# FIŞA DISCIPLINEI

*Comunicare didactică şi managementul emoţiilor*

Anul universitar 2026-2027

**1. Date despre program**

| | |
|---|---|
| 1.1. Instituţia de învăţământ superior | Universitatea Babeş-Bolyai Cluj-Napoca |
| 1.2. Facultatea | Facultatea de Psihologie şi Ştiinţe ale educaţiei |
| 1.3. Departamentul | Ştiinţe ale educaţiei |
| 1.4. Domeniul de studii | Ştiinţe ale educaţiei |
| 1.5. Ciclul de studii | Licenţă |
| 1.6. Programul de studii / Calificarea | Pedagogia învăţământului primar |
| 1.7. Forma de învăţământ | Cu frecvenţă |

**2. Date despre disciplină**

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 2.1. Denumirea disciplinei | **Comunicare didactică şi managementul emoţiilor** | | | Codul disciplinei | **PLR1274** |
| 2.2. Titularul activităţilor de curs | Lect. univ. dr. Claudia Cuc | | | | |
| 2.3. Titularul activităţilor de seminar | Lect. univ. dr. Claudia Cuc | | | | |
| 2.4. Anul de studiu | III | 2.5. Semestrul | 5 | 2.6. Tipul de evaluare | Colocviu |
| 2.7. Regimul disciplinei | Obligatoriu | | 2.8. Tipul disciplinei | | Disciplină de specializare (DS) |

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

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 3.1. Număr de ore pe săptămână | 2 | din care: 3.2. curs | 1 | 3.3. seminar/ laborator/ proiect | 1 |
| 3.4. Total ore din planul de învăţământ | 28 | din care: 3.5. curs | 14 | 3.6 seminar/laborator | 14 |
| **Distribuţia fondului de timp pentru studiul individual (SI) şi activităţi de autoinstruire (AI)** | | | | | **22 ore** |
| Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe (AI) | | | | | 12 |
| Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren | | | | | 4 |
| Pregătire seminare/ laboratoare/ proiecte, teme, referate, portofolii şi eseuri | | | | | 2 |
| Tutoriat (consiliere profesională) | | | | | 2 |
| Examinări | | | | | 2 |
| Alte activităţi | | | | | 0 |
| **3.7. Total ore studiu individual (SI) şi activităţi de autoinstruire (AI)** | | | | **22** | |
| **3.8. Total ore pe semestru** | | | | **50** | |
| **3.9. Numărul de credite** | | | | **2** | |

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

| | |
|---|---|
| 4.1. de curriculum | Nu este cazul |
| 4.2. de competenţe | Utilizarea operaţională a conceptelor pedagogice |

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

| | |
|---|---|
| 5.1. de desfăşurare a cursului | Nu e cazul |
| 5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului | Nu e cazul |

**6.1. Competenţele dobândite în urma absolvirii programului de studii** (se preiau din planul de învăţământ)[1]

[1] Se vor prelua din Planul de învăţământ al programului de studii acele competenţe profesionale şi/sau transversale la dezvoltarea cărora contribuie disciplina pentru care se elaborează fişa disciplinei. Pentru fiecare competenţă se va prelua întregul enunţ, inclusiv codul competenţei, cu formularea care apare în planul de

| Competențe profesionale | |
|---|---|
| **Codul competenței** | **Competență** |
| **CP3** | Creează un mediu educațional sigur și pozitiv |
| **CP4** | Susține participarea activă a elevilor în procesul de învățare |
| **CP8** | Integrează metode din pedagogii alternative |
| **CP9** | Sprijină dezvoltarea personală și emoțională a elevilor |
| **Competenţe transversale** | |
| **Codul competenței** | **Competență** |
| **CT1** | Comunică eficient în contexte educaționale diverse |
| **CT2** | Reflectează sistematic asupra propriei activități și se implică în dezvoltarea profesională continuă |
| **CT4** | Integrează tehnologia în procesul educațional într-un mod eficient și responsabil |

**6.2. Rezultatele învăţării specifice programului de studii** (se preiau din planul de învățământ)[2]

| Rezultatele învăţării vizate prin disciplină | | |
|---|---|---|
| **Codul competenței** | **Cunoştinţe şi înţelegere (Knowledge and understanding)** | **Abilităţi academice specifice (Specific academic skills)** |
| **CP3** | 3.1 Creează şi menţine un climat bazat pe încredere şi respect | 3.7 Oferă sprijin emoţional elevilor în situaţii dificile |
| **CP4** | 4.1 Încurajează implicarea elevilor în sarcini variate<br>4.2 Stimulează curiozitatea şi iniţiativa personală<br>4.3 Supraveghează şi ghidează activ participarea în grupuri | 4.4 Propune activităţi care favorizează colaborarea între elevi<br>4.5 Asigură sprijin individualizat pentru elevii cu dificultăţi<br>4.6 Implică elevii în autoevaluare şi reflecţie asupra învăţării<br>4.7 Utilizează feedbackul elevilor pentru adaptarea demersului didactic |
| **CP8** | 8.1 Cunoaşte principiile pedagogiilor alternative (Waldorf, Montessori, Step-by-Step) | 8.2 Integrează metode alternative în activităţile de învăţare<br>8.5 Creează un cadru flexibil, centrat pe elev 8.3 Favorizează învăţarea prin explorare, joc şi ritm propriu<br>8.4 Susţine dezvoltarea globală a copilului (cognitivă, afectivă, motrică)<br>8.6 Promovează creativitatea şi autoexprimarea elevilor |
| **CP9** | 9.3 Susţine dezvoltarea stimei de sine şi a încrederii în sine<br>9.5 Promovează reziliența şi adaptabilitatea în fața provocărilor | 9.4 Dezvoltă abilităţi de comunicare şi relaţionare |

învăţământ, fără modificări. Dacă nu se preia nici o competenţă din oricare din cele două categorii, se şterge linia din tabel aferentă acelei categorii.

[2] Se menţionează rezultatele învăţării specifice programului de studiu la dezvoltarea cărora contribuie disciplina pentru care se elaborează fişa. Enunţurile, preluate fără modificări din Planul de învăţământ în funcţie de tipul disciplinei (DF/DS/DC) se trec în dreptul competenţei asociate.

| | | |
|---|---|---|
| **CT1** | 1.1 Utilizează un limbaj clar, precis şi adecvat vârstei elevilor | 1.2 Ascultă activ şi răspunde empatic<br>1.5 Oferă feedback constructiv, motivant şi echilibrat<br>1.6 Facilitează exprimarea elevilor în mod liber şi respectuos<br>1.3 Adaptează mesajele la nevoile receptorilor (elevi, părinţi, colegi)<br>1.4 Exprimă clar aşteptările şi regulile în activitatea educaţională |
| **CT3** | 3.3 Utilizează eficient materialele şi resursele educaţionale | 3.1 Planifică eficient activităţile zilnice şi săptămânal |
| **CT4** | 4.2 Selectează aplicaţii şi platforme educaţionale adecvate<br>4.5 Creează materiale interactive şi atractive cu ajutorul tehnologiei | 4.1 Utilizează instrumente digitale în procesul didactic<br>4.7 Menţine un echilibru între activităţile online şi cele practice |

**7. Rezultatele învăţării specifice disciplinei**

| **Cunoştinţe şi înţelegere** |
|---|
| 1. Defineşte şi explică conceptele de bază ale comunicării educaţionale şi ale managementului emoţiilor, utilizând un limbaj de specialitate adecvat contextului educaţional. |
| 2. Identifică şi descrie elementele comunicării educaţionale eficiente (ascultare activă, feedback constructiv, empatie, comunicare verbală şi nonverbală), explicând rolul acestora în reglarea emoţiilor în mediul educaţional. |
| 3. Analizează mecanismele emoţionale implicate în procesul educaţional, evidenţiind legătura dintre emoţii, motivaţie, relaţionare şi performanţă în învăţare. |
| 4. Compară şi aplică modele şi strategii de comunicare educaţională şi de management al emoţiilor în situaţii educaţionale concrete. |
| 5. Evaluează **i**mplicaţiile etice, limitele şi riscurile comunicării educaţionale inadecvate şi ale gestionării deficitare a emoţiilor, propunând soluţii de intervenţie educaţională. |
| **Abilităţi academice specifice** |
| 1. Proiectează activităţi de învăţare centrate pe comunicare educaţională şi management emoţional, corelate cu obiectivele educaţionale şi particularităţile de vârstă ale beneficiarilor. |
| 2. Selectează şi adaptează strategii de comunicare educaţională şi de gestionare a emoţiilor în funcţie de contexte educaţionale diverse şi de dinamica grupului. |
| 3. Integrează tehnici de comunicare empatică, feedback constructiv şi autoreglare emoţională în scenarii didactice coerente şi semnificative. |
| 4. Argumentează deciziile de proiectare educaţională din perspectivă pedagogică, metodologică şi etică, cu accent pe impactul emoţional şi relaţional. |
| 5. Analizează critic studii de caz sau situaţii educaţionale concrete, distingând între practici de comunicare educaţională eficiente şi abordări superficiale sau inadecvate emoţional. |
| 6. Aplică principii motivaţionale şi de management emoţional pentru reglarea dificultăţii, progresiei şi feedbackului în activităţi educaţionale. |
| 7. Reflectează asupra potenţialului comunicării autentice şi al climatului emoţional pozitiv de a susţine învăţarea semnificativă. |

**8. Conţinuturi**

| **8.1 Curs** | **Metode de predare - învăţare** | **Observaţii[3]** |
|---|---|---|
| 1. Comunicarea umană. Consideraţii introductive, definiţii, funcţii, elemente ale comunicării; comunicarea ca proces relaţional şi emoţional | Prelegerea<br>Conversaţia | 1 oră |
| 2. Teorii ale comunicării. Teorii clasice şi contemporane; relevanţa lor pentru educaţie şi climatul emoţional | Prelegerea<br>Conversaţia | 1 oră |

[3] De exemplu aspecte organizatorice, recomandări pentru studenţi, aspecte specifice legate de curs/seminar cum ar fi invitarea unor practicieni în domeniu etc.

| | | |
|---|---|---|
| 3. Modele ale comunicării: modele lineare, interactive și tranzacționale; aplicații în contexte educaționale | Prelegerea<br>Conversația<br>Dezbaterea | 1 oră |
| 4-5. Tipologia comunicării în mediul educațional. Comunicare verbală, nonverbală, paraverbală și digitală; semnificații emoționale | Prelegerea<br>Conversația<br>Dezbaterea | 2 ore |
| 6. Specificul comunicării didactice. Roluri educaționale, relația profesor–elev, comunicarea centrată pe elev | Prelegerea<br>Conversația<br>Dezbaterea | 1 oră |
| 7. Optimizarea comunicării didactice. Ascultare activă, feedback constructiv, empatie, comunicare asertivă | Prelegerea<br>Conversația<br>Dezbaterea | 1 oră |
| 8. Emoțiile în procesul educațional. Tipuri de emoții, funcțiile lor, impactul asupra învățării și comunicării | Prelegerea<br>Conversația<br>Dezbaterea | 1 oră |
| 9. Inteligența emoțională în educație. Conștientizare emoțională, empatie, autoreglare în relațiile educaționale | Prelegerea<br>Conversația<br>Dezbaterea | 1 oră |
| 10-11. Managementul emoțiilor în clasă și strategiile de reglare emoțională. Prevenirea stresului și a conflictelor | Prelegerea<br>Conversația<br>Dezbaterea | 2 ore |
| 12. Blocaje în comunicarea didactică și emoțională. Bariere cognitive, afective și relaționale; modalități de depășire | Prelegerea<br>Conversația<br>Dezbaterea | 1 oră |
| 13-14. Sinteză și aplicații. Studii de caz și integrarea competențelor dezvoltate | Prelegerea<br>Conversația<br>Dezbaterea | 2 ore |

Bibliografie:


Abric, J.-C. (2002). *Psihologia comunicării: Teorii și metode*. Polirom.
Amado, G., & Guittet, A. (2007). *Psihologia comunicării în grupuri*. Polirom.
Andre de Peretti. (2007). *Tehnici de comunicare*. Polirom.
Brackett, M. A. (2019). *Permission to feel: Unlocking the power of emotions to help our kids, ourselves, and our society thrive*. Celadon Books.
Duhigg, C. (2024). *Supercommunicators: How to unlock the secret language of connection*. Random House.
Grenny, J., Patterson, K., McMillan, R., Switzler, A., & Gregory, E. (2021). *Crucial conversations: Tools for talking when stakes are high* (3rd ed.). McGraw-Hill Education.
Hasson, G. (2012). *Cum să-ți dezvolți abilitățile de comunicare*. Polirom.
Iucu, R. B. (2000). *Managementul și gestiunea clasei de elevi*. Polirom.
Jennings, P. A. (2018). *The trauma-sensitive classroom: Building resilience with compassionate teaching*. W. W. Norton & Company.
Pânișoară, Ion-Ovidiu. (2006). *Comunicarea eficientă* (Ed. a III-a). Polirom.
Pease, A., & Pease, B. (2020). *Abilități de comunicare*. Curtea Veche.
Petre, A. (2003). *Stiluri și metode de comunicare*. Aramis.
Săucan, D. Ș. (2003). *Comunicarea didactică*. Atos.
Sorensen, M. (2021). *Te aud: Relații mai bune, oameni mai fericiți*. Trei.
Townsend, R. (2019). *Dezvoltă-ți abilitățile de comunicare*. Curtea Veche.
Turk, C. (2009). *Comunicarea eficientă*. Trei.


| **8.2 Seminar / laborator** | **Metode de predare - învățare** | **Observații** |
|---|---|---|
| 1. Comunicarea ca proces relațional și emoțional: perspective aplicative | Studiul de caz<br>Conversația<br>Învățarea prin colaborare | 1 oră |
| 2.Teorii ale comunicării și impactul lor asupra climatului emoțional educațional | Studiul de caz<br>Conversația<br>Învățarea prin colaborare | 1 oră |

| | | |
|---|---|---|
| 3. Aplicaţii educaţionale ale modelelor de comunicare | Studiul de caz<br>Conversaţia<br>Învăţarea prin colaborare | 1 oră |
| 4-5. Comunicarea verbală, nonverbală, paraverbală şi digitală. Aplicaţii practice | Studiul de caz<br>Conversaţia<br>Învăţarea prin colaborare | 2 ore |
| 6. Comunicarea didactică centrată pe elev: roluri şi responsabilităţi educaţionale | Studiul de caz<br>Conversaţia<br>Învăţarea prin colaborare | 1 oră |
| 7. Construirea situaţiilor de învăţare bazate pe tehnici de comunicare eficientă | Studiul de caz<br>Conversaţia<br>Învăţarea prin colaborare | 1 oră |
| 8. Condiţiile comunicării eficiente. Aplicaţii practice. | Studiul de caz<br>Conversaţia<br>Învăţarea prin colaborare | 1 oră |
| 9. Condiţiile admonestării eficiente. Aplicaţii practice. | Studiul de caz<br>Conversaţia<br>Învăţarea prin colaborare | 1 oră |
| 10-11. Ascultare activă şi tehnici de formulare a întrebărilor | Exercitiul<br>Conversaţia<br>Învăţarea prin colaborare | 2 ore |
| 12. Blocaje în comunicarea didactică. Analiza practica. | Exercitiul<br>Conversaţia<br>Învăţarea prin colaborare | 1 oră |
| 13-14. Studii de caz. Analiza | Studiul de caz<br>Conversaţia<br>Învăţarea prin colaborare | 2 ore |

Bibliografie:


Abric, J.-C. (2002). *Psihologia comunicării: Teorii şi metode*. Polirom.

Amado, G., & Guittet, A. (2007). *Psihologia comunicării în grupuri*. Polirom.

Andre de Peretti. (2007). *Tehnici de comunicare*. Polirom.

Brackett, M. A. (2019). *Permission to feel: unlocking the power of emotions to help our kids, ourselves, and our society thrive*. Celadon Books.

Duhigg, C. (2024). *Supercommunicators: how to unlock the secret language of connection*. Random House.

Grenny, J., Patterson, K., McMillan, R., Switzler, A., & Gregory, E. (2021). *Crucial conversations: tools for talking when stakes are high* (3rd ed.). McGraw-Hill Education.

Hasson, G. (2012). *Cum să-ţi dezvolţi abilităţile de comunicare*. Polirom.

Iucu, R. B. (2000). *Managementul şi gestiunea clasei de elevi*. Polirom.

Jennings, P. A. (2018). *The trauma-sensitive classroom: Building resilience with compassionate teaching*. W. W. Norton & Company.

Pânişoară, Ion-Ovidiu. (2006). *Comunicarea eficientă* (Ed. a III-a). Polirom.

Pease, A., & Pease, B. (2020). *Abilităţi de comunicare*. Curtea Veche.

Petre, A. (2003). *Stiluri şi metode de comunicare*. Aramis.

Săucan, D. Ş. (2003). *Comunicarea didactică*. Atos.

Sorensen, M. (2021). *Te aud: Relaţii mai bune, oameni mai fericiţi*. Trei.

Townsend, R. (2019). *Dezvoltă-ţi abilităţile de comunicare*. Curtea Veche.

Turk, C. (2009). *Comunicarea eficientă*. Trei.


**9. Evaluare**

| Tip activitate | 9.1 Criterii de evaluare[4] | 9.2 Metode de evaluare[5] | 9.3 Pondere din nota finală |
|---|---|---|---|
| | Aprofundarea reperelor metodice şi didactice predate | Colocviu | 60% |

[4] Criteriile de evaluare trebuie să reflecte direct rezultatele învăţării vizate la nivel de program de studii, respectiv la nivel de disciplină. Mai concret, se evaluează achiziţiile de învăţare menţionate în rezultatele anticipate ale învăţării.

[5] Se recomandă stabilirea atât a metodelor de evaluare finală, cât şi a strategiei de evaluare pe parcurs.

| | | | |
|---|---|---|---|
| | Capacitatea de a utiliza flexibil conţinuturile asimilate | | |
| 9.5 Seminar/laborator | Proiectarea corectă a unor produse curriculare<br>Flexibilitate şi creativitate în activitatea de proiectare didactică | Portofoliu | 30%<br>Din oficiu: 10% |
| 9.6 Standard minim de promovare | | | |
| Studentul demonstrează că deţine la nivel bazal achiziţiile de învăţare menţionate în rezultatele anticipate ale învăţării. | | | |

**10. Etichete ODD (Obiective de Dezvoltare Durabilă / Sustainable Development Goals)**[6]




| Data completării: | Semnătura titularului de curs | Semnătura titularului de seminar |
|---|---|---|
| Aprilie 2026 | Lect. univ. dr. Claudia Cuc | Lect. univ. dr. Maria Claudia Cuc |

| Data avizării în departament: | Semnătura directorului de departament |
|---|---|
| Aprilie 2026 | Prof. univ. dr. habil. Ion Albulescu |

[6] Selectaţi o singură etichetă, cea care, în conformitate cu *Procedura de aplicare a etichetelor ODD în procesul academic*, se potriveşte cel mai bine disciplinei. Dacă disciplina tratează tema dezvoltării durabile la modul general (de ex. prin prezentarea/introducerea cadrului general al dezvoltării durabile etc.) atunci se poate aloca eticheta generală de Dezvoltare Durabilă. Dacă niciuna dintre etichete nu descrie disciplina, selectaţi ultima opţiune: „*Nu se aplică nici o etichetă*”.