



FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	SNSPA
1.2 Facultatea / Departamentul	Facultatea de Științe Politice
1.3 Departamentul	Sociologie
1.4 Domeniul de studii	Psihologie
1.5 Ciclul de studii	Studii universitare de licență
1.6 Programul de studii	Psihologie
1.7 Forma de învățământ	IF
1.8 Anul universitar	2026 – 2027

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Psihologia sănătății						
2.2 Titularul activităților de curs	Conf.univ.dr. Cătălina Roșca						
2.3 Titularul activităților de seminar	Conf.univ.dr. Cătălina Roșca						
2.4 Anul de studiu	II	2.5 Semestrul	I	2.6 Tipul de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	Ob

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	2
3.4 Total ore din planul de învățământ		din care: 3.5 curs		3.6 seminar/laborator	
Distribuția fondului de timp:					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					10
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate / pe teren					10
Pregătire seminar / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					24
Tutoriat					
Examinări					
Alte activități.....					--
3.7 Total ore studiu individual		44			
3.8 Total ore pe semestru		56			
3.9 Numărul de credite		4			

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	
4.2 de competențe	- Capacitatea de a opera cu conceptele fundamentale ale domeniului.

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	Sala de curs cu videoproiector, whiteboard, markere, platforma Moodle
5.2 de desfășurare a seminarului/laboratorului	Sala de curs cu videoproiector, whiteboard, markere, platforma Moodle

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei (R1, R4, R6)



Cunoștințe	● Studentul: ● descrie logic și articulat principiile de bază care stau la baza științei psihologiei sănătății, în cadrul practicii profesionale curente. [R1] ● explică principalele trăsături proprii simptomatologiilor psihopatologice și/sau comportamentului disfuncțional/maladaptativ în diagnoza/intervenția psihologică. [R1] ● diferențiază principalele metodologii utilizate în cercetarea și practica psihologică; [R1] ● operează cu constructe teoretice, care sunt clar delimitate de cunoașterea de simț comun, ce sunt valorificate în măsuri psihologice cu caracteristici psihometrice robuste [R4]
Abilități	● colectează și interpretează pertinent datele de evaluare în raport cu criteriile de calitate, etică și obiectivele evaluării, ținând cont de competențele culturale. [R4] ● detectează/analizează detaliile notabile, realizează reflecția critică și adaptarea evaluării pentru a asigura calitatea procesului [R4]
Responsabilitate și autonomie	● manifestă onestitate relațională, prin obținerea consimțământului informat, dezvoltarea contractului psihologic, raportarea rezultatelor [R6]

7. Conținuturi

7.1 Curs	Metode de predare	Observații
Noțiuni introductive și concepte fundamentale în Psihologia Sănătății: definirea și obiectivele psihologiei sănătății; repere istorice; ramuri ale psihologiei sănătății; relația cu alte discipline	Prelegere, analize de studii de caz și dezbateri	Prelegerile se bazează pe utilizarea de suport Power-Point și pe acces la resurse multimedia
Normalitate, sănătate, boală: sănătate și boală, disconfortul produs de boală, boala ca situație de impas existențial	Prelegere, analize de studii de caz și dezbateri	
Vulnerabilitate și evenimente de viață: contextul socio-demografic al sănătății, statut socio-economic și riscul pentru boală, norme culturale, vârstă, sex, educație și sănătate	Prelegere, analize de studii de caz și dezbateri	
Modele ale sănătății și bolii: modelul biomedical, psihologic și biopsihosocial; modele generale și specifice; modele de sanogeneză și patogeneză	Prelegere, analize de studii de caz și dezbateri	
Rolul factorilor psihologici în sanogeneză: rolul teoriei social-cognitive a personalității în psihologia sănătății; controlabilitate, robustețe, sentiment de coerență; Rolul teoriei social-cognitive a personalității în psihologia sănătății; stimă de sine, autoeficacitate, optimism; stil atribuțional, stil cognitiv	Prelegere, analize de studii de caz și dezbateri	
Stresul în sănătate și boală: etimologie și origine, caracteristici definitorii, vulnerabilitatea la stress, agenți stresori	Prelegere, analize de studii de caz și dezbateri	



Psihologia durerii	Prelegere, analize de studii de caz și dezbateri	
Noțiuni introductive de psihotraumatologie	Prelegere, analize de studii de caz și dezbateri	
Psihologia crizei și a dezastrelor	Prelegere, analize de studii de caz și dezbateri	
Afecțiunile cronice: cancer, diabet, scleroza multiplă, HIV/SIDA	Prelegere, analize de studii de caz și dezbateri	
Comportamente adictive: fumat, abuz de alcool, consum de droguri, comportament alimentar, comportament sexual	Prelegere, analize de studii de caz și dezbateri	
Promovarea sănătății și prevenția: principii și tipuri de prevenție, prevenția primară, secundară și terțiară, programe de prevenție comunitare, instituționale și de grup	Prelegere, analize de studii de caz și dezbateri	
Sănătate organizațională: stresul ocupațional, echilibrul viața de familie – viața profesională, burnout etc	Prelegere, analize de studii de caz și dezbateri	
7.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
Concepte fundamentale în psihologia sănătății mentale	exerciții în echipă/ proiecție film/ dezbateri	
Modele de sanogeneză și patogeneză; factorii psihologici în sanogeneză	exerciții în echipă/ proiecție film/ dezbateri	
Psihologia sănătății: stimă de sine; eficacitate, optimism; gândirea pozitivă	Studiu de caz/ exerciții în echipă/ proiecție film	
Relevanța stilului de viață pentru sănătate; modele explicative ale stilului de viață	Studiu de caz/ exerciții în echipă	
Stresul în sănătate și boală: factorul individual în stres: evaluare și coping	Studiu de caz/ exerciții în echipă	
Contextul socio-demografic al sănătății: norme culturale; vârstă, sex, educație și sănătate	Studiu de caz/ exerciții în echipă	
Profilaxia în afecțiunile somatice	Studiu de caz/ exerciții în echipă	
Tanatopsihologia și eutanasia în contextul psihologiei sănătății	Studiu de caz/ exerciții în echipă	
Rolul psihologului în serviciile de sănătate	Studiu de caz/ exerciții în echipă	
Impactul psihologic în afecțiunile somatice	Aplicații și prezentări de proiecte	
Impactul psihologic în afecțiunile somatice	Aplicații și prezentări de proiecte	
Impactul psihologic în afecțiunile somatice	Aplicații și prezentări de proiecte	
Bibliografie selectivă (principală)		
1. Albery, I., & Munafò, M. (2008). Key concepts in health psychology. Los Angeles: SAGE. 2. Nezu, A. M., Nezu, C., Maguth-Geller, P.A., Weiner, I.B. (2003). Handbook of Psychology, 9, Health Psychology. New Jersey: John Wiley & Sons, Inc. 3. Ogden, J. (2000). Health psychology: A textbook. Buckingham: Open University Press. 4. Roșca, C., Vlăducu, A. (2017). Teorii ale deciziei. Perspective Psiho-economice. București: Editura Universitară. – Capitolul 6. Decizia în comportamentele sanogene.		



Bibliografie opțională:

1. Alexander, F. (2011). Medicina psihosomatică. Editura Trei. București.
2. Armsden, G. & Lewis, F. M. (1993). The child's adaptation to parental medical illness: Theory and clinical implications. Patient Education and Counseling, 22(3), 153-165.
3. Cohen, L., McChargue, D. and Collins, F. (2003) The Health Psychology Handbook: Practical Issues for the Behavioral Medicine Specialist. Thousand Oaks: Sage.
4. Coie, J. D., Watt, N. F., West, S. G., Hawkins, J. D., Asamow, J. R., Markman, H. J., Ramey, S. L., Shure, M. B., & Long, B. (1993). The science of prevention. American Psychologist, 48, 1013–1022.
5. Dafinoiu, I., Boncu, Ș. (2014). Psihologie socială clinică. Editura Polirom. Iași.
6. Dryfoos, J. C. (1990). Adolescents at Risk: Prevalence and prevention. New York: Oxford University Press.
7. Friedman, H. and DiMatteo, M. (1989) Health Psychology. New Jersey: Prentice Hall.
8. Gatchel, R. Et all. (1989) Introduction to health psychology. New York: McGraw-Hill.
9. Gonzalez, S., Steinglass, P. & Reiss, D. (1989). Putting the Illness in its Place: Discussion Groups for Families with Chronic Medical Illnesses. Family Process, 28(1), 69-87
10. Heiney, S. P., Bryant, L. H., Walkers, S., Parrish, R. S., Provenzano, F. J. & Kelly, K. E. (1997).
11. Impact of parental anxiety on child emotional adjustment when a parent has cancer. Oncology Nursing
12. Forum, 24(4), 655-661.
13. Ionescu, S. (2013). Tratat de reziliență asistată. Editura Trei. București.
14. Kaplan, R., Sallis, J. and Patterson, T. (1993) Health and Human Behavior. New York: McGraw-Hill.
15. Morrison, V., Bennet, P. (2006). An introduction to health psychology. Pearson Prentice Hall
16. Olfson, M., Marcus, S. C., Druss, B., Pincus, H. A. & Weissmann, M. M. (2003). Parental depression, Child mental health problems, and health care utilization. Medical Care, 41(6), 716-721.
17. Pitts, M. and Phillips, K. (1991) The psychology of health. London: Routledge.
18. Pressman, S. D., & Cohen, S. (2005). The influence of positive affect on health: A review.
19. Psychological Bulletin. Vol. 131, No. 6, 925-971.
20. Riedesser, P. & Fisher, G. (2001). Tratat de psihotraumatologie. Bucuresti: Editura Trei.
21. Shoenberg, P. (2017). Psihosomatica. Editura Trei. București

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

- Disciplina este elaborată pe baza unor manuale și materiale de cercetare din domeniu recunoscute la nivel național și internațional.
- Tematicilor tratate în cadrul cursului și seminariilor se înscriu în plaja de actualitate a nevoilor și intereselor de studiu și cercetare în domeniu.
- Cadrul didactic deține experiență didactică și practică în domeniul de studiu căruia îi este circumscrisă disciplina.
Rezultatele învățării de la pct. 6 sunt preluate din Anexa 2 ARACIS (DF 4 Științe sociale, 11. Psihologie). Corespondența rezultatelor învățării (RAI) cu competențele funcționale (Cfct) și fundamentale (CF):
R1 (RAI 1) → Cfct1 – Operarea cu concepte fundamentale ale domeniului psihologiei;
R4 (RAI 4) → Cfct4 – Evaluarea psihologică la nivel individual/de grup/comunitar/societal;
R6 (RAI 6) → CF2 – Relaționarea și comunicarea interpersonală specifică domeniului psihologiei;
· în conformitate cu standardele profesionale și cerințele de formare ale Colegiului Psihologilor din România;
· în conformitate cu Cadrul Național al Calificărilor (nivel 6) și cu cerințele COR pentru profesia de psiholog;
· în conformitate cu cadrul european EuroPsy; competențele vizate sunt relevante pentru angajatorii din psihologia sănătății și psihologie clinică.

9. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere
10.4. Curs /Examen	Cunoștințe acumulate pe parcursul	Examen scris	70%



	semestrului		
10.5. Seminar	Abilitatea de a aplica cunoștințele acumulate în cadrul seminarului	Proiect de echipă	30%
9.6 Standard minim de performanță			
Standardul minimal pentru fiecare din sarcinile descrise mai sus este 5 (corespondent asimilării în proporție de 50% a competenței specifice solicitate).			
▪ Îndeplinirea criteriului de 50%+1 prezență la curs și seminare ▪ Predarea și prezentarea proiectelor de echipa. ▪ Abilitatea de a utiliza corect limbajul științific specific domeniului studiat. ▪ Definirea corectă a conceptelor de bază ale disciplinei.			

Data completării

29.09.2026

Semnătura titularului de curs

Semnătura titularului de seminar

Data avizării în departament

Semnătura Directorului de Departament,

29.09.2026