**FIŞA DISCIPLINEI**

MANAGEMENTUL STRESULUI PROFESIONAL IN SERVICIILE DE ASISTENTA SOCIALA

**1. Date despre program**

|  |  |
| --- | --- |
| 1.1 Instituţia de învăţământ superior | **UNIVERSITATEA „ OVIDIUS” DIN CONSTANȚA** |
| 1.2 Facultatea | PSIHOLOGIE ȘI ŞTIINŢELE EDUCAȚIEI |
| 1.3 Departamentul | PSIHOLOGIE , ASISTENȚĂ SOCIALĂ ȘI ŞTIINŢELE EDUCAȚIEI |
| 1.4Domeniul de studii | **ȘTIINȚE SOCIALE** |
| 1.5Ciclul de studii1) | MASTER |
| 1.6 Programul de studii | CONSILIEREA ȘI MANAGEMENTUL SERVICIILOR DE ASISTENȚĂ SOCIALĂ |
| 1.7 Anul de studii  | **2024-2025** |

**2. Date despre disciplină**

|  |
| --- |
| 2.1 Denumirea disciplinei **Managementul stresului profesional in serviciile de asistenta sociala** |
| 2.2. Cod disciplină : CMAS222 |
| 2.3. Titularul activităţilor de curs – Lect. dr. Bolboasa Ionut Eduard |
| 2.4. Titularul activităţilor de seminar/ laborator/ proiect Lect. dr. Bolboasa Ionut Eduard |
| 2.4 Anul de studiu | **II** | 2.5 Semestrul | **4** | 2.6 Tipul de evaluare  | **Ex.** | 2.7. Regimul disciplinei 2) | DAP/DI |

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

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 3.1 Număr de ore pe săptămână | **4** | din care: 3.2 curs | **2** | 3.3 aplicații | **2** |
| 3.4 Total ore directe pe semestru | **56** | din care: 3.5 curs | **28** | 3.6 aplicații | **28** |
| **3.7 Total ore studiu individual** | **119** |
| Distribuţia fondului de timp | ore |
| Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe | **40** |
| Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren | **30** |
| Pregătire seminarii/ laboratoare/ proiecte, teme, referate, portofolii şi eseuri | **30** |
| Tutoriat | **17** |
| Examinări | **2** |
| Alte activităţi.. | **0** |
| **3.8 Total ore pe semestru** | **175** |
| **3.9 Numărul de credite4)** | **7** |

**4. Precondiţii** (acolo unde este cazul)

|  |  |
| --- | --- |
| 4.1 de curriculum |  |
| 4.2 de competenţe |  |

**5. Condiţii** (acolo unde este cazul)

|  |  |
| --- | --- |
| 5.1 de desfăşurare a cursului | Sala de curs, videoproiector, laptop, tablă, flipchart, acces la internet, acces la materiale video de specialitate.- Se vor pune la dispozitia studenților materiale în format electronic power point, word, pdf, pentru o mai bună întelegere a conținutului disciplinelor.  |
| 5.2 de desfăşurare a seminarului/ laboratorului/ proiectului | Termenul predării lucrării de seminar este stabilit de titular de comun acord cu studenţii. Sală de seminar, dotată corespunzător (tablă, laptop, videoproiector, calculatoare) |

**6. Competenţe specifice acumulate**

|  |  |
| --- | --- |
| Competenţe profesionale | * Cunoaşterea şi înţelegerea procesului stresului specific domeniului serviciilor de consiliere în asistenţa socială.
* Cunoaşterea problematicii psihosociale asociată mediului social; analizarea stresorilor sociali.
* Investigarea problemelor psihosociale actuale specifice practicii consilierii cărora le răspunde asistentul social, folosind modalităţile şi tehnicile de adaptare la stres.
* Cunoașterea, analizarea şi aplicarea metodelor şi tehnicilor de adaptare la stresul specific procesului de consiliere ca activitate cu rol esenţial în practica asistenţei sociale.
* Relaţionarea şi comunicarea interpersonală specifica domeniului asistentei sociale.
 |
| Competenţe transversale | * Luarea deciziilor privind intervenţia psihosocială conform valorilor şi principiilor deontologice specifice asistenţei sociale , în condiţii de autonomie şi independenţă profesională.
* Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă multidisciplinară pe diverse paliere ierarhice
* Autoevaluarea nevoilor de formare continuă în vederea adaptării competenţelor profesionale la dinamica contextului social
 |

**7. Obiectivele disciplinei** (reieşind din grila competenţelor specifice acumulate)

|  |  |
| --- | --- |
| * 1. Obiectivul general al disciplinei
 | * Cunoașterea şi aplicarea metodelor şi tehnicilor de management al stresului specific procesului de consiliere psihosocială.
 |
| 7.2 Obiectivele specifice | * Identificarea ți analizarea actualelor probleme specifice practicii sociale cărora le răspund specialiștii în consiliere psihosocială, folosind modalităţile şi tehnicile de adaptare la stres.
* Conștientizarea și explorarea componentelor procesului stresului specific domeniului social și medical.
* Identificarea atitudinilor şi comportamentelor cu privire la procesul stresului profesional
* Formarea unor strategii de coping necesare eficientizării relației dintre consilierul social și grupul/persoana consiliat(ă).
* Explorarea procesului stresului specific domeniului asistenţei sociale (familial, profesional) și să explice conexiunile dintre elementele acestuia.
 |

**8. Conţinuturi**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **8.1 Curs** | **Metode de predare** | **Observaţii** |
| 1.Introducere. Natura stresului social. | Expunerea, exemplificarea, | 4 ore |
| 2 Perspective de abordare a stresului în serviciile de consiliere socială. | Expunerea, exemplificarea, | 2 ore |
| 3. Abordări explicative ale stresului psiho-social. | Expunerea, exemplificarea, | 4 ore |
| 4. Sursele stresului social. Analiza şi tipologia stresorilor sociali întâlniţi în practica procesului de consiliere. | Expunerea, exemplificarea, | 4 ore |
| 5. Mediatorii stresului social şi adaptarea la stres. Percepțiile și resursele personale cu rol în medierea efectelor stresorilor. | Expunerea, exemplificarea, | 2 ore |
| 6. Manifestările stresului social. Criza și intervenţiile în criză. | Expunerea, exemplificarea, | 2 ore |
| 7. Stresorii din mediul familial şi managementul stresului în familie. Consilierea familiei multistresate. | Expunerea, exemplificarea, | 2 ore |
|  8. Managementul stresului social prin consilierea psihosocială. | Expunerea, exemplificarea, | 2 ore |
|  9. Etapele consilierii persoanei si familiei stresate. | Expunerea, exemplificarea, | 4 ore |
| 10. Strategii si tehnici de adaptare la stres. | Expunerea, exemplificarea, | 2 ore |
|   |
| **8.2 Seminar** | **Metode de predare-învăţare** | **Observaţii** |
| 1. Introducere în dimensiunea stresului.
 | Discuţie facilitată - activităţi de analiză / interpretare / sinteză; | 4 ore |
| 1. Abordarea stresului în serviciile de consiliere socială.
 | Grupuri de discuţii facilitate - activităţi de analiză / interpretare / sinteză;;  | 2 ore |
| 1. Aplicații ale instrumentelor de evaluare a componentelor stresului social
 | Grupuri de discuţii facilitate - activităţi de analiză / interpretare / sinteză; | 2 ore |
| 1. Identificarea resurselor personale cu rol în medierea efectelor stresorilor sociali.
 | Grupuri de discuţii facilitate - activităţi de analiză / interpretare / sinteză;; | 2 ore |
| 1. Metode de dezvoltare a resurselor sociale cu rol în medierea efectelor stresorilor sociali.
 | Grupuri de discuţii facilitate - activităţi de analiză / interpretare / sinteză;; | 4 ore |
| 1. Comportamentul asertiv în gestionarea stresului.
 | Rezolvare aplicaţii practice împreună cu studenţii -Studii de caz | 4 ore |
| 1. Aplicații: evaluarea și gestionarea stresului familial și profesional.
 | Studii de caz | 2 ore  |
| 1. Stresul in familie.
 | Rezolvare aplicaţii practice împreună cu studenţii -Studiul de caz | 2 ore  |
| 1. Stresul profesional în rândul asistenţilor sociali care furnizează servicii de consiliere.
 | Rezolvare aplicaţii practice împreună cu studenţii -Studiul de caz | 4 ore |
| 1. Strategii de adaptare la stres.
 | Rezolvare aplicaţii practice împreună cu studenţii -Studiul de caz | 2 ore |
| **Bibliografie:**Cohen, S., Kessler R.C si Gordon L.U. 1997. Measuring stress. A Guide for Health and Social Scientists. Oxford: Oxford University Press. • Cohen, S., Underwood L.G și Gottlieb B. 2000. Social supportmeasuring and intervention. A Guide for Health and Social Scientists. Oxford: Oxford University Press. • Ellis A., Gordon J., Neenan M. și Palmer S. .2020. Terapia stresului. O abordare comportamentală rațional-emotivă, Bucureşti: Ed.Trei • Gallwey T.W. 2011. Jocul interior și stresul. Domină provocările vieții și împlinește-ți potențialul, București: Ed. Spandugino. • Gallwey T.W. 2011. Jocul interior și munca. Concentrare, învățare, plăcere și mobilitate la locul de muncă, București: Ed. Spandugino. • Madsen, C.W. 2007. Colaborative Therapy with Multi-stressed families, The Guildford Press, London.9. • Mardare E. I. 2019. Caracteristici ale procesului de asistenţă socială clinică centrată pe familie: o abordare sistemică, în Revista de Asistenţă Socială, anul XVIII, nr. 1, pp. 35‐44, Iaşi: Ed. Polirom. • Mardare E. I.2010. Servicii de consiliere şi terapie adresate familiilor afectate de stres, în Asistenţa Socială a Grupurilor cu risc, coord. Buzducea D., Iaşi: Ed. Polirom. • Mardare E. I.2011. Metode și tehnici de adaptare la stresul social-suport de curs, București: Facultatea de Sociologie și Asistență Socială, Universitatea din București. • Mardare, E. I. 2010. Stresul psihosocial şi boala cardiacă. Analize şi intervenţii, Bucureşti: Ed.Universităţii din Bucureşti |

**9. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţilor epistemice, asociaţilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului**

|  |
| --- |
| Un absolvent trebuie sa cunoască și să aplice noțiunile fundamentale ale disciplinei , să-și formeze un limbaj de specialitate  |

**10. Evaluare**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Tip activitate | 10.1 Criterii de evaluare | 10.2 Metode de evaluare | 10.3 Pondere din nota finală |
| 10.4 Curs | * Cunoaşterea noţiunilor şi conceptelor fundamentale cu care operează disciplina
 | Evaluare orală pe parcursul semestrului | 30% |
| 10.5 Seminar/ laborator/ proiect | * Însuşirea şi înţelegerea problematicii tratate la curs şi la seminar
* Utilizarea corectă a informaţiilor teoretice în activitatea practică asistenţială
 | Prezentarea unui portofoliu de lucrări individuale, elaborat pe parcursul semestrului este o cerinţă de acces la examinarea finală. Conţinutul portofoliului individual se stabileşte de către cadrul didactic - care derulează activităţi de seminar - în comun acord cu studenţii.  | 40% |
| Activitatea la seminar este o cerinţă de acces la examinarea finală. Modul de participare şi implicare al studentului la activităţile aplicative de la seminar va fi evaluat şi este o cerinţă obligatorie. | 20% |
|  |  | Punctaj oficiu | 10% |
| * 1. **Standard minim de performanţă : Participarea la minim 7 (șapte) cursuri și 7 seminarii**
 |
| * Cunoaşterea şi înţelegerea abordărilor teoretice care stau la baza diagnozei politicilor sociale de interveție în cazul persoanelor aflate în dificultate precum și pentru soluționarea lor.
 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Data completării25.09.2024 | Semnătura titularului de curs: Lect.dr. Ionut Eduard Bolboasa  |  Semnătura tit.de seminar : Lect.dr. Ionut Eduard Bolboasa |
| Data avizării în departament30.09.2024  |   Semnătura directorului de departament Lect.univ.dr. Mariana Călin |

Decan,

Conf. univ. dr. Silvia Raluca Matei