

**UNIVERSITATEA SPIRU HARET**



**CENTRUL DE CONSILIERE  
ȘI ORIENTARE ÎN CARIERĂ**

**RAPORT DE ACTIVITATE**

**2022-2023**

Prezentul Raport al Centrului de Consiliere și Orientare în Carieră al Universității *Spiru Haret* (USH) prezintă activitățile specifice desfășurate în anul universitar 2022-2023, atât în cadrul departamentului de consiliere și orientare în carieră, cât și la nivelul campusurilor universitare din București, Brașov, Constanța, Craiova și Câmpulung.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

CCOC a desfășurat activități de dezvoltare personală cu trei grupuri de studenți.



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

---

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

În baza unui contract de colaborare între CCOC și Facultatea de Medicină Veterinară, reprezentantul CCOC, dna Elena Sandu a desfășurat activități de consiliere de grup și workshopuri cu studenții pe parcursul anului universitar.

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

CCOC a participat la conferința „**Importanța consilierii în carieră în demersul de adaptare a tinerilor absolvenți la cerințele pieței muncii**” 17-18 noiembrie, Universitatea din Craiova.

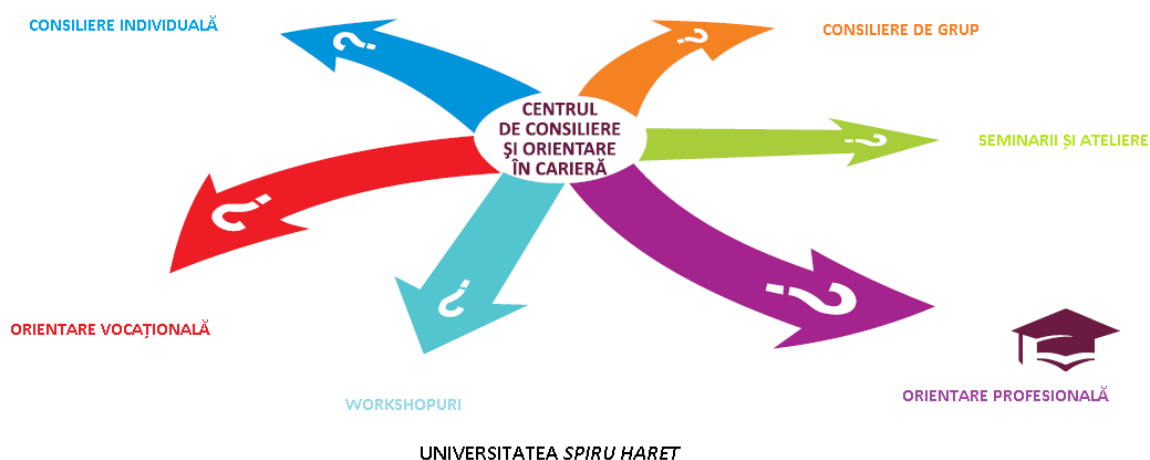
CCOC a participat în data de 09.12.2022 la conferința „*Consilierea în carieră și profesiile viitorului*”, organizată de Academia de Studii Economice din București.

CCOC a participat la conferința „**Consilierea carierei, încotro?**”, organizată de Universitatea de Vest din Timișoara în datele de 15-16 decembrie 2022.

CCOC a participat la întâlnirea de lucru a ministerului educației „**Conștientizarea nevoilor specifice ale studenților cu dizabilități în mediul universitar**”.

CCOC a participat la **Webinarul Euro Guidance** în data de 30 martie 2023.

CCOC a participat la Sesiunea de comunicări științifice studențești „Noi orizonturi în științele comportamentale și ale educației” ediția a VII-a – new horizons in psychology and education scienc.



### **Promovarea Universității *Spiru Haret* și serviciilor CCOC**

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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



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

---

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

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

- Întâlnirile bilunare ale celor trei grupuri de dezvoltare personală, prima întâlnire 6 octombrie 2022
- Consiliere pentru carieră, 13 octombrie 2022
- Practica de consiliere, 19 octombrie 2022
- Cum ne pregătim în cadrul practicii de specialitate, 20 octombrie 2022
- Importanța consilierii vocaționale și a carierei; reprezentarea consilierii în România, 21 octombrie 2022
- Tehnici de comunicare în cabinetul de consiliere, 26 octombrie 2022
- Ce este psihicul uman, 27 octombrie 2022
- Relație și empatie în consilierea vocațională și a carierei clientului, 28 octombrie 2022
- Fișele de lucru în consilierea vocațională și a carierei, 2 noiembrie 2022
- Consilierea și orientarea vocațională, 2 noiembrie 2022
- Ce este suportul emoțional, când îl acordăm?, 3 noiembrie 2022
- Testele standardizate în consilierea vocațională și a carierei, 11 noiembrie 2022
- Consiliere pentru carieră, 11 noiembrie 2022
- Obiectivele de lucru în consilierea vocațională și a carierei, alinierea procesului la nevoile clientului, 16 noiembrie 2022
- Cum alegem specializările profesiei – masterat și formare, 16 noiembrie 2022
- Terapeutul psy, ce este și cum îl alegem, 17 noiembrie 2022
- Consiliere pentru carieră, 18 noiembrie 2022
- Constelațiile sistemice – legile sistemelor familiale, 23 noiembrie 2022
- Metode de intervenție în consilierea vocațională și a carierei, 25 noiembrie 2022
- Metode de marketing pentru client în consilierea vocațională și a carierei, 30 noiembrie 2022

- Relațiile de cuplu, cum le construim conștient, 7 decembrie 2022
- Cadrul și relația terapeutică, 8 decembrie 2022
- Prezentarea serviciilor CCOC, 13 decembrie 2022
- Elaborarea studiului de caz în consilierea vocațională și a carierei, 16 decembrie 2022
- Repere valorice și granițe sănătoase în personalitatea consilierului, 21 decembrie 2022
- Noțiuni și activități practice în consilierea vocațională și a carierei, 21 noiembrie 2022
- Diferența între consiliere și psihoterapie, 23 decembrie 2022
- Cum luăm decizii? Factori interni și externi implicași în procesul decizional, 11 ianuarie 2023
- Cazuistică și specific în consilierea vocațională și a carierei, 13 ianuarie 2023
- Jocul de rol în didactica terapeutică, 13 ianuarie 2023
- Educația Mariei Montessori, 14 ianuarie 2023
- Inteligența emoțională – repere, 18 ianuarie 2023
- Introducere în practica consilierii, 27 februarie 2023
- Consilierea vocațională a adolescenților, 8 martie 2023
- Abilități de construire a relației cu clienții în evaluarea vocațională și a carierei, 17 martie 2023
- Cum gestionăm anxietatea de evaluare, 22 martie 2023
- Masteranzi la facultatea de psihologie, practica de specialitate la patul bolnavului, „Casa seniorilor-FRM” – Interviu clinic, 23 martie 2023
- Antrenament de autoapreciere, 24 martie 2023
- Tehnici de evaluare a aptitudinilor, valorilor și intereselor în consilierea carierei, 24 martie
- Tehnici de comunicare în cabinetul de consiliere, 27 martie 2023
- Motivație și personalitate în consilierea carierei, 31 martie
- Cerc de statistică, 4 aprilie 2023
- Doliu în grupurile de sprijin, 5 aprilie 2023
- Testare și relevanța testului psihologic în consilierea vocațională și a carierei, 7 aprilie 2023
- Consilierea părinților cu copii adolescenți, 12 aprilie 2023
- Obiectivele în consilierea vocațională și a carierei, 21 aprilie 2023



- Să ne dezvoltăm inteligența emoțională-dinamica emoțiilor umane, 26 aprilie 2023
- Practica de specialitate pentru studenții la psihologie, 27 aprilie 2023
- Metode de intervenție în consilierea carierei, 28 aprilie 2023
- Comunicarea în relația adolescent-părinte, 3 mai 2023
- Marketing personal și managementul informației în consilierea carierei, 5 mai 2023
- Consilierea carierei – repere, 10 mai 2023
- Planul de acțiune și consilierea vocațională și a carierei, 12 mai 2023
- Forme psihoterapeutice – constelații familiale, 16 mai 2023
- Cum creem un spațiu securizant în cabinetul de consiliere, 17 mai 2023
- Chestionare și teste standardizate și nestandardizate în consilierea vocațională și a carierei, 19 mai 2023
- Process communication model, 24 mai 2023
- Gestionarea emoțiilor și creșterea încrederei în sine, în ultimele zile dinaintea examenului, 26 mai 2023
- Dezvoltarea personală (suport vocațional și psiho-emoțional) studenți la Facultatea de Medicină Veterinară USH, 30 mai 2023
- Cum setăm granițe sănătoase, 31 mai 2023.

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

Temele de discuții abordate în cadrul întâlnirilor au fost:

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



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

---

- Stilul decizional;
- Managementul stresului;

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

Membrii CCOC au organizat și desfășurat activități de tutoriat în vederea formării și dezvoltării competențelor de consiliere psihologică și orientare în carieră, în cadrul *stagiului de practică de specialitate* a studenților de la programul de studii Psihologie, anul II IF și IFR. În cadrul CCOC, studenții la psihologie au desfășurat activități de tipul: documentare asupra literaturii de specialitate, studiul documentației proprii CCOC și a instrumentelor de lucru, aprofundarea tehnicilor de consiliere și orientare în carieră, discuții interactive, studii de caz.

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