

UNIVERSITATEA DE VEST DIN TIMIȘOARA
FACULTATEA DE SOCIOLOGIE SI PSIHOLOGIE
DEPARTAMENTUL DE ȘTIINȚE ALE EDUCAȚIEI.
CENTRUL DE ASISTENȚĂ ȘI INTEGRARE PSIHOPEDAGOGICĂ

Se aprobă,
ÎN ȘEDINȚA DE SENAT
Din data de 05.11.2015

**Președintele Senatului UVT,
Prof. univ. dr. Alexandru BUGLEA**

**Avizat DECIDFR,
Conf. univ. dr. Viorel NEGRUȚ**

RAPORT DE AUTOEVALUARE
A PROGRAMULUI POSTUNIVERSITAR DE FORMARE ȘI DEZVOLTARE
PROFESIONALĂ CONTINUĂ
”REZILIENȚĂ ȘI ASERTIVITATE ÎN MEDIUL EDUCAȚIONAL”

Timișoara, 2015

RAPORT DE AUTOEVALUARE

1. Expunere de motive

Experimentarea stresului, acut sau prelungit, evenimente stresante majore sau tracasări zilnice, reprezintă un factor de risc în dezvoltarea unor tulburări somatice sau psihice, în afectarea satisfacției profesionale, cu efecte asupra eficienței muncii. Stresul are efecte negative asupra rezilienței persoanelor în situații de risc și crește vulnerabilitatea în fața adversităților. În cazul profesiilor care presupun lucru direct cu alte persoane, profesiile de asistare și sprijin al unor persoane vulnerabile, care presupun contactul direct cu cei asistați și cu viețile lor, riscul apariției epuizării psihice, oboselii și stresului traumatic secundar este mult mai probabil. În lucrul direct cu persoanele ajutate, compasiunea experimentată de profesioniști (helping professionals) are atât efecte pozitive (satisfacție), cât și negative (epuizare). De asemenea, în mediile educaționale, terapeutice sau de reeducare/recuperare, apar adesea situații conflictuale, care pot implica și personalul.

Principalele categorii de profesii de asistență și suport sunt: psihologii, consilierii și psihoterapeuții, psihopedagogii speciali, asistenții sociali, alți specialiști din sistemul de sănătate, dar și cadrele didactice. În cazul specialiștilor din domeniul educației, acestui factor de risc i se adaugă și altele, specifice: salarii scăzute, deteriorarea statutului socio-profesional, presiunea managementului adecvat al timpului sub presiunea unor cerințe birocratice, accentul pus, de la nivel central, pe obiectivele academice, în detrimentul celor socio-emoționale ale elevilor în evaluarea eficienței profesorului. Nu în ultimul rând, cadrele didactice se confruntă cu necesitatea de a gestiona un număr mare de elevi, o populație de elevi eterogenă (efecte ale tendințelor firești de integrare educațională, schimbarea demografică, etc.), iar competențele necesare pentru managementul comportamental și prevenirea și rezolvarea situațiilor conflictuale nu sunt suficient dezvoltate în cursul formării inițiale a cadrelor didactice. Un profesionist din acest domeniu trebuie să-și dezvolte continuu competențele de auto-reglare a emoțiilor și de auto-monitorizare și auto-control al comportamentelor, pentru a nu fi atras în cicluri conflictuale, riscând să devină contra-agresiv sau pasiv. Toate aceste neajunsuri îi epuizează pe educatori, profesori și alți specialiști din sistemul educațional sau de reeducare, un număr mare părăsind sistemul.

O modalitate de sprijini acești profesioniști rezidă în abilitarea lor cu strategii și tehnici de identificare a simptomelor de epuizare și de control și diminuare a efectelor acestora. De asemenea, prin programe de formare și dezvoltare profesională continuă este

oportună dezvoltarea abilităților de exprimare asertivă a emoțiilor și de rezolvare eficientă a situațiilor conflictuale.

Acest program urmărește atingerea acestor obiective strategice de dezvoltare profesională și dezvoltare personală, abilitând cursanții cu cunoștințe și abilități practice, utile atât în activitatea profesională, cât și în viața personală.

Programul "Reziliență și asertivitate în mediul educațional" va avea o durată de 144 de ore de curs și aplicații practice.

Programul postuniversitar se încheie cu susținerea unui examen final, compus din probe tip grilă, examen practic de exersare a abilităților dobândite și portofoliu de documente relevante.

Absolvenții programului primesc "Certificat de specializare postuniversitară", conferind cursanților un total de 20 de credite recunoscute de către Ministerul Educației al Guvernului României.

2. Date generale

Numele programului	"Reziliență și asertivitate în mediul educațional"
Tipul programului	Curs postuniversitar de formare și dezvoltare profesională continuă în domeniul educațional și al psihopedagogiei speciale
Perioada de implementare	144 de ore
Locație de desfășurare	Sediul UVT, Calea Bogdănești, sala 001, școli speciale și integrate
Cui se adresează	Tuturor absolvenților de învățământ superior care activează în învățământul normal, special și integrat, în instituții de reeducare sau setting-uri terapeutice, ca manageri de instituții educaționale, cadre didactice, consilieri școlari, psihologi, psihopedagogi speciali, pedagogi, asistenți sociali, etc.

3. Descrierea programului

Programul postuniversitar urmărește dezvoltarea competențelor de exprimare asertivă a emoțiilor și de rezolvare eficientă a situațiilor conflictuale, dezvoltarea abilităților de management a sentimentelor și comportamentelor contra-agresive. De asemenea, programul urmărește dezvoltarea competențelor de identificare a semnelor de epuizare psihică și achiziționarea unor strategii eficiente de management al stresului și de reducere a epuizării generate de activitatea profesională.

3.1. Misiunea programului și obiectivele strategice

Formarea profesională continuă este considerată drept una dintre competențele cheie în profesiile didactice, conform standardelor RNCIS. Cadrele didactice au obligația de a-și actualiza constant cunoștințele și abilitățile didactice. Prezentul curs acoperă atât dimensiunea de dezvoltare profesională, cât și dimensiunea de dezvoltare personală, atât de utilă categoriilor profesionale care activează în profesii de sprijin și suport (helping professionals).

Misiunea cursului este de a facilita formarea de competențe în domeniul managementului conflictelor în context profesional, dezvoltarea comportamentelor și reacțiilor asertive, ca răspuns la evenimente agresive, precum și dezvoltarea competențelor de management al stresului și contracararea a epuizării psihice.

Obiectivele strategice sunt:

1. Dezvoltarea de abilități de management al stresului și reducere a epuizării psihice, în vederea creșterii satisfacției profesionale;
2. Dobândirea de abilități de auto-monitorizare și auto-control al reacțiilor proprii în situații-limită, prin controlul furiei și utilizarea strategiilor asertive de interrelaționare;
3. Înțelegerea dinamicilor Ciclurilor Conflictuale în cadrul interacțiunilor la locul de muncă.

Obiective care vizează dezvoltarea competențelor profesionale:

- *Aprofundarea cunoștințelor despre aspectele pozitive și negative ale profesiei de asistare și ajutorare (satisfacție și epuizare);*
- *Dezvoltarea cunoștințelor despre stres și reacții la stres;*
- *Înțelegerea dinamicilor conflictului;*
- *Clarificarea conceptelor de agresivitate, contra-agresivitate (activă și pasivă) și asertivitate;*
- *Dezvoltarea abilităților de management al grupului educațional;*
- *Dezvoltarea abilităților de management relațiilor în cadrul grupului educațional;*
- *Dezvoltarea abilităților de prevenire a conflictelor și de abordare terapeutică a persoanelor implicate în conflicte.*

Obiective care vizează dezvoltarea personală:

- *Identificarea efectelor stresului asupra propriei sănătăți organice și mintale;*
- *Dezvoltarea competențelor de auto-management al furiei și al comportamentelor contra-agresive;*
- *Înșușirea tehnicilor asertive de reacție la comportamente agresive și contra-agresive (active sau pasive);*
- *Înșușirea tehnicilor de reducere a epuizării psihice.*

Cursul se adresează tuturor managerilor, cadrelor didactice, psihologilor, psihopedagogilor speciali, consilierilor școlari, asistenților sociali și altor specialiști care activează în profesii de asistare și suport, atât în învățământul normal, special și integrat, precum și în alte instituții educaționale și setting-uri terapeutice, în regim de stat sau privat, care doresc să își formeze competențe de management al conflictului prin dezvoltarea competențelor de răspuns asertiv, prin auto-controlul sentimentelor și comportamentelor agresive sau contra-agresive. Prin dobândirea acestor competențe, acești profesioniști își pot dezvolta reziliența și pot reduce stările de epuizare psihică prin strategii de management al stresului.

3.2. Beneficii pentru cursanți

- *Recunoașterea și certificarea competențelor în managementului stresului și implementarea tehnicilor asertive ca răspuns la situații și reacții agresive sau contra-agresive.*
- *Interacțiunea cursanților, atât cu specialiști din mediul academic, cât și cu profesioniști din învățământul preuniversitar de profil.*
- *Practică supervizată și mentoring.*

3.3. Structura și modul de organizare

Cursul se va desfășura cu grupe de cursanți de 20-25 de persoane. Cursanții sunt absolvenți de studii superioare, indiferent de calificarea inițială, care desfășoară activități educaționale și terapeutice în școli normale, speciale sau integrate, în instituții de protecție și de reeducare. Admiterea la cursul postuniversitar se face pe bază de dosar de înscriere, în limita locurilor anunțate. Durata standard a cursului este de 144 de ore, în regim cu taxă.

Cursurile au loc la sediul Facultății de Sociologie și Psihologie și în spațiile partenerilor. Centrul de Asistență și Integrare Psihopedagogică asigură colaborarea cu diferite instituții educaționale (școli, inspectorate școlare, Case ale Corpului Didactic, centre de resurse, instituții de protecție și de reeducare, ONG-uri ș.a).

Pentru fiecare disciplină, cursantul va completa sarcini specifice și va fi evaluat de către titularul cursului. Nota va reflecta atât modul în care cursantul stăpânește conceptele teoretice specifice cursului, cât și nivelul abilităților practice dobândite, aplicate în contexte specifice.

Cuantumul taxei va fi stabilit înaintea începerii cursului, în funcție de costurile de școlarizare estimate pentru un student bugetat și de prețurile practicate pe piața de formare profesională pentru cursuri similare ca durată, calificare și complexitate. Veniturile se vor constitui în venituri proprii și vor fi utilizate în conformitate cu dispozițiile legale.

3.4. Baza materială

În derularea cursului se vor folosi resursele Departamentului de Științe ale Educației și ale CAIP. Resursele minimale sunt:

1. *Laptop cu conexiune de internet*

2. Videoproiector
3. Materiale de curs tipărite și/sau în format electronic
4. Platformă electronică

3.5. Conținutul procesului de învățământ

Temele principale abordate în cadrul acestui program, conform planului de învățământ atașat sunt:

- *Reziliența, risc și vulnerabilitate*
- *Fațete ale vieții profesionale - satisfacție și epuizare profesionale*
- *Modalități de reacție în condiții de stres*
- *Abordări terapeutice ale stresului și conflictului*
- *Managementul sentimentelor și comportamentelor agresive și contra-agresive – Cicluri ale Conflictului*

Procesul de învățământ este derulat de către specialiști din cadrul Facultății de Sociologie și Psihologie, având formare și domenii de competență relevante.

Cadrele didactice din cadrul Facultății de Sociologie și Psihologie și asociații sunt:

Cadrul didactic	Calificare
Conf.univ.dr. Mihaela Tomiță	Jurist Doctor în Sociologie Expert în reziliență, delincvență juvenilă Senior LSCI Trainer
Lect.univ.dr. Ioana Dârjan	Psiholog principal în psihopedagogie specială cu drept de supervizare (Cod personal: 14209) Formator de Formatori Doctor în Psihologie, Master în Educație Integrată, Licențe în Psihologie și Pedagogie Terapeut terapie cognitiv comportamentală – în formare Senior LSCI Trainer
Lect.univ.dr. Al Ghazi Loredana	-Psiholog (cod psiholog: 15143) -Doctorat în Psihologie, Master în Educație Integrată, Licență în Psihologie -Doctorand în Științe medicale- Psihiatrie. Psihopatologie. Atestate de liberă practică CPR: *psiholog principal în Consiliere școlară și orientare școlară și vocațională *psiholog specialist în Psihologie clinică și Psihopedagogie specială *consilier în Analiza existențială și Logoterapie- în supervizare.

Cursurile cuprind trei tipuri de activități: cursuri teoretice, seminarii aplicative și lucrări practice desfășurate sub supervizare. Cursurile teoretice au ca scop transmiterea de cunoștințe actualizate în domeniu, seminariile au ca scop achiziționarea și exersarea de noi abilități, iar lucrările practice sunt concepute ca aplicații în mediu real de viață, educațional sau terapeutic, prin care cursanții își vor dezvolta competențele în contexte profesionale reale.

Evaluarea finală cuprinde evaluarea unui portofoliu cu activități specifice fiecărui curs, precum și un examen tip grilă, cu itemi corespunzători fiecărei discipline.

3.6. ÎNSCRIEREA CURSANȚILOR

Condiții de înscriere:

- Absolvent al studiilor de licență (indiferent de profil);
- Specialiști în domeniul educațional și de reeducare, în instituții de protecție și de terapie.

Dosarul de înscriere va cuprinde următoarele documente:

- Fișă de înscriere eliberată de facultate;
- Copie legalizată după diploma de licență;
- Foaie matricolă;
- Copie legalizată după certificatul de naștere/buletin de identitate;
- Copie legalizată a certificatului de căsătorie sau a documentului care atestă schimbarea numelui inițial de familie;
- Chitanță de achitare a taxei de înscriere;
- Adeverință de la locul de muncă.

La depunerea dosarului, cursantul va plăti taxa de înmatriculare în valoare de **100 RON**.

3.7. FINALIZAREA CURSULUI

Verificarea finală a cunoștințelor se va realiza în cadrul unui **colocviu (2 credite)**.

Se acordă o diplomă **de studii postuniversitare de specializare** avizată de către **Ministerul Educației Naționale (MEN)**, care acordă **20 de credite** profesionale.

4. CONCLUZII

În toate profesiile care presupun asistența, suportul și ajutarea altor persoane, există două tipuri de efecte secundare opuse: unele pozitive, recompensatoare – satisfacția generată de compasiune și altele negative, consumatoare - oboseala generate de compasiune. În vederea sprijinirii și prezervării eficacității și sănătății somatice și organice, profesioniștii care ajută au nevoie de supervizare și intervizare periodice și sistematice, dar și de dezvoltarea unui set de competențe care să le permită să abordeze adecvat sursele de stres și să reducă intensitatea acestora și impactul asupra eficienței și satisfacției profesionale. De asemenea, aceste profesii presupun interrelaționare directă cu persoane și contexte care pot evoca în specialiști sentimente și comportamente contra-agresive, astfel încât competențele de auto-reglare și auto-management, precum și cele de abordare asertivă a situațiilor conflictuale reprezintă competențe de bază.

Obiectivele acestui program acoperă această categorie importantă de competențe-cheie.

<i>Decan FSP</i>	<i>Director Departamentul de Științe ale Educației</i>	<i>Director CAIP</i>	<i>Director program</i>
<i>Prof.univ.dr. Alin Gavreliuc</i>	<i>Prof. univ.dr. Ion Dumitru</i>	<i>Conf.univ.dr. Mihai Predescu</i>	<i>Lect.univ.dr. Ioana Dârjan</i>

Anexa 1. Planul de învățământ

Universitatea de Vest din Timișoara
Facultatea de Sociologie și Psihologie
Departamentul de Științe ale Educației

Program postuniversitar de formare și dezvoltare profesională continuă: **Reziliență și asertivitate în mediul educațional**

Forma de învățământ: zi

Domeniul de licență pe care se fundamentează programul de studii: *Psihopedagogie specială, cod RNCIS: L40803007020, Pedagogie, cod RNCCIS L40803007010, Pedagogia învățământului primar și preșcolar, cod*

Competențe:

C 2.1. Definirea, clasificarea și alegerea metodelor, tehnicilor și procedeele utilizate în intervenția psihopedagogică

C 5.1. Analiza conceptelor, teoriilor, modelelor, tehnicilor specifice de consiliere, orientare și asistare psihopedagogică a diverselor categorii de persoane/grupuri educaționale

C 5.3. Aplicarea principiilor și a metodologiei specifice cunoașterii personalității elevilor și adulților în realizarea adecvată a consilierii, orientării și asistării psihopedagogice a persoanelor cu nevoi educaționale diferențiate în situații determinate de consiliere în echipă, cu asistență calificată.

PLANUL DE ÎNVĂȚĂMÂNT

Valabil începând cu anul universitar 2015-2016

Nr. Crt	Numele disciplinei	Ore curs	Ore seminar	Credite	Forma de evaluare
1	Reziliența, risc și vulnerabilitate	14	10	3	colocviu
2	Fațete ale vieții profesionale - satisfacție și epuizare profesionale	22	10	4	colocviu
3	Modalități de reacție în condiții de stres	12	20	4	colocviu
4	Abordări terapeutice ale stresului și conflictului	14	10	3	colocviu
5	Managementul sentimentelor și comportamentelor agresive și contra-agresive – Cicluri ale Conflictului	22	10	4	colocviu
	Total ore: 144	84	60	18	

Evaluarea finală: colocviu – 2 credite

Total credite profesionale obținute la absolvirea programului: **20 credite**

Rector

Prof.univ.dr. Marilen Pirtea

Decan

Prof.univ.dr. Alin Gavreliuc

Director program

Lector univ. dr. Ioana Dârjan