

UNIVERSITATEA SPIRU HARET



**CENTRUL DE CONSILIERE
ȘI ORIENTARE ÎN CARIERĂ**

RAPORT DE ACTIVITATE

2021-2022

Prezentul Raport al Centrului de Consiliere și Orientare în Carieră al Universității *Spiru Haret* (USH) prezintă activitățile specifice desfășurate în anul universitar 2021-2022, atât în cadrul departamentului de consiliere și orientare în carieră, cât și la nivelul campusurilor universitare din București, Brașov, Constanța, Craiova și Câmpulung.

Misiunea Centrului de Consiliere și Orientare în Carieră (CCOC) este de coordonare și derulare a activităților specifice în cooperare cu facultățile din cadrul universității și cu alte instituții similare din țară și străinătate în vederea furnizării de programe relevante atât din punct de vedere științific, cât și metodologic, în conformitate cu cerințele reformei în educație.

Obiectivele CCOC cuprind promovarea învățării pe tot parcursul vieții conform nevoilor unei societăți bazate pe cunoaștere. Activitățile de consiliere și orientare în carieră au vizat paliere multiple, în conformitate cu atribuțiile și responsabilitățile prevăzute prin reglementările în vigoare și se adresează:

- a) studenților, masteranzilor și absolvenților de studii universitare;
- b) cadrelor didactice și de cercetare, personalului didactic auxiliar și personalului angajat al universității;
- c) elevilor, absolvenților de liceu.

Obiectivele specifice CCOC cuprind orientarea și consilierea studenților, masteranzilor, absolvenților și elevilor aflați în an terminal; creșterea gradului de inserție pe piața muncii a studenților și absolvenților; facilitarea relației dintre studenți și piața muncii; reducerea abandonului școlar.

CCOC promovează oferta de formare educațională a USH și orientează elevii din învățământul preuniversitar conform aspirațiilor și competențelor lor, în vederea alegerii traseului educațional care le va permite calificarea în domeniile de pregătire oferite de universitate.

CCOC al USH analizează nevoile de formare profesională continuă în raport cu cerințele actuale și de perspectivă de pe piața muncii pentru beneficiarii serviciilor sale și

dezvoltă activități specializate de formare și dezvoltare a competențelor psihice și profesionale.

Având în vedere că educația este un fenomen social, întrucât conservă și transmite experiența de cunoaștere teoretică și practică, valorile culturii și civilizației de la o generație la alta, CCOC organizează activități educaționale de tip informal și nonformal (școli de vară, webinarii, workshopuri, ateliere, grupuri de dezvoltare personală) care vin în prelungirea și întărirea activității desfășurate în procesul instructiv-educativ.

În acest an, activitățile CCOC s-au desfășurat față în față și în mediul on-line, conform normelor în vigoare, a fost utilizată platforma Google Meet și Zoom unde beneficiarii au urmărit, inițiat și menținut conversații, s-au distribuit conținuturi de tipul PowerPoint, Word, conținut video, desktop și diverse materiale. Webinarele cu număr mare de studenți înscriși au fost organizate repetat, pentru a facilita participarea tuturor celor care au solicitat acest lucru. Studenții și masteranzii au manifestat un interes mare față de aceste evenimente, care au fost promovate pe site-ul CCOC (ccoc.spiruharet.ro), pe pagina de facebook (<https://www.facebook.com/ccoc.spiruharet/>) și de către cadrele didactice, tutori și direct de către consilieri în cadrul diverselor întâlniri.

CCOC a continuat activitatea de consiliere individuală și de grup a tuturor studenților, masteranzilor, absolvenților și elevilor care au solicitat serviciile centrului, astfel au fost testați psihologic, aptitudinal și vocațional studenții, masteranzii și elevii care ne-au contactat în acest sens.

Datorită situației speciale generate de pandemia cauzată de răspândirea virusului COVID-19, CCOC a venit în întâmpinarea tuturor persoanelor care au avut nevoie de sprijin psihologic prin promovarea la scară largă a serviciilor de consiliere individuală oferite. Astfel un număr de persoane au apelat la acest serviciu, solicitând consiliere psihologică în acest context.

CCOC al USH a venit în sprijinul persoanelor refugiate din Ucraina, oferind persoanelor vorbitoare de limba română consiliere. Membrii echipei CCOC au organizat echipe de studenți la psihologie, care s-au oferit voluntar pentru a sprijini refugiații în cadrul fundației „Casa Shalom”. Membrii echipei CCOC împreună cu studenții au desfășurat activități cu adulții și copiii refugiați.



UNIVERSITATEA SPIRU HARET
CENTRUL DE CONSILIERE ȘI ORIENTARE ÎN CARIERĂ

CCOC a facilitat parteneriatul dintre mediul academic și profesional în domeniile de specializare ale facultăților USH , având ca invitați profesioniști care au împărtășit din experiența lor studenților.

CCOC a desfășurat practică de specialitate cu studenții Facultății de Psihologie și Științele Educației.

În vederea vizitelor ARACIS, directorul CCOC a colaborat cu reprezentanții facultăților, punând la dispoziție documentele solicitate.

CCOC a implementat un sistem raportare a activității proprii online, care a fost implementat și va fi îmbunătățit începând cu noul an universitar.

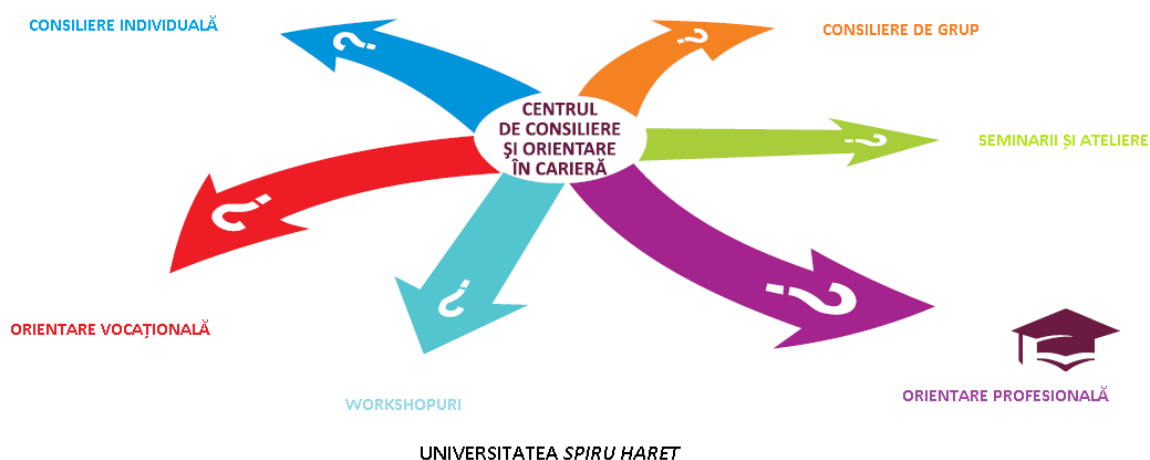
CCOC a colaborat cu firme organizatoare de târguri de joburi și a pus la dispoziția studenților și masteranzilor informații prin intermediul site-ului și al paginii de facebook ale CCOC. Astfel am venit în întâmpinarea studenților și masteranzilor care își caută locuri de muncă.– 19 octombrie 2021, 24 februarie 2022, 23 aprilie 2022.

De asemenea au fost promovate intershipuri pentru absolvenții facultăților de marketing și management.

În baza unui contract de colaborare între CCOC și Colegiului Universitar Spiru Haret - specializarea Asistență medicală, reprezentantul CCOC, dna Amina Pîrvescu a desfășurat activități de consiliere de grup și workshopuri cu elevii pe tot parcursul anului universitar.

Pe parcursul anului universitar mai mulți studenți au fost îndrumați de membrii CCOC pentru a publica articole în buletinul informativ cu apariție lunară - Newsletter CCOC-USH (<http://www.ccoc.spiruharet.ro/newsletter/>).

CCOC a participat la conferința „Viitorul consilierii în carieră” organizată de Universitatea de Vest Timișoara, în perioada 9-10 decembrie 2021.



Promovarea Universității *Spiru Haret* și serviciilor CCOC

Ca parte a acțiunilor de promovare și creștere a vizibilității Universității *Spiru Haret*, membrii CCOC și ai comisiilor de consiliere la nivelul campusurilor universitare și la nivelul centrelor teritoriale au desfășurat activități de promovare a ofertei educaționale prin:

- Promovarea on-line a ofertei educaționale a Universității și a serviciilor CCOC în cadrul întâlnirilor on-line și față în față, de grup și individuale cu studenții, masteranzii, absolvenții și elevii de liceu.
- „Sesiune de prezentare a serviciilor CCOC”, 20 octombrie, 11 noiembrie și 27 ianuarie.

Consiliere educațională, psihologică și a carierei studenților, masteranzilor, absolvenților și elevilor

La nivelul CCOC, precum și la nivelul Comisiilor de consiliere și orientare în carieră din campusurile universitare din București și centrele universitare teritoriale, s-au desfășurat activități de consiliere educațională, psihologică și orientare în carieră adresate studenților, masteranzilor, absolvenților și elevilor. Aceste activități s-au concretizat în :

✚ 312 de ședințe individuale de consiliere psihologică, educațională și a carierei, desfășurate cu studenți, masteranzi, și persoane externe universității, desfășurate în mediul virtual și față în față.

Conform procedurilor de lucru ale CCOC, au fost identificate nevoile de consiliere ale beneficiarilor, în funcție de care s-au desfășurat activități de tipul:

- Facilitarea adaptării studenților la procesul online de predare-învățare și concentrarea asupra dificultăților specifice cu care se confruntă studenții urmând cursurile de acasă;
- Discuții individuale conform intereselor, înclinațiilor, potențialităților și resurselor cu scopul de optimizare, stimulare a autocunoașterii și dezvoltarea personală;
- Aplicarea și interpretarea de teste psihologice în vederea identificării aptitudinilor și capacităților beneficiarilor cât și a trăsăturilor de personalitate;
- Alegerea traseului educațional/profesional adecvat ;
- Activități de informare/documentare/pregătire pentru carieră (elaborarea CV-ului și a Scrisorii de intenție, simularea Interviului de angajare);
- Discuții individuale privind nevoia de recalificare, schimbare a traseului profesional sau promovarea personală și managementul propriei cariere;
- Discuții, exerciții active pentru depășirea dificultăților de adaptare la cerințele și standardele academice.

✚ *80 absolvenți* au apelat la servicii de consiliere psihologică și a carierei.

✚ *524 elevi* au fost consiliați educațional și vocațional în cadrul CCOC în sistem online.

✚ *38 studenți* au participat la *Grupuri de dezvoltare personală și grup de suport* cu întâlniri săptămânale sau bilunare.

✚ *11 doctoranzi* din Institutul de Filosofie și Psihologie C.Rădulescu-Motru, au participat la activități de grup ale CCOC.

✚ *1380 studenți și masteranzi participanți* la *întâlniri de grup care au cuprins o gamă foarte diversificată de webinare*, având beneficiari în special din rândul studenților. Studenții au putut beneficia de ateliere destinate dezvoltării personale (abilități de comunicare, abilități de negociere), dezvoltării carierei (elaborarea documentelor de angajare, pregătire pentru interviu, dezvoltarea unui brand personal, strategii și tehnici de căutare a unui loc de muncă) sau ateliere de psihoeducație (gestionarea stresului și anxietății, dezvoltarea abilităților de învățare, autocunoaștere etc.).



UNIVERSITATEA SPIRU HARET
CENTRUL DE CONSILIERE ȘI ORIENTARE ÎN CARIERĂ

Aceste întâlniri au și au fost coordonate de membrii CCOC : psiholog-consilier Amina Pîrvescu, consilier Ina Morărescu, psiholog-consilier drd. Elena Sandu, psiholog-consilier dr. Victoria Stan și psiholog conf.univ.dr. Bogdan Danciu.

Cerințele studenților au fost foarte mari în acest an universitar și CCOC a desfășurat o bogată activitate:

- Introducere în consilierea carierei, 28 octombrie 2021
- Introducere în consilierea carierei, 29 octombrie 2021
- Abilități de construire a relației cu clienții în evaluare și consiliere, 11 noiembrie 2021
- Aspecte ale consilierii online, 12 noiembrie 2021
- Școli de terapie, cum facem alegerea, 16 noiembrie 2021
- Alianța terapeutică – cum o construim, 18 noiembrie 2021
- Tehnici de evaluare a aptitudinilor, valorilor și intereselor în consilierea carierei, 18 noiembrie 2021
- Cum mă pregatesc pentru un interviu de angajare, 19 noiembrie 2021
- Terapeutul în zona psihologică, 23 noiembrie 2021
- Motivație și personalitate în consilierea carierei, 25 noiembrie 2021
- Procesul de maturizare emoțională, 25 noiembrie 2021
- Cum îmi dezvolt inteligența emoțională, 26 noiembrie 2021
- Cadrul terapeutic – reguli deontologice, 7 decembrie 2021
- Tehnici de lucru în procesul de consiliere, 09 decembrie 2021
- Abordarea unui caz concret de consiliere, 9 decembrie 2021
- Cum îmi aleg consilierul?, 10 decembrie 2021
- Relația terapeutică, 14 decembrie 2021
- Stilurile comportamentale DISC, 16 decembrie 2021
- Prezentarea candidaților la interviul de angajare, 16 decembrie 2021
- Cum ne adaptăm comunicarea la interlocutor, 17 decembrie 2021
- „Visul,, în terapia psihodinamică, teorie și interpretări practice, 11 ianuarie 2022
- Cum luăm decizii?, 13 ianuarie 2022
- Strategii de luare a deciziilor, 14 ianuarie 2022



UNIVERSITATEA SPIRU HARET
CENTRUL DE CONSILIERE ȘI ORIENTARE ÎN CARIERĂ

- Joc de rol (terapeut, pacient, observator), 18 ianuarie 2022
- Exemplificări cazuistică în consilierea vocațională și a carierei, 20 ianuarie 2022
- Procesul de consiliere, 21 ianuarie 2022
- Aspecte etice și standarde de calitate în consiliere, 16 martie 2022
- Carieră și vocație în România – servicii de suport, 17 martie 2022
- Anxietatea – abordarea unui caz, 22 martie 2022
- Frica de eșec și anxietatea de evaluare, 23 martie 2022
- Competențele consilierului vocational și de orientare în carieră, 24 martie 2022
- Crearea relației de încredere în procesul de consiliere, 29 martie 2022
- Cum gestionăm relația, cu aparținătorii bolnavilor, 29 martie 2022
- Inteligența emoțională, 30 martie 2022
- Relație umană și cadru specific în consilierea vocațională și a carierei, 31 martie 2022
- Abilități de comunicare în consiliere: feed-back-ul, 12 aprilie 2022
- Ce mă motivează în alegerea profesiei?, 13 aprilie 2022
- Modalități de evaluare a profilului vocațional și a intereselor profesionale, 14 aprilie 2022
- Tehnici de reducere a anxietății, 19 aprilie 2022
- Abuzul: forme de manifestare și perpetuare, 20 aprilie 2022
- Obiectivele de lucru în consilierea vocațională și a carierei, 21 aprilie 2022
- Marketing personal și managementul informației în consilierea vocațională și a carierei, 12 mai 2022
- Când, cui și cum cer ajutorul? / Cum îmi aleg consilierul?, 17 mai 2022
- Abordarea multi-disciplinară a sănătății: fizică/mentală/emoțională, 18 mai 2022
- Procesul de consiliere vocațională și a carierei: alcatuirea studiului de caz, 19 mai 2022
- Cum luăm decizii?, 24 mai 2022
- Jocul de rol (consilier, client, observator), 25 mai 2022
- Cum dezvoltăm relații autentice, 31 mai 2022
- Cerc De Statistică Și Cercetare Științifică, 16 iunie 2022
- Cerc De Statistică Și Cercetare Științifică, 20 iunie 2022

Webinariile de dezvoltare profesională au fost desfășurate și sub îndrumarea Comisiilor la nivelul campusurilor universitare din București și din țară.

Temele de discuții abordate în cadrul întâlnirilor au fost:

- Facilitarea adaptării studenților la mediul academic și la contextul specific USH;
- *Bun Venit la USH!* Eveniment dedicat studenților de anul I;
- Activități de consiliere în carieră pentru angajare;
- Zilele Bibliotecii Universitare;
- Conferința științifică EIC 2022 – Conferință Națională cu Participare Internațională;
- Autocunoaștere și dezvoltare personală;
- Comunicare și relaționare interpersonală;
- Rezolvarea conflictelor;
- Lucrul în echipă;
- Stilul decizional;
- Managementul stresului;

Activități de susținere psihologică a persoanelor care au solicitat ajutor psihologic în pandemie.

Activitățile de susținere psihologică gratuită au fost și sunt oferite de psihologii și consilierii CCOC pentru persoanele care au solicitat ajutor în situația de pandemie. 26 de persoane au apelat la serviciile de consiliere oferite gratuit de CCOC al USH.

CCOC a derulat programe de practică de specialitate cu studenții la psihologie. S-a urmărit diseminarea informațiilor și familiarizarea studenților cu activitățile din domeniile de specializare prin organizarea de webinarii și lucru față în față.

Membrii CCOC au organizat și desfășurat activități de tutoriat în vederea formării și dezvoltării competențelor de consiliere psihologică și orientare în carieră, în cadrul *stagiului de practică de specialitate* a studenților de la programul de studii Psihologie, anul II IF și IFR. În cadrul CCOC, studenții la psihologie au desfășurat activități de tipul: documentare asupra



UNIVERSITATEA *SPIRU HARET*
CENTRUL DE CONSILIERE ȘI ORIENTARE ÎN CARIERĂ

literaturii de specialitate, studiul documentației proprii CCOC și a instrumentelor de lucru, aprofundarea tehnicilor de consiliere și orientare în carieră, discuții interactive, studii de caz.

Director *CCOC* al Universității *Spiru Haret*,
Lect.univ.dr. Victoria Stan