



## CD 8.5.1 CURRICULUM DISCIPLINĂ

Redacția: 06

Data: 04.09.2017

Pag. 1/10

# FACULTATEA MEDICINĂ NR.1, SPECIALITATEA OPTOMETRIA

## PROGRAM DE STUDII OPTOMETRIE

### CATEDRA DE PSIHOLOGIE ȘI MANAGEMENT

APROBATĂ

la ședința Comisiei de asigurare a calității și  
evaluării curriculare facultatea \_\_\_\_\_

Proces verbal Nr. \_\_\_ din \_\_\_\_\_

Președinte \_\_\_\_\_  
(grad didactic, titlu științific)

Nume, prenume \_\_\_\_\_  
(semnătura)

APROBATĂ

la ședința Consiliului Facultății de  
\_\_\_\_\_

Proces verbal Nr. \_\_\_ din \_\_\_\_\_

Decanul Facultății \_\_\_\_\_  
(grad didactic, titlu științific)

Nume, prenume \_\_\_\_\_  
(semnătura)

APROBATĂ

la ședința Catedrei de Psihologie și management

Proces verbal Nr.1 din 04 .09.2017

Șef catedră Profesor universitar, dr. hab. în med.

**Constantin Ețco** \_\_\_\_\_  
(semnătura)

# CURRICULUM (PROGRAMA ANALITICĂ)

## DISCIPLINA PSIHOLOGIA SĂNĂTĂȚII

### Studii superioare de licență

Tipul cursului: **Disciplină la libera alegere**

Chișinău, 2017



## CD 8.5.1 CURRICULUM DISCIPLINĂ

Redacția: 06

Data: 04.09.2017

Pag. 2/10

### I. PRELIMINARII

- **Prezentarea generală a disciplinei: locul și rolul disciplinei în formarea competențelor specifice ale programului de formare profesională / specialității**

Necesitatea și utilitatea cursului *Psihologia sănătății* pentru studenții-medici, se datorează faptului că ei, medicii sunt promotori ai sănătății individuale și sociale. Scopul Psihologiei sănătății - este de a oferi cunoștințe despre factorii ce mențin sănătatea și factorii ce influențiază starea de sănătate într-un mod negativ, ce induc starea de boală. Principalele compartimente ale disciplinei sunt: psihologia sănătății, dimensiunile și factorii ce influențează sănătatea, modelele explicative ale bolii și sănătății, psihosomatica și rolul factorilor psihologici în sănătate și boală, impactul psihologic al bolii.

Obiectivele Psihologiei sănătății sunt:

- Promovarea sănătății;
- Menținerea sănătății;
- Educarea pentru sănătate;
- Prevenirea îmbolnăvirilor;
- Identificarea factorilor cognitivi, emoționali, comportamentali și sociali cu rol în etiologia și evoluția bolilor acute și cronice;
- Înțelegerea experienței bolii.

#### **Misiunea curriculumului (scopul) în formarea profesională**

De a oferi studenților cunoștințe privind conceptele psihologiei sănătății, precum și dezvoltarea abilităților de înțelegere a implicare factorilor biologici, psihologici și sociali ce contribuie la apariția, menținerea stării de boală și de restabilire a sănătății.

- **Limba de predare a disciplinei:** română.
- **Beneficiari:** studenții anului II, semestrul III, facultatea Medicina 1, specialitatea OPTOMETRIE



## CD 8.5.1 CURRICULUM DISCIPLINĂ

Redacția: 06

Data: 04.09.2017

Pag. 3/10

### II. ADMINISTRAREA DISCIPLINEI

Codul disciplinei			
Denumirea disciplinei	<b>Psihologia sănătății</b>		
Responsabil (i) de disciplină	dr. în psihologie, conf. univ. <b>Natalia Daniliuc</b>		
Anul	<b>II</b>	Semestrul/Semestrele	<b>3</b>
Numărul de ore total, inclusiv: <b>120</b>			
Curs	<b>40</b>	Lucrări practice/ de laborator	<b>20</b>
Seminare		Lucrul individual	<b>60</b>
Forma de evaluare	<b>E</b>	Numărul de credite	<b>4</b>

### III. OBIECTIVELE DE FORMARE ÎN CADRUL DISCIPLINEI

*La finele studierii disciplinei studentul va fi capabil:*

**Să cunoască:**

- să cunoască noțiunile de bază care deserve cadru științifico-practic al disciplinei;
- să poată identifica factorii ce mențin starea de sănătate și factorii care au influență în apariția și menținerea stării de boală;
- să înțeleagă consecințele comportamentelor de risc asupra sănătății și vieții;
- să poată explica modelele sănătății și bolii;
- să înțeleagă în ce măsură atitudinile oamenilor despre sănătate/boală au influență asupra calității vieții.

**Să aplice:**

- să poată identifica și înțelege importanța factorilor psihologici ce sunt implicați în menținerea sănătății și cei ce duc la apariția a bolilor;
- să poată identifica și aplica cele mai eficiente metode de ajustare la stres;
- să conștientizeze necesitatea ajutorului psihologic în recuperarea sănătății;
- să fie capabil de ași evalua propriile comportamente implicate în sănătate;
- să dezvolte capacitățile de ascultare activă și empatică.

**Să integreze:**

- să-și formeze o viziune amplă și detaliată privind factorii ce mențin sănătatea și cei ce mențin, provoacă boala;
- cunoștințele psihologice obținute în contextul viitoarei profesii;
- opiniile în susținerea ideilor noi;



## CD 8.5.1 CURRICULUM DISCIPLINĂ

Redacția: 06

Data: 04.09.2017

Pag. 4/10

- să dezvolte abilități de comunicare, necesare pentru a fi apt de a informa și promova sănătatea;
- deschis spre colaborare și flexibil în gândire cu privire la abordarea diverselor subiecte din domeniul sănătății;
- decizii optime în promovarea sănătății;
- cunoștințe și abilități importante din domeniile aplicative, ce au tangență cu psihologia sănătății.

### IV. CONDIȚIONĂRI ȘI EXIGENȚE PREALABILE

Cunoștințe de bază din: Psihologia generală, Psihologia medicală, Psihologia vârstelor, Fiziologie/Fiziopatologie, Medicină internă.

### V. TEMATICA ȘI REPARTIZAREA ORIENTATIVĂ A ORELOR

*Cursuri (prelegeri), lucrări practice/ lucrări de laborator/seminare și lucru individual*

Nr. d/o	TEMA	Numărul de ore		
		Prelegeri	Lucrări practice	Lucru individual
1.	Psihologia sănătății. Delimitarea domeniului de cercetare. Obiective. Relația psihologiei sănătății cu alte discipline.	2	-	-
2.	Modelele sănătății și ale bolii. Definiții ale sănătății și ale bolii. Componentele și dimensiunile sănătății.	2	2	-
3.	Impactul psihologic al bolii. Rolul și comportamentul de bolnav. Semnificația și atitudinile bolnavului față de boală.	4	2	2
4.	Psihologia durerii. Definiție. Tituri, cauze și teorii ale durerii. Perceperea durerii.	4	2	-
5.	Psihosomatica. Rolul factorilor psihologici, sociali și biologici implicați în starea de sănătate și în cea de boală.	4	2	3
6.	Gândirea pozitivă. Efectele gândirii pozitive asupra sănătății și calității vieții. Stima și încrederea în sine.	4	2	5
7.	Stresul. Definiție. Clasificare. Consecințele stresului, metode de prevenire și de depășire (coping) a stresului. Burnout: definiție, cauze, consecințe, metode de prevenire.	6	2	10
8.	Rolul factorilor comportamentali în sănătate și boală. Stilul de viață și sănătatea. Consumul/abuzul de alcool. Tabacismul: cauze și consecințe. Comportamentul alimentar.	6	2	10
9.	Bolile cardiovasculare. Definiție. Cauze, consecințe și intervenția/asistența psihologică a bolnavilor cardiaci.	2	2	10



## CD 8.5.1 CURRICULUM DISCIPLINĂ

Redacția: 06

Data: 04.09.2017

Pag. 5/10

Nr. d/o	TEMA	Numărul de ore		
		Prelegeri	Lucrări practice	Lucru individual
10	HIV/SIDA. Definiere. Scurt istoric. Grup de risc. Metode de infectare, protejare și tratament.	2	2	10
11	Comunicarea. Definiere și caracterizare generală. Tipuri, strategii de comunicare și de promovare a sănătății.	4	2	10
<b>Total</b>		<b>40</b>	<b>20</b>	<b>60</b>

### VI. OBIECTIVE DE REFERINȚĂ ȘI UNITĂȚI DE CONȚINUT

Obiective	Unități de conținut
<b>Tema (capitolul) 1.</b> Psihologia sănătății. Domeniul de cercetare și concepte fundamentale.	
<ul style="list-style-type: none"><li>să definească conceptele fundamentale ale psihologiei sănătății.</li><li>să cunoască obiectivele psihologiei sănătății</li><li>sa demonstreze abiliități de analiză și sistematizare a cunoștințelor.</li><li>să aplice criteriile de apreciere a factorilor implicați în sănătate</li><li>să integreze în viața cotidiană cunoștințele despre promovarea modului sănătos de viață.</li></ul>	Conceptele fundamentale ale psihologiei sănătății.
	Obiectivele psihologiei sănătății.
	Definirea domeniului de cercetare.
	Definirea conceptelor de normalitate și anormalitate în medicină, psihologie și sociologie.
<b>Tema (capitolul) 2.</b> Caracteristici generale ale sănătății, bolii și ale durerii.	
<ul style="list-style-type: none"><li>să definească sănătatea/boala și durerea</li><li>să cunoască modelele explicative ale bolii</li><li>să conștientizeze mecanismele implicate în însănătoșire și îmbolnăvire.</li><li>să înțeleagă impactul psihologic pe care îl are boala</li></ul>	Caracteristici generale ale sănătății și ceea ce o poate afecta Evidențierea mecanismelor ce contribuie la îmbolnăvire Stări afective condiționate de boală și durere. Perceperea durerii, pragurile durerii etc.
<b>Tema (capitolul) 3.</b> Psihosomatica. Interferența factorilor psihologi, sociali și biologici implicați în sănătate și boală.	
<ul style="list-style-type: none"><li>să definească criteriile pr-ale ale bolii somatice, tulburării psihice/bolii somatice</li><li>să cunoască clasificările internaționale de bază a tulburărilor somatice și psihice.</li><li>sa demonstreze abilități de analiză a cauzelor de apariție a tulburărilor.</li><li>să integreze cunoștințele despre tulburările psihosomatice în domeniul medical.</li></ul>	Definiere și caracterizare generală a tulburărilor psihosomatice Clasificarea tulburărilor psihosomatice. Aspecte psihologice și recomandări practice.



## CD 8.5.1 CURRICULUM DISCIPLINĂ

Redacția: 06

Data: 04.09.2017

Pag. 6/10

Obiective	Unități de conținut
<b>Tema (capitolul) 4. Gândirea pozitivă. Stresul și consecințele lui asupra vieții.</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• să realizeze importanța gândurilor, emoțiilor pozitive în menținerea sănătății</li><li>• să definească conceptul de stres</li><li>• să evidențieze tipurile de stres</li><li>• să aplice tehnici constructive de ajustare la stres</li><li>• să cunoască cauzele apariției Sindromului Burn-out</li><li>• să aplice metode de ajustare sau de prevenire a Sindromului Burn-out.</li></ul>	<p>Efectul gândirii pozitive asupra vieții și sănătății</p> <p>Definirea stresului, tipuri și metode de ajustare la stres.</p> <p>Sindromul Burn-out și modalitățile de prevenire a lui.</p> <p>Factorii predispozanți și precipitanți ai sindromului.</p>
<b>Tema (capitolul) 5. Rolul factorilor comportamentali în sănătate și boală.</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• să enumere factorii comportamentali implicați în sănătate și boală</li><li>• să definească și să caracterizeze stilul de viață sănătos</li><li>• să cunoască factorii implicați în abuzul de alcool, fumat, alimentar etc</li><li>• să aplice tehnici de promovare a stilului de viață sănătos</li></ul>	<p>Definirea și evidențierea componentelor stilului de viață</p> <p>Cauzele abuzului de diferite substanțe</p> <p>Consecințele comportamentelor abuzive</p> <p>Metode de tratament în cazul abuzului de alcool, tutun etc.</p> <p>Metode de prevenire și promovare a comportamentelor sănătoase</p>
<b>Tema (capitolul) 6. Bolile cardiovasculare. Hiv/SIDA</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• să definească principalele cauze ale apariției bolilor cardiovasculare</li><li>• să enumere consecințele bolilor cardiovasculare</li><li>• să ofere asistență afectivă și de susținere a bolnavilor cardiaci</li><li>• să definească și să facă diferență dintre persoanele Hiv infectate și cele SIDA îmbolnăvite</li><li>• să identifice grupele de risc în infectare cu Hiv</li><li>• să enumere metodele de infectare și prevenire cu Hiv</li></ul>	<p>Definirea și caracterizare generală a îmbolnăvirilor cardiovasculare</p> <p>Cauzele și consecințele îmbolnăvirilor</p> <p>Metode de asistență medicală și psihologică a bolnavilor cardiovasculari</p> <p>Caracterizare și descriere generală a ceea ce prezintă Hiv/SIDA</p> <p>Grupurile de risc de a se infecta cu Hiv/SIDA</p> <p>Metodele de infectare și de protejare</p>
<b>Tema (capitolul) 7. Comunicarea și promovarea sănătății.</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• să definească aspecte ale comunicării</li><li>• să enumere tipurile de comunicare și a barierelor</li><li>• să identifice strategiile eficiente/pozitive de comunicare</li><li>• să demonstreze abilități de comunicare eficientă în promovarea sănătății</li><li>• și să le aplice în practica medicală.</li></ul>	<p>Definire și caracterizare a procesului de comunicare.</p> <p>Evidențierea tipurilor de comunicare</p> <p>Barierile în comunicare</p> <p>Comunicare eficientă/constructivă</p> <p>Metode de promovare a sănătății</p>



## CD 8.5.1 CURRICULUM DISCIPLINĂ

Redacția: 06

Data: 04.09.2017

Pag. 7/10

### VII. COMPETENȚE PROFESIONALE (SPECIFICE (CS) ȘI TRANSVERSALE (CT) ȘI FINALITĂȚI DE STUDIU

#### ✓ COMPETENȚE PROFESIONALE (SPECIFICE) (CS)

- CP 1. Identificarea și utilizarea conceptelor, principiilor și teoriilor din psihologia sănătății în activități profesionale.
- CP 2. Cunoașterea temeinică, înțelegerea și operarea cu cunoștințele teoretice și metodele practice de bază ale psihologiei sănătății.
- CP 3. Cunoașterea temeinică și aplicarea în practică a cunoștințelor psihologice în relația cu pacientul ținând cont de vârsta și caracterul persoanei, specificul patologiei și experiențele pacientului cu medicii, în vederea asigurării unei interacțiuni pozitive.
- CP 4. Posedarea la nivel profesional a principiilor de menținere a sănătății oculare și elucidarea cauzelor și condițiilor care influențează dinamica dizabilității vizuale.

#### ✓ COMPETENȚE TRANSVERSALE(CT)

- CT1. Aplicarea regulilor de muncă riguroasă și eficientă, manifestarea unei atitudini responsabile față de domeniul științific și didactic, pentru valorificarea optimă și creativă a propriului potențial în situații specifice, cu respectarea principiilor și a normelor de etică profesională;
- CT2. Asigurarea desfășurării eficiente și implicarea eficace în activitățile organizate în echipă.
- CT3. Identificarea oportunităților de formare continuă și valorificarea eficientă a resurselor și tehnicilor de învățare pentru propria dezvoltare.

#### ✓ FINALITĂȚI DE STUDIU

La finalizarea studierii unității de curs studentul va fi capabil:

- *Să cunoască:* componentele specifice sănătății și bolii;
- Să cunoască calitățile și comportamentul optimal pentru profesarea cu succes a medicinei.
- Să poată identifica principalele tipuri de atitudini ale bolnavilor și modalitățile de interacțiune cu ei;
- Sa formuleze decizii optime în acordarea ajutorului pacienților în situații critice;
- *Să aplice* metodele de cunoaștere psihologică a oamenilor în activitatea profesională și în viața cotidiană;
- *Să aplice diverse* modalități de susținere psihologică și morală a diferitor tipuri de pacienți.



## CD 8.5.1 CURRICULUM DISCIPLINĂ

Redacția: 06

Data: 04.09.2017

Pag. 8/10

### VIII. LUCRUL INDIVIDUAL AL STUDENTULUI

Nr.	Produsul preconizat	Strategii de realizare	Criterii de evaluare	Termen de realizare
1.	Lucrul cu cartea si TIC	Lucrul sistematic în biblioteca și mediateca. Explorarea surselor electronice actuale referitor la tema pusa în discuție	1. Calitatea judecăților formate, gândirea logică, flexibilitatea. 2. Calitatea sistematizării materialului informațional obținut prin activitate proprie.	Pe parcursul semestrului
2.	Referat	Analiza surselor relevante la tema referatului. Analiza, sistematizarea si sinteza informației la tema propusa. Alcătuirea referatului în conformitate cu cerințele în vigoare si prezentarea lui la catedra.	1. Calitatea sistematizării și analizei materialului informațional obținut prin activitate proprie. 2. Concordanța informației cu tema propusă	Pe parcursul semestrului
3.	Analiza studiului de caz	Alegerea și descrierea studiului de caz Analiza cauzelor problemelor apărute în studiul de caz. Prognosticul cazului cercetat. Deducerea rezultatului scontat al cazului.	1. Analiza, sinteza, generalizarea datelor obținute prin investigare proprie. 2. Formarea unui algoritm de cunoaștere în baza concluziilor obținute.	Pe parcursul semestrului





## CD 8.5.1 CURRICULUM DISCIPLINĂ

Redacția: 06

Data: 04.09.2017

Pag. 9/10

### IX. SUGESTII METODOLOGICE DE PREDARE-ÎNVĂȚARE-EVALUARE

- **Metode de predare și învățare utilizate**

Expunerea, prelegerea interactivă, conversația euristică, problematizarea, brainstorming, lucrul în grup, studiul individual, lucrul cu manualul și textul științific, dezbateră, rezolvarea situațiilor de problemă, joc de rol, ascultarea interactivă.

- **Metode de evaluare (inclusiv cu indicarea modalității de calcul a notei finale)**

**Curentă:** control frontal sau/și individual prin

- (a) aplicarea testelor docimologice,
- (b) rezolvarea problemelor/exercițiilor,
- (c) analiza studiilor de caz
- (d) realizarea unor jocuri de rol la subiectele discutate.
- (e) lucrări de control

**Finală:** examen

**Nota finală** se va alcătui din nota medie de la două lucrări de control (cota parte 0.3), lucru individual (cota parte 0.2), proba test final (cota parte 0.3), rezolvarea studiului de caz (cota parte 0,2).

#### Modalitatea de rotunjire a notelor finale

Suma ponderată a notelor de la evaluările curente și examinarea finală	Nota finală	Echivalent ECTS
1,00-3,00	2	F
3,01-4,99	4	FX
5,00	5	E
5,01-5,50	5,5	
5,51-6,0	6	
6,01-6,50	6,5	D
6,51-7,00	7	
7,01-7,50	7,5	C
7,51-8,00	8	
8,01-8,50	8,5	
8,51-8,00	9	B
9,01-9,50	9,5	
9,51-10,0	10	

Neprezentarea la examen fără motive întemeiate se înregistrează ca "absent" și se echivalează cu calificativul 0 (zero). Studentul are dreptul la 2 susțineri repetate ale examenului nepromovat.



## CD 8.5.1 CURRICULUM DISCIPLINĂ

Redacția:	06
Data:	04.09.2017
Pag. 10/10	

### X. BIBLIOGRAFIA RECOMANDATĂ:

#### A. Obligatorie:

1. N. Oprea, M. Revenco și alții “Psihologia generală și medicală”, Chişinău, 1993
2. Ioan Bradu Iamandescu “Manual de psihologie medicală”, Bucureşti, 1995
3. Grand dictionnaire de la psychologie, Paris, 1992
4. C. Eţco, Iu. Fornea, E. Davidescu, N. Daniliuc, M. Cărăruş „Psihologie generală”, Suport de curs, Centrul editorial –Poligrafic „Medicina”, Chişinău, 2007, 379 p.
5. Eţco C., Cerniţanu M., Fornea Iu., Daniliuc N., Cărăruş M., Goma L. Psihologie medicală (suport de curs). Chişinău. Centrul Editorial-Poligrafic Medicina, 2013; 270 p.
6. M. Cernitanu, C. Eţco „Medical Psychology” (course for medical students) Chisinau: Centru editorial Medicina, 2011– 100 ex.
7. Brannon L., Feist J. Heath psychology. An introduction to behavior and health (seventh edition). Wadsworth Cengage Learning, 2010; 570 p.
8. Băban A. Psihologia sănătăţii (suport de curs electronic pentru învăţământul la distanţă). Universitatea „Babeş-Boyai”. Cluj-Napoca, 2009; 96 p.
9. Batra V. și colab. The genetic determinants of smoking. Chest,2003; 123 p.
10. Iamandescu I. B. Stresul psihic și bolile interne. Bucureşti. Editura All, 1993.
11. Iamandescu I. B., Necula I. Calitatea vieţii în dimensiunea psihosocială a practicii medicale. Sub red. Luban-Plozza B., Iamandescu I. B. Bucureşti. Editura Infomedica, 2003.
12. Iamandescu I. B. Manual de psihologie medicală. Bucureşti. Editura Infomedica, 1995.
13. Lazarus R. S. Emotion and adaption. Oxford University Press. New York, 1991.
14. Taylor S. E. Health psychology (3th edition). New York. Random House, 1986.
15. Temoshok L. Personality, coping style, emotion and cancer: towards an interactive model. Canser Survey, 6 (3). 1987; 545-567.
16. Tudose F. Orizonturile psihologiei medicale. Bucureşti. Editura Medica, 2003.

#### B. Suplimentară:

1. Kaplan R., Sallis J., Patterson T. Health and human behavior. New York. Mc Grow-Hill, 1993.
2. Gatchel R. Introduction to health psychology. New York. Mc Grow-Hill, 1989.
3. Pitts M., Phillis K. The psychology of health. London. Routledge, 1991.
4. Murphy J. Puterea extraordinară a subconştientului tău. Bucureşti. Deceneu, 1998; 189 p.
5. Zlate M. (coord.) Psihologia la răspântia mileniilor. Iaşi. Polirom, 2001, 431 p.