



***Disciplina Consiliere  
Profesională și  
Orientare în Carieră***

**Raport de activitate – anul universitar 2019-2020, semestrul I**

---

## DESPRE ACEASTĂ DISCIPLINĂ

### Scop

Pentru a dezvolta o cultură a consilierii în carieră în rândul studenților **Universității de Vest din Timișoara (UVT)**, începând din anul universitar 2019–2020, prin Hotărârea Senatului UVT nr. 93 din 26.09.2019, a fost introdusă activitatea de consiliere profesională și orientare în carieră ca disciplină complementară obligatorie pentru toți studenții de anul I al ciclului de studii universitare de licență, în planurile de învățământ ale tuturor programelor de studii universitare de licență. Studenții beneficiază în urma parcurgerii acestei activități de 1 credit de studii transferabil (conform ECTS, suplimentar față de cele 30 de credite obligatorii ale semestrului) în condițiile în care au fost îndeplinite cerințele menționate în fișa disciplinei: participarea la activități de consiliere profesională și orientare în carieră oferite de Centrul de Consiliere și Orientare în Carieră al UVT (CCOC-UVT) și elaborarea unui plan de dezvoltare a carierei până la finalul semestrului, totalizând un volum de muncă de cel puțin 25 de ore, conform fișei disciplinei (anexată acestui raport).

În acest an, activitățile de consiliere și orientare în carieră din cadrul acestei discipline au fost livrate de 4 consilieri din cadrul CCOC-UVT: Luana Alexa, George Bunescu, Zselyke Pap și Consuela-Elena Tăbîrță – toți absolvenți ai Facultății de Sociologie și Psihologie din cadrul UVT, care au ales să rămână în comunitatea UVT în acest rol de consilier.

### Activitate

În anul universitar 2019–2020, consilierii au pregătit pentru studenții din anul I două module de consiliere în carieră. În cadrul primului modul a fost abordată cunoașterea de sine, cu accent pe descoperirea intereselor profesionale, a activităților preferate, a aptitudinilor, valorilor de muncă și a stilului de viață dorit. S-a pus accent pe abordarea proactivă a carierei și s-a discutat despre tranzițiile majore așteptate și neașteptate în traseele profesionale. Primul modul s-a încheiat cu o analiză SWOT a fiecărui participant. Modulul a îmbinat activitățile individuale de autoreflexie cu discuții în grupuri mici.

În al doilea modul au fost scoase în evidență elemente ce țin de navigarea pe platformele de căutare a unor locuri de muncă și pregătirea pentru contactul cu potențiali angajatori. S-a discutat despre explorarea profesiilor din cadrul specializării urmate și cunoașterea elementelor de autoprezentare. Această secvență a inclus realizarea unui CV și pregătirea pentru un interviu de angajare, lucruri care presupun evaluarea realistă a propriilor competențe. La final s-a abordat tema dezvoltării acestor competențe în mod activ și adaptarea lor în concordanță cu schimbările survenite pe piața muncii.

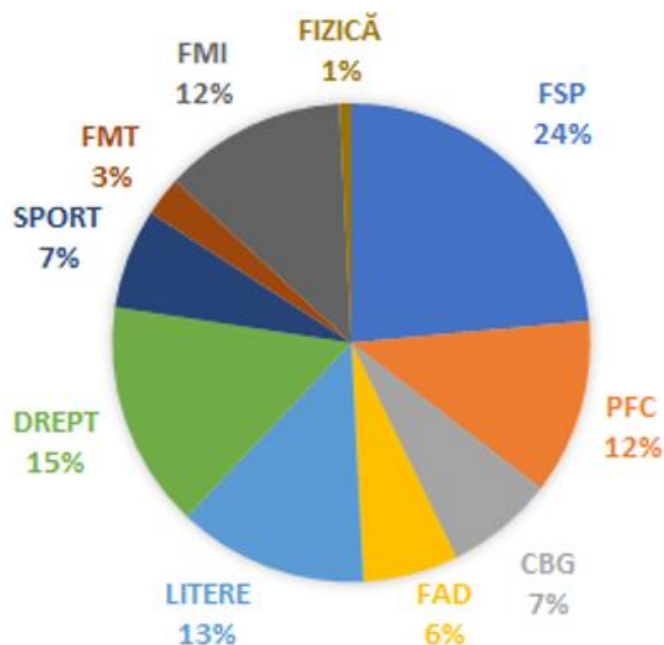
### Evaluarea disciplinei

Evaluarea la această disciplină a constat în dezvoltarea unui plan de carieră, intitulat „Povestea carierei mele”, pornind de la un ghid bazat pe Teoria Construirii Carierei (Savickas, 2012. My Career Story [http://www.vocopher.com/CSI/CCI\\_workbook.pdf](http://www.vocopher.com/CSI/CCI_workbook.pdf)) și elaborarea unui CV.

## NUMĂRUL STUDENȚILOR BENEFICIARI DE LA FIECARE FACULTATE

Facultatea	Studenți prezenți la Modulul 1	Studenți prezenți la Modulul 2
Facultatea de Arte și Design	146	146
Facultatea de Chimie, Biologie și Geografie	166	159
Facultatea de Drept	347	339
Facultatea de Educație Fizică și Sport	153	154
Facultatea de Fizică	18	19
Facultatea de Litere, Istorie și Teologie	291	287
Facultatea de Matematică-Informatică	281	282
Facultatea de Muzică și Teatru	60	60
Facultatea de Sociologie și Psihologie	533	530
Facultatea de Științe Politice, Filosofie și Științe ale Comunicării	269	269
<b>TOTAL</b>	<b>2264</b>	<b>2245</b>

Peste 2200 de studenți de la 10 facultăți și 58 de programe de studii universitare de licență au participat la cele 2 module organizate. Numărul studenților participanți de la fiecare specializare poate fi consultat în tabelul anexat acestui raport. La finalul semestrului un număr impresionant de mare de planuri de carieră au fost trimise spre echipa CCOC. Aproape toți studenții participanți au elaborat și au trimis cele două documente, promovând disciplina cu succes.



\*Procentajul studenților participanți de la fiecare facultate raportat la numărul total de participanți (N=2264).

## EVALUAREA STUDENȚILOR

Un total de **1,569** de planuri de carieră au ajuns la consilieri pentru evaluare în prima sesiune, și **329** în sesiunea de restanțe. Astfel, procentul de studenți promovați din cei prezenți la module, după primele două sesiuni de examene, este de **84% (1898 studenți)**.

	Facultatea de Arte și Design		
	Sesiunea A	Sesiunea B	Total
Evaluări	115	28	143
	Facultatea de Chimie, Biologie, Geografie		
	Sesiunea A	Sesiunea B	Total
Evaluări	156	13	169
	Facultatea de Drept		
	Sesiunea A	Sesiunea B	Total
Evaluări	287	52	339
	Facultatea de Educație Fizică și Sport		
	Sesiunea A	Sesiunea B	Total
Evaluări	110	55	165
	Facultatea de Fizică		
	Sesiunea A	Sesiunea B	Total
Evaluări	15	3	18
	Facultatea de Litere, Istorie și Teologie		
	Sesiunea A	Sesiunea B	Total
Evaluări	262	44	306
	Facultatea de Matematică și Informatică		
	Sesiunea A	Sesiunea B	Total
Evaluări	250	39	289
	Facultatea de Muzică și Teatru		
	Sesiunea A	Sesiunea B	Total
Evaluări	46	11	57
	Facultatea de Sociologie și Psihologie		
	Sesiunea A	Sesiunea B	Total
Evaluări	493	58	551
	Facultatea de Științe Politice, Filosofie și Științe ale Comunicării		
	Sesiunea A	Sesiunea B	Total
Evaluări	232	26	258

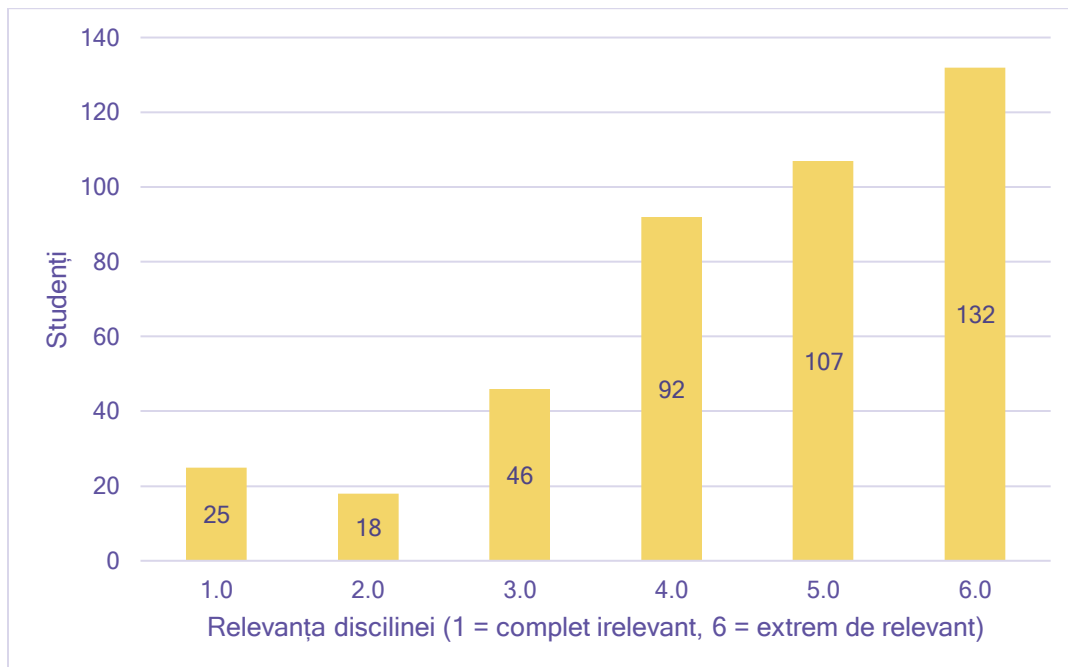
## FEEDBACKUL DIN PARTEA STUDENȚILOR BENEFICIARI

După ce a avut loc evaluarea la disciplina Consiliere Profesională și Orientare în Carieră, consilierii de carieră au adresat studenților, prin intermediul unui formular online, următoarele întrebări, prezentând în continuare și sinteza răspunsurilor primite:

- (1) Cât de relevant / important a fost conținutul modului pentru munca ta în viitor?
- (2) Cât de clare au fost informațiile transmise?
- (3) Dacă s-ar mai organiza astfel de module ai mai participa la ele?
- (4) În urma modului te-ai gândit că ai putea beneficia de consiliere individuală?
- (5) Cât de mulțumit ai fost cu:
  - (a) conținutul modului,
  - (b) activitățile parcurse,
  - (c) explicațiile oferite,
  - (d) interacțiunea cu consilierul,
  - (f) testele vocaționale parcurse;
- (6) Menționează: 3 lucruri care ți-au plăcut / 3 lucruri care ar trebui îmbunătățite.

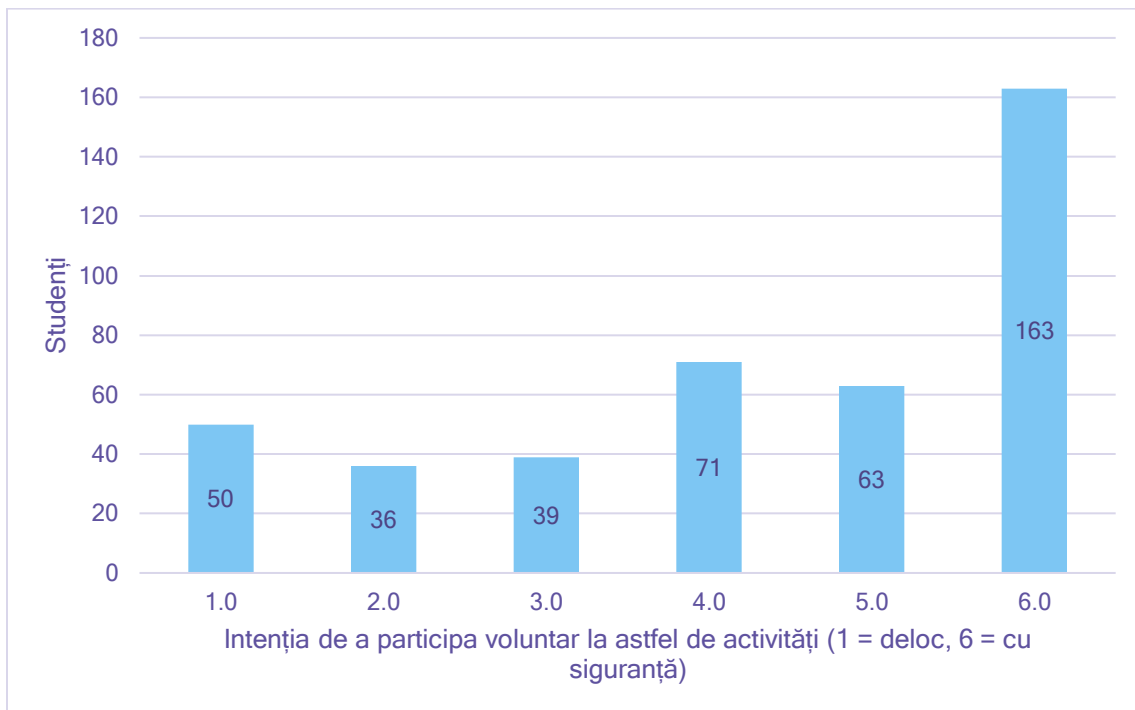
### Cât de relevant a fost conținutul modulelor pentru cariera ta în viitor?

Studenții au marcat pe o scală de la 1 la 6 cât de relevant a fost pentru ei conținutul modulelor (1 =complet irelevant, 6 = extrem de relevant). Au fost colectate 421 de răspunsuri din partea studenților. Peste **55%** (238 de studenți) dintre participanții care au completat formularul de feedback au evaluat conținutul ca fiind relevant pentru ei, în timp ce doar aproximativ **10%** (43 de studenți) au considerat că această disciplină nu are relevanță pentru cariera lor.



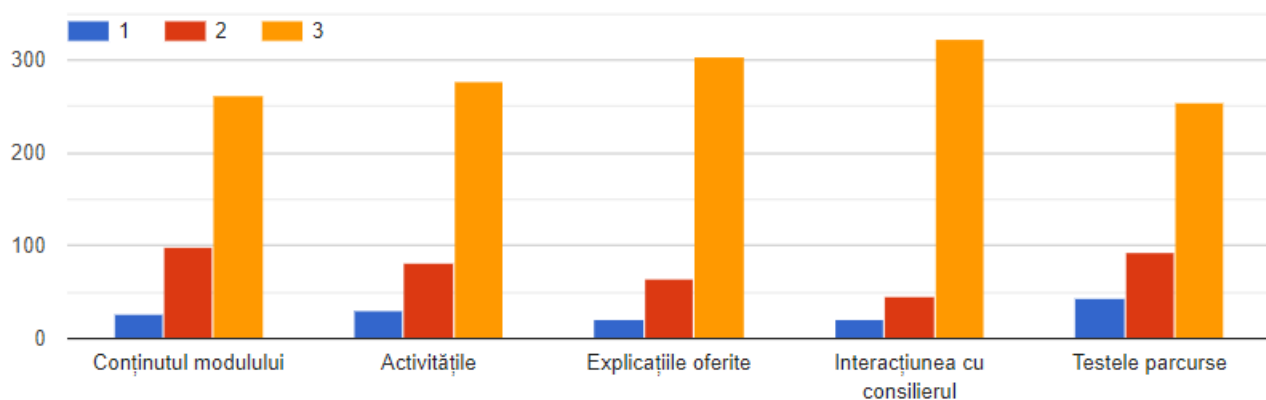
## Ai mai participa în viitor la astfel de module?

I-am întrebat pe studenți în ce măsură ar participa în mod voluntar la un modul similar dacă s-ar mai organiza unul în viitor (1 = deloc, 6 = cu siguranță). **39%** (163 de studenți) au răspuns că ar participa cu siguranță, **15%** (63 de studenți) au răspuns că probabil ar participa, iar la capătul celălalt al scalei, aproximativ **12%** au răspuns că nu ar participa în mod voluntar la astfel de module.



## Cât de mulțumit/ă ai fost de diferite aspecte ale modulelor?

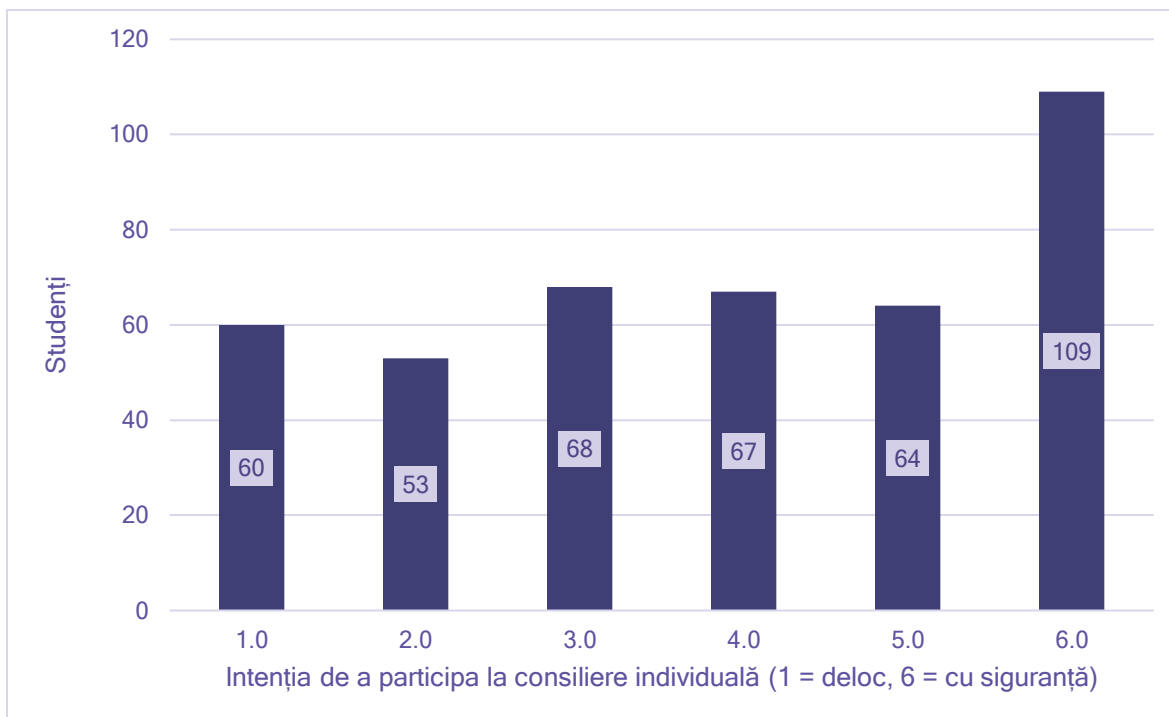
Studenții au evaluat gradul lor de mulțumire legat de conținut, activități, explicații, interacțiune cu consilierul și testele psihologice parcurse pe o scală de 3 puncte (1=nemulțumit, 2=neutru, 3=mulțumit). Așa cum se poate observa în graficul de mai jos, majoritatea studenților



care au răspuns la chestionar au fost mulțumiți de conținutul disciplinei, activitățile derulate, interacțiunea cu consilierul și testele parcurse.

### În urma modulului te-ai gândit că ai putea beneficia de consiliere individuală?

Deoarece în cele două module de consiliere am reușit să parcurgem doar informații la nivel general despre planificarea carierei, am fost curioși să vedem câți studenți s-au gândit în urma participării la acestea că le-ar fi de ajutor să participe la sesiuni de consiliere individuală și să aprofundeze cele discutate. Studenții au marcat pe o scală de la 1 la 6 (1 = deloc, 6 = cu siguranță) măsura în care s-au gândit că ar putea beneficia de consiliere individuală în carieră. **26%** (109 de studenți) au răspuns că ar apela cu siguranță la consiliere, **31%** (131 de studenți) ar considera această opțiune, iar **14%** (60 de studenți) au răspuns că nu ar apela deloc la acest serviciu.



## FEEDBACK-UL STUDENȚILOR DINCOLO DE CIFRE

I-am rugat pe studenți să ne ofere în propriile cuvinte trei lucruri care le-au plăcut în mod special și trei lucruri care ar merita îmbunătățite la modulele livrate de consilieri. Mai jos pot fi citite câteva răspunsuri extrase dintr-un total de 421 de evaluări.

### Ce a fost apreciat și plăcut?

*„Un lucru care mi-a plăcut a fost existența interacțiunii dintre studenți și consilier, care a continuat pe tot parcursul activității și s-a desfășurat la cel mai înalt nivel posibil, dat fiind environment-ul în care s-au petrecut toate. Un al doilea lucru este că a reușit să ne facă să fim prietenii lui. S-a transpus atât de bine în pielea unui „coleg”, încât nici nu s-a simțit o activitate obligatorie. Un al treilea lucru care m-a uimit a fost faptul ca deși testele nu prea aveau așa de multă legătura cu tot parcursul activității de consiliere, ele au reușit să mențină totul strâns, dar asta, din nou se datorează consilierului. Nu găsesc un alt loc în care să îmi exprim entuziasmul că am avut o activitate atât de interesantă ... Mulțumesc pentru experiența!”*

*„Modul în care consilierul a comunicat cu studenții, sarcinile propuse, faptul că am avut ocazia de a participa la un astfel de curs.”*

*„Energia pozitivă a profesorului” / „Structurarea planului de carieră” / „Abordarea deschisă a oricărei teme de discuție”*

***„Ne-au fost ascultate problemele ... ni s-au oferit soluții.  
Mulțumim!”***

### Ce aspecte consideri că ar trebui îmbunătățite?

*„Mai multe discuții domeniu-specifice.”*

*„Mai multe ore alocate și anunțat din timp.”*

*„Împărțirea cursului, să nu dureze prea multe ore că e obositor.”*



## FEEDBACKUL CONSILIERILOR DE CARIERĂ

### Care sunt părțile bune ale disciplinei Consiliere Profesională și Orientare în Carieră?

„Cred că cel mai mare beneficiu adus de această disciplină este faptul că peste 2000 de studenți au luat contact cu conceptul de consiliere în carieră, având oportunitatea de a participa la activități care facilitează autocunoașterea și care implicit ajută la luarea unor decizii informate privind cariera.”

„A fost o disciplină inedită care a stimulat autocunoașterea și a contribuit eficient la identificarea unui traseu educațional / profesional pentru studenții din anul 1. Având un caracter non-formal, studenții au fost foarte receptivi și comunicativi.”

„Am simțit că majoritatea aveau nevoia de a clarifica multiple aspecte ce țin de așa-zisa „viață de adult” (...). Comportamentul lor proactiv ne demonstrează că aceștia au nevoie de facilitatori care să le ofere suport în dezvoltarea unui plan de carieră. Cu alte cuvinte, aceștia au nevoie de disciplina Consiliere Profesională și Orientare în Carieră.”

### Care sunt părțile disciplinei care ar trebui schimbate?

„Disciplina ar trebui să-și aibă locul în orarele facultăților încă de la începutul anului universitar. A fost foarte dificil să găsim intervale orare în care să ne întâlnim cu studenții, după ce orarele au fost finalizate, iar sălile ocupate”.

„Studenții ar trebui înștiințați de la începutul anului universitar de obligativitatea acestei discipline pentru a nu fi puși în situația frustrantă de a mai avea o obligație academică apărută peste noapte.”

### Ce situații neprevăzute ați întâmpinat în implementarea modulelor de consiliere?

„Am primit o sală nepotrivită pentru această activitate (studenții nu aveau loc unde să stea confortabil 3 ore și nu aveam videoproiector).”

„Sala pe care am rezervat-o s-a ocupat și am aflat acest lucru întâmplător, cu 15 minute înainte de începerea activității.”

„Mi s-a întâmplat de câteva ori să fiu dată afară din sală în timp ce-mi desfășuram modulele deoarece alte cadre didactice își desfășurau în general orele acolo, fără a fi trecuți în orar sau în planificator. Apogeul a fost atins când mi-am ținut a doua parte a unui modul pe holul de la etajul 7.”

## Ce sugestii de îmbunătățire propuneți pentru Disciplina Consiliere Profesională și Orientare în Carieră?

„Propun schimbarea modalității de evaluare (evaluarea pe parcursul semestrului ar putea fi o variantă)”.

„Este necesară introducerea disciplinei în orar și alocarea de săli pentru desfășurarea optimă a acesteia.”

În loc de concluzii:	
Puncte tari & Oportunități	Puncte slabe & Recomandări
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Număr foarte mare de beneficiari (peste 2200 de studenți).</li> <li>• Peste 1800 de planuri de carieră realizate în sesiunea de examene din ianuarie 2020</li> <li>• Tematicile parcurse au stimulat autocunoașterea și proactivitatea în rândul studenților participanți.</li> <li>• Un număr mare de studenți a evaluat foarte pozitiv disciplina, ca fiind utilă pentru viitorul lor și au manifestat interes față de participarea la sesiuni de consiliere individuală (în urma disciplinei peste 200 de studenți s-au înscris pentru o sesiune de consiliere individuală).</li> <li>• Poate susține construirea unei culturi a consilierii și orientării vocaționale în UVT.</li> <li>• Studenții află despre un serviciu la care au acces permanent și îi poate ajuta în dezvoltarea carierei.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dificultăți în desfășurarea modulelor din cauza lipsei de săli.</li> <li>• Dificultăți în stabilirea modulelor din cauza orarelor stabilite înaintea introducerii disciplinei. Se recomandă introducerea disciplinei în orarele studenților de la început, și alocarea sălilor care să fie potrivite activităților de grup.</li> <li>• Modulele de 3-4 ore au fost oboșitoare atât pentru consilieri, cât și pentru studenți (se recomandă scurtarea modulelor și organizarea de întâlniri mai frecvente).</li> <li>• Studenții nu au fost informați corespunzător referitor la disciplină în unele cazuri și consilierii erau nevoiți să aloce timp din module pentru explicarea rolului disciplinei și demontarea rezistențelor apărute.</li> </ul>

**Director al Centrului de Consiliere și Orientare în Carieră (CCOC):**

Psih. dr. Roxana PĂCURAR

**Director al Departamentului pentru Managementul Calității (DMC)**

Drd. Vlad D. CHERECHEȘ

**Prorector responsabil cu strategia academică și relația cu studenții**

Conf. univ. dr. Octavian Mădălin BUNOIU

## Consilieri în carieră



*Psih. Luana ALEXA*

Am absolvit Facultatea de Sociologie și Psihologie a Universității de Vest din Timișoara ca șefă de promoție în anul 2019. În prezent urmez programele masterale de Psihologie Clinică și Psihoterapie și Psihologia Muncii, Psihologie organizațională și a Transporturilor, fiind preocupată să-mi extind viziunea și să dobândesc competențe în două arii principale ale domeniului studiat. În timpul anilor de licență am participat în diferite proiecte de cercetare ale Departamentului de Psihologie, asigurându-mă totodată de desfășurarea unei bune activități academice a colegilor mei ca reprezentant de an.

Activitatea mea profesională din cadrul CCOC include module ale Disciplinei nou introduce, ședințe individuale de consiliere vocațională cu studenții de la Facultatea de Chimie Biologie, Facultatea de Sociologie și Psihologie și Facultatea de Științe Politice, Filosofie și Comunicare, și cu elevii liceelor partenere. Mă ocup de organizarea și susținerea unor workshop-uri în vederea dezvoltării abilităților necesare vieții academice și profesionale, și rezolvarea problemelor care țin de anxietate și elaborarea diverselor materiale pentru facilitarea accesului studenților la informații actuale, bazate pe dovezi științifice. Printre responsabilitățile mele se numără și gestionarea platformei YTM.

*Psih. George- Alexandru BUNESCU*

Am studiat Psihologia la UVT și am finalizat un masterat de Psihologie Organizațională și Managementul Resurselor Umane la Universitatea din București. Mediul care îmi este cel mai cunoscut este cel al ONG-urilor studențești și al organizatorilor de evenimente. De-a lungul timpului, am participat la activități în asociații precum OSUT sau ANOSR, în sesiuni de formare, ghiduri sau proiecte care au facilitat schimbul de know-how între organizații.

Poziția de consilier în cadrul CCOC mi-a oferit oportunitatea să mă întâlnesc cu studenți atât în cadrul disciplinei „Consiliere Profesională și orientare în carieră” cât și în sesiuni de consiliere individuală în special cu studenții de la Facultatea de Arte și Design, Facultatea de Sociologie și Psihologie și Facultatea de Științe Politice, Filosofie și Comunicare. În același timp, împreună cu colegii dezvoltăm workshopuri pentru studenți, ghiduri cu toate informațiile utile pentru un student informat și adaptat. Printre responsabilitățile mele se numără și organizarea activității de consiliere cu elevii participanți la WSU.

Prin munca mea, simt că contribui la psihoeducația studenților și la cunoașterea de sine a acestora precum și la dezvoltarea unor abilități sau competențe necesare pe piața muncii a secolului XXI.



*Psih. drd. Zselyke PAP*

Am absolvit studiile de Psihologie în cadrul Universității Babeș-Bolyai la Cluj Napoca, după care am ales un masterat în domeniul Psihologiei Organizaționale la Facultatea de Sociologie și Psihologie în cadrul UVT. În prezent sunt în al doilea an al studiilor doctorale în cadrul Școlii Doctorale de Psihologie, studiind sănătatea ocupațională.

În timpul masteratului mi-am acumulat experiență practică pe piața muncii lucrând într-o companie multinațională în zona de recrutare și selecție de personal, dar mi-am dorit să mă întorc și să rămân în mediul universitar unde pot contribui la dezvoltarea psihologiei științifice și pot da mai departe cunoaștere relevantă din acest domeniu.

În poziția de consilier în cadrul CCOC mă ocup de dezvoltarea ghidurilor pentru studenți despre abilitățile eficiente de învățare, și alte teme relevante pentru adaptare la mediul universitar, susțin module de consiliere în cadrul disciplinei și workshopuri pe tema dezvoltării socio-emoționale. În cadrul sesiunilor de consiliere individuală am avut interacțiuni în special cu studenții de la Facultatea de Matematică Informatică, Facultatea de Litere, Istorie și Teologie, Facultatea de Drept și Facultatea de Sociologie și Psihologie. În acest an, împreună cu Lect. Dr. Andrei Rusu din partea Departamentului de Psihologie, voi coordona dezvoltarea unui instrument de măsurare a intereselor vocaționale creat pentru studenții UVT.



*Psih. Consuela-Elena TABÎRȚĂ*

După ce am absolvit Facultatea de Sociologie și Psihologie a Universității de Vest din Timișoara, pasiunea și interesul pe care îl am pentru domeniul psihologiei, au fost doar câteva din motivele pentru care am ales să urmez două programe de studii masterale, fiind motivată de a-mi dezvolta cunoștințele din două arii primare și complementare a psihologiei și anume: Psihologie Clinică și Psihoterapie & Psihologia Muncii, Psihologie Organizațională și a Transporturilor;

Experiența mea profesională anterioară este reprezentată de responsabilitățile funcției de VP a departamentul de Talent Management dintr-un ONG internațional, asigurând o bună implementare a tuturor proceselor de HR specifice acestuia.

În cadrul CCOC-ului îndeplinesc funcția de consilier în carieră, iar scopul meu este de a aduce un impact pozitiv în societatea prin dezvoltarea profesională și personală a studenților UVT. Lucrez în special cu studenții de la Facultatea de Matematică și Informatică, Facultatea de Drept, Facultatea de Muzică și Teatru, Facultatea de Fizică, Facultatea de Educație Fizică și Sport cât și Facultatea de Litere, Istorie și Teologie. Ca să ating acest scop, pe lângă predarea modulelor, dezvoltarea ghidurilor, workshopurilor, webinarilor, consilierilor individuale și de grup, mă ocup și de imaginea Centrului în rețelele sociale online și de pregătirea activităților oferite de CCOC în săptămâna de inițiere pentru studenți.



## ANEXĂ – NUMĂRUL STUDENȚILOR BENEFICIARI DE LA FIECARE FACULTATE ȘI PROGRAM DE STUDII

Facultatea de Arte și Design	
Arte decorative	5
Arte plastice - Grafică	28
Arte plastice - Pictură	15
Arte plastice - Sculptură	6
Conservare și Restaurare	7
Design ambiental	5
Design de produs	14
Design grafic	30
Design vestimentar	15
Fotografie	21
<b>TOTAL</b>	<b>146</b>
Facultatea de Chimie, Biologie, Geografie	
Biochimie	26
Biologie	27
Chimie (+medicală)	24
Cartografie	14
Geografie	23
Geografie turismului	31
Planificare teritorială	21
<b>TOTAL</b>	<b>166</b>
Facultatea de Drept	
Drept/IF	321
Drept/IFR	26
<b>TOTAL</b>	<b>347</b>
Facultatea de Educație Fizică și Sport	
Educație fizică și sportivă (IF+ID)	72
Kinetoterapie și motricitate specială	61
Sport și performanță motrică	20
<b>TOTAL</b>	<b>153</b>

<b>Facultatea de Fizică</b>	
Fizică medicală	13
Fizică informatică	5
<b>TOTAL</b>	<b>18</b>
<b>Facultatea de Litere, Istorie și Teologie</b>	
Engleză - Limbi și Literaturi	51
Franceză - Limbi și Literaturi	12
Germană - Limbi și Literaturi	20
Română - Limbi și Literaturi	72
Rusă, Latină, Sârbă - Limbi și Literaturi	22
Limbi Moderne Aplicate	70
Istorie	30
Teologie	14
<b>TOTAL</b>	<b>291</b>
<b>Facultatea de Matematică și Informatică</b>	
Informatică	78
Informatică aplicată	61
Informatică (în limba engleză)	89
Matematică - Informatică	36
Matematică	17
<b>TOTAL</b>	<b>281</b>
<b>Facultatea de Muzică și Teatru</b>	
Interpretare Muzicală - Canto	13
Interpretare Muzicală - Instrumente	14
Muzică	14
Artele Spectacolului - Actorie (germană)	8
Artele Spectacolului - Actorie (română)	11
<b>TOTAL</b>	<b>60</b>



<b>Facultatea de Sociologie și Psihologie</b>	
Asistență socială (FR+ID)	77
Pedagogia învățământului primar și preșcolar	87
Pedagogie	30
Psihopedagogie specială	34
Psihologie	204
Resurse umane	68
Sociologie	33
<b>TOTAL</b>	<b>533</b>
<b>Facultatea de Științe Politice, Filosofie și Științe ale Comunicării</b>	
Administrație publică	30
Comunicare și relații publice	58
Filosofie	12
Jurnalism	29
Media digitală	50
Publicitate	21
Relații internaționale și studii europene	49
Științe politice	20
<b>TOTAL</b>	<b>269</b>

## FIȘA DISCIPLINEI

### 1 Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea de Vest din Timișoara
1.2 Facultatea	-
1.3. Departamentul	-
1.4 Domeniul de studii	-
1.5 Ciclu de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Disciplină complementară obligatorie pentru toate programele de studii universitare de licență

### 2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei				Consilierea profesională și orientare în carieră			
2.2 Titularul activităților de curs				X			
2.3. Titularul activităților de seminar				X			
2.4. Anul de studiu	I	2.5. Semestrul	1	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7.Regimul disciplinei	O

### 3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	-	din care: curs	-	3.3 seminar/laborator	-
3.2 Total ore din planul de învățământ	25	din care: curs	-	3.6 seminar/laborator	8
3.3. Distribuția fondului de timp:					<b>ore</b>
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					8
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate / pe teren					2
Pregătire seminare / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					7
Tutorat					-
Examinări					-
Alte activități					-
3.4 Total ore studiu individual	17 ore				
3.5 Total ore pe semestru	25 ore				
3.6 Numărul de credite	1				

### 4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	• nu este cazul
-------------------	-----------------



4.2 de competențe	<ul style="list-style-type: none"> <li>• nu este cazul</li> </ul>
-------------------	---

### 5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului / seminarului	<p>Parcurgerea bibliografiei recomandate</p> <p>Implicarea în activitățile cursului / seminarului, realizarea portofoliului propriu (planul de carieră).</p>
---	--

### 6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	-
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autonomie și responsabilitate: executarea unor sarcini profesionale complexe în condiții de autonomie și de independență profesională.</li> <li>• Dezvoltare personală și profesională: Autocontrolul procesului de învățare, diagnoza nevoilor de formare, analiza reflexivă a propriei activități profesionale.</li> </ul>

### 7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Prin parcurgerea acestei discipline, studenții vor învăța să-și planifice cariera încă din anul I de studiu.
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Să se familiarizeze cu propriile interese profesionale, valori personale și de muncă, abilități și caracteristici personale;</li> <li>• Să exploreze opțiunile de carieră</li> <li>• Să formuleze obiective de carieră</li> <li>• Să învețe să ia decizii de carieră</li> <li>• Să construiască un plan de carieră pe care să îl monitorizeze și să modifice în funcție de oportunitățile care se ivesc în mediul academic / pe piața muncii.</li> <li>• Să dezvolte abilități și să inițieze comportamente de căutare a unui loc de muncă.</li> </ul>

### 8. Conținuturi

<b>8.1 Curs / Seminar</b>	<b>Metode de predare</b>
<b>Modul 1:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Formarea unui grup de consiliere</li> <li>• Autocunoașterea: interese profesionale, abilități, valori personale și de muncă</li> </ul>	<p>Conversația</p> <p>Exerciții structurate / Chestionare / Fișe de lucru</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explorarea propriilor opțiuni de carieră</li> </ul>	
<b>Modul 2:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Obiective / Decizii de carieră</li> <li>• Planul de carieră</li> <li>• Elemente de ego-marketing</li> </ul>	Conversația Exerciții structurate / Chestionare / Fișe de lucru

### Bibliografie obligatorie:

Savickas, M. (2015). Life-Design Counseling Manual, ISBN(13: 978-0-578-16546-2):

<http://www.vocopher.com/LifeDesign/LifeDesign.pdf>

Savickas, M. & Porfeli, E. (2015) The Career Adapt-Abilities Scale + Cooperation Scale:

<http://www.vocopher.com/ms/cmhc/CAAS+C.pdf>

Savickas, M.L., Hartung, P. (2012). Career Construction Interview:

<http://www.vocopher.com/CSI/CCI.pdf>

Savickas, M.L., Hartung, J.P (2012).. My Career Story: An Autobiographical Workbook for Life-Career Success: [http://www.vocopher.com/CSI/CCI\\_workbook.pdf](http://www.vocopher.com/CSI/CCI_workbook.pdf)

Savickas, M. & Porfeli, E (2011). Student Career Construction Inventory:

[http://www.vocopher.com/ms/sccl/SCCI\\_Master.pdf](http://www.vocopher.com/ms/sccl/SCCI_Master.pdf)

Crites, J. & Savickas, L. (2011). Career Maturity Inventory —Form C:

[http://www.vocopher.com/ms/cmhc/CMI\\_C\\_Master.pdf](http://www.vocopher.com/ms/cmhc/CMI_C_Master.pdf)

CEDEFOP (2016). Labour market information and guidance. Research paper. Luxembourg:

Publications Office of the European Union: <https://www.cedefop.europa.eu/en/publications-and-resources/publications/5555.%20Accessed%202017-02-15>

### Bibliografie facultativă:

Christen, C. & Bolles, R. (2011). What Color Is Your Parachute? For Teens: Discovering Yourself, Defining Your Future, Berkeley: Ten Speed Press:

[http://library1.org/\\_ads/827BA18EF35264041ED753A76C0BE205](http://library1.org/_ads/827BA18EF35264041ED753A76C0BE205)

Bolles, R. (2016). What Color Is Your Parachute? A Practical Manual for Job-Hunters and Career-Changers, Berkeley: Ten Speed Press

Cohen-Scali, V., Rossier, J., Nota L. (ed.). (2018) *New Perspectives on Career Counseling and Guidance in Europe*, Springer

Savickas, M.L., (2011) *Constructing Careers: Actor, Agent and Author*. Journal of Employment Counseling, 48, 179-181

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

Disciplina este concepută astfel încât să îi ajute pe studenți să își dezvolte planul de carieră încă din primul anul de studiu. Această disciplină le permite studenților să își planifice

cariera prin parcurgerea următoarelor etape: (1) identificarea intereselor profesionale, a abilităților, valorilor personale și de muncă; (2) explorarea opțiunilor de carieră; (3) Luarea deciziei; (4) Dezvoltarea comportamentelor proactive în contextul căutării unui loc de muncă.

## 10. Evaluarea

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4	Realizarea portofoliului de consiliere prin participare.	Realizarea unui plan de dezvoltare a carierei. Studentii care optează pentru această disciplină sunt obligați să participe la seminare pentru a fi examinați în prima sesiune de examen. Studentii care nu îndeplinesc condițiile legate de participarea la seminare sunt evaluați în aceleași condiții, în prima sesiune de restanță. În restanță sunt valabile aceleași criterii (nu există sarcini suplimentare) și aceeași formă de evaluare.	Admis / Respins
<b>10.6 Standard minim de performanță</b>			
Realizarea studiului de caz cu respectarea etapelor procesului.			