



Aprobat  
Consiliul de administrație  
Centrul Educațional PRO DIDACTICA

*» 25 » Septembrie » 20*

Centrul Educațional PRO DIDACTICA

**CURRICULUM**  
la disciplina  
**”BRANDING PROFESIONAL”**

**AUTOR:**  
Elena Davidescu, dr., conf. univ.

**CHIȘINĂU, 2020**

## I. PRELIMINARII

Curriculumul *Branding profesional* este adresat tuturor cadrelor didactice care activează în domeniul educațional. Precondițiile pentru realizarea eficientă a disciplinei sunt cunoștințele din domeniile *psihopedagogie, didactica generală, didactica particulară, instruirea asistată de calculator, abordarea centrată pe elev, educația personalizată, etc.*

Profesorul este un facilitator, un dinamizator, un urmăritor al cuiva pe care dorește să-l pună pe o cale, să-l provoace, să-l potențeze, să-l înalțe. Este acel *alter ego* care însoțește și ajută copilul sau tânărul să se descopere, să se analizeze, să se cunoască pe sine, să se dirijeze. Astfel profesorul trebuie să posede calitățile pentru a fi un bun profesor. Întâi de toate e nevoie de prezența unor abilități bazale, inițiale, ce ar trebui testate chiar la intrarea în dispozitivul de formare a profesorilor, având un caracter eliminatoriu:

a) sociabilitate, capacitate empatică, dragoste față de copil și

b) preexistența unui palier cultural destul de bine consolidat la nivelul aspirantului (cultură generală multidirecțională, cunoașterea și folosirea corectă a limbii române).

Apoi invocăm calitatea de model viu, psihocomportamental al profesorului, prin ce comunică și cum se comportă. Profesorul trebuie să-și asume statutul unui delegat al comunității care va transmite un sistem de valori dinspre societate către individ; el nu se mai reprezintă pe el însuși, ci devine exponentul vremii și al lumii lui, difuzând, înspre predecesori, ceea ce înaintașii sau contemporanii au creat: idei, forme expresive, experiențe semnificative, comportamente dezirabile la un moment dat. De asemenea, un bun profesor trebuie să dispună de o consistentă cultură științifică în domeniul pe care îl reprezintă, să fie la curent cu ceea ce este nou și relevant în disciplina pe care o predă. Ca să-i înveți pe alții matematică sau filosofie, trebuie să-ți interiorizezi cunoștințe, metodologii, abilități, atitudini etc. congruente cu moduri ale cunoașterii sau ale practicii specifice domeniului pe care îl reprezinți.

Profesor este nu doar cel care știe sau generează cunoaștere, ci și cel care se dovedește capabil să comunice și altora ceea ce posedă. Aceasta înseamnă să știi să selectezi, să pregătești, să explicitezi cunoașterea sau practica aferentă, într-un mod metodic și etapizat, în acord cu etapele de dezvoltare psihogenetică a copilului, în așa fel încât acestea să devină permissive, comprehensibile, un bun valoric cu adevărat împărtășit. În fine, acțiunea educativă presupune deschidere și permeabilitate spre eul altuia, intervenție și consiliere a elevului, atât pe linie didactică, cât și afectiv-relațională, motivațională, formativă, corectivă, proiectivă. Profesorul nu doar comunică, ci se comunică, devine un model de înțelegere, de sociabilitate. Crearea unui climat de comuniune, de stimulare și de relaționare pozitivă contribuie la valorizarea celuilalt, la creșterea demnității lui, acest fapt convertindu-se și în factor al eficientizării și maximizării învățării.

Dascălul valoros este profesorul care este serios și tenace, își face treaba, este exigent în limitele deontologice știute, evaluează obiectiv, ratifică, sancționează - simbolic, și nu fizic. Profesorul „rău” este cel care nu-și face datoria, este superficial, le face pe plac elevilor ca să-și camufleze neimplicarea sau incompetența ori, și mai grav, încalcă reguli didactice sau etice, confundă spațiul școlar cu cel informal ieșind flagrant din demnitatea și rolul de dascăl pe care trebuie să le joace. În legătură cu acest ultim aspect, e bine uneori să ne arătam adevărata față, să recurgem la strategii transparente, la editarea unor relații apropiate cu elevii, cu condiția ca acestea să aibă reverberații și conotații formative. Există și o iubire pedagogică, în înțelesul de proiecție și empatie cu elevul, de angajare subiectivă și sprijin afectiv pentru elev, în ponderi și momente potrivite, pentru a maximiza efectul educativ.

În acest context, cadrul didactic se află în căutare continuă de principii, metode și forme pentru optimizarea activității didactice, care să reflecte raționalitatea, creativitatea și succesul profesional. Profesorul trebuie să dea dovadă de profesionalism în conceperea și realizarea activităților didactice la disciplina pe care o predă. Eficiența acțiunilor sale se concretizează în atingerea finalităților educaționale urmărite și în împlinirea aspirațiilor elevilor pe care îi pregătește. Or, performanța în muncă, inclusiv în procesul de predare-învățare, vizează mai întâi, *reușita, progresul în propria formare în anii de studii*, fără de care nu se poate miza pe o reușită socială.

Succesul profesional aparține cadrelor didactice, care înțeleg și interpretează schimbările în educație, reeducându-și propria persoană într-un spirit dinamic modern, orientat spre asigurarea reușitei, prin valorificarea propriului potențial unic de care dispune. Orientarea spre formarea unei personalități libere, creatoare, independente și deschise, capabile să ia decizii de sine stătător, să-și făurească propriul destin, semnifică nivelul de autoconducere, autoguvernare individuală, gradul de libertate în educație și asumare a responsabilității față de rezultatele acestei acțiuni, consolidează și facilitează autodeterminarea, autorealizarea individului. Or, aceste deziderate pot fi realizate doar în condițiile unei educații de calitate, care, după cum remarcă V. Pâslaru, „*înseamnă calitatea ființei umane, esența acesteia, iar calitatea ființei umane se măsoară cu cea a atitudinii sale față de lumea în care trăiește și față de sine – parte și condiție de existență a acestei lumi*”. Mai mult ca atât, în noile condiții social-economice și pedagogice, ale globalizării, internalizării se impune formarea personalității cu accent pe individualitatea sa, dezvoltarea trăsăturilor specifice deosebite, care îl individualizează, diferențiază, exteriorizează, îi permite să se manifeste din plin la nivel local, instituțional, comunitar, național, internațional. Identitatea personalității este marcată de destinul propriu, care poate fi unul de succes numai datorită eforturilor proprii, rezultatelor vizibile și tangibile în procesul de studii ca bază a reușitei în viață. În context se remarcă formarea unei personalități eficiente, optimale, pozitive.

În acest context, *competență, performanță, eficiență, calitate, branding personal, succes profesional* sunt cuvinte-cheie cele mai frecvent solicitate în viața modernă, abordate în literatura științifică și didactică, dar și contează mult într-o eră a schimbării și competiției. În jurul acestor noțiuni, entități înrudite se construiesc teorii, concepte, discuții între diverși specialiști în materie și a practicienilor din toate domeniile de activitate.

Calitatea de bază în activitatea cadrului didactic trebuie să fie *competența*, care determină eficiență, ordine, transparență decizională și acțiuni eficiente în diverse contexte. Eficiența acțiunilor sale este datorată cunoștințelor, abilităților intelectuale și practice, dar și experienței sale manageriale și didactice.

Calitatea formării profesionale devine o prioritate națională, deziderat, care constituie cheia în dezvoltarea durabilă a țării și implică o filosofie a asigurării calității educației centrată pe creșterea investițiilor în capitalul uman, lucru care necesită o altă optică de abordare a calității decât cea tradițională, care să promoveze „trilogia calității” - *planificarea calității, asigurarea calității, îmbunătățirea calității* prin implementarea unui sistem al managementului calității în contextul politicilor educaționale europene privind calitatea educației, precum și a standardelor internaționale ale calității aplicate în contextul sociocultural respectiv.

## II. ADMINISTRAREA DISCIPLINEI

Forma de învățământ (zi, la distanță)	Denumirea disciplinei	Semestrul/ luna	Ore total:			Evaluarea
			Total	Inclusiv		
				C	S	
Zi	<i>Branding personal</i>	I	60	15	45	<i>Sesiune de follow-up</i>

### Unități de conținut și repartizarea orientativă a orelor

Nr. d/o	Unități de conținut	Ore	
		Curs	Seminar
1.	<b>Cariera didactică de succes în ecuația muncă – pasiune – branding profesional - viața privată</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Traseul profesional al cadrului didactic: proiectarea unei cariere de succes</li> <li>• Importanța brandingului profesional în activitatea cadrului didactic</li> <li>• Creativitatea pedagogică în era digitală</li> <li>• Portretul dascălului de vocație – între realitate și subiectiv</li> <li>• Satisfacția profesională a cadrului didactic</li> </ul>	2	6
2.	<b>Personalitatea cadrului didactic în contextul eficienței personale</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Roluri, funcții și competențe ale cadrului didactic</li> <li>• Trăsăturile personalității cadrului didactic eficient</li> <li>• Teoriile eficienței personale. Factorii de influență a nivelului de auto-eficacitate personală</li> <li>• Autoritatea și „puterea” profesorului</li> <li>• Punctele forte și „construirea” brandingului personal</li> <li>• Empatie și predarea bazată pe atașament</li> </ul>	2	6
3.	<b>Autoevaluarea ca factor reglator în creșterea performanței profesionale</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Starea de flux la locul de muncă</li> <li>• Modele de comportament ale cadrului didactic</li> <li>• Autoobservarea și autoevaluarea personalității</li> <li>• Factorii creșterii profesionale</li> <li>• Pedagogia curajului de a progresa</li> <li>• Schimbarea personală prin tehnici afirmative</li> </ul>	2	6

4.	<b>Strategii de dezvoltare a competenței de relaționare a cadrului didactic</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Comunicarea relațională: repere conceptuale</li> <li>▪ Comportamentul cadrului didactic în universul școlar</li> <li>▪ Rolul gândirii pozitive în relaționarea educațională</li> <li>▪ Structura competenței de relaționare a cadrului didactic</li> <li>▪ Indici de stabilire a relației eficiente cu elevii</li> <li>▪ Strategii de dezvoltare a competenței de relaționare a cadrului didactic</li> </ul>	2	6
5.	<b>Imaginea de sine a cadrului didactice versus încrederea în sine și stima de sine</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Imaginea cadrului didactic în societate</li> <li>• Noțiuni de bază despre „Sine” și imaginea de sine</li> <li>• Comunicare interioară și exterioară</li> <li>• Dezvoltarea încrederii în sine a cadrului didactic</li> <li>• Stima de sine și starea de bine</li> <li>• Training de dezvoltare a încrederii în sine a cadrului didactic</li> </ul>	2	6
6.	<b>Reglarea emoțională a cadrelor didactice</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Educația pozitivă în context școlar</li> <li>• Emoțiile pozitive în cariera didactică</li> <li>• Emoțiile negative și reglarea emoțională</li> <li>• Reglarea emoțională ca parte a proceselor de autocontrol</li> <li>• Trăsăturile esențiale ale reglării emoționale</li> <li>• Strategiile de reglare emoțională</li> </ul>	2	6
7.	<b>Self-managementul cadrului didactic: formarea continuă prin transformarea personală</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Componentele self-managementului</li> <li>• Managementul priorităților și al timpului</li> <li>• Managementul stresului</li> <li>• Managementul conflictului. Negocierea</li> <li>• Consiliere și motivație pentru dezvoltare profesională</li> </ul>	2	6
8.	<b>Dezvoltarea competențelor didactice în tehnologia învățământului la distanță</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Formarea profesională și tehnologia</li> <li>• Educația cu ajutorul tehnologiei</li> <li>• Integrarea instrumentelor Web în procesul de predare – învățare - evaluare</li> <li>• Resurse de utilizare a noilor media în educație</li> </ul>	1	3
<b>Total</b>		<b>15</b>	<b>45</b>

### III. COMPETENȚE GENERALE ȘI COMPETENȚE SPECIFICE

#### **Cunoașterea și înțelegerea terminologiei**

- Să cunoască terminologia specifică disciplinei Branding profesional.
- Să integreze cunoștințele de cultură generală și cele din didactica generală, demonstrând o viziune de ansamblu asupra procesului de autoformare, autodezvoltare și autoevaluare a competențelor profesionale.
- Să realizeze antrenamente, activități de autoformare și activități de reflecție, prin modificarea comportamentului, în conformitate cu cerințele solicitate din partea unui cadru didactic tolerant, modern și inspirat.

#### **Capacitatea de a analiza și interpreta fenomenele demersului educațional**

- Să aplice strategiile adecvate de dezvoltare personală și profesională.
- Să regândească strategiile/tehnologiile/metodele/tehnicile de predare – învățare – evaluare în conformitate cu cerințele actuale, ce vizează demonstrarea competențelor profesionale.

#### **Cunoașterea actelor reglatoare ale demersului educațional**

- Să opereze cu resursele bibliografice și electronice ale domeniului.
- Să-și formeze deprinderi de analiză critică a literaturii didactice de bază și auxiliare.

#### **Aplicarea cunoștințelor didactice în organizarea, proiectarea și realizarea demersului educațional**

- Să poată proiecta și realiza diferite activități educaționale, curriculare și extracurriculare, în conformitate cu rigorile tehnologiilor educaționale, în raport cu practicile de obținere a succesului profesional
- Să coordoneze componentele demersului didactic pentru rezolvarea problemelor creative.

#### **Abilități analitice și predictive în managementul comunității de instruire**

- Să estimeze starea de lucruri în comunitatea de instruire și să aplice strategiile adecvate pentru atingerea obiectivelor/redresarea situației.
- Să analizeze eficiența personală, să observe și să monitorizeze progresul individual.

#### **Abilități de comunicare didactică**

- Să aplice diverse modele comportamentale, în raport cu educația pentru o societate deschisă, prin descătușarea personalității antrenate în activitatea didactică, prin promovarea toleranței față de capacitățile, abilitățile și motivația diferită a elevilor.

### IV. OBIECTIVE CROSS-CURRICULARE ȘI GENERALE ale cursului

#### ○ **Cunoaștere și înțelegere**

Cursanții vor demonstra cunoașterea strategiilor de dezvoltare și autodezvoltare personală și profesională;

#### ○ **Aplicare**

Cursanții vor fi capabili să proiecteze și să realizeze activități educaționale prin elaborarea proiectelor individuale de dezvoltare personală;

#### ○ **Integrare**

Cursanții vor putea să se pronunțe asupra calității formării profesionale, succesului profesional, performanței în activitatea didactică și să propună direcții de autoformare.

## V. CONȚINUTURI ȘI STRATEGII DIDACTICE

Metodologia formării unei viziuni profesionale moderne asupra succesului și performanței profesionale se va edifica pe diverse activități de simulare și instruire situațională. Conținuturile vor prezentate în PPT și suport electronic. Concepute ca traininguri, sesiunile se vor desfășura în grupuri de 12-16 cursanți, acordându-se prioritate activităților în perechi și în grup; lucrul individual se va orienta spre studierea surselor de referință și rodarea strategiilor/metodelor/tehnicilor asimilate. Între sesiunea de formare și sesiunea de follow-up cursanții vor exersa realizarea transferului asupra activității cotidiene la clasă, prin aplicarea imediată a proiectelor de dezvoltare personală. Se va acorda prioritate activităților individuale ale cursanților (studierea literaturii recomandate, analiza filmulețelor tematice, analiza materialului teoretic), cu ulterioare analize și debriefări; studiilor de caz și rezolvării de probleme.

### Finalitățile cursului vizează:

- Cunoașterea importanței brandingului personal în activitatea cadrului didactic.
- Familiarizarea cu diverse strategii de dezvoltare a încrederii în sine, stimei de sine, a modestiei, perseverenței, generozității și altruismului, etc.
- Însușirea diverselor modalități de comportament empatic și ascultare activă
- proiectare a demersului didactic, inclusiv a celui realizat on-line.
- Activarea și exersarea abilității de a relaționa eficient, de a comunica asertiv,
- Analiza și autoevaluarea oferite de diverse tehnici și chestionare de personalitate
- Realizarea eficientă a (auto) formării individuale și profesionale
- Promovarea diversității și a transparenței în evaluare.
- Formarea deprinderilor de soluționare a conflictelor prin negociere.

## SUBIECTUL 1.

### Cariera didactică de succes în ecuația muncă – pasiune – branding personal - viața privată

<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Traseul profesional al cadrului didactic: proiectarea unei cariere de succes</li><li>▪ Importanța brandingului personal în activitatea cadrului didactic</li><li>▪ Creativitatea pedagogică în era digitală</li><li>▪ Portretul dascălului de vocație – între realitate și subiectiv</li><li>▪ Satisfacția profesională a cadrului didactic</li></ul>	
<b>Obiective de referință</b> Cursanții vor urma:	<b>Unități de conținut</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Să explice etapele proiectării carierei și nivelurile de calificare în profesia didactică</li><li>✓ Să argumenteze importanța brandingului personal a cadrului didactic;</li><li>✓ Să descrie necesitatea creativității pedagogică într-o eră a schimbării;</li><li>✓ Să exemplifice situații de satisfacție profesională;</li><li>✓ Să aprecieze rolul pasiunii în profesia didactică</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Etapele proiectării carierei</li><li>• Niveluri de calificare</li><li>• Pasiunea în profesia didactică</li><li>• Vocația cadrului didactic</li><li>• Dezvoltarea potențialului creativ al cadrului didactic</li><li>• Rolul brandingului personal pentru dezvoltarea competențelor cadrului didactic</li><li>• Echilibrul între viața personală și cea profesională</li></ul>

Forme și strategii de organizare a activității didactice			
Nr crt.	Forme de organizare/tipuri de evaluare	Nr. de ore	Strategii și activități didactice dominante
1.	Curs interactiv		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Metoda <i>FORE</i></li> <li>• Discuție <i>ghidată</i></li> <li>• Tehnica <i>Controversa academică</i></li> </ul>
2.	Training		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Brainstorming</li> <li>• Gazeta de perete</li> <li>• Analiza filmulețelor tematice</li> <li>• Analiza materialului teoretic</li> </ul>
3.	Activitatea individuală a cursanților		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Studierea literaturii recomandate</li> <li>• Comunicare „Critica în contextul dezvoltării profesionale”</li> <li>• Analiza suportului teoretic</li> <li>• Expunerea materialului</li> </ul>
4.	Evaluarea punctuală		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentarea comunicării</li> <li>• Discutarea modalităților de abordare a Traseului profesional al cadrului didactic în scopul proiectării unei cariere de succes</li> </ul>

## SUBIECTUL 2.

### Personalitatea cadrului didactic în contextual eficienței personale

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Roluri, funcții și competențe ale cadrului didactic</li> <li>• Trăsăturile personalității cadrului didactic eficient</li> <li>• Teoriile eficienței personale. Factorii de influență a nivelului de auto-eficacitate personală</li> <li>• Autoritatea și „puterea” profesorului</li> <li>• Punctele forte și „construirea” brandingului personal</li> <li>• Empatie și predarea bazată pe atașament</li> </ul>	
<b>Obiective de referință</b> Cursanții vor urma:	<b>Unități de conținut</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Să descrie competențele profesionale ale cadrului didactic;</li> <li>✓ Să analizeze conceptul eficiență personală;</li> <li>✓ Să identifice sursele de putere ale profesorului;</li> <li>✓ Să conștientizeze necesitatea dezvoltării modestiei, perseverenței, generozității și altruismului</li> <li>✓ Să aprecieze rolul empatiei în procesul de ascultare în procesul comunicării asertive.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Competențele profesionale ale cadrului didactic</li> <li>• Conceptul de auto-eficiență personală</li> <li>• Cultivarea comportamentului empatic</li> <li>• Strategii de dezvoltare a modestiei, perseverenței, generozității și altruismului</li> <li>• Empatie și ascultare activă</li> <li>• Surse de putere ale profesorului. Comunicarea asertivă</li> <li>• Deprinderi de eficiență individuală și de dezvoltare a succesului, reușitei</li> </ul>



Forme și strategii de organizare a activității didactice			
Nr crt.	Forme de organizare/tipuri de evaluare	Nr. de ore	Strategii și activități didactice dominante
1.	Curs interactiv		<ul style="list-style-type: none"> <li>Joc de cunoaștere</li> <li>6 De Ce? Subiectul: <i>Fiecare persoană trebuie să-și dezvolte abilitățile de ascultare</i></li> <li><i>Lectura ghidată</i>. Ascultarea de tip Rogersian. Empatia și optimizarea ascultării active/eficiente</li> </ul>
2.	Training		<ul style="list-style-type: none"> <li>Tehnica <i>Joc de rol</i></li> <li>Discuții și întrebări privind complexitatea umană</li> <li>Evaluarea conceptelor fundamentale la temă</li> <li>Structura personalității</li> <li>Metode și tehnici de lucru în grup</li> <li>Brainstormingul</li> <li>Reflecții și comentarii finale.</li> </ul>
3.	Activitatea individuală a cursanților		<ul style="list-style-type: none"> <li>Studierea literaturii recomandate</li> <li>Criteriile agresivității (schema observării unui copil)</li> <li>Tehnică de studiere a stării de nervozitate</li> <li>Tehnică de diagnosticare a tipului de activitate comportamentală</li> <li>Chestionar de personalitate (H. Eysenck)</li> <li>Chestionar caracterologic (<i>T. Matalina</i>)</li> <li>Chestionar caracterologic (<i>H. Leonhard</i>)</li> <li>Teste de temperament (G. Bontilă)</li> </ul>
4.	Evaluarea punctuală		<ul style="list-style-type: none"> <li>Prezentarea rezultatelor chestionării</li> <li>Discutarea modalităților de reducere a agresivității și nervozității</li> </ul>

### SUBIECTUL 3.

#### Autoevaluarea ca factor reglator în creșterea performanței profesionale

<ul style="list-style-type: none"> <li>Starea de flux la locul de muncă</li> <li>Modele de comportament ale cadrului didactic</li> <li>Autoobservarea și autoevaluarea personalității</li> <li>Factorii creșterii profesionale</li> <li>Pedagogia curajului de a progresa</li> <li>Schimbarea personală prin tehnici afirmative</li> </ul>	
<b>Obiective de referință</b>	<b>Unități de conținut</b>
Cursanții vor urma:	
✓ Să explice necesitatea stării de flux la locul de muncă	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mecanismele stării de flux</li> <li>Activitatea de muncă în echipă</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Să analizeze conceptele de autoobservare și autoevaluare a personalității;</li> <li>✓ Să descrie formele de manifestare a curajului</li> <li>✓ Să aprecieze rolul factorilor creșterii profesionale</li> <li>✓ Să aplice diverse metode și tehnici de schimbare personală</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spiritul de echipă. Stadii de dezvoltare a echipei</li> <li>• Factori inhibitori și stimulatori ai lucrului în echipă</li> <li>• Autoobservarea și autoevaluarea personalității</li> <li>• Forme de manifestare a curajului</li> <li>• Managementul schimbării</li> </ul>		
<b>Forme și strategii de organizare a activității didactice</b>			
Nr crt.	Forme de organizare/tipuri de evaluare	Nr. de ore	Strategii și activități didactice dominante
1.	Curs interactiv		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentare <i>Geneza și esența comportamentului uman</i></li> <li>• Studiu bibliografic.</li> <li>• Analiza noțiunii de comportament</li> <li>• Geneza comportamentului uman.</li> </ul>
2.	Training		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Exercițiu: <i>Trei moduri de a (nu) comunica;</i></li> <li>• Discuții: <i>Mecanismele comunicării;</i></li> <li>• Lucru în grup: <i>Transmite mesajul;</i></li> <li>• Explozia stelară: <i>Întrebări deschise;</i></li> <li>• Joc de rol: <i>Ascultare activă</i></li> <li>• Activitatea în echipe: <i>Ajută-mă sa reușesc</i></li> </ul>
3.	Activitatea individuală a cursanților		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Studierea literaturii recomandate</li> <li>• Prezentare Power Point <i>Etapele de fundamentare și elaborare a strategiei de comunicare pentru schimbarea comportamentului</i></li> <li>• Maratonul de idei</li> <li>• <i>Generarea mesajului–caracteristici de bază</i></li> <li>• Comerțul cu o problemă <i>Etapele de implementare a strategiilor de comunicare pentru schimbarea comportamentului</i></li> </ul>
4.	Evaluarea punctuală		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Elaborarea Proiectului strategic în comunicarea pentru schimbarea comportamentului</li> <li>• Discutarea unei sinteze a proiectului</li> </ul>

#### **SUBIECTUL 4.**

##### **Strategii de dezvoltare a competenței de relaționare a cadrului didactic**

<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Comunicarea relațională: repere conceptuale</li> <li>▪ Comportamentul cadrului didactic în universul școlar</li> <li>▪ Rolul gândirii pozitive în relaționarea educațională</li> <li>▪ Structura competenței de relaționare a cadrului didactic</li> <li>▪ Indici de stabilire a relației eficiente cu elevii</li> <li>▪ Strategii de dezvoltare a competenței de relaționare a cadrului didactic</li> </ul>
---

<b>Obiective de referință</b> Cursanții vor urma:		<b>Unități de conținut</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Să explice diversitatea și varietatea</li> <li>✓ interacțiunilor educaționale în mediul școlar;</li> <li>✓ Să analizeze conceptul de „competența de relaționare”;</li> <li>✓ Să conștientizeze necesitatea antrenamentului abilităților de comunicare</li> <li>✓ Să aprecieze rolul gândirii pozitive în relaționarea educațională</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dezvoltarea abilităților interpersonale</li> <li>• Interacțiunea educațională: abordări conceptuale</li> <li>• Competența de relaționare a cadrului didactic</li> <li>• Gândirea pozitivă: repere conceptuale</li> <li>• Schimbarea modului de a gândi</li> <li>• Antrenamentul abilităților de comunicare</li> <li>• Limbaje ascunse</li> </ul>	
<b>Forme și strategii de organizare a activității didactice</b>			
<b>Nr crt.</b>	<b>Forme de organizare/tipuri de evaluare</b>	<b>Nr. de ore</b>	<b>Strategii și activități didactice dominante</b>
1.	Curs interactiv		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pagina de Facebook</li> <li>• Pălăriile gânditoare. Comunicarea interpersonală</li> <li>• FRISCO. Comunicarea verbală și nonverbală: avantaje și dezavantaje</li> </ul>
2.	Training		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Interviu în trei trepte <i>Actul de comunicare: interacțiunea profesor - elev</i></li> <li>• Rezumate în perechi: <i>Mesajul și funcțiile lui</i></li> <li>• <i>Lucrul în grup</i>. Identificați obstacole, dificultăți și bariere în procesul de comunicare</li> </ul>
3.	Activitatea individuală a cursanților		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Studierea literaturii recomandate</li> <li>• Elaborarea hărților conceptuale pentru competența de relaționare.</li> </ul>
4.	Evaluarea punctuală		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentarea hărților conceptuale</li> <li>• Discutarea indicilor de stabilire a relației eficiente cu elevii</li> </ul>

## SUBIECTUL 5.

### Imaginea de sine a cadrului didactic versus încrederea în sine și stima de sine

<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Imaginea cadrului didactic în societate</li> <li>▪ Noțiuni de bază despre „Sine” și imaginea de sine</li> <li>▪ Comunicare interioară și exterioară</li> <li>▪ Dezvoltarea încrederii în sine a cadrului didactic</li> <li>▪ Stima de sine și starea de bine</li> <li>▪ Training de dezvoltare a încrederii în sine a cadrului didactic</li> </ul>	<b>Unități de conținut</b>
<b>Obiective de referință</b> Cursanții vor urma:	

<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Să analizeze metode de studiere și de dezvoltare a stimei de sine a cadrului didactic a imaginii de sine</li> <li>✓ Să descrie tehnici de consolidare a încrederii elevilor în profesor</li> <li>✓ Să exemplifice cazuri de comparare socială</li> <li>✓ Să aprecieze rolul percepția de sine adecvate</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Percepția socială. Percepția mesajelor</li> <li>• Metode de studiu a imaginii de sine</li> <li>• Eul fizic, social și spiritual</li> <li>• Percepția de sine adecvată. Compararea socială</li> <li>• Dezvoltarea capacității de auto-recunoaștere, încrederii în sine a cadrelor didactice</li> <li>• Strategii de dezvoltare a stimei de sine a cadrului didactic</li> </ul>	
<b>Forme și strategii de organizare a activității didactice</b>			
<b>Nr crt.</b>	<b>Forme de organizare/tipuri de evaluare</b>	<b>Nr. de ore</b>	<b>Strategii și activități didactice dominante</b>
1.	Curs interactiv		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentare</li> <li>• Brainstorming: <i>De ce este importantă imaginea de sine?</i></li> <li>• Discuție Panel</li> </ul>
2.	Training		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Masă rotundă „Rolul pozitivismului în prevenirea bolilor profesionale”</li> <li>• Definirea calităților: auto-eficacitatea, stima de sine; locul de control; robustețea; sentimentul de coerență; optimismul;</li> <li>• Relevanța autocontrolului în menținerea stării de bine</li> <li>• Strategii de dezvoltare a stimei de sine: cercetări, studii, discuții și comentarii</li> </ul>
3.	Activitatea individuală a cursanților		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Studierea literaturii recomandate</li> <li>• Elaborarea tabelului de exemplificare a corelației cogniții – emoții – comportament</li> </ul>
4.	Evaluarea punctuală		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentarea hărților conceptuale</li> <li>• Discutarea modalităților de abordare a dezvoltării încrederii în sine a cadrului didactic</li> </ul>

## **SUBIECTUL 6.**

### **Reglarea emoțională a cadrelor didactice**

<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Educația pozitivă în context școlar</li> <li>▪ Emoțiile pozitive în cariera didactică</li> <li>▪ Emoțiile negative și reglarea emoțională</li> <li>▪ Reglarea emoțională ca parte a proceselor de autocontrol</li> <li>▪ Trăsăturile esențiale ale reglării emoționale</li> <li>▪ Strategiile de reglare emoțională</li> </ul>
---

<b>Obiective de referință</b> Cursanții vor urma:		<b>Unități de conținut</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Să explice afectivitatea pozitivă ca trăsătură;</li> <li>✓ Să analizeze beneficiile emoțiilor pozitive și importanța autocontrolului în stările de furie;</li> <li>✓ Să aprecieze necesitatea schimbării cognitive sau reevaluarea cognitivă.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trăsăturile esențiale ale emoțiilor</li> <li>• Afectivitatea pozitivă ca trăsătură</li> <li>• Beneficiile emoțiilor pozitive</li> <li>• Importanța autocontrolului în stările de furie</li> <li>• Schimbarea cognitivă sau reevaluarea cognitivă</li> </ul>	
<b>Forme și strategii de organizare a activității didactice</b>			
<b>Nr crt.</b>	<b>Forme de organizare/tipuri de evaluare</b>	<b>Nr. de ore</b>	<b>Strategii și activități didactice dominante</b>
1.	Curs interactiv		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentare</li> <li>• Metoda <i>Problematizarea</i></li> <li>• Conversația examinatoare privind caracterizarea afectivității</li> <li>• <i>Gândește – perechi – prezintă</i>: descrierea proprietățile proceselor afectivității</li> <li>• Complexele de diagnostic de cercetare psihologică a proceselor și stărilor afective</li> </ul>
2.	Training		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Presupunere prin termeni</li> <li>• Expunerea subiectului: Cercul emoțiilor lui Plutchik</li> <li>• Expunerea temei Teorii privind natura emoțiilor</li> <li>• Clasificarea emoțiilor și funcțiile emoțiilor</li> <li>• Expresiile emoționale și explicarea lor</li> </ul>
3.	Activitatea individuală a cursanților		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Studierea literaturii recomandate</li> <li>• Experimentare: <i>Joc de competiție sau de cooperare</i>;</li> <li>• Activitatea în perechi: <i>Analiza avantajelor și a dezavantajelor</i>;</li> <li>• Linia valorii: <i>Principii de competiție și cooperare</i>;</li> <li>• 6 Cum?: <i>Crearea unor jocuri de cooperare</i>.</li> </ul>
4.	Evaluarea punctuală		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentarea hărților conceptuale</li> <li>• Discutarea corelației proceselor afective cu diferite aspecte ale activității psihice</li> </ul>

**SUBIECTUL 7.****Self-managementul cadrului didactic: formarea continuă prin transformarea personală**

<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Componentele self-managementului</li> <li>▪ Managementul priorităților și al timpului</li> <li>▪ Managementul stresului</li> <li>▪ Managementul conflictului. Negocierea</li> <li>▪ Consiliere și motivație pentru dezvoltare profesională</li> </ul>			
<b>Obiective de referință</b>		<b>Unități de conținut</b>	
Cursanții vor urma:			
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Să explice importanța și componentele self-managementului;</li> <li>✓ Să descrie nivelurile, factorii, reacțiile la stres și strategii anti-stres;</li> <li>✓ Să analizeze conceptul de epuizarea profesională;</li> <li>✓ Să aprecieze rolul timpului și a negocierii în activitatea cadrului didactic;</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoconducerea propriului comportament</li> <li>• Stresul: definiții, niveluri și factori. Reacții la stres și strategii anti-stres.</li> <li>• Epuizarea profesională</li> <li>• (Auto) formarea individuală și profesională. Carisma. Prezentarea publică.</li> <li>• Timpul și managementul timpului</li> <li>• Strategii de soluționare a conflictelor. Negocierea</li> </ul>	
<b>Forme și strategii de organizare a activității didactice</b>			
<b>Nr crt.</b>	<b>Forme de organizare/tipuri de evaluare</b>	<b>Nr. de ore</b>	<b>Strategii și activități didactice dominante</b>
1.	Curs interactiv		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentare</li> <li>• Predicțiile în perechi</li> <li><i>Comunicarea perturbată sau blocată, sursă a conflictului</i></li> <li>• Presupunere prin termeni etc.</li> <li><i>Principii și atitudini în rezolvarea conflictului prin dialog</i></li> <li>• Comunicarea preventivă pentru conflict</li> <li>• Semnificația conceptului de stres;</li> <li>• Teorii și modele explicative ale stresului;</li> <li>• Componentele procesului de stres,</li> <li>• Consecințele stresului: PPT;</li> <li>• Discuții și comentarii</li> <li>• Exerciții practice de reducere a nivelului de stres</li> <li>• Educația/ terapia prin film – metodă de reducere a nivelului de stres</li> </ul>
2.	Training		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tehnica <i>Joc de rol</i></li> <li>• Tehnica <i>Metafora terapeutică</i></li> <li>• Managementul timpului</li> <li>• Stresul și controlul lui</li> </ul>

			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formarea încrederii în sine</li> <li>• Training psihosocial: <i>Antrenarea formării deprinderilor de luare a deciziilor, de gândire critice și de management al stresului;</i></li> </ul>
3.	Activitatea individuală a cursanților		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evaluarea nivelului de stres: teste psihologice</li> <li>• Noțiunea de stres și riscul lui pentru apariția bolii;</li> <li>• Factorii și agenții stresori</li> <li>• Studierea literaturii recomandate</li> <li><i>Etape ale proiectării activității didactice</i></li> <li>• Interviul în trei trepte</li> <li>• Rezumate în perechi</li> </ul>
4.	Evaluarea punctuală		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentarea hărților conceptuale</li> <li>• Discutarea strategiilor de soluționare a conflictelor școlare.</li> </ul>

## SUBIECTUL 8.

### Dezvoltarea competențelor didactice în tehnologia învățământului la distanță

<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Formarea profesională și tehnologia</li> <li>▪ Educația cu ajutorul tehnologiei</li> <li>▪ Integrarea instrumentelor Web în procesul de predare – învățare - evaluare</li> <li>▪ Resurse de utilizare a noilor media în educație</li> </ul>			
<b>Obiective de referință</b>		<b>Unități de conținut</b>	
Cursanții vor urma:			
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Să explice rolul tehnologiei în educație;</li> <li>✓ Să îmbine diverse modalități de învățare;</li> <li>✓ Să descrie noile abordări asupra învățării informale;</li> <li>✓ Să analizeze situații contradictorii privind idealul și realitatea socială;</li> <li>✓ Să aprecieze rolul autorității în rețea a cadrului didactic</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Educația online de calitate</li> <li>• Învățarea pe suport digital: dileme, provocări, perspective</li> <li>• Îmbinarea modalităților de învățare-predare-evaluare</li> <li>• Noile abordări asupra învățării informale</li> <li>• Idealul și realitatea învățământului la distanță</li> <li>• Măști ale profesorului în spațiul on-line</li> <li>• Autoritatea în rețea a cadrului didactic</li> </ul>	
<b>Forme și strategii de organizare a activității didactice</b>			
<b>Nr crt.</b>	<b>Forme de organizare/tipuri de evaluare</b>	<b>Nr. de ore</b>	<b>Strategii și activități didactice dominante</b>
1.	Curs interactiv		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentare</li> <li>• Discuție <i>Panel</i></li> <li>• Tehnica <i>Joc de rol</i></li> </ul>
2.	Training		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Training „Dezvoltarea personală”</li> <li>• Învățământul la distanță: practici naționale și internaționale</li> </ul>

			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Metodologii de schimbare a comportamentelor fumătorilor prin identificarea comportamentelor alternative;</li> </ul>
3.	Activitatea individuală a cursanților		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Studierea literaturii recomandate</li> <li>• Însărcinări practice</li> <li>• Harta mentală a conceptul de „Sănătate”</li> <li>• Harta mentală a conceptul de „Boală”</li> <li>• Harta mentală a conceptul de „Calitatea vieții”</li> <li>• PPT „Modele ale sănătății și bolii”</li> <li>• Teste psihologice de diagnosticare a calității vieții</li> </ul>
4.	Evaluarea punctuală		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentarea hărților conceptuale</li> <li>• Discutarea modalităților de abordare a învățământului la distanță</li> </ul>

## VI. SUBIECTE PENTRU EVALUAREA FINALĂ

Evaluarea curentă, continuă și formativă, se va realiza pe parcursul activităților de training, prin aplicarea variatelor tehnici de autoevaluare, evaluare reciprocă, evaluare făcută de formator și, eventual, evaluare asistată de calculator. Cursul prevede doar o evaluare finală prin *proiect individual*, desfășurată peste 4-6 săptămâni de la încheierea formării, în cadrul căreia profesorii vor susține proiectele elaborate. Produsele evaluabile vor fi apreciate în planul corectitudinii didactice, dar și în planul adecvănței reflecțiilor pe care le va oferi cursantul.

Evaluarea finală se face în varianta de follow-up și include:

- Proiectarea/elaborarea proiectului de dezvoltare personală și profesională
- Reflecții asupra conținuturilor studiate;
- Interviu-structurat în baza proiectului de dezvoltare profesională.

## VII. BIBLIOGRAFIE SELECTIVĂ

1. Abric J.-C. Psihologia comunicării. Teorii și metode, Iași: Editura Polirom, 2002, 203 p.
2. Amado G., Guittet A., Psihologia comunicării în grupuri, Iași, 2007
3. Andre C., Lelord F. Cum să te iubești pe tine pentru a te înțelege mai bine cu ceilalți, Trad. din l. franc. A. Luca, București: Editura Trei, 2015, 302 p.
4. Andre Ch., Lelord F. Cum să ne exprimăm emoțiile și sentimentele, București: Editura TREI, trad. din l. franc. Georgescu M., 2013, 362 p.
5. Baban, A., Stres și personalitate, Editura Presa Universitară Clujeană, Cluj-Napoca, 1998
6. Bocoș M.-D. Instruirea interactivă, Iași: Editura Polirom, 2013, 470 p.
7. Bocoș, M. Didactica disciplinelor pedagogice. Un cadru constructivist, Ediția a IV-a revizuită, Pitești: Editura Paralela 45, 2017
8. Bogathy Z. Manual de tehnici și metode în psihologia muncii și organizațională, Iași: Editura Polirom, 2007, 388 p.
9. Bonchiș E. Învăță să ascuți. Iași: Polirom, 2019, 326 p.
10. Boncu Șt., Ceobanu C. Psihosociologie școlară, Iași: Editura Polirom, 2013, 381 p.
11. Branden N. Cei șase stâlpi ai încrederii în sine, București: Editura Amsta Publishing, 2008, 347 p.
12. Breben S., Gongea E., Puiu G. Metode interactive de grup. Ghid metodic. București: Editura Arves, 2002, 425 p.



13. Brillon M. Emoțiile pozitive, emoțiile negative și sănătatea: teama, furia și agresivitatea, iubirea, bucuria și tristețea, speranța și deznădejdea, rușinea, Trad. Vasilescu L., Iași: Editura Polirom, 2010, 259 p.
14. Bruksos R. Schimbarea ca oportunitate: reinventează-ți viitorul prin cele 8 stadii ale schimbării, Trad. din l. engl. Mechenici F., București: Editura Curtea Veche, 2010, 190 p.
15. Burley-Allen M. Arta de a asculta ce spun cei din jur și succesul în viață, Trad.: Bădescu A. București: Editura Teora, 2008, 218 p.
16. Calancea A. Trainingul de dezvoltare a competențelor afective. Ghid pentru formarea practică în consilierea psihologică, Chișinău: Tipografia centrală, 2012, 271 p.
17. Cerghit I. Sisteme de instruire alternative și complementare. Structuri, stiluri și strategii, Iași: Editura Polirom, 2008, 395 p.
18. Cojocaru V. Competență. Performanță. Calitate. Concepte și aplicații în educație, Chișinău: Tip. UPS „Ion Creangă”, 2016, 273 p.
19. Cojocaru V., Cojocaru V. Gh., Postica A. Diagnosticarea pedagogică din perspectiva calității educației, Chișinău: Tipografia centrală, 2011, 192 p.
20. Cojocaru-Borozan M. Comunicare relațională. Suport de curs, Chișinău: UPS „I. Creangă”, 2009, 60 p.
21. Cojocaru-Borozan M. Tehnologia dezvoltării culturii emoționale, Chișinău: UPS „Ion Creangă”, 2012, 239 p.
22. Cojocaru-Borozan M. Teoria culturii emoționale. Chișinău: UPS „Ion Creangă”, 2010, 239 p.
23. Coman A. Tehnici de comunicare. Proceduri și mecanisme psihosociale. București: C.H. Beck, 2008. 143 p.
24. Constantinescu M. Competența socială și competența profesională. București: Editura Economică, 2004, 350 p.
25. Cosnier J. Introducere în psihologia emoțiilor și a sentimentelor, Iași: Editura Polirom, 2002, 196 p.
26. Covey R. Cele șapte deprinderi ale persoanelor eficiente. Lecții importante pentru schimbarea personală, Ediția a III-a, rev., București: Editura ALLFA, 2015, 333 p.
27. Covey R.-S. Cele 12 pârghii ale succesului. Cum să obții excelența primară, Trad. G. Nedelea, București: Editura ALL, 2017, 132 p.
28. Crețu, R., Evaluarea personalității. Ed. Polirom, Iași, 2005
29. Cristea, D., Tratat de psihologie socială, Editura Pro Transilvania, 2000
30. Cungi C., Cum putem scăpa de stres, Polirom, Iași, 2003
31. Davidescu E. Semnificații ale competenței de relaționare în context pedagogic și social. În Univers pedagogic, Nr.1, 2017, p.
32. Davidescu E. Stiluri comportamentale adoptate de profesor în relaționarea educațională. În Materialele Conferinței științifico-practică națională cu participare internațională din 10 octombrie 2014 „Fundamente psihopedagogice ale prevenirii și combaterii violenței în sistemul educațional”, Chișinău, 2014, 366 p.
33. Davidescu E. Strategia trainingului privind dezvoltarea competenței de relaționare în procesul de formare a pedagogilor sociali. În: Didactica Pro..., nr. 1 (101), 2017, pp. 37-40.
34. Dumitru, LAI., Personalitate, atitudini și valori, Editura de Vest, Timișoara, 2001
35. Keller J. Atitudinea este totul: schimbă-ți atitudinea... și îți vei schimba viața, Trad. din l. engl. Căliman R.-A., București: Editura Curtea Veche, 2012, 166 p.
36. Leroux L. Fericire și leadership. Ghid de inițiere, Trad.: Nășcuțiu A.-M., București: Editura Niculescu, 2016, 246 p.
37. Miclea, M., Stres și apărare psihică, Editura Presa Universitară Clujeană, Cluj-Napoca, 1997
38. Mielu Z. Eul și personalitatea, București, Editura Trei, 2008

39. Neacșu I. Metode și tehnici de învățare eficientă. Fundamente și practici de succese, Iași: Polirom, 2015, 314 p.
40. Negovan V. Psihologie pozitivă aplicată în educație. București: Editura Universitară, 2013, 273 p.
41. Oprea C.-L. Strategii didactice interactive. Repere teoretice și practice. Ediția a III-a, București: EDP, 2008, 315 p.
42. Papuc I., Bocoș M. Psihopedagogie. Suporturi pentru formarea inițială și continuă, București: Editura Cartea Românească Educațional, 2017, 191 p.
43. Papuc L., Sadovei L., Cojocaru-Borozan M. Inițiere în cariera profesională pentru studenți pedagogi, Chișinău: Tip. UPS „Ion Creangă”, 2013, 156 p.
44. Patrașcu D. Managementul conflictului în sistemul educațional, Chișinău: Editura Reclama, 2017, 468 p.
45. Pâslaru V. Politici educaționale și calitatea educației. În: „Calitatea educației: teorii, principii, realizări”. Materialele Conferinței științifice internaționale, Chișinău, I.Ș.E, 30-31 octombrie 2008, p. 214-218.
46. Plozza L., Viața alături de stres, strategii de învingere a anxietății, Iași, Editura contact internațional, 1997.
47. Potolea D., Neacșu I., Iucu R., et alții, Pregătirea psihopedagogică. Iași: Editura Polirom, 2008, 542 p.
48. Sadovei L. Competența de comunicare didactică. Repere epistemologice și metodologice. Ch.: Tipogr. UPS „Ion Creangă”, 2008, 172 p.
49. Schawbel D. Manual de branding personal. Reguli noi pentru a carieră de succes. București: Editura Amaltea, 2015, 278 p.
50. Zlate M. Psihologia la răspântia mileniilor, Iași-București. Editura Polirom, 2001, 431 p.