de psiholog cu drept de liberă practică, înființarea, organizarea și funcționarea Colegiului Psihologilor din România, cu modificările și completările ulterioare; Pânișoară, I.-O., (2006), Comunicarea eficientă, Iași, Editura Polirom; Rosenberg, M. B., (2015), Comunicarea nonviolentă: Un limbaj al vieții, București, Editura Ponte; Turk, C., (2009), Comunicarea eficientă, București, Editura Trei; Universitatea „Tibiscus” din Timișoara, Codul drepturilor și obligațiilor studentului; Regulamentul privind activitatea profesională a studenților; Codul de etică.
9.2. Referințe bibliografice suplimentare	Belbin, R. M., (2010), Team roles at work (2nd ed.), Oxford, Butterworth-Heinemann; Hughes, M., Terrell, J. B., (2017), Inteligența emoțională în acțiune, București, Editura Curtea Veche; Keller, F., (2016), Exerciții de comunicare nonviolentă, București, Editura Trei; Luft, J., (1969), Of human interaction, Palo Alto, CA, National Press Books; Tuckman, B. W., (1965), Developmental sequence in small groups, Psychological Bulletin, 63(6), 384–399;

	Weger, H., Castle Bell, G., Minei, E. M., Robinson, M. C., (2014), The relative effectiveness of active listening in initial interactions, International Journal of Listening, 28(1), 13–31.
--	--

10. Coroborarea conținuturilor disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității epistemice, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului¹⁸

✓	Capacitatea de a comunica eficient, empatic și asertiv, de a lucra în echipă și de a gestiona conflictele reprezintă o competență de bază în toate direcțiile de practică psihologică recunoscute de Colegiul Psihologilor din România.
✓	Familiarizarea timpurie cu standardele de redactare științifică (APA), cu principiile integrității academice și cu cadrul legal și deontologic al profesiei pregătește studenții pentru cerințele academice ale programului de studii, inclusiv pentru elaborarea lucrării de licență.
✓	Tematica disciplinei a fost stabilită ținând cont de: documentele ARACIS, tematicile propuse de alte facultăți de profil din țară și străinătate și de cerințele angajatorilor și asociațiilor profesionale, cum ar fi Colegiul Psihologilor din România.

11. Evaluare

Tip activitate	11.1 Criterii de evaluare	11.2 Metode de evaluare		11.3 Pondere din nota finală	Obs. 19
11.4a Curs	● -	-	-	-	
		-	-		
		-	-		
		-	-		
11.4b Seminar	● -	-		-	
11.4c Laborator	● Identificarea corectă a formelor de comunicare (verbală, paraverbală, nonverbală) și a indiciilor emoționale; ● Recunoașterea stilurilor de comunicare, a ascultării active, a tipurilor de feedback și a blocajelor în comunicare; ● Utilizarea corectă a terminologiei de specialitate; ● Argumentarea cu exemple concrete din secvența analizată; ● Propunerea unor alternative de comunicare eficientă;	Evaluare finală (colocviu): Referat – analiza comunicării. Studentul alege un film și o secvență din acesta (aprox. 5–10 minute, identificată prin titlu, an și interval de timp) și analizează comunicarea dintre personaje, pe baza conceptelor studiate. Referatul se redactează conform standardelor APA (ediția a 7-a) și se predă până la data colocviului.		100% (minim 5)	

¹⁸ Legătura cu alte discipline, utilitatea disciplinei pe piața muncii

¹⁹ CPE – condiționează participarea la examen; nCPE – nu condiționează participarea la examen; CEF - condiționează evaluarea finală; N/A – nu se aplică

	● Redactarea conform standardelor APA (ediția a 7-a); ● Originalitatea lucrării, cu respectarea principiilor integrității academice.			
11.4d Proiect	● -	-	-	
● Standarde minime pentru nota 5: ○ predarea referatului în termen, cu identificarea clară a filmului și a secvenței analizate; ○ identificarea corectă, în secvența analizată, a cel puțin trei elemente de comunicare verbală, paraverbală sau nonverbală și a funcției lor; ○ utilizarea corectă a terminologiei de bază (ascultare activă, empatie, feedback, asertivitate, blocaj în comunicare); ○ respectarea elementelor de bază ale stilului APA (citarea în text și lista bibliografică).				
● Standarde pentru nota 10: - analiză completă și argumentată a secvenței, cu integrarea conceptelor din temele laboratorului; - identificarea blocajelor în comunicare și propunerea unor alternative de comunicare eficientă, adecvate situației analizate; - utilizarea adecvată a terminologiei de specialitate pe tot parcursul lucrării; - redactare academică clară, integral conformă standardelor APA (ediția a 7-a).				

Fișa disciplinei cuprinde componente adaptate persoanelor cu CES (persoane cu dizabilități și persoane cu potențial înalt), în funcție de tipul și gradul acestora, la nivelul tuturor elementelor curriculare (competențe, obiective, conținuturi, metode de predare, evaluare alternativă), pentru a asigura șanse echitabile în pregătirea academică a tuturor studenților, acordând atenție sporită nevoilor individuale de învățare.

Data completării: 15.09.2026

Data avizării în Departament: 22.09.2026

	Grad didactic, titlul, prenume, numele	Semnătura
Titular disciplină	Asist. univ. drd. Hohn Alex-Armand	
Responsabil program de studii	Lect. univ. dr. Voicu Teodor	
Director Departament	Conf. univ. dr. Cădăriu Ioana-Eva	