

GHID DE ORIENTARE ȘCOLARĂ ȘI PROFESIONALĂ



cuprinde oferta educațională a
instituțiilor de învățământ liceal

GALAȚI

CARRIERA 2021

GHID DE ORIENTARE
ȘCOLARĂ
ȘI PROFESIONALĂ

CARRIERA 2021

Coordonatori: *profesor psiholog* BULAI DIAMANTA - director CJRAE GALAȚI

***profesor psiholog* MUȘUNOIU - HOTON VIOLETA - coordonator CJAP**

Autori:

Prof. psih. Bulai Diamanta – CJRAE GALAȚI

Prof. psih. Mușunoiu-Hoton Violeta– CJAP GALAȚI

Prof. psih. Banea Silvia– CJAP GALAȚI

Prof. soc. Marian Roxana – CJAP GALAȚI

Prof. psih. Boca Zamfir Mioara– CIAP GALAȚI

Prof. psih. Bocăneală Cornelia– CIAP GALAȚI

Prof. psih. Ciupitu Valentina– CIAP GALAȚI

Prof. psih. Guiță Marlina– CIAP GALAȚI

Prof. psih. Ionașcu Grigore- CIAP GALAȚI

Prof. psih. Husariu Doina– CIAP GALAȚI

Prof. psih. Panait Gina– CIAP GALAȚI

Prof. psih. Soltan Andreea– CIAP GALAȚI

Design și machetare computerizată: SÂRGHE NADIA - documentarist CJRAE

Asistență tehnică :

Pleșu Daniel - informatician CJRAE

Vârtej Silvia - laborant CJRAE

ISSN 2284-8223

ISSN-L 2284-8223



Dragul meu absolvent de clasa a VIIIa ,

Îți mai aduci aminte prima zi de școală?

Pentru ca tu să pășești în acea zi cu încredere, te-au pregătit îndelung doamnele educatoare, te-au încurajat bunicii, părinții ți-au spus povești. Erau povești despre un drum inițiat pe care urma să pornești asemeni unui brav cavaler, însoțit și îndrumat de zâne, spiriduși și ursitoare, deghizați cu măiestrie în domni și doamne profesoare. Erau povești despre tine, un copil care va crește mare.

Erau povești despre VIITOR, povești despre ACUM.

Ca-n orice poveste, nu au lipsit încercările, dar cu entuziasmul copilăriei, încredere în cei care te-au îndrumat și perseverență, ai reușit să le depășești și ai ajuns AICI.

Ești în momentul în care ți-ai dat seama că povestea nu este dinainte scrisă și că rândurile ce se aștern cu un condei fermecat îți aparțin. Uneori, privești cu entuziasm către cele patru zări și te simți temerar. Alteori, albul paginilor nescrise te neliniștește și ți-ai dori să-ți pui sufletul, fruntea și condeiul în palma părinților sau a vreunui bătrân înțelept, să scrie ei pentru tine.

Pot să îți spun că nu ești singurul și nu ești singur. Asemeni ție am fost și eu și tot ca tine sunt ani de-a rândul mulți absolvenți de clasa a VIIIa .

Intrebările pe care ți le adresezi în această perioadă nu sunt întotdeauna comode: " Cum știi că m-am pregătit suficient?", "Ce școală să aleg?", "Care profil mi se potrivește?", "Ce voi face în viitor?".

Asemeni unei ursitoare, m-aș grăbi să îți ofer răspuns la ultima întrebare: "VEI STRĂLUCI!"

Știind că ești la vârsta la care dorești să verifici magia pentru a o crede, te invit să rememorezi călătoria pe care ai făcut-o până în prezent. În drumul tău ai deschis porți ce te-au condus spre luminișuri sau, dimpotrivă, te-au provocat cu labirinturi. Sunt porți pe care stau scrise întrebări: "Cine sunt eu?", "Ce îmi place să fac?", "Ce mă interesează?", "Care sunt valorile mele?". De multe ori, cu un gest lejer ai putut aprinde lumina pentru a vedea limpede, alteori te-ai străduit cu un opaiț să risipești întunericul și îndoiala. Cu fiecare pas făcut pe drumul cunoașterii de sine, luminile aprinse te-au ajutat să vezi mai clar. Ți-ai privit vreodată chipul în oglindă după ce ai aprins lumina...în tine? Acum știi unde se ascunde magia!



Continuă să mergi, fii entuziast și cutezător, îndrăznește să visezi drumuri pe care alții nu au mai pășit, încăpățânează-te să deschizi porți pe care scrie "Nu vei reuși!" și învață arta performanței!

Simt că vorbesc unui călător ce are puterea să își creeze drumul. Mă voi ambiționa să te însoțesc atât cât vei avea nevoie și voi încerca să împlânzesc întrebările care te încetinesc,

Cu drag, consilierul tău școlar!



Planificarea carierei este un proces amplu care începe în zilele noastre de la vârste din ce în ce mai fragede. Nu e niciodată însă prea târziu să începi să te gândești la ce vei face, care vor fi pașii pe care e important să-i urmezi, să-ți identifice interesele și aspirațiile tale. Toată viața facem planuri chiar dacă uneori nu ne dăm seama de asta.

Să începem cu câteva concepte legate de planificarea carierei. Ce înseamnă? Planificarea carierei presupune autoevaluare, un proces în care identifice care sunt nevoile tale, aspirațiile, interesele, ce te face fericit, ce te motivează, ce îți place mai puțin, care sunt pasiunile tale, care sunt valorile tale. Toate acestea trebuie puse în contextul oportunităților. Așa cum și viața noastră e într-un proces de planificare fără de sfârșit și planificarea carierei este un proces continuu. Începe încă de când suntem copii cu deja tradiționala întrebare – Ce vrei să te faci când vei fi mare? E o vârstă la care putem să aspirăm la orice și ne putem concentra pe prezent, pe azi, fără să ne îngrijorăm de viitor. De altfel în toată perioada educațională este bine să te concentrezi pe prezent, să explorezi posibilitățile profesionale, vocațiile, hobbyurile, pasiunile, să încerci lucruri noi sau care nu au neapărat legătură cu ceea ce ai făcut până atunci. Toate aceste experiențe te vor ajuta în rafinarea și îmbunătățirea planului de carieră.

Autocunoașterea și așteptările sunt în continuă dinamică de-a lungul vieții, și se dezvoltă odată cu vârsta și cu experiențele prin care trecem. Începe prin a te gândi cine ești, ce îți place să faci, care sunt interesele și pasiunile tale, ce este important pentru tine, care sunt valorile tale, ce îți displace, care sunt punctele tale forte, dar și punctele tale slabe, unde vrei să ajungi, ce îți dorești să faci..

Dezvoltarea carierei este un proces de învățare și adaptare la diferite roluri exercitate de către o persoană pe parcursul vieții, include diferite stadii, și presupune medierea între factorii de personalitate și cerințele sociale, în beneficiul tău. Acest proces cuprinde totalitatea factorilor psihologici, sociologici, educaționali, fizici, economici care combinați influențează natura și importanța muncii pe parcursul întregii vieți.

Ce este cariera?

Ce meserie îmi aleg?

Cum își aleg oamenii meseriile?

Ce înseamnă planificarea carierei?

Care sunt interesele, valorile și aptitudinile mele?

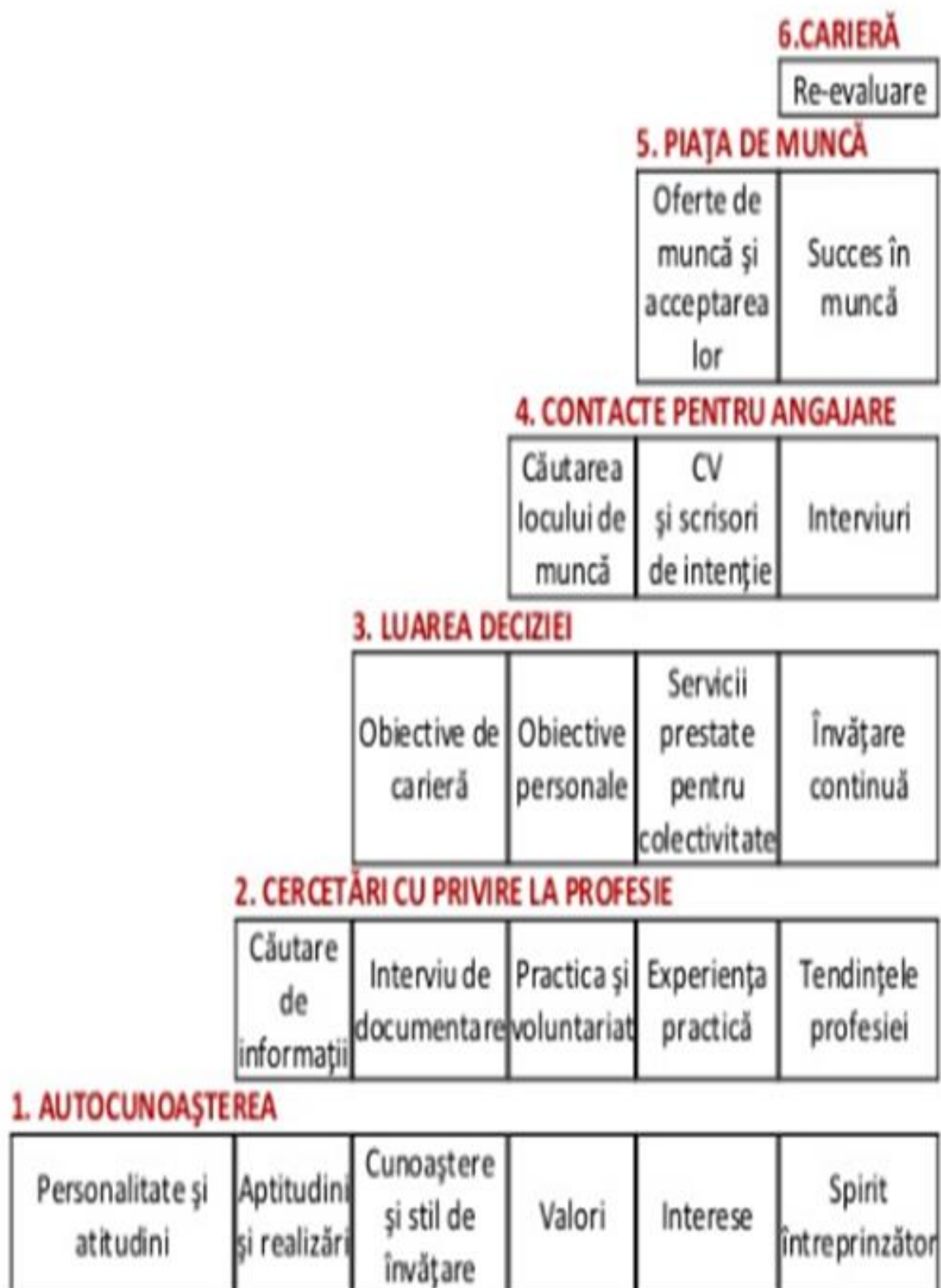
Care sunt etapele deciziei de carieră?

La toate aceste întrebări, veți găsi răspunsuri și resurse utile în Ghidul detaliat mai jos.





Etapele planificării carierei





Etape în luarea deciziei

1. *Determinarea alternativelor*

- Cine sunt eu?
- Unde sunt acum?
- Unde vreau să ajung?
- Care sunt resursele mele actuale (calități, cunoștințe, abilități) pe care mă pot baza?



2. *Explorarea alternativelor*

- Care sunt posibilele căi de acțiune? Câte alternative sunt?
- Ce voi găsi la capătul drumului?
- Cât/ce mă costă (timp, efort) să pun în aplicare aceste alternative?
- De ce cunoștințe și abilități voi avea nevoie?
- Care sunt dificultățile pe care le voi întâmpina?
- Cine mă susține?
- Care e calea optimă pentru mine?



3. *Luarea deciziei și întocmirea planului de acțiune*

- Care este obiectivul meu?
- Ce pot să fac pentru a-mi atinge obiectivul?
- De ce am nevoie?
- Ce dificultăți anticipez?
- Ce pot să fac pentru a le preveni sau minimiza?
- Care sunt pașii concreți pe care îi am de parcurs?
- Ce voi face dacă planul va eșua?

Caută oamenii care te inspiră, te motivează și te ajută să strălucești!





Cum să iei Deciziile dificile

În fiecare zi luăm decizii care nu au un impact major asupra vieții noastre; de la a lua autobuzul în loc de tramvai, sau a unui sandwich în locul unei supe.



Dar cum rămâne cu deciziile importante;
cele de care ne este teamă să le greșim?

De ce ne este
uneori greu să
luăm decizii?

Prea multe variante pot face
alegerea și mai grea. Studiile arată
că atunci când avem mai puține
variante, suntem mai mulțumiți cu
alegerea finală.

Vedem pericolul în luarea
'deciziilor greșite', ceea ce
ne face să nu le mai luăm
deloc.



Folosind strategii eficiente de luare a
deciziilor poți să scăzi rata de eșec cu
până la 50%.





Pașul 1

Identifică problema în primul rând

Înainte de a lua o decizie, trebuie să înțelegi bine de unde pornește problema și de ce este atât de importantă.

Fii o muscă pe perete.



Elimină-te din situație. Privește-o din perspectiva unui străin ca să-ți permiți să gândești mai rațional.



WHY
WHY
WHY WHY
WHY

Întreabă-te 'de ce' de 5 ori,

ca să descoperi de ce a apărut problema în primul rând. După fiecare răspuns, întreabă-te de ce s-a întâmplat acel lucru. După fiecare 'de ce' răspunsul devine mai profund.



Găsește soluții alternative

Pașul
2

Odată ce ai identificat problema, trebuie să explorezi cât mai multe opțiuni pentru a o putea rezolva dacă se poate.



● **Fă un brainstorm-ing al opțiunilor.**

Notează fiecare alternativă fără a judeca. Unele idei proaste pot genera altele bune așa că nu le lăsa pe dinafară.

● **Invită alte persoane să vină cu soluții.**

Mai multe minți sunt mai bune ca una singură; soluțiile altor persoane te pot ajuta să vezi alternative la care nu te-ai fi gândit singur.



Pasul 3

Evaluează-ți opțiunile

Acum că ai făcut brainstorming al opțiunilor, e timpul să le evaluăm pe fiecare și să decidem care sunt preferabile.

- Creează-ți o listă scurtă renunțând la ideile evident proaste sau nerealiste. Încearcă să reduci numărul ideilor până la 5 variante.



- Identifică riscul pentru fiecare variantă. Imaginează-te luând acea decizie și trăind cu ea.



Ce impact ar avea asupra situației timp de 1 an?



Poți să găsești vreo problemă?



Cum te simți?



Luarea celei mai bune decizii

Pașul 4

Acum este timpul să iei decizia finală pe baza tuturor pașilor prin care ai trecut.



Ia o pauză după evaluarea opțiunilor. Studiile arată că dacă îți distragi atenția de la procesul de luare a decizilor ne ajută să luăm o decizie mai bună.

Dimineață revezi lista scurtă de opțiuni, când mintea este mai alertă. Cu rațiune obiectivă, alege varianta care are cel mai mult sens pentru tine.



Împărtășește decizia luată cu un prieten de încredere ca să vezi ce părere are. Apoi pune-o în aplicare!

Urmează să-ți reevaluezi decizia. După un timp, întreabă-te dacă decizia finală se desfășoară conform planului. Dacă nu, niciodată nu e prea târziu să revezi celelalte opțiuni.





Cum ne alegem cariera potrivită?



Dragi elevi, autocunoșterea este primul pas în planificarea carierei. **Autocunoașterea** implică dezvoltarea unei concepții realiste și pozitive despre sine, prin identificarea calităților personale. Acestea trebuie să fie cele relevante pentru deciziile în privința carierei. Prin urmare, ține cont de:

☞ atitudinile și credințele tale, caracteristicile de personalitate, interesele pe care le ai, aspirațiile, deprinderile, abilitățile care te caracterizează, competențele, valorile definitorii.

De asemenea, aceste întrebări te pot ajuta să te cunoști mai bine și să iei decizia potrivită pentru cariera dorită:



- ☺ Cine sunt în realitate? Cum sunt eu? Care sunt posibilitățile mele?
- ☺ Care sunt dorințele și nevoile mele?
- ☺ Care sunt aptitudinile, calitățile personale sau punctele tari pe care mă bazez? Dai punctele slabe asupra cărora trebuie să mă lucrez?
- ☺ Care sunt interesele și valorile personale? Ce știu pentru a deveni ceea ce îmi propun?
- ☺ Ce vreau să realizez în viață? În ce domeniu și/sau specialitate simt că mă pot integra și pregăti mai bine?
- ☺ Cum îmi gestionez propriile resurse, informații, aptitudini pentru a mă orienta corect din punct de vedere profesional?
- ☺ Ce știu despre piața muncii și despre dinamica socio-economică a regiunii în care trăiesc în perspectiva următorilor ani?

Acest lucru este foarte important să îl reții - conștientizarea cu privire la compatibilitatea între aptitudini, aspirații și exigențele profesiilor se realizează după informarea despre profesii, meserii, piața muncii, starea generală a economiei, oportunități de formare, educație, specializări. Prin urmare, fii un elev informat, selectează acele date relevante pentru tine și ele îți vor fi de ajutor pe tot parcursul procesului de orientare.



Urmează etapa activităților de **explorare a traseelor profesionale** și formarea abilităților de culegere de informații referitoare la domeniul de interes pentru ei și pentru lista meseriilor dorite prin consultarea profilelor ocupațiilor din România, a fișelor de post pentru respectivele meserii, interviuri cu persoane care profesază în acel domeniu, participarea la targuri de oferte educationale, targuri de job-uri, job shadow day.

Pe măsură ce vei analiza toate aceste informații, perspectivele și alegerile referitoare la carieră vor fi reanalizate și redefinite. În funcție de evaluarea făcută, opțiunile irelevante sunt gradual eliminate și alternativele mai potrivite sunt mai atent examinate.



O altă etapă în alegerea carierei potrivite este reprezentată de **evaluarea opțiunilor și luarea deciziei** pe baza criteriilor nivelului educational pe care vrei să-l atingi dar și al stilului de viață dorit, respectiv cum ti-ar place sa traiesti. Dezvoltarea abilității de a alege rațional un scop



ocupațional dintre mai multe scopuri ocupaționale posibile și orientarea resurselor proprii către acest scop pentru a-l face funcțional, posibil de implementat și în cele din urmă o decizie eficientă dovedită, este o tinta extrem de importanta a orientarii in cariera.

În funcție de abilități, interese, caracteristici personale, valori și stilul de viață dorit, nivelul educațional pe care dorești să-l atingi, dar și alte nevoi și așteptări, împreună cu profesorii consilieri, profesorul diriginte și părinții voștri, veți alege opțiunea ocupațională cel mai bine susținută pentru voi în momentul prezent.

Astfel întreg procesul parcurs va face parte dintr-un plan de carieră viabil, cu șanse de reușită, pentru că exprimă cel mai bine interesele și personalitatea ta.



Formularea unui plan de acțiune înseamnă transformarea deciziei în scop.

- ☞ Care este obiectivul meu?
- ☞ Ce pot să fac pentru a-mi atinge obiectivul?
- ☞ De ce am nevoie?
- ☞ Care sunt pașii concreți pe care îi am de parcurs?
- ☞ Scopul meu este.....
- ☞ Ce să fac?
- ☞ Când?



Activitățile de planificare a carierei continua cu abilitarea în strategii de **marketing personal**. Este important să realizezi profilul tău psiho-profesional: prin testele și chestionarele de autocunoaștere și evaluare, conceperea proiectului vocațional sau profesional, informare privind posibilitățile educaționale și piața muncii, alcătuirea planului de studii sau de cariera, realizarea portofoliului personal (redactarea CV-ului, redactarea scrisorii de intenție, obținerea recomandărilor, ilustrarea tuturor proiectelor realizate până în prezent, simularea interviului), dar și prin participarea la exercițiile și jocurile de rol efectuate la orele sau sesiunile de consiliere și orientare în carieră.

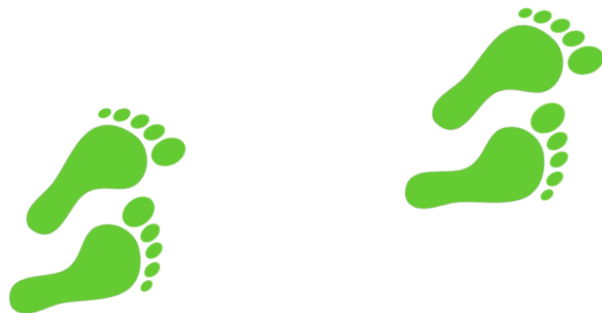


Dragi elevi, portofoliul privind cariera este foarte important, dacă este bine realizat el devine un instrument personal, de dezvoltare, care vă ajută să vă planificați cariera.

Pe lângă ***informații despre sine*** (Cine sunt? Cum sunt? La ce mă pricep? Ce știu să fac mai bine? Ce îmi place sa fac?) consilierea vocațională contribuie la ***conturarea scopurilor, idealurilor, viselor proprii*** (Ce este important pentru mine? Ce vreau? Ce urmăresc?) și a ***identificării planului de acțiune, a pașilor de urmat pentru a obține ceea ce vă doriți*** (Cum ajung acolo? Care sunt etapele? Ce e de făcut? Cine mă poate ajuta cu acest plan? Ce am făcut deja? Cum mă descurc? Unde mă aflu acum și ce mai am de făcut?) și la ***cunoașterea punctele ancoră*** pe care vă puteți sprijini în implementarea acestui plan de acțiune privind cariera.



„Pașii mei în cariera”



*“Nu există vânt favorabil pentru cel care nu știe spre ce port se îndreaptă”
Seneca*

Dragi elevi,

Vă invităm să participați la jocul “*Hârtia în bătaia vântului*”. Avem nevoie de 3 elevi voluntari care vor primi o bucată de hârtie, anticipând întâi unde va cădea aceasta după ce va fi lăsată liberă. Se observă că rareori coincide locul anticipat cu cel în care aterizează hârtia.

Apoi, se încearcă direcționarea hârtiei prin orice mijloace, către un loc ales.

-Se subliniază diferențele dintre cele două situații.

- Se concluzionează ca, dacă nu ne stabilim nimic pentru viitorul apropiat sau îndepărtat, există riscul să fim purtați în direcții nedorite de “vânt”.

Adu-ți aminte în fiecare moment al zilei care sunt visurile tale și vei străluci!

Desfășurarea activității

Momentul 1- Casa carierei

În demersul tău în orientarea carierei, te invităm să desenezi pe o coală A4 „**Casa Carierei**” (anexa 1) particularizând semnificația componentelor casei, astfel:

1. Fundația casei : persoane care te pot ajuta;
2. Pereții: calități care te recomandă pentru acea meserie;
3. Ușa: studii necesare pentru a ajunge ceea ce îți dorești;
4. Acoperișul: cariera, profesia pe care ți-o dorești.



Momentul 2 -Miturile carierei

Îți propunem unele mituri despre carieră, iar ce ai tu de făcut este să te poziționezi pro sau contra.(Anexa nr.2- **Miturile carierei**)



Momentul de reflecție:

Îți propunem vizionarea discursului lui Steve Jobs referitor la importanța cunoașterii de sine (intereselor profesionale) și a construirii unei cariere ținând cont de rezultatele autocunoașterii.

<https://www.youtube.com/watch?v=HuBUfdoJdTc>

Anexa nr. 1

Desenează o „Casă a Carierei” specificând elementele componente ale unei cariere de succes— persoane care ne pot ajuta, calități care recomandă pentru acea meserie, studii necesare pentru a ajunge ceea ce îți dorești, meseria la care aspiri.

Anexa nr. 2

Mituri despre carieră:

1. *Există o singură profesie/ ocupație care mi se potrivește.*

FALS: Orice individ are diverse abilități, interese, valori. Nici una nu va exploata întregul potențial, dar bineînțeles că vor exista unele mai potrivite decât altele. Important este să fii convins că ai decis în cunoștință de cauză și că interesele, abilitățile și valorile tale se încadrează în cerințele ocupației alese.



2. *Părinții, un test sau un expert știu mai bine decât mine ce ar trebui să fac.*

FALS: Într-adevăr, părinții, testele, consilierii te pot ajuta să te cunoști mai bine și te pot îndruma, dar nu uita că decizia îți aparține. Pentru aceasta trebuie să dai dovadă de încredere în capacitatea ta de a lua decizii legate de viitorul tău.

3. *Toată lumea trebuie să aibă succes în carieră chiar dacă aceasta înseamnă să faci lucruri care nu îi interesează.*



FALS: Este foarte important ca profesia sau ocupația pe care o ai să îți placă, să o faci cu plăcere. În caz contrar, să știi că ești aproape de eșec în carieră. Trebuie să analizezi ce înseamnă succes pentru tine: bani, putere, statut, faimă. Uneori poți atinge toate aceste repere și totuși să nu fii mulțumit de cariera ta.

4. *Profesia mea trebuie să fie ideală, să îmi satisfacă toate dorințele și nevoile.*

FALS: Fii realist! Orice profesie are aspecte pozitive și aspecte negative. Este important să îți alegi profesia care îți satisface





cele mai multe nevoi, interese și contribuie la dezvoltarea aptitudinilor tale.

5. Oamenii fie au succes în carieră, fie eșuează total.

FALS: Învăță să îți evaluezi cariera în termeni relativi și nu în termeni de "totul sau nimic". De cele mai multe ori, eșecurile sunt cele din care învățăm cel mai mult, cele care reprezintă sămânța viitoarelor succese.

6. Nimeni altcineva nu este indecis.

FALS: Majoritatea tinerilor sunt indeciși raportat la ce fel de muncă vor presta. Nu e nimic rău în a fi indecis, atâta timp cât te preocupi să strângi informațiile de care ai nevoie pentru a alege la timpul potrivit.

„Să vă vorbesc despre mine și să vă cunosc pe voi”

Noțiunea de carieră a primit de-a lungul timpului mai multe definiții. Aceasta a fost privită fie ca reprezentând „ascensiunea unei persoane în cadrul structurii ierarhice a unei organizații“, fie ca fiind „traseul profesional parcurs de o persoană prin învățare, perfecționare, experiență și muncă“.

Atunci când vorbim despre carieră trebuie să avem în vedere contribuția individului la propria dezvoltare profesională, dar și contribuția organizațiilor în care acesta evoluează cum ar fi familie, școală, grup de prieteni, grupuri sportive sau de voluntariat și nu în ultimul rând locurile de muncă. Pentru a înțelege exact ce reprezintă noțiunea de carieră trebuie să ținem cont în primul rând de faptul că aceasta reprezintă un proces dinamic în timp axat pe două dimensiuni:

- *cariera internă privită subiectiv la nivel individual;*
- *cariera externă privită de organizație într-un mod obiectiv.*

Indiferent de definițiile sub care este privită cariera trebuie să fie în permanență asociată unor termeni pozitivi cum sunt progresul, dezvoltarea, promovarea și avansarea.

1. Exercițiu de spargere a gheții - “Să ne măsurăm”

Dragi elevi, vă invităm să participați la un exercițiu de energizare prin care vă solicităm să vă aliniați (în liniște, fără a vorbi) pe un șir după diverse criterii: înălțime, lungimea părului, mărimea încălțăminte, zodie, etc.



Noi oamenii avem tendința să ne evaluăm și să ne grupăm după diferite criterii. Voi la școală ce criterii folosiți? Ce puteți învăța din acest exercițiu?

În funcție de criteriile după care îi evaluăm pe ceilalți, noi ne stabilim și tipul de relație pe care îl avem cu ei. Astfel, dacă îi apreciem, de exemplu, pe colegi ca fiind buni sau răi, deștepți ori ba, silitori sau leneși ne vom apropia de ei sau dimpotrivă îi vom respinge. Pentru a stabili relații armonioase cu colegii este important să îi cunoaștem în diferite ipostaze ca să putem să îi apreciem și după alte criterii decât cele legate de școală.

2. "Brandul personal"

Brandul personal transmite **un mesaj clar și consistent despre tine** și despre **ce ai tu de oferit**.

„Fiecare om se prezintă în fața celorlalți. Ați observat, probabil, tricouri pe care găsim diferite desene, cuvinte, atât în față, cât și pe spate. Partea din față, desigur, este destinată de a fi citită. Cu alte cuvinte, reprezintă „Eul social” al persoanei. Iar partea din spate este „Eul ascuns”, partea personalității voastre ascunse de ceilalți oameni. Acum, fiecare își va face propriul său tricou cu mesaj. În partea din față a tricoului vă expuneți acele atribute cu care vreți să fiți cunoscuți, iar pe partea din spate veți construi personalitatea voastră așa cum este în realitate, dar ascunsă de ceilalți. Aveți la dispoziție reviste, ziare din care puteți să decupați acele simboluri care vă reprezintă. Utilizați desene, simboluri, cuvinte, diferite culori pentru a reda ce vreți să expuneți.

În continuare fiecare, pe rând, își expune tricoul întregului grup. Iar ceilalți membri pot oferi imediat feedback, punând întrebări.

3. "Eu... cine sunt eu?"

Notează pe o foaie cel puțin 10 de răspunsuri la întrebarea ”Cine sunt eu?., (cum sunt eu, ce pot eu?) folosind caracteristici (aptitudini, trăsături, interese, emoții etc.) care te reprezintă. Fiecare propoziție trebuie să o înceapă cu cuvântul „Eu...”.

La finele caracterizării personale veți fi împărțiți în grupuri mici și fiecare va citi răspunsurile sale.

4. Exercițiul de încheiere "Mulțumesc"

Astăzi vom încerca să le mulțumim oamenilor care ne ajută în devenirea noastră. Pentru asta, fiecare dintre voi se va gândi la un coleg căruia simte că ar dori să îi ofere un mulțumesc astăzi și



pe o foaie de hârtie, va scrie numele persoanei și pentru ce îi mulțumește. Spre exemplu, "Mulțumesc pentru că m-ai ascultat", "Mulțumesc că mi-ai explicat problema", etc.

Pe un perete al clasei se vor afișa aceste mesaje care sunt o sursă de creștere a încrederii în sine pentru persoanelor menționate, dar și pentru clasă ca întreg orientând-o spre aprecieri și valorizări.



Poate te aștepți la o rețetă magică pentru ca succesul să fie al tău!

Succesul se reduce la strategie și acțiune pe termen lung!

Aveți încredere în voi și veți reuși !



CUNOAȘTE MENIUL SUCCESULUI!

Magia încrederii în forțele tale și puterea de a învăța, de a încerca, de a reuși, te va însoți pe tot parcursul traseului școlar pe care urmează să îl alegi! Activează-ți Credința și Puterea; cu ajutorul lor vei găsi modalități de a-ți spori curajul și determinarea în tot ceea ce faci și poți oferi!



Ori de câte ori vei simți că dificultățile sunt prea mari și că drumul devine anevoios, nu uita de următoarea **REȚETĂ**: o felie mare de voință, plus alte câteva de optimism și bucurie, cu o garnitură alături de muncă și seriozitate, așezate pe un platou colorat al stimei de sine, presărate cu creativitate, autodisciplină și inițiativă, coapte ușor la focul toleranței și colegialității, toate acestea îți vor oferi recunoașterea și **succesul pe care ți-l dorești**.

Evoluția carierei tale se desfășoară pe tot parcursul vieții și indiferent în ce moment al carierei tale te afli, este necesar să te evaluezi frecvent deoarece, pe măsură ce lumea se schimbă și devine mai complexă și noi ne schimbăm. Autoevaluarea și reflecția ne păstrează vie comprehensiunea propriei persoane și ne ajută să ne dezvoltăm abilități care să ne pregătească pentru dinamica pieței muncii.

Viitorul este plin de posibilități, iar ceea ce tu aduci în cariera ta este o combinație între caracteristici personale, educație și experiență. De-a lungul timpului, deciziile pe care le iei cu privire la cariera ta se schimbă, la fel cum se schimbă interesele, valorile și experiențele tale.

Păstrează-ți mintea deschisă pentru noi idei și oportunități. Transformă-ți dorințele în stele. Strălucește cu ele!





Harta carierei

Vă propun exercițiul "Harta carierei" pentru a vă răspunde la această întrebare.

Ce îmi place să fac?



Lista opțiunilor
profesionale:

- 1.
- 2.

3. Cine sunt eu?

4. Ce știu să fac?



Analizează "Harta carierei" cu *drumurile* posibile, gândește-te la cum ești, ce îți place să faci și ce știi să faci în acest moment; încearcă să identifici unde duc "drumurile" și care ar putea fi "destinația" carierei tale.

Completează una sau două "destinații" posibile, exprimate sub forma unor opțiuni profesionale. În "călătoria" ta vei întâlni mulți factori care te pot influența în alegerea unui viitor strălucit.

Profesia care ți se potrivește cel mai bine va avea cele mai multe susțineri prin răspunsuri argumentate în cele trei zone ale hărții. Asta înseamnă că vei merge la servicii cu drag, că nu vei ști când trec cele 8 ore de program, că vei fi eficient și productiv, că vei fi apreciat și solicitat pentru munca ta și, nu în ultimul rând, bine plătit.



caracteristici ale oamenilor încrezători

1. Oamenii încrezători spun ce cred și ce vor

Își respectă opiniile și nu le plasează mai prejos de opiniile celor din jur. Astfel, vocea lor este mereu auzită și are un impact real atât la job, cât și în viața personală. Nu tac, formulându-și argumentele în gând după ce s-a încheiat discuția, ci acționează pe moment, știind că au dreptul să se exprime asertiv. Pe lângă asta, nu le este teamă nici să ceară ajutor. Dacă au nevoie de încă o opinie, apelează cu încredere la ceilalți fără să creadă că asta îi face să pară slabi. Știu că vulnerabilitatea are puterea ei și că oricine interpretează asta într-un mod negativ mai are de lucrat la capitolul maturitate.

2. Oamenii încrezători iau decizii de care nu se îndoiesc

Odată ce fac o alegere, o urmează până în pânzele albe cu o energie și o tenacitate de invidiat. Acesta este și unul dintre factorii care le asigură succesul în viață. Nu se îndoiesc de deciziile pe care le iau, ci și le asumă. Prin urmare, în loc să piardă timpul cu gânduri precum "Oare am făcut ce trebuia?" sau "Cum era dacă procedam altfel?", ei pășesc într-o singură direcție și merg direct la țintă.

3. Oamenii încrezători construiesc relații sincere și părăsesc relațiile nesănătoase

Își cunosc adevărata valoare și nu lasă alte persoane să-i desconsidere sau să-i pună la pământ. Încep relațiile pe un picior egal și țin morțiș să păstreze acest echilibru de la început până la sfârșit, în orice activitate și orice context. Nu sunt martiri, nu fac mii de compromisuri și lasă



totul de la ei și nu închid ochii la abuzuri și nedreptăți. Când văd că dinamica în relație nu e corectă și că balanța înclină grav în defavoarea lor, sunt capabili să ia măsuri și, în caz major, să încheie relația. Știu că sunt mai bine pe cont propriu decât cu persoane care nu-i respectă și care nu-i apreciază pentru ceea ce sunt.

4. Oamenii încrezători au așteptări realiste și nu sunt foarte critici cu ei înșiși
Încep noi proiecte cu o minte deschisă și nu cred din start că orice efort este sortit eșecului. Sunt conștienți că unele inițiative s-ar putea să eșueze și că unele au șanse de reușită și pleacă din start cu această mentalitate. ATENȚIE: nu bat spre narcisism și nu se supraevaluează. Doar își privesc situația printr-o lentilă realistă, care le reflectă mai degrabă speranța decât fricile. Atunci când eșuează, nu devin atât de descurajați încât să nu mai încerce nimic niciodată. Nu internalizează eșecul și nu-i atribuie proporții colosale. Doar evaluează ce a mers bine și ce nu, ca să încerce mai bine data viitoare. Știu că lumea e plină de critici și de negativitate și nu văd niciun scop în a mai alimenta gaura asta neagră care curmă atâtea vise.

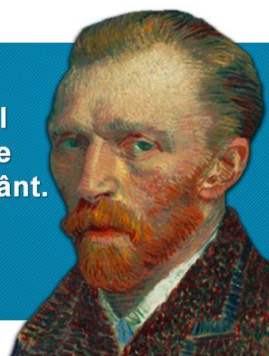
5. Oamenii încrezători gestionează stresul și eșecurile mai ușor

De-a lungul anilor au învățat că viața e mai degrabă un roller coaster decât o cursă lină din punctul A în punctul Z. Știu că uneori vor fi stresați și abătuți și știu că incertitudinea și schimbarea sunt la ordinea zilei. Tocmai asta le permite să fie într-un echilibru dinamic, pe care îl reglează în funcție de context și de situație. Încrederea în ei le oferă o certitudine rară și atât de vitală în viața unui om: acea voce care te asigură constant că deși e greu, odată și odată tot vei reuși. Da, azi ești stresat. Și poate situația e de așa natură încât stresul să continue toată săptămâna. Însă vocea le spune că pot face față oricărei situații, ca un stabilopod de la țărșmul mării care înfruntă stoic orice val.

Avantajele pe care oamenii încrezători le au în viață nu se opresc aici. Se întind în toate ariile din viață și au ramificații vaste, precum crengile unui arbore strașnic și bătrân. Cele 5 trăsături influențează viața oricărei persoane și pentru că au un impact direct asupra fericirii, sănătății și succesului de care ne putem bucura.

Profesiunea ta nu este cea care-ți aduce salariul lunar. Profesiunea ta este ceea ce ai de făcut pe pământ.

Vincent van Gogh





MINDSET-uri CARE TE POT CONDUCE SPRE UN VIITOR STRĂLUCIT

1. Ai încredere în potențialul nelimitat aflat în tine - acesta este primul pas către reușită!
2. Succesul stă la îndemâna oricui deschide ușile - nu e nevoie decât de cheile potrivite, iar ele se află deja în tine!
3. Cunoașterea nu este un lucru primejdios. Ignoranța nu este o fericire, îndrăznește să-ți explorezi mintea!
4. Atitudinea este mai importantă decât inteligența și decât faptele!
5. Poți face ceea ce vrei să faci atunci când crezi că poți - abia atunci vei vedea că ai dreptate!
6. Orice criză creează noi oportunități!
7. De felul în care întâmpini schimbarea creată de situațiile de criză depinde succesul sau eșecul tău!
8. Consideră fiecare obstacol ca o treaptă către succes. Utilizează obstacolele pentru a deveni mai puternic, nu pentru a te simți mai slab!
9. Nimic nu te poate abate de la a obține ceea ce vrei atunci când ceea ce faci te absoarbe total!
10. Dacă motivația e greșită, nici un rezultat nu poate fi corect!
11. Fă ceea ce ai avea curaj să faci dacă ai ști că este imposibil să dai greș!
12. Propria ta dorință de a fi, a face și a avea este medicamentul cel mai puternic din lume!
13. Toate marile realizări sunt rezultatul unui șir de mici realizări!
14. Investește doar unu la sută din durata unei zile în propria ta dezvoltare și restul de nouăzeci și nouă la sută va culege beneficiile!
15. Perseverența de care dai dovadă este direct proporțională cu încrederea pe care o ai în tine însuși. Fii încrezător, fii perseverent, fii învingător!
16. Cu cât ești mai pregătit să ai încredere în tine însuși și să urmezi îndrumările tale lăuntrice, cu atât mai multe vei primi. Rostul tău este să fii tu însuși și să faci ceea ce îți place cu adevărat!
17. Nu-ți pierde timpul „raționând asupra motivelor pentru care nu poți face ceva!”, când ai posibilitatea să descoperi că Poți!
18. Exersează, exersează și iar exersează. Puținul realizat în fiecare zi se adună și, pas cu pas, îți construiești obișnuința de a obține succesul!
19. Din momentul în care vei înțelege că ești capabil să te înalți, te vei înălța într-adevăr!
20. Consideră-te întotdeauna persoana care vrei într-adevăr să fii. Încetează să te mai consideri un om care nu este capabil să realizeze nimic spectaculos. Nu te mărgini să dorești: acționează!
21. Caută mereu să devii mai bun și vei vedea că lumea din jurul tău se va schimba în bine. Începe chiar de astăzi să accepți provocarea Vieții!





"Măine începe azi, sau despre alegerea unei profesii"



Alegerea unei profesii adecvate presupune cunoașterea (conștientizarea) intereselor, abilităților, competențelor profesionale.

✚ Liceul formează cultura generală, iar studiile superioare specializează.

Ceea ce în copilărie era doar o pasiune, poate deveni o vocație, o carieră profesională de succes, dacă este cultivată metodic.



Dicționar:

- **funcție** - activitatea desfășurată de o persoană într-o ierarhie de conducere
- **meseria**- complexul de cunoștințe obținute prin școlarizare și practică, necesare pentru executarea unor anumite sarcini profesionale
- **ocupația**- activitate utilă, exercitată la un loc de muncă, sursa de existență pentru o persoană activă într-o societate economic sau socială
- **profesia**- calificare (specialitate) obținută de o persoană prin studii.

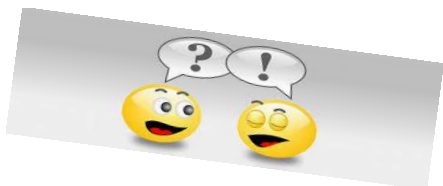
Pentru a lua o decizie pentru carieră ar fi de ajutor să explorezi meseriile din familia ta, precum și calitățile tale.





Momentul 1

Creionează conturul mâinii tale pe o foaie de hârtie, decupează forma și scrie pe palmă câteva idei de tipul: „*Eu sunt...*”, iar pe spațiul liber al degetelor continuă fraza cu 5 caracteristici. De exemplu: ”*Eu sunt... "calm, răbdator, energic, empatic, hotărât.*



Momentul 2

Realizează arborele profesional al familiei tale:

.....Străbunicii.....

(meseria / profesia)

(meseria / profesia)

Bunicul.....

Bunicul.....

Bunica.....

Bunica.....

Tata.....

Mama.....

Unchi.....

Unchi.....

Mătuși.....

Mătuși.....



Momentul 3

Realizează un interviu cu unul dintre membrii familiei tale:

Prenume:.....

Grad de rudenie.....

-De ce ți-ai ales această meserie?

-Cine te-a influențat în alegere?





- Ce rol a jucat pasiunea în alegerea profesiei?
- Consideri că este o meserie grea sau ușoară?
- Ce abilitați trebuie să ai pentru a exersa această meserie?
- Cum te-ai perfecționat de-a lungul timpului?
- Dacă ți-ai alege acum profesia, care ar fi?



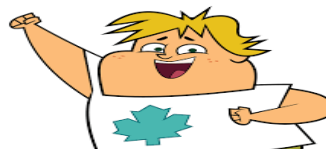
ANUNȚ

Momentul 4

Citiți în ziar următorul anunț:

“Se caută persoană cu studii de specialitate, energică, motivată, și comunicativă. Cunoștințele de calculator și de limbă engleză sunt obligatorii, iar experiența în domeniul financiar constituie un avantaj.”

- a) Ce abilitați sunt vizate?
- b) Ce competențe sunt necesare?
- c) Ce șanse crezi că ai avea?



Momentul 5

Sușține un monolog în fața colegilor pe una din următoarele teme:

- O meserie de invidiat;
- Meseria brațară de aur;
- Prejudecăți privind unele meserii.



- ✚ Ce ați aflat nou despre unele meserii?
- ✚ Despre care meserii ați dori să aflați mai multe informații?
- ✚ Care dintre meseriile prezentate credeți că vi s-ar potrivi?



"Cum să te transformi în persoana care îți dorești să fii?"

Ice-breaking: "Semaforul emoțiilor"

Îți propunem o listă de cuvinte :nota zece, învățare, nota 4, profesor, evaluare, test, vacanță, tema pentru acasă. În funcție de ceea ce simți când auzi fiecare cuvânt, va trebui să ridici cartonașele colorate, verde pentru starea afectivă pozitivă, galben pentru neutru, roșu pentru starea afectivă negativă.

Se reprezintă pe tablă relația dintre motivație și performanță și li se cere să situeze cazurile pe care le-au analizat pe această schemă. Veți da exemple de situații de supra motivare, sub motivare și motivație optimă pe care le-ați experimentat

Fișa de lucru "Motivație și performanță"

Situția 1. Cu o zi înaintea unui examen foarte important, Daniel simte cum îl cuprinde teama, gândindu-se că dacă nu reușește la acest examen nimic nu va mai avea sens pentru el. Toate gândurile sale se concentrează pe acest examen și încordarea crește la maximum.				
	Gânduri	Nivel de motivare <input type="checkbox"/> supramotivare <input type="checkbox"/> medie <input type="checkbox"/> submotivare	Emoții <input type="checkbox"/> frică intensă <input type="checkbox"/> îngrijorare ușoară <input type="checkbox"/> lipsa îngrijorării	Performanță <input type="checkbox"/> ridicată, la nivelul capacităților sale <input type="checkbox"/> medie <input type="checkbox"/> scăzută, sub nivelul capacităților sale
Observații:				
Situția 2. Cu o zi înaintea unui examen foarte important, Daniel este îngrijorat, gândindu-se că de rezultatul acelei evaluări depind foarte multe pentru el. În același timp însă el este conștient că există și alte lucruri importante în viața sa. Oricum, el își dorește foarte mult ca examenul de a doua zi să fie o reușită și se mobilizează pentru a da randament maxim.				
F	Gânduri	Motivare <input type="checkbox"/> supramotivare <input type="checkbox"/> medie <input type="checkbox"/> submotivare	Emoții <input type="checkbox"/> frică intensă <input type="checkbox"/> îngrijorare ușoară <input type="checkbox"/> lipsa îngrijorării	Performanță <input type="checkbox"/> ridicată, la nivelul capacităților sale <input type="checkbox"/> medie <input type="checkbox"/> scăzută, sub nivelul capacităților sale
Observații:				
Situția 3. Cu o zi înaintea unui examen Daniel se simte liniștit și relaxat, gândindu-se că nu îl interesează în mod deosebit să reușească în această situație. Întrucât nu își dorește să obțină o notă mare a doua zi, nu se mobilizează să dea randament maxim.				
	Gânduri	Motivare <input type="checkbox"/> supramotivare <input type="checkbox"/> medie <input type="checkbox"/> submotivare	Emoții <input type="checkbox"/> frică intensă <input type="checkbox"/> îngrijorare ușoară <input type="checkbox"/> lipsa îngrijorării	Performanță <input type="checkbox"/> ridicată, la nivelul capacităților sale <input type="checkbox"/> medie <input type="checkbox"/> scăzută, sub nivelul capacităților sale
Observații:				



Activitatea pentru care am o motivație scăzută:				
Problema motivațională	La nivel de declanșare a activității	La nivel de direcționare a activității	La nivel de menținere a activității	La nivel de încheiere a activității
	<input type="checkbox"/> Durează mult până să încep activitatea sau o tot amân.	<input type="checkbox"/> M-am hotărât să încep activitatea, dar nu mă pot decide cum să încep.	<input type="checkbox"/> Am tendința să abandonez activitatea la cea mai mică dificultate apărută.	<input type="checkbox"/> Nu mă pot hotări să întrerup activitatea, deoarece nu sunt mulțumit de rezultatele obținute.
Componente cu rol motivațional:	<input type="checkbox"/> nu au apărut dezechilibre majore în organism care să justifice începerea activității <input type="checkbox"/> nu văd cum se leagă activitatea pe care trebuie să o încep de scopurile/aspirațiile mele <input type="checkbox"/> activitatea pe care trebuie să o încep nu corespunde intereselor mele <input type="checkbox"/> nu am convingerea că am abilitățile necesare pentru a realiza activitatea <input type="checkbox"/> trăiesc emoții negative când mă gândesc la activitate <input type="checkbox"/> nu am convingerea că voi avea succes în activitate <hr/> <input type="checkbox"/> mediul de lucru nu mă stimulează să încep activitatea.	<input type="checkbox"/> nu am convingerea că pot alege modalitățile optime de realizare a activității <input type="checkbox"/> trăiesc emoții negative când trebuie să iau decizii în ceea ce privește realizarea activității <input type="checkbox"/> nu am convingerea că deciziile pe care le voi lua vor duce la succesul activității <input type="checkbox"/> nu am convingerea că sunt suficient de bun pentru a lua decizii bune <input type="checkbox"/> nu cred ca am abilitățile necesare pentru realizarea activității <input type="checkbox"/> cred că deciziile bune pe care le iau se datorează întâmplării, iar deciziile rele mi se datorează numai mie <hr/> <input type="checkbox"/> mediul de lucru nu mă ajută să îmi organizez activitatea.	<input type="checkbox"/> nu am convingerea că mă pot concentra suficient de mult pentru a realiza activitatea <input type="checkbox"/> trăiesc emoții negative când trebuie să mă mobilizez și să mă mobilizez pentru a realiza activitatea <input type="checkbox"/> nu cred ca am abilitățile necesare pentru realizarea activității <input type="checkbox"/> realizarea activității presupune prea mult efort din partea mea nu văd nici un beneficiu pentru a continua să realizez acea activitate mai mult timp. <input type="checkbox"/> mă gândesc că rezultatele vor fi oricum slabe. <hr/> <input type="checkbox"/> mediul de lucru nu mă mobilizează pentru a continua activitatea.	<input type="checkbox"/> nu am convingerea că sunt în stare să închei activitatea pentru a începe altceva <input type="checkbox"/> trăiesc emoții negative când mă gândesc că voi încheia activitatea <input type="checkbox"/> nu sunt mulțumit de rezultate; cred că le-aș putea ameliora dacă aș continua activitatea <hr/> <input type="checkbox"/> mediul de lucru nu mă încurajează să închei activitatea.
Cum se manifestă componentele deficitare în cazul meu:				
Strategii de optimizare a motivației:				
Planul meu de optimizare:				



"Eu în viitor"



Exercițiu de icebreaking:

„Soțul a venit acasă de la serviciu și a descoperit că soția sa a redecorat casa(a schimbat culoarea pereților, mobila, covoarele, etc.). „
Ce profesii au cei care au ajutat-o pe soție să facă toate aceste schimbări?



„Numește meserii care încep cu litera A . Numește meserii care se termină cu R.”etc
”Tatăl lui Mihai are o meserie care începe cu A și se termină cu T. Ghicește meseria”.

Activitatea nr. 1

Moment 1

Imaginează-ți că tocmai ai câștigat o excursie spre o destinație exotică mult dorită și te-ai îmbarcat într-un avion spre a călători spre această frumoasă vacanță.



În bagajele tale se regăsesc 10 geamantane, fiecare cântărind 2 kg.(**Anexa 1**) pe care o putem face și pe o foaie flipchart). Te afli în avion alături de alți pasageri, așezat în scaun lângă fereastră. Ești liniștit și totodată entuziasmat, oarecum nerăbdător dar foarte hotărât să te bucuri de fiecare moment al călătoriei. Avionul decolează fără proflame și astfel te bucuri de priveliștea încântătoare a panoramei. Căpitanul vă urează ”Drum bun!”

După 2 ore de zbor liniștit, aproape de destinație, începe o furtună și din cauza turbulențelor căpitanul vă anunță că avionul este prea greu și toți pasagerii sunt nevoiți să renunțe la unul din bagaje pentru a rezista furtunii.

1. Aruncă un bagaj! Care este acest bagaj? Ce simți când știi că nu vei mai avea niciodată acel bagaj?

Însă situația nu se îmbunătățește și unul din motoarele avionului cedează astfel că căpitanul vă cere de data aceasta să mai aruncați alte 3 bagaje.

2. Aruncă 3 bagaje! Care sunt acestea? Ce simți când știi că nu vei mai avea niciodată acele lucruri? Dacă ai fi putut arunca doar 2 bagaje pe care l-ai fi păstrat din cele 3? De ce?

Turbulențele continuă și furtuna nu se termină. Căpitanul constată că nu este suficient și pericolul nu a trecut, prin urmare vă roagă din nou să mai aruncați încă 2 bagaje și totodată vă roagă să vă păstrați calmul.

3. Aruncă alte 2 bagaje! Care sunt aceste bagaje la care vei renunța? Ce te-a făcut să le alegi pe acestea?

Tensiunea e mare și panica s-a instalat, capitanul încearcă să vă liniștească spunându-vă că situația este sub control dar avionul e dificil să zboare și solicită alte doua bagaje să aruncați.



4. Aruncă alte 2 bagaje! Care sunt aceste bagaje la care vei renunța? Ce te-a făcut să le alegi pe acestea?

Iată că în sfârșit căpitanul anunță că furtuna s-a potolit și peste o jumătate de oră veți ateriza la destinație. Vă mulțumește pentru colaborare și vă urează vacanță plăcută!

Răsufli ușurat și te liniștești, observi însă că ai mai rămas doar cu 2 dintre bagaje.

5. Care sunt bagajele care ți-au mai rămas?

Sunt acestea cele mai importante pentru tine, sau au rămas datorită unor alegeri făcute în grabă?

- Care a fost momentul cel mai greu și de ce?
- Ce simți când te gândești la tot ce era în bagajele pe care le-ai aruncat?
- Ce simți când te gândești la tot ce e în bagajele care ți-au rămas?
- Crezi că te vor ajuta aceste doua dorințe în reușita ta în carieră?

Moment 2

În continuare vom consulta fiecare - Lista ocupațiilor în ordine alfabetică de pe siturile

<http://www.go.ise.ro/abecedni/abecedni.htm>

<http://www.cjraetm.ro/index.php/en/profile-ocupationale#p>

4. „Mini-chestionar de identificare a opțiunilor profesionale”



- a. Ce profesie dorești să practici?
- b. Care sunt motivele pentru care ai ales această profesie ?
- c. Cine sau ce te-a influențat în luarea deciziei ?
- d. Care este opțiunea părinților referitoare la cariera ta?
- e. Menționează alte trei profesii care se înscriu în cercul tău de interes.
- f. Ce aptitudini sau calități sunt necesare pentru practicarea profesiei alese?
- g. Care sunt abilitățile tale (ce știi să faci mai bine, cu ușurință și precizie)?

5. Găsiți cât mai multe argumente pro și contra pentru enunțul:

“ Banii sunt un mijloc, nu un scop!”



Cufărul viitorului

Dragul meu elev,

Eu sunt TU din viitor și îți prezint **cufărul succesului**; alege trei lucruri importante pentru tine care să te ajute să ai un viitor profesional strălucit





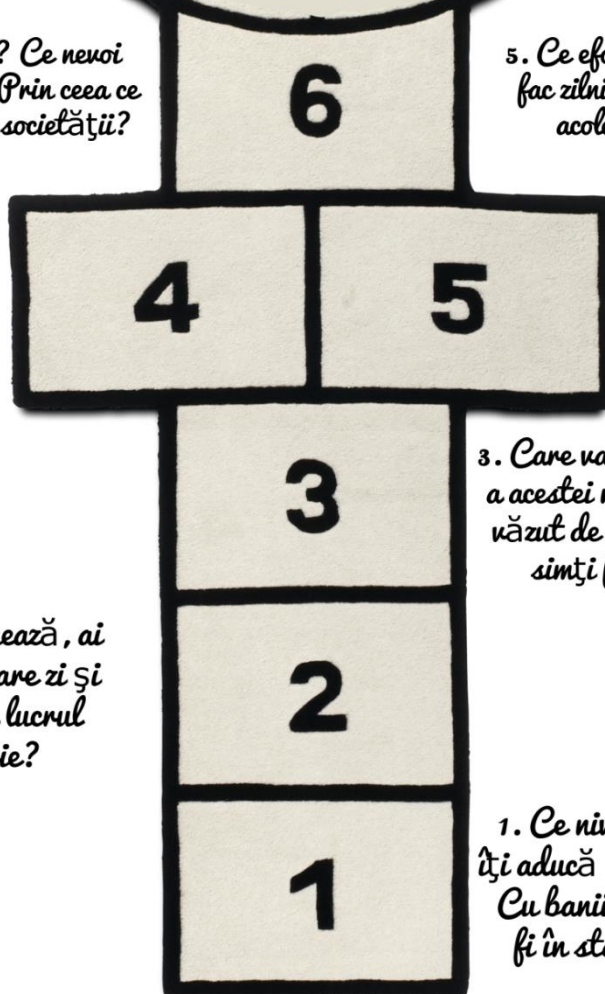
Șotronul viitorului



a. Nivelul de trai pe care mi-l oferă.
 b. În această meserie, mă pasionează:
 c. Experiența de zi cu zi acestei meserii:
 d. Prin această meserie voi oferi societății:
 e. Efortul pe care sunt dispus să îl fac pentru a avea această meserie:

4. Ce lipsește oamenilor? Ce nevoi au? Ce aș vrea să dau? Prin ceea ce voi face, ce plus voi aduce societății?

5. Ce efort sunt dispus să fac zilnic pentru a ajunge acolo unde vreau?



2. Ce anume te pasionează, ai face cu plăcere în fiecare zi și cum poți să faci din lucrul respectiv o meserie?

3. Care va fi experiența trăită a acestei meserii? (cum voi fi văzut de ceilalți, cum mă voi simți făcând meseria)

1. Ce nivel de viață vrei să îți aducă meseria ta în viitor? Cu banii câștigați ce vrei să fi în stare să faci lunar?



Fiecare din noi are o forță interioară incredibilă. Știi că ești capabil de lucruri la care alții doar visează. Știi că ești un diamant neșlefuit, care așteaptă să-și arate strălucirea lumii întregi! Viata ți-o creezi tu singur! Nu aștepta să se producă o minune și tu să te trezești că trăiești viața mult dorită!



Ai nevoie de **ACȚIUNE** și **PERSEVERENȚA**!

De o **DORINȚĂ IMENSĂ**!

Dar, cel mai important, ai nevoie de **tine însuși**. Acesta este primul pas: **CUNOAȘTEREA DE SINE**!

URMEAZĂ-ȚI VISUL!



Decizia în carieră



Planificarea carierei implică demersuri precum: orientarea școlară, orientarea profesională, consilierea pentru carieră.

Alegerea profesiei este un moment important în viața fiecăruia, constituind una din premisele inserției sociale și are loc într-

un context mai larg în care sunt implicați factori de natură personală, educațională, economică, contextuală.

Cariera este ansamblul rolurilor profesionale performante de-a lungul vieții active a căror succesiune poate urma traiectorii diferite în timp. Traiectoria în carieră depinde nu numai de resursele acționale ale persoanei la începutul carierei și pe parcursul ei, ci și de oportunități și, mai ales, de modul în care individul are obiective de carieră clare și este capabil să se folosească de aceste oportunități pentru a le atinge.

Decizia de carieră reprezintă un proces de selecție a unei alternative de carieră din variantele disponibile la un moment dat. Aceasta se referă, pe de o parte, la decizia ce trebuie luată și, pe de altă parte, la procesul decizional.

Decizia de cariera se referă la:

- alegerea scolii și a profilului de studiu
- alegerea unei profesii
- alegerea traseului educațional
- alegerea unor modalități de formare a competențelor profesionale

Procesul decizional presupune parcurgerea unui traseu alcătuit din mai multe etape posibile:

- definirea deciziei și identificarea alternativelor ("Trebuie să iau o decizie", "Trebuie să identific alternativele posibile");
- explorarea și evaluarea alternativelor existente ("Care dintre opțiuni corespund valorilor și stilului de viață dorit?");



- planul de carieră ("Cum pun în practică decizia luată?")
- implementarea deciziei ("Trebuie să aplic planul stabilit")
- reevaluarea deciziei ("Am ales bine?")

Decizia de carieră stă sub influența unor **factori**, **fie psihosociali** (familia, școala, grupul de prieteni, cererea pieței forței de muncă, "moda profesiunilor", prejudecățile legate de unele profesii, **fie individuali** (nivelul intelectual, aptitudinile, motivația, trăsăturile dominante de personalitate)

Familia este unul dintre cei mai importanți factori în orientarea carierei și cauzele acestei influențe accentuate sunt :

1. Familia este cea care optează pentru anumite școli, care îngrădesc mai mult sau mai puțin posibilitățile copiilor.
2. Atitudinea, stilul educativ al părinților influențează încrederea în sine, direcția și măsura ambițiilor.
3. Părinții sunt cei care transmit expectanțele, așteptările sociale adecvate poziției lor sociale.
4. Statutul socio-economic joacă un rol important în opțiunea vocațională a adolescentului, tânărului, chiar dacă se încearcă egalizarea șanselor.

Posibilitățile de influență ale părinților sunt variate și se pot concretiza în: discuții pe tema alegerii carierei cu scopul de ale cunoaște punctul de vedere, temerile, ezitățile, succesele; oferirea de sugestii, dar fără impunerea punctului de vedere; discuții cu profesorii; încurajări permanente; informarea în legătură cu ofertele de muncă, etc.



Școala este considerată un factor principal în orientarea carierei

- Sistemul de învățământ, prin structura lui (tipuri de școli, profile, nr. de locuri etc.) determină cadrul în care se realizează orientarea profesională.
- Procesul instructiv-educativ poate avea o contribuție însemnată în egalizarea

șanselor, dezvoltă diferitele aptitudini, stimulează interesul, furnizează o serie de informații despre profesii, etc.

Totodată școala participă în mod direct la activitatea de orientare a carierei



Grupul de prieteni, grupul de referință influențează opțiunea vocațională mai ales prin evaluarea diferitelor tipuri de profesii, respectiv a diferitelor imagini de viitor prin prisma normelor culturale și a sistemului de valori proprii tinerilor.

Cererea pieței forței de muncă limitează și direcționează opțiunile vocaționale ale tinerilor. Lipsa sau limitarea unor posibilități poate deveni o sursă de frustrare, poate genera decepții.

"Moda profesiunilor" și prejudecățile legate de unele profesii determină într-o anumită măsură alegerea unei cariere. Aceste fenomene au efecte negative asupra procesului de orientare a carierei, distorsionând interesele și opțiunile tinerilor sau ale părinților.

Mass-media are o pondere din ce în ce mai mare în informarea tinerilor privind dinamica pieței muncii, mobilitatea profesională, în promovarea unor modele de succes în carieră (site-uri specializate, anunțuri în ziare, târguri ale locurilor de muncă, emisiuni televizate).

Aptitudinile speciale pot înlesni orientarea vocațională, dar identificarea și evaluarea lor necesită o bună autocunoaștere și informații suficiente despre lumea carierelor. Lipsa unor aptitudini speciale poate fi apreciată ca o contraindicație. Rolul aptitudinilor generale în orientarea profesională crește datorită mobilității profesionale (sunt utile în mai multe domenii de activitate).

Motivația. Sunt importante mai ales trebuințele de stimă și statut și trebuințele de autorealizare. Acestea motivează orientarea vocațională, precum și interesul pentru carierele care le pot satisface. La baza intereselor profesionale pot sta și anumite impresii, experiențe personale. Idealurile și concepția despre lume și viață influențează și ele opțiunea vocațională a tânărului.

Rezultatele școlare pot fi criterii de selecție pentru anumite forme de învățământ, influențând astfel opțiunea profesională. Acest factor are și o influență indirectă asupra orientării vocaționale, pentru că de multe ori elevul este apreciat și apoi orientat doar pe baza acestor rezultate.

Trăsăturile dominante de personalitate. Acest factor are un rol deosebit mai ales în realizarea identificării cu cariera aleasă, condiție a succesului





profesional. Sunt importante: tipul de temperament, independența, rezistența la eșec, spiritul de inițiativă, spiritul de echipă etc



Alegerea carierei este un proces de cunoaștere, dar și unul afectiv. Factorul esențial îl constituie motivația, oportunități de promovare sau sfera de relații ce se poate genera la jobul respectiv.

Fiecare persoană are o înclinație naturală către un anumit domeniu. Dacă descoperi la ce te pricepi cel mai bine, care sunt trăsăturile tale de personalitate și abilitățile tale, ai făcut deja primul pas în alegerea carierei potrivite. Luarea unei decizii de carieră și stabilirea unui plan de acțiune pentru punerea în practică a deciziei sunt pașii următori și cresc șansele de reușită profesională.



Decizia alegerii școlii sau a carierei de urmat este un moment deosebit de important în viața unui elev. Acesta trebuie îndrumat, informat și învățat să ia o decizie. Luarea unei decizii, în vederea alegerii domeniului școlar sau profesional în care să activeze, este un proces complex datorită implicațiilor ulterioare pe care le va avea în viața sa.

Stimulați elevii să parcurgă acești 7 pași, în demersul lor decizional!

- 1. Adunarea informațiilor;**
- 2. Analizarea informațiilor;**
- 3. Căutarea alternativelor;**



4. Stabilirea costurilor (de timp, intelectuale, material-financiare);
5. Analizarea efectelor;
6. Alegerea soluției;
7. Punerea în practică a soluției alese.





EXERCIȚII ȘI INSTRUMENTE PENTRU CONSILIEREA CARIEREI ELEVILOR

"Sub lupă"

Tema	Sub lupă
Modulul	Orientare profesională
Grup țintă/ clasă	a VIII-a
Scop	Efectuarea unei analize , care să-l ajutepe elev să conștinetizeze asupra situației reale, asupra șanselor, asupra unui eventual plan de acțiune în vederea luării deciziei privind opțiunile școlare.
Obiective	<ul style="list-style-type: none"> • Să determine propriile resurse ; • Să exploreze alternativele școlare și profesionale; • Să utilizeze obiectivele personale ca suport în luarea deciziei de carieră. • Să întocmească propriul plan de acțiune.
Metode	conversația euristică, expunerea, exemplul, exercițiul
Resurse	fișe de lucru, coli de flip-chart, markere. timp: 1 oră

Scenariul activității:

Elevii sunt stimulați să ofere un răspuns cât mai sincer la întrebările următoare, grupate astfel încât să atingă pași semnificativi în luarea deciziei pentru carieră.



1. Determinarea resurselor personale

- Cine sunt eu?
- Unde sunt acum?
- Unde vreau să ajung?
- Care sunt resursele mele actuale (calități, cunoștințe, abilități) pe care mă pot baza?

2. Explorarea alternativelor

- Care sunt posibilele căi de acțiune? Câte alternative sunt?
- Ce voi găsi la capătul drumului?
- Cât/ce mă costă (timp, efort) să pun în aplicare aceste alternative?
- De ce cunoștințe și abilități voi avea nevoie?
- Care sunt dificultățile pe care le voi întâmpina?
- Cine mă susține?
- Care e calea optimă pentru mine?

3. Luarea deciziei și întocmirea planului de acțiune

- Care este obiectivul meu?
- Ce pot să fac pentru a-mi atinge obiectivul?
- De ce am nevoie?
- Ce dificultăți anticipez?
- Ce pot să fac pentru a le preveni sau minimiza?
- Care sunt pașii concreți pe care îi am de parcurs?
- Ce voi face dacă planul va eșua?

Tips and tricks:

- Pentru a răspunde la întrebările legate de **determinarea resurselor personale** și autocunoaștere, ia în considerare ce poți oferi și ce urmărești !
- Pentru a răspunde la întrebările legate de **explorarea alternativelor** ia în considerare posibilitățile accesibile, analizează-ți resursele!
- Pentru a răspunde la întrebările legate de **luarea deciziei**, identifică și rezolvă dilemele personale, stabilește-ți obiective pe termen scurt, mediu și lung!



- Pentru a răspunde la întrebările legate de **întocmirea planului** de acțiune, anticipează consecințele, găsește soluții, fii perseverent!

”Valorile profesionale”

Tema	Valorile profesionale
Modulul	Orientare profesională
Grup țintă/ clasă	a VIII-a
Scop	Identificarea valorilor profesionale ce pot ghida alegerea dumului profesional.
Obiective	<ul style="list-style-type: none"> • Să identifice propriile valori ; • Să conștientizeze care sunt principalele valori profesionale; • Să realizeze o ierarhie a valorilor profesionale care să îi orienteze în decizia de carieră. • Să identifice profesii care respectă valorile pe care fiecare elev le-a clasat pe primele locuri.
Metode	conversația euristică, expunerea, exemplul, exercițiul
Resurse	fișe de lucru, coli de flip-chart, markere. timp: 1 oră

Scenariul activităților

1. Valorile personale

Se realizează o ierarhie a valorilor cu ajutorul exercițiului ”Călătoria cu balonul”(Anexa 1). Fiecare elev primește „cutiile cu valori”. Pe măsură ce se citește povestea, elevii vor acționa conform etapelor poveștii în alegerea valorilor.

Ca să te ridici, să pornești în marea aventură trebuie doar să arunci o cutie. Doar așa balonul va pluti deasupra tuturor țărilor. Arunc o cutie!



Gata! Plutești! Vezi oamenii, casele, grădinile din ce în ce mai mici. Priveliștea de la o înălțime atât de mare îți taie răsuflarea. Această senzație este de scurtă durată. Deodată, auzi la radio o voce agitată care îți spune: "Te apropii de o zonă cu vânturi foarte puternice. Pentru a putea merge mai departe în siguranță, e nevoie să te ridici deasupra vânturilor. Pentru aceasta, trebuie să uşurezi balonul cu 6 kg. Aruncă 3 cutii!"

Stai o clipă și privești cutiile din jurul tău. Oare, de care nu ai nevoie? În sfârșit, alegeți 3 și le arunci. Balonul începe să urce. Vezi cum vânturile trec pe sub balonul tău. Gata, ești în siguranță din nou. Privești în jur, atmosfera este clară, vezi munții în depărtare.

Privești în jos și îți dai seama că ai ajuns deasupra oceanului. Ce superb! Vezi doi delfini care sar din apă. În larg, mici, mici de tot se văd vapoare care stârnesc valuri în urma lor. Totul pare rupt dintr-o poveste. Parcă nimic rău nu se poate întâmpla. și totuși ... O lumină puternică brăzdează cerul și vezi niște nori negri venind repede spre tine. Îți dai seama că te afli în mijlocul unei furtuni! Se pornește o ploaie puternică. Auzi aceeași voce agitată la radio care îți spune că trebuie să mai arunci 2 cutii. Doar așa balonul va fi suficient de ușor ca să poată trece repede prin zona cu furtună și să nu te prăbușești în ocean.

În grabă, te hotărăști și arunci 2 cutii!

OK! E bine, ai trecut! E iar liniște. Plutești.

Și plutești, și plutești! Simți căldura blândă a soarelui. Privești la orașele care se întind de jur-împrejur. Ai parcurs mai mult de trei sferturi din drum. A fost frumos, dar parcă simți o ușoară bucurie la gândul întoarcerii acasă. Doar mai ai încă 4 cutii cu dorințe pe care le vei putea îndeplini de îndată ce vei ajunge. În zare, apare câmpul pe care vei ateriza. Vezi și alte baloane și te simți în siguranță. Dar, ce se întâmplă?!? Balonul nu mai merge drept. Începe să piardă din înălțime! Verifici în grabă rezervorul cu aer cald. Surpriză!!! Acesta este aproape gol. Îți dai seama că balonul trebuie ușurat pentru a putea ateriza.

Arunci o cutie!

Nu e suficient!

O arunci și pe a doua!

Acum e bine! Balonul plutește și te apropii de locul de aterizare. Oamenii, casele, grădinile devin tot mai mari. Ești acasă. Totul este cunoscut. E bine!

Simți o ușoară zdruncinătură. Gata! Ai ajuns! Ești din nou acasă! Ai călătorit în jurul lumii, de-a lungul întregului glob pământesc fără să li se întâmple nimic rău!

Observi că ți-au mai rămas doar două cutii în coșul balonului.



2. Valorile profesionale și profesiile

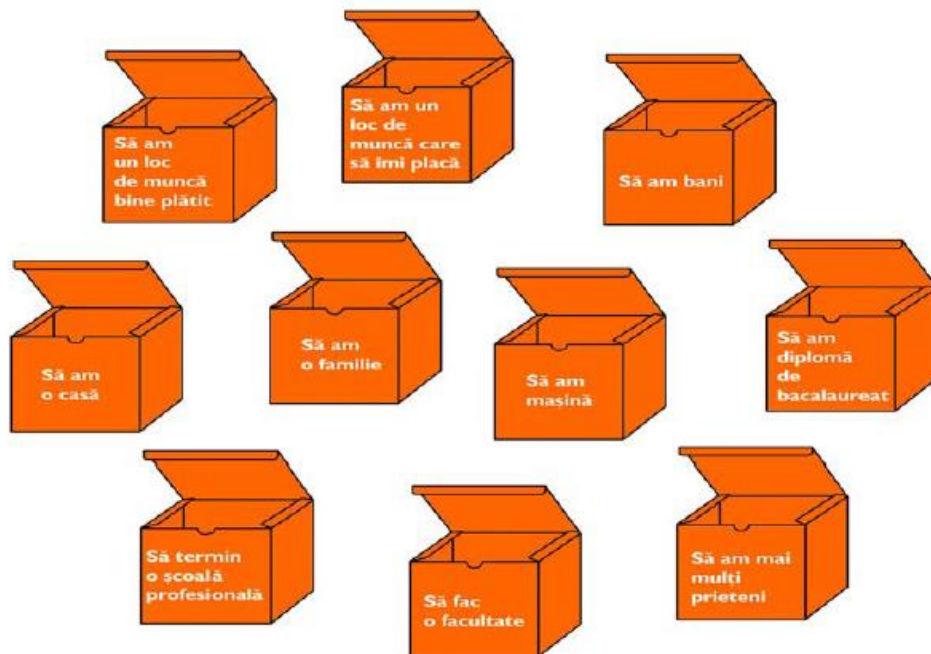
Se verifică cu ce valori a rămas fiecare elev. Și se poartă o discuție cu fiecare elev având ca repere următoarele întrebări:

1. Se poate ca în aceste cutii să fie cele mai importante dorințe ale tale?
2. Care a fost momentul cel mai greu? De ce?
3. Cât de importante sunt pentru tine cele 2 valori din cutiile care ți-au rămas?
4. Cum crezi că te vor ajuta aceste 2 valori în reușita în carieră? Care ar fi domeniile sau profesiile care promovează valorile pe care tu le ai?

3. Consolidarea abilităților

Se discută cât de importante li se par aceste valori și cum cred ei că le va influența decizia în carieră.

Anexa 1





Tema	"Decizia privind traseul educațional în contextul transformărilor din societatea actuală."
Modulul	Planificarea carierei
Grup țintă/clasă	VII-VIII
Scop	Dezvoltarea abilităților de explorare și evaluare realistă a caracteristicilor personale relevante pentru alegerea carierei.
Obiective	<ul style="list-style-type: none"> • Să conștientizeze criteriile de alegere a unei profesii. • Să cunoască propriile valori profesionale. • Să identifice și să clasifice, în ordinea importanței, valorile, interesele, abilitățile, scopurile, aspirațiile și așteptările de reușită relevante pentru dezvoltarea profesională. • Să schițeze câteva planuri realiste de dezvoltare personală care să se plieze pe aspectele analizate. • Să identifice ofertele educationale și de pe piața muncii compatibile cu variantele de dezvoltare propuse. • Să analizeze avantajele inserției profesionale ca variante de implementare a planurilor de dezvoltare considerate , pe criteriile analize SWOT, puncte tari, puncte slabe, oportunități, obstacole.
Metode	Conversația euristică, feed – beck-ul, exercițiul, analiza swot, chestionare.
Resurse	Fișă cu valori profesionale, chestionarul valorilor profesionale, fișe de lucru individuale, fișă de lucru analiza SWOT.

- "Valorile profesionale" (durata 50 minute)

1. Elevii sunt grupați în 6 micro-grupe și li se prezintă obiectivele activității.
2. Ice breaker: " Ce vă vine în minte atunci când auziți cuvântul profesie?"



3. În grup elevii primesc sarcina de a gândi factorii care pot influența alegerea unei anumite profesii după care li se prezintă acești factori (anexa 1)
4. Elevilor li se prezintă principalele valori profesionale și li se distribuie fise de lucru pe care le vor completa individual.
5. După realizare topului, elevii vor aprecia, individual măsura în care viitoarea lor profesie răspunde principalelor lor valori (profesionale).

Se vor discuta rezultatele și se vor face următoarele precizări:

- Competențele legate de autocunoaștere sunt (alături de competențele de explorare a alternativelor profesionale, de abilități decizionale și cele de planificare a carierei) esențiale în alegerea parcursului profesional/educațional
 - Valorile intrinseci (exprimarea creativă, competența profesională, autenticitatea, etc.) coexistă cu cele extrinseci (salariu atractiv, prestigiu social etc.). Deci nu este potrivit să le gândim în termeni ierarhici cum că valorile intrinseci ar fi mai importante decât cele extrinseci.
6. Activitatea se va finaliza prin prezentarea și distribuirea chestionarelor privind valorile profesionale pe care le vor completa.

Anexa 1

FACTORII CARE INFLUENȚEAZĂ ALEGEREA CARIEREI

- **Informațiile despre carieră** – ofertele pieții muncii, miturile legate de carieră, oportunitățile de formare, structura locului de muncă.
- **Caracteristicile personale** – aptitudinile, interesele și valorile, stiul de viață, stilul decizional.
- **Relațiile semnificative** – tradițiile de familie, planurile legate de relațiile interpersonale – căsătorie, copii, etc., statut socio-economic, planurile personale semnificative – părinți, soț/soție, prieteni.

Valori = convingerile de bază ale persoanelor

- ✚ sunt surse motivaționale și ale standardelor individuale de performanță într-un anumit domeniu.

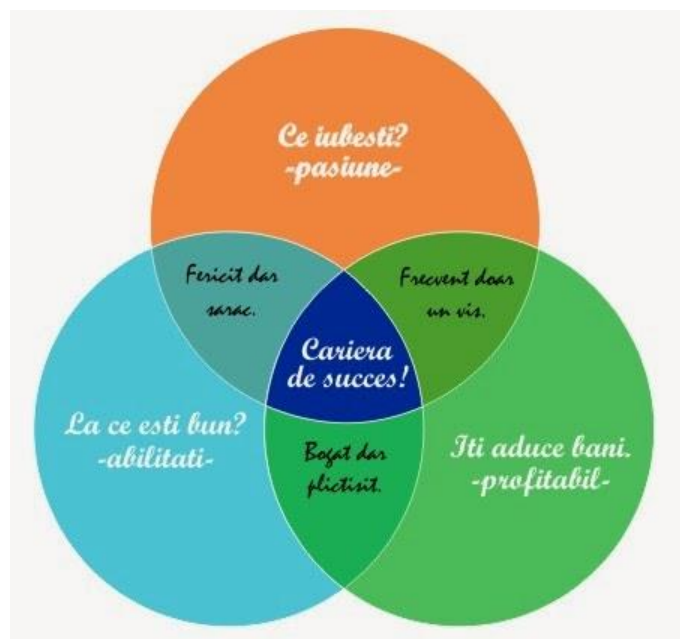


- ✚ se manifestă în comportament prin evitarea/propensiunea față de anumite aspecte tangibile (banii) sau intangibile (spiritualitatea).
- ✚ este importantă relația dintre valori și alegerile pe care le facem.

Anexa 2

Inventarul valorilor profesionale:

- Varietate
- Independență
- Colegialitate
- Împlinire
- Apartenență
- Securitate
- Putere și autoritate
- Echilibru între rolurile deținute
- Creativitate
- Stabilitate
- Risc, senzații tari
- Profit material
- Ambianță
- Statut social
- Dezvoltare socială
- Competență
- Influență asupra celorlalți
- Altruism





Ierarhia valorilor mele personale

1.
2.
3.
4.
5.

Observații:

.....

.....

.....

.....

Anexa 3

Chestionarul de mai jos te va ajuta să te cunoști mai bine în acest sens.

Pentru aceasta, acordă-ți note de la 5 la 1, în funcție de gradul de importanță pe care îl atribui fiecărei caracteristici profesionale, descrisă în întrebările de mai jos:

5= foarte important

4= important

3= mediu ca importanță

2= puțin important

1= neimportant



Gradul de importanță acordat pentru o profesie.....

1. în care trebuie să rezolvi mereu probleme noi ____
2. în care să ajuți pe alții ____



3. în care să obții salarii mai mari ____
4. în care munca este foarte variată ____
5. care presupune foarte multe deplasări, călătorii ____
6. care contribuie la prestigiul tău ____
7. în care se cer aptitudini artistice ____
8. în care se lucrează în echipă ____
9. care prezintă perspective de dezvoltare personală ____
10. în care să te poți realiza așa cum dorești ____
11. în care să lucrezi cu un șef care să se poarte la fel cu toată lumea și să acorde aceeași încredere tuturor angajaților ____
12. în care mediul de lucru să fie plăcut ____
13. care să dea prilejul de a putea realiza în fiecare seară realizările din timpul zilei ____
14. în care să îți poți exercita autoritatea asupra altora ____
15. în care să se experimenteze idei și sugestii noi ____
16. în care să se creeze unele produse noi ____
17. în care să primești permanent feedback referitor la realizarea sarcinilor ____
18. în care să aibă măsură în aprecieri și critici ____
19. care să fie solicitată și să ofere numeroase locuri de muncă ____
20. să-ți poți pune în valoare gustul pentru frumos ____
21. în care să poți lua decizii importante ____
22. în care să existe largi posibilități de promovare cu mărirea salariului ____
23. în care gândirea să fie intens solicitată în rezolvarea de probleme noi și cu soluții nuanțate ____
24. în care să-ți poți pune în valoare aptitudinile de lider ____
25. care să se desfășoare în maxime condiții de siguranță pentru sănătate ____
26. în care să-ți poți trăi viața așa cum dorești ____
27. care să ofere prilejul de a lega prietenii trainice cu colegii de serviciu ____
28. în care importanța muncii să poată fi apreciată de alții ____
29. care să presupună multă diversitate a sarcinilor de lucru ____
30. în care să ai sentimentul că îi poți ajuta pe alții ____
31. în care să poți contribui la bunăstarea altor persoane ____
32. în care să poți efectua mai multe activități diferite ____
33. în care să poți fi admirat de alții ____
34. în care să ai relații bune cu colegii de serviciu ____
35. în care să-ți poți desfășura viața în modul cel mai plăcut ____
36. în care să ai prilejul de a lucra într-un mediu corespunzător ____
37. în care să poți planifica și organiza munca altora ____
38. în care să se facă apel continuu la capacitățile tale intelectuale ____
39. în care să poți câștiga suficienți bani cât să-ți asiguri un nivel de trai dorit ____
40. în care să depinzi de cât mai multe persoane ____
41. în care să produci obiecte caretrag și prin aspectul lor estetic ____
42. în care să poți sigur că, în cazul dispariției ei, poți obține o alta în cadrul aceleiași companii ____
43. în care să ai un șef politicos ____
44. în care să poți vedea rezultatele eforturilor depuse ____
45. în care să poți contribui la elaborarea de idei noi ____



INTERPRETAREA RASPUNSURILOR

1. Calculați suma punctajului acordat pentru fiecare factor la cei trei itemi.
 2. Scorul poate varia de la 3 la 15 puncte.
 3. Apoi stabiliți ierarhia factorilor. Primii 5 factori la care a-ți obținut punctajul cel mai mare descriu domeniul de activitate în care puteți obține succes și vă puteți realiza din punct de vedere profesional.
-
1. **ALTRUISMUL** (2, 30, 31) – profesii care privesc munca cu oamenii și contribuie la ameliorarea vieții acestora – medicină, asistență socială, educație, comerț, etc.
 2. **SIMȚUL ESTETIC** (7, 20, 41) – profesii care permit realizarea unor obiecte estetice – artă, design.
 3. **CREATIVITATEA** (15, 16, 45) – activități care permit crearea de noi produse, aplicarea de idei noi, inventarea de obiecte noi, inovații, optimizări – profesii tehnice, științifice, artistice, literare.
 4. **STIMULAREA INTELECTUALĂ** (1, 23, 38) – activități care oferă posibilitatea de a învăța ceva nou și solicită o gândire independentă.
 5. **REUȘITA OBIECTIVATĂ** (13, 17, 44) – munci cu caracter executiv, finalizate prin produse concrete și care oferă posibilitatea de a învăța ceva nou și solicită o gândire independentă, reflecții abstracte.
 6. **INDEPENDENȚA** (5, 21, 40) – ocupații care permit persoanei să lucreze după propriul ritm și să aplice propriile idei, concepții.
 7. **PRESTIGIUL** (6, 28, 33) – ocupații cu un statut social ridicat, care conferă importanță și impun respect din partea celorlalți.
 8. **CONDUCEREA ALTORA** (14, 24, 37) – profesii care presupun planificarea și organizarea muncii altora.
 9. **AVANTAJELE MATERIALE** (3, 22, 39) – tendința de orientare după câștiguri materiale, salarii mari sau pachete salariale atractive.
 10. **SIGURANȚA** (9, 19, 42) – valoarea asociată unor profesii care prezintă certitudinea menținerii lor, asigurarea aceluiași tip de muncă și garantarea veniturilor materiale.
 11. **AMBIANȚA DE LA LOCUL DE MUNCĂ** (12, 25, 36) – condiții fizice bune de muncă căldura, curățenie, zgomot redus...
 12. **RELAȚIILE CU COLEGII** (8, 27, 34) – alegerea locului de muncă pe criteriul unor relații interpersonale armonioase, vitale în anumite domenii (vânzări, învățământ, consultanță, etc.)
 13. **RELAȚIILE CU SUPERIORII** (11, 18, 43) – alegerea locului de muncă în funcție de cadrele de conducere din domeniul respectiv.
 14. **STILUL DE VIAȚĂ PE CARE-L ASIGURĂ PROFESIA** (10, 26, 35) – profesii cu program neregulat, care implică deplasarea, călătorii etc.
 15. **VARIETATEA** (4, 29, 32) – profesii care permit activități diverse, variate, nerepetitive, monotone și rutină redusă, orientarea spre satisfacții personale.



"Planificarea carierei"



1. Se descrie tema lecției, utilitatea ei pentru dezvoltarea personală.
2. Discutarea necesității stabilirii cu acuratețe a aspectelor importante pentru stilul de viață, dezvoltarea personală și satisfacția existențială, înaintea oricărui demers de planificare a unui traseu de dezvoltare.
3. Exercițiu individual: se împart copii ale fișelor de lucru (anexa 4). Sarcina elevilor este să noteze cel puțin trei aspecte dintre cele considerate relevante pentru decizia de carieră și, în funcție de ele, să propună trei opțiuni de dezvoltare profesională. Constrângerea este să existe cel puțin o opțiune de continuare a traseului educațional și una de inserție profesională imediată (cu sau fără continuarea ulterioară a traseului educațional) – pentru a putea face diferențele specifice, ulterior analizelor efectuate.
4. Analiza SWOT privind variantele de dezvoltare profesională propuse. Pe baza exercițiului efectuat, se va proceda la o analiză demonstrativă a avantajelor, dezavantajelor, obstacolelor și oportunităților de dezvoltare profesională și personală pe care le prezintă variantele propuse. Se cere elevilor să facă același lucru cu opțiunile lor. Accentul se va pune pe comparația dintre opțiunea de continuare a traseului educațional și cea de inserție imediată în câmpul muncii. Se va analiza relevanța uneia sau alteia dintre alternative pentru fiecare persoană, prin raportare la potențialul și resursele personale de dezvoltare.
5. Se recapitulează informațiile dezbătute și se analizează, pe baza feedback-ului, măsura în care obiectivele minimale propuse au fost atinse.



6. Se poate face și o analiză individualizată, cu observații particularizate dacă sunt adunate și prelucrate fișele tuturor elevilor.

Anexa 4

Aspecte relevante pentru opțiunea de carieră	Opțiunea 1	Opțiunea 2	Opțiunea 3
Interese			
1			
2			
3			
Valori			
1			
2			
3			
Abilități			
1			
2			
3			
Temperament			
1			
2			
3			
Alte caracteristici personale			
1			
2			
3			



Nivel educațional pe care vreau să-l ating			
1			
2			
3			
Stilul de viață dorit			
1			
2			
3			
Așteptările de reușită			
1			
2			
3			
Total			

*pentru fiecare criteriu din prima coloană se notează cu x în dreptul opțiunii care satisface criteriul. La sfârșit se realizează totalul pentru fiecare opțiune, astfel încât să reiasă care din opțiunile luate în calcul satisfac mai multe criterii importante pentru elev.



Anexa 5

Analiza SWOT

<p>PUNCTE TARI</p> <p>Cât mai multe puncte tari în personalitatea ta:</p>	<p>PUNCTE SLABE</p> <p>Puncte slabe pe care ai dori să le diminuezi:</p>
<p>OPORTUNITĂȚI</p> <p>Oportunități pe care te poți baza în dezvoltarea ta personală:</p>	<p>AMENINȚĂRI</p> <p>Amenințări care îți pot periclita stima de sine:</p>



Tema	"Ai făcut alegerea potrivită?"
Modulul	Orientare în carieră
Grup țintă/ clasă	a VIII-a
Competența specifică	Explorarea caracteristicilor personale corelată cu decizia de carieră
Competențe derivate	Identificarea trăsăturilor personale pe axa extroversie - introversie; Asocierea trăsăturilor personale identificate cu profesiile corespunzătoare, după criteriul extroversie-introversie; Dezvoltarea abilității de a lua decizii în situații problematice; Conștientizarea importanței rețelei sociale în privința deciziei de carieră.
Metode	conversația euristică, ice-breaking, jocul didactic, metafora terapeutică, exemplul, exercițiul
Resurse	postit-uri, coli de flip-chart, pixuri, fișe de lucru timp: 2 ore

SCENARIUL ACTIVITĂȚILOR

Ice-breaking



Momentul 1 "Copacul meseriilor din familia mea"

Elevii primesc fișa de lucru (Anexa 1). Aceștia vor nota profesiile pe care le au membrii familiilor din care provin. Elevii vor fi întrebați dacă rudele acestora sunt mulțumite de profesiile pe care le au. Dacă acestea sunt nemulțumite, care sunt motivele lor.

Se va aprecia că unele profesii presupun muncă individuală, eventual cu unelte sau instalații, iar altele includ și interacțiunea cu mulți oameni. Unele persoane apreciază liniștea la locul de muncă, altele sunt foarte comunicative și se plictisesc ușor. În acest cadru, fiecare persoană are anumite trăsături care o recomandă pentru o anumită profesie sau nu.

Momentul 2



Li se va cere elevilor să deseneze o căsuță în dreptul fiecărei profesii în care rudele lor sunt mai rezervate, preferă rutina și să lucreze singure sau cu puține persoane în preajmă. Vor desena un omuleț în dreptul acelor profesii, prin intermediul cărora rudele lor interacționează cu multe persoane, lucrează în echipă cu alți colegi și sunt foarte active.



Momentul 3 "Castelul magic"

Fiecare elev/ă va primi 10 post-it-uri, pe care participanții vor scrie trăsăturile pe care le consideră cele mai importante pentru ei într-o profesie. Pentru a fi ajutați, primesc lista trăsăturilor personale (Anexa 2). Se va citi consemnul:

- Ești pe un drum de munte și deodată se arată în fața ta un vrăjitor. Ești surprins? Vrăjitorul se apropie încet și îți spune:

"În calea ta vor apare tot felul de situații și ar fi înțelept să ai mare grijă! Îți dăruiesc un "cufăr fermecat", în care poți pune la adăpost amuletele proprii (post-it-urile!). Tu nu știi, dar acestea reprezintă paginile unei cărți fermecate. Numai această călătorie te poate ajuta să o înțelegi!..."

Vrăjitorul dispăru și, fără să îți dai seama, ai ajuns într-un castel magic. În față ți se deschide scârțâind o ușă. Nu știi dacă este bine să intri. Se aude o voce gravă, care spune ceva într-o limbă necunoscută. Îți este teamă, dar curiozitatea te împinge să înaintezi cu precauție, pentru că ceva îți spune că este periculos. Deși nu îți este tocmai confortabil, acum nu te mai poți întoarce. Va trebui să mergi înainte! Iar pentru a face acest lucru, trebuie să arunci o amuletă. Vei decide care este, de preferat aceea care este cea mai puțin necesară!

În acest moment, liniștea absurdă și lumina slabă din încăperea îți tăie răsuflarea. O altă ușă se deschide și pășești într-o încăperea cu niște ființe ciudate, care vor să iasă și tu nu știi ce să faci. Repede, aruncă două amulete. Decide acum care anume!

Fără să îți dai seama ai nimerit într-o sală mare și ciudată. Descoperi că te afli într-o temniță, cu o mulțime de soldați în preajmă! Se aude un sunet puternic de goarnă, iar soldații vin amenințatori spre tine. Nu mai este timp, trebuie să iei o decizie în legătură cu câte amulete să mai arunci și mai ales care. Te hotărăști să arunci încă 2 amulete, ceea ce-ți va



permite să scapi de soldați, pășind în mod neașteptat spre o altă ușă care se deschide când o atingi.

Te simți la capătul puterilor, nu știi încotro mergi și faci tot posibilul ca să nu mai dai de încurcături. Pentru că încă nu ai reușit să ieși din castel, trebuie să mai arunci încă 2 amulete. Care să fie?

Ai trecut prin încăperile acestui castel misterios fără să ți se întâmple nimic rău. Ți-ai dat seama cât de greu ți-a fost să iei decizii imediate, care te influențează în situații dificile. Observi că ți-a mai rămas doar o singură amuletă. Care este aceasta? Numai tu cunoști răspunsul!

Rugați elevii să citească trăsătura cu care au rămas!

Discuție:

- Cum a fost povestea?
- Ce sentimente, gânduri, emoții ați experimentat?
- Ce ați ales ce să aruncați? Care a fost motivul vostru?
- Care a fost trăsătura cu care ați rămas?
- Poate să fie cea mai importantă trăsătură a voastră?
- Care a fost momentul cel mai critic și de ce?
- La ce v-a fost cel mai greu să renunțați?
- Cât de importantă este ultima trăsătură pentru voi, în acest moment în care ați analizat toate alegerile pe care le-ați făcut?
- În ce mod apreciați că această trăsătură vă influențează alegerea unei profesii?
- De ce sunt importante aceste trăsături în viața noastră?
- Cum pot ele să devină în reper pentru munca voastră, în colaborarea cu colegii?
- Pot fi ele schimbate? Cum anume?



Momentul 4 "Extrovertit vs Introvertit"

Elevii vor primi fișa de lucru, și în funcție de trăsăturile pe care le-au selectat anterior, vor identifica dacă tind să fie extrovertiți sau introvertiți (Anexa 3). Li se va explica diferența dintre cele două concepte.



Momentul 5 "Caută ce ți se potrivește!"

Elevii aleg câte două simboluri pentru diferite meserii. Vor fi prezentate câte 2 simboluri pentru fiecare meserie (Anexa 4). Elevul "Alfa" care are un simbol (de exemplu: pentru profesia de programator simbolul va fi "calculator") trebuie să caute elevul "Beta" care deține simbolul pereche (de exemplu: "windows"), alături de care va forma o echipă.

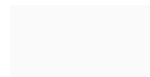


Momentul 6 „Profesii ascunse”

Fiecare echipă va primi un set de cuvinte încuciușate, în cadrul căruia, elevii vor avea ca sarcină, să identifice cele 5 meserii potrivite unui extrovertit sau introvertit! (Anexa 5)

Discuție:

- Ce v-a plăcut la acest joc? Ce nu v-a plăcut?
- A fost ușor să vă identificați coechipierul? Care au fost dificultățile pe care le-ați întâmpinat?
- Cum ați reacționat atunci când colegul/colega nu avea simbolul potrivit și v-a respins? Ce ați simțit? La ce v-ați gândit în acel moment?
- Ce anume v-a făcut căutarea mai ușoară?
- Au fost persoane cărora li s-a părut amuzantă sau stresantă comunicarea cu colegii?
- Cine ar fi preferat un joc mai liniștit, eventual o fișă de lucru pentru completat în bancă?
- În ce măsură vă considerați extrovertit/introvertit?
- Care este motivul pentru care profesiile identificate se potrivesc doar extroverților sau doar introverților?
- Ce profesie ar trebui să aleagă un extrovertit? Dar un introvertit?
- Profesia pe care o are echipa voastră se potrivește mai mult extroverților sau introverților?
- Care sunt riscurile dacă un extrovert sau introvert alege o profesie nepotrivită?



Feedback!



1. Ce ai învățat?
2. Ce propuneri ai?
3. Ce ți-a plăcut?



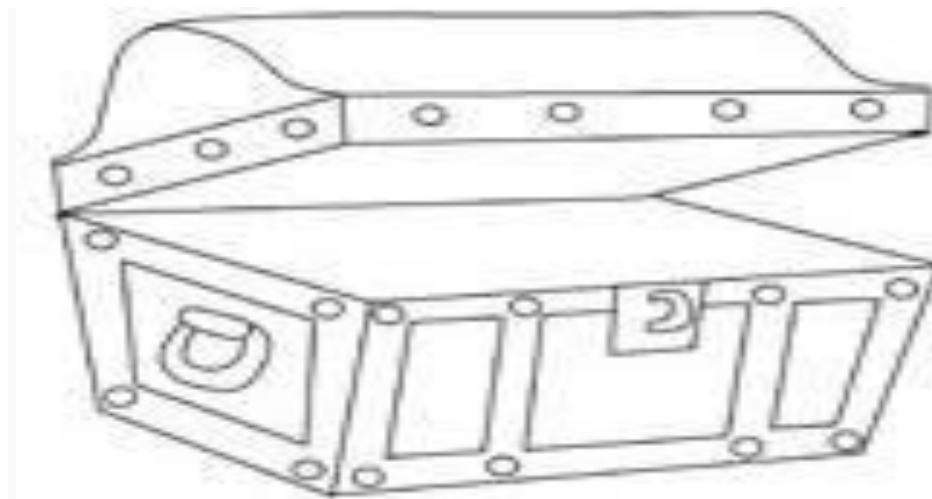
ANEXA 1

Copacul meseriilor din familia mea





ANEXA 2



TRĂSĂTURI PERSONALE

-îmi place rutina

sunt sociabil/ă

am nevoie de liniște ca să muncesc eficient

lucrez cu mulți oameni

gândesc intens înainte să acționez

când am o problemă, am nevoie să fiu singur/ă

când am o problemă, discut și cu altcineva

ca să mă relaxez, prefer să vorbesc cu colegii

sunt un bun ascultător

vacanța preferată este într-o stațiune plină de viață

sunt o persoană retrasă

îmi place să fiu în centrul acțiunii

sunt vorbăreț/vorbăreață

sunt tăcut/ă

muncesc eficient și dacă colegii comunică între ei

lucrez cel mai bine singur/ă

ca să mă relaxez, citesc ceva de pe internet

vacanța preferată este pe o insula pustie

îmi plac schimbările



ANEXA 3

<i>Profesii pentru introvertiți</i>			<i>Profesii pentru extrovertiți</i>		
	"Alfa"	"Beta"		"Alfa"	"Beta"
programator	calculator	windows	medic	pacienti	stetoscop
mecanic auto	mașină	roată	preot	credincioși	biserică
scriitor	carte	poveste	vânzător	clienți	tejghea
medic veterinar	seringă	pisică	polițist	infractori	fluier
șofer de camion	camion	cutii	profesor	elevi	catalog
contabil	matematică	factură	judecător	avocați	robă
arhitect	ruletă	casă construită	actor	spectatori	sala de teatru
cercetător	laborator	eprubetă	reporter	eveniment	televizor
navigator	mare	vapor	patron	femei	magazin
pictor	pictură	peisaj	educatoare	copii	grădiniță
inginer peisagist	grădină	flori	manager	echipă angajați	flipchart

ANEXA 4

EXTROVERTIT	INTROVERTIT
sunt sociabil/ă	sunt o persoană retrasă
știu să negociez	sunt un bun ascultător
sunt vorbăreț/vorbăreață	sunt tăcut/ă
lucrez cu mulți oameni	lucrez cel mai bine singur/ă
îmi plac schimbările	îmi place stabilitatea
muncesc eficient și dacă colegii comunică între ei	am nevoie de liniște ca să muncesc eficient
îmi place să fiu în centrul acțiunii	gândesc intens înainte să acționez
	când am o problemă, am nevoie să fiu



când am o problemă, discut și cu altcineva	singur/ă
ca să mă relaxez, prefer să vorbesc cu colegii	ca să mă relaxez, citesc ceva de pe internet
vacanța preferată este într-o stațiune plină de viață	vacanța preferată este pe o insula pustie

ANEXA 5

I V L A S E P S I V
 I N O T S O C A G C O
 R Z T A R R N Z E S A
 T Ș O R I T N I U T R
 A C X I O V A A L A S
 B S T E A V B E T I A
 P O V D S O E Z E P N
 R C U I T D R R U R G
 O B N M A V E R T U V
 G A U E D A S G I I R
 R Z I C H G L U M O T
 A P O A X B A G T F I
 M O N N E O C A S A C
 A J I I D N G D U V I
 T I C C I I D I S A P
 O R A C V E B Ă D N O
 R A S A O B A L T O M

E V L A S E P V S I V
 I X O T S O Ă A G C O
 R Z T A R R N N Z E S A
 T Ș O R Z T N I U T R
 A C X Ă O V A A L A S
 B S T E A V B E T I A
 P O V D S O E Z E P N
 R C U V T D R R U R G
 E B N B A V E R T U V
 O A U A D A S G I I R
 T Z I V H G L U M O T
 M P O O X B A G S F I
 M O N C E O C E S A C
 S J I A D N F D U V I
 T I C T I O D I S A P
 P R A C R E B Ă D N O
 R A S P O B A L T O M



IDENTIFICAREA STILULUI DECIZIONAL PROPRIU

Explicați elevilor că nu fiecare persoană tinde să ia decizii importante în același fel. Aceasta reflectă stilul său propriu de a lua decizii. Citiți elevilor fiecare descriere din “*Chestionarul de identificare a stilului decizional*” (fișa 1a) și cereți-le să-și noteze numărul de la descrierile care consideră că se potrivesc modului în care ei obișnuiesc să ia decizii.

Pentru identificarea stilului decizional predominant, notați pe tablă grila de cotare (fișa 1b) și cereți elevilor să-și identifice individual acest stil. Prezentați elevilor caracteristicile definiții ale stilurilor decizionale folosindu-vă de grilă. Analizați împreună cu elevii eficiența diverselor stiluri decizionale și identificați modalități de a depăși inconvenientele unui stil sau altul.

Subliniați faptul că stilurile decizionale au eficiență diferită în funcție de conținutul deciziei. Ne bazăm pe intuiție, de exemplu când alegem ce să ne jucăm în timpul liber. Pentru deciziile ce au implicații pe termen lung, ca de exemplu alegerea liceului sau a profesiei, stilul rațional s-a dovedit cel mai eficient.

Anexă

Chestionar de identificare a stilului de decizie

1. Când iau decizii tind să mă bazez pe intuiția mea.
2. De obicei nu iau decizii importante fără să mă consult cu alți oameni.
3. Când iau o decizie este mai important să simt că decizia este corectă.
4. Înainte de a lua decizii verific de mai multe ori sursele de informație pe care mă bazez.
5. Țin cont de sfaturile altor oameni atunci când iau decizii importante.
6. Amân luarea deciziilor pentru că mă neliniștește să mă tot gândesc la ele.
7. Iau decizii într-un mod logic și sistematic.
8. Când iau decizii fac ceea ce mi se pare potrivit pe moment.
9. De obicei iau decizii foarte rapid.
10. Prefer să fiu ghidat de altcineva când trebuie să iau decizii importante.
11. Am nevoie de o perioadă mare de gândire atunci când iau o decizie.
12. Când iau o decizie am încredere în sentimentele și reacțiile mele.
13. Opțiunile pe care le iau în considerare atunci când decid sunt ghidate de scopurile



mele.

14. Iau decizii numai sub presiunea timpului.
15. Adesea iau decizii în mod impulsiv.
16. Când iau decizii mă bazez pe instinct.
17. Amân să iau decizii cât de mult pot.
18. Iau rapid decizii.
19. Dacă am sprijinul altora mi-e mai ușor să iau decizii.
20. În general analizez care sunt dovezile pro și contra când iau o decizie.

Anexă

Grila "de cotare" a răspunsurilor

STILUL DECIZIONAL	ITEMII CORESPUNZĂTORI STILULUI
Stilul rațional	4, 7, 13, 20
<i>Stilul dependent</i>	2, 5, 10, 19
<i>Stilul evitativ</i>	6, 11, 14, 17
<i>Stilul intuitiv</i>	1, 3, 12, 16
<i>Stilul spontan</i>	8, 9, 15, 18

Caracteristici definitorii ale stilurilor decizionale

STILUL DECIZIONAL	CARACTERISITICI	EXEMPLE
<i>Stilul rațional</i>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Utilizează o abordare logică și organizată în luarea de decizii; ❖ Elaborează planuri minuțioase pentru punerea în practică a deciziei luate; 	"Am luat decizia după ce am cântărit bine toate alternativele"
<i>Stilul dependent</i>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se bazează sfaturile, sprijinul și îndrumarea din partea altora în luarea de decizii; ❖ Consideră că ajutorul celor apropiați este indispensabil în luarea deciziei; 	"Ceilalți știu cel mai bine ce e potrivit pentru mine"
<i>Stilul evitativ</i>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Amână și / sau evită luarea unei decizii; 	"Acum nu e momentul potrivit să iau această decizie"
<i>Stilul intuitiv</i>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se concentrează pe intuiții și impresii în luarea unei decizii; ❖ Nu caută dovezi pentru argumentarea unei decizii; 	"Am făcut așa pentru că am simțit eu că e mai bine"
<i>Stilul spontan</i>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Iau decizii sub impulsul momentului, rapid și fără prea multe deliberări. 	"Am luat decizia rapid și fără să mă gândesc prea mult"



10 GREȘELI FRECVENTE ÎN LUAREA DECIZIILOR

Elevii dumneavoastră se află într-o perioadă a vieții în care își formează un stil decizional propriu care îi va influența pe tot parcursul vieții. De aceea este de preferat să îi îndrumați să evite aceste 10 greșeli:

GREȘEALA NR. 1 – AMÂNAREA



Amânarea deciziei poate agrava situația. Oricum, dacă „vă îngropați capul în nisip”, problema nu va dispărea! Încercați să acordați timp deciziei, să defalcați problema în părți gestionabile și astfel veți reduce tensiunea care vă face să amânați decizia.

GREȘEALA NR. 2 – A REUȘI SAU A EȘUA

Dacă simțiți că sunteți în fața unei decizii care vă va schimba cu siguranță viața, presiunea reușitei este imensă. Pentru a reuși, trebuie să reconsiderați modul în care priviți lucrurile, câștigând astfel noi perspective asupra problemei de rezolvat. În primul rând, se întâmplă foarte rar ca o decizie greșită să vă afecteze atât de mult. Dacă totuși vă găsiți într-o astfel de situație, ați putea încerca să vă imaginați cel mai rău scenariu posibil pentru cazul în care ați lua decizia greșită.



GREȘEALA NR. 3 – A NU FI SISTEMATIC ÎN PROCESUL DECIZIONAL



Luarea deciziilor poate fi incitantă și stresantă, de aceea pentru a vă controla emoțiile în mod obiectiv, aveți nevoie de o abordare structurată. Un proces logic și ordonat vă poate ajuta să abordați toate aspectele critice pentru un rezultat de succes și să reduceți probabilitatea unei decizii incorecte.

GREȘEALA NR. 4 – A NU LUA ÎN CONSIDERARE PERSPECTIVE DIFERITE

Dacă emiteți decizii în grabă, riscați să nu luați în considerare toate perspectivele și aspectele importante, iar consecințele negative nu vor întârzia să apară.





GREȘEA NR. 5 – **NEIMPLICAREA PERSOANELOR INTERESATE**

Când aveți de luat o decizie care afectează alte persoane, trebuie să le implicați în procesul decizional, întrucât acestea vă vor oferi perspective și informații valoroase

GREȘEA NR. 6 – **EVITAREA GÂNDIRII DE GRUP ȘI A PREJUDECĂȚILOR**

Gândirea de grup împiedică membrii unei echipe să își exprime opiniile din dorința de a exista un consens. Astfel, nu vor fi prezentate alternative la ideea inițială, critici constructive sau opinii considerate nepopulare.



GREȘEA NR. 7 – **A FI PEA ÎNCREZĂTOR**



O bună reputație în ceea ce privește expertiza și judecată corectă se construiește în timp, fiind atenți și metodicți în luarea deciziilor. Dacă această va determina însă să deveniți prea încrezător în cunoștințele dumneavoastră, dacă vă veți baza prea mult pe propriile opinii și instincte, decizia poate deveni superficială și puteți fi acuzat de prejudecăți subiective .

GREȘEA NR. 8 – **A NU VĂ GÂNDI LA CONSECINȚE**

Uneori uităm să luăm în considerare modul în care alegerile pot afecta viitorul și ne concentrăm mai degrabă pe „aici și acum”.



GREȘEA NR. 9 – **A NU COMUNICA EFICIENT**



Pentru a evita zvonurile și a atrage susținerea persoanelor ce vor fi implicate în procesul decizional și implementarea acțiunilor, gândiți-vă cine sunt cei interesați, ce impact va avea decizia asupra lor, de ce informații au nevoie și care este modul cel mai captivant și interesant prin care le puteți comunica. Dacă decizia va avea un impact semnificativ sau sunteți într-o situație de criză, cel mai potrivit mod de a comunica este informarea personală. Adoptați o abordare



distinctă pentru persoanele care nu sunt direct afectate de decizia dumeavoastră, dar care sunt interesate de rezultatele acesteia, prezentându-le într-un e-mail o sinteză a deciziei pe care ați luat-o.



GREȘEALA NR. 10 – CONSECVENȚĂ EXAGERATĂ ÎN DECIZII

O perspectivă suprapopulată asupra viitorului îi determină pe unii manageri să rămână consecvenți în decizia lor, în ciuda dovezilor raționale că aceasta nu este potrivită. Această tendință se manifestă în cazurile în care există o investiție emoțională și o implicare puternică în proiect. Din păcate, timpul și banii alocați nu pot fi recuperați, așa că încercați să rămâneți obiectiv și să vă țineți emoțiile sub control.

PENTRU DECIZII DE NOTA



1. **Evită deciziile rapide. Mergi repede cu deciziile reversibile și încet cu cele ireversibile.**
2. **Notează-ți deciziile pe care le iei.** Scrie totul pe hârtie și încearcă să-ți exprimi ideile cât mai clar pentru a avea în față toate informațiile relevante înainte de a lua o decizie.
3. Ia hotărâri în funcție de ceea ce este adevărat și nu în funcție de cine are dreptate.
4. **Notează argumentele pro și contra pentru fiecare alternativă.** Te ajută să-ți limpezești gândurile și să iei o decizie mai bună.
5. Ia deciziile din mers. Nu le lăsa să se adune. Ți poate fi mai greu să te descurci cu un morman de decizii mici decât cu o singură decizie complexă.
6. Recunoaște că nu poți ști cu o siguranță de 100% că decizia ta este corectă, deoarece ea se va aplica în viitor. Așa că decide și nu-ți mai face probleme.



7. **Utilizează abordarea O. A. R. în luarea deciziilor.** Fii atent la O - obiectivele pe care le urmărești, A- alternativele pe care simți că le ai la dispoziție, și R- riscurile implicate de alternativa pe care te gândești să o alegi.
8. **Ține minte că neluarea unei decizii înseamnă luarea unei decizii de neimplicare.**
9. **Ai încredere în capacitatea ta de a lua decizii și de a suporta consecințele în mod adecvat.**
10. **După ce ai luat decizia, nu te mai îndoii!**



Rolul părinților în alegerea carierei

Numeroase studii arată faptul că elevii apelează, în primul rând, **la părinții lor** pentru a obține informații și sfaturi referitoare la carieră.

Specialistul olandez în dezvoltarea carierei Frans Meijers, care a studiat ani la rând modul în care oamenii iau decizii cu privire la cariera lor, oferă o serie de sfaturi utile părinților. „În primul rând, nu vă enervați niciodată. În al doilea rând, întrebați, de fiecare dată, ce anume îl pasionează pe copilul dumneavoastră, ce și-ar dori să facă și oferiți-i ocazia să realizeze acea activitate. În al treilea rând, este important să vorbiți cu ei. Întotdeauna este de preferat să le adresați întrebări, fără să le „faceți morală”. Îi puteți întreba despre ceea ce au făcut în acea zi, ce impresie le-au creat activitățile desfășurate, validându-le emoțiile.” (interviu inclus în articolul „Atkinson Series: Career education lacking in Canada”).

Ca părinți, dumneavoastră vă puteți ajuta copilul în ceea ce privește alegerea unei profesii potrivite, prin încurajarea autocunoașterii (clarificării acelor caracteristici individuale care sunt relevante pentru alegerile în carieră – interesele copilului, abilitățile și valorile acestuia), precum și prin stimularea explorării realiste a lumii ocupațiilor.



Este de dorit ca dumneavoastră să manifestați o atitudine deschisă, fără a încerca să vă impuneți punctul de vedere, o atitudine de interes sincer vis-à-vis de cine este și cum evoluează propriul copil. Etapele tranzitorii, situațiile de confuzie prin care, inevitabil, va trece adolescentul, încercările aparent haotice de explorare a diferitelor activități care îl atrag – toate aceste situații sunt foarte frecvent întâlnite, normale și trebuie abordate cu calm.

Adesea, este vital să nu facem presiuni asupra tânărului pentru ca el să se decidă mai repede. să îi acordăm timp pentru ca el să obțină informațiile pe care și le dorește și să își clarifice propriul punct de vedere, precum și să îl asigurăm că orice decizie poate fi, ulterior, revizuită – dacă există argumente solide pentru acest lucru. De asemenea, este de dorit ca această etapă de explorare să înceapă din timp, pentru a se evita situațiile-limită, în care o decizie este urgentă și necesară (ex: la finalul clasei a VIII-a sau a XII-a).





O altă modalitate prin care vă puteți sprijini copiii în explorarea lumii ocupațiilor este oferirea de, sau facilitarea accesului la, informații corecte și relevante despre diferite ocupații. Puteți oferi tânărului o imagine concretă asupra ocupației pe care dumneavoastră înșivă o practicați sau puteți pune copilul în legătură cu prieteni sau cunoștințe, care practică ocupații diferite și care pot constitui o sursă bogată de informații.



De asemenea, puteți facilita accesul copiilor la persoane sau structuri specializate în orientarea vocațională (consilieri vocaționali, centre de orientare în carieră, aplicații software pentru orientarea în carieră a adolescenților – ex: [CCPonline](#), Career Cruising). Acestea pot fi surse valoroase de informații și asistență și pentru părinții înșiși, dacă aceștia doresc să afle modalitățile optime de a-și asista copiii în procesul de orientare în carieră.



Tinerii trebuie sprijiniți să devină autonomi în ceea ce privește gestionarea propriei cariere, să ia singuri decizii referitor la ceea ce își doresc să studieze mai departe, precum și să fie capabili să-și argumenteze hotărârile luate.

Cateva idei despre societatea de maine, din perspectiva meseriilor viitorului

„Aptitudinea esențială a următoarelor decenii va fi capacitatea de adaptare constantă a angajatului.”

Ciprian Stănescu, expert în inovație: Sunt foarte multe joburi în viitor pentru care se pot pregăti, dar cel mai important este să aibă niște abilități care să îi aducă acolo. De la empatie la leadership, la gândire critică și analitică până la o înțelegere mai bună a diferențelor culturale. Joburile viitorului variază de la ingineri în nanotehnologie sau ingineri în tehnologie eoliană și solară, până la desigeneri de părți ale corpului.



Cred că trebuie să ne uităm la această spaimă cu încredere. Până în 2022, estimarea este că peste 40% din activitățile noastre vor fi făcute de roboți, fie făcute alături de roboți, așa că, în loc să ne speriem că o să vină roboții și o să ne ia joburile, poate ar trebui să înțelegem mai bine ce înseamnă noile tehnologii și cum putem să profităm și noi ca indivizi și noi ca industrie și noi ca țară.

Sunt multe joburi care nu vor mai exista și multe joburi care se vor transforma datorită - sau din cauza - noilor tehnologii. Fie că vorbim de șofer de tir sau lucrător de fast food sau de unele activități ale contabililor sau de ofițer de împrumut, aceste joburi în viitor se transformă sau dispar de tot.

Una dintre cele mai frecvente discuții legate de viitor este aceea a înlocuirii muncii oamenilor cu cea a roboților. În ce măsură este adevărată, cred că este una dintre spaimile pe care le avem în prezent.

Cercetătorii au ajuns la un set **de 6 indicatori ai schimbării** pentru anii 2030:

1. O viață mai lungă. Oamenii trăiesc mai mulți ani, însă în statele vestice natalitatea este în scădere, iar populația îmbătrânește. Astfel, vor fi din ce în ce mai multe persoane în vârstă care vor trebui să se integreze pe piața muncii, iar învățarea pe tot parcursul vieții și schimbarea domeniului de activitate vor deveni ceva obișnuit.

2. Utilaje și sisteme inteligente. Robotica și ingineria se dezvoltă rapid, așa că în viitor multe meserii vor fi preluate de mașini, parțial sau în totalitate. Omul va trebui să-și regândească și să-și regăsească locul în această nouă ordine.

3. Lumea datelor. Computerele au evoluat foarte mult și pot colecta și procesa date despre orice. De aceea, vei avea nevoie de abilități de interacțiune cu datele, astfel încât să iei decizii bazându-te pe acestea și să le folosești ca instrument pentru a-ți atinge obiectivele.

4. Ecologia new media. Tehnologiile (video, animații digitale, jocuri etc) au creat un nou limbaj de comunicare și un univers aparte. New media fac posibile platformele de lucru online, construiesc reputație și identitate, aducând transparență în munca și viața noastră. Există și un revers al medaliei: adevărul poate fi ușor alterat, deoarece oricine poate filma sau fotografia un eveniment și poate face ca lucrurile să pară altfel decât sunt în realitate. De aceea, trebuie să fim mai sceptici, dar și mai deschiși la analiza o situație din diferite perspective.

5. Organizații foarte structurate. Multe dintre organizațiile care ne sunt familiare azi sunt produsul a sute de ani de cunoștințe și descoperiri științifice sau tehnologii. Acest peisaj este zguduit cu putere de o nouă generație de concepte și abilități de lucru, care ia naștere din domedii precum game design, neuroștiințe, psihologia fericirii etc. Acestea vor crea paradigme și instrumente de educație diferite de cele cu care eram obișnuiți.

6. Conectare globală. Globalizarea favorizează schimburile economice și integrarea dincolo de granițele statelor, însă în același timp determină modificări în strategia companiilor mari, care își doresc să rămână competitive. Țările mai slab dezvoltate nu vor



mai fi doar furnizori de talente, ci și piețe de desfacere, astfel că apare nevoia unei echipe globale și, în consecință, a dezvoltării unor abilități de sensibilitate culturală și comunicare interculturală.

Pe baza acestor indicatori, a rezultat un set de **10 competențe** care vor fi căutate în viitor pe piața muncii:

- **Sense-making** – capacitatea de a înțelege semnificația subiectului discutat și a altor aspecte complexe care nu pot fi “codate” și procesate de un calculator.
- **Social intelligence** – abilitatea de a te conecta cu ceilalți într-un mod direct și profund, de a simți și a interacționa.
- **Novel & adaptive thinking** – capacitatea de adaptare la diferite sarcini și de a găsi soluții inovatoare.
- **Cross-cultural competency** – abilitatea de a lucra în medii culturale diverse.
- **Computational thinking** – abilitatea de a traduce vaste cantități de date în concepte abstracte și de a înțelege conexiunile.
- **New media literacy** – abilitatea de a dezvolta conținut pe baza formelor de new media și de a-l folosi în comunicarea persuasivă.
- **Transdisciplinarity** – capacitatea de a înțelege și a utiliza concepte din discipline diferite.
- **Design mindset** – abilitatea de a înțelege sarcinile și de a adapta procesele de lucru pentru a atinge obiectivele dorite.
- **Cognitive load management** – abilitatea de a filtra informația în funcție de importanța sa și de a folosi la maxim resursele cognitive.
- **Virtual collaboration** – abilitatea de implicare și de a lucra productiv chiar și ca membru al unei echipe virtuale.

CUVINTELE-CHEIE PENTRU ANGAJAȚII DE MÂINE:

CREATIVITATEA / ADAPTABILITATEA / INTERDISCIPLINARITATEA

Locurile de muncă care nu vor dispărea vor fi cele creative. Și “creativ” nu înseamnă artă sau advertising, ci a fi creativ în orice faci în plus față de o “mașină”. A fi creativ la locul de muncă sau în afacere înseamnă să oferi servicii sau să produci bunuri originale și vandabile. Înseamnă să adaugi o plus-valoare față de ceea ce ar putea face o mașină, chiar dotată cu inteligență artificială, o plus-valoare și față de ce ar putea face un concurent pe aceeași piață sau pe același loc de muncă.

În scurt timp, primăriile, locurile în care se vor plăti taxele, impozite sau asigurările, sistemul bancar etc. vor fi structuri digitale, fără funcționari. Nu vor mai exista locuri de muncă “sigure”, din care să “ieși la pensie” făcând același lucru timp de 40 de ani. În momentul în care ramura economică / compania / locul tău de muncă se va transforma,



trebuie să te adaptezi, să te schimbi, să te recalifici și să găsești un nou loc de muncă sau să începi o nouă afacere. Cei care își vor găsi cel mai ușor un serviciu sau vor putea deschide o afacere vor fi cei cu cele mai complexe cunoștințe și deprinderi, din diferite domenii. Interdisciplinaritatea va fi esențială în cele mai avansate domenii: biotehnologiile, nanotehnologiile, biochimia etc., dar și în cele mai banale ocupații, care vor cere cunoașterea TI, a limbilor străine sau a marketingului. Nu doar companiile sau școala trebuie să colaboreze mai strâns pentru a furniza competențele specifice tot mai cerute pe piața muncii, ci și tinerii trebuie să înțeleagă provocările economiei viitorului și să se preocupe de cultivarea propriilor abilități necesare. O întrebare deschisă este cine va finanța aceste programe. Cert este că povara financiară nu trebuie lăsată doar pe umerii individului.

APTITUDINILE NECESARE ANGAJATULUI PE PIAȚA MUNCII DE MÂINE

Sub acțiunea factorilor tehnologici și sociali, cel care va dori să muncească și să fie și bine plătit în viitor va trebui să aibă în vedere dezvoltarea unor calități care astăzi pot apărea doar ca excepții. În viitorul foarte apropiat, în următoarele decenii, aceste calități vor deveni regula, ne arată organizația Crimson Education:

FLEXIBILITATE MENTALĂ ȘI CAPACITATEA DE A REZOLVA PROBLEME COMPLEXE – într-o lume în care vor apărea afaceri, mentalități, deprinderi de consum care astăzi nici nu există, trebuie să poți gândi neconvențional, "împotriva curentului" pentru a te putea adapta viitoarelor locuri de muncă.

GÂNDIRE CRITICĂ – calitate pe care antreprenorul sau angajatul trebuie să o aibă pentru a lua decizii care nu pot fi automatizate.

CREATIVITATE – mai mult decât "împotriva curentului", poți gândi creativ, abstract, deprindere pe care roboții încă nu și-au perfecționat-o.

SOCIABILITATE – o altă calitate umană, pe care atenție, va trebui să o deprinzi și să o manifesti atât cu colegii, cât și cu mașinile.

STEM - ȘTIINȚĂ, TEHNOLOGIE, INGINERIE ȘI MATEMATICĂ – cunoștințe pe care trebuie să le ai pentru a ține pasul cu evoluțiile din jur.

SMAC – SOCIAL, MOBIL, ANALITIC ȘI CLOUD - e un concept mai nou decât STEM, este de fapt noua definiție a sociabilității în mediul digitalizat.

CUNOȘTINȚE INTERDISCIPLINARE – cum am mai precizat, cu cât ești mai familiarizat cu mai multe și mai variate domenii umane sau reale, cu atât mai multe locuri de muncă vor fi disponibile pentru tine pe piață.

ASCULTARE ACTIVĂ - una dintre acțiunile care susțin orice conversație, aducând beneficii oricărui proces ce îi urmează în relațiile interumane. Suntem cu toții în căutarea persoanelor care sunt dispuse să ne asculte, fie pentru a ne spune problemele personale, fie pentru a ne rezolva situațiile profesionale.



ADAPTABILITATE/ FLEXIBILITATE COGNITIVA - O persoana definita de flexibilitate si adaptabilitate schimba metoda de lucru sau abordarea cand este necesar, pentru a atinge un obiectiv sau pentru a indeplini o sarcina de lucru. De asemenea, ajusteaza stilul sau modul de lucru in functie de fiecare situatie in parte.

AUTODISCIPLINĂ - abilitatea de a te face sa actionezi indiferent de starea ta emotionala. Cei cinci piloni pe care se bazeaza autodisciplina sunt: acceptarea, vointa, munca, harnicia si perseverenta.

AUTONOMIE ÎN ÎNVĂȚARE – de ce? Pentru cine? Cu cine? Cand si pana cand? Care e finalitatea? Cum aplic?

CAPACITATE DE COLABORARE VIRTUALĂ

COMUNICARE INTERPERSONALĂ ȘI LUCRU ÎN ECHIPĂ

INTELIGENȚĂ EMOȚIONALĂ -

LEADERSHIP COLABORATIV ȘI INIȚIATIVĂ

ÎN VIITOR TREBUIE SĂ MUNCIȚI INTELIGENT, NU MULT!

CELE 8 NEVOI ȘI TENDINȚE ALE PIEȚEI MUNCII ÎN VIITOR

1. NEVOIA DE A REDUCE TIMPUL PETRECUT LA MUNCĂ
2. NEVOIA DE A FLEXIBILIZA PROGRAMUL DE MUNCĂ
3. NEVOIA DE A CREȘTE NIVELUL DE SATISFAȚIE LA LOCUL DE MUNCĂ
4. NEVOIA DE A REDUCE COSTURILE
5. NEVOIA DE A PRODUCERE MAI RAPID
6. NEVOIA DE A FACE PRODUSE MAI UȘOR DE UTILIZAT
7. NEVOIA DE A ÎMBUNĂȚĂȚI SIGURANȚA ȘI FIABILITATEA PRODUSELOR ȘI SERVICIILOR
8. NEVOIA DE A MICȘORA IMPACTUL NEFAST ASUPRA MEDIULUI

Skills Panorama, un instrument al Uniunii Europene, descrie proiecția locurilor de muncă în scădere și în creștere, a dinamicii domeniilor de activitate și a abilităților necesare, în perioada 2016-2030, în România, astfel:



SCĂDEREA NUMĂRULUI DE LOCURI DE MUNCĂ

Pe sectoare

Construcții: -30,1%

Tratarea apelor și deșeurilor: -23,3%

Agricultură, industria forestieră și pescuit: -13%

Minerit: -11,3%

Manufactură: -2,2%

Telecomunicații: -1,2%

Transport și depozitare: -0,2%

Pe ocupații:

Meseriași: -25%

Lucrători agricoli: -21%

Manageri: -2%

CREȘTEREA NUMĂRULUI DE LOCURI DE MUNCĂ ÎN ROMÂNIA

Pe sectoare:

Servicii profesionale: + 91,4%

Sănătate și servicii sociale: +66,7%

Educație: +20,4%

Servicii de administrație: +20,1%

Arte și recreație: +17,9%

Resurse energetice: +17%

Sectorul public și apărarea: +14,6%

Pe ocupații:

Specialiști: + 30%



Lucrători în servicii și vânzări: +20%

Tehnicienii: +18%

Muncitori necalificați: +14%

Funcționari: +12%

Operatori și asamblatori : +6%

„Indiferent de cariera pe care o vor alege, vor avea nevoie sa invete sa dea dovada de umanitate fata de sine si fata de cei din jur. Empatia, umanitatea si compasiunea ne pot ajuta sa ne salvam pe noi si sa salvam aceasta lume.”

Agenți de turism	Lucrători în manufactură
Asistenți administrativi	Muncitori în construcții
Asistenți avocați	Ofițeri de împrumut
Casieri	Operatori mașini cusut
Contabili	Operatori printare
Lucrători agricoli	Piloți militari
Lucrători fast-food	Poștași și lucrători poștali
Lucrători în construcții (unele specializări)	Șoferi de transport
	Traderi de bursa

Cum arată însă câteva din joburile viitorului apropiat și puțin mai îndepărtat? Fie că vorbim despre joburi ce țin de tehnologia informației, inginerie medicală sau interacțiune umană, din ce în ce mai multe din joburile viitorului sunt strâns legate de tehnologii ca AI, machine learning sau viața în spațiul digital. Mai jos 30 din joburile ce vor domina viitorul muncii în următoarele decade.

Analist Securitate cibernetică	Designer cyborgs
Antreprenor în economie circulară	Designer de member bionice
Asistent de sănătate	Developer VR și AR
Blockchain Developer	Ghid turism spatial
Consilier în Detoxifiere Digitală	Inginer biomedical
Designer avatari robotici	Inginer de biologie sintetică



Inginer de control al vremii	Specialist AI
Inginer de nanotehnologie	Specialist Controlul Emoțiilor
Inginer deșeuri	Specialist implanturi creier
Inginer genetic	Specialist în agricultură urbană
Inginer sănătate la distanță	Specialist transfer al minții
Manager de servicii de sănătate	Technician Printare 3D și 4D
Manager pentru viața digital	Tehnician de energie eoliană
Service roboți personali	Tehnician de energie solară
Software Developer	Tehnician în clădiri smart

Ce abilități ar trebui să dobândească copiii din generațiile curente și cele viitoare pentru a se putea adapta viitorului? Din păcate, multe dintre abilitățile de mai jos nu pot fi învățate prin activitățile adesea teoretice ale sistemelor curente de educație publică. În lipsa unor politici publice în educație, digitalizarea sistemelor publice și investiții în tehnologii care să privească spre viitor, șansele ca o economie ca cea a României să fie competitivă în viitor sunt minime. Mai jos 15 dintre abilitățile importante pentru fiecare dintre noi, dar în special pentru generațiile mai tinere:

Abilități în tehnologii noi	Gândire critică și rezolvarea problemelor complexe
Ascultare activă	Inteligență culturală și de diversitate
Adaptabilitate	Inteligență emoțională
Autodisciplină	Leadership colaborativ și inițiativă
Autonomie în învățare	Rezolvarea problemelor complexe
Capacitate de colaborare virtuală	
Comunicare interpersonală și lucru în echipă	
Creativitate	
Empatie	
Flexibilitate cognitivă	



Între alegerile părinților și alegerile elevilor – puncte comune, contradicții?

Alegerea unei profesii trebuie să țină cont de mai multe criterii cumulate pentru a avea un rezultat profesional cu satisfacție pe termen lung:

- activitatea desfășurată să fie propria alegere;
- să aibă aptitudini și abilități necesare profesiei alese;
- dorința de a face această profesie o perioadă de timp cât mai îndelungată;
- activitatea desfășurată să îi aducă satisfacție și împlinire;
- condițiile de lucru să fie cele dorite;
- câștigul financiar să corespundă așteptărilor fiecăruia;
- să fie o activitate cu cerere pe piața muncii și peste 10 ani pe cât posibil;
- să nu simtă că depune efort, ci că va fi plătit pentru a face ceea ce îi place (situație ideală);
- să îi facă plăcere să se perfecționeze continuu în acest domeniu;
- să creeze un echilibru profesie/viață.



Mulți dintre adolescenți sunt nehotărâți în privința carierei pe care o vor urma și caută ajutor pentru a se putea decide. În procesul de decizie vocațională concură o multitudine de factori, printre care și familia. **Familia poate și are datoria să contribuie în procesul consilierii vocaționale prin:**

- sprijinirea copiilor în alegerea liberă a viitoarei cariere, în găsirea unui viitor loc de muncă;
- eliminarea stereotipiilor și prejudecăților cu privire la muncă;
- încurajarea mobilității în vederea formării profesionale sau exercitării unei profesii;
- susținerea formării profesionale;
- furnizarea de informații cu privire la dinamica economică și ocuparea forței de muncă.

De foarte multe ori **influența părinților în alegerea carierei este decisivă**. Modelele comportamentale vehiculate în familie și atitudinile parentale autoritare/neutre/de tip compensator vor fi preluate de copii, contribuind la conturarea alegerilor. Datorită legăturilor psiho-afective intrafamiliale specifice, părinții își supraapreciază copiii și le impun trasee educaționale și filiere profesionale la care aceștia nu aderă sau care nu sunt compatibile cu



structura lor de personalitate, cu aptitudinile și interesele lor. **Dezacordul dintre părinți și copii cu privire la traseul vocațional va influența alegerea, în sensul că aceasta se va contura dificil iar adeziunea la decizie va fi redusă.**

„Criteriile” pe care le au în vedere părinții în influențarea deciziei vocaționale se referă la:

- siguranța și viitorul profesiei pe piața muncii;
- durata studiilor necesare atingerii obiectivelor de carieră;
- costurile financiare;
- avantajele materiale estimate;
- poziția socială conferită de profesie;
- potențialele riscuri ale muncii în exercitarea profesiei;
- conservarea unei tradiții familiale;
- supra-protecția copilului.



În procesul de consiliere vocațională, **sporirea eficienței intervențiilor părinților este posibilă prin:**

- sprijinirea lor în cunoașterea mai realistă a resurselor personale ale propriilor copii;
- reducerea/eliminarea impactului prejudecăților și stereotipurilor cu privire la profesii și lumea muncii;
- conștientizarea lor că în procesul alegerii carierei copiilor lor trebuie să manifeste o atitudine activă, dar echilibrată, să fie implicați, dar să acorde o anumită independență;
- să furnizeze informații cu privire la rețeaua școlară și piața forței de muncă; să încurajeze interesele școlar-profesionale ale copiilor.



Părinții trebuie să se asigure că-l vor sprijini pe tânăr să ia o decizie liberă, conformă cu aspirațiile acestuia și să nu-și impună punctul de vedere sau profesia ca model. În sprijinirea copiilor în vederea alegerii carierei, părinții trebuie: să cunoască temerile, ezitățile, succesele copiilor; să ofere sugestii dar să nu le impună; să-și trateze copiii cu respect și să aibă încredere în aspirațiile și interesele lor; să fie informați în ceea ce privește ofertele de educație, formare, angajare; să pună la dispoziție și să încurajeze copiii să citească reviste, ziare ce conțin reclame sau anunțuri ale diferitelor instituții sau firme despre locuri de muncă; să încurajeze tinerii în conturarea intereselor profesionale; să evite inocularea de idei preconcepționate și stereotipuri cu privire la anumite profesii; să informeze tinerii cu privire la piața muncii și dinamica ei; să ofere un suport afectiv propriilor copii; să-și îndrume copiii spre un consilier vocațional.



Meseriile viitorului. Lista locurilor de muncă ce vor DISPĂREA după 2030



Conform Ghidului Meseriilor Viitorului, lansată de INACO – Inițiativa pentru Competitivitate, prezintă cele mai căutate profesii ale viitorului până în 2050: dezvoltatori de software și aplicații IT, directori de vânzări și analiști de marketing și profesioniști în domeniul medical, precum și specialiști în robotică și inteligență artificială. Astfel, în următorii 25 – 50 de ani, principalele meserii ale viitorului vor fi legate de Calculatoare / Robotică / Cercetarea spațială / Energie și Mediul înconjurător / Sănătate / Medicină /

Persoanele în vârstă / Învățământ / Divertisment / Afaceri / Publicitate / Social-media și Internet.

Locurile de muncă care vor dispărea după 2030:

- încasatori parcare;
- operatori telefonie;
- cititori contoare;
- lucrători poștali, curieri;
- secretare și asistente;
- muncitori tipografi și dactilografi;
- reporter de știri și corespondenți;
- crainici radio și tv;
- operatori proiecție film;
- asistenți farmacie;
- formatori educație primară și secundară;
- funcționari bancari;
- funcționari administrativi

Topul locurilor de muncă de succes până în 2050

- specialiști în robotică și IA;
- dezvoltatori de software și aplicații IT;
- directori de vânzări;
- analiști de marketing;
- asistenți medicali;
- fizioterapeuți;
- logopezi;
- manageri medicali;



■ consilieri financiari

În plină criză pandemică a anului 2020 -2021, tehnologia are un rol uriaș în menținerea contactului uman și a societății internaționale conectate, funcționale pe timp de restricții și carantină. Activitatea sanitară, economică, juridică, politică, socială, ecologică etc. a fost continuată prin adoptarea noilor tehnologii cu viteză accelerată. Istoria însăși pare să accelereze dezvoltarea tehnologică a omenirii.

10 dintre tendințele tehnologice care revoluționează societatea prin schimbarea felului în care oamenii fac afaceri și schimburi, muncesc, învață, produc bunuri, își petrec timpul liber și caută serviciile medicale sunt următoarele:

1. Cumpărături online, servire și livrare cu roboți – comerțul online a devenit principala sursă de aprovizionare.

2. Lanțuri de aprovizionare 4.0 – care includ folosirea tehnologiei Blockchain, Cloud sau Big Data pentru înlocuirea sistemelor tradiționale bazate pe materie primă, cum ar fi hârtiile și dosarele.

3. Modalități de plată digitale și fără contact – pentru a evita pericolul de infectare, majoritatea companiilor și guvernelor au susținut trecerea la plăți online sau digitale, în detrimentul plăților cu bani fizici.

4. Munca de acasă – folosind tehnologii de tip VPN (Virtual Port Network), o mare parte dintre oameni au putut să își păstreze locurile de muncă, făcând tranziția către tele-muncă, prin tehnologia cloud și întâlniri virtuale.

5. Învățarea la distanță – profesorii, elevii și studenții au fost nevoiți să folosească programe tip Zoom, Microsoft Teams, Meet, Google Classroom, Discord, Skype, Webex etc. pentru a putea face față noilor provocări educaționale.

6. Telesănătate – se folosesc tot mai multe aparate de ultimă generație pentru a urmări semnele vitale ale pacienților, intervențiile de la distanță acolo unde este posibil.

7. Roboți și drone – care sunt folosite în special pentru dezinfectarea spațiilor publice și pentru livrarea hranei persoanelor care se află în carantină. Dronele de ultimă generație au fost folosite chiar pentru plimbarea animalelor de companie.

8. Divertisment Online – artiștii au demonstrat că oamenii au resurse infinite de creativitate – înregistrările live online și concertele în sufragerie s-au dovedit a fi de succes.

9. Fabricația aditivă sau imprimarea 3D – s-a dovedit utilă pentru a construi măști de protecție sau ventilatoare de respirație adaptate pentru utilizatori.

10. Tehnologii de Informație și Telecomunicații de înaltă capacitate – în această pandemie, internetul a devenit o necesitate pentru societate. 5G este o tehnologie tot mai



aproape de noi, dar cu costuri încă ridicate, aspect care trebuie cât mai repede rezolvat pentru a asigura participarea tuturor utilizatorilor în această rețea.

Inteligența artificială este deja un instrument eficient de prevenție pandemică și are capacitatea de a învinge Coronavirusul prin conectarea a mii de termometre la internet și detectarea instantanee a focarelor potențiale, a canalelor de transmitere și a regiunilor cu risc de infectare, înainte ca spitalele să fie prea aglomerate cu pacienți. În viitorul apropiat, dronele, telefoanele mobile și senzorii în variate forme vor putea localiza în timp real oamenii infectați cu acest virus (Michio Kaku, 2020).



**STUDIU PRIVIND OPȚIUNILE ȘCOLARE ȘI PROFESIONALE
ALE ELEVILOR DE CLASA a VIII- a**

AN ȘCOLAR 2021-2022

CJRAE GALAȚI, MARTIE 2021

În anul școlar 2020-2021, CJRAE Galați în parteneriat cu Inspectoratul Școlar Al Județului Galați a realizat studiul privind opțiunile școlare ale elevilor din clasele a VIII-a, pentru întreaga populație școlară aflată la finalul ciclului gimnazial, cu implicarea profesorilor consilieri școlari din Județul Galați.

Studiul s-a realizat în perioada decembrie 2020 –martie 2021. Aplicarea chestionarului s-a realizat prin intermediul profesorilor consilieri școlari. Având în vedere faptul că aceștia nu își desfășoară activitatea în toate unitățile de învățământ cu nivel gimnazial, din numărul total de **4867** elevi înscriși în clasele a VIII-a la nivelul rețelei școlare din Județul Galați, au fost aplicate și centralizate un număr de **1641** de chestionare (reprezentând **33,72%** din totalul populației școlare de clasa a VIII- a).

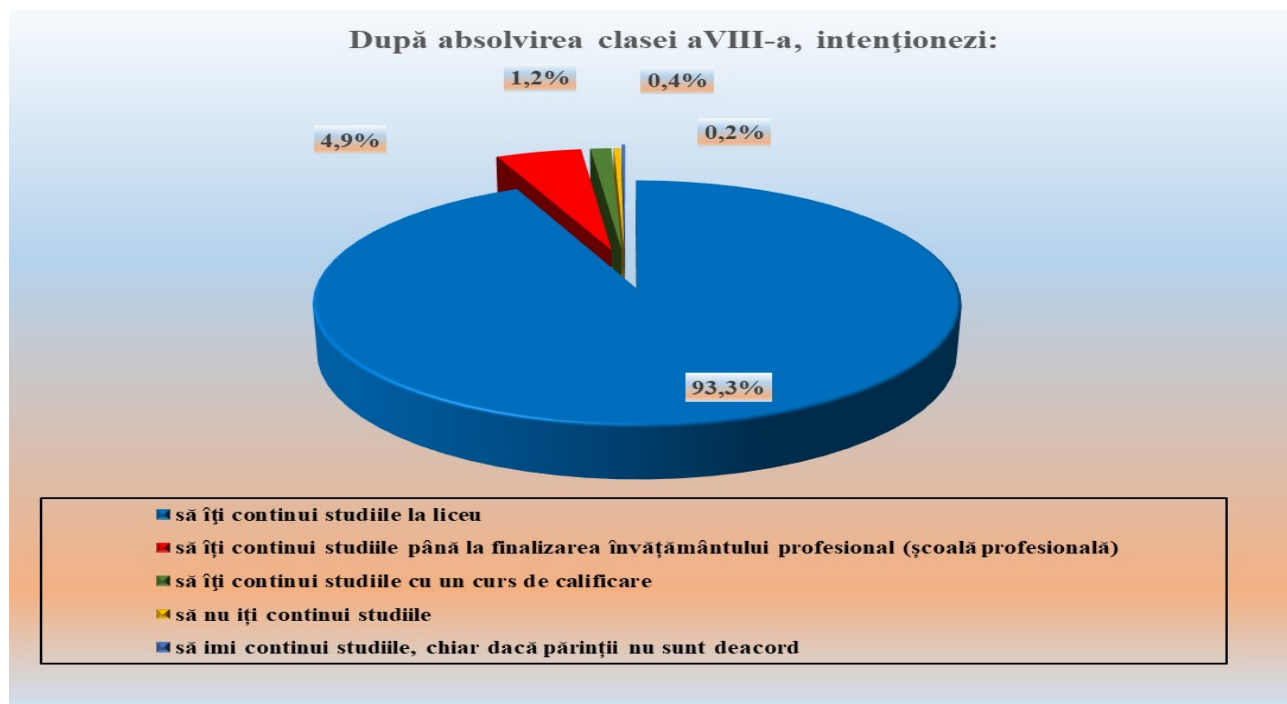
OBIECTIVE:

1. Identificarea opțiunilor școlare ale elevilor claselor a VIII- a
2. Identificarea factorilor care influențează opțiunea școlară a elevilor
3. Identificarea distribuției opțiunilor școlare ale elevilor pe filiere și profile;
4. Identificarea aspirațiilor elevilor privind viitoarea lor carieră;
5. Determinarea factorilor care îi pot conduce pe elevi la obținerea unor performanțe școlare ridicate;

GRUP ȚINTĂ:

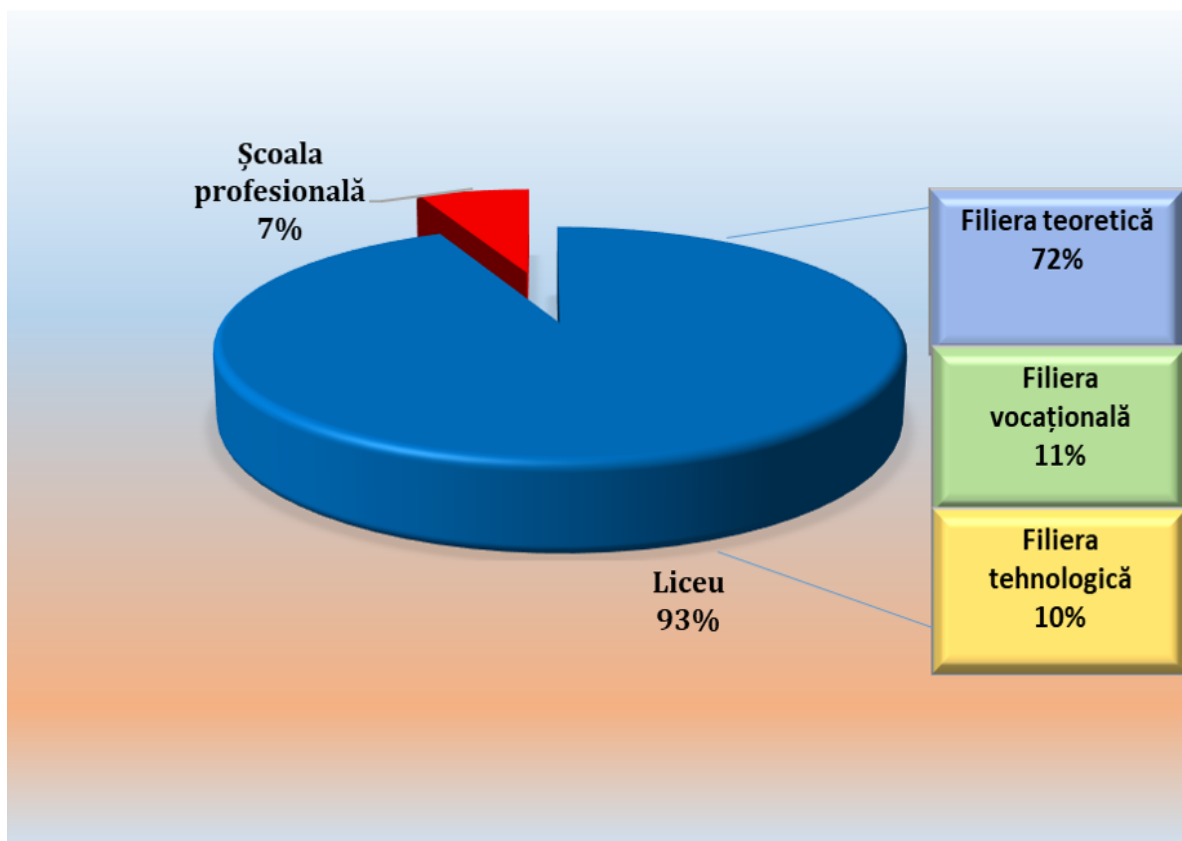
- Ancheta de orientare școlară (pe bază de chestionar) a fost realizată pe o populație școlară de **1641** de elevi din mediul urban și din mediul rural din județul Galați .

Tabel 1. După absolvirea clasei a VIII-a, intenționezi:	2021-2022			
	2021	2022	2021	2022
să îți continui studiile la liceu	2012	84,2%	1531	93,3%
să îți continui studiile până la finalizarea învățământului profesional (școală profesională)	321	13,4%	80	4,9%
să îți continui studiile cu un curs e calificare	4	,2%	19	1,2%
să nu îți continui studiile	5	,2%	7	,4%
să imi continui studiile, chiar dacă părinții nu sunt de acord	4	,2%	4	,2%
altă situație. Care?	43	1,8%		
Total	2389	100,0%	1641	100,0%



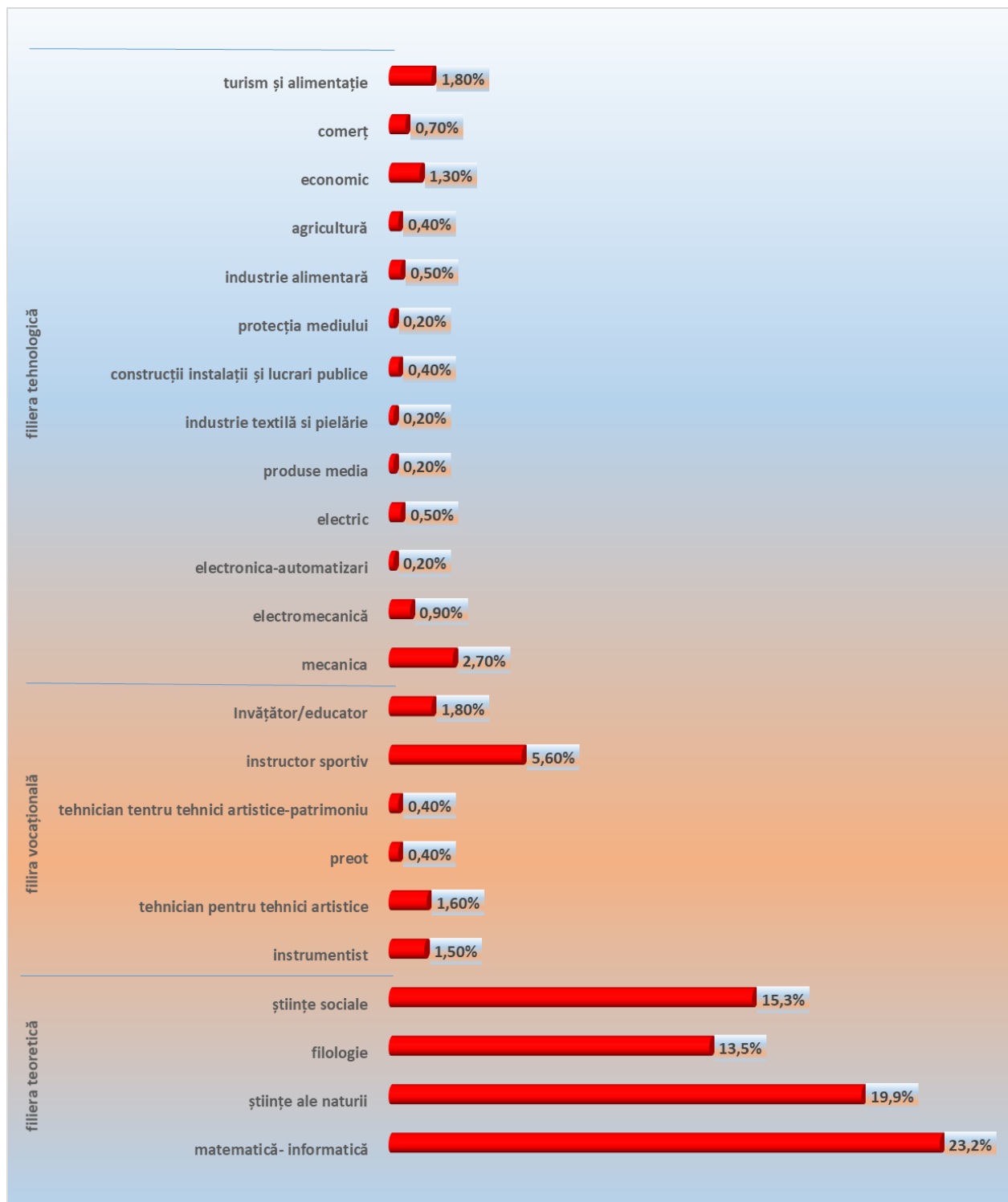
Așa cum putem observa în graficul de mai sus, se menține ponderea ridicată a elevilor care au intenția de a continua studiile în cadrul liceului (93,3% an școlar 3021-2022, spre deosebire de **84,2%** an școlar 2020-2021). De asemenea observăm o scădere în ceea ce privește intenția elevilor de a urma cursurile unei școli profesionale- 4,9%, spre deosebire de anul școlar precedent, unde procentul celor care își manifestă intenția de a urma cursurile unei școli profesionale este de 13%.

Tabel 2.	Filiera	An școlar 2020-2021		An școlar 2021-2022	
			%		%
LICEU- 93%	Teoretică	1403	58,6%	1180	71,9%
	Vocațională	326	13,6%	186	11,3%
	Tehnologică	387	16,2%	165	10,1%
SCOALA PROFESIONALĂ- 7%		273	11,6%	110	6,7%
Total		2389	100,0%	1641	100%



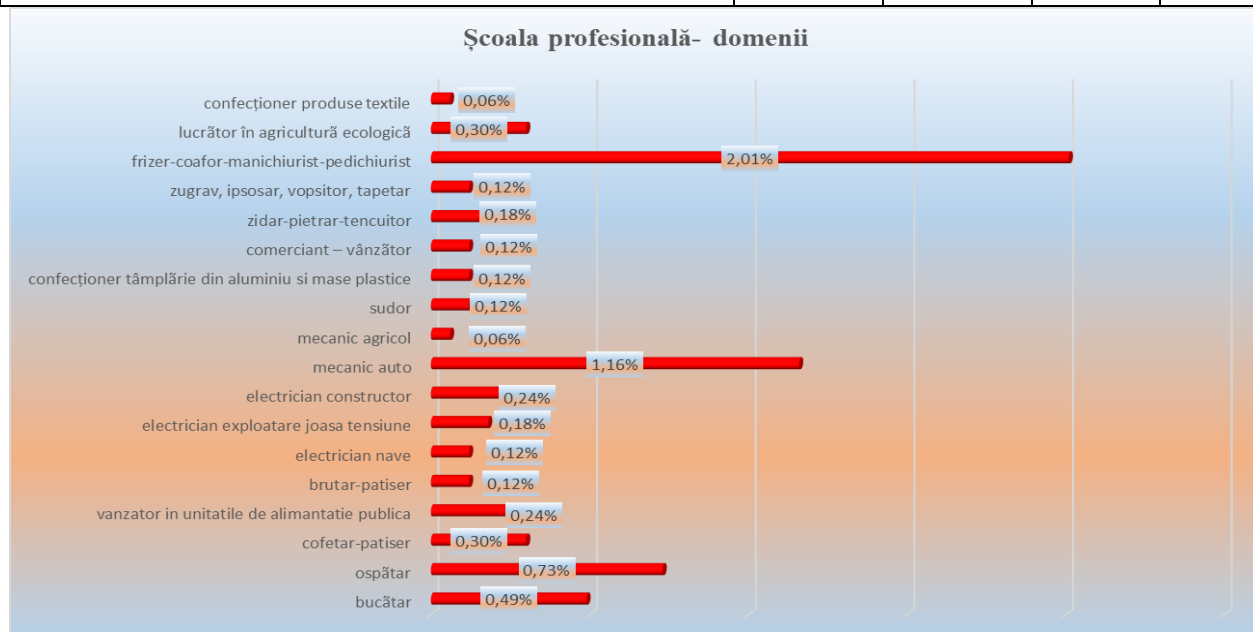
În anul școlar 2021-2022 se menține procentul ridicat în rândul elevilor care doresc să urmeze filiera teoretică (72%). Observăm o ușoară scădere procentuală în ceea ce privește interesul elevilor de a urma filiera vocațională (11% an școlar 2021-2022 comparativ cu 14% an școlar 2020-2021). De asemenea observăm o ușoară scădere procentuală în ceea ce privește intenția elevilor de a urma filiera tehnologică (10% an școlar 2021-2022 spre deosebire 16% an școlar 2020-2021.)
 Procentul celor care doresc să urmeze școala profesională se menține și în acest anul școlar 2021-2022 (7%)

FILIERA	PROFILUL	SPECIALIZAREA	2020-2021		2021-2022		
FILIERA TEORETICĂ	Profil real	matematica- informatica	472	19,7%	381	23,2 %	
		stiinte ale naturii	376	15,7%	327	19,9%	
	Profil uman	filologie	291	12,2%	221	13,5%	
		stiinte sociale	264	11,0%	251	15,3%	
FILIERA VOCAȚIONALĂ	Profil muzică	instrumentist	51	2,1%	24	1,5%	
	Profil arte vizuale	tehnician pentru tehnici artistice	85	3,6%	26	1,6%	
	Profil teologic	preot	12	0,5%	7	0,4%	
		tehnician pentru tehnici artistice-patrimoniu	16	0,7%	7	0,4%	
	Profil sportiv	instructor sportiv	132	5,5%	92	5,6%	
Profil pedagogic	Invatator/educator	30	1,3%	30	1,8%		
FILIERA TEHNOLOGICĂ	Profil tehnic	mecanica	138	5,8%	44	2,7%	
		electromecanica	41	1,7%	15	0,9%	
		electronica-automatizari	6	0,3%	4	0,2%	
		electric	12	0,5%	9	0,5%	
		produse media	6	0,3%	4	0,2%	
		industrie textila si pielarie	3	0,1%	3	0,2%	
		constructii instalatii si lucrari publice	7	0,3%	6	0,4%	
	Profil resurse naturale și protecția mediului	protectia mediului	4	0,2%	4	0,2%	
		industrie alimentara	9	0,4%	9	0,5%	
		agricultura	10	0,4%	6	0,4%	
	Profil servicii	economic	76	3,2%	21	1,3%	
		comert	35	1,5%	11	0,7%	
		turism si alimentatie	40	1,7%	29	1,8%	
	Total			2116	88,4%	1531	93,3%



În graficul de mai sus putem observa că procentul elevilor care doresc să urmeze profilul real – în cadrul filierei teoretice înregistrează o ușoară creștere comparativ cu anul școlar anterior(43%). Se observă o ușoară creștere procentuală în ceea ce privește alegerea profilului uman din cadrul filierei teoretice (29%- an școlar 2021-2022) spre deosebire de 23% - an școlar 2020-2021, Observăm o ușoară scădere procentuală în ceea ce privește opțiunea elevilor de a urma filiera vocațională (11% an școlar 2021-2022 spre deosebire 13,6% an școlar 2020-2021). De asemenea, spre deosebire de anul școlar anterior procentul celor care doresc să urmeze filiera tehnologică înregistrează o scădere procentuală 10% an școlar 2021-2022 spre deosebire 16,4%- an școlar 2020-2021.

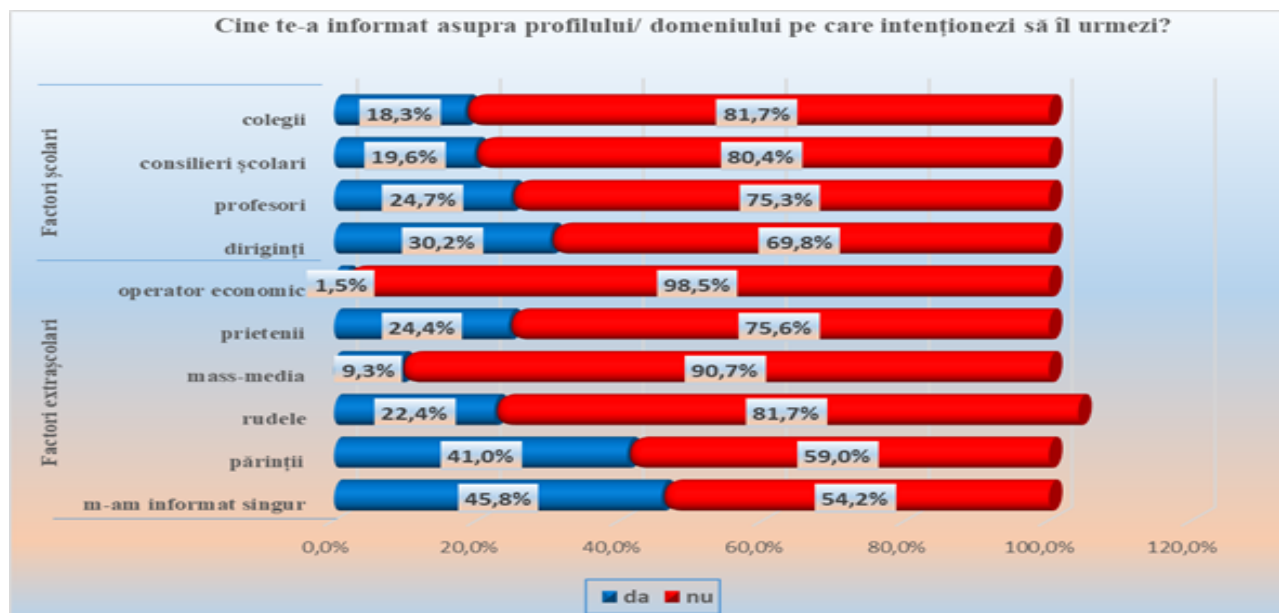
Tabel 4.	2020-2021		2021-2022	
Dacă optezi pentru continuarea studiilor în învățământul profesional, la ȘCOALA PROFESIONALĂ:				
bucătar	21	0,9%	8	0,49%
ospătar	33	1,4%	12	0,73%
cofetar-patiser	7	0,3%	5	0,30%
vanzator in unitatile de alimentatie publica	4	0,2%	4	0,24%
brutar-patiser	2	0,1%	2	0,12%
electrician nave	2	0,1%	2	0,12%
electrician exploatare joasa tensiune	3	0,1%	3	0,18%
electrician constructor	9	0,4%	4	0,24%
mecanic auto	40	1,7%	19	1,16%
mecanic agricol	11	0,4%	1	0,06%
sudor	4	0,2%	2	0,12%
confectioner tâmplărie din aluminiu si mase plastice	2	0,1%	2	0,12%
comerciant – vânzător	7	0,3%	2	0,12%
zidar-pietrar-tencuitor	5	0,2%	3	0,18%
zugrav, ipsosar, vopsitor, tapetar	3	0,1%	2	0,12%
frizer-coafor-manichiurist-pedichiurist	96	4,1%	33	2,01%
lucrător în agricultură ecologică	22	1,0%	5	0,30%
confectioner produse textile	1	0,01%	1	0,06%
tâmplar universal	1	0,01%		
agricultor culturi de câmp				
lacatuș construcții metalice și utilaj tehnologic				
marinar				
electromecanic nave				
Total	273	11,6%	110	6,70%



Procentul celor care doresc să urmeze școala profesională scade comparativ cu anul școlar anterior (7% - 2021-2022, **11,6%**- 2020-2021). Observăm că elevii care aleg să urmeze școala profesională, își manifestă interesul pentru domeniul – frizer-coafor-manichiurist - pedichiurist – **2,01%** , mecanic auto- **1,16%** .

Tabel 5. Cine te-a informat asupra profilului/ domeniului pe care intenționezi să îl urmezi?

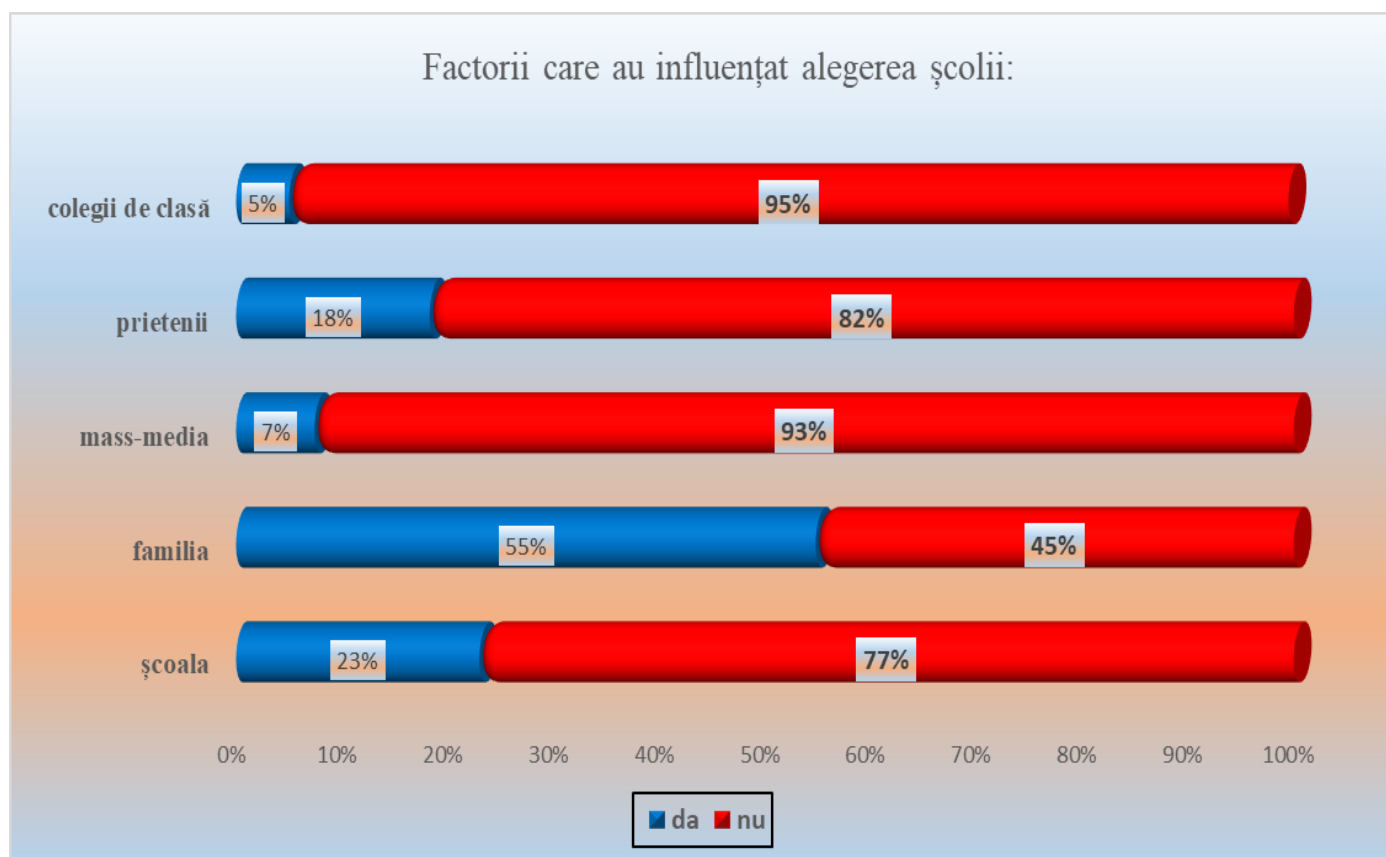
		da	nu	
<i>Factori extrașcolari</i>	m-am informat singur	752	889	45,8%
				54,2%
	Total	1641		100%
	parintii	673	968	41,0%
				59,0%
	Total	1641		100%
	rudele	300	1341	22,4%
				81,7%
	Total	1641		100%
	mass-media	152	1489	9,3%
				90,7%
	Total	1641		100%
prietenii	400	1241	24,4%	
			75,6%	
Total	1641		100%	
operator economic	24	1617	1,5%	
			98,5%	
Total	1641		100%	
<i>Factori școlari</i>	diriginți	496	1145	30,2%
				69,8%
	Total	1641		100%
	profesori	406	1235	24,7%
				75,3%
	Total	1641		100%
	consilieri școlari	321	1320	19,6%
				80,4%
Total	1641		100%	
colegii	300	1341	18,3%	
			81,7%	
Total	1641		100%	



Tinerii participanți la cercetare susțin că s-au informat cu privire la alegerea liceului/profilului din diferite surse. Aceste surse sunt : surse școlare/factori școlari și surse extrașcolare/factori extrașcolari.

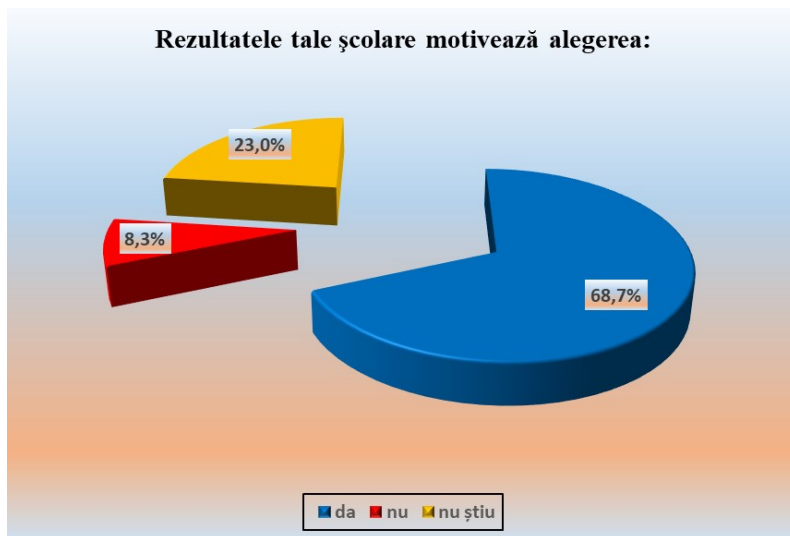
- **Factorii școlari** -observăm rolul important pe care îl au cadrele didactice din unitatea de învățământ în alegerea liceului(diriginți **30%** , profesorii de la clasă-**25 %**, consilierii școlari-**20%**, **colegii- 18%**.
- **Factori extrașcolari:** **46%** dintre elevi susțin că s-au informat singuri, **41%** au fost sfatuiți de părinți, iar **24%** au ținut cont de parerea anturajului din care fac parte.

Tabel 6. Care sunt factorii care te-au influențat alegerea școlii pe care o vei urma ?		An școlar 2021-2022
școala	da	23%
	nu	77%
familia	da	55%
	nu	45%
mass-media	da	7%
	nu	93%
prieteni	da	18%
	nu	82%
colegii de clasă	da	5%
	nu	95%



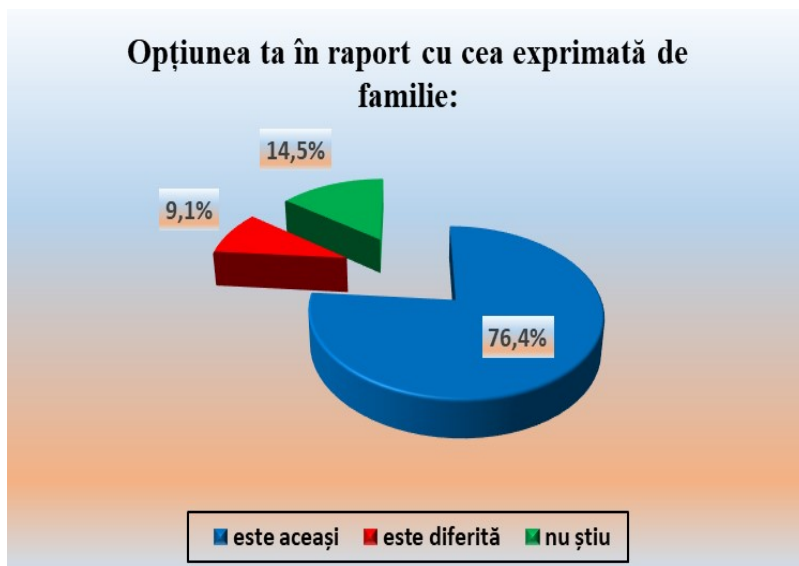
Așa cum putem observa în graficul de mai sus, familia ocupă un loc important în alegerea liceului (53% fiind urmată de școala de care o vor urma (23%) și de prietenii (18%)

Tabel 7. Consideri că rezultatele tale școlare îți motivează alegerea ?			%
da	1127	68,7%	
nu	136	8,3%	
nu stiu	367	23%	
Total	1641	100,0%	



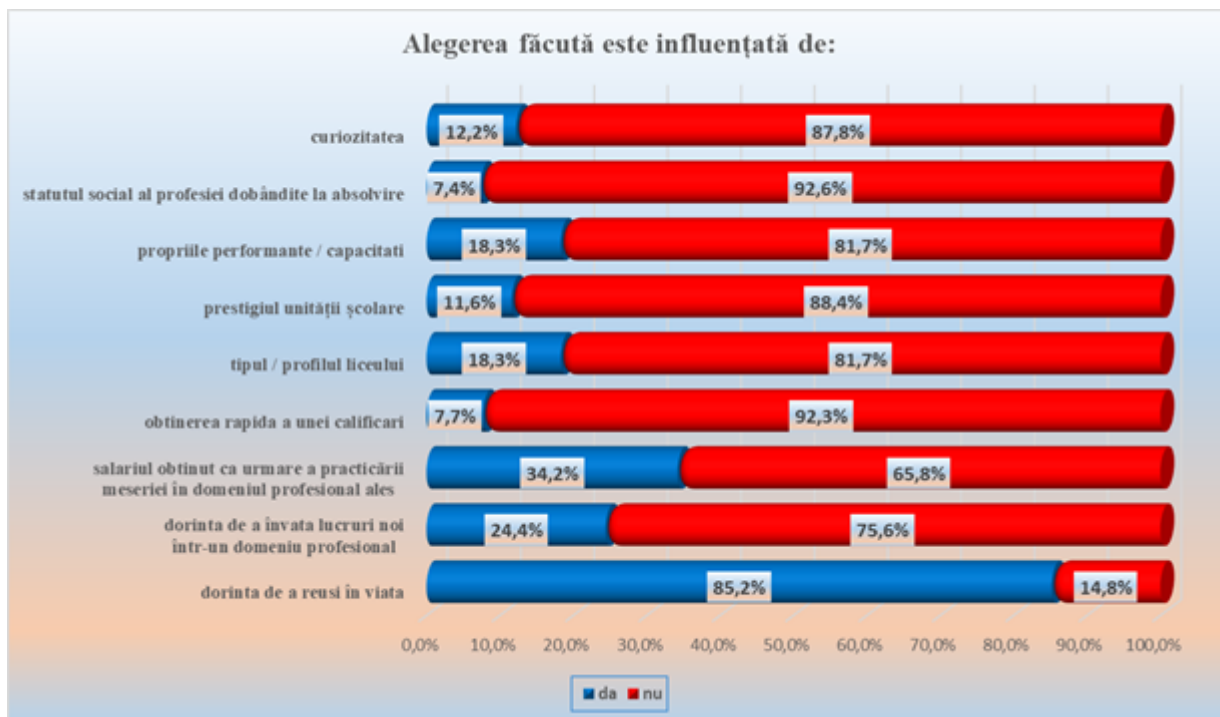
69% dintre elevii chestionați consideră că rezultatele obținute la școală reprezintă în factor motivant în alegerea liceului și doar 8,% dintre elevii chestionați susțin că rezultatele școlare nu le motivează alegerea făcută.

Tabel 8. Opțiunea ta în raport cu cea exprimată de familie:			%
este aceeași	1254	76,4%	
este diferită	149	9,1%	
nu stiu	238	14,5%	
Total	1641	100,0%	



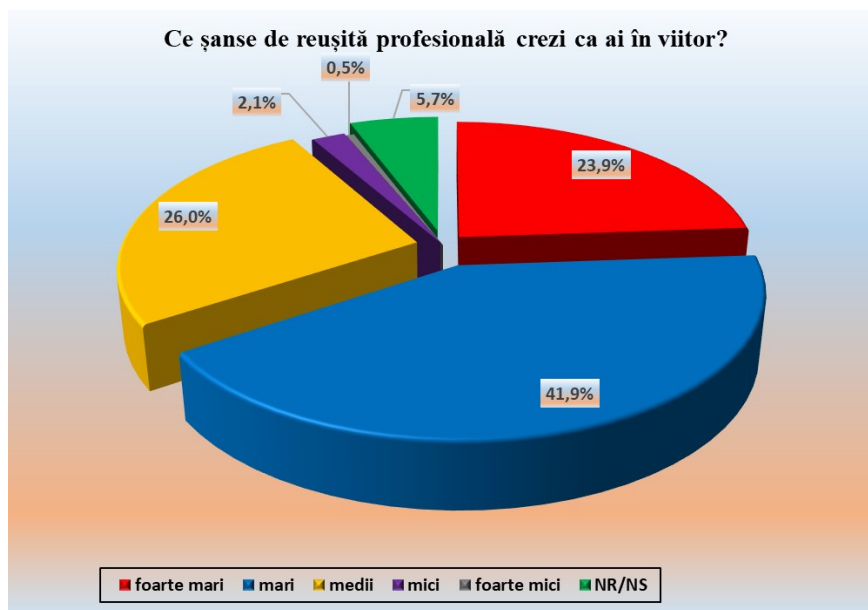
Putem observa că familia are un rol important în alegerea viitorului liceu, astfel 76% dintre elevii chestionați consideră că alegerea făcută este în concordanță cu cea a familiei din care face parte, 9% consideră că opțiunea lor este diferită de cea a familiei.

Tabel 9.			%
Alegerea făcută este influențată de:			
dorința de a reuși în viață	da	1398	85,2%
	nu	243	14,8%
Total		1641	100%
dorința de a învăța lucruri noi într-un domeniu profesional	da	400	24,4%
	nu	1241	75,6%
Total		1641	100%
salariul obținut ca urmare a practicării meseriei în domeniul profesional ales	da	561	34,2%
	nu	1080	65,8%
Total		1641	100%
obținerea rapidă a unei calificări	da	127	7,7%
	nu	1514	92,3%
Total		1641	100%
tipul / profilul liceului	da	300	18,3%
	nu	1341	81,7%
Total		1641	100%
prestigiul unității școlare	da	190	11,6%
	nu	1451	88,4%
Total		1641	100%
propriile performanțe / capacități	da	301	18,3%
	nu	1340	81,7%
Total		1641	100%
statutul social al profesiei dobândite la absolvire	da	122	7,4%
	nu	1519	92,6%
Total		1641	100%
curiozitatea	da	200	12,2%
	nu	1441	87,8%
Total		1641	100%



În alegerea liceului sau a școlii profesionale un rol important îl ocupă dorința de a reuși în viață- procentul fiind de **85%**, pentru **34%** dintre elevii chestionați salariul obținut ca urmare a practicării meseriei în domeniul profesional ales reprezintă un factor care motivează alegerea făcută, dorința de a învăța lucruri noi într-un domeniu profesional- **24%**.

Tabel 10. Ce șanse de reușita profesionala crezi ca ai în viitor ?		%
foarte mari	392	23,9%
mari	687	41,9%
medii	427	26,0%
mici	34	2,1%
foarte mici	8	,5%
NR/NS	93	5,7%
Total	1641	100,0%

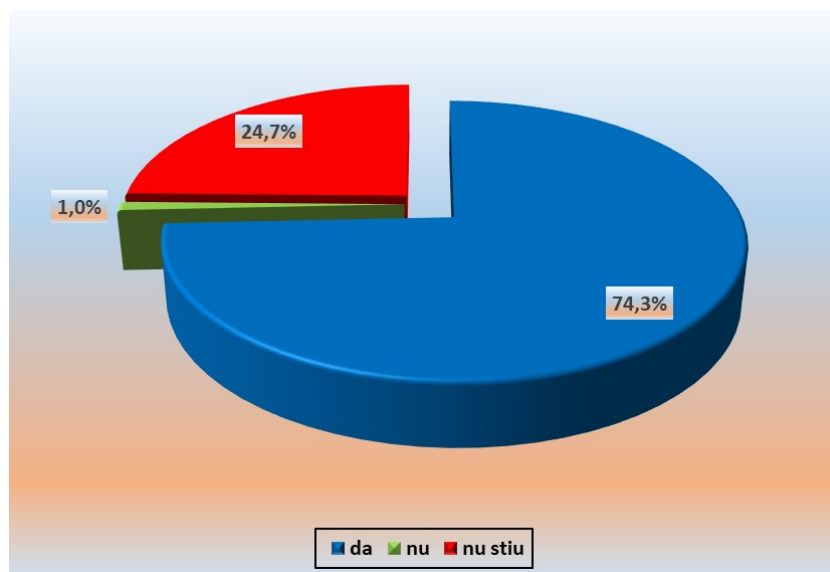


Putem observa procentul mare al celor care consideră că vor avea șanse mari și foarte mari de reușită profesională în viitor- **66%**, **26%** consideră că șansele lor de reușită profesională sunt la nivel mediu. De asemenea putem observa procentul foarte mic al celor care consideră că șansele lor de reușită profesională sunt mici și foarte mici (**3%**)

Ce ocupație crezi ca vei avea în viitor?

Ocupațiile pe care și le doresc elevii sunt dintre cele mai variate: medic, pictor, sportiv, scenarist ,economist, bucătar informatician, programator, scriitor, psiholog, militar, ospatar, vânzator, actor avocat, polițist, translator, cosmetician, , procuror, profesor, farmacist, vameș.

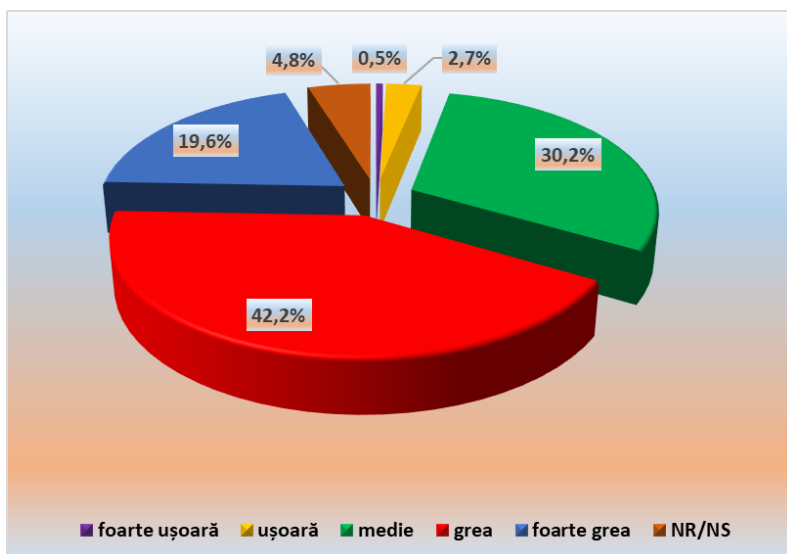
Tabel 11.		%
Crezi că vei găsi un loc de muncă în aceasta ocupație?		
da	1219	74,3%
nu	16	1,0%
nu știu	406	24,7%
Total	1641	100,0%



74% dintre subiecții chestionați consideră că vor găsi un loc de munca care să corespundă cu pregătirea lor și cu ocupația pe care își doresc să o urmeze, de asemenea putem observa procentul foarte mic (**1%**) al celor care cred că nu vor găsi un loc de muncă care să corespundă cu ocupația pe care își doresc în acest moment.

Tabel 13.
Crezi că cei care au abandonat școala după clasa aVIII-a, vor avea o viață :

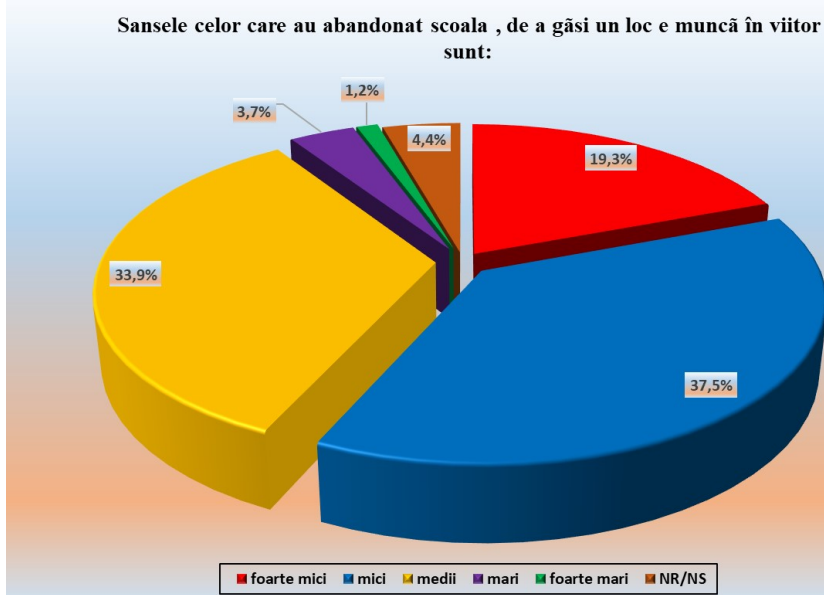
		%
Foarte usoara	8	,5%
usoara	45	2,7%
medie	495	30,2%
grea	693	42,2%
foarte grea	321	19,6%
NR/NS	79	4,8%
TOTAL	1641	100,0 %



Elevii sunt conștienți de rolul important pe care îl are școala în educația elevilor astfel încât aceștia consideră că cei care au abandonat școala vor avea o viață grea și foarte grea -62 %. Putem observa și procentul foarte mic al celor care consideră că cei care au abandonat școala vor avea o viață ușoară și o foarte ușoară-3,2 %.

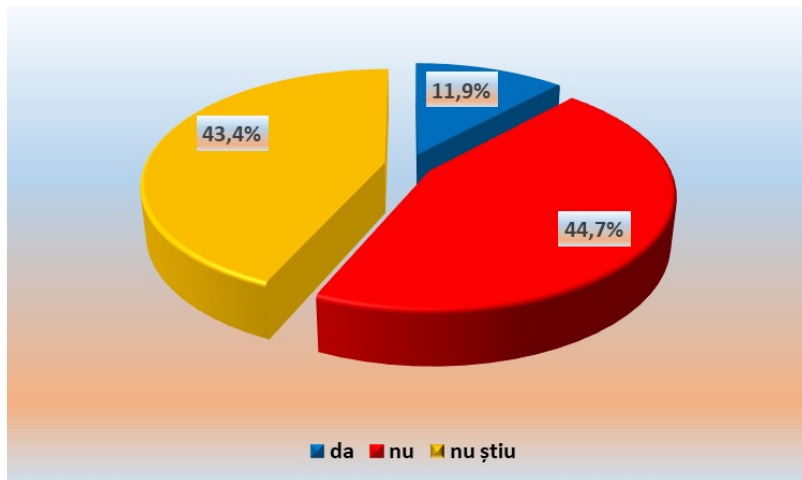
Tabel 14.
Sansele celor care au abandonat școala , de a găsi un loc e muncă în viitor sunt:

		%
foarte mici	317	19,3%
mici	615	37,5%
medii	557	33,9%
mari	60	3,7%
foarte mari	19	1,2%
NR/NS	73	4,4%
TOTAL	1641	100,0 %



Elevii participanți la cercetare sunt conștienți de importanța pe care o are școala în formarea lor profesională, astfel încât aceștia consideră că șansele de a avea un loc de muncă pentru cei care au abandonat școala sunt mici-37,5% și foarte mici-19,3% și doar 4,9% susțin că cei care au abandonat școala au șanse de reușită mari și foarte mari în viitor.

Tabel 16. Cunoști un operator economic /societate comercială care ar putea să îți ofere un loc de muncă pentru profilul /calificarea pe care o alegi?		%
da	195	11,9%
nu	734	44,7%
nu știu	712	43,4%
Total	1641	100,0%



45% dintre elevii participanți la cercetare susțin că nu cunosc un operator economic /societate comercială care ar putea să îi ofere un loc de muncă pentru profilul pe care îl alege și doar **11,9%** cunosc un operator economic care ar putea să îi ofere un loc de muncă pentru calificarea pe care o aleg.

CONCLUZII

Studiul evidențiază gradul ridicat de interes al elevilor de a-și continua studiile după clasa a VIII-a, exprimat într-un procent ridicat (**99,4%**), ceea ce poate reprezenta faptul că elevii sunt conștienți de rolul învățării și al educației în reușita profesională, în alegerea unei viitoare cariere.

Ca și în anul școlar anterior se menține intenția elevilor de a urma filiera teoretică (**72%**). În cadrul filierei vocaționale observăm o ușoară scădere procentuală comparativ cu anul școlar anterior (**11,3%** an școlar **2021-2022** comparativ **13,6%** an școlar **2021-2022**). Ponderea celor care au ales să urmeze filiera tehnologică a scăzut comparativ cu anul școlar trecut-**10%** an școlar **2021-2022** spre deosebire **16%** an școlar **2021-2022**.

Observăm că procentul celor care doresc să urmeze școala profesională scade comparativ cu anul școlar anterior (**7%** -**2021-2022** spre deosebire de **11%** an școlar **2020-2021**). Interesul scăzut al elevilor față de învățământul profesional se poate datora lipsei locurilor de muncă existente pe piața muncii dar și slabei promovări a acestui tip de învățământ în rândul elevilor de clasa a VIII- a.

De asemenea este îngrijorător procentul ridicat (**45%**) al respondenților de clasa a VIII- a, care susțin că nu cunosc un operator economic /societate comercială care ar putea să îi ofere un loc de muncă pentru profilul pe care îl urmează indică necesitatea unei mai bune promovari a ofertei deținute de operatorul economic .

Procentul elevilor care doresc să urmeze profilul real înregistrează o ușoară creștere comparativ cu anul școlar anterior(**43%** -**2021-2022** comparativ cu **35,4%** an școlar **2020-2021**).

Se observă o ușoară creștere procentuală în ceea ce privește alegerea profilului uman din cadrul filierei teoretice (**29%**- - an școlar 2021-2022) spre deosebire de **23%** - an școlar 2020-2021

O ușoară scădere procentuală în ceea ce privește opțiunea elevilor de a urma filiera vocațională (**11%** an școlar **2021-2022** spre deosebire **13,6%** an școlar **2020-2021**). De asemenea, spre deosebire de anul școlar anterior procentul celor care doresc să urmeze filiera tehnologică înregistrează o scădere procentuală **10%** an școlar **2021-2022** spre deosebire **16,4%**- an școlar **2020-2021**.

55 % dintre subiecții participanți la cercetare susțin că **familia** reprezintă cel mai important factor în alegerea profilului și a unității de învățământ pe care elevii o vor urma, aspect susținut și de faptul că **76%** dintre elevii chestionați consideră că alegerea făcută este în concordanță cu cea a familiei din care fac parte.

Școala reprezintă cel de al doilea factor care contribuie la alegerea liceului- procentul fiind de **23%**, acest aspect este confirmat și de faptul că rezultatele obținute la școală reprezintă în factor motivant în alegerea viitoarei unități de învățământ (**67%**)

Decizia alegerii viitoarei unități de învățământ este influențată de dorința de a reuși în viață- **85%**, de salariul obținut ca urmare a practicării meseriei în domeniul profesional ales- **34%** și de dorința de a învăța lucruri noi într-un domeniu profesional-**24%**.

Elevii sunt conștienți de importanța pe care o are școala astfel încât aceștia consideră că cei care au abandonat școala vor avea o viață grea **62%** - iar șansele acestora de a găsi un loc de muncă sunt foarte mici- **57%**.

REȚEAUA DE CABINETE DE ASISTENȚĂ PSIHOPEDAGOGICĂ A JUDEȚULUI GALAȚI

AN ȘCOLAR 2020-2021

1. Andrei Gina

- ✗ Gradinita cu P.N. nr. 12 Galati
- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 24 Galati
- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 33 Galati

2. Andrici Cristina

- ✗ Gradinita cu P.P. "Ciprian Porumbescu" Galati
- ✗ Scoala Gimnaziala "Grigore Moisil" Galati

3. Arama Nuti

- ✗ Seminarul Teologic Ortodox "Sf. Andrei" Galati

4. Baleanu Oana

- ✗ Gradinita cu P.N. nr. 1 Umbraresti Tg. Bujor
- ✗ Gradinita cu PN "Casuta Piticilor" Tg. Bujor
- ✗ Gradinita cu PN "Floare de Bujor" Targu Bujor
- ✗ Liceul Tehnologic "Eremia Grigorescu" Tg. Bujor
- ✗ Scoala Gimnaziala "Grigore Hagiu" Tg. Bujor

5. Banea Silvia

- ✗ CJAP
- ✗ Liceul Teoretic "Emil Racovita" Galati

6. Boca Zamfir Mioara

- ✗ Colegiul National "Mihail Kogalniceanu" Galati
- ✗ Scoala Gimnaziala "Constantin Gh. Marinescu" Galati

7. Bocaneala Cornelia

- ✗ Colegiul National "Vasile Alecsandri" Galati

8. Burtea Alina

- ✗ Colegiul National "Spiru Haret" Tecuci
- ✗ Scoala Gimnaziala "Gh. Petruscu"

Tecuci

- ✗ Scoala Gimnaziala "I. Iordan" Tecuci

9. Carp Carmen

- ✗ Gradinita cu P.P. nr. 36 Galati
- ✗ Liceul Teoretic "Sfanta Maria" Galati

10. Cirjau Valentina

- ✗ Gradinita cu P.N. Nr. 59 Galati
- ✗ Gradinita cu P.P. "Codruta" Galati
- ✗ Gradinita cu P.P. "Step by Step" Galati

11. Ciupitu Valentina

- ✗ Gradinita - Scoala Gimnaziala nr. 16 Galati
- ✗ Gradinita - Scoala Gimnaziala nr. 20 Galati
- ✗ Gradinita cu P.N. "Mihaela" Galati
- ✗ Scoala Gimnaziala "Elena Cuza" Galati
- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 16 Galati
- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 20 Galati

12. Colea Violeta

- ✗ Liceul Tehnologic "Elena Caragiani" Tecuci
- ✗ Scoala Gimnaziala "I. Petrovici" Tecuci
- ✗ Scoala Gimnaziala "Nicolae Balcescu" Tecuci

13. Coman Monica

- ✗ Gradinita cu P.N. nr. 1 Tudor Vladimirescu
- ✗ Liceul Tehnologic Tudor Vladimirescu
- ✗ Scoala Gimnaziala "Dimitrie Luchian" Pisu

14. Costea Geanina

- ✗ Colegiul Tehnic "Paul Dimo" Galati

15. Deaconescu Mirela

- ✗ Gradinita cu P.N. "Ion Creanga"

Galati

- ✗ Gradinita cu P.N. nr 19 Galati
- ✗ Gradinita cu P.P. "Arlechino" Galati
- ✗ Gradinita cu P.P. nr 47 Galati
- ✗ Gradinita cu P.P. nr. 39 Galati

16. Dica Gabriela

- ✗ Liceul Tehnologic "Paul Bujor" Beresti

17. Dima Iuliana

- ✗ Colegiul de Industrie Alimentara "Elena Doamna" Galati

18. Dolea Lenuta

- ✗ Gradinita cu P.N. nr. 11 Galati
- ✗ Liceul Tehnologic "Carol I" Galati
- ✗ Scoala Gimnaziala "Sfintii Imparati" Galati

19. Dolea Raluca Adelina

- ✗ Colegiul National "Al. Ioan Cuza" Galati
- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 17 Galati

20. Drujescu Dorina

- ✗ Gradinita cu P.N. nr. 6 Galati
- ✗ Gradinita cu P.P. "Elena Doamna" Galati
- ✗ Gradinita cu P.P. "Mugurel" Galati
- ✗ Gradinita cu P.P. nr. 1 Galati
- ✗ Gradinita cu P.P. nr. 45 Galati

21. Dutu Adriana

- ✗ Gradinita cu P.P. "Prichindel" Galati
- ✗ Liceul Teoretic "Dunarea" Galati

22. Fainarea Alina Iuliana

- ✗ Gradinita cu P.N. nr. 1 Blanzi
- ✗ Gradinita cu P.N. nr. 1 Carapcesti
- ✗ Gradinita cu P.N. nr. 1 Corod
- ✗ Liceul Tehnologic nr. 1 Corod
- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 1 Blanzi
- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 1 Corod
- ✗ Scoala Primara nr. 1 Carapcesti

23. Ferendino Elena

- ✗ Liceul Teoretic "Mircea Eliade" Galati

24. Gabor Otilia Cristina

- ✗ Scoala Gimnaziala "Sf. Nicolae" Liesti
- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 1 Liesti

- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 2 Liesti
- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 3 Liesti

25. Gaiu Maria

- ✗ CJAP
- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 7 Galati

26. Gheorghe Iuliana

- ✗ Colegiul National "Costache Negri" Galati

27. Gheorghita Nicoleta

- ✗ Scoala Gimnaziala "Dimitrie Cantemir" Matca
- ✗ Scoala Gimnaziala "Doamna Nica" Valea Marului
- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 1 Matca
- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 2 Matca

28. Guita Marilena

- ✗ Gradinita cu P.N. nr. 1 Beresti Meria
- ✗ Scoala Gimnaziala "Gheorghe si Maria Tasca" Balabanesti
- ✗ Scoala Gimnaziala "Stroe S. Belloescu" Plesa
- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 1 Radesti
- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 1 Slivna

29. Husariu Doina Nicoleta

- ✗ Colegiul Economic "Virgil Madgearu" Galati

30. Hussain Daniela

- ✗ Liceul Tehnologic "Costache Conachi" Pechea
- ✗ Scoala Gimnaziala "Alexandru Moruzzi" Pechea
- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 1 Pechea
- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 3 Pechea
- ✗ Scoala Primara nr. 4 Pechea

31. Hutanu Doina

- ✗ Gradinita cu P.P. nr. 30 Galati
- ✗ Gradinita cu P.P. nr.7 Galati
- ✗ Gradinita cu P.S. nr. 32 Galati

32. Iordachita Gabriela

- ✗ Colegiu Tehnic "Radu Negru" Galati
- ✗ Scoala Gimnaziala "Ludovic Cosma" Galati

33. Ivan Alina

- ✗ Gradinita cu P.N. nr. 20 Galati
- ✗ Scoala Gimnaziala "Miron Costin" Galati

34. Lupu Ionela

- ✗ Gradinita cu P.N. "Voinicelul" Galati
- ✗ Gradinita cu P.P. "Alice" Galati
- ✗ Gradinita cu P.P. "Motanul Incaltat" Galati
- ✗ Liceul cu Program Sportiv Galati

35. Lupusor Monica Roxana

- ✗ Gradinita cu P.P. nr. 9 Galati
- ✗ Liceul Tehnologic "Anghel Saligny" Galati
- ✗ Liceul Tehnologic "Sf. Ioan" Galati

36. Manea Monica

- ✗ Gradinita cu P.N. nr. 1 Frunzeasca
- ✗ Gradinita cu P.N. nr. 1 Munteni
- ✗ Gradinita cu P.N. nr. 1 Negrilesti
- ✗ Gradinita cu P.N. nr. 1 Tiganesti
- ✗ Gradinita cu P.N. nr. 1 Ungureni
- ✗ Scoala Gimnaziala "Florea Julea" Negrilesti
- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 1 Munteni
- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 1 Ungureni

37. Marian Roxana

- ✗ CJAP
- ✗ Liceul de Arte "Dimitrie Cuclin" Galati

38. Mititelu Florentina

- ✗ Gradinita cu P.N. nr. 1 Cudalbi
- ✗ Gradinita cu P.N. nr. 2 Cudalbi
- ✗ Liceul Tehnologic nr. 1 Cudalbi
- ✗ Scoala Gimnaziala "Prof. Emil Panaitescu" Cudalbi

39. Moroza Violeta Gina

- ✗ Gradinita cu P.N. nr. 14 Galati
- ✗ Scoala Gimnaziala "Dan Barbilian" Galati
- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 22 Galati

40. Musunoiu Hoton Violeta Luminita

- ✗ CJAP

41. Panait Gina

- ✗ Gradinita cu PP "Licurici" Galati

- ✗ Liceul de Turism si Alimentatie "Dumitru Motoc" Galati

42. Pavel Luciana

- ✗ Gradinita cu P.N. nr. 35 Galati
- ✗ Scoala Gimnaziala "Iulia Hasdeu" Galati
- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 3 Galati

43. Petrea Iosif Florin

- ✗ Gradinita cu P.P. "Tedi" Galati
- ✗ Liceul de Transporturi Auto "Traian Vuia" Galati

44. Placinta Dona

- ✗ CJAP
- ✗ Scoala Gimnaziala "Sf. Grigorie Teologul" Galati

45. Popescu Catalina

- ✗ Gradinita cu P.N. nr. 44 Galati
- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 5 Galati
- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 9 Galati

46. Popoiu Simona Livia

- ✗ Colegiul National de Agricultura si Economie Tecuci
- ✗ Scoala Gimnaziala "D. Sturdza" Tecuci

47. Presura Siuta Ramona

- ✗ Gradinita cu P.N. nr. 1 Cavadinesti
- ✗ Gradinita cu P.N. nr. 1 Oancea
- ✗ Scoala Gimnaziala "Sf. Ier. Nicolae" Vladesti
- ✗ Scoala Gimnaziala "V. Seicaru" Oancea
- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 1 Cavadinesti
- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 1 Ganesti
- ✗ Scoala Primara nr. 1 Vadeni

48. Rosca Raluca

- ✗ Scoala Gimnaziala "Gh. Munteanu" Galati
- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 18 Galati

49. Savinuta Adriana

- ✗ Gradinita cu P.N. "Petru Rares" Frumusita
- ✗ Gradinita cu P.N. nr. 1 Foltesti
- ✗ Gradinita cu P.N. nr. 1 Frumusita

- ✗ Gradinita cu P.N. nr. 1 Tamaoani
- ✗ Scoala Gimnaziala "Petru Rares"
Frumusita
- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 1 Foltesti
- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 1 Frumusita

50. Soltan Andreea

- ✗ Colegiul Tehnic "Aurel Vlaicu" Galati
- ✗ Scoala Gimnaziala "Mihai Viteazul"
Galati

51. Stancescu Geta

- ✗ Colegiul Tehnic "Paul Dimo" Galati
- ✗ Gradinita cu P.N. "I. Nenitescu" Galati
- ✗ Gradinita cu P.P. "Sf. Stelian" Galati
- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 29 Galati

52. Susnea Simona Mirela

- ✗ Gradinita cu P.P. nr. 64 Galati
- ✗ Scoala Gimnaziala "Stefan cel Mare"
Galati

53. Suvac Valeria

- ✗ CJAP
- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 25 Galati

54. Suvejanu Gabriela

- ✗ Gradinita cu PN nr. 1 Beresti
- ✗ Liceul Tehnologic "Paul Bujor" Beresti

55. Tinjala Alina Lucia

- ✗ Liceul Tehnologic "General de Marina
Nicolae Dumitrescu Maican" Galati
- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 28 Galati

56. Trandafir Simona

- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 26 Galati

57. Trandafir Petruta

- ✗ Scoala Gimnaziala "Negoita Danaila"
Bucesti
- ✗ Scoala Gimnaziala "V.I. Popa" Ivesti
- ✗ Scoala Profesionala "H. P. Bengescu"
Ivesti

58. Trifan Paula Narciziea

- ✗ Gradinita cu P.P. "Camil Ressu"
Galati
- ✗ Gradinita cu P.P. "Croitorasul cel
Viteaz" Galati
- ✗ Gradinita cu P.P. "Otilia Cazimir"

Galati

- ✗ Gradinita cu P.P. nr. 56 Galati

59. Tuchel Mariana

- ✗ Liceul Tehnologic "O. Caledoniu"
Tecuci
- ✗ Scoala Gimnaziala "A. Rugina"
Tecuci
- ✗ Scoala Gimnaziala "St. O. Iosif"
Tecuci

60. Tugui Daniela

- ✗ Gradinita cu P.N. "Lizuca"
- ✗ Scoala Gimnaziala "Mihail
Sadoveanu" Galati
- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 10 Galati

61. Vechiu Luiza

- ✗ Colegiul National "Calistrat Hogas"
Tecuci
- ✗ Scoala Gimnaziala "Elena Doamna"
Tecuci

62. Voican Camelia Magdalena

- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 1 Adam
- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 1 Draguseni
- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 1 Fundeanu

63. Vulpe Veronica

- ✗ Gradinita cu P.N. Nr. 1 Branistea
- ✗ Scoala Gimnaziala "Unirea" Branistea
- ✗ Scoala Gimnaziala nr. 1
Independenta