

UNIVERSITATEA DE ȘTIINȚE AGRONOMICE ȘI MEDICINĂ VETERINARĂ BUCUREȘTI
Facultatea de Ingineria și Gestiunea Producțiilor Animale



FIȘA DISCIPLINEI

Psihologia alimentației umane

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA DE ȘTIINȚE AGRONOMICE ȘI MEDICINĂ VETERINARĂ BUCUREȘTI
1.2 Facultatea	Ingineria și Gestiunea Producțiilor Animale
1.3. Departamentul	Științe Formative în Creșterea Animalelor și Industria Alimentară
1.3 Domeniul de studii	Ingineria produselor alimentare
1.4 Ciclul de studii	Licență
1.5 Programul de studii / Calificarea	Tehnologia prelucrării produselor agricole / Inginer

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Psihologia alimentației umane						
2.2 Titularul activităților de curs	Conf.dr. Defta Nicoleta						
2.3 Titularul activităților de seminar / laborator / proiect	Conf.dr. Defta Nicoleta						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	2	2.6 Tipul de evaluare	C	2.6 Regimul disciplinei	DS

3. Timpul total estimat

3.1 Număr total de ore pe săptămână	4	3.1.1 Curs	2	3.1.2 Seminar/laborator/proiect	2
3.2 Număr total de ore conform planului de învățământ	56	3.2.1 Curs	28	3.2.2 Seminar/laborator/proiect	28
Distribuția fondului de timp					Ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					14
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					16
Pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					12
Tutoriat					4
Examinări					8
Alte activități					2
3.3 Total ore studiu individual	44				
3.4 Total ore pe semestru	100				
3.5 Numărul de credite	4				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	Biologie
4.2 de competențe	Studentul trebuie să aibă cunoștințe referitoare la caracteristicile chimice și biochimice ale compusilor specifici materiei vii; operare IT; utilizare office (xls); navigare internet; abilități de lucru individual și în echipă; de participare la dezvoltarea profesională

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	Sală de curs (amfiteatru), dotată laptop, videoproiector și software adecvat
5.2 de desfășurare a seminarului / laboratorului	Sală de laborator, dotată corespunzător

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	- Sistematizează informațiile teoretice și practice necesare desfășurării activităților profesionale viitoare; - Identifică, descrie și utilizează adecvat noțiunile specifice științei alimentului și siguranței alimentare; - Aplică metodologia de întocmire a chestionarelor; - Prelucreză matematic datele, analizează și interpretează rezultatele obținute în urma prelucrării chestionarelor.
Competențe transversale	- Dezvoltă capacitatea de a se integra și de a lucra în cadrul unei echipe; - Dezvoltă capacități organizatorice și a autonomiei în derularea de activități; - Îndeplinește, în mod responsabil, în condiții de independență sau asistat, atribuțiile profesionale specifice; - Conștientizează nevoia de învățare-perfecționare profesională continuă prin identificarea și utilizarea unor metode și tehnici eficiente de învățare-perfecționare; - Realizează plan de dezvoltare personală, prin utilizarea eficientă a surselor și resurselor de comunicare și formare profesională (internet, baze de date, cursuri etc.); - Creează chestionare simple cu referire la preferința consumatorilor - Operationalizează concepte despre alimentația rațională

7. Rezultatele învățării

Cunoștințe	- Studentul/absolventul cunoaște principalele teorii și concepte privind comportamentul alimentar uman. - Studentul/absolventul înțelege relația dintre factori psihologici, sociali și culturali și obiceiurile alimentare. - Studentul/absolventul identifică mecanismele motivaționale și emoționale care influențează consumul alimentar. - Studentul/absolventul cunoaște factorii de risc psihocomportamentali asociați tulburărilor de alimentație. - Studentul/absolventul înțelege rolul educației alimentare în promovarea unui stil de viață sănătos.
Aptitudini	- Studentul/absolventul aplică metode de analiză psihologică a comportamentului alimentar. - Studentul/absolventul identifică modele de consum alimentar și factorii determinanți ai acestora. - Studentul/absolventul utilizează instrumente psihologice și sociologice pentru investigarea obiceiurilor de consum. - Studentul/absolventul elaborează propuneri de intervenții educaționale pentru îmbunătățirea comportamentului alimentar. - Studentul/absolventul corelează aspectele psihologice cu cele tehnologice în dezvoltarea și promovarea produselor alimentare.

Responsabilitate și autonomie	• Studentul/absolventul își asumă responsabilitatea de a respecta principiile etice în investigarea și interpretarea comportamentului alimentar. • Studentul/absolventul promovează obiceiuri alimentare sănătoase în cadrul comunităților. • Studentul/absolventul argumentează deciziile privind strategiile de marketing și educație alimentară pe baza unor date științifice. • Studentul/absolventul contribuie la reducerea riscurilor asociate unei alimentații dezechilibrate prin soluții educaționale și tehnologice. • Studentul/absolventul lucrează independent în analiza și interpretarea factorilor psihologici ai alimentației. • Studentul/absolventul manifestă inițiativă în propunerea de soluții pentru promovarea alimentației sănătoase. • Studentul/absolventul se autoevaluează și își perfecționează continuu cunoștințele privind psihologia alimentației. • Studentul/absolventul integrează conceptele psihologice în proiecte de cercetare și dezvoltare în domeniul produselor alimentare.
-------------------------------	---

8. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

8.1 Obiectivul general al disciplinei	Cunoașterea factorilor, rolului acestora și a condițiilor care influențează consumul și preferințele alimentare ale consumatorilor. Cunoașterea tipologiei umane în special a comportamentului alimentar
8.2 Obiectivele specifice	Evidențierea factorilor care influențează alegerea alimentelor, factori care au un rol hotărâtor în generarea strategiilor alimentare.

9. Conținuturi

9.1 Curs	Metode de predare	Observații
Capitolul 1. Introducere în psihologie	Prelegerea participativă, dezbateri, expunerea, demonstrația,	2
Capitolul 2. – Psihologia personalității 2.1. Tipologia umană 2.2. Personalitatea-trăsături de personalitate 2.3. Tipologia dietetică	Prelegerea participativă, dezbateri, demonstrația, exemplificarea, problematizarea	4
Capitolul 3. Comportamentul alimentar	Prelegerea participativă, exemplificarea	3
Capitolul 4. Conceptul de normalitate, anormalitate 4.1. Conceptul de normalitate 4.2. Criterii de normalitate 4.3. Normalitatea și similitudinea sănătății 4.4. Relația dintre anormalitate și boală 4.5. Boala și disconfortul psihic 4.6. Tulburări comportamentale de risc nutrițional 4.7. Implicarea psihoterapiilor în menținerea echilibrului nutrițional.	Prelegerea participativă, exemplificarea	6
Capitolul 5. Interrelația sănătate-mediul-alimentație 5.1. Sănătatea ca stare de bine 5.2. Calitatea vieții și stilul de viață în actul nutrițional 5.3. Alimentația în contextul calității omului modern	Prelegerea participativă, dezbateri, dialogul, expunerea demonstrația, exemplificarea, problematizarea	3
Capitolul 6. Abordarea actului nutrițional din perspectiva cunoașterii particularităților de vârstă	Prelegerea participativă, dezbateri, dialogul, expunerea demonstrația, exemplificarea, problematizarea	2
Capitolul 7. Alimentația din perspectiva factorilor dezvoltării umane 7.1. Locul și rolul eredității 7.2. Implicațiile structurale ale mediului	Prelegerea participativă, dezbateri, dialogul, expunerea demonstrația,	2

7.3. Impactul actului educațional	exemplificarea, problematizarea	
Capitolul 8. Rolul tradițiilor și al postului. Etnologie alimentară	Prelegerea participativă, dezbateri, dialogul, expunerea demonstrația, exemplificarea, problematizarea	3
Capitolul 10. Influența religiei asupra consumului de alimente	Prelegerea participativă, demonstrația, exemplificarea, problematizarea	3

Bibliografie

1. Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., Smith, E. E., Bem, D. J. (2002). *Introducere în psihologie*. Editura Tehnica, București.
2. Brussow, H., 2007, *The Quest for Food*, Springer
3. Dafinoiu, I., 2002, *Personalitatea. Metode calitative de abordare. Observația și Interviu*, Polirom, Iași
4. Grecu Gabos I., Grecu Gabos M., *Anorexia nervoasă. Concept. Date generale și clinico-terapeutice*, University Press, Târgu Mureș, 2006.
5. Iordachescu, G., 2006, *Psihologia alimentației umane*, Ed.Academica, Galați
6. Logue, A.W., 1991, *The Psychology of eating and drinking*, Ed. Freeman and Company, New York
7. Meiselman H.L., 2000, *Dimensions of the meal*, Aspen Publication
8. Minulescu M. Conceptul de normalitate psihică în Plozza BL, Iamandescu IB. Dimensiunea psihosocială a practicii medicale. Ed. Infomedica, 2002, pp. 347-353
9. Niculescu, N., 1983, *Cererea alimentară*, Ed.Ceres, București.
10. Oancea, C., 2002, *Tehnici de sfătuire/consiliere*, Editura Medicală, București

9.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
1. Scurtă antropologie a alimentației	Prelegerea participativă, demonstrația, exemplificarea	4
2. Procesele de prelucrare-gestionare a informațiilor 2.1. Procesele senzoriale 2.2. Considerații psihopatologice	Prelegerea participativă, demonstrația, exemplificarea	6
2. Prezentarea metodologiei sondajelor și crearea de chestionare simple	Exercițiul, demonstrația, exemplificarea, învățarea prin cooperare	4
3. Studii de caz – chestionare privind comportamentul nutrițional	Exercițiul, demonstrația, exemplificarea, învățarea prin cooperare	6
4. Studii de piață – evaluarea tendinței pieței agroalimentare. Studii de caz – chestionare privind preferințele consumatorului	Exercițiul, demonstrația, exemplificarea, învățarea prin cooperare	8

10. Coroborarea conținuturilor disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității epistemice, asociațiilor profesionale și angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

• Conținutul disciplinei este în concordanță cu ceea ce se face în alte centre universitare din țară și similar cu tematica abordată în centrele universitare europene. • Tematica abordată atât la curs cât și la seminar urmărește acoperirea informațiilor din domeniul sănătății alimentare, comportamentului alimentar, astfel încât după parcurgerea și promovarea acestui curs studenții să răspundă așteptărilor angajatorilor din domeniul aferent programului, pentru nișa oferită de acest curs.
--

11. Evaluare

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
11.1 Curs	• Asimilarea corectă a noțiunilor predate; • O înțelegere de ansamblu a importanței disciplinei studiate și a	Evaluare scrisă (finală, colocviu): - test docimologic	60%

	înțelegerii legăturii cu celelalte discipline studiate; • Coerența logică; • Gradul de asimilare a limbajului de specialitate; • Criterii ce vizează aspecte atitudinale (conștinciozitate, interesul pentru studiu individual), prin participare activă la curs		
11.2 Seminar / Laborator / Proiect	• Capacitatea de aplicare în practică a noțiunilor prezentate la laborator; • Criterii ce vizează aspecte atitudinale (interesul pentru pregătirea individuală, seriozitatea în abordarea problemelor), prin participare activă la curs	Susținerea unei teme (PPT) din psihologia alimentației umane Participare activă la seminarii	30% 10%
11.3 Standard minim de performanță	Însușirea corectă a noțiunilor teoretice de bază și aplicarea acestora în soluționarea unor probleme ce vizează comportamentul alimentar și în realizarea unui portofoliu profesional		

Data completării
25.09.2025

Semnătura titularului de curs și laborator

.....

.....

Data avizării în departament
26.09.2025

Semnătura directorului de departament

.....