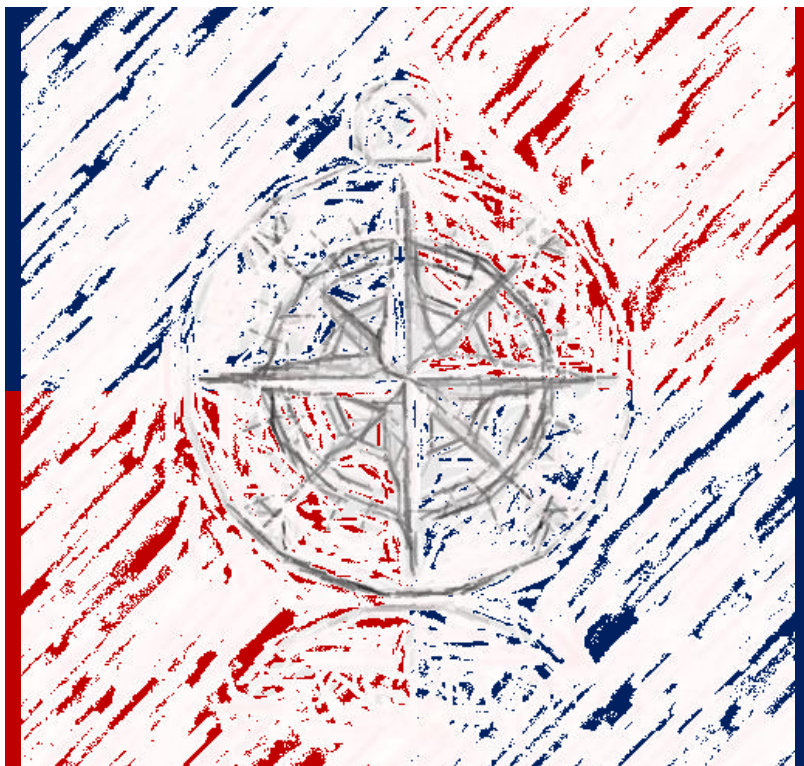


BROȘURĂ

ORIENTARE ȘCOLARĂ ȘI PROFESIONALĂ (GHID PENTRU DIRIGINȚI)



CJRAE-CJAP MUREȘ
2020



Echipa de elaborare a broșurii:

psih. Adriana Cerghedi, director C.J.R.A.E.

psih. Cordoș Oana

psih. Moldovan Adrian CJRAE

psih. Kiss István CJRAE



CUPRINS

	Pag.
Introducere în consilierea pentru carieră	4
Decizia în carieră	9
Digrama ofertei educaționale la final de clasa aVIII-a	12
Filiere - profil - specializări	13
Descrierea filierelor	14
Oferta educațională	
▪ Filiera teoretică	15
▪ Filiera tehnologică	18
▪ Filiera vocațională	21
▪ Învățământ profesional	22
Exerciții	
▪ Autoportret	25
▪ Treptele carierei	26
▪ Proiectele tale	27
▪ Temperament	28
▪ Trăsături de personalitate	29
▪ Chestionar de interese	30
▪ Aptitudinile mele	31
▪ Tipuri de inteligență	32
▪ Stil de învățare	34
▪ Stima de sine	36
▪ Valorile profesiei tale	37
▪ Aptitudini-trăsături de personalitate-interese	38
▪ Studiile mele	39
▪ Analiza profilului	40
▪ Autoevaluare	41
▪ O meserie pentru fiecare	42
Anexe	44

INTRODUCERE

Orientarea școlară și profesională, etapă în procesul de dezvoltare a unei cariere, primește greutate dacă, privind global semnificația unei cariere, o identificăm nu doar cu un loc de muncă, ci cu *un stil de viață*. Venitul, stresul, condițiile de muncă, educația, hobby-urile, prietenii, prestigiul, viziunea asupra lumii, sentimentul de siguranță, timpul liber, hainele și locul în care trăim, chiar și trăsături de personalitate sunt legate de alegerile de muncă ale unei persoane de-a lungul vieții. În acest sens, merită luate în considerare studiile care prezintă consilierea pentru carieră drept *terapeutică*. Cu alte cuvinte, există o corelație pozitivă între carieră și ajustarea personală (Crites, citat de Gladding, pag. 349). Persoanele care au rezolvat cu succes deciziile de carieră dobândesc încredere, deprinderi și abilități care pot fi folosite în gestionarea și altor tipuri de probleme. În plus, odată rezolvate problemele de carieră, pot să investească energie și în alte domenii ale vieții.

Procesul de alegere a unei cariere este unic pentru fiecare persoană. Alegerea este influențată de factori precum stilul de personalitate, vârsta, presiunea socială, nivelul de înzestrare, genul, cultura familiei în care a crescut și, de ce nu, șansa, întâmplarea. Economia globală dintr-o anumită perioadă joacă, de asemenea, un rol major. În prezent, în economia globală, accentul cade pe „munca în echipă cu un caracter competitiv, satisfacerea nevoilor clientului, învățare continuă și inovație” (Staley și Carey, 1997, citați de Gladding, pag. 348). ***În condițiile în care în următorii 20 de ani există o mare probabilitate ca în multe profesii de tradiție omul să fie înlocuit de mijloace automatizate, noi provocări își vor face locul în procesul de alegere și menținere a unei cariere.***

În România, practica orientării pentru carieră a suferit două neajunsuri. Primul, reprezenta practica punctiformă a activității de orientare, anii terminali ai unui ciclu școlar (clasa a VIII-a, clasa a XII-a, eventual clasa a V-a) fiind momentele de concentrare a acțiunilor de orientare, când, elevii, presați de timp și neînarmați cu capacități decizionale, erau nevoiți să facă o alegere în privința traseului ulterior de carieră. Al doilea neajuns a fost determinat de o problemă conceptuală; orientarea a fost concepută ca o activitate specială, care trebuie realizată în paralel cu procesul de învățământ și de către cadre specializate. Astfel, aceasta a fost lăsată, în mare parte, în seama centrelor de orientare școlară și profesională, care aveau oricum resurse umane foarte reduse și care nu puteau face față în acest fel cererilor multiple ale școlilor. În fapt, dezvoltarea identității vocaționale și pregătirea tinerilor pentru carieră este *unul din obiectivele principale ale întregului proces de învățământ*. Cunoștințele, abilitățile și deprinderile dobândite în școală trebuie să le permită acestora să-și dezvolte individual o carieră profesională. (Adriana Băban, 2009).

Reflecție personală

Cum ați devenit interesat de cariera pe care o urmați? Ați beneficiat de vreo formă de consiliere pentru carieră? Dacă nu, în ce fel credeți că v-ar fi fost de folos?

Cadrul teoretic privind consilierea pentru orientare școlară și profesională

În această secțiune sunt prezentate succint câteva dintre cele mai utilizate teorii în încercarea de a explica modul în care alegem o anumită carieră.

Teoria Trăsătură-Factor

Această teorie pune accentul pe unicitatea persoanei, considerând că satisfacția într-o anumită ocupație depinde (în cea mai mare măsură) de gradul de potrivire dintre *tipul de personalitate, mediul profesional și clasa socială*. John Holland propune șase tipuri de personalitate cărora le corespund șase domenii de activitate: (R) realist, (I) investigativ, (A) artistic, (S) social, (I) întreprinzător, (C) convențional.

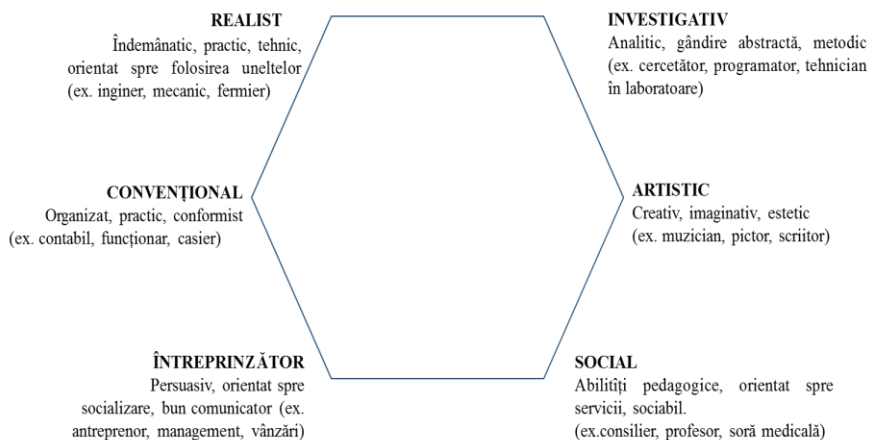


Fig. 1

Categoriile lui Holland; tipurile de personalitate, în relație cu domeniile de muncă.

Un cod format din primele trei litere (literele cu punctajul cel mai mare), spre exemplu SAI- social, artistic, întreprinzător- poate fi privit ca o sinteză a personalității și urmează a fi potrivit cu un anumit tip de mediu de muncă. Astfel, pentru un profil artistic-social- întreprinzător, persoana poate fi orientată către profesii care implică aceste trăsături, spre exemplu cea de regizor. Un exemplu de test folosit în stabilirea profilului persoanei poate fi găsit la Anexa 6.

Ca o critică a acestei teorii, autori precum Miller, sugerează că, în loc de a folosi literele cu cele mai mari trei scoruri, primele două litere, cele două litere din mijloc și cele două de la sfârșit (ex. SA/ IC/ RI) ar trebui prezentate persoanei, pentru o imagine mai clară a personalității sale.

Teorii ale dezvoltării

Teoriile dezvoltării explică alegerile de carieră prin raportarea la cursul vieții, la stadiile naturale de dezvoltare și la diferite evenimente de viață. Spre exemplu, Donald Super, consideră că alegerile de carieră sunt legate de *imaginea vocațională* despre sine a fiecărei persoane. Felul în care oamenii se percep, se reflectă în ceea ce fac. Super susține că identitatea vocațională se dezvoltă în cinci stadii (*creșterea, explorarea, așezarea, menținerea și declinul*), fiecare stadiu având o sarcină centrală de rezolvat de către individ (Gladding, pag. 356).

Creșterea (naștere -14 ani). În acest stadiu, copilul își formează o imagine de sine, în relație cu alții. Învăță să socializeze și formează deprinderi de autoajutor. Se dezvoltă interesele, capacitatea de stabilire a scopurilor personale și perseverența; pune bazele și întărește procesul de formare a unor aptitudini, analizează cerințele anumitor profesii și pregătirea necesară pentru ele.

Explorarea (14-24 ani). Perioadă de autoexaminare, încercare a diferitelor roluri și explorare ocupațională. Nevoile, interesele, capacitățile, valorile și oportunitățile sunt luate în considerare. Prin discuții, școală, imaginație, activități extrașcolare, munci sezoniere sau „part-time” sunt explorate diferite alegeri. Sunt identificate domenii, posibile și potrivite, de muncă.

Așezarea (24-44). Odată găsit un domeniu potrivit, persoana încearcă să își asigure un loc în acea ocupație. Pentru multe persoane, a doua parte (31-44 ani), *de avansare*, reprezintă anii de creativitate. Este acumulată experiență, lucrează mai performant, prestigiul profesional crește.

Menținerea (44-64 ani). Preocuparea este pentru păstrarea locului de muncă și a statutului prezent, în contextul competiției cu angajați mai tineri aflați în stadiul de avansare.

Declinul (64-). O reducere a abilităților mentale și fizice. În consecință, noi roluri trebuie luate în considerare: participarea selectivă la muncă și, apoi, rolul de observator. Pensionarea. Persoana caută (sau nu) alte surse de satisfacție pentru a înlocui ce a pierdut prin pensionare – munci cu un program scurt, voluntariat, activități de recreere.

Reflecție personală

Cum vezi propria experiență, în lumina teoriei prezentate mai sus? Ai observat anumite tipare în propria dezvoltare profesională de-a lungul timpului?

Teorii social cognitive

Conform acestor teorii, alegerile legate de carieră sunt puternic influențate de aspecte precum *încrederea în propria capacitate de a efectua cu succes o anumită sarcină*. Încrederea în propria capacitate și rezultatele așteptate influențează interesele. Cu alte cuvinte, dacă sunt bun sau cred că pot fi bun într-o activitate, crește și interesul pentru acel domeniu. O aplicație pedagogică a acestor teorii constă în crearea oportunităților pentru implicarea elevilor în activități care permit dezvoltarea unor abilități și astfel, încredere, perspectivă și interese.

Consilierea pentru carieră adresată copiilor

Mai multe studii arată că în primii 6 ani de școală, mulți copii își dezvoltă o percepție de sine relativ stabilă și fac o tentativă de angajament pentru o anumită vocație. Aceste procese sunt observate, indiferent dacă activități de consiliere sunt oferite sau nu copiilor. Cu toate acestea, este benefic pentru copii, în special pentru cei care locuiesc în zone cu posibilități scăzute de angajare, să aibă parte de un program cuprinzător de consiliere pentru carieră în școală. Un asemenea program ar trebui să se concentreze pe **cunoaștere, conștientizare** și mai puțin pe luarea unor decizii pentru carieră. Programele trebuie să ofere ocazii de experimentare pentru a-i ajuta pe elevi să conștientizeze că au opțiuni în privința carierei (Gladding, 2009).

Exemple de asemenea activități constau în **vizite** la diferite instituții sau afaceri locale: bănci, ferme, brutării, spitale etc. *Când vizitele sunt bine planificate și sunt urmate de discuții în sala de clasă, copiii devin conștienți de varietatea ocupațiilor și legătura dintre ele, valoarea muncii și importanța echipei în realizarea sarcinilor.* **Invitarea părinților** la școală (practică mai puțin obișnuită în țara noastră), pentru a prezenta copiilor domeniul lor de activitate, sau invitarea copiilor de către părinți, la locul lor de muncă, poate fi o metodă utilă. Tot în acest sens, invitarea unor **personalități** din diferite domenii de activitate, poate oferi copiilor un model de calitate pentru ceea ce înseamnă performanța într-un loc de muncă.

Consilierea pentru carieră adresată adolescenților

În prima parte a liceului, activitățile ar trebui să includă explorarea oportunităților de muncă și evaluarea propriilor puncte tari și slăbiciuni în legătură cu viitoarea carieră. Aspectele de care elevii ar trebui să fie conștienți și pe care pot începe să le evalueze includ: talente și deprinderi, inteligența generală, nivelul de motivație, prieteni, familie, experiența de viață, aspectul fizic și sănătatea (Campbell, citat de Gladding).

În a doua parte a liceului, activitățile sunt legate de maturitatea elevilor. Consilierii oferă informare, suport emoțional, testarea realității, strategii de planificare, clarificarea atitudinilor și facilitarea experiențelor de muncă (Herr, citat de Gladding).

Unele dintre activitățile de consiliere sunt în principal **cognitive**, iar altele **experiențiale**. Activitățile de tip cognitiv includ *utilizarea imageriei ghidate*, cum ar fi imaginarea unei zile tipice din viitor, o festivitate de premiere, o schimbare de drum în profesie sau pensionarea. Sau completarea *copacului ocupațional al familiei*, pentru a vedea cum interesele actuale se leagă de carierele celor din familie (vezi figura 2). Tot o activitate de tip cognitiv este și oferirea de informații despre intrarea într-o profesie și dezvoltarea profesională; spre exemplu, organizarea unui „târg al carierelor”, cu posibilitatea ca angajatori și profesioniști din diferite domenii de activitate să-i ajute pe tineri să compare realist programul de zi cu zi de la muncă, îndatoririle, pregătirea necesară.

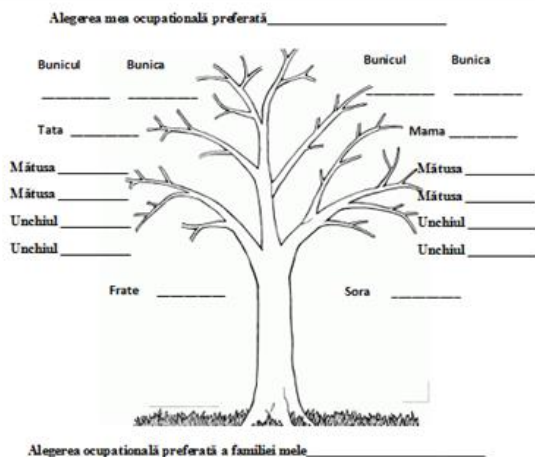


Fig. 2
Copacul ocupațional al
familiei

Consilierea pentru carieră adresată adulților

Din punct de vedere al evoluției psihologice, în jurul vârstei de 40 de ani, adulții intră într-o etapă care poate fi descrisă în termenii „confruntării” dintre *productivitate/ realizare și stagnare*. În acest stadiu, unii dintre adulți trec prin schimbări ale carierei, pe măsură ce devin mai introspectivi și caută mai mult sens în viețile lor. Din punct de vedere situațional, adulții ar putea căuta să facă schimbări în carieră după o traumă precum moartea cuiva apropiat, concediere, sau divorț (Marino, citat de Gladding, 2009).

Adulții pot trece prin dificultăți în ceea ce privește decizia de carieră, atunci când se simt nemulțumiți de locul lor de muncă, dar sunt, în același timp, nesiguri în a schimba direcția în carieră. În astfel de situații, unii dezvoltă convingeri iraționale ce pot deveni profeții ce se auto împlinesc; spre exemplu, „Nu voi găsi niciodată o profesie pe care să o îndrăgesc cu adevărat!” Este esențial ca, în aceste cazuri, persoanele să fie sprijinite să își schimbe modul de gândire și să devină mai realiste.

Există două modalități dominante de a lucra cu adulții în consilierea pentru carieră: *abordarea diferențială și abordarea prin prisma dezvoltării personale*.

Abordarea diferențială accentuează rolul tipologiei persoanei în alegerea carierei (vezi descriere teoriei trăsătură-factor, pagina 5). Astfel, schimbările de carieră sunt interpretate drept încercări ale persoanei de a aduce mai multă consistență între propria personalitate și mediul profesional.

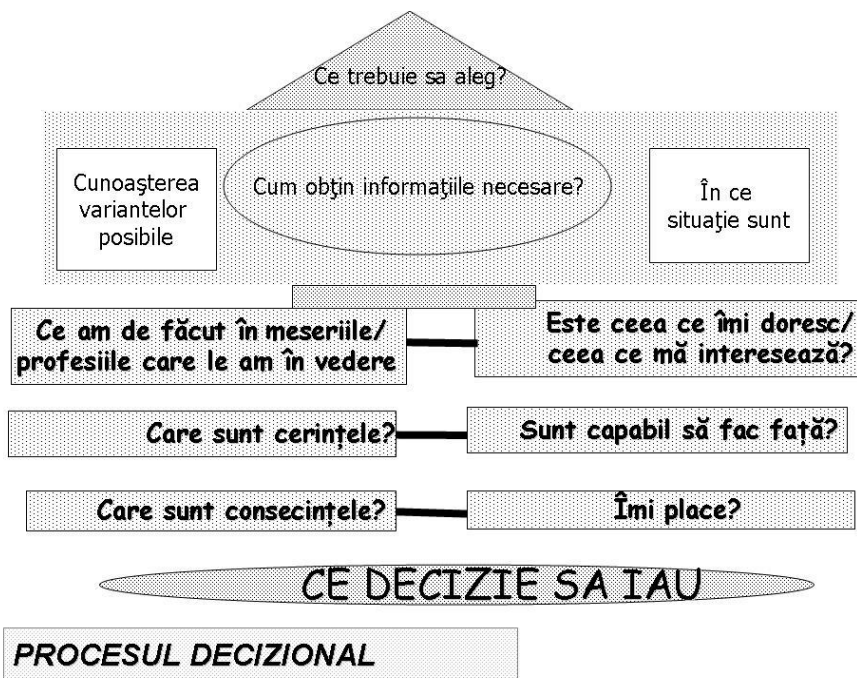
Spre exemplu, o persoană care are un profil artistic va căuta un astfel de mediu, creativ, expresiv și va evita mediile profesionale care blochează manifestarea personalității sale. Consilierea pentru carieră va urmări identificare tipologiei persoanei și sprijinirea ei în orientarea spre medii profesionale potrivite.

Abordarea prin prisma dezvoltării personale ia în calcul un număr mai mare de variabile individuale și de mediu. Această teorie sugerează că adulții se află mereu într-un proces de evaluare a propriei persoane, în privința modului în care sunt influențați de factori externi (partener, familie, prieteni) și cum, la rândul lor, influențează acești factori. Interacțiunea cu alte persoane și evenimentele de viață influențează puternic decizia de carieră.

DECIZIA ÎN CARIERĂ

Cariera este o activitate de muncă bazată pe anumite cunoștințe teoretice și pe deprinderi practice.

Cariera nu este un lucru pe care îl obții spontan, ea se construiește pas cu pas pe bază de experiențe și evenimente.



? De ce trebuie să ții cont atunci când iei decizia cu privire la viitorul tău liceu, școală profesională, profil, specializarea ?

? Cine te poate ajuta în alegerea făcută?

O decizie responsabilă bazată pe cunoaștere și autocunoaștere în ceea ce privește privind orientarea școlară și viitoarea carieră presupune :

1. ✍ CE POATE ELEVUL

- cunoașterea cât mai reală a însușirilor sale psihice (*de ex. nivelul intelectual, echilibrul emoțional, calitățile voinței, înclinațiile și aptitudinile etc.*);
- identificarea acelor discipline și activități la care are cel mai mare randament.
- analiza performanțelor și a rezultatelor școlare.

2. ✍ CE I SE OFERĂ/ CE SE CERE

- cunoașterea adecvată a caracteristicilor și cerințelor psihice și fizice ale profilurilor;
- cunoașterea posibilităților pe care le are după absolvirea liceului;
- cunoașterea gradului de solicitare al profilului pe piața muncii;
- cunoașterea condițiilor de studiu de care dispune liceul în care se studiază profilul ales;
- cunoașterea gradului de solicitare a profilurilor și liceelor de către elevii din clasa a VIII-a (vezi situația opțiunilor școlare și profesionale din județul Mureș).

3. ✍ CE DOREȘTE ELEVUL

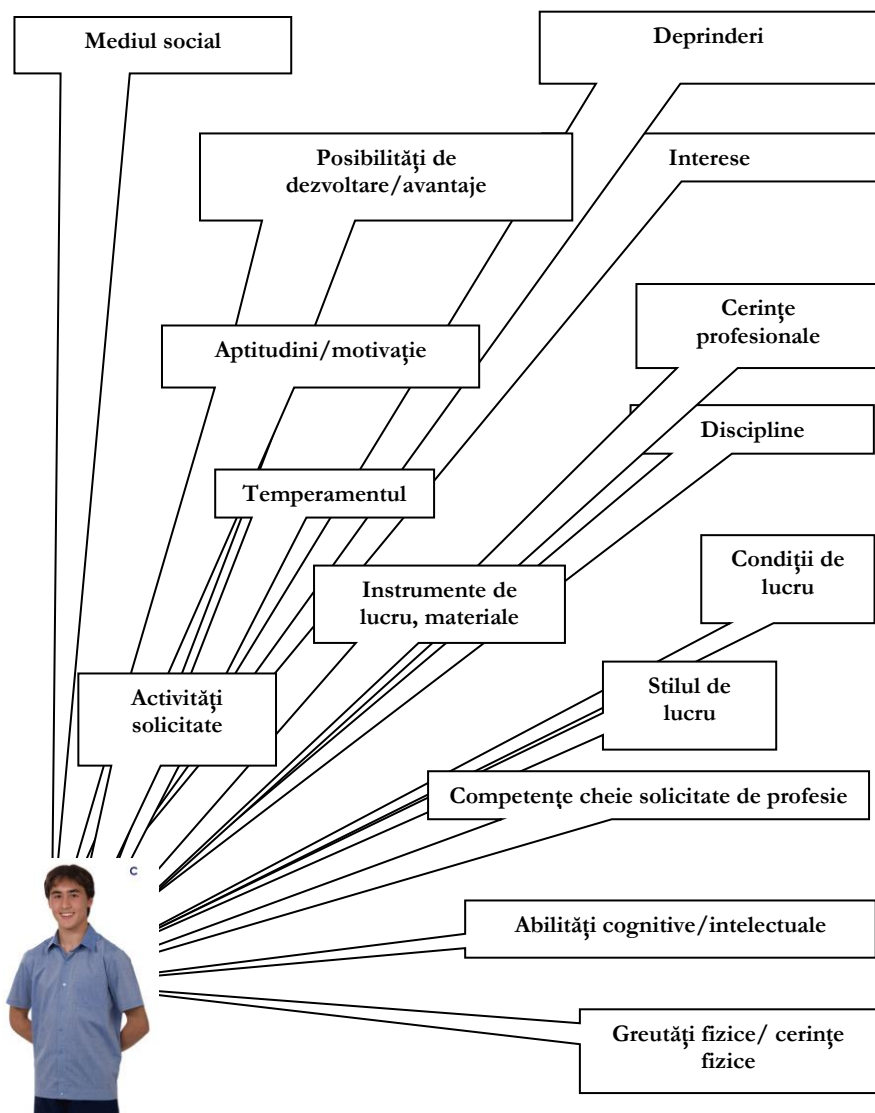
- identificarea scopurilor, idealurilor, dorințelor;
- identificarea modelelor de viață, aspirațiilor personale și profesionale.

4. ✍ REALIZAREA ACORDULUI

- analiza concordanței între ceea ce dorește, ceea ce i se oferă și ceea ce poate să facă cel mai bine.

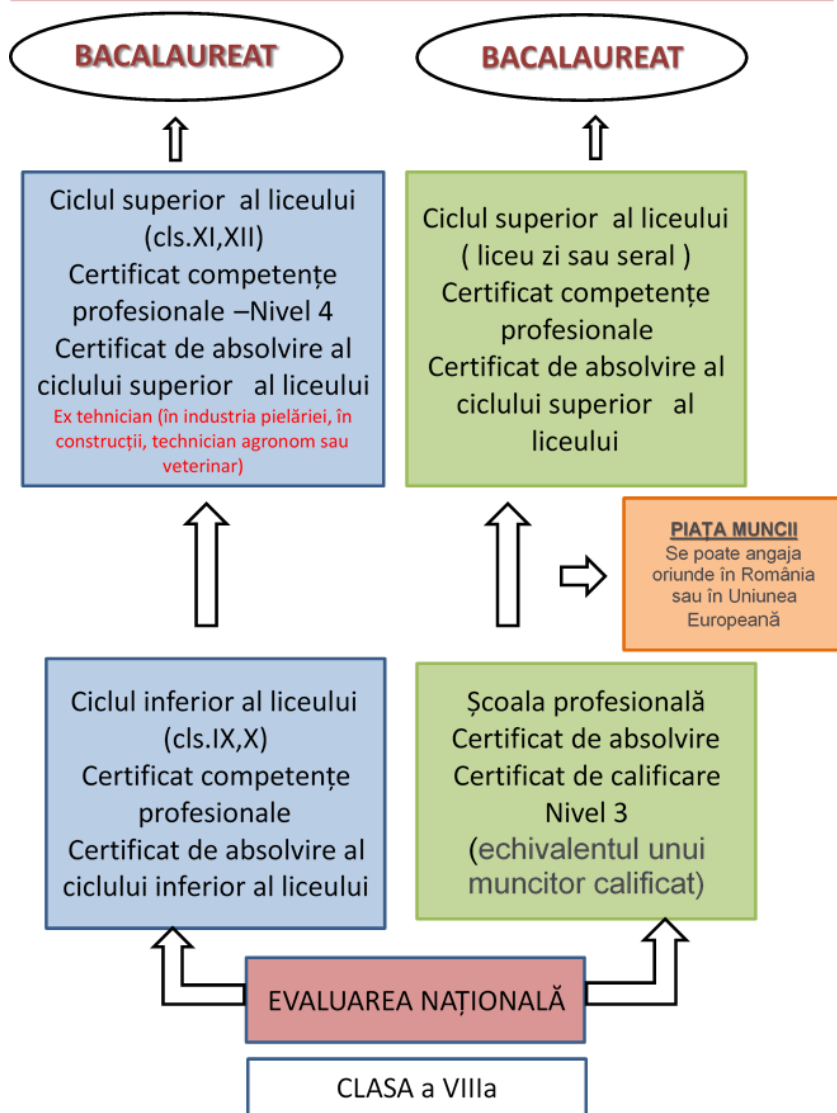
5. ✍ REORIENTARE

1. CE POATE ELEVUL



2. ✍ CE I SE OFERĂ/ CE SE CERE

Diagrama ofertei educaționale la final de clasa a VIIIa



2. ✍ CE I SE OFERĂ/ CE SE CERE

FILIERE-PROFIL-SPECIALIZĂRI

- FILIERA TEORETICĂ:
 - Profil Umanist
 - Specializarea *Filologie*
 - Specializarea *Științe sociale*
 - Profil Real
 - Specializarea *Matematică–informatică*
 - Specializarea *Științe ale naturii*
- FILIERA TEHNOLOGICĂ:
 - Profil Tehnic
 - Profil Servicii
 - Profil Resurse naturale și protecția mediului

Calificările profesionale școlarizate în cadrul fiecărui profil sunt aprobate prin Hotărâre a Guvernului României.

- FILIERA Vocațională:
 - Profil Militar
 - Specializarea *Științe sociale*
 - Specializarea *Matematică–informatică*
 - Profil Teologic
 - Specializarea *Teologie: teologic ortodox*
 - Specializarea *Teologie: patrimoniu cultural*
 - Specializarea *Teologie: teologic catolic,*

teologic unitarian, teologic reformat, teologic baptist, teologic penticostal, teologic adventist, teologic musulman

- Profil Artistic
 - Specializarea *Arhitectură*
 - Specializarea *Arte ambientale și design*
 - Specializarea *Arte plastice și decorative*
 - Specializarea *Muzică*
 - Specializarea *Coregrafie*
 - Specializarea *Arta actorului*
- Profil Pedagogic
 - Specializarea *Învățător-educatoare*
 - Specializarea *Bibliotecar-documentarist*
 - Specializarea *Instructor-animator*
 - Specializarea *Instructor pentru activități*

extrașcolare

- Specializarea *Pedagog școlar*

- Profil Sportiv

Sursa: <http://www.edu.ro/>

DESCRIEREA FILIERELOR

FILIERA TEORETICĂ

Filiera teoretică cuprinde două profiluri: *real* și *uman*. Elevii care doresc să urmeze profilul real pot alege între două specializări: *Matematică-informatică* sau *Științe ale naturii*. Cei cu înclinații și abilități umaniste pot opta pentru specializarea *Filologie* sau *Științe sociale*.

În cadrul acestor profiluri, în funcție de specialitate, se studiază mai multe ore pe săptămână, discipline din aria curriculară „*Matematică și științele naturii*” (profil real), respectiv discipline din aria curriculară „*Limbă și comunicare*”, pentru specializarea *Filologie* și din aria „*Om și societate*”, pentru specializarea „*Științe sociale*”.

Absolvirea învățământului liceal, filiera teoretică, se realizează prin susținerea examenului de bacalaureat, a cărui promovare dă dreptul la obținerea unei diplome de bacalaureat.

Posibilitățile de continuare a studiilor în aceste domenii sunt multiple: la nivel post-liceal sau universitar.

FILIERA Vocațională

Această filieră cuprinde cinci profiluri: *artistic*, *sportiv*, *teologic*, *pedagogic*, *militar*. Învățământul vocațional urmărește valorificarea potențialului aptitudinal al elevilor, dar totodată, acordă o atenție sporită și disciplinelor de cultură generală. Astfel, la profilurile menționate se studiază, în funcție de specialitate, mai multe ore pe săptămână, fie în aria curriculară „*Arte*”, fie „*Educație fizică și sport*”; la profilul pedagogic se aprofundează disciplinele socio-umane, iar la profilul teologic se studiază discipline teologice și discipline legate de patrimoniul cultural.

Absolvirea învățământului liceal, filiera vocațională, are două componente:

- Examenul de bacalaureat, a cărui promovare dă dreptul la obținerea unei diplome de bacalaureat;
- Examenul pentru certificarea competențelor profesionale, a cărui promovare dă dreptul de obținere a Certificatului de competențe profesionale.

Studiile liceale pot fi continuate cu învățământ universitar în domeniile respective, dar nu numai.

FILIERA TEHNOLOGICĂ

Învățământul tehnic urmărește pregătirea elevilor pentru:

- Formarea competențelor cheie prin ariile curriculare de cultură generală, indiferent de profil (scop al învățământului obligatoriu);
- Formarea unor competențe tehnice, prin aria „*Tehnologii*”, precum și prin alte discipline la decizia școlii (scop al învățământului tehnic și profesional) și au în vedere fundamentarea unei culturi tehnologice de specialitate în trei profiluri: *tehnic*, *servicii* și *resurse naturale și protecția mediului*.

OFERTA EDUCAȚIONALĂ FILIERA TEORETICĂ

Profil	Specializare	Unitate de învățământ
Real	Matematică-informatică	Liceul Tehnologic „Petru Maior” Reghin Liceul Tehnologic Nr.1 Luduș Liceul Teoretic „Joseph Haltrich” Sighișoara
	Matematică-informatică-bilingv-limba engleză	Colegiul Național „Alexandru Papiu Ilarian” Târgu Mureș
	Matematică-informatică-intensiv-informatică	Colegiul Național „Alexandru Papiu Ilarian” Târgu Mureș Colegiul Național „Mircea Eliade” Sighișoara Colegiul Național „Unirea” Târgu Mureș Liceul Teoretic „Bolyai Farkas” Târgu Mureș
	Matematică-informatică-intensiv-limba engleză	Liceul Tehnologic „Domokos Kázmér” Sovata Liceul Tehnologic „Lucian Blaga” Reghin Liceul Teoretic „Bolyai Farkas” Târgu Mureș
	Științe ale naturii	Colegiul Național „Alexandru Papiu Ilarian” Târgu Mureș Colegiul Național „Mircea Eliade” Sighișoara Liceul Tehnologic „Petru Maior” Reghin Liceul Tehnologic „Sf. Gheorghe” Sângeorgiu de Pădure Liceul Tehnologic „Vasile Netea” Deda Liceul Tehnologic Iernut Liceul Tehnologic Nr.1 Luduș Liceul Tehnologic Nr.1 Luduș Liceul Teoretic „Andrei Bârseanu” Târnăveni Liceul Teoretic „Dr. Lind” Câmpenița Liceul Teoretic „Gheorghe Marinescu” Târgu Mureș Liceul Teoretic „Joseph Haltrich” Sighișoara Liceul Teoretic „Samuil Micu” Sârmașu

Real	Științe ale naturii- intensiv limba engleză	Colegiul Național „Alexandru Papiu Ilarian" Târgu Mureș Colegiul Național „Unirea" Târgu Mureș Liceul Tehnologic „Lucian Blaga" Reghin Liceul Tehnologic Nr.1 Luduș Liceul Teologic Romano-Catolic „II. Rákóczi Ferenc" Târgu Mureș Liceul Teoretic „Boetskai István" Miercurea Nirajului Liceul Teoretic „Bolyai Farkas" Târgu Mureș Liceul Teoretic „Gheorghe Marinescu" Târgu Mureș
	Științe ale naturii- intensiv limba franceză	Colegiul Național „Unirea" Târgu Mureș Liceul Teoretic „Bolyai Farkas" Târgu Mureș
	Științe ale naturii- intensiv limba germană	Colegiul Național „Unirea" Târgu Mureș Liceul Teologic Romano-Catolic „II. Rákóczi Ferenc" Târgu Mureș Liceul Teoretic "Bolyai Farkas" Târgu Mureș
Uman	Filologie	Liceul Tehnologic „Lucian Blaga" Reghin
		Liceul Tehnologic „Petru Maior" Reghin
		Liceul Tehnologic „Sfântul Gheorghe" Sângeorgiu de Pădure
		Liceul Teoretic „Andrei Bârseanu" Târnăveni
		Liceul Teoretic „Andrei Bârseanu" Târnăveni
		Liceul Teoretic „Samuil Micu" Sărmașu
	Filologie – bilingv- limba engleză	Colegiul Național „Unirea" Târgu Mureș
		Liceul Tehnologic „Lucian Blaga" Reghin
	Filologie – intensiv-limba engleză	Colegiul Național „Mircea Eliade" Sighișoara
		Liceul Teoretic „Joseph Haltrich" Sighișoara
	Filologie intensiv- limba franceză	Liceul Tehnologic Nr.1 Luduș

Uman	Filologie Intensiv Limba germană	Colegiul Național „Mircea Eliade" Sighișoara
		Liceul Teoretic „Bocscai István" Miercurea Nirajului
	Științe sociale	Liceul Tehnologic „Ion Vlasiu" Târgu Mureș Liceul Tehnologic „Lucian Blaga" Reghin Liceul Teoretic „Andrei Bârseanu" Târnăveni Liceul Teoretic „Gheorghe Marinescu" Târgu Mureș
	Științe sociale - intensiv- limba engleză	Colegiul Național „Alexandru Papiu Ilarian" Târgu Mureș Colegiul Național „Unirea" Târgu Mureș Colegiul Național Pedagogic „Mihai Eminescu" Târgu Mureș Liceul Teologic Romano-Catolic „II. Rákóczi Ferenc" Târgu Mureș Liceul Teoretic „Bolyai Farkas" Târgu Mureș Liceul Vocațional Reformat Târgu Mureș
Uman	Științe sociale – intensiv - limba germană	Colegiul Național „Alexandru Papiu Ilarian" Târgu Mureș Colegiul Național Pedagogic Mihai Eminescu" Târgu Mureș Liceul Teologic Romano-Catolic „II. Rákóczi Ferenc" Târgu Mureș Liceul Teoretic „Bolyai Farkas" Târgu Mureș
	Științe sociale – intensiv- limba italiană	Liceul Teoretic „Bolyai Farkas" Târgu Mureș

OFERTA EDUCAȚIONALĂ -FILIERA TEHNOLOGICĂ

Profil	Specializare/ Calificare	Domeniu	Domeniu de baza	Unitate de învățământ
Resurse naturale și protecția mediului	Tehnician ecolog și protecția calității mediului	Protecția mediului	Protecția mediului	Colegiul Agricol „Traian Săvulescu" Târgu Mureș Liceul Tehnologic Târnăveni
	Tehnician în agroturism	Agricultură	Agricultură	Colegiul Agricol „Traian Săvulescu" Târgu Mureș
	Tehnician în industria alimentară	Industrie alimentară	Industrie alimentară	Colegiul Agricol „Traian Săvulescu" Târgu Mureș Liceul Tehnologic „Ioan Bojor" Reghin
	Tehnician în silvicultură exploatare forestiere	Silvicultură	Silvicultură	Liceul Silvic Gurghiu
	Tehnician veterinar	Agricultură	Agricultură	Colegiul Agricol „Traian Săvulescu" Târgu Mureș
Servicii	Coafor stilist	Estetica și igiena corpului omenesc	Estetica și igiena corpului omenesc	Liceul Tehnologic „Traian Vuia" Târgu Mureș
	Organizator banqueting	Alimentație	Turism și alimentație	Liceul Tehnologic „Gheorghe Șincai" Târgu Mureș
	Tehnician în de activități comerț	Comerț	Comerț	Colegiul Economic „Transilvania" Târgu Mureș
				Liceul Tehnologic „Avram Iancu" Târgu Mureș
				Liceul Tehnologic „Domokos Kázmér" Sovata
	Tehnician în activități economice	Economic	Economic	Colegiul Agricol „Traian Săvulescu" Târgu Mureș
				Colegiul Economic „Transilvania" Târgu Mureș

	Tehnician în activități economice	Economic	Economic	Liceul Tehnologic „Electromureș” Târgu Mureș Liceul Tehnologic „Ioan Bojor” Reghin
	Tehnician în administrație	Economic	Economic	Colegiul Agricol „Traian Săvulescu” Târgu Mureș
				Colegiul Economic „Transilvania” Târgu Mureș
				Liceul Tehnologic „Petru Maior” Reghin Liceul Tehnologic Târnăveni
	Tehnician în gastronomie	Alimentație	Turism și alimentație	Colegiul Economic „Transilvania” Târgu Mureș Liceul Tehnologic „Ioan Bojor” Reghin
	Tehnician în hotelărie	Turism	Turism și alimentație	Liceul Tehnologic Domokos Kázmér” Sovata Liceul Tehnologic „Electromureș” Târgu Mureș Liceul Tehnologic „Electromureș” Târgu Mureș
	Tehnician în turism			Colegiul Economic „Transilvania” Târgu Mureș Liceul Tehnologic „Domokos Kázmér” Sovata Liceul Tehnologic „Lucian Blaga” Reghin Liceul Tehnologic Nr.1 Sighișoara
Tehnic	Tehnician designer mobila și amenajări interioare	Fabricarea produselor din lemn	Fabricarea produselor din lemn	Liceul Tehnologic Ion Vlasiu” Târgu Mureș
	Tehnician electrician electronist auto	Electric	Electric	Liceul Tehnologic „Gheorghe Șincai” Târgu Mureș Liceul Tehnologic „Traian Vuia” Târgu Mureș

Tehnician electrician electronist auto Intensiv Limba engleza	Electric	Electric	Liceul Tehnologic „Gheorghe Șincai" Târgu Mureș
Tehnician electromecanic	Electromecanică mașini, utilaje, instalații	Electro mecanică	Liceul Tehnologic Târnăveni
Tehnician în automatizări	Electronică automatizări	Electronică automatizări	Liceul Tehnologic „Electromureș" Târgu Mureș
Tehnician în instalații electrice	Electric	Electric	Liceul Tehnologic Iernut Liceul Tehnologic Nr.1 Luduș
Tehnician în prelucrarea lemnului	Fabricarea produselor din lemn	Fabricarea produselor din lemn	Liceul Tehnologic „Vasile Netea" Deda
Tehnician mecanic pentru întreținere și reparații	Mecanică de montaj, întreținere și reparații	Mecanică	Liceul Tehnologic Nr.1 Sighișoara
Tehnician mecatronist	Mecanică de motoare	Mecanică	Liceul Tehnologic Nr.1 Luduș
Tehnician operator tehnică de calcul	Electronică automatizări	Electronică automatizări	Liceul Tehnologic „Electromureș" Târgu Mureș Liceul Tehnologic „Ion Vlasiu" Târgu Mureș Liceul Tehnologic „Petru Maior" Reghin Liceul Tehnologic Nr.1 Sighișoara
Tehnician transporturi	Mecanică de motoare	Mecanică	Liceul Tehnologic „Gheorghe Șincai" Târgu Mureș

OFERTA EDUCAȚIONALĂ -FILIERA Vocațională

Profil	Specializare/ Calificare	Domeniu	Domeniu de baza	Unitate de învățământ
Arte vizuale	Arhitectura	Arhitectura, arte ambientale si design	Arhitectura arte ambientale si design	Liceul Vocațional de Artă Târgu Mureș
	Arte plastice	Arte plastice, arte decorative	Arte plastice, arte decorative	Liceul Vocațional de Artă Târgu Mureș
Muzică	Mozaic	Muzică	Muzică	Liceul Vocațional de Artă Târgu Mureș
Pedagogic	Instructor pentru activități extra școlare	Pedagogic	Pedagogic	Colegiul Național Pedagogic Mihai Eminescu" Târgu Mureș
	Învățător - educatoare	Pedagogic	Pedagogic	
Sportiv	Handbal	Sportiv	Sportiv	Colegiul Național „Mircea Eliade" Sighișoara
	Instructor sportiv	Sportiv	Sportiv	Liceul cu Program Sportiv „Szász Adalbert" Târgu Mureș
Teatru	Arta actorului	Arta actorului	Arta actorului	Liceul Vocațional de Artă Târgu Mureș
Teologic	Teologie reformată	Teologic reformat	Teologic	Liceul Vocațional Reformat Târgu Mureș
	Teologie romano-catolică	Teologic romano-catolic	Teologic	Liceul Teologic Romano-Catolic „II. Rákóczi Ferenc" Târgu Mureș

OFERTA EDUCAȚIONALĂ ÎNVĂȚĂMÂNT –PROFESIONAL

Școala Profesională se constituie ca alternativă la ciclul inferior al liceului.

Formarea profesională inițială prin învățământul profesional constă în:

- pregătire profesională de bază într-un domeniu de formare profesională, pe parcursul primului an de învățământ profesional;
- pregătire profesională generală și de specialitate, specifică unei calificări profesionale, pe parcursul celui de-al doilea și al treilea an de învățământ profesional;
- absolvenții care susțin și promovează examenul de certificare a competențelor profesionale dobândesc și certificat de calificare profesională nivel 3;
- continuarea și finalizarea studiilor în ciclul superior se atestă printr-un certificat de calificare de nivel 4.

Domeniu de bază	Domeniu	Calificări	Unitate de învățământ
Agricultură	Agricultură	Lucrător în agroturism	Liceul Tehnologic „Ioan Bojor” Reghin
		Agricultor culturi de câmp	Școala Profesională Band
Comerț	Comerț	Comerciant - vânzător	Liceul Tehnologic „Avram Iancu” Târgu Mureș
			Liceul Tehnologic Târnăveni
			Liceul Tehnologic Nr.1 Sighișoara
			Liceul Teoretic „Bocskai István” Miercurea Nirajului
Construcții, instalații și lucrări publice	Instalații pentru construcții	Instalator de instalații tehnico-sanitare și de gaze	Liceul Tehnologic Târnăveni
		Instalator de rețele de distribuție locale și magistrale de gaze	Liceul Tehnologic „Ion Vlasiu” Târgu Mureș
	Structuri pentru construcții	Dulgher - tâmplar - parchetar	Liceul Tehnologic „Ion Vlasiu” Târgu Mureș
		Zidar - pietrar - tencuitor	Liceul Tehnologic „Ion Vlasiu” Târgu Mureș
Electric	Electric	Electrician exploatare joasă tensiune	Liceul Tehnologic „Petru Maior” Reghin

Electromecanică	Electromecanică mașini, utilaje, instalații	Electromecanic utilaje și instalații industriale	Liceul Tehnologic „Electromureș” Târgu Mureș
Estetica și igiena corpului omenesc	Estetica și igiena corpului omenesc	Frizer - coafor - manichiurist - pedichiurist	Liceul Tehnologic „Sfântul Gheorghe” Sângeorgiu de Pădure
Fabricarea produselor din lemn	Fabricarea produselor din lemn	Tâmplar universal	Liceul Tehnologic „Domokos Kázmér” Sovata
			Liceul Tehnologic „Ion Vlasiu” Târgu Mureș
			Liceul Tehnologic „Lucian Blaga” Reghin
			Liceul Tehnologic „Sfântul Gheorghe” Sângeorgiu de Pădure
			Liceul Tehnologic „Vasile Netea” Deda
Industrie alimentară	Industrie alimentară	Brutar - patiser - preparator produse făinoase	Colegiul Agricol „Traian Săvulescu” Târgu Mureș
			Liceul Tehnologic Iernut
Industrie textilă și pielărie	Industrie textilă și pielărie	Confecționar produse textile	Liceul Tehnologic „Avram Iancu” Târgu Mureș
			Liceul Tehnologic Târnăveni (L.Tehn.,„Constantin Brâncuși”)
			Liceul Tehnologic Nr.1 Luduș
Materiale de construcții	Materiale de construcții	Operator ceramică fină	Liceul Tehnologic Nr.1 Sighișoara
Mecanică	Lăcătușărie mecanică structuri	Tinichigiu vopsitor auto	Liceul Tehnologic Târnăveni (L.Tehn.,„Constantin Brâncuși”)
			Liceul Tehnologic „Petru Maior” Reghin
	Mecanică	Mecanic agricol	Liceul Tehnologic Iernut
			Liceul Teoretic „Samuil Micu” Sărmașu
	Mecanică de montaj, întreținere și reparații	Mecanic utilaje și instalații în industrie	Liceul Tehnologic Nr.1 Sighișoara
		Mecanic utilaje și instalații în industrie	Liceul Tehnologic „Petru Maior” Reghin

Mecanică	Mecanică de motoare	Mecanic auto	Liceul Tehnologic „Aurel Persu” Târgu Mureș
			Liceul Tehnologic „Gheorghe Șincai” Târgu Mureș
			Liceul Tehnologic „Ioan Bojor” Reghin
			Liceul Tehnologic Nr.1 Luduș
			Liceul Tehnologic Nr.1 Sighișoara
			Liceul Tehnologic „Petru Maior” Reghin
			Liceul Tehnologic Târnăveni
			Liceul Tehnologic „Traian Vuia” Târgu Mureș
			Liceul Teoretic „Bocskai István” Miercurea Nirăului
Turism și alimentație	Alimentație	Bucătar	Colegiul Economic „Transilvania” Târgu Mureș
		Ospătar (chelner) vânzător în unități de alimentație	Colegiul Economic „Transilvania” Târgu Mureș
		Bucătar	Liceul Tehnologic „Domokos Kázmér” Sovata
		Ospătar (chelner) vânzător în unități de alimentație	Liceul Tehnologic „Domokos Kázmér” Sovata
			Liceul Tehnologic „Ioan Bojor” Reghin
			Liceul Tehnologic „Sfântul Gheorghe” Sângeorgiu de Pădure

Exercițiile propuse în ghid vin în întâmpinarea nevoilor reale ale profesorilor diriginții și a elevilor:

- în luarea unei decizii corecte în alegerea liceului/școlii profesionale ,profilului , specializării.
- în analizarea modului în care alegerea liceului/școlii profesionale ,profilului , specializării este în concordanță cu ceea ce dorește, ceea ce i se oferă și ceea ce poate cel mai bine elevul.

1.AUTOPORTRETUL

Obiectivul activității: Formarea și dezvoltarea capacități decizionale, prin: descrierea propriei persoane, identificarea punctelor tari și a punctelor slabe.

Timp alocat: 50 minute

Metode de lucru: *munca pe grupe, chestionarul, convorbirea.*

Materiale utilizate: Fișa de lucru „*Autoportretul*”

☛ (Pentru fișa de lucru vezi Anexa 1)

Desfășurarea activității:

Sesiunea I

- Individual, elevii completează fișa „*Autoportretul*”

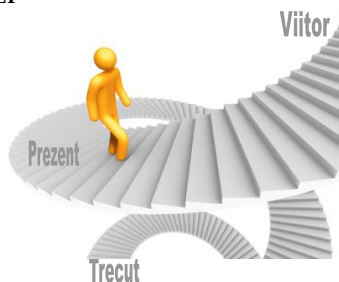
Sesiunea II

- Împărțiți pe grupe de câte 4-6, fiecare elev își prezintă informațiile referitoare la propria persoană, înregistrate în fișa de lucru apoi, vor identifica dacă există asemănări, deosebiri, puncte comune .

Discuții frontale, sau pe grupe, urmărindu-se:

- necesitatea cunoașterii și a dezvoltării caracteristicilor personale.

2.TREPTELE CARIEREI



Obiectivul activității: Adoptarea unei decizii motivate în orientarea școlară și profesională prin conștientizarea ideii că alegerea viitoarei cariere este un act responsabil bazat pe cunoaștere și autocunoaștere.

Timp alocat: 50 minute

Metode de lucru: expunerea, dezbateri frontală, chestionarul, convorbirea, problematizarea, comparația.

Materiale utilizate: Fișa de lucru „Treptele carierei”

☛ (Pentru fișa de lucru vezi Anexa 2)

Desfășurarea activității:

Sesiunea I

- Individual, elevii vor realiza un interviu unui părinte sau unui alt membru din familie, completând fișa „Treptele carierei”.

Sesiunea II

- Elevii prezintă informațiile culese;
- Sintetizarea informațiilor obținute pe baza interviurilor realizate de elevi, ținând cont de următoarele aspecte: școala urmată, preferințele pentru anumite activități, abilitățile dobândite în școală, sfaturile părinților, resursele financiare etc.

Discuții frontale, sau pe grupe, urmărindu-se:

- aspectele personale care influențează alegerea meseriei, abilitățile și preferințele;
- planurile legate de viitor, necesitatea cunoașterii și a dezvoltării caracteristicilor personale care asigură succesul în carieră.

3.PROIECTELE TALE

Obiectivul activității: Dezvoltarea abilităților de informare asupra traseului privind cariera prin: obținerea informațiilor despre meseriile/profesiile vizate; informarea traseului educațional care-i permite practicarea meseriei sau profesiei vizate.

Timp alocat: 50 minute

Metode de lucru: *exercițiul de comparație, munca pe grupe, chestionarul, convorbirea, problematizarea.*

Materiale utilizate: Fișa de lucru „Proiectele tale ”

☛ (Pentru fișa de lucru vezi Anexa 3)

Desfășurarea activității:

Sesiunea I

- Individual, elevii completează fișa „Proiectele tale ”.

Sesiunea II

- Împărțiți pe grupe de câte 4-6, elevii prezintă meseriile alese. Fiecare grupă alege o meserie din cele prezentate. Sarcina elevilor este realizarea unui poster cu profilul meseriei negociate, după următoarele criterii sarcini de lucru, condiții de muncă, calități necesare, avantaje și dezavantaje.
- Un reprezentant din fiecare grupă prezintă posterul și profilul meseriei.

Discuții frontale, sau pe grupe, urmărindu-se:

- Aspectele legate de calitatea susținerii meseriei/profesiei selectate, informații și corectitudinea acestora, implicare afectivă.

4. TEMPERAMENTUL

Obiectivul activității: Formarea și dezvoltarea capacității de autocunoaștere prin identificarea propriului temperament.

Timp alocat: 50 minute

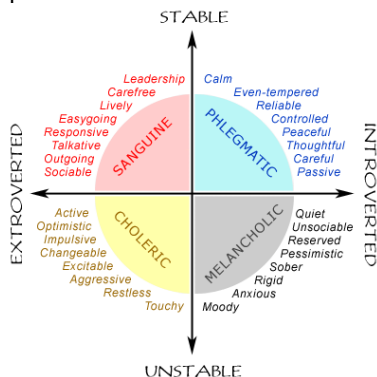
Metode de lucru: *expunerea, chestionarul, convorbirea, dezbaterea.*

Materiale utilizate: „Chestionar de temperament”

☛ (Pentru chestionar vezi Anex4)

Desfășurarea activității:

- Individual, elevii vor completa chestionarul de temperament (Anexa 4)
 - Elevii sunt împărțiți în grupe de câte 5-6. În grup se va discuta despre:
 - Tipul de temperament predominant;
 - Avantaje și dezavantaje ale fiecărui tip de temperament;
 - Profesii (profilul) care se pliază / nu se pliază cu temperamentul elevului;
 - Măsuri de compensare pentru trăsături de personalitate neconcordanțe cu profesiunea / profilul liceal dorit.
- ☛ Material auxiliar: Prezentare succintă a caracteristicilor celor patru tipuri temperamentale
- **COLERICUL:** excitabil și inegal în toate manifestările sale, neastâmpărat, agresiv, schimbător, optimist, activ, înclinație spre exagerare, capabil să se concentreze bine în acțiuni de lungă durată, dar au probleme datorită lipsei de disciplină, sunt extrovertiți, comunicativi, orientați spre prezent.
 - **SANGVINICUL:** echilibrat, sociabil, hazliu, săritor, spirit de grup, activ, are aptitudini de conducere, este calm, mobil, dar nu reușește să persevereze în acțiuni și relații, e orientat spre prezent.
 - **FLEGMATICUL:** pasiv, îngândurat, controlat, pașnic, demn de încredere, calm, răbdător, meticulos, adaptabilitate redusă, închis în sine, puțin comunicativ, orientat spre trecut.
 - **MELANCOLICUL:** sobru, rigid, rezervat, nesociabil, pesimist, liniștit, anxios, sensibil, emotivitate deosebită, dificultăți la adaptare, încredere redusă în forțele proprii.



5. TRĂSĂTURI DE PERSONALITATE

Obiectivul activității: Formarea și dezvoltarea capacității de autocunoaștere prin: identificarea tipului de personalitate propriu.

Timp alocat: 50 minute

Metode de lucru: expunerea, chestionarul, dezbaterea.

Materiale utilizate: „Chestionarul trăsăturilor de personalitate”

☛ (Pentru chestionar vezi Anex5)

Desfășurarea activității:

- Individual, elevii vor completa chestionarul „Trăsături de personalitate”.
- Identificarea tipurilor de personalitate dominante.
- Prezentarea celor 6 tipuri de personalitate propuse de **Holland** :
 - **REALIST**: conformist, sincer, onest, supus, materialist, natural, consecvent, practic, modest, timid, stabil, econom.
 - **INVESTIGATIV**: analitic, precaut, critic, curios, independent, cognitiv/intelectual, introvertit, metodic, modest, precis, rațional, rezervat.
 - **ARTISTIC**: complicat, dezordonat, emoțional, expresiv, idealist, imaginativ, lipsit de abilități practice, impulsiv, independent, intuitiv, nonconformist, original.
 - **SOCIAL**: convingător, cooperant, prietenos, generos, săritor, idealist, centrat pe probleme, amabil, responsabil, sociabil, cu tact, înțelegător.
 - **ÎNTEPRINZĂTOR**: curajos, ambițios, atrage atenția, dominant, energic, impulsiv, optimist, caută plăcerea, popular, încrezător în sine, sociabil, vorbăreț.
 - **CONVENȚIONAL**: conformist, conștiincios, atent, conservator, inhibat, supus, ordonat, consecvent, practic, controlat, lipsit de imaginație, eficient.
- Elevii sunt împărțiți în grupe de câte 4-6 în funcție de tipul de personalitate dominant. În grup se va discuta despre următoarele aspecte:
 - Analizați asemănările și deosebirile trăsăturilor de personalitate; proprii cu trăsăturile de personalitate ale membrilor grupului;
 - Meseriile care se potrivesc tipului de personalitate propriu;
 - Profiluri liceale care se potrivesc tipului de personalitate propriu.

☛ (Pentru materiale suplimentare vezi **Anexa7**)

6. CHESTIONAR DE INTERESE.

Obiectivul activității: Formarea și dezvoltarea capacității de autocunoaștere prin identificarea intereselor personale și compararea intereselor proprii cu caracteristicile specifice ocupației dorite.

Timp alocat: 50 minute

Metode de lucru: *expunerea, chestionarul, conversația.*

Material didactic: „Chestionar de interese”

☛ (Pentru chestionar vezi Anexa6)

Desfășurarea activității

- Individual, elevii vor completa chestionarul de interese (Anexa 6).
- Prezentarea tipurilor de interese bazate pe teoria lui **Holland**:
- TIPUL REALIST (R) se caracterizează prin tendința de a se îndrepta spre acele activități care presupun *manipularea obiectelor* și a instrumentelor. *Posedă aptitudini manuale, mecanice sau tehnice* și este satisfăcut de acele medii profesionale care necesită un nivel optim de dezvoltare a acestor aptitudini.
- TIPUL INVESTIGATIV (I) se distinge prin apetit deosebit pentru *cercetare*, investigare sub diverse forme și în cele mai diferite domenii (biologic, fizic, social, cultural). Are de obicei *abilități matematice și științifice* și preferă să lucreze singur pentru rezolvarea de probleme.
- TIPUL ARTISTIC (A) manifestă atracție spre activitățile mai puțin structurate, care presupun o rezolvare creativă și oferă posibilitatea de *auto-expresie*. Persoanele artistice sunt înzestrate cu *abilități artistice și imaginație*.
- TIPUL SOCIAL (S) este interesat de activități care implică *relaționare interpersonală*. Preferă să *ajute oamenii* să-și rezolve problemele sau să-i învețe diverse lucruri, decât să realizeze activități care necesită manipularea unor unelte sau mașini.
- TIPUL ÎNTREPRINZĂTOR (E) preferă să lucreze în *echipă*, însă în primul rând cu scopul de a conduce, a ocupa rolul de *lider*. Evită activitățile științifice sau domeniile care implică o muncă dificilă. Are *abilități oratorice și manageriale*.
- TIPUL CONVENȚIONAL (C) se îndreaptă spre activități care se caracterizează prin *manipulare sistematică și ordonată a unor obiecte* într-un cadru definit. Are *abilități secretariale și matematice*, ceea ce îl face potrivit pentru activități administrative. Reușește să se adapteze cu dificultate la situații care nu au descrise cerințe clare.

Discuții:

- Analizați intereselor proprii cu cele din grupul din care faci parte.
- Care sunt meserii care pot fi asociate cu interesele proprii (vezi Anexa 7).
- Care sunt profiluri liceale care pot fi asociate cu interesele proprii.

7. APTITUDINILE MELE

Obiectivul activității: Dezvoltarea capacității de valorizare maximă a potențialului propriu prin identificarea aptitudinilor personale.

Timp alocat: 50 minute

Metode de lucru: *expunerea, chestionarul, conversația.*

Material didactic: „Chestionar de aptitudini”

☛ (Pentru chestionar vezi **Anexa 8**)

Desfășurarea activității:

- Elevii vor completa chestionarul de aptitudini (Anexa 8);
- Elevii sunt împărțiți în grupe de câte 4-6 în funcție de aptitudinea dominantă. În grup se va discuta despre următoarele aspecte:
 - Care sunt punctele mele tari și slabe;
 - Care sunt profilurile liceale care solicită aptitudinile personale;
 - Care sunt profesiile, meseria care solicită aptitudinea personală dominantă;
 - Cum pot să-mi dezvolt aptitudinile mai puțin dezvoltate.

☛ *Materiale suplimentare:*

- APTITUDINILE VERBALE se referă la înțelegerea verbală, înțelegerea informațiilor scrise, exprimarea orală și exprimarea scrisă;
- APTITUDINILE DE CALCUL MATEMATIC se referă la raționamentul matematic și raționamentul numeric;
- INTELIGENȚA VIZUALĂ se referă la vizualizare și la aptitudinea de a te descurca într-un spațiu nou și de a identifica obiectele pe care le poți utiliza ca repere;
- REZISTENȚA FIZICĂ se referă la aptitudinea de a face efort fizic;
- DEXTERITATEA MANUALĂ se referă la capacitatea de a realiza rapid mișcări coordonate ale unei mâini; ale mâinii, împreună cu brațul sau ale ambelor mâini pentru a apuca, a manipula, sau a asambla obiecte;
- INTELIGENȚA SPATIALĂ se referă la capacitatea de a te orienta în spațiu și de a recunoaște locul obiectelor din spațiu, cum ar fi o piesă dintr-un mozaic, sau o localitate pe o harta;
- CAPACITĂȚI DE RELAȚIONARE se referă la capacitatea de a stabili și întreține/dezvolta legături/relații interumane cu ajutorul comunicării.

8. TIPURI DE INTELIGENȚĂ

Obiectivul activității:

Identificarea tipului/ tipurilor de inteligență predominante pentru fiecare elev;

Conștientizarea de către elevi a resurselor personale și a oportunităților oferite de profesiile spre care se orientează;

Identificarea elevilor indeciși și a celor pentru care nu există compatibilitate între tipurile de inteligență predominante și profilul/profesia spre care s-au orientat, în scopul consilierii individuale ulterioare;

Stabilirea gradului de concordanță între profilul/specializarea și tipurile de inteligență predominante la nivelul clasei.

Timp alocat: 50 minute

Metode de lucru: *expunerea, chestionarul, dezbaterea.*

Material didactic: chestionarul „Testați-vă tipul de inteligență”

☛ *(Pentru chestionar vezi Anexa 9)*

Desfășurarea activității:

- Sondarea opțiunilor – elevii sunt solicitați să noteze pe o foaie de hârtie profilul/specializarea/profesia / profesiile spre care s-au gândit să se orienteze.
- Se împarte fiecărui elev chestionarul „Testați-vă tipul de inteligență” (Anexa 9).
- Elevii vor completa chestionarul (Anexa 9).
- Interpretarea chestionarului.
- Explicarea fiecărui tip de inteligență.

Discuții:

Elevii sunt solicitați să precizeze dacă rezultatele sunt sau nu în concordanță cu așteptările și cu preocupările lor.

Elevii sunt solicitați să enumere profile/specializării/profesii care necesită tipul respectiv de inteligență.

Discutarea eventualelor discordanțe între rezultatele obținute la test și propriile așteptări.

☛ *Materiale suplimentare*

Inteligența vizual-spațială – presupune capacitatea de a gândi în imagini, de a-și reprezenta în imagini informațiile. Persoanele învață folosind imagini, observând, efectuând reprezentări grafice. Cei la care predomină acest tip de inteligență preferă să deseneze, să construiască, să modeleze, să proiecteze, prefera culorile, imaginile, să efectueze schițe, scheme. Domeniile de performanță sunt proiectarea, arhitectura, artel plastice.

Inteligența corporal- kinestezică implică utilizarea cu eficiență a mișcărilor corporale. Persoanele învață prin implicare directă, manevrare de obiecte, activități practice, mișcare. Domenii de performanță: sport, dans, activități practice.

Inteligența umanistă se referă la capacitatea de a lucra cu ceilalți oameni, de a-i înțelege, de a le intui scopurile, motivele, intențiile. Persoanele se implică în activități comune, sunt buni organizatori, au talent în privința comunicării și negocierii, preferă interacțiunea, colaborarea, relațiile sociale. Profesii care solicită acest tip de inteligență: profesor, avocat, psiholog, asistent social, jurnalist etc.

Inteligența introvert-filosofică reprezintă capacitatea de a-și analiza propriile emoții, gânduri, scopuri. Persoanele de acest gen au un puternic simț al identității, sunt încrezători în forțele proprii, preferă să lucreze singure și să-și aleagă activitățile. Domenii de performanță: cercetare, literatura, filozofie, munca științifică.

Inteligența muzical –ritmică se referă la abilități în compunerea, redarea și aprecierea modelelor muzicale.

Inteligența verbal-lingvistică implică ușurință în exprimarea și perceperea nuanțelor limbajului verbal. Persoanele preferă să citească, să scrie, să povestească, discuțiile, dezbaterile, asociațiile de cuvinte. Domenii de performanță : jurnalism, literatura, psihologie, justiție etc.

Inteligența logico-matematică presupune capacitatea de a elabora raționamente, de a recunoaște și folosi scheme și relații abstracte. Persoanele de acest tip preferă numerele, structurile, formulele, tehnologia, conceptele matematice, abstractizările, raționamentele.

9. STIL DE ÎNVĂȚARE

Obiectivul activității: Dezvoltarea capacității de valorizare maximă a potențialului propriu prin: identificarea propriului stil de învățare, compararea celor trei stilului de învățare, asocierea de componente la fiecare stil de învățare.

Timp alocat: 50 minute

Metode de lucru: *expunerea, chestionarul, dezbateră.*

Material didactic: chestionarul „Identificați-vă propriul stil de învățare”

☛ *(Pentru chestionar vezi Anexa 10)*

Desfășurarea activității:

- Se împarte fiecărui elev chestionarul „Identificați-vă propriul stil de învățare” (Anexa 10);
- Elevii vor completa chestionarul (Anexa 10);
- Interpretarea chestionarului.

Discuții:

Elevii sunt solicitați să precizeze dacă rezultatele sunt sau nu în concordanță cu așteptările lor.

☛ *Materiale suplimentare*

Stilul vizual	Îl ajută dacă ia notițe sau dacă desenează ceva. Îl ajută graficele și imaginile. Întâmpină dificultăți la concentrarea asupra unor activități verbale. Preferă să privească decât să vorbească sau treacă la acțiune. Este de multe ori bine organizat. Își amintește ce vede. Așează informațiile primite în format vizual. Recitirea-rescrierea sunt metodele cele mai frecvent utilizate pentru fixarea materialului. Are o personalitate tăcută, liniștită. Observă detaliile.
---------------	---

<i>Stilul auditiv</i>	Își amintește ce spune sau ce aude. Vorbește tare cu el/ea însuși/însăși. Nu se descurcă întotdeauna cu instrucțiunile scrise. Îi place să asculte pe alții citind ceva cu voce tare. Șoptește în timp ce citește. Îi plac discuțiile din clasă. Are nevoie să vorbească în timp ce învață lucruri noi. Își amintește numele oamenilor. Fredonează/cântă. Zgomotul este un element de distragere a atenției, dar un fond muzical este benefic învățării.
-----------------------	--

<i>Stilul Kinestezic-Practic</i>	Își amintește ce face, împreună cu toate experiențele trecute. Îi plac recompensele cu caracter fizic. Îi place să atingă oamenii în timp ce vorbește cu ei. Rezolvă efectiv problemele. Bate din picior/cu creionul în masă. Găsește modalități de a se deplasa. Își pierde interesul când nu este implicat în mod activ. Nu ortografiază bine. Are o personalitate deschisă. Nu poate sta liniștit mult timp.
----------------------------------	---

10. STIMA DE SINE

Obiectivul activității: Formarea și dezvoltarea capacității de autocunoaștere prin identificarea nivelului stimei de sine.

Timp alocat: 50 minute

Metode de lucru: *expunerea, chestionarul, dezbaterea.*

Material didactic: chestionarul „Stima de sine”

☛ *(Pentru chestionar vezi Anexa11)*

Desfășurarea activității:

- Se împarte fiecărui elev chestionarul „Stima de sine ” (Anexa 11);
- Elevii vor completa chestionarul „Stima de sine ” (Anexa 11);
- Interpretarea scalei stimei de sine (Rosenberg,1965).

(Atenție!!! Itemii: 2,4,6,8 se cotează invers(ex. 1punct-se acordă 4, 2 puncte se acordă 3, pentru 3 se acordă 1, iar pentru 4 se acordă 1 punct)

Scorurile pot fi cuprinse între 10 și 40.

10-16	Stimă de sine scăzută
17-33	Stimă de sine medie
34-40	Stimă de sine înaltă

Elevii sunt solicitați să precizeze dacă rezultatele sunt sau nu în concordanță cu așteptările lor.

11.VALORILE PROFESIEI TALE

Obiectivul activității: Stimularea motivației pentru învățarea continuă în scopul dezvoltării proprii cariere, prin: ierarhizarea valorilor specifice unei profesii, stabilirea de legături între valorile acceptate „meseria de elev” și viitoarea meserie, conștientizarea învățării continue pentru dezvoltarea carierei.

Timp alocat: 50 minute

Metode de lucru: *munca individuală, chestionarul, munca pe grupe conversația, exercițiul de comparație, chestionarul.*

Materiale utilizate: Fișa de lucru „Valorile profesiei”

☛ *(Pentru fișa de lucru vezi Anexa 16)*

Desfășurarea activității:

Sesiunea I

- Individual, elevii studiază lista celor 12 valori specifice oricărei profesii din fișa de lucru „Valorile profesiei” și atribuie fiecărei valori un scor (între 1-deloc și 6- foarte mult).

Sesiunea II

- Se împart elevii în grupe de 4-6 elevi. În cadrul grupului fiecare își prezintă scorul atribuit fiecărei valori și discută cel trei coloane ale tabelului apoi, se negociază trei valori acceptate ce au legătură cu mediul școlar. Un reprezentant din fiecare grupă prezintă valorile negociate, iar profesorul le notează pe o foaie de flipchart sau pe tablă.

Sesiunea III

- Elevii completează fișa de lucru „Valorile mele sunt”.

12. APTITUDINI-TRĂSĂTURI DE PERSONALITATE -INTERESE

Obiectivul activității: Formarea și dezvoltarea capacități decizionale, prin: analizarea concordanței între ceea ce dorește, și ceea ce poate să facă cel mai bine.

Timp alocat: 50 minute

Metode de lucru: *munca individuală, chestionarul, conversația, exercițiul de asociere, chestionarul.*

Materiale utilizate: Fișele de lucru „Temperament”, „Aptitudinile mele”, „Identificați-vă tipul de inteligență”, „Interesele mele”, respectiv anexele 4,5,6,8,9 completate.

☛ (Pentru fișa de lucru vezi Anexa 12)

Desfășurarea activității:

Sesiunea I

- Individual, elevii completează tabelul de mai jos cu rezultatele obținute la chestionarul „Temperament”, „aptitudinile mele”, „Identificați-vă tipul de inteligență”, „Interesele mele”

Sesiunea II

- Se analizează profilul elevului obținut.

Discuții:

Elevii sunt solicitați să precizeze dacă rezultatele sunt sau nu în concordanță cu așteptările și cu preocupările lor.

Elevii sunt solicitați să analizeze concordanța dintre aptitudini-interese-rezultate școlare și profesia aleasă.

Elevii sunt solicitați să analizeze concordanța dintre aptitudini-interese-rezultate școlare forma de învățământ, profil, specializarea.

Discutarea eventualelor discordanțe între rezultatele obținute la test și propriile așteptări.

13. STUDIILE TALE



Obiectivul activității: Formarea și dezvoltarea capacității decizionale prin: opțiunea pentru propriul traseu educațional, autoevaluarea situației școlare.

Timp alocat: 50 minute

Metode de lucru: *expunerea, chestionarul, convorbirea, exercițiul de comparație, dezbateră frontală.*

Materiale utilizate: fișa de lucru – „*Studiile mele*”

☛ (Pentru fișa de lucru vezi Anexa 13)

Desfășurarea activității:

- Individual, elevii vor completa fișa – „*Studiile mele*”.
- Frontal, se centralizează informațiile notate de elevi pe itemi: liceul pe care ai vrea să îl urmezi, factorii decizionali, definițiile: *liceu teoretic, tehnologic, vocațional , școală profesională.*

Întrebări pentru discuții:

- Disciplinele la care ai obținut rezultatele cele mai bune?
- Disciplinele la care ai obținut rezultatele cele mai slabe?
- Rezultatele îți oferă posibilitatea de a urma liceul pe care ți-l dorești?
- Cum sunt rezultatele proprii, în comparație cu mediile de admitere din anul școlar precedent pentru profilul ales?

14. ANALIZA PROFILULUI



Obiectivul activității: Formarea și dezvoltarea capacității decizionale prin opțiunea pentru traseul educațional și analiza profilului liceal.

Timp alocat: 50 minute

Metode de lucru: *expunerea, chestionarul, convorbirea, problematizarea, dezbateri frontală.*

Materiale utilizate: fișa de lucru – „*Analiza profilului*”

☛ (Pentru chestionar și descrierea profilurilor vezi **Anexa 14**)

Desfășurarea activității:

Sesiunea I

- Prezentarea profilurilor liceale existente.

Sesiunea a II-a

- Individual, elevii vor completa partea întâi a fișei - „*Analiza profilului*”.
- Elevii sunt împărțiți în grupe de câte 4-6. În grup, elevii își prezintă reciproc fișa și vor analiza aspectele comune, sau diferențele existente între profilurile liceale.
- Frontal, profesorul sumarizează aspectele importante pentru fiecare profil ales de elevi, accentuând importanța analizei profilului. Informațiile obținute îl ajută pe elev să-și aleagă profilul, valorizându-și potențialul.

Sesiunea a III-a

- Individual, elevii vor completa partea a doua a fișei - „*Analiza profilului*”

15. AUTOEVALUARE



Obiectivul activității: Dezvoltarea capacității de valorizare maximă a potențialului propriu prin identificarea aspectelor personale care i s-au clarificat și aspectele neclare pe care le-a aflat în urma activităților care au avut loc în perioada precedentă.

Timp alocat: 50 minute

Metode de lucru: convorbirea, dezbateră, problematizarea.

Materiale utilizate: „Fișa de autoevaluare”

☛ (Pentru chestionar vezi **Anexa 15**)

Desfășurarea activității

Sesiunea I

- Individual elevii vor completa fișa de autoevaluare (Anexa 15).
- Elevii sunt împărțiți în grupe de câte 4-6 .

Întrebări pentru discuții:

- Care sunt informațiile noi pe care le-ai aflat despre personalitatea ta?
- Există diferențe între ceea ce ai aflat și ceea ce știai despre tine?
- Care sunt întrebările noi care au apărut?

Sesiunea II

- Frontal profesorul împreună cu elevii răspund la întrebările noi apărute în urma exercițiului de „autoevaluare”.

16. O meserie pentru fiecare

Obiectivele activității:

- identificarea caracteristicilor meseriei preferate;
- prezentarea sarcinilor și responsabilităților asumate pentru meseria preferată;
- exersarea capacității de explorare a carierei.

Timp alocat: 50 minute

Metode de lucru: conversația, exercițiu de comparare, rebus, munca în grup

Materiale utilizate: bilețele colorate, coală flipchart, *Fișele 1, 2 de aplicație „O meserie pentru fiecare”*

☛ (Pentru fișe vezi Anexa 17)

Desfășurarea activității

I. Exercițiu: [Durată: 10 minute]

1. Pe 20 de bilețele colorate sunt scrise numele unor meserii mai vechi sau mai noi, tradiționale și non-tradiționale (de exemplu: ziarist, croitor, cojocar, vânzător, frizer, bucătar, actor, specialist IT, instalator, arhitect, vatman, manager, croitor, PR, cântăreț, scriitor, cosmetician, agricultor, polițist, avocat, tâmplar, fotomodel, fermier, baby sitter, profesor, brutar, medic, strungar, mecanic, contabil, salvamar, reprezentant vânzări etc.).
2. Se solicită elevilor/elevelor să extragă un bilețel și să mimeze meseria scrisă pe bilețel. Ceilalți vor ghici ceea ce se mimează.
3. Se lipesc apoi bilețelele pe o coală de flipchart. Se discută, pe baza acestora, despre calitățile necesare pentru a deveni „cineva” în meseria respectivă, despre aspectele după care pot fi clasificate în meserii: actuale sau mai vechi, tradiționale sau non-tradiționale.

II. Exercițiu: [Durată: 20 minute]

Se împart fișele de aplicație nr 1 „O meserie pentru fiecare” pentru fiecare elev. Meseriile pe care le vor trece în rebus (pe orizontală) trebuie să fie în legătură cu aspirațiile lor profesionale, sau cu posibilele trasee profesionale. Dacă prenumele lor conține litere prea multe pot alege un nume de alint, derivat din acesta (de exemplu: Elisabeta, Beti sau Elis). Provocați elevii/elevetele să discute despre meseria preferată, despre sarcinile și responsabilitățile acesteia.

III. Exercițiu: [Durată: 20 minute]

1. Se distribuie fișele de aplicație nr 2 „O meserie pentru fiecare” fiecărui elev. Aceștia vor avea ca sarcină să rezolve punctul 1 al fișei.

2. Împărțiți elevii în 5 echipe, după criteriul continente, pentru a rezolva punctele 2 și 3 ale fișei în echipe, pe coli de flipchart. Rezultatele lucrului în echipă (asemănările și deosebirile, comentariile citatelor, caricaturile) se expun în fața clasei și se punctează ideea că, pentru a avea succes într-o meserie, este de dorit să fie cunoscute caracteristicile, responsabilitățile și competențele specifice desfășurării acesteia.



Reflecții și evaluare

- Cum a fost să identificați meseria preferată?
- Cum ai luat decizia de a alege meseria preferată?
- Cine a avut o influență importantă în alegerea meseriei? Argumentați!
- Cum ați conceput „fișa postului” pentru meseria preferată?
- Ce vi s-a părut dificil/ușor?
- Cum v-ați simțit lucrând în echipă?
- Ce pași sunt necesari pentru practicarea meseriei preferate?

Propunere pentru elevi: Activitate în familie!

• Elevii/elevele au sarcina să-i întrebe pe părinți și persoanele din familia lor despre cum și-au ales meseriile. Povestirile relatate de aceștia vor fi scrise pe o singură foaie de hârtie și prezentate în fața clasei.

Propunere pentru elevi: Activitate în școală!

• Împărțiți în echipe de 4-5 elevi/eleve și realizați un sondaj de opinie printre cadrele didactice din școală despre cum au devenit profesori. Afișați rezultatele sondajului pe un panou special, amenajat în clasă sau în școală, numit „Ora de consiliere/dirigenție”.

De învățat!

Pentru a reuși în carieră este important să ne cunoaștem pe noi înșine, mediul în care trăim, însă nu trebuie neglijate informațiile despre lumea ocupațiilor, despre diferite meserii.

Un profil ocupațional al unei meserii poate cuprinde:

- sarcini simple
- atribuții și responsabilități
- cerințe psihologice, cerințe medicale
- tipuri de activități
- nivel de educație
- mediu de lucru
- vestimentație
- program de lucru
- competențe, valori

Meseriile sau ocupațiile au aspecte pozitive și aspecte negative. Este important să-ți alegi meseria care ți se potrivește cel mai bine și care este în concordanță cu interesele, nevoile, aspirațiile, dorințele și aptitudinile tale.

FIȘA AUTOPORTRET

Cine sunt eu?

EU	Familia
Nume..... Vârstă.....	Mama: Tata: Frații Surorile: Bunicii:

	PUNCTE TARI	PUNCTE SLABE
Școala		
Corpul		
ce cred eu despre mine		
trăsături de personalitate		

Hobby-uri ce știu să fac	Visele mele Proiecte

FIȘA – TREPTELE CARIEREI ¹

Interviu cu.....

Realizat de.....

Întrebare	Răspuns
Ce meserie doreați să aveți la vârsta mea?	
Ce meserie aveți acum?	
Ce știați despre această meserie?	
Ce ați aflat despre ea după ce ați profesat?	
Cine v-a ajutat în alegerea meseriei?	
Ce școală ați urmat?	
Ce vă place cel mai mult la meseria dvs.?	
Ce calități ar trebui să am pentru a lucra în această meserie?	
Care este etapa cea mai importantă în alegerea unei profesii ?	
Ce greutăți ați întâmpinat la începutul carierei?	
Alte aspecte importante cu privire la alegerea meseriei.	

FIȘĂ- PROIECTELE TALE

1. Te-ai gândit la una sau mai multe profesii pe care le-ai putea practica ?

Da/ Nu

Dacă răspunsul este „Da”, precizează care sunt acelea!

.....

2. Care sunt întrebările pe care le-ai adresa unui specialist în legătură cu meseria sau meseriile respective?

.....
.....

3. Alege o meserie care îți place sau pe care o cunoști bine.

.....
.....

Dacă răspunsul este „Da”, precizează care sunt acelea!

.....
.....

Describe ce trebuie să facă o persoană care practică această meserie.

.....
.....

Descrieți condițiile de muncă!

.....
.....

Care sunt calitățile necesare pentru practicarea acestei meserii?

.....
.....

Imaginează-ți că practici această meserie! Care sunt avantajele acesteia?

.....
.....

Care sunt dezavantajele?

.....
.....

4. Ce crezi că te va ajuta în practicarea meseriei?

.....
.....

5. Te imaginezi practicând o meserie când ești foarte tânăr?

Da/ Nu

Dacă răspunsul este „Da”, precizează care este aceasta?

Ți-ai schimba apoi meseria? Argumentează răspunsul.

.....
.....

¹ Sursă: Claudia Hodoș (coordonator), *Viitorul începe azi. Ghid metodologic de orientare și consiliere școlară*, Editura MAGISTER, Sibiu, 2005

FIȘĂ - CHESTIONARUL DE TEMPERAMENT

Sarcină: Cu „XX” este notată clasificarea cea mai plauzibilă și cu „X” încadrarea doar plauzibilă. Încercuiți ceea ce se potrivește.

	Fapte de conduită	Temperament			
		Coleric	Sangvinic	Flegmatic	Melancolic
1.	Dorește să fie primul care încearcă, îi place să înfrunte necunoscutul.	X	XX		
2.	Se decide greu pentru acțiune, are gesturi șovăielnice			X	XX
3.	Își pierde răbdarea așteptând să-i vină rândul, se agită.	XX	X		
4.	Este vădit emoționat înainte de probe.	X			XX
5.	Precipitat în acțiune, se corectează cu viteza arcului reflex, execuție lipsită de acuratețe îndeosebi spre sfârșit.	XX			
6.	Execută activitatea în ritm lent, dar cu destulă acuratețe.			XX	X
7.	Reacții verbale abundente, se îndeamnă pe sine („Haide!”, „Nu te lăsa!”, „Acuma-i acum”)		XX		
8.	Reacții motorii abundente, devine nervos când greșește, apar violențe verbale, plusul de energie se descarcă cu fiecare act.	XX			
9.	Execută activitatea / proba în tăcere: gesturile și cuvintele sunt aproape absente.			XX	XX
10.	Execută proba cu o încordare nervoasă, mobilizare excesivă în raport cu sarcina; tensiunea, plusul de energie se descarcă la încheierea acțiunii				XX

11.	Tendința de supraevaluare proprie și subestimarea sarcinii	XX	X		
12.	Tendința de supraestimare a sarcinii, dar de subapreciere personală				XX
13.	În caz de eșec nu se dă bătut, reia proba/activitatea de la capăt încurajându-se; duce la bun sfârșit sarcina.		XX	X	
14.	În caz de eșec se pierde, are nevoie de încurajare pentru a relua lucrul				XX
15.	La fiecare succes exclamă bucurie, bate din palme.		X		
16.	Rămâne indiferent la reușită, schițează doar un zâmbet			XX	
17.	Abandonează la primul eșec, se închide în sine și se „blochează” total				XX
18.	Abandonează când eșecurile se acumulează	XX			
19.	Tăcut în momente critice (dificile), prezintă reacții vegetative, dă semne de oboseală				XX
20.	Derută emoțională sub presiunea timpului				XX
21.	După terminarea lucrului, relatează colorat cele petrecute.		XX		
22.	Eșecul produce un „halo afectiv” de durată.				XX
	TOTAL				

Interpretare: Se acordă **1 punct** pentru „X” , și **2 puncte** pentru ”XX” , apoi se totalizează pe coloane punctele. Punctajul cel mai mare conchide în final asupra apartenenței individului la un tip de temperament dominant.

FIȘĂ - CHESTIONARUL „TRĂSĂTURI DE PERSONALITATE”²

Bifați adjectivele care considerați că vi se potrivesc.

1	materialist	R	19	convingător	S
2	natural	R	20	cooperant	S
3	consecvent	R	21	centrat pe probleme	S
4	practic	R	22	prietenos, amabil	S
5	stabil	R	23	responsabil	S
6	econom	R	24	sociabil	S
7	analitic	I	25	curajos	ÎN
8	critic	I	26	ambitios	ÎN
9	curios	I	27	dominant	ÎN
10	independent	I	28	energic	ÎN
11	cognitiv/intelectual	I	29	încrezător în sine	ÎN
12	introvertit	I	30	popular	ÎN
13	emoțional	A	31	conformist	C
14	expresiv	A	32	conservator	C
15	idealist	A	33	inhibat	C
16	imaginativ	A	34	consecvent	C
17	original	A	35	lipsit de imaginație	C
18	lipsit de abilități practice	A	36	eficient	C

Interpretare. Numără adjective bifate care au același cod (R, I, A) și notează cifra în tabelul de mai jos în coloana corespunzătoare codului. Cele mai mari trei valori indică codul tău personal

	<u>R</u>	<u>I</u>	<u>A</u>	<u>S</u>	<u>ÎN.</u>	<u>C</u>
Total						

² Sursă: Claudia Hodoș (coordonator), *Viitorul începe azi. Ghid metodologic de orientare și consiliere școlară*, Editura MAGISTER, Sibiu, 2005

FIȘĂ – CHESTIONAR DE INTERESE - HOLLAND

ACTIVITĂȚI

Marchează pe coloana lui „DA” activitățile pe care ți-ar plăcea să le faci. Pe coloana lui „NU”, marchează acele activități care îți displac, sau îți sunt indiferente.

R		Da	Nu
- să repar obiecte electrice			
- să fac obiecte din lemn			
- să cresc animale într-o fermă			
- să urmez un curs de desen tehnic			
- să fiu ghid la vânătoare, sau pescuit			
Total DA			
I			
- să citesc cărți, sau reviste științifice			
- să lucrez cu instrumente de laborator și substanțe chimice			
- să citesc despre subiecte deosebite din pură curiozitate			
- să lucrez la un proiect științific			
- să aplic matematica în probleme practice			
Total DA			
A			
- să joc într-o piesă de teatru			
- să cânt într-o formație			
- să urmez un curs de artă			
- să scriu, sau să citesc poezie			
- să fac design vestimentar			
Total DA			
S			
- să lucrez pentru Crucea Roșie			
- să am grijă de copii			
- să predau într-o școală			
- să ajut persoanele cu handicap			
- să-i ajut pe alții în problemele lor personale			
Total DA			
E			
- să vând ceva			
- să-i influențez pe alții			
- să învăț strategii pentru succesul în afaceri			
- să pornesc propria afacere			
- să supraveghez munca altora			
Total DA			

C			
- să redactez diferite documente			
- să țin evidențe detaliate ale cheltuielilor			
- să urmez un curs de afaceri			
- să urmez un curs de contabilitate			
- să fac operare pe calculator			
Total DA			

OCUPAȚII

Arată care ocupații te interesează și te atrag, marcându-le pe coloana DA.

R		Da	Nu
- pompier			
- zoolog			
- șofer de camion			
- mecanic de locomotivă			
- controlor			
Total DA			
I			
- meteorolog			
- chimist			
- redactor la o revistă			
- cercetător			
- biolog			
Total DA			
A			
- poet			
- actor			
- cântăreț			
- creator de desene animate			
- scriitor			
Total DA			
S			
- profesor de liceu			
- psiholog			
- director al unei tabere de tineret			
- asistent social			
- director de școală			
Total DA			

E			
- director de publicitate			
- crainic radio-tv			
- director al unui restaurant			
- ghid turistic			
- procuror			
Total DA			
C			
- contabil			
- inspector bancar			
- casier			
- expert în taxe și impozite			
- operator calculator			
Total DA			

CUM SĂ-ȚI ORGANIZEZI RĂSPUNSURILE?

Numără de câte ori ai marcat *DA* pe fiecare coloană. Scrie pe liniile următoare numărul obținut la fiecare grup.

	R	I	A	S	E	C
ACTIVITĂȚI						
OCUPAȚII						
SCORURI TOTALE						

Literele care au cele mai mari trei valori indică codul tău personal. Scrie-l mai jos (dacă scorurile sunt egale, pune ambele litere în același pătrat).

**CODUL
PERSONAL**

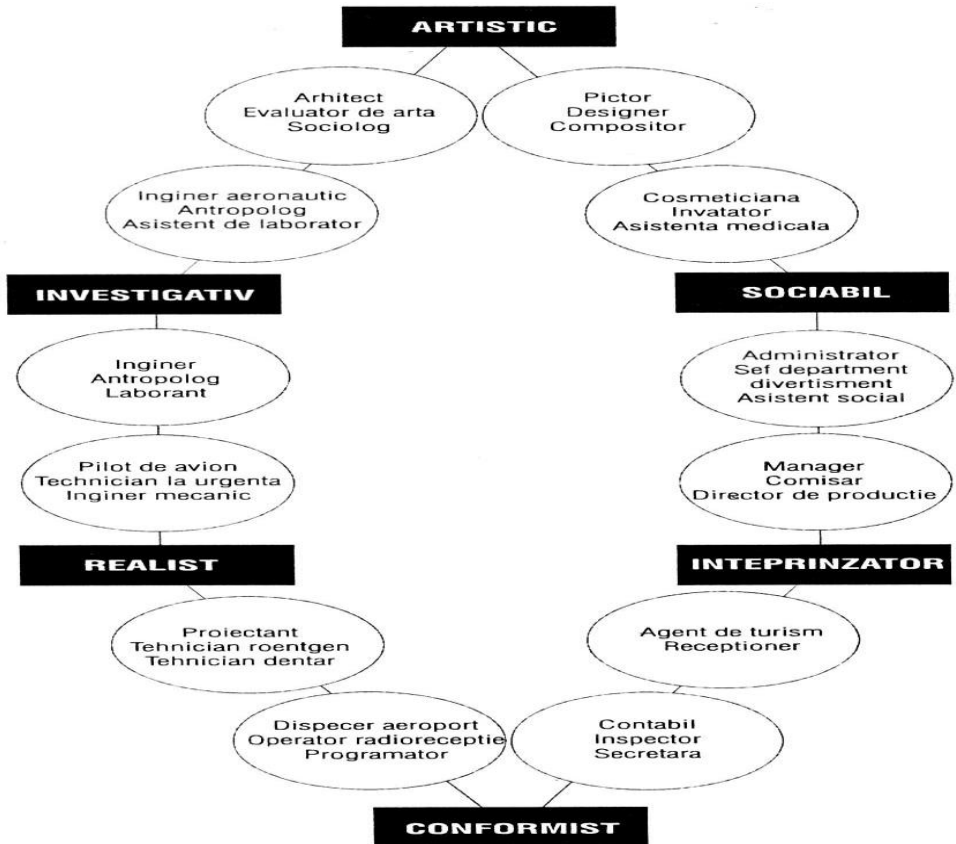
cel mai mare

al doilea

al treilea

(ANEXA 7)

FIȘĂ - TIPURI DE PERSONALITATE ȘI MESERII COMPATIBILE



Alte opțiuni în carieră:

- **Tipul Realist** – astronaut, șofer camion, instalator, drujbist (tăietor de lemne), pompier, grădinar peisagist, pădurar, horticultor, evaluator, mecanic, aviator, paznic, tehnician dentar, electrician, tehnoredactor (persoana care redactează un act), cartograf, tâmplar, șef de fermă, inspector în construcții, inginer în domeniul siguranței, topograf în marină, inginer mecanic, bucătar, radiograf, floricultor;

- **Tipul Convențional** – contabil, profesor de management, consultant personal, notar, secretară, corector, manager de credite, evaluator, operator CAD, director de bancă, consultant taxe, inspector asigurări, executiv legal, operator calculator, funcționar, farmacist;
- **Tipul Investigativ** – grefier, farmacist, ecologist, soră (infirmieră) medicală, chirurg, nutriționist, doctor, veterinar, meteorolog, horticultor, dentist, inginer analist, arheolog, cartograf, inginer de rețea, criminalist, tehnolog în domeniul alimentației, terapeut, biolog, profesor de matematică;
- **Tipul Întreprinzător** – bancher, agent de bunuri mobiliare, florar, avocat, manager de domeniu, agent de turism, politician, agent de schimb / bursă, polițist, agent electoral, persoana care face trafic de influență pentru votarea sau respingerea unei legi, manager de asigurări, șef de birou, manager de publicitate, vânzător, persoana care strânge bani cu un anumit scop, inițiator, marketing manager;
- **Tipul Social** - asistent social responsabil cu tinerii, director de managementul recreație, funcționar funerar, camera comerțului, profesor, ministru, director de personal, avocat/ procuror, funcționar al stării civile, instructor de fitness, paramedic, antrenor de atletism, sociolog, polițist, consilier în carieră, psiholog.
- **Tipul Artistic** – artist, profesor de engleză, profesor de teatru, profesor de muzică, design grafic, manager în publicitate, scriitor, creator de modă, decorator interior, fotograf, jurnalist, reporter, cosmetician, muzeolog, instructor de dans, prezentator, arhitect, scenograf, coregraf, actor, avocat, poet, designer floral, muzician.

(ANEXA 8)

FIȘĂ – CHESTIONAR DE APTITUDINI

În acest chestionar vei găsi 15 perechi de sarcini. Alege din fiecare pereche sarcina care este pentru tine mai ușor de realizat.

1	a. Ai văzut un film și îl vei povesti prietenei tale. b. Cumperi trei produse diferite și, în timp ce le aștepți la casă, calculezi prețul lor total.
2	a. Veți juca un joc împreună cu prietenii și tu explici regulile de joc. b. Un turist îți cere să-i arăți o stradă pe hartă.
3	a. Citești un articol în revista ta preferată și îl înțelegi din prima citire. b. La culesul fructelor din livadă, toată ziua cari lăzi de 10-15 kg.
4	a. Explici amănunțit o sarcină colegilor tăi. b. În timpul orei, nu înțelegi ceva, te prezinți și întrebi ce ți s-a părut neclar.
5	a. Un copil mic te roagă să-i povestești spectacolul vizionat la teatrul de păpuși. b. În timpul taberei îți coși haina ruptă.
6	a. Văzând prețul unui pachet de cafea de 1kg, calculezi rapid cât costă un sfert de kg. b. Până acum ți-ai ținut lucrurile școlare într-un sertar mare. Acum primești două sertare mai mici. Fără să încerci, apreciezi dacă lucrurile tale vor încăpea în cele două sertare mai mici.
7	a. Ajuți la organizarea unei mese festive cu ocazia unei nunți. b. Apreciezi câte persoane vor putea ocupa loc la o masă lungă.
8	a. Tu ești cel care socotești cât vor costa băuturile răcoritoare pentru cheful organizat în clasă. b. În tabăra de vară, ajungi să fii cazat/ă într-o cameră cu necunoscuți, dar te împrietenești repede cu ei.
9	a. Tu trebuie să decizi cum ar fi tapetată camera părinților tăi. b. Pregătești un mic cadou pe baza unui prototip dat.
10	a. Rezolvi sarcinile tip labirint din revistă. b. Cari lemnele cumpărate pentru iarnă la locul lor.
11	a. Știi să citești scrisul „în oglindă”. b. Începi o discuție în tren cu un călător din compartimentul în care stai.
12	a. Tu ești cel care aranjează bagajele familiei în portbagaj, înainte de plecarea în vacanță. b. Decorezi bogat un tort.
13	a. După o zi de înot la ștrand, mergi acasă pe jos.

	b. Ai un nou coleg de clasă. Lângă tine este un loc liber, îl chemi să vină acolo.
14	a. Cari acasă de la piață 20 de kg. de fructe. b. Pentru balul mascat îți pregătești o mască după un model dat.
15	a. Iei cuvântul la reuniunea festivă a clasei. b. Îți pui la punct bicicleta înainte de excursia cu bicicleta.

Grilă de evaluare:

1	Aptitudini verbale	1a	2a	3a	4a	5a
2	Abilități de calcul matematic	1b	6a	7a	8a	9a
3	Capacități de relaționare	4b	8b	11b	13b	15a
4	Rezistență fizică	3b	7b	10b	13a	14a
5	Inteligență spațială	2b	6b	10a	11a	12a
6	Dexteritate manuală	5b	9b	12b	14b	15b

FIȘĂ- TESTAȚI-VĂ TIPUL INTELIGENȚĂ

(Peter Kline și Bernhard Saunders)

Acest chestionar nu este un test de inteligență, ci el permite identificarea relativă a tipurilor dominante de inteligență și strategiilor preferate de învățare, nepunându-se problema ierarhizării lor.

Sarcină: Notați cu „X” răspunsul în colanele Da sau Nu la cele 77 de enunțuri de mai jos, apoi numărați pe fiecare categorie răspunsurile Da și precizați rezultatul obținut în grila de evaluare.

Nr. crt.	Enunțuri		Răspuns	
			Da	Nu
1	Gândești în imagini.	1		
2	Înveți făcând.	2		
3	Ești o persoană sigură pe tine.	3		
4	Ești atent la emoții, vise, idei.	4		
5	Cânti la un instrument muzical sau într-un cor.	5		
6	Scrii corect.	6		
7	Îți place calculatorul.	7		
8	Înveți văzând și observând.	1		
9	Te pricepi la tricatat.	2		
10	Îți place să lucrezi în echipă.	3		
11	Ai încredere în propria intuiție.	4		
12	Colecționezi CD-uri, casete și discuri.	5		
13	Îți plac jocurile de cuvinte.	6		
14	Îți plac lucrurile logice.	7		
15	Îți amintești ușor figurile.	1		
16	Îți controlezi deplin motricitatea.	2		
17	Simți ce gândesc, simt și cred ceilalți oameni.	3		
18	Trăiești în propria ta lume.	4		
19	Lucrezi ritmat, asociat cu muzica.	5		
20	Îți place să dezlegi cuvinte încrucișate.	6		
21	Memorezi bine teorii și principii.	7		
22	Ești priceput la rezolvarea puzzle-urilor.	1		
23	Comunici bine non-verbal.	2		
24	Ești un bun mediator de conflicte.	3		
25	Ai opinii puternice.	4		
26	Îți amintești mai bine faptele pe fond muzical.	5		
27	Ai talent la spus povești și bancuri.	6		
28	Îți plac romanele SF.	7		

29	În timpul liber confecționezi obiecte artizanale sau de artă plastică.	1		
30	Te amesteci în tot felul de lucruri, poate inconștient.	2		
31	Îți place să te joci, să participi la activități de grup.	3		
32	Ai un stil propriu și original de a te îmbrăca și de a te comporta.	4		
33	Dai drumul la muzica pentru că te ajută să îți exprimi sentimentele.	5		
34	Ești un bun scriitor. Îți place să scrii.	6		
35	Se spune despre tine ca ești „strălucitor”, „deștept”, „inteligent”.	7		
36	Îți plac filmele, casetele video și să fotografiezi.	1		
37	Îți plac activitățile fizice.	2		
38	Vorbești mult cu vecinii.	3		
39	Ai un hobby (de exemplu colecționarea timbrelor).	4		
40	Compui cântece pentru ocazii festive.	5		
41	Se spune despre tine ca ești „istet”, „rapid”, sau „vorbareț”.	6		
42	Reflectezi adesea la structuri, idei, concepte.	7		
43	Respecți cu minuțiozitate locul lucrurilor din casa.	1		
44	Preferi povești cu multă acțiune.	2		
45	Îi înțelegi bine pe ceilalți.	3		
46	Ai o solidă încredere în tine despre care nu prea vorbești.	4		
47	Se spune despre tine ca ești „muzical” sau „talentat”.	5		
48	Gândești în cuvinte.	6		
49	Înveți mai bine senzorial și examinând contextul.	7		
50	Îți plac tehnica și mașinăriile.	1		
51	Când vorbești, emoționezi cu ușurință oamenii.	2		
52	Știi cu ce se ocupa colegii tăi în afara școlii.	3		
53	Se spune despre tine ca ești o „personalitate”, „bine informat”.	4		
54	Obişnuiești să fluieri sau să murmuri pentru tine.	5		
55	Înveți cel mai bine spunând cu voce tare ceea ce înveți.	6		
56	Ești permanent întrebător și sceptic.	7		
57	Citești ușor hărți și grafice.	1		
58	Imiți bine.	2		
59	Se spune despre tine ca ești „un bun ascultător”, „suportiv”.	3		
60	Îți cunoști sentimentele.	4		
61	Îți place să dansezi sau să ieși să asculți muzica.	5		

62	Îți place să scrii.	6		
63	Îți plac ghicitorile, exercițiile și puzzle-urile logice.	7		
64	Adesea visezi cu ochii deschiși.	1		
65	Se spune despre tine că ești „grațios”, „bun dansator” sau „atletic”.	2		
66	În timp ce vorbești, gândești.	3		
67	Înveți cel mai bine independent de alții.	4		
68	Ai întotdeauna opinii despre muzică.	5		
69	Îți amintești ușor nume și detalii.	6		
70	Gândești bine abstract și teoretic.	7		
71	Se spune despre tine că ești „creativ”, „constructiv” sau „talentat”.	1		
72	Te simți bine când faci mișcare.	2		
73	Înveți cel mai bine în grupuri de studiu.	3		
74	Ai o personalitate puternică, te simți independent.	4		
75	Te deranjează zgomotul din cameră.	5		
76	Îți place să citești cărți bune.	6		
77	Ești bun la matematică.	7		

Grilă de evaluare:

	Tipul de inteligență	Punctaj		Tipul de inteligență	Punctaj
1	Vizual - spațială		5	Muzical ritmică	
2	Corporal-chinestezică		6	Verbal-lingvistică	
3	Umanistă		7	Logic matematică	
4	Introvertit-filosofică				

¹ Sursă: Elena Lupșa, Victor Bratu manual de Psihologie clasa a X –a, Editura CORVIN, Deva, 2005

FIȘA -IDENTIFICAȚI-VĂ STILUL DE ÎNVĂȚARE

Acest chestionar permite identificarea relativă a tipului dominant de învățare și strategiilor preferate de învățare, nepunându-se problema ierarhizării lor.

Sarcină: Notați cu „X” răspunsul în colanele *Da* sau *Nu* la cele 24 de enunțuri de mai jos, apoi numărați pe fiecare categorie răspunsurile *Da* și precizați rezultatul obținut în grila de evaluare.

Nr Crt.	Enunțuri	Întotdeauna	De obicei	Câteodată	Rar	Niciodată
		4	3	2	1	0
1.	Îmi amintesc mai bine lecția dacă ascult decât dacă o citesc.					
2.	Folosesc mai bine notițele scrise în clasă, decât explicațiile orale.					
3.	Îmi place să i-au notițe ca să le pot folosi ulterior.					
4.	Mi-e cam greu să folosesc foarfeca atunci când tai carton.					
5.	Prefer ca schemele și desenele să îmi fie explicate de profesor.					
6.	Îmi place să lucrez cu uneltele.					
7.	Prefer schemele, tabelele și diagramele.					
8.	La ora de muzică diferențiez ușor sunetele muzicale.					
9.	Îmi amintesc cel mai bine dacă scriu de câteva ori ceea ce citesc.					
10.	Mă descurc bine cu hărțile și pot folosi indicațiile acestora.					
11.	Mă descurc mai bine cu materiile teoretice ascultând expuneri sau înregistrări pe casete.					
12.	Îmi place să mă joc cu monedele și cheile prin buzunar.					
13.	Învăț mai bine ortografia unui cuvânt repetând literele acestuia cu voce tare decât scriindu-l					
14.	Înțeleg mai bine știrile pe cre le citesc din ziar decât dacă le aud la radio.					
15.	Îmi place sa mestec gumă sau să mănânc ceva în timp ce studiez.					
16.	Încerc să țin minte ceva fixând imaginea respectivă în minte ca pe o fotografie.					

17.	Învăţ uşor enunţurile urmărindu-le cu degetul în timp ce citesc.					
18.	Prefer să ascult o emisiune radio decât să citesc.					
19.	Sunt priceput la dezlegarea jocurilor de cuvinte.					
20.	Prefer să citesc despre o anumită temă decât să discut despre ea.					
21.	Prefer să ascult ştirile la radio decât să citesc un ziar.					
22.	Îmi place să obţin informaţii despre subiectele interesante citind materiale diverse despre acestea.					
23.	Mă simt bine dacă-i ating pe alţii(când dau mâna sau îi bat pe umăr).					
24.	Prefer indicaţiile orale date de profesor decât cele găsite în manual.					

Grila de evaluare

VIZUAL		AUDITIV		KINESTEZIC	
2		1		4	
3		5		6	
7		8		9	
10		11		12	
14		13		15	
16		18		17	
20		21		19	
22		24		23	
Total		Total		Total	

¹ Sursă: Claudia Hodoş (coordonator), *Viitorul începe azi. Ghid metodologic de orientare şi consiliere şcolară*, Editura MAGISTER, Sibiu, 2005

FIȘA-STIMA DE SINE

Chestionarul de mai jos își propune să vă ofere o indicație despre nivelul stimei dvs. de sine. Citiți cu atenție fiecare frază și răspundeți în cel mai scurt timp, marcând cu un X varianta care se apropie cel mai mult punctului dvs. de vedere actual.

Nr. crt.	Fraze	Total de acord	De acord	Dezacord	Total dezacord
		1 punct	2p	3p	4p
1	În general sunt mulțumit(ă) de mine				
2*	Câteodată mă gândesc că nu valorez nimic				
3	Cred că am o serie de calități bune				
4*	Sunt capabil(ă) să fac lucrurile la fel de bine ca și ceilalți				
5	Simt că nu am în mine prea multe de care să fiu mândru				
6*	Câteodată mă simt realmente inutil				
7	Mă gândesc că sunt un om de valoare, cel puțin la fel ca alte persoane				
8*	Mi-ar plăcea să am mai mult respect				
9	Ținând cont de toate am tendința să cred că sunt un (o) ratat(ă)				
10*	Am o părere pozitivă despre mine				

Interpretarea scalei stimei de sine (Rosenberg,1965)

Scorurile pot fi cuprinse între 10 și 40.

Itemii: 2,4,6,8 se cotează invers (ex.1punct-se acordă 4, 2 puncte se acordă 3, pentru 3 se acordă 1, iar pentru 4 se acordă 1 punct)

Interpretare	
Puncte	
10-16	Stimă de sine scăzută
17-33	Stimă de sine medie
34-40	Stimă de sine înaltă

¹ Sursă: Mielu Zlatea (coordonator), Tinca Crețu, Nicolae Mitrofan, Mihai Aniței -Manual de Psihologie clasa a X –a, Editura ARAMIS, București 2005

FIȘĂ-APTITUDINI-TRĂSĂTURI DE PERSONALITATE-INTERESE

Sarcină: Completați tabelul de mai jos cu rezultatele obținute de la Fișele de lucru „Temperament”, „Aptitudinile mele”, „Identificați-vă tipul de inteligență”, „Interesele mele”, respectiv anexele 4,5,6,7,8,9.

Nr crt.	Aptitudini	Trăsături de temperament	Interese	Rezultate școlare	Formă de învățământ

Nr crt.	Aptitudini	Trăsături de temperament	Interese	Tip de inteligență	Meseria potrivită

FIȘA – STUDIILE MELE



-  Ce școală ai vrea să urmezi (dacă nu știi, indică ceea ce te interesează):
-  Ce este un liceu *teoretic*:
-  Ce este un liceu *vocațional*:
-  Ce este un liceu *tehnologic*:
-  Ce este o școală profesională::
-  Disciplinele la care au obținut *rezultatele cele mai bune*:
-  Disciplinele la care au obținut *rezultatele cele mai slabe*:
-  Care sunt aspectele cele mai importante care te ghidează în alegerea liceului:

FIȘĂ – ANALIZA PROFILULUI



PROFILUL _____

- ☐ Licee unde există profilul ales:
- ☐ Școli profesionale unde există profilul ales:
- ☐ Discipline specifice studiate în cadrul profilului:
- ☐ Oportunități după absolvirea profilului:
- ☐ Deprinderi care se formează urmând profilul:
- ☐ Cerințele specifice profilului:
- ☐ Ce materii îmi plac / ce materii îmi displac:
- ☐ Îmi oferă posibilitatea de dezvoltare pe care mi-o doresc?

Alte aspecte importante pentru mine:

.....

.....

Completează în careul de mai jos:

M-a surprins să aflu despre profil:	Mi s-a confirmat:
Mi s-a clarificat:	Întrebări care au apărut:

FIȘĂ – AUTOEVALUARE³

Exercițiile de autocunoaștere și explorare a carierei pot să aducă informații noi sau să confirme informațiile pe care le-ai avut.

Completează în careul de mai jos:

M-a surprins să aflu despre mine:	Mi s-a confirmat:
Mi s-a clarificat:	Întrebări care au apărut:

³ Sursă: Adriana Băban, „Consiliere educațională”, Editura SC PSINET SRL, Cluj-Napoca, 2003

FIȘA-VALORILE PROFESIEI MELE

Sarcina: Analizează lista de mai jos 12 valori specifice oricărei profesii din fișa și atribuie fiecărei valori un scor (între 1-deloc și 6- foarte mult) și bifează în căsuța corespunzătoare coloanei cu scorul atribuit.

Valori	Deloc	Puțin	Mediu	Suficient	Mult	Foarte mult
	1	2	3	4	5	6
1.Ordine și autoritate Meseria pe care mi-o doresc trebuie să îmi ofere ocazia de a-i conduce pe alții și de a supraveghea ca lucrurile să fie bine planificate și executate.						
2.Esteticul Meseria mea este o ocazie de a crea lucruri frumoase și de a amenaja spațiul într-un mod plăcut.						
3.Diversitate Meseria mea trebuie să îmi ofere în permanență lucruri noi și variate. Este o ocazie de a face lucruri diverse.						
4.Avantaje materiale Meseria pe care mi-o doresc este aceea care îmi permite să câștig mulți bani și să pot sa-mi satisfac exigențele materiale.						
5.Siguranța postului Ceea ce contează la un post este siguranța acestuia, chiar dacă câștig mai puțin, prefer să evit șomajul.						
6.Provocarea intelectuală Meseria trebuie să fie o ocazie de a rezolva problemele, de a învăța să fii tu însuși și de a gândi.						
7.Prestigiu,recunoaștere Meseria mea este ocazia de a fi admirat de alții și de a-i impresiona.						
8. Altruismul Munca este adesea ocazia de a fi în serviciul celorlalți, de a fi util în mediul tău social.						

9. Mediul de muncă agreabil O meserie pentru a fi mulțumitoare trebuie să asigure condiții fizice acceptabile și să nu constituie un pericol.						
10.Colaborarea Meseria este o ocazie de a întâlni oameni diverși care învață să se cunoască și să se aprecieze						
11.Independența Munca trebuie să-mi permită un anumit grad de libertate în a rezolva lucrurile într-o manieră personală și să-mi ofere ocazia de a fi eu însumi.						
12.Realizarea de sine Munca trebuie să fie ocazia de a-mi dezvolta aptitudinile, de a-mi utiliza talentele și de a mă autodepăși.						

„Valori acceptate”

Valori acceptate	Legături cu meseria mea de elev	Legături cu viitoarea mea meserie

„Valorile mele sunt”

Sarcină: La final de oră elevii completează următoarele propoziții

Valorile pe care le apreciez sunt.....

Acestea îmi permit sa.....

2,3 valori care se potrivesc cu meseria mea de elev.....

Pentru mine o meserie bună este.....

¹ Sursă: Claudia Hodoș (coordonator), Viitorul începe azi. Ghid metodologic de orientare și consiliere școlară, Editura MAGISTER, Sibiu, 2005

FIȘA – FIȘĂ DE APLICATIE NR 1 „O MESERIE PENTRU FIECARE”

1. Completați rebusul cu prenumele vostru (verticală), ca în exemplul de mai jos, cu numele unor meserii pe care ați dori să le practicați (orizontală).

Exemplu:

		P	R	O	F	E	S	O	R						
		Z	I	D	A	R									
D	O	C	T	O	R										
					E	L	E	C	T	R	I	C	I	A	N
					S	O	F	E	R						

[illegible]

2. Alegeți, dintre meseriile identificate în rebusul completat de voi, numai una și prezentați sarcinile și responsabilitățile asumate pentru meseria respectivă.

[illegible]

Fișă de aplicație nr 2 „O meserie pentru fiecare”

1. Completați individual frazele lacunare în funcție de meseria preferată:

- Meseria preferată este
- Sunt potrivit(ă) pentru această meserie, pentru că
- Persoanele importante din viața mea cred că această meserie este
- Ceea ce trebuie să învăț pentru a fi competent(ă) în meseria aleasă este
- În prezent, această meserie este importantă, pentru că.....
- În viitor, meseria mea va fi
- Mi-am ales această meserie deoarece
- Dacă meseria ar vorbi, mi-ar spune că
- Obstacolele întâlnite în meseria dorită sunt
- Primele trei lucruri pe care le voi îndeplini pentru a avea succes în meseria dorită sunt

2. Comentați, în echipe, următoarele proverbe:

„Meseria este brățară de aur.”

„Meseria aceasta se potrivește ca o mânășă.”

„Cum îți așterni, așa dormi.”

„Cine știe o meserie nu rămâne flămând.”

1. Desenați meseriile preferate sub forma unei caricaturi



(model pentru discuții)

Model de profil ocupațional (COGNITROM 2007)

Standardul a fost elaborat pe baza informațiilor culese în cadrul unității pilot RATB Ciclop București.

MECANIC AUTO

Codul din Clasificarea ocupațiilor din România (C.O.R.): 723 101

Definiție C.O.R.:

Ocupația face parte din grupa 723 – Ocupația se aplică lucrătorilor ce execută operații de întreținere și reparație la autovehicule rutiere.

Descrierea profesiei. Conținutul muncii

Practicanții unei astfel de ocupații realizează o serie de activități de întreținere a mașinilor din dotare. Mecanicii de autovehicule montează, instalează, întrețin și repară motoare, echipamente mecanice și legate de autoturisme, camioane de livrare, motociclete și alte autovehicule. În acest domeniu aria de competențe trebuie să fie vastă, pe lângă operațiile efective de reparație și întreținere auto, lucrătorii trebuind să ofere o soluție optimă din punct de vedere tehnic, calitativ și economic. De asemenea, trebuie să dea dovadă de operativitate, să aibă o bună colaborare cu clienții și să ofere sfaturi competente în domeniul mentenanței autovehiculului.

Unelte/Instrumente de lucru

Instrumentele folosite cel mai adesea includ unelte de lucru, cum ar fi chei fixe de piulițe, șurubelnițe, soluții de gresare, unelte de calibrare, joje, detectoare de testare circuite, instrumente de diagnosticare. Dexteritatea și agilitatea sunt cerințe importante.

Atribuții și responsabilități

- Testează motoarele și celelalte subansamble care funcționează având la bază principii mecanice în vederea depistării defecțiunilor.
- Înlouiește piesele defecte, asigurând standardele prevăzute în cartea tehnică a autovehiculului.
- Execută reglaje la subansamblele motorului (carburatoare, pompe de injecție, sistemul de direcție, frânare, suspensie etc.).
- Testează/verifică din punct de vedere tehnic autovehiculul și subansamblele mecanice ale acestuia.
- Curăță motorul și părțile componente utilizând substanțe chimice (ex. solvenți de curățare), cârpe, jet de aer sau alte echipamente.
- Reasamblează motorul după terminarea lucrărilor de reparație și/sau întreținere.
- Răspunde de calitatea lucrărilor efectuate în conformitate cu standardele prevăzute în cartea tehnică a autovehiculului și/sau specificate de producător.

- Efectuează lucrări de reparație și întreținere a punților, sistemului de direcție, frânare și suspensie a autovehiculelor.
- Măsoară, prepară și testează soluțiile chimice utilizate pentru curățarea, întreținerea și repararea motoarelor.
- Efectuează lucrări de diagnosticare și testare a motoarelor, punților, sistemelor de direcție, frânare și suspensie în conformitate cu specificările producătorului și legislația în vigoare.
- Colaborează cu alți lucrători (colegi) pentru a repara, muta autovehiculul, părțile componente sau a echipamentului necesar.
- Verifică și testează modul de funcționare al autovehiculelor după efectuarea reparațiilor și/sau activităților de întreținere a acestora.
- Demontează motorul și scoate piesele defecte utilizând truse de chei simple și/sau dinamometrice, truse de lere, cricuri, lanțuri și scripeți, mini-macarale.
- Cunoaște regulile și specificațiile necesare pentru determinarea echipamentului și utilajelor/ dispozitivelor necesare efectuării activităților de reparație și întreținere ale autovehiculului.
- Transportă părți ale motorului/autovehiculului, scule, echipament și alte materiale între perimetrul de lucru și depozit/magazie folosind cricuri, elevatoare, sau cărucioare.

Program de lucru

Se lucrează 8 ore/zi – săptămână normală de lucru.

Mediu de activitate

Munca se desfășoară în ateliere de service, spații protejate (ateliere, hale etc.). Există situații (ex. lucrări de urgență, asistență tehnică pe drumurile publice) când activitățile se desfășoară în aer liber/spații neprotejate.

Situații de risc

O parte importantă a activităților implică un nivel destul de ridicat al zgomotului, poziții ne-uzuale (în picioare, aplecat, ghemuit) și expunerea la noxe și riscul accidentelor de natură mecanică (plăgi prin zdrobire sau strivire).

Cerințe pentru exercitare

Cerințe medicale:	Cerințe psihice:
• un organism sănătos cu o dezvoltare generală normală; • integritate macrofuncțională a membrilor superioare și inferioare; • rezistență la solicitări fizice moderate; • acuitate auditivă normală; • acuitate vizuală normală.	• capacitate intelectuală de nivel mediu; • atenție concentrată și susținută; • spirit de observație; • percepție a formelor și mărimilor (volumelor); • capacitatea de detecție fină a sunetelor și de a procesa

	informația auditivă; • capacitate de a evalua și a lua decizii; • respectare riguroasă a regulilor și instrucțiunilor; • tip de personalitate: R. C. Î . realist, convențional, întreprinzător (Clasificarea Holland)
--	--

Activități fizice:

Aptitudini	Nivel 1 (foarte scăzut)	Nivel 2 (scăzut)	Nivel 3 (mediu)	Nivel 4 (înalt)	Nivel 5 (foarte înalt)
Aptitudine generală de învățare			√		
Aptitudini de comunicare			√		
Aptitudini de calcul			√		
Percepție spațială					√
Percepție a formei					√
Aptitudini de a lucra cu documente (verificarea rapidă cifre și cuvinte)		√			
Coordonare ochi-mână					√ *
Dexteritate digitală					√ *
Dexteritate manuală					√ *
√ *semnificativ pentru această ocupație					

Cerințe de educație și pregătire profesională

- Studii medii
- Nivel de calificare: N3, N4

Salarizare, promovare, alte avantaje

Dinamica profesiei pe piața muncii

Creștere-dinamica ocupației e mai mare decât celelalte ocupații per ansamblu

Profesii înrudite/ specializări

- Electromecanic auto
- Lăcătuș mecanic agregate energetice și de transport
- Motorist

Informații suplimentare se pot obține de la:

Oficiile de forță de muncă

Centrele de asistență psihopedagogică; cabinetele de consiliere școlară

Centrele INFOTIN

GLOSAR



Aptitudine – Însușire psihică individuală care condiționează îndeplinirea în bune condiții a unei munci, a unei acțiuni ♦ posibilitatea de a acționa și de obține performanță.

Deprindere – Ușurință câpătată de-a lungul timpului într-o îndeletnicire oarecare ♦ componentă automatizată a activității.

Competențe – Ansambluri integrate de abilități și capacități de aplicare, operare și transfer al achizițiilor, care permit desfășurarea *eficientă* a unei activități, utilizarea în mod funcțional a cunoștințelor, deprinderilor și priceperilor în diferite contexte.

Ocupație – Tip de activitate socială *aducătoare de venit*, desfășurată de către o persoană într-una din ramurile economiei ♦ se referă la producerea de bunuri materiale și spirituale, la efectuarea unor prestații de servicii recunoscute și recompensate în cadrul societății, ceea ce îi asigură individului sursele de existență.

Meserie – Este complexul de cunoștințe obținute prin școlarizare și prin practică, necesare pentru executarea anumitor operații de transformare și prelucrare a obiectelor muncii, sau pentru prestarea anumitor servicii ♦ îndeletnicirea meseriașului ♦ meșteșug, meșterie.

Profesie / profesiune – Tip de activitate socială ce se exercită pe baza unei *pregătiri profesionale*, a unei calificări ♦ desemnează complexul de cunoștințe teoretice și deprinderi practice dobândite de către o persoană prin pregătire și se exprimă prin meseria sau/și specialitatea însușite. ♦ se construiește în cadrul procesului amplu și de durată de profesionalizare a muncii.

Profilul ocupațional – Descrierea ocupației și conținutul muncii; unelte și instrumente de lucru; atribuții și responsabilități; program de lucru; mediu de activitate; situații de risc; cerințe pentru exercitare (medicale, fizice, psihice); aptitudini; deprinderi transferabile; cerințe de educație și pregătire; salarizare, promovare, alte avantaje;

Profil ocupațional reprezintă o descriere succintă a unei ocupații, ce include obligațiuni funcționale și sarcini de muncă precum și cunoștințe, capacități și deprinderi practice, calități profesionale, utilaje, instrumente și materiale de lucru necesare pentru a realiza cu succes activități specifice ocupației.

Carieră – Profesiune, ocupație; domeniu de activitate; timp cât cineva lucrează într-un anumit domeniu. ♦ Etapă, treaptă în ierarhia socială sau profesională. ♦ Poziție în societate, situație bună.

Este o succesiune evolutivă de activități și poziții profesionale pe care le atinge o persoană, ca și atitudinile, cunoștințele și competențele asociate care se dezvoltă de-a lungul timpului”

Stil de lucru – Mod specific de exprimare într-un anumit domeniu al activității omenești, pentru anumite scopuri ale comunicării; fel propriu de a se exprima al unei persoane ♦ fel, manieră, metodă, mod. (~ *de lucru al cuiva.*) ♦ mod, fel de a fi, de a se comporta, de a acționa

Specializare – perfecționare ♦ A înzestra cu caractere speciale ♦ A se consacra studiului și aplicării unei discipline, unei ramuri speciale a științei, a tehnicii etc. ♦ a deveni specialist.

În domeniul pregătirii pentru carieră se pot distinge mai multe forme de intervenție:

- **Consilierea vocațională** oferă informații despre opțiuni educaționale și profesionale; facilitează dezvoltarea personală pentru luarea unor decizii în concordanță cu aptitudinile personale și cu realitățile sociale .

- **Consilierea privind cariera** asistă individul în rezolvarea problemelor școlare, profesionale, dezvoltă și aplică intervenții bazate pe cercetările psihologiei vocaționale.

- **Orientarea vocațională** (*vocational guidance*) este o formă de asistare în domeniul carierei. Orientarea implică îndrumarea clientului pentru a realiza decizii specifice.

- **Orientare școlară și profesională (O.S.P.)** desemnează un ansamblu de acțiuni educative cu implicații psihologice, sociale, economice, medicale, ergonomice, etice, care au ca obiectiv principal pregătirea elevilor pentru alegerea studiilor și profesiei.

Adrese internet utile

<http://www.go.ise.ro/DOVEDNO/dovedno.asp>

<http://consiliere.mmssf.ro/po.war/>

www.edums.ro

www.cjraems.ro

https://cnred.edu.ro/imipqnet/doku.php?id=lista_profile_ocupationale

[https://www.edu.ro/standarde-de-preg%C4%83tire-](https://www.edu.ro/standarde-de-preg%C4%83tire-%C3%AEenv%C4%83%C8%9B%C4%83m%C3%A2nt-liceal-tehnologic)

[%](https://www.edu.ro/standarde-de-preg%C4%83tire-%C3%AEenv%C4%83%C8%9B%C4%83m%C3%A2nt-liceal-tehnologic)

<https://osp.evolearn.info/contact.php>

<http://dirigentia.blogspot.com/>

<https://www.consiliere-practis.ro/materiale-utile/3/Materiale-informative.html>



NU EZITAȚI SĂ NE CONTACTAȚI !

LOCALIZARE

RO-540097 – Tg-Mureș

Str. Victor Babeș Nr. 11 camera 208/209

Tel: 0040-265211246; fax: 40-265-211246

e-mail: cjapp_ms@yahoo.com

Adresa web: www.cjraems.ro

