

MATERIALE PENTRU PROFESORI, DIRIGINȚI ȘI ELEVI

MODULUL "DEZVOLTAREA PERSONALĂ ȘI
PROIECTAREA CARIEREI" (CLASA a X-a)



MINISTERUL EDUCAȚIEI AL REPUBLICII MOLDOVA, str. Piața Marii Adunări Naționale 1,
www.edu.md

CENTRUL PENTRU EDUCAȚIE ANTREPRENORIALĂ ȘI ASISTENȚĂ ÎN AFACERI, str. M. Eminescu 35;
+373 22 885 425; oficiu@ceda.md; www.ceda.md

AGENȚIA AUSTRIACĂ PENTRU DEZVOLTARE, str. A. Mateevici 23B, chisinau@ada.gv.at



Ministerul Educației
al Republicii Moldova

Centrul
pentru
Educație
Antreprenorială
și
Asistență
în Afaceri



WITH FUNDING FROM
**AUSTRIAN
DEVELOPMENT
COOPERATION**

MATERIALE PENTRU PROFESORI, DIRIGINȚI ȘI ELEVI

**MODULUL "DEZVOLTAREA PERSONALĂ ȘI
PROIECTAREA CARIEREI" (CLASA a X-a)**

MINISTERUL EDUCAȚIEI AL REPUBLICII MOLDOVA, str. Piața Marii Adunări Naționale 1, www.edu.md
CENTRUL PENTRU EDUCAȚIE ANTREPRENORIALĂ ȘI ASISTENȚĂ ÎN AFACERI, str. M. Eminescu 35; +373 22
885 425; oficiu@ceda.md; www.ceda.md

AGENȚIA AUSTRIACĂ PENTRU DEZVOLTARE , str. A. Mateevici 23B, chisinau@ada.gv.at

Materialele didactice au fost elaborate în cadrul proiectului "Reconceptualizarea orientării profesionale și consilierii în carieră"(REVOCC), implementat de către Centrul pentru Educație Antreprenorială și Asistență în Afaceri(CEDA) în parteneriat cu Ministerul Educației și susținerea financiară a Agenției Austriece pentru Dezvoltare.

Echipa de lucru:

Sofia ȘULEANSCHI, *director CEDA*
Lia SCLIFOS, *dr. ped., manager al proiectului REVOCC*
Veronica CREȚU, *director executiv IGD*
Otilia DANDARA, *dr. hab., profesor universitar, prorector USM*
Tatiana TURCHINĂ, *psiholog, USM*
Serghei LÎSENCO, *formator național, expert CEDA*
Valentina OLARU, *dr. ped. profesoară de educație civică, GD superior*
Rodica SOLOVEI, *dr. istorie, conferențiar cercetător la IȘE*
Nina UZICOV, *profesoară de educație civică, GD superior*
Ina BOTNARI, *psiholog, profesoară de educație civică*
Silvia PETROVICI, *profesoară de educație civică, GD superior*
Galina PRECUP, *manager proiecte CPD*
Olga PILIPCIUC, *coordonator programe instruire CEDA*

Imaginile care ilustrează acțiunile propuse elevilor sunt realizate de caricaturistul Alexandru Plăcintă.

Centrul pentru Educație Antreprenorială și Asistență în Afaceri aduce sincere mulțumiri elevilor, diriginților și administrației instituțiilor de învățământ în care au fost pilotate materialele elaborate: gimnaziul „Igor Crețu” din s. Găvănoasa, Cahul și gimnaziul Galata din m. Chișinău; liceelor „Ion Creangă” și „Pro Succes” din m. Chișinău, liceului „Emil Necula” din s. Mereni, Anenii Noi; liceului „Constantin Stere” din or. Soroca, liceului „George Coșbuc” din mun. Bălți și liceului „Mihai Eminescu” din or. Cahul.

Mulțumiri profesorilor de educație civică care au pilotat materialele elaborate și au oferit sugestii constructive pentru îmbunătățirea lor: Mazniuc Ariadna, Gumenco Dragalina, Zeama Angela, Malanetchi Irina, Avricenco Tamara, Ceban Nadejda, Brînza Dorin, Oglindă Olga, Stratu Veronica, Racu Tatiana, Țiganu Vera, Ciobanu Ion, Petrovici Silvia, Bîrlădeanu Ala, Uzicov Nina, Jitaru Diana, Golovei Lilia, Tataru Tamara, Moraru Ludmila, Stoiciu Alla, Vrabie Silvia.

MINISTERUL EDUCAȚIEI
AL REPUBLICII MOLDOVA

Piața Marii Adunări Naționale, nr. 1
MD-2033 Chișinău
Republica Moldova
tel. 23-33-48, fax: 23-35-15
www.edu.gov.md



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РЕСПУБЛИКИ МОЛДОВА

Пяца Марий Адунэрь Национале, 1
МД-2033 Кишинэу
Республика Молдова
тел. 23-33-48, факс: 23-35-15
www.edu.gov.md

ORDIN

Nr. 859 din 04 octombrie 2016
Chișinău

**Cu privire la aprobarea Modulului
”Dezvoltarea personală și proiectarea
carierii” în cadrul disciplinei școlare
Educație civică și Dirigenție**

În conformitate cu prevederile art. 6 din Codul educației al Republicii Moldova și urmare a pilotării Modulului ”Dezvoltarea personală și proiectarea carierii” Ministrul Educației emite următorul

ORDIN:

1. Se aprobă:
 - 1.1. Conținuturile curriculare revizuite la modulul ”Dezvoltarea personală și proiectarea carierii” la disciplina școlară Educația civică și la Dirigenție pentru clasele V-XII (în anexă);
 - 1.2. Setul de materiale didactice pentru profesorii de Educația civică la modulul „Dezvoltarea personală și proiectarea carierii” pentru clasele V-XII (în anexă);
 - 1.3. Setul de materiale didactice pentru diriginții claselor V-XII la modulul „Dezvoltarea personală și proiectarea carierii” (în anexă);
 - 1.4. Setul de materiale didactice pentru elevii claselor V- XII la modulul ”Dezvoltarea personală și proiectarea carierii” (în anexă).
2. Profesorii de educație civică și diriginții vor reevalua proiectarea anuală a conținuturilor curriculare la acest modul pentru începutul semestrului II, înaintea modulului ”Viața și sănătatea – valori personale și sociale” (la toate clasele).
3. Organele locale de specialitate în domeniul învățământului și directorii instituțiilor de învățământ secundar general vor asigura implementarea calitativă a modulului ”Dezvoltarea personală și proiectarea carierii” și a materialelor didactice conexe.
4. Direcția Învățământ preuniversitar (dl V. Crudu) în parteneriat cu Centrul pentru Educația Antreprenorială și Asistență în Afaceri (dna S. Șuleanschi) vor organiza seminare informative pentru profesorii de educație civică.
5. Cheltuielile pentru organizarea seminarelor vor fi acoperite din proiectul ”Reconceptualizarea Orientării Profesionale și Consilierii în Carieră”, implementat de către CEDA în parteneriat cu Ministerul Educației și sprijinit financiar de Agenția Austriacă pentru Dezvoltare.
6. Direcția învățământ preuniversitar (dl V. Crudu), șefii OLSDI și conducătorii instituțiilor de învățământ secundar general vor monitoriza executarea prezentului ordin.
7. Controlul executării prezentului ordin se pune în sarcina dnei Elena Cernei, viceministru.

Ministru

Corina FUSU

C. Lungu, 23 24 72
D. Cotovițchi, 27 74 20

Stimați elevi, profesori și diriginți!

Ghidarea în carieră este foarte importantă din punct de vedere strategic, deoarece, în condițiile transformărilor economice și sociale, ce caracterizează societatea noastră în prezent se impune ca necesară o amplă reformă educațională care ar aduce ca noutate, alături de multe alte aspecte, activitatea de ghidare în carieră.

Elevii vor fi formați pentru o societate dinamică, o societate în schimbare, idealul educațional al căreia este formarea personalității cu spirit de inițiativă, capabile de autodezvoltare, care posedă nu numai un sistem de cunoștințe și competențe necesare pentru angajarea pe piața muncii, dar și independență de opinie și acțiune, fiind deschisă pentru dialog intercultural în contextul valorilor naționale și universale asumate.

În acest sens, ghidarea în carieră devine un instrument principal în dezvoltarea și afirmarea personalității fiecărui tânăr și alegerea corectă a profesiei conform aspirațiilor, dorințelor și cunoștințelor sale, luând în considerație solicitările pieței muncii.

Dragi elevi! La etapa preadolescenței și adolescenței, atunci când vă aflați în perioada căutării identității și a locului în această lume, aveți nevoie nu de cineva care să gândească pentru voi, ci de cineva care să vă ajute în procesul de autocunoaștere, pentru a identifica apoi multiplele căi și oportunități ce pot fi valorificate.

Acest cineva, teoretic, ar putea fi oricare adult, dar practic e nevoie de un specialist care cunoaște particularitățile de vârstă și, nu în ultimul rând, tehnici și metode moderne de ghidare în carieră.

În acest context vă propunem un set de materiale didactice care pot fi utilizate în cadrul Modulului "Dezvoltarea personală și proiectarea carierei" la orele de educație civică și dirigenție.

Urăm elevilor și tuturor cadrelor didactice succes în proiectarea și dezvoltarea carierei!

Elena Cernei, viceministru al educației

CUPRINS

EDUCAȚIA CIVICĂ. MATERIALE PENTRU PROFESORI

TEMA 1. EU ȘI SPECTRUL DE PREFERINȚE PROFESIONALE.....	9
TEMA 2. OFERTELE EDUCAȚIONALE ALE SISTEMULUI DE ÎNVĂȚĂMÂNT DIN REPUBLICA MOLDOVA...	10
TEMA 3. COMPETENȚELE CHEIE ȘI CARIERA.....	12
TEMA 4. APTITUDINI, ASPIRAȚII, SCOPURI ÎN PROIECTAREA CARIEREI.....	13
TEMA 5. DEZVOLTAREA REȚELEI SOCIALE (NETWORKING).....	14
TEMA 6. VOLUNTARIATUL ȘI TRASEELE PARALELE.....	16
TEMA 7. CE TREBUIE SĂ CUNOSC DESPRE CARIERĂ: DEFINIRE, ASPECTE, STRATEGII.....	17
TEMA 8. AUTOEVALUAREA PROPRIULUI JURNAL DE PLANIFICARE A CARIEREI.....	19

EDUCAȚIA CIVICĂ. MATERIALE PENTRU ELEVI

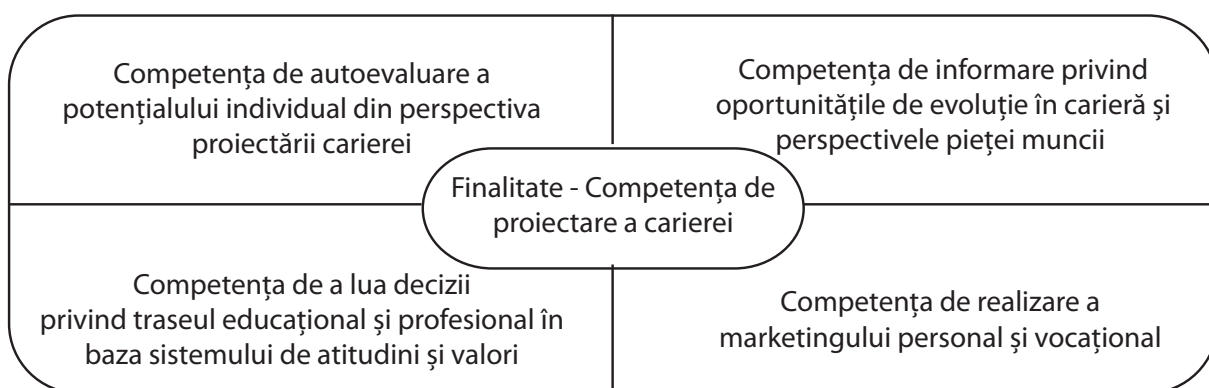
TEMA 1. EU ȘI SPECTRUL DE PREFERINȚE PROFESIONALE.....	22
TEMA 2. OFERTELE EDUCAȚIONALE ALE SISTEMULUI DE ÎNVĂȚĂMÂNT DIN REPUBLICA MOLDOVA...	30
TEMA 3. COMPETENȚELE CHEIE ȘI CARIERA.....	32
TEMA 4. APTITUDINI, ASPIRAȚII, SCOPURI ÎN PROIECTAREA CARIEREI.....	35
TEMA 5. DEZVOLTAREA REȚELEI SOCIALE (NETWORKING).....	37
TEMA 6. VOLUNTARIATUL ȘI TRASEELE PARALELE.....	39
TEMA 7. CE TREBUIE SĂ CUNOSC DESPRE CARIERĂ: DEFINIRE, ASPECTE, STRATEGII.....	42
TEMA 8. AUTOEVALUAREA PROPRIULUI JURNAL DE PLANIFICARE A CARIEREI.....	46

DIRIGENȚIE. MATERIALE PENTRU DIRIGINȚI

TEMA 1. EU ȘI DOMENIUL PROFESIONAL ALES.....	49
TEMA 2. TRASEE EDUCAȚIONALE - PRACTICI REUȘITE.....	50
TEMA 3. FACTORI CARE INFLUENȚEAZĂ DECIZIA DE CARIERĂ.....	52
TEMA 4. POTENȚIALUL PROPRIU ȘI SUCCESUL PROFESIONAL.....	53
TEMA 5. SECURITATEA ÎN REȚELELE SOCIALE.....	55
TEMA 6. VOLUNTARIATUL ȘI PROFESIA.....	56
TEMA 7. POSIBILITĂȚI VIRTUALE DE INFORMARE.....	57
TEMA 8. ETAPE ÎN LUAREA DECIZIILOR.....	59

MODULUL "DEZVOLTAREA PERSONALĂ ȘI PROIECTAREA CARIEREI" (CLASA A X-A)

Competențe dezvoltate în cadrul modului:



Competența de bază și cele 4 competențe specifice, prezentate în tabel, vor fi dezvoltate în cadrul Modulului „Dezvoltare personală și proiectarea carierei”

Materialul propus în acest modul este structurat în proiecte didactice și poate fi valorificat în minimum 8 ore la fiecare clasă. Proiectele didactice pot fi aplicate integral, sau parțial.

În cazul aplicării parțiale, cadrele didactice vor decide care este volumul optim de informație și sarcini pentru elevii lor și apoi vor restructura demersul didactic, ținând cont de mesajul temei, metodologia axată pe cadrul de învățare și gândire Evocare/Realizarea sensului/Reflecție/Extindere, cadru care oferă contextul metodologic pentru dezvoltarea competențelor.

Recomandările privind activitatea profesorului sunt corelate cu finalitățile activității proiectate pentru elevi (materialele suport pentru elevi). Misiunea profesorilor de educație civică este de a organiza activități de ghidare în carieră a elevilor și a-i susține în procesul de proiectare a carierei, iar misiunea diriginților este de a continua acest proces în cadrul orelor de dirigenție care vor fi planificate și desfășurate în aceeași perioadă.

Pentru a eficientiza activitățile organizate, se va pune accent pe implicarea activă a elevilor, prin sarcini cu un pronunțat caracter aplicativ. Din aceste considerente, recomandăm monitorizarea procesului **de elaborare de către elevi a unui portofoliu „Sunt competent pentru a lua decizii de carieră!”**, în care vor fi incluse produsele activităților practice, cu preponderență cele rezultate din realizarea sarcinilor la rubrica **ACȚIONEAZĂ!**

MATERIALE PENTRU PROFESORI

elaborate în cadrul proiectului

"Reconceptualizarea orientării profesionale și consilierii în carieră"
(REVOCC)

Finalitate: Competența de proiectare a carierei

Competențe specifice:

1. Competența de autoevaluare a potențialului individual din perspectiva proiectării carierei
2. Competența de auto-informare/documentare privind oportunitățile de evoluție în carieră și perspectivele pieței muncii
3. Competența de realizare a marketingului personal și vocațional
4. Competența de a lua decizii privind traseul educațional și profesional în baza sistemului de atitudini și valori

CUPRINS

Nr	Teme	Nr de ore	Pagina
1	EU ȘI SPECTRUL DE PREFERINȚE PROFESIONALE	1	9
2	OFERTELE EDUCAȚIONALE ALE SISTEMULUI DE ÎNVĂȚĂMÂNT DIN RM	1	10
3	COMPETENȚELE CHEIE ȘI CARIERA	1	12
4	APTITUDINI, ASPIRAȚII, SCOPURI ÎN FORMAREA TRASEULUI DE PROIECTARE A	1	13
5	DEZVOLTAREA REȚELEI SOCIALE (NETWORKING)	1	14
6	VOLUNTARIATUL ȘI TRASEELE PARALELE	1	16
7	CE TREBUIE SĂ CUNOSC DESPRE CARIERA: DEFINIRE, ASPECTE, STRATEGII	1	17
8	AUTOEVALUAREA PROPRIULUI JURNAL DE PLANIFICARE A CARIEREI	1	19

Acest material include proiecte didactice detaliate, dar noi Vă îndemnăm să utilizați recomandările în mod creativ – adaptând și ajustând proiectele în funcție de necesitățile elevilor, numărul de elevi în clasă și situațiile concrete care apar pe parcurs.

TEMA 1. EU ȘI SPECTRUL DE PREFERINȚE PROFESIONALE

COMPETENȚA DEZVOLTATĂ: Competența de autoevaluare a potențialului individual din perspectiva proiectării carierei

REZULTATE SCONTATE

Elevii vor fi motivați să participe activ la modulul “Dezvoltarea personală și proiectarea carierei”.

OBIECTIVE OPERAȚIONALE

La finele acestei lecții elevii vor fi capabili să:

- Manifeste interes pentru planificarea carierei și participarea activă la acest modul
- Formuleze scopuri/obiective ce țin de carieră: studii, profesie, ocupație
- Identifice domenii de interes personal în baza testului *Harta intereselor*

MESAJUL CHEIE

Sunt conștient/ă de faptul că Jurnalul personal de planificare a carierei este cel mai bun instrument pentru a-mi planifica pas cu pas cariera. Continui să revin la el ori de câte ori am nevoie și îl completez cu informații, gânduri/ reflecții personale etc.

SUGESTII PENTRU DEMERSUL DIDACTIC

EVOCAREA. 5-7 minute	
Metode, tehnici și forme de organizare a procesului	Activități de învățare organizate de către profesor/profesoară
Mini-prezentare Gândește (scrie)/ Perechi/Prezintă/discută Brainstorming/ Asalt de idei	<p>Profesorul/Profesoara</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Inițiază elevii în modulul axat pe “Dezvoltarea personală și proiectarea carierei”, prezentând succint temele/subiectele care urmează a fi abordate în cadrul acestuia, precum și modalitățile de lucru din cadrul modului, i.e. exerciții individuale, lucru în perechi, înregistrarea propriilor reflecții în Jurnalul personal, etc. 2. Accentuează importanța abordării subiectelor ce țin de planificarea carierei la această vârstă/etapă, și încurajează toți elevii să se implice activ, și să contribuie cu propriile lor experiențe, reflecții, schimb de idei în cadrul orelor date. 3. Realizează un brainstorming de idei utilizând următoarele întrebări: <ul style="list-style-type: none"> • Ce înțelegeți prin noțiunea de cariera? • Cum credeți, elevii, tinerii ar putea dezvolta cariera lor în perioada anilor de studii? • Cine din voi deja își dezvoltă sau proiectează cariera? 4. Invită elevii să facă un schimb de idei în plen, pe marginea termenului carieră, și cum simt/interpretează elevii acest termen, și care ar fi domeniile în care ei se văd dezvoltând o carieră. 5. Încurajează schimbul liber de idei/reflecții indicând că la această etapă elevii ar putea avea unele preferințe, care pe parcurs ar putea să se schimbe în dependență de mai mulți factori (studiile pe care le urmărim, dacă avem sau nu posibilitatea să testăm la modul practic anumite preferințe legate de viitoarea carieră, etc.). 6. Roagă elevii, să noteze individual, cel puțin 5 scopuri/obiective ce țin de viitor: de exemplu: studii pe care ai dori să le urmezi după liceu/colegiu, profesia pe care ai dori să o ai, și/sau domeniul în care te vezi în viitor. Pentru această sarcină sunt oferite aproximativ 5-7 minute. 7. Invită elevii să împărtășească în perechi ideile notate timp de 5 minute, precum și să discute aspectele care sunt comune sau cele care diferă. 8. Încurajează elevii, să reflecte asupra a cât de dificil sau din contra, ușor, a fost să formuleze scopurile proprii, și de ce? Aceasta din urma poate fi o discuție în plen de circa 7 minute.

REALIZAREA SENSULUI 15 minute	
Testul Harta intereselor	<p style="text-align: center;">Profesorul/Profesoara</p> <ol style="list-style-type: none"> Invită elevii să realizeze testul Harta Intereselor, respectând următoarele instrucțiuni: <ul style="list-style-type: none"> Încercuiește numărul afirmațiilor care denotă o activitate pe care o preferi, Notează în dreptul cifrelor cu X pe cele ce nu-ți plac, Iar cele care nu-ți induc nici un răspuns (nu poți decide dacă îți place sau nu) lăsa-le fără de a nota ceva
REFLECȚIA ȘI EXTINDEREA 10 minute	
Interpretarea rezultatelor testului Lucru individual	<p style="text-align: center;">Profesorul/Profesoara</p> <ol style="list-style-type: none"> Ghidează elevii să facă interpretarea rezultatelor testului Oferă câte 2 puncte pentru răspunsurile marcate cu + Oferă câte 1 punct pentru răspunsurile marcate cu – Calculează punctajul din coloane Oferă sprijinul necesar/răspunde la întrebările care apar din partea elevilor pe marginea interpretării rezultatelor. <i>Notă: până la finele acestei lecții este important ca elevii să-și afle preferințele proprii pentru profesie/profesii.</i> <i>Dacă această activitate este finisată cu succes și rămâne încă timp (în jur de 5-7 minute), profesorul incurajează elevii să realizeze una-două din sarcinile, descrise mai jos. În caz contrar, elevii sunt încurajați să realizeze sarcinile acasă.</i> <ul style="list-style-type: none"> Revino la lista ta inițială de scopuri/obiective și analizează în ce măsură acestea rezonează cu rezultatele Testului Harta Intereselor. A apărut vreo direcție nouă pe lista ta? Care? Formulează cel puțin încă 5 scopuri/obiective noi ce țin de viitoarele tale studii, profesie, etc. Oferă mai multe explicații (inclusiv făcând trimitere la sarcina din materialele pentru elev la tema dată) cu referire la sarcina pentru acasă, adică sarcinile de la rubrica ACȚIONEAZĂ! Prezintă mai multe detalii cu referire la prima sarcină din acest modul, și anume: Începe un Jurnal personal de planificare a carierei, în care să treci toate scopurile/obiectivele ce țin de viitoarea ta profesie, carieră și studii pe care ai dori să le urmezi. Pentru fiecare dintre scopuri/obiective notează-ți exemple concrete, cum ar fi denumirea instituțiilor de învățământ, ofertele acestora în termeni de programe /durata studiilor ; numele persoanelor care ar putea să te ghideze, inspire sau ajute, etc. Încearcă să descrii în mici detalii tot de ce ai nevoie pentru atingerea acestor scopuri/obiective, precum și realizarea pas cu pas a ceea ce-ți propui. Încurajează elevii să utilizeze materialele pentru elev, inclusiv la realizarea temei pentru acasă.

TEMA 2. OFERTELE EDUCAȚIONALE ALE SISTEMULUI DE ÎNVĂȚĂMÂNT DIN REPUBLICA MOLDOVA

COMPETENȚA DEZVOLTATĂ: Competența de auto-informare/documentare despre oportunitățile de evoluție în carieră și perspectivele pieței muncii

REZULTATE SCONTATE

Elevii vor identifica diferențele esențiale dintre ofertele educaționale existente în RM

OBIECTIVE OPERAȚIONALE

La finele acestei lecții elevii vor fi capabil să:

- Manifeste interes pentru un anumit tip de studii după absolvirea liceului
- Formuleze preferințele proprii în termeni de studii/educație necesare pentru viitoarea profesie/și sau dezvoltarea carierei

- Identifice care studii sunt mai potrivite pentru el/ea în dependență de preferințele/interesele personale

MESAJUL CHEIE

Sunt informat/ă despre ofertele educaționale existente în RM, și vreau să aleg/să urmez acele studii care se potrivesc cel mai bine cu interesele/preferințele mele

SUGESTII PENTRU DEMERSUL DIDACTIC

EVOCARE Până la 15 minute	
Metode, tehnici, forme de organizare a procesului	Activități de învățare organizate de către profesor/profesoară
Lucru în perechi	<p>Profesorul/Profesoara</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Readuce aminte elevilor despre sarcina pentru acasă, care presupunea, pe lângă identificare de scopuri/obiective ce țin de dezvoltarea carierei: studii/profesii și identificarea instituțiilor de învățământ relevante. 2. Încurajează elevii să discute în perechi și să împărtășească următoarele: <ul style="list-style-type: none"> • Lista Instituțiilor relevante pentru viitoarele studii și profesii? De ce anume aceste instituții? Ce programe oferă și cum ele răspund intereselor specifice ce țin de viitoarea profesie? • Discută cu colegul/colega dacă ai avut dificultăți la întocmirea acestei liste? Ce dificultăți anume? 3. Notează denumiri de instituții sau tipul de studii pe tablă în timp ce elevii prezintă în plen ideile discutate în perechi.
Activitate frontală	
REALIZAREA SENSULUI. 20 minute	
Graficul T	<p>Profesorul/Profesoara</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. invită elevii să lectureze materialul la tema dată și explică elevilor modalitatea de lucru asupra informației: <ul style="list-style-type: none"> • Faceți un tabel în caietul de lucru • Într-o rubrică veți nota avantajele/în alta dezavantaje • În timpul lecturării textului, notați avantajele și dezavantajele pentru fiecare tip de studii/ofertă educațională din RM, reieșind din aspirațiile/interesele proprii. 5. Monitorizează procesul de lucru asupra informației și, la necesitate, se apropie de elevi.
REFLECȚIA ȘI EXTINDEREA. 10 minute	
Gândește/perechi/prezintă	<p>Profesorul/Profesoara</p> <ol style="list-style-type: none"> 6. Invită elevii să lucreze individual asupra următoarei sarcini: <ul style="list-style-type: none"> • Pentru ce studii ai opta după absolvirea liceului, reieșind din preferințele sau aspirațiile tale profesionale și din avantajele/dezavantajele identificate? • Ți-ai reconfirmat preferințele inițiale, sau, după lecturarea textului de mai sus, au apărut și alte idei? 7. Invită elevii să realizeze în perechi următoarea sarcină: <ul style="list-style-type: none"> • Discută cu colegul/colega despre ce fel de suport/ghidare ai avea nevoie în ceea ce privește alegerea/continuarea studiilor? Cine ar putea să ofere? 8. Explică tema pentru acasă. <p>Identifică, (cu ajutorul profesorului/colegilor de clasă, prietenilor, inclusiv prin intermediul rețelelor de socializare), și notează în jurnalul tău, persoane care au absolvit instituția la care și tu ți-ai dori să continui studiile, etc. Găsește cât mai multe detalii despre instituția/facultatea la care dorești să înveți și notează-le în jurnal.</p>

TEMA 3. COMPETENȚELE CHEIE ȘI CARIERA

COMPETENȚA DEZVOLTATĂ: Competența de autoevaluare a potențialului individual din perspectiva proiectării carierei

REZULTATE SCONTATE

Elevii vor înțelege ce înseamnă competențe cheie și vor identifica soluții proprii pentru a le dezvolta.

OBIECTIVE OPERAȚIONALE

La finele acestei lecții elevii vor fi capabili să:

- Manifeste interes pentru dezvoltarea în continuare a competențelor-cheie
- Planifice acțiuni/măsurile concrete de dezvoltare a competențelor cheie
- Identifice competențe cheie pe care le posedă și cele care trebuie dezvoltate

MESAJUL CHEIE

Sunt conștient/ă de faptul că dețin anumite competențe cheie, iar pentru a putea excela pe parcursul vieții trebuie să dezvolt toate competențele cheie

SUGESTII PENTRU DEMERSUL DIDACTIC

EVOCAREA. 10 minute	
Metode, tehnici și forme de organizare a procesului	Activități de învățare organizate de către profesor/profesoară
Gândește plenar - împărtășește	<p>Profesorul/Profesoara</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Realizează o scurtă introducere, făcând trimitere la Jurnalul personal și la faptul că în acesta, este timpul deja să se regăsească și exemple specifice de acțiuni care pot contribui la dezvoltarea competențelor cheie de care avem nevoie pentru a avea succes în carieră: atât la studii cât și în viitoarea profesie . 2. Invită elevii să gândească și să noteze în caietul de lucru următoarele cum înțeleg cuvântul/termenul competență. 3. Invită elevii să discute în perechi, să facă schimb de idei și să ofere 1-2 exemple de competențe pe care trebuie să le aibă o persoană pentru a avea succes. 4. Încurajează elevii să împărtășească în plen ideile/reflecțiile personale referitor la termenul competență, și exemple de competențe necesare pentru a avea succes.
REALIZAREA SENSULUI. 20 minute	
Lectură cu semne	<p>Profesorul/Profesoara</p> <ol style="list-style-type: none"> 5. Invită elevii să studieze materialul la tema dată și să noteze, cu creionul pe câmp, întrebările care apar în timpul studierii/citirii materialului. 6. La fel, profesorul încurajează elevii să marcheze cu + competența cheie pe care ei o consideră bine dezvoltată.
REFLECȚIA ȘI EXTINDEREA. 15 minute	
Completarea tabelului	<ol style="list-style-type: none"> 7. Invită elevii, după lecturarea materialului, să noteze exemple de acțiuni/activități concrete care contribuie la dezvoltarea competențelor-cheie, precum și exemple de măsuri care pot fi întreprinse pe parcursul anului școlar pentru a le îmbunătăți/perfecta.
Discuții în plen	<ol style="list-style-type: none"> 8. Încurajează discuții în plen, în cadrul cărora elevii împărtășesc exemple proprii de acțiuni pentru a dezvolta anumite competențe-cheie. 9. Propune elevilor să continue lucrul asupra tabelului acasă și le explică necesitatea de a corela identificarea competențelor care trebuie dezvoltate cu viitoarea profesie.

TEMA 4. APTITUDINI, ASPIRAȚII, SCOPURI ÎN PROIECTAREA CARIEREI

COMPETENȚA DEZVOLTATĂ: Competența de autoevaluare a potențialului individual din perspectiva proiectării carierei

REZULTATE SCONTATE

Elevii vor înțelege diferențele dintre aptitudini și abilități, vor valorifica abilitățile transferabile în contextul proiectării carierei.

OBIECTIVE OPERAȚIONALE

La finele acestei lecții elevii vor fi capabili să:

- Conștientizeze valoarea propriilor aptitudini și abilități
- Formuleze sarcini pentru dezvoltarea abilităților ce țin de carieră
- Explice noțiunile: aptitudini, abilități, abilități transferabile

MESAJUL CHEIE

Îmi cunosc aptitudinile și abilitățile asupra cărora trebuie să lucrez pentru a avea succes în carieră

SUGESTII PENTRU DEMERSUL DIDACTIC

EVOCAREA. 10 minute	
Metode, tehnici și forme de organizare a procesului	Activități de învățare organizate de către profesor/profesoară
Gândește/perechi/prezintă	<ol style="list-style-type: none"> 1. Invită elevii să realizeze răspundă individual la următoarele întrebări: <ul style="list-style-type: none"> • Cum sunt eu? Cum mă percep pe mine însumi? (însușiri pozitive) • Ce îmi place să fac? Ce pot să fac? Ce știu să fac? 2. Încurajează elevii să împărtășească în perechi ideile notate și să discute aspecte comune și aspecte care îi diferențiază. 3. Va face un scurt sumar al discuțiilor accentuând că fiecare persoană, descoperă, pe parcursul vieții, că poate realiza multe lucruri: unele cu foarte mare plăcere, iar altele cu mai puțină tragere de inimă. De ce se întâmplă așa? Este important să ne cunoaștem propriile aptitudini și abilități, iar textul propus pentru lectură vine să ofere mai multă claritate în acest sens.
REALIZAREA SENSULUI. 25 minute	
Lectură ghidată (tehnica adaptată)	<ol style="list-style-type: none"> 4. Invită elevii să citească textul propus în următorul fel: Pe rând, elevii care doresc, citesc anumite părți de text în voce tare, iar după fiecare parte profesorul formulează fie întrebări de clarificare, fie oferă exemple concrete, sau invită elevii să vină cu propriile exemple. De ex. după partea Aptitudinile sunt talentele naturale cu care te-ai născut. Unele aptitudini se manifestă devreme în viața ta, altele pot să rămână ascunse, pentru că ocazia de a le utiliza nu a fost până la moment. Profesorul poate formula următoarele exemple de întrebări pentru a menține atenția și motivația elevilor pentru subiect: <ul style="list-style-type: none"> - Care aptitudini s-au manifestat sau se manifestă deja la voi? Ce puteți face cel mai bine? La ce vă este mai dificil să lucrați? După textul care ține de tipul de aptitudini: Generale - însușiri care se mai numesc și aptitudini intelectuale generale, întrucât se referă la memorie, atenție, spirit de observație, inteligență. Speciale, care condiționează succesul în domenii de activitate specializate cum ar fi:

	<ul style="list-style-type: none"> - senzoriale (muzică, pictură) - tehnice (inginerie, construcții, mecanică) - psiho-motorii (sport, dans, conducere a autovehiculelor) - de conducere și organizare (management, politică) <p>5. Poate invita elevii să vină cu exemple mai concrete de aptitudini speciale, astfel, și clasa (care deja se cunoaște destul de bine), poate re-confirma anumite aptitudini speciale în rândul elevilor.</p> <p>6. Va proceda la fel cu fiecare parte din text, citită de elevi în voce tare.</p>
REFLECȚIA ȘI EXTINDEREA. 10 minute	
Lucru în perechi	<p>7. Invită elevii să realizeze în perechi următoarea discuție:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ce abilități (inclusiv din cele transferabile) folosiți frecvent? • Ce abilități folosiți cu plăcere, natural? Le considerați importante pentru voi? • Prin ce vă deosebiți de alte persoane când folosiți/aplicați anumite abilități? <p>8. Încurajează elevii să împărtășească ideile discutate în perechi, și trage anumite concluzii/reflecții împreună cu elevii. Profesorul va accentua că fiecare persoană este unică, cu tot bagajul de abilități pe care îl are și este extrem de important ca unicitatea fiecăruia din noi să fie valorificată la maximum, pentru a crea context/motivație pentru dezvoltare/excelare în continuare. Oamenii trebuie să fie încurajați/susținuți să se dezvolte permanent, doar așa putem evolua și avea succes.</p> <p>9. Explică sarcina pentru acasă, care presupune notarea în continuare în Jurnalul personal a unor lucruri care țin de <i>Ce dorești să realizezi pe parcursul acestui an, pe lângă activitățile legate de liceu/studii? Notează cel puțin 20 de exemple de activități/scopuri. Ce abilități ai vrea să dezvolți și ce trebuie să înveți/studiezi pentru a le dezvolta?</i></p>

TEMA 5. DEZVOLTAREA REȚELEI SOCIALE (NETWORKING)

COMPETENȚA DEZVOLTATĂ: Competența de informare/privind oportunitățile de evoluție în carieră și perspectivele pieței muncii/ Competența de realizare a marketingului personal și vocațional.

REZULTATE SCONTATE

Elevii vor conștientiza valoarea rețelei sociale, a prietenilor și/sau a persoanelor– resursă, pentru dezvoltarea carierei

OBIECTIVE OPERAȚIONALE

La finele acestei lecții elevii vor fi capabil să:

- Manifeste interes pentru networking-ul social
- Identifice prieteni, persoane-resursă care să fie valoroase pentru procesul de planificare a carierei
- Înțeleagă tehnici de menținere și dezvoltare a rețelei sociale

MESAJUL CHEIE

Sunt conștient/ă de faptul că networking-ul social este extrem de important acum și în viitor, și voi depune maximum efort să dezvolt relații cu persoane care ar putea aduce o valoare adăugată în procesul de planificare a carierei

SUGESTII PENTRU DEMERSUL DIDACTIC

EVOCARA. 15 minute	
Metode, tehnici și forme de organizare a procesului	Activități de învățare organizate de către profesor/profesoară

TEMA 6. VOLUNTARIATUL ȘI TRASEELE PARALELE

COMPETENȚA DEZVOLTATĂ: Competența de informare privind oportunitățile de evoluție în carieră și perspectivele pieței muncii/ Competența de realizare a marketingului personal și vocațional.

REZULTATE SCONTATE

Elevii vor fi motivați să identifice activități de voluntariat pe care să le realizeze în timpul liber

OBIECTIVE OPERAȚIONALE

La finele acestei lecții elevii vor fi capabili să:

- Manifeste dorință pentru a începe o activitate de voluntariat (sau de a continua una începută deja)
- Identifice domenii în care ar putea realiza activitatea de voluntariat
- Cunoaște aspecte ce țin de activitatea de voluntariat pe care le pot realiza.

MESAJUL CHEIE

Vreau să testez abilitățile conexe profesiei alese și să fiu util/ă comunității în care trăiesc prin realizarea activităților de voluntariat

SUGESTII PENTRU DEMERSUL DIDACTIC

EVOCAREA. 15 minute	
Metode, tehnici și forme de organizare a procesului	Activități de învățare organizate de către profesor/profesoară
Gândește/perechi/ prezintă Ș-V-Î	<p>Profesorul/Profesoara</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Începe lecția cu o retrospectivă a celei precedente și anume a sarcinii pentru acasă. Elevii au identificat oamenii din anturajul lor, care ar putea fi persoane-resursă pentru aspirațiile legate de viitoarea profesie, sau studii. 2. Apoi accentuează că pe parcursul orelor, elevii au reușit să identifice aptitudini și abilități forte, și chiar să identifice anumite profesii care li s-ar potrivi mai bine. Elevii sunt întrebați cum au decis, în baza la ce au decis că li se potrivesc aceste profesii. 3. Invită elevii să discute în perechi următoarele aspecte: <ul style="list-style-type: none"> • <i>Ce activități de voluntariat ai putea să realizezi în timpul studiilor la liceu care sunt direct sau indirect conexe cu viitoarea ta profesie?</i> <i>Ce instituții din localitatea ta au deja experiență de lucru cu voluntarii?(dacă sunt astfel de instituții)</i> 4. Invită elevii să împărtășească ideile lor în plen. 5. Poate utiliza următorul text ca și introducere în subiectul lecției date, și drept invitație spre a lectura textul de către elevi. <p>Ești abia la vârsta adolescenței? Bucură-te! Și ține minte că aceasta este vârsta la care începi să pui cărămizi la viitorul tău. E vremea în care te dezvolți! Iar dezvoltarea începe cu explorarea. Ești tânăr/ă, debordezi de energie, visuri și idei. Acum e timpul să descoperi lumea și oportunitățile ei. Și să te proiectezi în viitorul tău profesional. Ce vreau să fiu? Încotro trebuie să mă îndrept pentru a-mi îndeplini visul? Nu ai încă răspunsuri concrete la aceste întrebări? Nici o problemă, este chiar bine să fii deschis către mai multe variante înainte de a lua marea decizie. Există mai multe modalități prin care poți testa diverse opțiuni de carieră, să-ți valorifici cunoștințele dobândite în școală, să deprinzi abilități practice, să te familiarizezi cu mediul de lucru și să cunoști oameni și perspective noi. Toate aceste beneficii pot fi valorificate prin activitatea de voluntariat.</p>

REALIZAREA SENSULUI. 15 minute	
Lucru individual asupra textului/ notarea aspectelor cheie	<p>Profesorul/Profesoara</p> <p>6. Invită elevii să studieze materialul propus la tema dată. În timp ce studiază informația, elevii sunt încurajați să-și noteze în caiete aspectele care sunt importante pentru ei. De ex. aspecte legale, sau exemple de activități de voluntariat, etc. Elevii sunt încurajați să facă cunoștință și cu cele 2 istorii a tinerilor de succes, descrise în material.</p>
REFLECȚIA ȘI EXTINDEREA. 15 minute	
	<p>Profesorul/Profesoara</p> <p>7. Invită elevii să noteze, individual, exemple de activități de voluntariat pe care ei ar dori să le realizeze, precum și să identifice beneficiile activității de voluntariat pentru dezvoltarea carierei lor (cel puțin trei beneficii).</p> <p>8. Încurajează elevii să discute în perechi și să identifice <i>exemple de organizații din comunitate care pot accepta elevi în calitate de voluntari sau stagiați, în “umbra unui angajat”</i>. <i>Discutați despre ce doriți fiecare dintre voi să învățați din această experiență și cum acest lucru vă va ajuta în viitor.</i></p> <p>9. Invită elevii să împărtășească exemplele de organizații identificate, și face un sumar al lecției încurajând pe fiecare să devină mai activ implicat în activități de voluntariat.</p> <p>10. Explică sarcina pentru acasă, care presupune formularea și notarea în Jurnalul personal, a unui argument în patru pași, conform algoritmului propus în materialul pentru elev, cu referință la decizia de a deveni voluntar.</p>

TEMA 7. CE TREBUIE SĂ CUNOSC DESPRE CARIERĂ: DEFINIRE, ASPECTE, STRATEGII

COMPETENȚA DEZVOLTATĂ: Competența de informare privind oportunitățile de evoluție în carieră și perspectivele pieței muncii/ Competența de a lua decizii privind traseul educațional și profesional în baza sistemului de atitudini și valori

REZULTATE SCONTATE

Elevii sunt capabili să definească termenul de carieră, să identifice strategii potrivite pentru dezvoltarea/planificarea propriei cariere, să înțeleagă noțiunea de identitate vocațională și să-și determine stilul decizional privind cariera.

OBIECTIVE OPERAȚIONALE

La finele acestei lecții elevii vor fi capabil să:

- Demonstreze interes pentru a dezvolta cariera într-un domeniu sau altul în baza algoritmilor/ pașilor propuși
- Aplice strategii de dezvoltare a carierei în dependență de interesele proprii
- Definească corect noțiunile de carieră, stiluri decizionale cu privire la carieră, identitate vocațională

MESAJUL CHEIE

Vreau să am o carieră de succes și întreprind pași concreți pentru a o planifica corect, interesant și plăcut – nu las cariera mea în voia sorții!

SUGESTII PENTRU DEMERSUL DIDACTIC

EVOCARA. 5-7 minute	
Metode, tehnici și forme de organizare a procesului	Activități de învățare organizate de către profesor/profesoară
	<p>Profesorul/Profesoara</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Invită elevii să împărtășească succint dacă au reușit să identifice pentru sine oportunități de a face /realiza activități de voluntariat (ca parte a temei pentru acasă). Doi, trei elevi vor fi invitați să împărtășească succint realizările. 2. Accentuează că activitățile de voluntariat contribuie la alegerea mai corectă/documentată a viitoarei profesii și a domeniului în care avem interes să ne dezvoltăm cariera. 3. Invită elevii la un asalt de idei privind termenul <i>carieră</i>. (<i>Ce înțelegeți, ce înseamnă pentru voi cuvântul carieră/</i>) 4. Notează toate ideile pe tablă/poster.
REALIZAREA SENSULUI. 15 minute	
JIGSAW (adaptat)	<ol style="list-style-type: none"> 5. Invită elevii să studieze materialul propus la tema dată. Împarte elevii în grupurile A, B, C, D, E, F – adică 6 la număr. Notă – fiecare profesor decide cum este mai comod să divizeze elevii în grupuri. 6. Apoi alocă pentru fiecare grup o literă și distribuie sarcina pentru studierea materialului propus. Fiecare grup va analiza un aspect: <ol style="list-style-type: none"> a) Grupul A - Definiții privind cariera b) Grupul B - Strategiile de carieră c) Grupul C - Decizia privind cariera d) Grupul D - Etapele cheie ale deciziei cu privire la carieră e) Grupul E - Stiluri decizionale f) Grupul F - Succesul în dezvoltarea unei cariere Fiecare grup are la dispoziție 5 minute să citească textul alocat. 7. Invită fiecare grup să pregătească (timp de 10 minute) o scurtă prezentare a celor studiate/lecturate (3 minute per prezentare). Scopul este ca prezentarea să fie clară și practică pentru restul grupurilor. În realizarea prezentării este bine ca grupul să implice toți membrii săi/nu doar o persoană care prezintă. 8. Încurajează elevii să fie creativi în modul în care fac prezentarea.
REFLECȚIA ȘI EXTINDEREA. 25 minute	
Prezentări ale grupurilor Întrebări/ Răspunsuri	<p>Profesorul/Profesoara</p> <p>Invită pe rând fiecare grup timp de 3 minute să realizeze prezentarea. După fiecare prezentare, grupul are 1 minut pentru a răspunde la întrebări din partea colegilor. Monitorizează strict timpul. Poate folosi o fișă pe care să indice minutele rămase. De ex. 2 minute rămase, 1 minut și 0. Asta va ajuta elevii care prezintă să se mobilizeze și să se încadreze în timp.</p> <p>Va mulțumi pentru prezentări și va atrage atenția asupra temei pentru acasă și anume de a veni la lecția următoare cu Jurnalul personal completat cât se poate de bine/detailat.</p>

TEMA 8. AUTOEVALUAREA PROPRIULUI JURNAL DE PLANIFICARE A CARIEREI

COMPETENȚA DEZVOLTATĂ: Competența de autoevaluare a potențialului individual din perspectiva proiectării carierei

REZULTATE SCONTATE

Elevii vor evalua Jurnalul de proiectare a carierei

OBIECTIVE OPERAȚIONALE

La finele acestei lecții elevii vor fi capabili să:

- Demonstreze interes pentru a continua lucrul asupra Jurnalului de proiectare a carierei
- Formuleze scopuri noi, completând fișa de evaluare a Jurnalului de proiectare a carierei
- Identifice modalitatea de completare a rubricilor din fișa de Evaluare

MESAJUL CHEIE

Sunt conștient/ă de faptul că Jurnalul personal de planificare a carierei este cel mai bun instrument pentru a-mi planifica pas cu pas cariera. Continui să revin la el ori de câte ori am nevoie și îl completez cu informații, gânduri/ reflecții personale etc.

SUGESTII PENTRU DEMERSUL DIDACTIC

EVOCAREA. 5 minute	
Metode, tehnici, forme de organizare a procesului	Activități de învățare organizate de către profesor/profesoară
	<p>Profesorul/Profesoara</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Reamintește elevilor că la această ultimă lecție din modul, vor face o analiză a propriului Jurnal de proiectare a carierei, în baza unei fișe de evaluare. Evaluarea va permite o înțelegere mai bună a propriilor realizări în cadrul acestui modul, și o conștientizare a aspectelor la care trebuie de lucrat în continuare. 2. Explică esența rubricilor din Fișa de Evaluare.
REALIZAREA SENSULUI. 25 minute	
Completarea Fișei de evaluare	<p>Profesorul/Profesoara</p> <p>Individual, elevii completează Rubricile din Fișa de Evaluare.</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. Monitorizează și urmărește ca fiecare elev să completeze fiecare rubrică. Astfel, să poată vedea cine și la ce etapă este, și de ce sprijin ar mai avea nevoie.
REFLECȚIA ȘI EXTINDEREA. 15 minute	
Discută-perechi-prezintă	<p>Profesorul/Profesoara</p> <p>Invită elevii să discute în perechi pentru a-și împărtăși din experiența de completare a fișei și a Jurnalului. Elevii sunt încurajați să discute aspectele pentru care au nevoie de susținere/ ajutor sau pentru care le-a fost dificil să identifice exemple concrete de acțiuni.</p> <p>Va face un sumar al acestei ore, va mulțumi elevilor pentru participare activă, încurajându-i să continue să completeze Jurnalul, iar în cazul în care și-au început o activitate de voluntariat, să documenteze următoarele aspecte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “lucrurile care îți plac cel mai mult să le faci - lucrurile care îți aduc mai puțină satisfacție - aspecte despre care trebuie să mai înveți pentru a le putea face mai bine - de ce sprijin, suport ai nevoie pentru a putea excela, deveni mai bun/bună în ceea ce ai început să faci”.

MATERIALE PENTRU ELEVII CLASEI A X-a

elaborate în cadrul proiectului
 ”Reconceptualizarea orientării profesionale și consilierii în carieră”
 (REVOCC)

CUPRINS

Nr	Teme	Nr de ore	Pagina
TEMA 1.	EU ȘI SPECTRUL DE PREFERINȚE PROFESIONALE	1	22
TEMA 2.	OFERTELE EDUCAȚIONALE ALE SISTEMULUI DE ÎNVĂȚĂMÂNT DIN RM	1	30
TEMA 3.	COMPETENȚELE CHEIE ȘI CARIERA	1	32
TEMA 4.	APTITUDINI, ASPIRAȚII, SCOPURI ÎN PROIECTAREA CARIEREI	1	35
TEMA 5.	DEZVOLTAREA REȚELEI SOCIALE (NETWORKING)	1	37
TEMA 6.	VOLUNTARIATUL ȘI TRASEELE PARALELE	1	39
TEMA 7.	CE TREBUIE SĂ CUNOSC DESPRE CARIERĂ: DEFINIRE, ASPECTE, STRATEGII	1	42
TEMA 8.	AUTOEVALUAREA PROPRIULUI JURNAL DE PLANIFICARE A CARIEREI	1	46

TEMA 1. EU ȘI SPECTRUL DE PREFERINȚE PROFESIONALE

MESAJUL CHEIE

Îmi pasă de viitorul meu și sunt motivat/ă să aflu mai multe despre cum îl pot proiecta mai bine, inclusiv cu ajutorul Jurnalului personal de planificare a carierei.



IMPLICĂ-TE!

Ce înțelegeți prin noțiunea de *carieră*? Cum credeți, elevii, tinerii ar putea dezvolta cariera lor în perioada anilor de studii? Cine din voi deja își dezvoltă sau proiectează cariera?

Discută împreună cu colegii tăi și contribuie cu ideile proprii!

Individual, notează cel puțin **5 scopuri/obiective** legate de viitorul tău: i.e. studii pe care ai dori să le urmezi după liceu/colegiu, profesia pe care ți-ai dori să o ai, și/sau domeniul în care te vezi pe viitor.

Împărtășește cu colegul/colega ideile notate. Discutați aspectele care sunt comune sau cele care diferă. Cât de dificil sau din contra, ușor, a fost să formulați scopurile. Cum credeți, de ce?



INFORMEAZĂ-TE ȘI PROCESEAZĂ INFORMAȚIA!

Realizează testul "Harta Intereselor"

Instrucțiuni:

- Marchează cu + afirmațiile ce descriu activități plăcute
- Marchează cu - afirmațiile ce descriu activități ce nu-ți plac
- Iar în drept cu cele la care nu poți decide dacă îți place sau nu,

pune un semn de întrebare

Îmi place, îmi plac, as vrea, mi-ar plăcea ...

Nr.	Afirmația	+ îmi place - nu-mi place ? nu știu, nu-s sigur/sigură
1.	Să rezolv exerciții și probleme matematice, să fac calcule	
2.	Să pregătesc soluții, să produc reacții chimice	
3.	Să cunosc particularitățile proceselor fiziologice la diverse organisme	
4.	Să adun o colecție de minerale	
5.	Să confecționez modele de avioane, nave maritime, automobile	
6.	Să realizez activități cu instalații de măsurare și experimentale	
7.	Să citesc opere din literatura clasică și contemporană	
8.	Să citesc cărți despre activitatea poliției, romane detectiv	
9.	Să cunosc istoria artelor în țara noastră	
10.	Să citesc cărți despre problemele tinerilor și adolescenților, despre educație	
11.	Să citesc despre munca medicilor, diverse publicații cu conținut medical	

12.	Să aduc în ordine lucrurile din casă, să amenajez cât mai comod o cameră	
13.	Să citesc cărți despre acțiuni militare	
14.	Să ascult muzică clasică	
15.	Să citesc despre viața și activitatea pictorilor renumiți	
16.	Lecțiile de matematică	
17.	Să rezolv probleme la chimie	
18.	Să studiez structura anatomică a plantelor	
19.	Să citesc despre diferite țări, economia și organizarea lor statală	
20.	Să citesc reviste tehnice	
21.	Să citesc articole despre realizările în domeniul radiotehnicii	
22.	Să analizez, să compar și să apreciez opere literare	
23.	Să știu multe despre legislația diferitor state	
24.	Să studiez istoria orașului, statului, țării mele	
25.	Să le ajut colegilor care au dificultăți în asimilarea materialului	
26.	Lecțiile de anatomie	
27.	Să alcătuiesc și să completez cartoteci, liste ale unor obiecte	
28.	Să examinez arme, tehnică militară	
29.	Să ascult muzică contemporană	
30.	Să vizitez muzee, expoziții	
31.	Să învăț conținuturi matematice, să fiu elev în clasă cu orientare matematică	
32.	Lecțiile de chimie	
33.	Să citesc cărți despre plante și animale	
34.	Să petrec o vară într-o expediție geologică	
35.	Să aflu mai multe lucruri despre realizările tehnico-științifice	
36.	Să frecventez un cerc radiotehnic	
37.	Să citesc articole de critică literară și publicistică	
38.	Să studiez despre politica și organizarea social-politică a statelor din lume	
39.	Să citesc cărți istorice	
40.	Să înlocuiesc învățătorul/învățătoarea în clasele primare	
41.	Să citesc despre descoperirile din domeniul medicinei	
42.	Să fiu cel/cea care este responsabil/ă de alimentare în marșuri turistice	
43.	Lecțiile de cultură fizică	
44.	Să învăț la școala muzicală	

45.	Să învăț la școala de pictură	
46.	Să rezolv probleme la algebră	
47.	Să fac experiențe chimice	
48.	Lecțiile de botanică, zoologie, anatomie	
49.	Să aflu despre descoperirea unor zăcăminte noi	
50.	Să analizez scheme și desene tehnice	
51.	Să repar obiecte electrice de uz casnic	
52.	Să scriu versuri, proză	
53.	Să comunic colegilor știri politice interesante	
54.	Să privesc filme despre istoria diferitor țări	
55.	Să alcătuiesc referate, comunicări și să le prezint în fața elevilor din clasele mai mici	
56.	Să îngrijesc și să ajut persoanele bolnave	
57.	Să-i ajut colegului să-și aleagă în magazin o haină care-i stă bine	
58.	Să particip la jocuri, marșuri, exerciții militare	
59.	Să recit, să cânt în scenă	
60.	Să pregătesc un panou, o expoziție, un ziar de perete	
61.	Să rezolv probleme la geometrie	
62.	Să scriu formulele reacțiilor chimice	
63.	Să privesc prin microscop la țesuturi, să observ microorganismele	
64.	Lecțiile de geografie	
65.	Să montez și să repar diverse mecanisme (bicicleta, mașina de spălat etc.)	
66.	Să montez și să repar aparatura radiofonică	
67.	Să studiez geneza cuvintelor, a aforismelor	
68.	Să prezint referate, comunicări în fața unui auditoriu	
69.	Să cercetez cultura antică în expediții arheologice	
70.	Să fiu învățător în clasele primare	
71.	Să fac un pansament, să acord un ajutor medical în cazul unei traume	
72.	Să prestez servicii oamenilor	
73.	Să practic sportul	
74.	Să cânt la un instrument muzical	
75.	Să fac desene în creion, cariocă, acuarelă	
76.	Să citesc literatură popular-științifică despre descoperirile în matematică și matematicienii iluștri	
77.	Să frecventez cerc de chimie, să particip la olimpiade de chimie	

78.	Să am grijă de plante, animale, să observ cum cresc	
79.	Să particip la marșuri turistice de durată, în cadrul cărora se îndeplinește un program complex de acțiuni	
80.	Lecțiile de educație tehnologică	
81.	Să citesc scheme electronice complicate	
82.	Să analizez texte literare cu dicționarul	
83.	Să citesc în ziare și să privesc la televizor programe despre evenimentele politice	
84.	Să studiez legile dezvoltării istorice a omenirii	
85.	Să mă ocup cu copiii mici, să le povestesc și să le citesc cărți	
86.	Să fiu grijuliu cu oamenii	
87.	Să dau dovadă de tact, tărie de caracter în comunicare	
88.	Să studiez istoria diferitor conflicte militare și biografii ale conducătorilor de oști	
89.	Să privesc spectacole televizate, să merg la teatru	
90.	Să fac cunoștință cu opere de artă - pictură, sculptură etc.	
91.	Să frecventez un cerc de matematică, să particip la olimpiade matematice	
92.	Să aflu știri despre realizările de ultimă oră în domeniul chimiei (din reviste, de la televizor)	
93.	Să frecventez un cerc la biologie și să fac experimente cu plante și animale	
94.	Să desenez hărți geografice și geologice	
95.	Să conduc un automobil și să-l pot repara	
96.	Lecțiile de fizică	
97.	Să scriu texte literare	
98.	Să discut pe teme politice	
99.	Să compar obiceiurile și tradițiile diferitor popoare, să studiez istoria culturilor	
100.	Să-mi analizez faptele, comportamentul în comunicare cu alte persoane	
101.	Să citesc dicționare și îndrumare medicale	
102.	Să mă ocup de ameliorarea condițiilor de muncă	
103.	Să practic sportul și să particip la competiții sportive	
104.	Să particip la diverse activități artistice	
105.	Să încrustez în lemn	
106.	Să realizez o muncă care-mi cere cunoștințe matematice	
107.	Să realizez o muncă care-mi cere cunoașterea principiilor și legităților proceselor chimice	
108.	Să realizez o muncă în aer liber	
109.	Să mă aflu mai mult timp în condiții de campanie, de expediție	

110.	Să realizez activități complexe tehnice, ce necesită precizie	
111.	Să lucrez în încăpere, realizând o sarcină cu efort fizic	
112.	Să realizez o activitate ce cere analiză, cugetare, capacități de exprimare a gândurilor	
113.	Să realizez o activitate care cere cunoașterea psihologiei omului, analiza obiectivă a comportamentului lui	
114.	Să realizez o activitate de analiză și comparare a cărților citite	
115.	Să realizez o muncă care cere tact, tărie de caracter, voință	
116.	Să realizez o activitate, ce cere dragoste față de oameni, afecțiune și receptivitate	
117.	Să mă ocup perseverent cu anumite categorii de persoane	
118.	Să realizez o activitate în care este nevoie de disciplină, capacitate de decizie, voință	
119.	Să realizez o activitate în care trebuie să te pregătești permanent de repetarea aceluiași acțiuni	
120.	Să observ în viață frumosul și să le ajut și altora să-l vadă	

Calcularea rezultatelor

- Oferă câte 2 puncte pentru răspunsurile marcate cu +
- Oferă câte 1 punct pentru răspunsurile marcate cu –
- Calculați punctajul pe coloane.

Interpretarea testului

În coloanele din tabelul ce urmează sunt prezentate preferințele pentru profesiile din anumite domenii

Numărul coloanei	Domeniul
I	Matematică
II	Chimie
III	Biologie
IV	Geologie, geografie
V	Modelare tehnică
VI	Fizică, electronică
VII	Psihologie, jurnalism, sociologie
VIII	Drept
IX	Istorie
X	Pedagogie, psihologie
XI	Medicină, asistență socială, psihologie clinică
XII	Economie, marketing, comerț
XIII	Militărie
XIV	Artă muzicală
XV	Artă plastică

Harta intereselor

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45
46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75
76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90
91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104	105
106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116	117	118	119	120
I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII	XIII	XIV	XV

	Domenii de studiu	Om-natură	Om-tehnică	Om-om	Om-sistem tehnic modern	Om-artă
1	Matematică	Cadastru, planificarea landşaftului	Programare, calculatoare, inginerie	Pedagogie	Programare, calculatoare	Design computerizat, arhitectură
2	Chimie	Ecologie, agricultură modernă	Inginerie, tehnologii chimice	Pedagogie	Cercetare, utilaje chimice moderne, farmacologie	Industria chimică
3	Biologie	Ecologie, landşaft floristic, agricultură modernă	Inginerie agricolă, inginerie silvică	Pedagogie, psihologie, medicină	Unele specialități medicale moderne: biomedicină, genetică etc.	Design al landşaftului
4	Geologie, geografie	Geologie, ecologie	Inginerie geologică	Pedagogie, economie	Planificare economică	Mineralogie, landşaft natural
5	Modelare tehnică		Inginerie	Pedagogie, Activități de dirijare a cercurilor tehnice.	Calculatoare, telefonie modernă	Design tehnic
6	Fizică, electronică		Micro-electronică, electrificare	Pedagogie	Programare, calculatoare	Tehnologii în domeniul luminilor, sunete; fotografie
7	Psihologie, jurnalistică, filosofie, sociologie, filologie	Psihoterapie netradițională, eseistică		Psihologie, jurnalistică, comunicare publică, filosofie, sociologie, filologie		Critică de artă și literatură, lingvistică
8	Drept	Ecologie, drept ecologic	Criminalistică	Juris-prudență, relații internaționale		Creație în domeniul literaturii artistice, scenografie
9	Istorie	Arheologie		Pedagogie, Cercetare istorică		Muzeografie, etnologie, etnografie, istoria artelor

10	Pedagogie, psihologie	Turism, ghidaj turistic	Pedagogie – discipline reale sau tehnice	Pedagogie, psihologie, asistență socială	Pedagogie – discipline reale sau tehnice	Pedagogie – arte, critică de arte, critică literară, jurnalism
11	Medicină, asistență socială	Veterinărie, fitoterapie, alte forme ale medicinei netradiționale	Inginerie – utilaje medicale	Medicină practică, psihologie clinică, asistență socială	Farmaceutică, cercetare în domeniul medical modern	Psihoterapii cu utilizarea artei (arteterapie)
12	Economie, marketing, comerț	Ecologie	Specialități economice: contabilitate, audit etc.	Marketing, management	Programare în economie	Marketing, publicitate
13	Militărie			Domenii militare		
14	Artă muzicală		regie muzicală	Critică muzicală, jurnalism, actorie	Muzică computerizată	Muzică coreografie,
15	Artă plastică	landsaft floristic, arhitectură	Design tehnic, Desen tehnic, modelare tehnică, sculptură avangardistă	Critică în arte, jurnalistică	Design computerizat, grafică computerizată	Pictură, sculptură etc.

Interpretarea rezultatelor

Numărul plusurilor și minusurilor obținute	Caracteristica interesului exprimat
De la -16 până la -8	Nivel superior al negării interesului (NSNI)
De la -7 până la -1	Negarea interesului (NI)
De la +1 până la +5	Manifestare slabă a interesului (MSI)
De la +6 până la +10	Manifestarea interesului (MI)
De la +11 până la +16	Manifestare superioară a interesului (MSI)



COMUNICĂ ȘI DECIDE!

- Revino la lista ta inițială cu scopuri/obiective și analizează în ce măsură acestea rezonază cu rezultatele Testului *Harta Intereselor*. A apărut vreo direcție nouă pe lista ta? Care?
- Formulează cel puțin încă 5 scopuri/obiective noi ce țin de viitoarele tale studii, profesie, etc.



ACȚIONEAZĂ!

Începe un **Jurnal personal de planificare a carierei**, în care vei trece toate scopurile/obiectivele ce țin de viitoarea ta profesie, carieră și studii pe care ai dori să le urmezi. Pentru fiecare dintre scopuri/obiective notează-ți exemple concrete, i.e. nume ale instituțiilor de învățământ, ofertele acestora în termeni de programe /durata studiilor¹; nume ale persoanelor care ar putea să te ghideze, inspire sau ajute, etc. Încearcă

să descrii în mici detalii tot de ce ai nevoie pentru atingerea acestor scopuri/obiective, precum și realizarea pas cu pas a ceea ce-ți propui.

¹ Ai putea începe procesul de identificare a instituțiilor de învățământ pornind de la pagina web a Ministerului Educației al Republicii Moldova <http://www.edu.gov.md/ro/content/invatamantul-general>

Ai putea organiza gândurile/ideile în format tabel, revizuiuindu-l cel puțin o dată pe săptămână, iar mai jos este unul din posibilele exemple:

Scopul/obiectivul meu este	Am nevoie de ...	Am reușit să ...

Notă: În completarea Jurnalului ai putea să te ghidezi de o serie de întrebări, printre care:

- **Interese:** Ce sunt interesat/ă să fac?; Ce activități îmi plac /nu îmi plac? În ce mediu de muncă m-aș simți cel mai bine? etc.
- **Valori:** Care sunt lucrurile importante pentru mine? Ce vreau să obțin de la carieră? etc.
- **Abilități:** Ce pot să fac cel mai bine? Care sunt cele mai importante aptitudini? Care sunt punctele mele tari și slabe? etc.
- **Personalitate:** Ce calități am care m-ar ajuta în muncă?
- Care sunt, la moment, alternativele care mă interesează, care mi se potrivesc?
- De ce date/informații mai am nevoie
- Care sunt avantajele și dezavantajele per fiecare opțiune pe care o am?
- Care sunt posibilele bariere, riscuri și cum le depășesc?
- Care pași sunt mai dificili pentru mine? De ce? Ce soluții identific?

TEMA 2. OFERTELE EDUCAȚIONALE ALE SISTEMULUI DE ÎNVĂȚĂMÂNT DIN REPUBLICA MOLDOVA

MESAJUL CHEIE

Sunt informat/ă despre ofertele educaționale existente în Republica Moldova, și vreau să aleg/să urmez acele studii care se potrivesc cel mai bine cu interesele/preferințele mele



IMPLICĂ-TE!

La lecția precedentă, ai început un jurnal cu scopuri/obiective ce țin de viitoarele tale studii/profesie sau carieră.

- Ce instituții educaționale ai reușit să incluzi în lista ta pentru viitoarele studii? De ce anume aceste instituții? Ce programe oferă și cum ele răspund intereselor tale specifice ce țin de viitoarea profesie sau carieră?
- Discută cu colegul/colega dacă ai avut dificultăți în întocmirea acestei liste? Ce dificultăți anume?



INFORMEAZĂ-TE ȘI PROCESEAZĂ INFORMAȚIA!

Practici internaționale: Sistemul de învățământ al unei țări are o structură prin care tuturor cetățenilor li se asigură posibilități de instruire în conformitate cu aspirațiile personale, dar și cu necesitățile economiei naționale. Diferențele de structură ale sistemelor de învățământ sunt influențate de specificul evoluției istorice a țării, particularitățile de constituire a sistemului socioeconomic. Unele țări (ca de exemplu Franța, Belgia ș. a.), au sisteme de învățământ cu diversificare timpurie, ceea ce presupune că elevii de 10-11 ani, trebuie să facă alegerea pentru un anumit profil de studiu, ce ulterior îi determină perspectiva de evoluție în carieră.

Moldova: Sistemul de învățământ din Republica Moldova este unul cu diversificare târzie. La vârsta de 16 ani, elevul are câteva oferte educaționale, care îi pot influența viața:

Învățământul profesional tehnic, în cadrul căruia absolventul/a studiilor gimnaziale poate alege să-și facă studiile într-o școală profesională, sau într-un colegiu;	Dacă tânărul sau tânăra, dorește să obțină cât mai curând posibil o profesie, poate să aleagă o școală profesională în care va studia 2- 3 ani, devenind muncitor calificat.
Studiile liceale.	În cazul când dorește să îmbine formarea de cultură generală, studiile liceale, cu formarea de specialitate, va opta pentru un colegiu, iar dacă va susține și examenul de bacalaureat, va putea să urmeze studiile superioare.
	Studiile liceale, oferă o pregătire ce finalizează cu susținerea examenului de bacalaureat și permit continuarea studiilor într-o universitate, academie sau colegiu.

Sistemul de învățământ din Republica Moldova este construit astfel, încât să permită corectarea traseului educațional în dependență de schimbarea viziunilor de viață ale persoanei și a condițiilor de integrare socioprofesională.

În cazul când absolvenții de liceu nu au reușit să susțină examenul de bacalaureat, ei pot să-și continue studiile într-un colegiu, realizând un program de formare profesională de 1-2 ani sau într-o școală profesională, urmând un program de cel mult un an de zile.

Utilizarea într-un anumit fel a ofertelor sistemului de învățământ este o decizie a persoanei, care își construiește traseul educațional și profesional de evoluție în carieră. Nu doar insuccesul poate fi un criteriu de utilizare a diferitor oportunități, ci și interesele, prioritățile personale. Astfel, un tânăr sau o tânără care a realizat cu succes studiile liceale, a susținut examenul de bacalaureat, dar a decis să amâne pentru mai târziu studiile superioare, la fel poate să facă o școală profesională sau un colegiu.

Avantajele unei astfel de decizii sunt:

- Obține mai repede o calificare profesională și se angajează în câmpul muncii;
- Poate să testeze, într-un timp mai redus, dacă intențiile de a activa într-un anumit domeniu profesional, corespund în realitate cu motivația și capacitățile personale;
- Poate să îmbine munca (o muncă calificată) cu studiile superioare, făcând o facultate cu frecvență redusă.

Majoritatea absolvenților studiilor liceale, valorifică ofertele educaționale ale instituțiilor de învățământ superior.

Sistemul de învățământ din țara noastră are circa 30 de instituții de învățământ superior, dintre care o bună parte sunt private. Învățământul superior oferă formare profesională, prin ciclul I, studii superioare de licență, ciclul II, studii superioare de master și studii superioare de doctorat, ciclul III.

Studiile superioare de licență, ciclul I, pot fi realizate la circa 120 de specialități, pe parcursul a 3-4 ani, durata studiilor fiind determinată de specificul programului de studii, specialității.

Studiile superioare de master sunt mult mai receptive la interesele persoanei și solicitările pieței muncii, pot fi realizate printr-o diversitate mult mai largă de programe de studii, pe parcursul a 1,5-2 ani de studii.

Există și studii integrate, care îmbină ciclul I și ciclul II. Aceste studii se realizează pe parcursul a 5-6 ani de zile, în domeniile: medicină veterinară și arhitectură.

Sistemul învățământului medical are alte tradiții de funcționare. Prin intermediul programelor de 4-6 ani, obții studii superioare în domeniul medical și farmaceutic, care sunt urmate de studii de rezidențiat, cu durata de 2-5 ani.

Există domenii de formare profesională, în care studiile pot fi făcute doar la învățământ cu frecvență. Acestea sunt: medicină, psihologie, limbi străine. Majoritatea profesiilor, însă, pot fi obținute atât prin învățământ cu frecvență, cât și prin învățământ cu frecvență redusă sau la distanță, prin utilizarea platformelor electronice.

Pentru a asigura accesul la studii tuturor cetățenilor nu există restricții de vârstă. Astfel ofertele educaționale sunt valabile pentru toți cetățenii pe parcursul întregii vieți.

**COMUNICĂ ȘI DECIDE!**

Pentru ce studii ai opta după absolvirea liceului, reieșind din preferințele sau aspirațiile tale profesionale, de carieră? Ți-ai reconfirmat preferințele inițiale, sau după lecturarea textului de mai sus au apărut și alte idei?

Discută cu colegul/colega despre ce fel de suport/ghidare ai avea nevoie în ceea ce privește alegerea/continuarea studiilor? Cine ar putea să ofere?

**ACȚIONEAZĂ!**

Identifică, (cu ajutorul profesorului/colegilor de clasă, prietenilor, inclusiv prin intermediul rețelelor de socializare), și notează în jurnalul tău, persoane care au absolvit instituția la care și tu ți-ai dori să continui studiile, etc. Găsește cât mai multe detalii despre instituția/facultatea la care dorești să urmezi studiile și notează-le în jurnal.

TEMA 3. COMPETENȚELE CHEIE ȘI CARIERA

MESAJUL CHEIE

Sunt conștient/ă de faptul că am anumite competențe, dar pentru a putea excela pe parcursul vieții trebuie să dezvolt toate competențele cheie



IMPLICĂ-TE!

În Jurnalul tău ai deja notate o serie de lucruri importante ce țin de viitoarele studii sau profesie/carieră. Este important ca în Jurnal să se regăsească și competențele cheie de care avem nevoie pentru a avea succes atât la studii cât și în profesie/carieră.

- Cum înțelegi cuvântul/termenul *competență*? Notează definiția ta pentru acest termen în caiet.
- Discută cu colegul/colega 1-2 exemple de competențe pe care trebuie să le posezi pentru a avea mai multe șanse de succes în carieră.



INFORMEAZĂ-TE!

Fenomenul globalizării și dezvoltarea tehnologică din ultimele decenii au determinat specialiștii din întreaga lume să stabilească **competențele de care are nevoie orice cetățean al Terreii pentru a se integra cu succes în viața socială, care să-i asigure dezvoltarea personală și profesională.**

Care sunt aceste **competențe-cheie** și ce reprezintă ele?! De ce este important să le cunoaștem și să le dezvoltăm/perfecționăm permanent?!

În primul rând, **competențe-cheie** reprezintă un pachet multifuncțional, transferabil de **cunoștințe (ceea ce știi/cunosc)**, **abilitați (ce pot)** și **atitudini (comportamentul pe care îl manifest)** de care au nevoie toți indivizii pentru împlinirea și dezvoltarea personală, incluziunea socială și găsirea unui loc de muncă.

Parlamentul European și Consiliul UE au adoptat în 2016, o Recomandare cu privire la stabilirea de competențe-cheie pentru învățarea pe parcursul întregii vieți.

Competențele-cheie pentru învățarea pe parcursul întregii vieți reprezintă o combinație a cunoștințelor, a abilităților și a atitudinilor și cuprind trei aspecte:

- împlinirea personală și dezvoltarea pe tot parcursul întregii vieți (**capital cultural**): competențele cheie oferă posibilitate oamenilor să-și urmeze obiectivele, interesele personale, aspirațiile și dorința de a continua învățarea pe tot parcursul întregii vieți
- cetățenia activă și incluziunea (**capital social**): competențele cheie permit indivizilor o participare socială activă
- angajarea în câmpul muncii (**capital uman**): capacitatea fiecărei persoane de a obține o slujbă decentă pe piața forței de muncă

În Codul Educației al Republicii Moldova, art. 11, este stipulat că educația are ca finalitate principală formarea unui caracter integru și dezvoltarea unui sistem de competențe care include cunoștințe, abilitați, atitudini și valori ce permit participarea activă a individului la viața socială și economică. Aceste competențe-cheie sunt: competențe în matematică, științe și tehnologie; e) competențe digitale; f) competența de a învăța să înveți; g) competențe sociale și civice; h) competențe antreprenoriale și spirit de inițiativă; i).

- Competențe de comunicare în limba maternă** - de a exprima și interpreta concepte, gânduri, sentimente, fapte și opinii în limba maternă, atât în formă orală, cât și în formă scrisă (ascultare, vorbire, citire și scriere) și de a interacționa lingvistic într-un mod adecvat și creativ.

2. **Competențe de comunicare în limba română** - de a exprima și interpreta concepte, gânduri, sentimente, fapte și opinii în limba română, atât în formă orală, cât și în formă scrisă (ascultare, vorbire, citire și scriere) și de a interacționa lingvistic într-un mod adecvat și creativ.
3. **Competențe de comunicare în limbi străine** - mediere și înțelegere interculturală.
4. **Competențe în matematică, științe și tehnologie** - a dezvolta și a aplica gândirea matematică pentru rezolvarea diferitor probleme în situații cotidiene, accentul punându-se pe proces, activitate și cunoștințe; stăpânirea, utilizarea și aplicarea cunoștințelor și a metodologiilor de explicare a lumii înconjurătoare, înțelegerea schimbărilor cauzate de activitatea umană și a responsabilității fiecărui individ în calitate de cetățean.
5. **Competențe digitale** - utilizarea cu încredere și în mod critic a tehnologiei din societatea informațională (TSI) și tehnologia informației și a comunicării (TIC).
6. **Competențe de a învăța să înveți** - a urmări și organiza propria învățare, fie individual, fie în grupuri, conform nevoilor proprii.
7. **Competențe sociale și civice** - competențele personale, interpersonale și interculturale și toate formele de comportament care permit fiecărei persoane să **participe** în mod constructiv la viața socială și profesională, cunoașterea conceptelor și a structurilor sociale și politice (democrație, justiție, egalitate, cetățenie și drepturi civile) care fac posibilă participarea activă și democratică a oamenilor.
8. **Competențe antreprenoriale și spirit de inițiativă** - a transforma ideile în acțiune, creativitate, inovație și asumarea unor riscuri, a planifica și gestiona proiectele în vederea atingerii obiectivelor, conștientizarea valorilor etice și promovarea bunei guvernări.
9. **Competențe de exprimare culturală și de conștientizare a valorilor culturale** - aprecierea importanței expresiei culturale a ideilor, a experiențelor și a emoțiilor printr-o serie de canale (muzică, teatru, literatură și arte vizuale).

Competențele-cheie sunt interdependente, necesită gândire critică, creativitate, inițiativă, soluții pentru rezolvarea problemelor, evaluarea riscurilor, luarea deciziilor și gestionarea constructivă a sentimentelor.

Una din caracteristicile fundamentale ale competenței este disponibilitatea de a acționa. Spre deosebire de cunoștințe și abilități, care se păstrează gata pentru utilizare, competențele se conturează când apar situații problemă, ca răspuns la ele.

“Idealul educațional în Republica Moldova constă în formarea personalității cu spirit de inițiativă, capabile de autodezvoltare, care posedă nu numai un sistem de cunoștințe și competențe necesare pentru angajare pe piața muncii, dar și independență de opinie și acțiune, fiind deschisă pentru dialog intercultural în contextul valorilor naționale și universale asumate”, se menționează în Codul Educației. În cadrul lecțiilor următoare vei învăța să te cunoști și să-ți apreciezi propriile competențe, să identifici mijloacele care te vor ajuta să-ți dezvolți cariera profesională.



PROCESEAZĂ INFORMAȚIA!

- Notează, conform tabelului de mai jos, exemple de acțiuni/activități concrete care contribuie la dezvoltarea acestor competențe-cheie la tine, precum și exemple de măsuri pe care le poți întreprinde pe parcursul anului școlar pentru a le îmbunătăți/perfecta.

Nr.	Competențe-cheie	Ce fac/întreprind deja pentru a dezvolta această competență	Exemple concrete de acțiuni pe care le voi întreprinde pentru a-mi dezvolta/perfecta această competență cheie
	Competențe de comunicare în limba maternă		
	Competențe de comunicare în limbi străine		
	Competențe matematice și competențe de bază la știință și tehnologie		
	Competențe digitale		
	Competențe de a învăța să înveți		
	Competențe sociale și civice		
	Competențe antreprenoriale și spirit de inițiativă		
	Competențe de exprimare culturală și conștientizare a valorilor culturale		
	Competențe de comunicare în limba română		



ACȚIONEAZĂ!

Continuă să notezi în tabelul de mai sus, exemple de acțiuni pe care le poți întreprinde pentru a-ți îmbunătăți anumite competențe-cheie. Ai putea să treci și în Jurnalul tău lista de competențe-cheie legate de viitoarea profesie/carieră asupra cărora trebuie să continui să lucrezi intens.

TEMA 4. APTITUDINI, ASPIRAȚII, SCOPURI ÎN PROIECTAREA CARIEREI

MESAJUL CHEIE

Îmi cunosc aptitudinile proprii și abilitățile asupra cărora trebuie să lucrez pentru a avea succes în carieră



IMPLICĂ-TE!

Timp de 5 minute, individual, notează răspunsurile la următoarele întrebări:

- Cum sunt eu? Cum mă percep pe mine însumi? (însușiri pozitive)
- Ce îmi place să fac?
- Ce pot să fac?
- Ce știu să fac?

Împărtășește din ideile tale cu colegul/colega. Ce trăsături aveți în comun? Ce vă diferențiază?



INFORMEAZĂ-TE ȘI PROCESEAZĂ INFORMAȚIA!

Pe parcursul vieții descoperim că putem face multe lucruri: unele cu foarte mare plăcere și pentru care simțim o chemare, o pasiune; iar altele cu mai puțină tragere de inimă. Respectiv, activitățile pe care le realizăm zi de zi, ne modelează într-un anumit fel pe fiecare dintre noi și influențează direct abilitățile și aptitudinile noastre.

Aptitudinile sunt talentele naturale cu care te-ai născut. Unele aptitudini se manifestă devreme în viața ta, altele pot să rămână ascunse, pentru că ocazia de a le utiliza nu a fost până la moment.

Aptitudinile pot fi generale și speciale.

Aptitudinile generale - însușiri care se mai numesc și aptitudini intelectuale generale, întrucât se referă la memorie, atenție, spirit de observație, inteligență.

Aptitudinile speciale - condiționează succesul în domenii de activitate specializate cum ar fi cele:

- senzoriale (muzică, pictură)
- tehnice (inginerie, construcții, mecanică)
- psiho-motorii (sport, dans, conducere a autovehiculelor)
- de conducere și organizare (management, politică).

Astfel, a memora foarte ușor informații, a te orienta în spațiu rapid, a avea energie și o forță fizică deosebită, a reproduce și a învăța cu ușurință activități artistice, reprezintă câteva exemple de **aptitudini**. Aptitudinile joacă un rol important în viața omului. Măsurarea obiectivă a aptitudinilor este făcută, de obicei, cu ajutorul testelor psihologice. Este important să comparăm propriile estimări cu rezultatele testelor psihologice, pentru a corecta anumite devieri în scopul unei imagini de sine cât mai obiective.

Notă: Exista o diferență dintre aptitudini și abilități. Aptitudinile sunt însușiri fizice și psihice, care îi sunt date omului de la natură, dar care pot fi dezvoltate pe parcursul vieții, în funcție de mediu și educație. Aptitudinile stau la baza succeselor la învățătură și în muncă. Pe de altă parte, **abilitățile** necesită studii, activități de formare, training-uri, lecții, etc pentru a se dezvolta.

Deseori, când ne gândim să încercăm ceva, poate un domeniu nou, avem tendința de a ne evalua cu o notă foarte mica abilitățile, și nici măcar nu mai încercăm. Verdictul: nu am experiență, nu fac față. Când totuși avem curaj și încercăm, observăm că folosim anumite abilități, ele fiind cele transferabile.

Abilitățile transferabile sunt acele abilități pe care le-am dobândit din surse diferite (școală, muncă, timp liber) și implicându-ne în diverse activități pe care le folosim cu ușurință în

contexte diferite. Așa cum ne evidențiază și denumirea de ‘transferabile’, înseamnă că le putem transfera în diferite domenii, în diferite situații și sunt asimilate din diferite contexte. Ne ajuta să ne dezvoltăm alte abilități, chiar mai complexe, prin asumarea riscului de a experimenta lucruri noi. De exemplu atunci când am avut de **întocmit un plan de acțiune**, am folosit abilități de formulare și identificare a obiectivelor, a oportunităților, de configurare și urmărire a pașilor de acțiune, am comunicat cu persoanele implicate și le-am explicat cerințele, abilități TIC (Excel, PPT) etc.

Aceste abilități pot fi considerate transferabile la o altă situație care la fel presupune planificare, organizare, analiză, chiar dacă este din alt domeniu. Deci, dacă putem face ceva bine într-un domeniu, cu ușurință am putea aplica acest lucru și în alt domeniu.



COMUNICĂ ȘI DECIDE!

Discută cu colegul/colega despre următoarele aspecte:

- Ce abilități (inclusiv din cele transferabile) folosiți frecvent?
- Ce abilități folosiți cu plăcere, natural? Le considerați importante pentru voi?
- Cum vă diferențiați față de alte persoane când folosiți/aplicați anumite abilități?



ACȚIONEAZĂ!

Identifică, și notează în Jurnalul tău obiectivele tale personale pentru perioada imediată:

- Ce dorești să realizezi pe parcursul acestui an, pe lângă activitățile legate de liceu/studii? Notează cel puțin 10 de exemple de activități/scopuri.
- Ce abilități ai vrea să dezvolți și ce trebuie să înveți/studiezi pentru a le dezvolta?

TEMA 5. DEZVOLTAREA REȚELEI SOCIALE (NETWORKING)

MESAJUL CHEIE

Sunt conștient/ă de faptul că *networking-ul social* este extrem de important și voi depune maximum efort pentru a dezvolta relații cu persoane care ar putea aduce o valoare adăugată în procesul de planificare a carierei



IMPLICĂ-TE!

Majoritatea tinerilor de astăzi folosesc rețele de socializare și platforme precum Facebook, LinkedIn, Twitter, altele.

Discută cu colegul/colega despre:

- Cum extindem cercul de prieteni/persoane interesante pentru noi din perspectiva viitoarei profesii/cariere?
- Ce asocieri vă vin în minte când auziți termenul „networking social”?



INFORMEAZĂ-TE!

Fiecare din noi reprezintă un punct de conexiune cu o mulțime de persoane valoroase. Totalitatea acestor relații poartă denumirea de rețea a contactelor personale sociale sau mai modern spus *networking social*.

Networking-ul social există de când oamenii s-au organizat în societate, iar grupurile sociale pot fi create în jurul unei teme comune, interese, studii,

domeniu de activitate etc.

Rețeaua contactelor tale personale este un instrument foarte util în obținerea informațiilor valoroase în diverse domenii. Membrii familiei, rudele, prietenii, colegii sau relațiile lor pot fi foarte folositoare în căutarea posturilor de muncă dorite, deoarece deseori posturile vacante nu sunt făcute publice. Vei fi surprins de câte punți de legătură vei găsi în momentul, în care vei apela la persoanele cunoscute. Cheia succesului lucrului în rețea este ajutorul reciproc.

Identificarea și construirea relațiilor personale, presupune dezvoltarea abilității de a contacta oameni, de a face cu ei schimb de informații și idei.

Așadar, cum poți crea și menține rețeaua personală de relații?

Trebuie să ții permanent legătura cu prietenii, cunoștințe și rude, care te-ar putea ajuta să faci legătura cu profesioniști din domeniul de interes. Persoanele pe care le cunoști deja, chiar dacă acestea nu lucrează în domeniul profesional dorit, ar putea, la rândul lor, să știe pe cineva din sfera respectivă, astfel rețeaua s-ar putea extinde și dezvolta.

Pentru același scop merită să fii prezent la diverse activități publice, conferințe școlare, dezbateri, ateliere de lucru ce presupun inițierea unor relații cu persoane interesante dintr-un anumit mediu profesional în care intenționezi să activezi în viitor.

Odată cu apariția Internetului și a rețelelor de socializare, au apărut diverse oportunități de promovare personală și de recrutare a personalului. Rețelele sociale profesionale sunt astăzi un mijloc activ de recrutare, deoarece pun la dispoziție on-line ofertele de muncă, profilurile și CV-urile.

Astfel, acestea permit angajatorului să găsească profilul candidatului căutat pe așa rețele ca *Viadeo*, *LinkedIn*, *Xing*, *Rezotour* (rețea socială franceză pentru profesioniștii din turism), *JobGo* (rețea socială creată în Elveția, Suedia și Finlanda destinată recrutării), *peopleinfinance* (rețea socială pentru profesioniști din domeniul financiar), etc.

Cel mai evident beneficiu al unei astfel de recrutări este că profilele on-line sunt o reprezentare mai bună a propriului potențial. Nu doar că angajatorii pot afla mai multe despre personalitatea ta printr-o simplă căutare pe Internet, dar mulți candidați s-au specializat deja în dezvoltarea propriilor CV-uri electronice, prin clipuri video și infografice. Candidații își pot alcătui CV-uri „vii”, care încorporează clipuri video și permit celor care își caută un loc

de muncă să facă o prezentare tridimensională, oferind angajatorilor o imagine ceva mai complexă, înainte de a ajunge la interviul propriu-zis. Astfel, fii atent ce plasezi pe Internet și pe profilurile tale de socializare! Astfel, este important să folosești un vocabular/limbaj corect, frumos, respectuos fără a agresa verbal pe cineva sau fără a face atac la persoană. Iar pentru a-ți forma o imagine/reputație pozitivă în rândul prietenilor tăi, plasează conținut util altor persoane pe domeniul de interes pentru tine – i.e. împărtășire de idei inovative, descoperiri, cercetări din domeniu, tendințe de dezvoltare, experiență personală, etc.



PROCESEAZĂ INFORMAȚIA, COMUNICĂ ȘI DECIDE!

Discută cu colegul/colega:

- Care sunt oportunitățile care le oferă rețelele de socializare astăzi tinerilor?
- Care sunt provocările/riscurile asociate cu utilizarea rețelelor de socializare?
- Ce oportunități de promovare personală sunt prin intermediul Internetului pe lângă rețelele de socializare (i.e. pagina personală/blog, altele)?



ACȚIONEAZĂ!

Identifică și notează în Jurnalul tău următoarele:

- Analizează-ți lista ta de prieteni virtuali și nevirtuali. Cine din ei ar putea să-ți ofere informații/sugestii cu referire la domeniile profesionale de interes pentru tine?
- Cum lărgești lista de prieteni/cunoscuți pe domeniile profesionale de interes pentru tine?
- Întocmește o listă de experiențe personale de până la moment care ar putea fi valoroase pentru CV-ul tău.
- Imaginează-ți că ești în căutare de lucru. Completează-ți profilul tău de pe rețelele de socializare cu punctele tale forte pe care merită să le vadă un posibil angajator care va vizita pagina ta.

TEMA 6. VOLUNTARIATUL ȘI TRASEELE PARALELE

MESAJUL CHEIE

Vreau să-mi testez abilitățile conexe profesiei alese și să fiu util/ă comunității în care trăiesc prin realizarea activităților de voluntariat



IMPLICĂ-TE!

La lecția precedentă ai identificat oamenii din anturajul tău care ar putea fi persoane-resursă pentru aspirațiile tale legate de viitoarea profesie, carieră sau studii.

La fel, pe parcursul orelor de până acum, ai reușit să-ți identifici aptitudinile și abilitățile tale forte, și chiar ți-ai identificat poate anumite profesii care ți s-ar potrivi cel mai bine. Ce poți face pentru a te convinge că ți se potrivesc?

Discută cu colegul/colega despre:

- Ce activități de voluntariat ai putea să realizezi în perioada liceului care sunt direct sau indirect legate de viitoarea ta profesie?
- Ce instituții din localitatea ta au deja experiență de lucru cu voluntari?



INFORMEAZĂ-TE!

Voluntariatul este o activitate întreprinsă din proprie inițiativă în folosul comunității în diverse domenii și nu este răsplătită financiar. Munca de voluntariat îți poate aduce recompense și beneficii valoroase pentru creșterea și dezvoltarea ta personală. Astfel, voluntariatul: *poate contribui la creșterea autoaprecierii și stimei de sine, dezvoltarea competențelor de comunicare interpersonală, valorificarea oportunităților pentru testarea unor roluri și domenii profesionale. Voluntariatul este util pentru completarea CV-ului cu noi experiențe, poate fi o dovadă solidă în fața viitorului tău angajator a calităților tale de personalitate, este o oportunitate de a lega noi prietenii și de încheia relații profesionale valoroase.*

În conformitate cu Legea despre voluntariat din Republica Moldova¹ contractul de voluntariat poate fi încheiat cu persoane care au atins vârsta de 16 ani. Persoanele care au atins vârsta de 14 ani pot încheia contract de voluntariat cu acordul scris al reprezentantului lor legal. Activitatea de voluntariat se consideră experiență profesională în specialitate, în funcție de tipul activității, dacă aceasta este realizată în domeniul studiilor absolvite și se dovedește prin certificatul de voluntariat eliberat la cerere de către organizația-gazdă.

În urma activității de voluntariat ai putea să acumulezi un portofoliu de competențe care va servi drept dovadă la cele scrise în CV-ul tău. El ar putea include: diplome, certificate de participare la diferite activități, fotografii relevante, scrisori de recomandare, declarații ale unor persoane despre tine, abilitățile tale, mărturii ale beneficiarilor muncii tale, ș.a.

O altă modalitate de a încerca mai multe trasee profesionale este experiența de a fi “umbra” unui angajat în domeniul profesional care te interesează. Aceasta înseamnă a urmări timp de o zi sau o săptămână activitatea pe care o desfășoară în mod obișnuit la locul de muncă un angajat. Acest angajat poate fi chiar unul din părinți sau un alt profesionist din domeniul tău de interes. În timpul acestei activități, vei avea șansa să cunoști în profunzime profesia dorită, să observi mediul de lucru, colectivul, oamenii cu care interacționează specialiștii în domeniu. Vei avea, de asemenea, posibilitatea de a descoperi competențele necesare pentru a avea succes

¹ <http://www.planificareacarierei.md/voluntariat> - citește mai multe despre cadrul legal privind voluntariatul în Moldova. Cunoaște-ți drepturile!

în respectivul domeniu. Dacă te interesează mai multe profesii, poți repeta experiența și explora mai multe variante de carieră, ceea ce îți va facilita alegerea finală.

Cu alte cuvinte, asigură-te întotdeauna să ai trasee profesionale alternative în situația în care parcurgerea traseului profesional pe care ți-l dorești suferă anumite impedimente. Traseele paralele de carieră constau în capacitatea de a utiliza aptitudini, competențe și abilități transferabile în alte activități, similare sau diferite de cele specifice profesiei dorite, în scopul explorării și dezvoltării competențelor tale pentru creșterea șanselor de a obține un loc de muncă. Decizia de carieră și traseul profesional pe care îl alegi, merită să-l percepi ca pe o pistă de lansare în viață, care poate servi drept bază pentru zboruri în diverse direcții ocupaționale și nu ca ceva definitiv și de neschimbat.

Mai jos, sunt descrise doar câteva exemple de activități de voluntariat pe care tinerii din întreaga lume le practică:

- **Voluntariat pentru mediu** - Tinerii care vor să protejeze mediul pot fi interesați să se implice în activități de voluntariat ale căror cauze relaționează cu mediu înconjurător.
- **Activități de mentorat** - Tinerii cărora le place să fie în preajma copiilor pot ajuta în mai multe feluri prin activități de voluntariat. Una din modalitățile prin care pot ajuta este să petreacă timp alături de copii mai mici, care se pot confrunta cu probleme de citit, probleme de matematică sau alte subiecte școlare.
- **Voluntariat pe strada unde locuiești, în localitatea ta** - Poate că nu există activitate de voluntariat pentru tineri mai bună decât intenția de a face voluntariat în cartier. Un mod de a începe este participarea la îndeplinirea nevoilor din cartier și asistarea oamenilor care trăiesc acolo.
- **Voluntariat pentru oameni nevoiași, persoane în etate** - Activitățile de voluntariat pot avea și mai mare impact pentru tinerii care aleg voluntariatul pentru a susține o cauză în favoarea celor săraci din vecinătate.
- **Tineri voluntari creativi** - Tinerii voluntari creativi își pot folosi talentul pentru a-și dezvolta propriile idei despre proiecte de voluntariat. Tinerii artiști pot dona colecțiile lor de artă către spitale de copii sau către centre de plasament, sau se pot folosi de talentul lor pentru a face o după amiază mai plăcută câtorva copii prin activități de desen sau sculptură.

Este important de știut că există mulți tineri de succes în RM, care au început activitatea lor prin voluntariat.



Iustina Armașu, o tânără de succes având multe reușite printre care și titlul de Ambasadorul Voluntariatului 2015. Iustina deseori se întâlnește cu tineri pentru a-i încuraja și motiva să *înceapă activități de voluntariat*. Iustina este coordonator PR, Mentor, Membru Fondator și Senior Debater la Debate Academy, coordonator Mass-Media la Consiliul Local al Copiilor și Tinerilor, voluntar la Rotary Interact Chișinău, absolventă Leadershe Academy și membră Leadershe club, coordonator Public Relations (mandat 2013-2014), precum și UpGreater timp de trei ediții.



Doru Curoșu, este un alt exemplu de succes. A început ca un simplu voluntar, însă după ani de muncă și experiență a ajuns președintele Consiliului Național al Tineretului iar de curând, și membru al Biroului Executiv al Forumului European al Tinerilor. Este tânăr, dar foarte ambițios. Asta pentru că încă din liceu a început să se implice în activități de promovare a intereselor tineretului din Moldova. Meritele i-au fost răsplătite în 2013, când a primit premiul special pentru Activism Civic, la Gala Premiilor pentru Tineret, organizată

de Ministerul Tineretului și Sportului. Recent, ex-președintele Consiliului Național al Tineretului din Moldova, Doru, a fost nominalizat de către revista americană Forbes în topul „30 Under 30 Europe” la secția „Politici”. Potrivit Forbes, Doru Curoșu este implicat în elaborarea politicilor pentru tineret. Din ianuarie 2015 este membru al organizației europene European Youth Forum și reprezintă Moldova la Summitul Mondial Inovativ pentru Educație, unde a fost premiat pentru participare civică.



PROCESEAZĂ INFORMAȚIA, COMUNICĂ ȘI DECIDE!

Notează-ți câteva idei de activități de voluntariat pe care ai dori să le realizezi. Identifică beneficiile activității de voluntariat pentru viitoarea ta carieră.

Discută cu colegul/colega despre:

Exemple de organizații din comunitatea ta care te pot accepta în calitate de voluntar sau stagiar, în “umbra unui angajat”. Discutați despre ce doriți fiecare dintre voi să învățați din această experiență și cum aceasta vă va ajuta în viitor.



ACȚIONEAZĂ!

Formulează și notează în Jurnalul tău, un argument în patru pași cu referință la decizia de a deveni voluntar, pornind de la afirmația de mai jos.

1. **Afirmația:** *Vreau să fiu voluntar*
2. **Explicația** *(de ce, ce abilități vreau să-mi dezvolt, ce lucruri vreau să învăț, etc.)* _____
3. **Dovada** *(scopuri clare formulate, organizație sau persoane cu care să comunic/lucrez/relaționez identificate, altele)* _____
4. **Concluzia** *(ce fac concret azi, mâine, sau în viitorul cel mai apropiat pentru a precede concret la activități de voluntariat)* _____

TEMA 7. CE TREBUIE SĂ CUNOSC DESPRE CARIERĂ: DEFINIRE, ASPECTE, STRATEGII

MESAJUL CHEIE

Vreau să am o carieră de succes și întreprind pași concreți pentru a o planifica corect, interesant și plăcut – nu las cariera mea în voia sorții!



IMPLICĂ-TE!

Discută cu colegii cum înțelegeți termenul de *carieră*?

INFORMEAZĂ-TE

Există o serie de aspecte ale vieții influențate de carieră, printre care:

- Ce lucruri învățăm
- Ce interese personale se regăsesc în muncă noastră de zi cu zi, altele
- Ce haine purtăm
- Cu ce oameni ținem legătura, relaționăm, comunicăm
- Pentru ce organizație / instituție lucrăm
- Ce muncă prestăm
- Cât timp lucrăm
- Ce responsabilități avem
- De ce abilități avem nevoie
- Câți bani câștigăm
- Ce beneficii avem



Din aceste considerente, este important să conștientizăm faptul că alegerile care le facem cu referire la profesia noastră, studiile pe care le urmăm, toate vor influența cariera noastră pe viitor. Iar pentru aceasta, este important să înțelegem ce înseamnă cariera și cum putem să dezvoltăm o carieră de succes în viitor.

a) Câteva definiții privind cariera

Carieră: „succesiune de profesii, îndeletniciri și poziții pe care le are o persoană în decursul perioadei active de viață, inclusiv funcțiile pre-vocaționale (cum sunt cele de elevi și studenți, care se pregătesc pentru viața activă) și post-vocaționale (pensionarii care pot avea rol de suplinitori, colaboratori etc.)” (Butnaru, 1999).

„**Cariera** acoperă și identifică diferite roluri în care individul este implicat (elev, angajat, membru al comunității, părinte etc.), modul în care acționează în familie, școală și societate și suita de etape prin care poate trece în viață (căsătorie, pensionare etc.), toate acestea considerate ca un tot unitar, indivizibil” (Jigău, 2001).

Cariera profesională reprezintă evoluția profesională a unui individ pe parcursul întregii sale vieți. În cadrul aceleiași profesii, în cariera unei persoane se pot înscrie specializări, perfecționări sau promovări profesionale.

Carieră – traseul de dezvoltare a unei persoane prin învățare și muncă (G. Lemeni, 2004).

Carieră – promovare, urcare în ierarhia unei ocupații sau organizații, respectiv obținerea succesului (E.H.Schein, 1977).

Carieră – autorealizare în plan profesional și recunoaștere socială (Dandara O.2012)

Cariera în aspect economic, sociologic sau psihologic

1. În aspect economic, cariera constă într-o secvență de poziții profesionale ocupate de o persoană, ca urmare a pregătirii și meritelor sale profesionale.
2. În aspect sociologic, reprezintă o succesiune de roluri jucate de o persoană, fiecare dintre ele stând la baza celui ce urmează.
3. În aspect psihologic, alegerea de roluri și succesul în exercitarea lor depind de aptitudinile, interesele, valorile, trebuințele, experiența anterioară și aspirațiile persoanei în cauză (FIMAN, 1998).

b) Strategiile de carieră

Strategiile de carieră își propun anticiparea problemelor și planificarea pe termen lung. Câteva din aceste strategii sunt:

A. **Cunoaște-te pe tine însuși** – o analiză atentă a orientării carierei, a punctelor slabe/tari, a locului în familie, în instituție, socium etc.

B. **Cunoaște-ți mediul profesional** – odată ce ai deja o activitate profesională, trebuie să-ți cunoști mediul, să poți anticipa problemele economice, evenimentele neplăcute dar și valorifica ocaziile, oportunitățile. Urmărind semnalele din domeniul de activitate (cercetări, tendințe la nivel global/regional sau național) și colectând permanent feedback-ul nu poți fi luat prin surprindere.

C. **Îngrijește-ți reputația profesională** – înseamnă să îți evidențiezi abilitățile și realizările, tot ceea ce te individualizează, ce demonstrează calități speciale, posibilitatea de a investi și capacitatea de a finaliza proiecte.

D. **Rămâi mobil, mereu în evoluție** – înseamnă să urmărești corespondența între competențele personale și cele căutate pe piața forței de muncă, a celor ușor transferabile. Mai înseamnă să documentezi tot ceea ce se dezvoltă în domeniul tău, inovațiile, soluțiile noi, testarea acestor soluții.

E. **Documentează reușitele proprii** – înseamnă să poți oferi dovada a ceea ce ai realizat, rezultatele și realizările identificabile sunt mai valoroase pe piața forței de muncă.

F. **Pregătește întotdeauna un plan de rezervă în carieră și fii gata să acționezi** – care se leagă foarte bine cu celelalte indicații de a fi mereu activ.

G. **Mentine-te în formă financiară, psihică și fizică** – înseamnă să ai mereu asigurată o bază, un confort și un echilibru în plan psihic, fizic și material.

c) Decizia privind cariera

Decizia cu privire la carieră se conturează în momentul în care copiii fiind ne exprimăm preferința pentru anumite tipuri de activități (“când voi fi mare vreau să mă fac...”) și parcurge mai multe etape, care se încheie prin cristalizarea identității vocaționale. Aceasta înseamnă că ne-am format o imagine de ansamblu a factorilor ce pot influența traseul nostru educațional și profesional și putem lua o decizie bine documentată, bazată pe scopurile noastre de viață.

Identitatea vocațională se structurează încă din copilărie, dar este conștientizată abia în adolescență, când este posibilă reflectarea asupra propriei persoane. Există mai multe forme ale identității vocaționale și anume:

Forțată	când obiectivele privind ocupația au fost impuse de părinți, profesori, rude, alte persoane
În criză	când cel care trebuie să ia decizia ezită și amână mereu acest moment
Identitate difuză	când cel care trebuie să ia o decizie nu este preocupat de această problemă
Identitate conturată	când cel care trebuie să ia o decizie se hotărăște să facă alegerea, știe exact ce vrea, își stabilește obiective și urmărește să le realizeze

Fiecare dintre noi avem o identitate vocațională, iar atunci când formulăm decizia de carieră trebuie să fim conștienți de această identitate vocațională pentru a ne putea formula scopuri corecte.

În vederea conturării unei decizii de carieră o sursă importantă de informații o reprezintă cunoștințele despre mediul muncii. Ca să aflăm cât mai multe despre mediul muncii este bine:

- să urmărim cum își desfășoară activitatea diverse persoane (din familie, prieteni, cunoștințe),
- vizionăm filme despre carieră.
- să consultăm materiale despre diverse ocupații (dicționare de meserii, monografii profesionale, site-uri pe Internet).
- să experimentăm personal diferite activități (ex. prin intermediul voluntariatului, etc.).

În general, planificarea carierei este o activitate care are efectele dorite numai dacă este făcută în mod regulat, mai ales datorită faptului că, un angajat își schimbă cariera (nu numai locurile de muncă/joburile) de mai multe ori de-a lungul vieții. Și nu este niciodată prea devreme sau prea târziu să începi să-ți planifici cariera.

d) Etapele cheie ale deciziei cu privire la carieră

O sistematizare a pașilor pe care ai început deja să-i întreprinzi și să-i documentezi în Jurnalul tău, ajută la reconfirmarea sau reanalizarea idelilor cu referire la carieră:

1. Pentru început facem o *analiză a situației* pe care o avem într-un anumit moment al vieții noastre și o identificare a nevoilor pe baza autocunoașterii (Unde sunt în acest moment? Ce am realizat până acum? Ce mi-ar fi util în viață? Imaginea de sine: pozitivă sau negativă?).
2. *Culegem informații* și le sistematizăm, le așezăm într-o ordine.
3. *An.ăm alternativele* și alegem pe cele mai potrivite, luând în considerare consecințele alegerilor asupra propriei persoane și asupra celorlalți: costuri și beneficii, avantaje, dezavantaje, gradul de mulțumire, aprobarea din partea persoanelor semnificative pentru noi.
4. *Stabilim obiectivele* - răspuns la întrebarea: Încotro mă îndrept?
5. *Selectăm și aplicăm o soluție* prin alcătuirea unui plan de acțiune: cum vor fi dobândite cunoștințele necesare profesiei alese, școlile, cursurile ce trebuie urmate, felul în care ne vom cunoaște intențiile, deciziile.

e) Stiluri decizionale – sau cum ne afectează ele decizia privind cariera

Decizia cu privire la carieră este un proces de schițare a unei alternative de carieră din variantele avute în vedere sau existente la un moment dat. Fiecare persoană optează pentru o modalitate anume de a rezolva anumite probleme, în care i se cere să aleagă între mai multe alternative, vorbim și în ceea ce privește decizia cu privire la carieră, de existența unor stiluri de a lua decizii.

1. Astfel o persoană organizată, care acționează întotdeauna doar pe baza unui plan în care se implică și emoțional în luarea deciziei, **are un stil planificat**.
2. Cel care cheltuiește mult timp și energie, adunând date și informații și analizând diferitele alternative fără a se grăbi să opteze pentru una dintre ele are un **stil organizat**.
3. Când cineva, fără a sta pe gânduri, acceptă prima soluție care i se oferă, negândindu-se că ar putea fi și altele mai bune, are un **stil impulsiv**.
4. Un tip **intuitiv** își va fundamenta întotdeauna deciziile pe baza a ceea ce simte și crede că este bine să facă. Acesta va justifica alegerea sa: "Am simțit că așa trebuie să fac!"
5. Persoana care amână mereu evaluarea posibilităților și trecerea la acțiune, este **delăsătoare**.
6. Unele persoane, de regulă cele care nu au încredere în forțele proprii, lasă alegerea pe seama destinului. Acest mod de a decide se numește **fatalist**.
7. Acceptarea unei decizii luate de altcineva în care avem încredere, în locul propriei decizii, ilustrează un stil **compliant**.
8. **Stilul ezitant** este caracteristic persoanelor care, acceptând inițial responsabilitatea luării unei decizii, ulterior nu au curajul să își asume acea responsabilitate. "Știu că trebuie, dar nu pot!"

f) Cum ne asigurăm succesul în dezvoltarea unei cariere?!

Dezvoltarea unei cariere de succes nu este un lucru simplu, se construiește de-a lungul întregii vieți. Lumea de azi cere să fii o persoană flexibilă și adaptabilă. Succesul la școală, în cariera profesională și în viață depinde de modul în care te implici în activitățile de învățare, de abilitățile pe care le dezvolți, de ceea ce îți place să faci, de relațiile pozitive cu ceilalți, de nivelul de încredere în sine și modul în care este aplicat pe piața muncii potențialul personal.

Pentru a asigura succesul în carieră la diferite categorii de vârstă e recomandat să:

- Formulezi conștient scopuri, obiective de viitor;
- Stimulezi motivația (crește interesul pentru cunoaștere, pasiunea pentru muncă, meserie);
- Autoevaluează-te; evaluarea prin cunoașterea rezultatelor în muncă sunt etape necesare; asigurarea feedback-ului stimulează performanțele;
- Prelucreează și sistematizează, regândește din mai multe perspective prezentul și ceea ce dorești să se întâmple;
- Dezvoltă un stil de muncă și de viață echilibrat, creativ;
- Elaborează un plan, un program de formare profesională (exemplul Jurnalului personal de planificare a carierei este un instrument bun de organizare a planurilor/gândurilor noastre cu referire la cariera de viitor);
- Asigură-ți o atmosferă confortabilă și o atitudine pozitivă, optimistă care să te stimuleze și să te susțină; evită trăirea unor stări afective negative, stresante;
- Stimulează dorința de cunoaștere, afirmare și autorealizare;
- Autosugestionează-te pozitiv, dezvoltă-ți încrederea, nu te descuraja în fața obstacolelor;
- Învăță din succesele și eșecurile personale și nu numai!



PROCESEAZĂ INFORMAȚIA, COMUNICĂ ȘI DECIDE!

Lucru în echipe

- Grupul A vor analiza definiții privind cariera
- Grupul B - Strategiile de carieră
- Grupul C - Decizia privind cariera
- Grupul D - Etapele cheie ale deciziei cu privire la carieră
- Grupul E - Stiluri decizionale
- Grupul F - Succesul în dezvoltarea unei cariere



ACȚIONEAZĂ!

Formulează și notează în Jurnalul tău, cerințele și tendințele actuale ale pieței muncii pe segmentul spre care dorești să te orientezi pe viitor/domeniul în care ai vrea să-ți dezvolți cariera ta. Analizează încă o dată **etapele cheie ale deciziei cu privire la carieră (punctul d) din material**, și determină care este mai dificilă de realizat pentru tine? De ce? Ce soluții ai?

Reflectă și notează ideile care țin de:

- Profesia pe care vrei să o îmbrățișezi/sau domeniul în care ai vrea să-ți dezvolți/planifici cariera ta;
- Care formă a identității vocaționale te caracterizează?
- Care este stilul tău decizional privind cariera?
- Ce activități extra-curriculare îți vor dezvolta capacitățile și competențele de care ai nevoie pentru a obține profesia dorită?

TEMA 8. AUTOEVALUAREA PROPRIULUI JURNAL DE PLANIFICARE A CARIEREI

MESAJUL CHEIE

Sunt conștient/ă de faptul că Jurnalul personal de planificare a carierei este cel mai bun instrument pentru a-mi planifica pas cu pas cariera. Continui să revin la el ori de câte ori am nevoie și îl completez cu informații, gânduri/reflecții personale etc.



IMPLICĂ-TE!

Pe parcursul a 7 lecții ai parcurs diverși pași de cunoaștere a aspectelor cheie cu privire la carieră, opțiuni de carieră, rolul voluntariatului și a rețelei de persoane cu care interacționăm, aptitudinile și abilitățile pe care le avem și pe care am dori să le dezvoltăm, pe lângă multe altele.

Ai notat în Jurnalul tău idei, reflecții, și ai planificat acțiuni/scopuri legate de studii/profesii, etc. La această lecție, urmează să faci o autoevaluare a propriului Jurnal. Iar rezultatele obținute să te ambiționeze să lucrezi în continuare asupra ta, notând pas cu pas, reușitele în Jurnalul tău!



PROCESEAZĂ INFORMAȚIA!

Fișa de evaluare a propriului Jurnal

(notă: jurnalul trebuie la această etapă să conțină cât mai multe detalii/reflecții/exemple concrete de acțiuni pe următoarele aspecte)

Exemple de arii/aspecte pentru care ai identificat scopuri/răspunsuri la întrebări, etc.	Am identificat o listă complexă	Am doar câteva exemple	Mi-a fost dificil să identific idei concrete	Am nevoie de susținere/ajutor
Interese: Ce sunt interesat/ă să fac?; Ce activități îmi plac/nu îmi plac? În ce mediu de muncă m-aș simți cel mai bine? etc				
Valori: Care sunt lucrurile importante pentru mine? Ce vreau să obțin de la carieră? etc				
Abilități: Ce pot să fac cel mai bine? Care sunt cele mai importante aptitudini? Care sunt punctele mele tari și slabe? etc.				
Personalitate: Ce calități am care m-ar ajuta în muncă?;				
Opțiuni: Care sunt, la moment, alternativele care mă interesează, care mi se potrivesc?				
Date/informații necesare: De ce date/informații eu mai am nevoie?				
Voluntariat: Am ales organizația în care să fac voluntariat				

Networking: Am lista prietenilor/persoanelor –resursă care mă pot ajuta cu referire la preferințele mele de carieră				
Întrebări: Care pași sunt mai dificili pentru mine? De ce? Ce soluții am?				



COMUNICĂ ȘI DECIDE!

Discută cu colegul/colega aspectele pentru care ai nevoie de susținere/ajutor sau pentru care ți-a fost dificil să identifice exemple concrete de acțiuni.

Ca urmare a discuțiilor s-ar putea să-ți apară idei noi, pe care ai putea să ți le notezi în Jurnalul tău.



ACȚIONEAZĂ!

Continuă să completezi Jurnalul tău, iar în cazul în care ai început o activitate de voluntariat, să documentezi:

- lucrurile care îți place cel mai mult să le faci,
- lucrurile care îți aduc mai puțină satisfacție,
- aspecte despre care trebuie să mai înveți pentru a le putea face mai bine,
- ce fel de sprijin, suport ai nevoie pentru a putea excela, deveni mai bun / bună în ceea ce ai început să faci.

MATERIALE PENTRU DIRIGINȚI

elaborate în cadrul proiectului
 ”Reconceptualizarea orientării profesionale și consilierii în carieră”
 (REVOCC)

MODULUL "DEZVOLTAREA PERSONALĂ ȘI PROIECTAREA CARIEREI" DIRIGENȚIE, CLASA X-a

Finalitate: Competența de proiectare a carierei

Competențe specifice:

1. Competența de autoevaluare a potențialului individual din perspectiva proiectării carierei
2. Competența de informare despre oportunitățile de evoluție în carieră și perspectivele pieței muncii
3. Competența de realizare a marketingului personal și vocațional
4. Competența de a lua decizii privind traseul educațional și profesional în baza sistemului de atitudini și valori

CUPRINS

Nr de ore	Subiecte la educația civică	Subiecte la dirigenție	Nr de ore
1	Eu și spectrul de preferințe profesionale	Eu și domeniul profesional ales	1
1	Ofertele educaționale ale sistemului de învățământ din Republica Moldova	Trasee educaționale - practici reușite	1
1	Competențele cheie și cariera	Factori care influențează decizia de carieră	1
1	Aptitudini, aspirații, scopuri în proiectarea carierei	Potențialul propriu și succesul profesional	1
1	Dezvoltarea rețelei sociale (networking)	Securitatea în rețelele sociale	1
1	Voluntariatul și traseele paralele	Voluntariatul și profesia	1
1	Ce trebuie să cunosc despre carieră: definire, aspecte, strategii	Posibilități virtuale de informare	1
1	Autoevaluarea propriului Jurnal de planificare a carierei	Etape în luarea deciziilor	1

TEMA 1. EU ȘI DOMENIUL PROFESIONAL ALES**MESAJUL 1***Asumă-ți curajul de a te privi în oglindă!***EVOCARE**

Dirigintele/diriginta va desena pe tablă sau pe coli flipchart următorul tabel.

Aptitudini	Interese	Abilități	Ocupații profesionale

Elevilor li se propune să enunțe asocieri, exemple de aptitudini, interese, abilități, ocupații profesionale care vor fi notate în coloanele respective din tabel.

Sugestie: Dacă e necesar, explicați elevilor semnificația noțiunilor aptitudini, abilități.

Aptitudine - predispoziție naturală sau obținută de a face unele lucruri, har, înclinație, vocație.

Abilitate - capacitate de a face totul cu ușurință și iscusință, dibăcie, îndemânare, pricepere etc.

REALIZAREA SENSULUI

1. Elevii vor fi împărțiți în 6 grupuri. Fiecare grup va primi câte o coală flipchart și markere.
2. Sarcina - de a reprezenta printr-o schemă compatibilitatea domeniului profesional cu aptitudinile, interesele, abilitățile și profesiile, fiind utilizate asociațiile scrise pe tablă. Fiecare echipă va avea de realizat schema compatibilității unui domeniu profesional: mediu *realist*, mediu *investigativ*, mediu *artistic*, mediu *social*, mediu *antreprenorial*, mediu *convențional*. Asigurați-vă că elevii cunosc descrierea acestor domenii (consultați informația din Fișa resursă).
3. Produsele realizate vor fi afișate în sala de clasă.
4. Elevii sunt rugați să aleagă din cele șase domenii, domeniul care i se potrivește cel mai bine, reflectând individual asupra următoarelor întrebări:
 - Ce profesie doresc să practic?
 - Ce aptitudini sunt necesare pentru practicarea profesiei alese?
 - Ce abilități posed pentru a practica profesia dată?
 - Ce abilități trebuie dezvoltate pentru a fi bun în profesia dată?
 - Dacă îmi va reuși să practic profesia dată ce interese și dorințe personale vor fi satisfăcute?

REFLECȚIE

1. Rugați elevii să se grupeze după domeniile profesionale alese și timp de 3-4 min să facă schimb de opinii referitor la alegerea făcută.
2. Invitați elevii la o discuție frontală în baza următoarelor întrebări:
 - Cu ce v-ați confruntat în realizarea schemei domeniului profesional?
 - Care este sensul realizării unei astfel de scheme a domeniului profesional?
 - Care sunt avantajele compatibilizării între resursele personale și domeniul profesional ales?
 - Care sunt riscurile lipsei de compatibilitate între resursele personale și domeniul profesional ales?
 - Ce v-a determinat să decideți în care domeniu profesional vă regăsiți?
 - Ce ați descoperit nou despre sine în timpul activității și reflecțiilor?

EXTINDERE**„Experiment științific”**

”Experimentul științific” presupune căutarea unei informații rapid disponibile, versus teorie, dezvoltare de modele care explică ceea ce se observă.

După clarificarea conceptului de experiment științific, fiecare elev va avea de studiat pe parcursul unei săptămâni o persoană adultă, angajată în câmpul muncii: ce interese are, ce valori, abilități, aptitudini, pasiuni/ hobby-uri, trăsături, ce activități realizează, etc., idei ce vor fi notate într-un "jurnal științific". Sarcina finală a cercetătorului constă în elaborarea unei scheme care reflectă gradul de compatibilitate a resurselor personale cu profesia practică.

INDICATORI DE SUCCES

- Elevul prezintă corelația dintre aptitudini, abilități, interese și domeniul profesional.
- Elevul argumentează necesitatea compatibilității între resursele personale și profesia practică.
- Elevul apreciază gradul personal de compatibilitate dintre resursele personale și profesia dorită.

Fișa resursă pentru Diriginte

Descrierea domeniilor profesionale:

- **Mediul Realist:** solicită persoanei activități fizice, lucrul cu scule, aparate, mașini etc. și de aceea individul trebuie să aibă competențe tehnice care să-i permită să opereze cu lucrurile și mai puțin cu oamenii etc.
- **Mediul Investigativ:** solicită persoanei investigarea cauzelor diferitelor fenomene și căutarea de soluții la probleme prin utilizarea unor metode și tehnici specifice.
- **Mediul Artistic:** este unul deschis, liber, cu un program de lucru nestructurat, care solicită inițiativa și apreciază maximal modul personal de expresie artistică și emoțională.
- **Mediul Social:** este unul care oferă prilejul de a discuta, de a fi flexibil, de a-i asculta pe alții; domeniile educației, asistenței sociale, sănătății etc. sunt cele care pun preț pe aptitudinile de comunicare, pe atitudinea înțelegătoare, generoasă și amicală în relațiile cu alții, pe dorința de a-i ajuta pe semenii.
- **Mediul Antreprenorial:** este unul în care sunt conduși și convinși oamenii să acționeze pentru atingerea scopurilor unei organizații sau instituții, de regulă, din domeniul financiar sau economic; astfel de medii oferă putere decizională, statut social înalt și prosperitate.
- **Mediul Convențional:** este unul care presupune organizare și planificare, cu activități derulate, de regulă, în birouri și care presupun ținerea de evidențe, efectuarea de statistici, rapoarte; munca presupune ordine în documente de orice natură, activități previzibile și oarecum, rutiniere venite de la coordonatori sau șefi.

TEMA 2. TRASEE EDUCAȚIONALE – PRACTICI REUȘITE

MESAJUL 2

Un traseu educațional bine gândit nu poate fi nereușit!

Pregătirea activității

Dirigintele va organiza în cadrul orei o întâlnire cu absolvenți ai liceului care au parcurs diferite trasee educaționale. Eventual, poate fi invitată oricare altă persoană, inclusiv părinte, disponibilă să comunice cu elevii despre propriul traseu educațional.

Se recomandă să fie persoane din localitate pentru a facilita accesul. Se va discuta din timp cu 1-2 persoane, pentru ca dirigintele să se asigure că traseul educațional planificat și urmat de invitați satisface relația *potențial personal – scopuri și obiective în viață – profesie*.

EVOCARE

Dirigintele invită elevii la o discuție:

- Dacă v-ați întâlni cu absolvenți ai liceului nostru sau altor licee din localitate, ce ați dori să aflați de la ei în ce privește cariera profesională?

Dirigintele stimulează elevii pentru a formula diverse întrebări ce urmează să fie adresate persoanelor invitate.

Împreună cu elevii vor fi trasate câteva puncte de reper, de care se va ține cont în discuția cu persoanele invitate (în funcție de interesele elevilor).

REALIZAREA SENSULUI

Invitații sunt rugați să împărtășească cu elevii procesul decizional al carierei profesionale și pașii planificării și parcurgerii traseului educațional.

Dirigintele va stimula elevii să intervină cu întrebări și comentarii.

REFLECȚIE

Dirigintele/diriginta propune elevilor să se gândească la trei profesii pe care ar vrea să le practice. Apoi să o aleagă pe cea mai importantă pentru sine și să determine traseul educațional necesar de urmat. Elevilor li se va acorda timp pentru ca cei care doresc să prezinte traseul educațional propriu.

Altă variantă

În cazul în care nu este un invitat, dirigintele/diriginta va pregăti un filmuleț, găsit din surse informaționale, în care se vorbește despre reușitele în carieră a unei persoane, despre traseul educațional, despre creșterea în carieră. Elevii vor fi stimulați să analizeze mesajele transmise de persoana respectivă. Dirigintele/diriginta, la fel, poate prezenta propriul traseu educațional.

La etapa de reflecții elevii sunt rugați să răspundă la întrebările formulate la evocare.

EXTINDERE

Dirigintele va oferi întrebări, de exemplu:

- Cum v-ați simțit în discuția cu invitații?
- Ce învățăminte ați preluat de la invitați?
- De ce este necesar să determinăm traseul educațional?
- De ce informații aveți nevoie pentru a schița traseul educațional?
- Cu ce dificultăți v-ați confruntat la etapa de descriere a unui traseu educațional?
- *În ce constă responsabilitatea fiecăruia în alegerea traseului educațional?*
- Ce concluzii ați făcut cu referire la dumneavoastră?

Elevii primesc sarcina să discute cu 1-3 persoane, scopul discuției fiind identificarea avantajelor și oportunităților unui traseu educațional bine gândit și a riscurilor lipsei acestuia sau a unui traseu necorespunzător intereselor.

INDICATORI DE SUCCES

- Elevul manifestă responsabilitate în identificarea traseului educațional.
- Elevul descrie motivele necesității construirii unui traseu educațional.

Fișa resursă pentru Diriginte

Explorarea traseelor educaționale se referă la comportamentul sistematic de colectare a informațiilor referitoare la oportunitățile educaționale și la ocupațiile profesionale. Aceste informații sunt obținute din surse formale și informale, iar corectitudinea lor este esențială pentru a putea face alegeri compatibile cu interesele, valorile și viitoarea profesie. Întrucât oferta educațională este variată se impune consultarea și investigarea mai multor surse de informare și corelarea acestora cu necesitățile individuale.

Explorarea traseelor educaționale vizează:

- Informații despre programele de instruire și formare oferite de instituțiile educaționale.

- Informații despre numărul de locuri disponibil în diferite instituții educaționale.
- Prezentarea tendințelor, a oportunităților educaționale, a formării profesionale și influențele pe care le pot exercita acestea asupra deciziei privind traseul educațional și profesional.
- Informații cu privire la traseele educaționale oferite de diferite instituții.
- Tipuri de școli existente în diferite zone.
- Profilurile și specializările instituțiilor educaționale.
- Condiții de admitere, școlarizare, facilități și dotări existente.
- Calitatea pregătirii (statistici ale rezultatelor la examenul de bacalaureat, numărul de absolvenți care obțin un loc de muncă, proiecte).
- Studiul comparativ al ofertelor: numărul de locuri, clase, filiere, specializări etc.

Sursele de informare pot fi materiale tipărite, sisteme computerizate de informare, materiale audio-vizuale.

TEMA 3. FACTORI CARE INFLUENȚEAZĂ DECIZIA DE CARIERĂ

MESAJUL 3

Poate e dificil, dar e posibil!

Pregătirea activității

Dirigintele va invita la oră 1-2 persoane care sunt dispuse să participe la activitate și să împărtășească elevilor experiența lor în luarea deciziilor privind cariera profesională.

EVOCARE

Dirigintele/diriginta solicită elevilor să-și amintească ultima decizie pe care au luat-o, decizie ce ține de activitățile școlare și extrașcolare.

Elevii urmează să mediteze/să răspundă în caiet la următoarele întrebări:

- Decizia este în concordanță cu valorile mele?
- Peste un oarecare timp, când voi privi înapoi, aș putea să regret sau nu?
- Ce factori m-au influențat să iau decizia dată?
- Care sunt efectele pe termen scurt?
- Care ar putea fi consecințele pe termen lung?

Elevii vor fi rugați să formuleze și să facă referință la o singură idee vizavi de decizie, factori și efectele acesteia.

REALIZAREA SENSULUI

1. Elevii vor fi împărțiți în 5 grupe. Sarcina va fi - identificarea factorilor care influențează luarea deciziei privind cariera:
 - Factorii personali
 - Factorii familiari
 - Factorii de mediu
 - Factorii sociali
 - Mass-media
2. Persoanele invitate sunt rugate să enumere strategii de a face față influențelor negative în decizia privind cariera, apelând la experiența lor și a altora.
3. Prezentări și discuții.
4. Persoanele invitate vor fi rugate să împărtășească experiența personală în ce privește decizia de carieră.
5. Dirigintele/diriginta va stimula elevii să adreseze întrebări.

Discuții:

- Dacă ați pune pe o balanță între factorii interni și cei externi ce influențează alegerea profesiei, care ar fi ponderea acestora pentru fiecare din voi? Argumentați răspunsul.
- Explicați rolul tradițiilor din familie în alegerea profesiei.
- Demonstrați prin exemple influența mass-mediei în alegerea profesiei.
- Ce impact are prestigiul profesiei asupra tinerilor care sunt în prag de decizie?
- Ce acțiuni veți întreprinde pentru depășirea factorilor de influență negativă?

REFLECȚIE

Elevii sunt rugați să scrie 3 lucruri pe care le-au învățat în timpul activității, 2 lucruri pe care le-au știut și s-au confirmat și o întrebare la care nu au primit răspuns.

EXTINDERE

Elevii vor realiza un proiect de cercetare asupra influenței surselor mass-media în procesul de luare a deciziei de carieră asupra adolescenților.

INDICATORI DE SUCCES

- Elevul prezintă dorințele și temerile în legătură cu viitorul său profesional.
- Elevul exprimă o opinie referitoare la viitorul său profesional.
- Elevul descrie viitorul său profesional în baza unui algoritm.

TEMA 4. POTENȚIALUL PROPRIU ȘI SUCCESUL PROFESIONAL**MESAJUL 4**

Valorifică potențialul, muncește și obține succes!

EVOCARE

Dirigintele/diriginta va invita elevii la discuție, utilizând următoarele întrebări/sarcini:

- Descrieți ce reprezintă potențialul propriu.
- Explicați ce este talent și vocație.
- Apreciați pe o scală de 0 la 10 care din factorii potențialului propriu contribuie la succes profesional: aptitudini, abilități, interese, valori, motivație, talent, vocație. (Lista factorilor va fi scrisă pe tablă).
- Care alți factori ai potențialului propriu ați adăuga în lista de mai sus. (Dirigintele analizează împreună cu elevii propunerile și completează lista).
- Ce semnifică pentru voi „a fi persoană de succes”? (Dirigintele scrie pe tablă cuvintele-cheie din răspunsurile elevilor)

REALIZAREA SENSULUI

1. Dirigintele roagă elevii timp de 5 minute să-și amintească o persoană din viața lor pe care au admirat-o și/sau o admiră mult în continuare pentru succesele și realizările sale în plan profesional.
2. Elevii vor nota majoritatea succeselor și realizărilor persoanei date, după care vor scrie ce aptitudini, abilități, competențe, caracteristici posedă persoana dată, care după părerea lor i-a ajutat să atingă aceste performanțe.
3. Elevii vor fi împărțiți în 5 grupuri. Urmează prezentarea persoanei admirate de către fiecare participant în cadrul grupului format.
4. Dirigintele propune elevilor să lucreze **în continuare** asupra unui mini proiect de dezvoltare personală, răspunzând la următoarele întrebări:

- Ce calități și/sau comportamente posed eu la moment?
- Ce calități și/ sau comportamente vreau să preiau de la persoana dată pentru a avea succes?
- Ce calități doresc să-mi dezvolt în continuare?
- Ce trebuie să fac concret pentru a-mi dezvolta aceste calități?
- Cum aş putea folosi persoana dată ca resursă pentru dezvoltarea personală?

REFLECȚIE

1. Elevii rămân în grupurile formate.
2. Fiecare grup va primi câte o „definiție” a succesului profesional. (Fișa resursă)
3. Elevii sunt rugați să opteze Pro sau Contra ideii expuse în fișă, să formuleze argumente întru susținerea părerii. Elevii sunt rugați să vină cu dovezi din experiența persoanelor de succes cunoscute și să formuleze o concluzie.
4. Fiecare grup prezintă – definiția, argumente, dovezi, concluzie.

EXTINDERE

Elevii vor realiza un interviu proiectat în viitor cu „persoana de succes din sine” (la lecție sau acasă). Dirigintele va sugera repere pentru interviu:

- Cine sunt Eu?
- Cum am reușit să ating performanțele?
- Ce rol au jucat valorile în atingerea succesului profesional?
- Care sunt factorii care mi-au asigurat succesul profesional?
- Ce abilități și deprinderi am dezvoltat pentru a atinge performanțele?
- Ce lecție de viață am învățat din experiența proprie?

INDICATORI DE SUCCES

- Elevul definește indicatorii succesului profesional.
- Elevul explică relația dintre potențialul propriu și succesul profesional.
- Elevul descrie profilul unei persoane de succes.

Fișa resursă

1. Să ai succes nu presupune să respecti o rețetă, nu înseamnă să deții anumite trăsături speciale, calități, competențe, abilități sau atitudinea corespunzătoare, ci să ai pachetul optim cu toate acestea îmbinate, personalizat nevoii tale în atingerea scopului dorit.
2. Succesul reprezintă efectul produs de relația dintre așteptările, obiectivele personale urmărite și rezultatele obținute. În carieră, abilitățile personale și competențele profesionale utilizate eficient într-un cadru predefinit, conduc la performanțele dorite.
3. Persoană care vrea să atingă succesul trebuie să își folosească puterile, valorile și avantajele, dar în același timp, trebuie să fie conștientă de obstacolele care vor apărea pe drum și care fac parte din acest proces.
4. Succesul este o stare, reflectată în interior și la exterior. Succesul profesional înseamnă cunoașterea calităților personale și încrederea în acestea, și este direct proporțional cu munca depusă și pasiunea pentru atingerea lui.
5. Succesul se referă la o poziție importantă în ochii lumii, sau la o slujbă de pe urma căreia provin mulți bani și toate plăcerile materiale și confortul pe care acesta îl implică.

TEMA 5. SECURITATEA ÎN REȚELELE SOCIALE**MESAJUL 5***Filtrează informația și nu te rătăci în rețea!***Pregătirea activității**

Dirigintele va solicita 2-3 elevi să cerceteze și să pregătească o prezentare a paginilor web ale instituțiilor de învățământ (școli profesionale, colegii, universități etc.) din Republica Moldova și din alte țări.

EVOCARE

Dirigintele propune elevilor să identifice avantajele și dezavantajele internetului în procesul de informare privind alegerea profesiei și a traseului educațional. (de evitat discuțiile generale despre avantajele și riscurile internetului)

Varianta 1

Pentru realizarea sarcinii elevii vor fi împărțiți în 4 echipe. Fiecare echipă va primi câte o coală de flipchart și markere. Sarcini pentru echipe timp de 5 min:

- **Echipea 1** – identifică minimum 3 avantaje și 3 dezavantaje ale internetului în construirea traseului educațional.
- **Echipea 2** – identifică minimum 3 avantaje și 3 dezavantaje ale internetului în dezvoltarea carierei.
- **Echipea 3** – identifică minimum 3 avantaje și 3 dezavantaje ale internetului în dezvoltarea personală.
- **Echipea 4** – identifică minimum 3 avantaje și 3 dezavantaje ale internetului în alegerea profesiei.

Echipele prezintă produsul discuțiilor.

Dirigintele/diriginta solicită elevilor să formuleze concluzii.

Varianta 2

Sarcina poate fi realizată frontal. Dirigintele va nota pe tablă avantajele și dezavantajele propuse de elevi.

Dirigintele/diriginta solicită elevilor să formuleze concluzii.

REALIZAREA SENSULUI

1. Elevii ce au studiat pagini web ale instituțiilor de învățământ (școli profesionale, colegii, universități, etc.) din țară și din străinătate sunt solicitați să expună rezultatele cercetării
2. În timp ce au loc prezentările, elevii sunt rugați să răspundă în scris la întrebarea - Ce trebuie să cunoaștem despre instituția de învățământ aleasă?

REFLECȚIE

1. La finele prezentărilor elevii for forma grupuri constituite din 4-5 persoane și timp de 5 min vor enumera criteriile de alegere a unei instituții de învățământ.
2. Dirigintele solicită elevilor să expună rezultatele discuțiilor, intervenind, la necesitate, cu sugestii și recomandări (Fișa resursă).

EXTINDERE

În baza criteriilor de alegere a unei instituții de învățământ, elevii vor avea sarcina de a elabora fișa a două instituții diferite (de ex. un colegiu și o universitate din Republica Moldova, două universități din țări diferite, un colegiu și o școală profesională etc.)

INDICATORI DE SUCCES

- Elevul manifestă atitudine critică față de informațiile expuse pe internet cu referire la dezvoltarea profesională și profesională.
- Elevul cercetează site-uri ale instituțiilor de învățământ.
- Elevul selectează instituția de învățământ în baza unor criterii stabilite.

Fișa resursă pentru Diriginte

Criteriile pentru alegerea unei instituții de învățământ

- Brandul și prestigiul instituției
- Brandul cadrelor didactice - profesori renumiți în domeniul predat
- Numărul de locuri la buget
- Numărul de locuri la contract
- Alte servicii oferite de instituție fără taxe
- Criteriile de selecție la admitere
- Amplasarea blocurilor de studii și transportul disponibil
- Programul de studii și curricula potrivite intereselor
- Posibilitatea de angajare după **absolvire**
- Posibilitățile și condițiile de cazare/campus
- Activități extracurriculare

Pentru alegerea instituțiilor de învățământ din afara țării se va ține cont de următoarele aspecte:

- Limba vorbită acolo, limba de studiu și abilitățile lingvistice personale.
- Abilitatea de a se adapta la un nou context cultural.
- Posibilitățile financiare.

TEMA 6. VOLUNTARIATUL ȘI PROFESIA

MESAJUL 1

Vrei să ai succes și să fii fericit, ajută pe cineva!

EVOCARE

Dirigintele/diriginta inițiază o discuție cu elevii:

- Cine poate fi voluntar?
- Care activități sunt considerate de voluntariat?
- De ce credeți că oamenii fac voluntariat?
- Ce înțelegeți prin voluntariat spontan și voluntariat organizat?

REALIZAREA SENSULUI

1. Dirigintele/diriginta repartizează fiecărui elev câte un tabel (Fișa resursă) sau îl desenează din timp pe tablă și elevii îl fac în caiete. Apoi solicită să elaboreze o listă de activități de voluntariat pe care ar dori să le desfășoare în localitate/comunitate, notând motivele personale și posibile beneficii.
2. În grupuri câte 4 elevii discută produsele individuale.
3. Dirigintele solicită fiecărui grup de elevi să enumere câte 3 activități de voluntariat ce pot fi desfășurate în localitate/comunitate, reieșind din cele trecute în tabele. La fel, să enumere 5 beneficii ale activității de voluntariat. Apoi sugerează elevilor să identifice în baza rubricii beneficii legătura dintre voluntariat și profesie.
4. Dirigintele va nota pe tablă/flipchart activitățile și beneficiile.

REFLECȚIE

Dirigintele stimulează elevii să formuleze concluzii în baza întrebărilor:

- Cum a fost pentru voi să completați tabelul?
- După discuția în grup ce concluzii formulați pentru voi personal?
- Explicați relația dintre motivație, activitatea de voluntariat și activitatea profesională?

EXTINDERE

Elevii pot forma grupuri de inițiativă pe grupuri de interese privind voluntariatul și apoi realiza un plan de acțiuni (activitate de caritate, rezolvarea unei probleme din comunitate/cartier, protejarea spațiilor verzi, activități de susținere și de agrement pentru copiii din centre comunitare etc.)

Sugestie: stimulați elevii să-și imagineze rolul de voluntar, fără să se simtă obligați de a face voluntariat.

Alte variante:

1. Invitarea unei persoane care a avansat în carieră grație activităților de voluntariat.
2. Invitarea unui consultant pentru a oferi suport în realizarea unui plan de acțiuni de voluntariat. Persoana poate fi reprezentant ONG, specialist în problemele tineretului etc.

INDICATORI DE SUCCES

- Elevul analizează motivele personale de implicare în activitatea de voluntariat.
- Elevul identifică beneficiile voluntariatului pentru viitoarea carieră.
- Elevul determină opțiunile de voluntariat din localitate/ comunitate.

Fișa resursă

Activitatea	Motivația	Beneficii
1.	a. _____ b. _____ c. _____	a. _____ b. _____ c. _____
2.	a. _____ b. _____ c. _____	a. _____ b. _____ c. _____
3.	a. _____ b. _____ c. _____	a. _____ b. _____ c. _____

TEMA 7. POSIBILITĂȚI VIRTUALE DE INFORMARE**MESAJUL 1**

Fii conectat în mod sigur pe networking!

EVOCARE

Dirigintele/diriginta invită elevii la o discuție despre rețelele de socializare:

- Ce rețele de socializare cunoașteți?
- Ce rețele de socializare utilizați voi?
- Care este scopul/ ce urmăriți prin utilizarea rețelelor de socializare?
- Cum pot fi utilizate rețelele de socializare în scopul dezvoltării profesionale?

REALIZAREA SENSULUI

1. Clasa de elevi este împărțită în grupuri câte 4-5 persoane.
2. Fiecare grup va primi textul din *Fișa resursă 1* pentru lectură.
3. Dirigintele/diriginta enunță problema „*Efectele și securitatea în rețelele de socializare*”, explică sarcina și strategia de realizare prin tehnica SWOT.
4. Grupurilor li se repartizează coli flipchart și markere, pe care sunt trecute unul din cadranele SWOT (puncte forte, puncte slabe, dificultăți/riscuri/bariere, oportunități).
5. Sarcina elevilor va fi să acumuleze opinii pentru un anumit cadran în baza textului și a experienței proprii sau a altor persoane.
6. La expirarea timpului se trece la analiza ideilor.

În timpul prezentărilor dirigintele va stimula elevii să argumenteze opiniile.

O altă variantă

Clasa poate fi organizată pentru lucru în plen, frontal, oricine are vreo idee, în legătură cu problema discutată, o enunță și dirigintele sau elevii o vor scrie pe tablă.

REFLECȚIE

Elevii sunt rugați să elaboreze 3 strategii de securitate personală în rețelele sociale.

Prezentări. Discuții.

EXTINDERE

Elevii vor primi sarcina să cerceteze funcționalitatea rețelelor sociale după anumite criterii. (*Fișa resursă 2*)

INDICATORI DE SUCCES

- Elevul prezintă avantajele și riscurile rețelelor de socializare.
- Elevul exprimă opinii referitoare la utilizarea rețelelor de socializare.
- Elevul își stabilește reguli de securitate în rețelele de socializare.

Fișa resursă 1

Rețele de socializare și networking

LinkedIn este cea mai mare rețea de socializare profesională, unde poți lua contact cu specialiști din domeniul tău. Este important nu doar să ai conexiuni, ci și să faci parte dintr-o rețea activă, pentru a fi informat cu ceea ce se întâmplă în domeniul tău de activitate.

Poți utiliza rețeaua socială **Facebook** pentru a găsi noi oportunități de job-uri sau de dezvoltare a carierei, făcând cunoscută în mediul contactelor tale dorința de a te angaja sau de a-ți schimba locul de muncă. În acest sens, trebuie să acorzi atenție pozei de profil, precum și informațiilor menționate, care trebuie să aibă un caracter profesional. Dacă vizezi o anumită companie care are cont pe Facebook, îi poți da like și astfel, vei fi la curent cu toate noutățile postate de aceasta.

Indiferent de rețeaua de socializare utilizată, dezvoltarea rețelei de contacte este esențială. În acest sens, poți parcurge următoarele etape:

- Intră în grupuri profesionale din domeniul sau domeniile care te pasionează, în care lucrezi sau în care ai vrea să lucrezi. Participă la evenimentele organizate de acestea pentru că vei avea posibilitatea să întâlnești oameni cu care ai lucruri în comun și astfel vei îmbina utilul cu plăcutul.
- Poți contacta specialiști ale căror activitate ai urmărit-o și, într-un mod diplomat și cât mai concis, să te prezinți și să îți exprimi dorința de a afla informații despre un anumit

domeniu sau poți solicita ajutorul pentru soluționarea unei probleme cu care te confrunți.

- Odată stabilite relațiile, acestea trebuie întreținute. Spre exemplu, dacă persoana cu care ai luat contact te-a ajutat cu un sfat, ai putea să o ții la curent cu evoluția lucrurilor.

Cu toate acestea două mari aspecte se evidențiază de la bun început: securitatea părții tehnice și securitatea personală a utilizatorului.

În mod bizar, din punct de vedere al securității utilizatorului, marea slăbiciune a rețelelor sociale sunt tocmai punctele lor tari. Astfel, rețelele sociale încurajează și facilitează interacțiunea deschisă între utilizatori care se cunosc între ei sau au preocupări comune, dar astfel legăturile se diluează cumva sau chiar se pierd.

Odată ce o informație a fost postată online, ea și-a pierdut caracterul privat. Cu alte cuvinte, cu cât postezi mai multe informații despre persoana ta, cu atât ești mai vulnerabil. Trebuie luat în calcul că informațiile personale postate pot fi folosite împotriva ta sau împotriva prietenilor din lista sau cercul tău. Cu cât postezi mai multe informații, cu atât livrezi mai multă «muniție» celor capabili să-ți spargă contul, să intre din contul tău în cel al prietenilor sau asociaților, să-ți instaleze viruși sau troieni și multe alte intervenții prin care poți fi păgubit. La fel, nu trebuie de uitat și faptul că rețelele sociale abundă în crackeri, infractori de drept comun sau chiar concurenți de afaceri ori rivali politici, iar toți aceștia studiază mediul online pentru identificarea de victime.

Fișa resursă 2

	facebook	LinkedIn	twitter	Одноклассники
Nume	Facebook	LinkedIn	Twitter	Одноклассники
Grupul țintă/ audiența primară				
Pentru ce este potrivit?				
Beneficiul major				
Riscurile				
Strategie de securitate				

TEMA 8. ETAPE ÎN LUAREA DECIZIILOR

MESAJUL 8

Ești făuritorul destinului, deci asumă-ți decizia!

EVOCARE

Dirigintele/diriginta prezintă elevilor etapele de luare a unei decizii. Dacă e posibil etapele sunt tipărite separat pe foi A4. sau sunt scrise de mână. Etapele sunt afișate în ordine greșită. Elevii sunt rugați să rearanjeze etapele de luare a unei decizii în ordinea corectă. (Fișa resursă)

- Care sunt riscurile omiterii unor etape în decizia de carieră?
- Cât de important este să parcurgem anumite etape în luarea unei decizii?

REALIZAREA SENSULUI

1. Elevii vor primi tabelul cu etapele de luare a deciziei în carieră. (Fișa resursă)
2. Dirigintele va solicita elevilor să studieze tabelul și să adreseze întrebări dacă au neclarități.

3. Elevii vor începe să realizeze sarcina în clasă și vor continua acasă.
- Cum v-ați simțit în timpul completării tabelului?
 - Care din aceste etape credeți că este mai ușoară, care este mai dificilă?
 - Ce vă face să credeți așa?
 - De ce aveți nevoie pentru a depăși obstacolele în luarea deciziei în carieră?

Sugestie: Pentru a evita monotonia pot fi incluse discuții după completarea fiecărei etape a luării deciziei.

REFLECȚIE

Elevii sunt solicitați să comenteze enunțurile:

- Deciziile legate de carieră nu au nimic de-a face cu viața personală.
- Activitățile extrașcolare stimulează procesul decizional în ce privește cariera.
- «O decizie reală este măsurată prin faptul ca te-ai îndreptat către o acțiune nouă. Dacă nu există o acțiune, înseamnă că nu ai fost cu adevărat hotărât.» - Tony Robbins

EXTINDERE

Elevii vor alege o persoană semnificativă/importantă pentru ei și vor discuta despre procesul de luare a deciziei în carieră. Vor urmări dacă persoana a parcurs etapele de luare a deciziei sau nu. În ambele situații elevii vor evalua gradul de satisfacție profesională, efectele și consecințele de lungă durată.

INDICATORI DE SUCCES

- Elevul cunoaște etapele de luare a unei decizii.
- Elevul își asumă responsabilitatea pentru decizia de carieră.
- Elevul realizează primii pași în luarea deciziei de carieră.

Fișa resursă 1

Etape în luarea deciziei

D – Definește activitatea

E – Enumeră opțiunile

C – Colectează informațiile despre opțiuni

I – Investighează aspectele pro și contra referitoare la opțiuni

D – Decide care este cea mai bună variantă

E – Elaborează un plan de acțiuni

Fișa resursă 2

Etape în luarea deciziei de carieră

Etape și întrebări în luarea deciziei	Răspunsuri
1. <i>Definește activitatea:</i> - La ce se referă decizia mea cu adevărat? - Ce trebuie să fac și până când? - Care sunt resursele mele?	
2. <i>Enumeră opțiunile:</i> - Care sunt alternativele? - Care sunt posibilele căi de acțiune?	
3. <i>Colectează informațiile despre opțiuni:</i> - Care sunt informațiile despre mine ce pot fi relevante, de exemplu, domeniile de interes, aptitudinile, abilitățile și calitățile personale? - Cine mă poate ajuta? - Unde pot găsi informațiile de care am nevoie?	

<p>4. <i>Investighează aspectele pro și contra referitoare la opțiuni:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Care sunt avantajele și dezavantajele fiecărei acțiuni? - Cât/ce mă costă (timp, efort) să pun în aplicare aceste alternative? - Care pot fi dificultățile cu care mă pot confrunta? - Care este calea optimă pentru mine? 	
<p>5. <i>Decide care este cea mai bună variantă:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Cum elimin alternativele inutile? - Cine trebuie să aibă un cuvânt de spus în decizia mea? - Când trebuie să iau decizia (nu cumva prea devreme sau prea târziu?) - Care este legătura dintre decizia pe care o iau acum cu alte decizii viitoare? - Care sunt consecințele probabile ale alegerii unei opțiuni anume? - Am și un plan de rezervă? 	
<p>6. <i>Elaborează un plan de acțiuni:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Cum voi implementa decizia luată? - Un plan de acțiune ar fi de folos? - Sunt destul de insistent? - Cum îmi voi revizui decizia, astfel încât să o pot schimba dacă este necesar? 	

RESURSE BIBLIOGRAFICE

1. Băban, A. *Consiliere educațională. Ghid metodologic pentru orele de dirigenție și consiliere*, 2009.
2. Birkenbihl V., *Antrenamentul comunicării sau arta de a ne înțelege*, Editura Gemma Press, București, 1997.
3. Bocoș, M., *Instruire interactivă*, Editura Presa Universitară Clujeană, Cluj Napoca, 2002.
4. Cartaleanu, T.; Cosovan, O.; Goraș-Postică, V.; Lîsenco, S.; Scifos, L., *Formarea competențelor prin strategii didactice interactive*, Centrul Educațional PRO DIDACTICA, Chișinău, 2008.
5. Călineci, M. *Cunoașterea elevului*, Ed. a 2-a, rev. Educația 2000+, București, 2009.
6. Chicu V (coord.), *Formarea continuă a cadrelor didactice în contextul educației centrate pe cel ce învață*, CEP USM, Chișinău, 2010.
7. Chirică, S., Andrei, D., Ciuce, C. *Aplicații practice ale psihologiei organizaționale*, 2009.
8. *Consilierea și orientarea în carieră – ghid pentru studenți și absolvenți*. Universitatea Politehnică din București, Centrul de Consiliere și Orientare în Carieră, 2008.
9. Cosmovici A., Iacob L., *Psihologie școlară*, Editura Polirom, Iași, 1999.
10. Cristea G., *Managementul lecției*, Editura Didactică și Pedagogică, București, 2007.
11. Cucuș, C., *Pedagogie*, ediția a II-a, revăzută și adăugită, Editura Polirom, Iași, 2006.
12. Dalat, Y. *Ghidul reușitei tale profesionale*, Editura Polirom, Iași, 2003.
13. Dandara O., *Ghidarea și proiectarea carierei în contextul educației permanente*. Chișinău: CEP USM, 2012.
14. Dandara, O., Mija, V. *Proiectarea carierei și ghidarea în carieră: Suport metodologic pentru elevii și cadrele didactice din învățământul secundar vocațional-tehnic*. CEP USM, Chișinău, 2014.
15. Jigău, M. *Consilierea carierei. Compendiu de metode și tehnici*. Editura SIGMA, București, 2007.
16. Joiță E., *Management educațional*, Polirom, Iași, 2000.
17. Gheorghe, A., Mățan, I., Maftai, M. *Dirigenția și consilierea. Ghid metodologic*. Editura Alexandru Gheorghe, Craiova, 2004.
18. *Ghid de implementare a curriculumului modernizat pentru treapta liceală (la diferite discipline)*, Ministerul Educației al Republicii Moldova, Proiectul "Educație de calitate în mediul rural din Republica Moldova", Ed. Cartier, Chișinău, 2010.
19. Goleman D., *Inteligența emoțională*, Editura Curtea Veche, București, 2001.
20. Colwell, P. *Cheia succesului*, Editura Polirom, Iași, 2003.
21. Gulei, M-E., Serea, A. *Orientarea și consilierea în carieră: ghidul profesorului*. Editura Spiru Haret, Iași, 2011.
22. Gulei, M-E., Serea, A. *Orientarea și consilierea în carieră: manualul elevului*. Editura Spiru Haret, Iași, 2011.
23. Guțu VI. (coord.), *Educația centrată pe cel ce învață*. Ghid metodologic, CEP USM, Chișinău, 2009.
24. Guțu VI. (coord.), *Psihopedagogia centrată pe copil*, CEP USM, Chișinău, 2008.
25. Ionescu, M. *Demersuri creative în predare și învățare*, Editura Presa Universitară Clujeană, Cluj-Napoca, 2000.

26. Ionescu M., Radu I., *Didactica modernă*, Cluj-Napoca, Editura Dacia, 2001.
27. Iucu, R. *Managementul și gestiunea clasei de elevi*, Polirom, Iași, 2000.
28. Lemeni, G., Axente, A. *Consiliere și Orientare. Ghid de educație pentru carieră. Activități pentru clasele IX-XII/SAM*, 2004.
29. Lemeni, G., Miclea, M. *Consiliere și Orientare. Ghid de educație pentru carieră*, 2010.
30. Minder, M., *Didactica funcțională. Obiective, strategii, evaluare*, Ed. Cartier, București, 2003.
31. Măgurianu, L. A., Azoitei, N. D. *Un ghid mic pentru o carieră mare*. ediția a II-a revizuită, Asociația Alternative Sociale, Iași, 2006.
32. Nicu, A. *Strategii de formare a gândirii critice*, Editura Didactică și Pedagogică, București, 2007.
33. Salomia, E., Marcinschi, M. *Ghidul carierei mele*. București: Centrul Educația 2000+, 2002.
34. Schaffer, R. *Introducere în psihologia copilului*, 2010.
35. Sclifos L., Goraș-Postică V.ș.a., *O competență-cheie: a învăța să înveți*. Ghid metodologic, Chișinău, C. E.PRO DIDACTICA, 2010.
36. *Succesul profesional: ghidul profesorului și al consultantului voluntar/ Junior Achievement Romania*, București, 2012.
37. Papuc, I., Albu, M., Jurcău, N. *Procesul decizional managerial în sfera educațională*, 2011.
38. Pease A., Garner A., *Limbajul vorbirii-arta conversației*. Editura Polimark, București, 1994.
39. Temple, Ch.; Steele, J.L.; Meredith, K.S., *Aplicarea tehnicilor de dezvoltare a gândirii critice*. Centrul Educațional PRO DIDACTICA, Chișinău, 2003.
40. Tomșa Gh., *Consilierea și orientarea în școală*. Casa de Editură Viața Românească, București, 1999.

