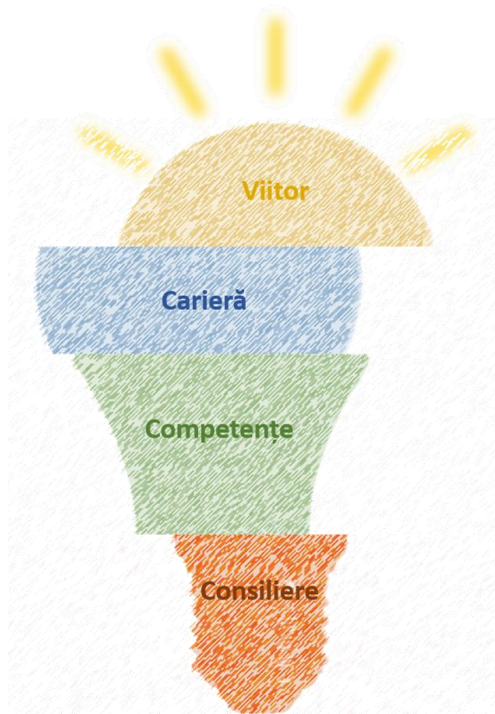


# ORIENTARE ȘCOLARĂ ȘI PROFESIONALĂ

GHID PENTRU DIRIGINȚI



TÂRGU - MUREȘ

2023



**Autori:**

**psih. Adriana Cerghedi, director CJRAE**  
**psih. Cordoș Oana – CJRAE**  
**psih. Kiss István CJRAE- CJAP**  
**psih. Iușan Călina CJRAE- CJAP**  
**psih. Moldovan Adrian CJRAE- CJAP**

**ISBN 978-973-0-38254-9.**

**ORIENTARE ȘCOLARĂ ȘI PROFESIONALĂ**  
**GHID PENTRU DIRIGINȚI**

**TÂRGU - MUREȘ**  
**2023**

## CUPRINS

|  | Pag.      |
|--|-----------|
| <b>Introducere în consilierea pentru carieră</b>               | <b>4</b>  |
| <b>Decizia în carieră</b>                                      | <b>10</b> |
| <b>Digrama ofertei educaționale la final de clasa a VIII-a</b> | <b>13</b> |
| <b>Filiere - profil - specializări</b>                         | <b>14</b> |
| <b>Descrierea filierelor</b>                                   | <b>15</b> |
| <b>Oferta educațională</b>                                     | <b>16</b> |
| ▪ <b>Filiera teoretică</b>                                     | <b>16</b> |
| ▪ <b>Filiera tehnologică</b>                                   | <b>19</b> |
| ▪ <b>Filiera vocațională</b>                                   | <b>22</b> |
| ▪ <b>Învățământ profesional</b>                                | <b>23</b> |
| <b>Exerciții</b>   | <b>26</b> |
| ▪ <b>Autoportretul</b>   | <b>27</b> |
| ▪ <b>Treptele carierei</b>                                     | <b>28</b> |
| ▪ <b>Proiectele tale</b>                                       | <b>29</b> |
| ▪ <b>Temperamentul</b>   | <b>30</b> |
| ▪ <b>Trăsături de personalitate</b>                            | <b>31</b> |
| ▪ <b>Chestionar de interese</b>                                | <b>32</b> |
| ▪ <b>Aptitudinile mele</b>                                     | <b>33</b> |
| ▪ <b>Tipuri de inteligență</b>                                 | <b>34</b> |
| ▪ <b>Stil de învățare</b>                                      | <b>36</b> |
| ▪ <b>Stima de sine</b>   | <b>38</b> |
| ▪ <b>Valorile profesiei tale</b>                               | <b>39</b> |
| ▪ <b>Aptitudini-trăsături de personalitate-interese</b>        | <b>40</b> |
| ▪ <b>Studiile tale</b>   | <b>41</b> |
| ▪ <b>Analiza profilului</b>                                    | <b>42</b> |
| ▪ <b>Autoevaluare</b>  | <b>43</b> |
| ▪ <b>O meserie pentru fiecare</b>                              | <b>44</b> |
| ▪ <b>Rebus tăcut (fără a verbaliza)</b>                        | <b>46</b> |
| ▪ <b>Ce este cariera</b>                                       | <b>47</b> |
| <b>Anexe</b>   | <b>48</b> |

## 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.

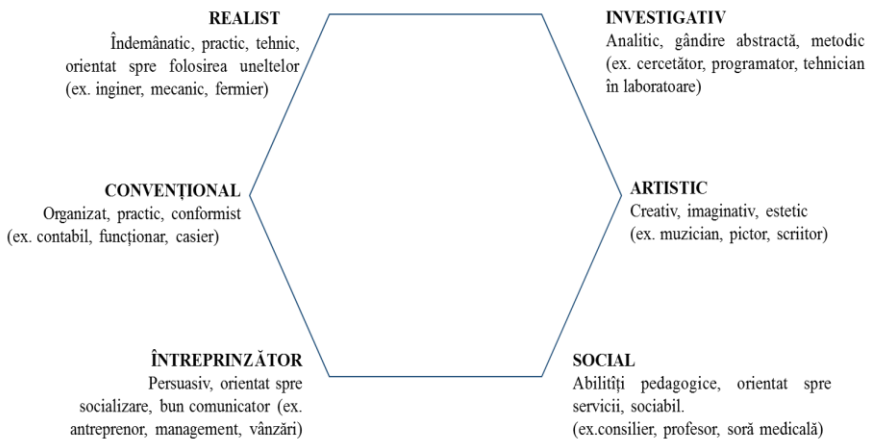


Fig. 1

*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 auto ajutor. 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 vedeți propria experiență, în lumina teoriei prezentate mai sus? Ați 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.

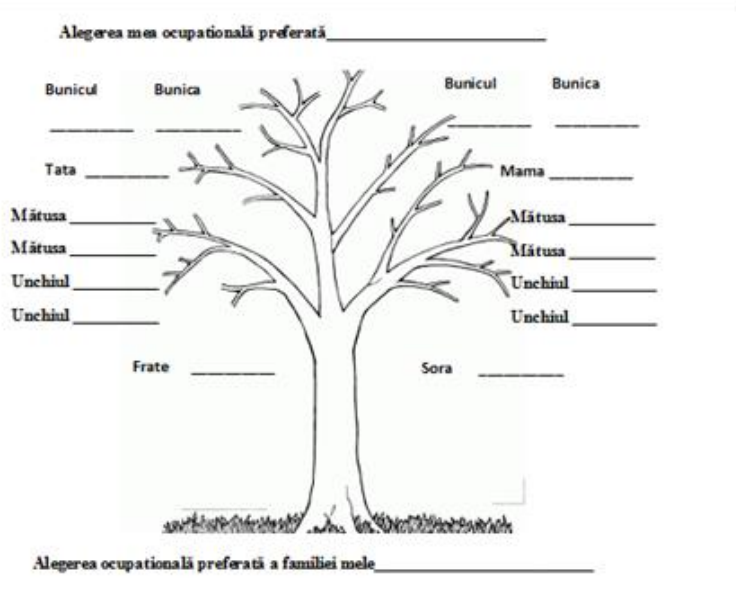


Fig. 2  
Copacul ocupațional al familiei

### **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 profesii 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.

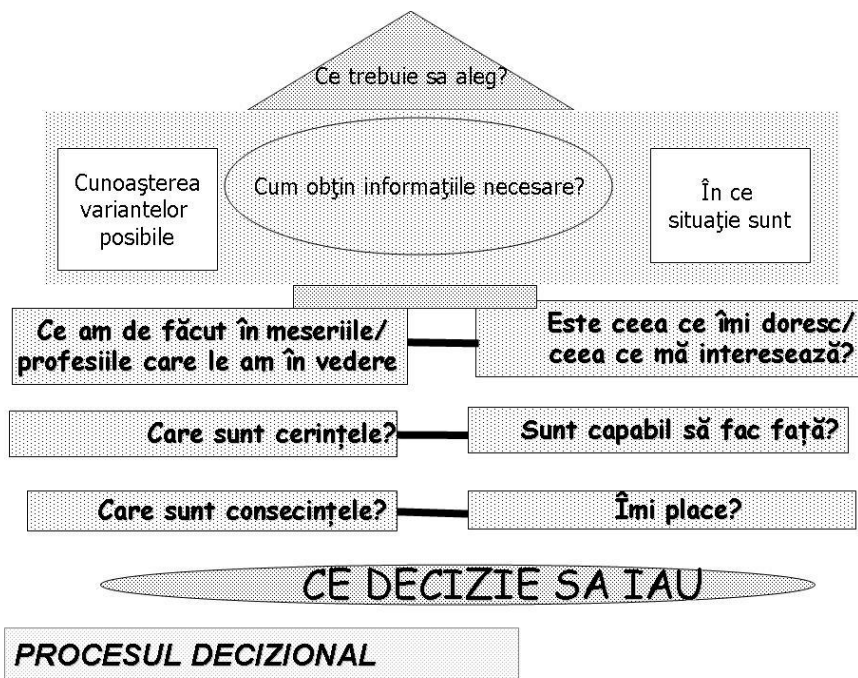
Spre exemplu, o persoană care are un profil artistic va căuta un astfel de mediu, creativ, expresiv și va evita mediile profesionale care blochează manifestarea personalității sale. Consilierea pentru carieră va urmări identificare tipologiei persoanei și sprijinirea ei în orientarea spre medii profesionale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

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

*Carierea 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**

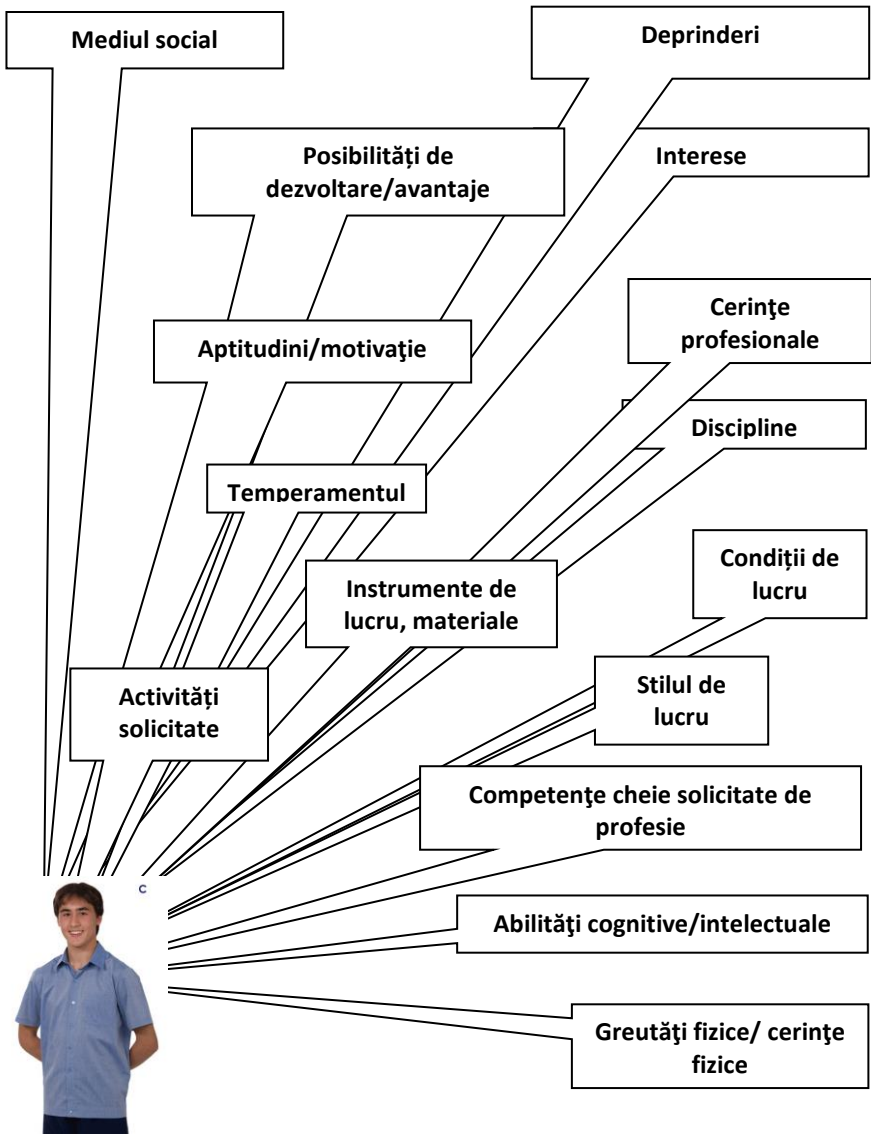
- identificarea scopurilor, idealurilor, dorințelor;
- identificarea modelelor de viață, aspirațiilor personale și profesionale.

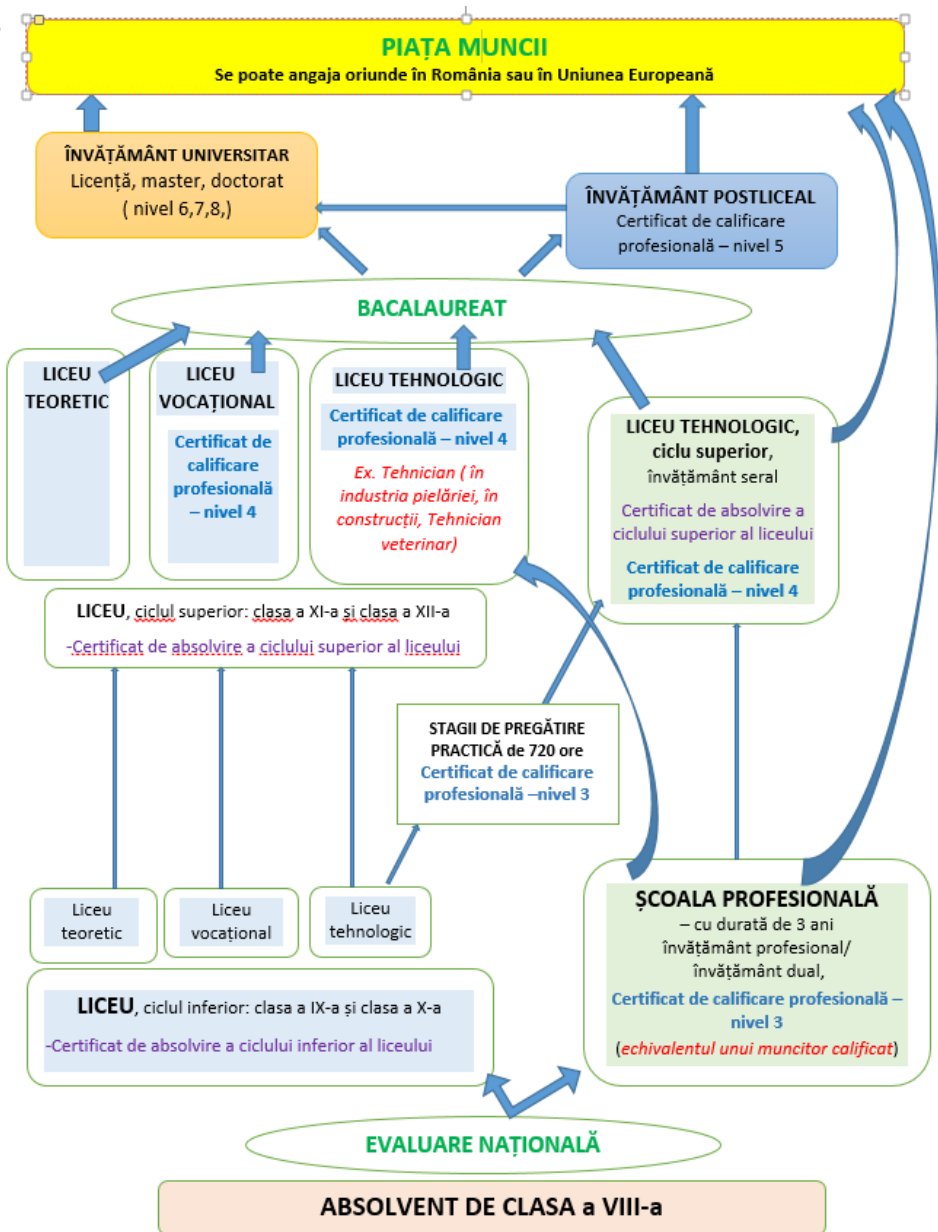
### **4. ✍ REALIZAREA ACORDULUI**

- 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





**DIAGRAMA OFERTEI EDUCATIONALE LA FINAL DE CLASA A VIII-A**

## 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 competente 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 competente 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-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             |
|  |   | Colegiul "Petru Maior" Reghin                           |
|  |   | Colegiul Național "Alexandru Papiu Ilarian" Târgu-Mureș |
|  | Științe ale naturii                                     | Colegiul Național „Alexandru Papiu Ilarian” Târgu Mureș |
|  |   | Liceul Teoretic "Bolyai Farkas" 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            |   |   |
|  | Colegiul Național „Alexandru Papiu Ilarian” Târgu Mureș |   |



|                                  |  |   |
|----------------------------------|--|---|
| Real                             | Științe ale naturii- intensiv limba engleză  | Colegiul Național „Unirea” Târgu Mureș                    |
|                                  |  | Liceul Tehnologic „Lucian Blaga” Reghin                   |
|                                  |  | Liceul Tehnologic Nr.1 Luduș                              |
|                                  |  | Colegiul "Petru Maior" Reghin                             |
|                                  |  | Liceul Teoretic „Bocskai 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                    |
|                                  | Științe ale naturii- intensiv limba germană  | Colegiul Național „Unirea” 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               |
|                                  |  | Colegiul Național Pedagogic "Mihai Eminescu" Târgu-Mureș  |
|                                  |  | Liceul Silvic Gurghiu                                     |
|                                  |  | Liceul Teoretic „Samuil Micu” Sârmașu                     |
|                                  | 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              |
|                                  |  | Liceul Teoretic "Bocskai István" Miercurea Nirajului      |
|                                  | Uman   | Filologie intensiv- limba franceză                        |
| Filologie Intensiv Limba germană |  | Colegiul Național „Mircea Eliade” Sighișoara              |

|      |  |  |
|------|--|--|
| Uman | Științe sociale                            | 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 Tehnologic "Domokos Kázmer" Sovata                |
|      |  | Liceul Teoretic „Bolyai Farkas" Târgu Mureș              |
|      |  | Liceul Vocațional Reformat Târgu Mureș                   |
|      | Științe sociale – intensiv - limba germană | Colegiul Național „Alexandru Papiu Ilarian" Târgu Mureș  |
|      |  | Colegiul Național Pedagogic Mihai Eminescu" Târgu Mureș  |
|      |  | Liceul Teoretic „Bolyai Farkas" Târgu Mureș              |

## OFERTA EDUCAȚIONALĂ -FILIERA TEHNOLOGICĂ

| Profil  | Specializare/<br>Calificare                         | Domeniu                             | Domeniu de<br>baza                              | Unitate de învățământ  |
|---|---|-------------------------------------|---|--|
| <b>Resurse naturale și protecția mediului</b> | Tehnician ecologie și protecția calității mediului  | Protecția mediului                  | Protecția mediului                              | Colegiul Agricol „Traian Săvulescu” Târgu Mureș  |
|   |   |                                     |   | Liceul Tehnologic "Ion Vlasiu" Târgu-Mureș   |
|   |   |                                     |   | Liceul Tehnologic Târnăveni  |
|   | Tehnician în agroturism                             | Agricultură                         | Agricultură                                     | Colegiul Agricol „Traian Săvulescu” Târgu Mureș  |
|   | Tehnician în industria alimentară                   | Industria alimentară                | Industria alimentară                            | Colegiul Agricol „Traian Săvulescu” Târgu Mureș<br>Liceul Tehnologic „Ioan Bojor” Reghin |
|   | Tehnician în silvicultură și exploatarea forestieră | Silvicultură                        | Silvicultură                                    | Liceul Silvic Gurghiu  |
| Tehnician veterinar                           | Agricultură   | Agricultură                         | Colegiul Agricol „Traian Săvulescu” Târgu Mureș |  |
| <b>Servicii</b>                               | 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 activități de comerț                   | Comerț                              | Comerț  | Colegiul Economic „Transilvania” Târgu Mureș   |
|   |   |                                     |   | Liceul Tehnologic „Avram Iancu” Târgu Mureș<br>Liceul Tehnologic „Domokos Kázmér” Sovata |
| Tehnician în activități                       | Economic  | Economic                            | Colegiul Agricol „Traian Săvulescu” Târgu Mureș |  |

|   |  |                                |                                |   |  |
|---|--|--------------------------------|--------------------------------|---|--|
|   | economice                              |                                |                                | Colegiul Economic „Transilvania” Târgu Mureș    |  |
|   |  |                                |                                | Liceul Tehnologic „Electromureș” Târgu Mureș    |  |
|   |  |                                |                                | Liceul Tehnologic Nr.1 Sighișoara               |  |
|   |  |                                |                                | Liceul Tehnologic „Ioan Bojor” Reghin           |  |
|   | Tehnician în administrație             | Economic                       | Economic                       | 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 hotelărie                    | în                             | Turism                         | Turism și alimentație                           | Liceul Tehnologic „Electromureș” Târgu Mureș   |
|   | Tehnician turism                       | în                             | Turism                         | Turism și alimentație                           | Colegiul Economic „Transilvania” Târgu Mureș   |
|   |  |                                |                                |   | Liceul Tehnologic „Domokos Kázmér” Sovata  |
| Liceul Tehnologic „Lucian Blaga” Reghin |  |                                |                                |   |  |
| <b>Tehnic</b>                           | Tehnician în prelucrarea lemnului      | Fabricarea produselor din lemn | Fabricarea produselor din lemn | Liceul Tehnologic "Vasile Netea" Deda           |  |
|   | Tehnician electrician electronist auto | Electric                       | Electric                       | Liceul Tehnologic „Gheorghe Șincai" Târgu Mureș |  |
|   | Tehnician în automatizări              | Electronică automatizări       | Electronică automatizări       | Liceul Tehnologic „Electromureș" Târgu Mureș    |  |
|   | Tehnician în instalații electrice      | în                             | Electric                       | Electric  | Liceul Tehnologic Iernut<br>Liceul Tehnologic Nr.1 Luduș<br>Liceul Tehnologic "Electromureș" Târgu-Mureș |

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
| Tehnician în prelucrarea lemnului                    | Fabricarea produselor din lemn               | Fabricarea produselor din lemn             | Liceul Tehnologic „Vasile Netea” Deda   |
| 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<br>Liceul Tehnologic „Petru Maior” Reghin              |
| Tehnician transporturi                               | Mecanică de motoare                          | Mecanică                                   | Liceul Tehnologic „Gheorghe Șincai” Târgu Mureș   |
|  |  |  | Liceul Tehnologic "Aurel Persu" Târgu-Mureș   |
|  |  |  | Liceul Tehnologic Târnăveni   |
| Tehnician proiectant CAD                             | Mecanică de montaj, întreținere și reparații | Mecanică                                   | Liceul Tehnologic Nr.1 Sighișoara   |
|  |  |  | Liceul Tehnologic "Gheorghe Șincai" Târgu-Mureș   |
| Tehnician operator procesare text/imagine            | Producție media                              | Producție media                            | Liceul Tehnologic "Ion Vlasiu" Târgu-Mureș  |
| Tehnician desenator pentru construcții și instalații | Structuri pentru construcții                 | Construcții, instalații și lucrări publice | Liceul Tehnologic "Ion Vlasiu" Târgu-Mureș<br>(Liceul Tehnologic "Constantin Brâncuși" Târgu-Mureș) |

## OFERTA EDUCAȚIONALĂ -FILIERA VOCAȚIONALĂ

| <b>Profil</b> | <b>Specializare/<br/>Calificare</b> | <b>Domeniu</b>                         | <b>Domeniu<br/>de baza</b>            | <b>Unitate de învățământ</b>                             |
|---------------|-------------------------------------|--|---------------------------------------|--|
| 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     | Educator puericultor                | 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 Teoretic "Bolyai Farkas" 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 baza                            | Domeniu                       | Calificări   | Unitate de învățământ                                |
|--|-------------------------------|--|--|
| Agricultură                                | Agricultură                   | Lucrător în agroturism   | Liceul Tehnologic „Ioan Bojor” Reghin                |
|  |                               | Agricultor culturi de câmp                                       | Școala Profesională Band                             |
| Comerț                                     | Comerț                        | Comerțiant - 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  | Zidar - pietrar - tencuitor                                      | Liceul Tehnologic „Ion Vlasiu” Târgu Mureș           |
| Electric                                   | Electric                      | Electrician exploatare joasă tensiune                            | Liceul Tehnologic Nr.1 Sighișoara                    |

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
| Electric                                     | Electric                                     | Electrician<br>exploatare<br>centrale, statii și<br>rețele electrice               | Liceul Tehnologic Nr.1 Sighișoara   |
| Electromecanică                              | Electromecanică                              | Electromecanic<br>utilaje și instalații<br>industriale                             | Liceul Tehnologic "Electromureș"<br>Târgu-Mureș                           |
|  |  | Operator cazane,<br>turbine cu aburi,<br>instalații auxiliare<br>și de termoficare | Liceul tehnologic Iernut  |
| Estetica și<br>igiena<br>corpului<br>omenesc | Estetica și<br>igiena<br>corpului<br>omenesc | Frizer - coafor -<br>manichiurist -<br>pedichiurist                                | Liceul Tehnologic „Sfântul<br>Gheorghe" Sângeorgiu de Pădure              |
| Fabricarea<br>produselor<br>din lemn         | Fabricarea<br>produselor<br>din lemn         | Tâmplar universal  | Centrul Școlar De Educație<br>Incluzivă Nr. 3 Reghin                      |
|  |  |  | Liceul Tehnologic „Ion Vlasiu"<br>Târgu Mureș                             |
|  |  |  | Liceul Tehnologic „Lucian Blaga"<br>Reghin                                |
| Industrie<br>alimentară                      | Industrie<br>alimentară                      | Brutar - patiser -<br>preparator<br>produse făinoase                               | Colegiul Agricol „Traian<br>Săvulescu" Târgu Mureș                        |
|  |  |  | Liceul Tehnologic Iernut  |
| Industrie<br>textilă și<br>pielărie          | Industrie<br>textilă și<br>pielărie          | Confecționar<br>produse textile  | Liceul Tehnologic „Avram Iancu"<br>Târgu Mureș                            |
|  |  |  | Liceul Tehnologic Târnăveni<br>Liceul Tehnologic „Constantin<br>Brâncuși” |
|  |  |  | Liceul Tehnologic Nr.1 Luduș  |
|  |  |  | Centrul Școlar De Educație<br>Incluzivă Nr. 3 Reghin                      |
|  |  |  | Liceul Teoretic "Samuil Micu"<br>Sârmașu                                  |
| Materiale de<br>construcții                  | Materiale de<br>construcții                  | Operator ceramică<br>fină  | Liceul Tehnologic Nr.1 Sighișoara   |
|  | Lăcătușărie<br>mecanică<br>structuri         | Tinichigiu<br>vopsitor auto  | Liceul Tehnologic Târnăveni Liceul<br>Tehnologic „Constantin Brâncuși”    |
|  |  |  | Liceul Tehnologic „Petru Maior"<br>Reghin                                 |



|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
| Mecanică   | Mecanică   | Mecanic agricol  | Liceul Tehnologic Iernut                        |
|  |  |  | Liceul Teoretic „Samuil Micu” Sărmașu           |
|  |  |  | Școala Profesională "Gheorghe Șincai" Râciu     |
|  | Mecanică de montaj, întreținere și reparații         | Mecanic utilaje și instalații în industrie   | Liceul Tehnologic Nr.1 Sighișoara               |
|  | 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 Nirajului |  |  |   |
| Turism și alimentație                                | Alimentație  | Bucătar  | Colegiul Economic „Transilvania" Târgu Mureș    |
|  |  |  | Liceul Tehnologic "Domokos Kázmér" Sovata       |
|  | Ospătar (chelner) vânzător în unități de alimentație | Colegiul Economic „Transilvania" Târgu Mureș   |   |
|  |  | Liceul Tehnologic „Domokos Kázmér" Sovata  |   |
|  |  | Liceul Tehnologic „Ioan Bojor" Reghin  |   |
|  |  | Liceul Tehnologic „Sfântul Gheorghe" Sângeorgiu de Pădure<br>Liceul Tehnologic "Vasile Netea" Deda |   |

**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, dezbaterea 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

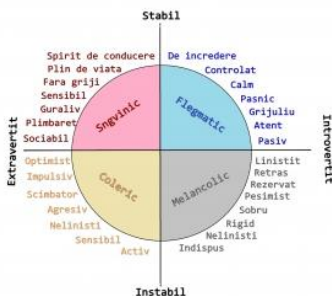
**Metode de lucru:** *expunerea, chestionarul, convorbirea, dezbaterea.*

**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 neconcordante 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.
  - **ÎNTREPRINZĂTOR**: 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 meseriile care pot fi asociate cu interesele proprii (vezi Anexa 7).
- Care sunt profilurile 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 hartă;
- 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, artele plastice.

**Inteligența corporal- kinesteziică** – 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, dezbaterea.*

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

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

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

## 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, dezbaterrea.

**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 propriei 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 ti-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, dezbaterea 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”

☛ (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, exercițiul 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, babysitter, 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). Provoacă elevii/elevele 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.

## 17. REBUS TĂCUT (FĂRĂ A VERBALIZA)



### Obiectivele activității:

- Eficientizarea comunicării nonverbale
- Înțelegerea unor concepte cheie legate de OȘP
- Cooperarea
- Dezvoltarea creativității
- Crearea unei stări de spirit pozitive

### Timp alocat: 30 minute

**Metode de lucru:** munca pe grupe (5), explicația, convorbirea, comparația, problematizarea.

### Materiale folosite:

Cartonașe cu litere care compun un rebus legat de OȘP (5)

### Desfășurarea activității:

**Pasul 1:** Elevii sunt împărțiți în grupe de câte 5.

**Pasul 2:** Fiecare grupă primește câte un rebus necompletat/gol având ca indiciu pe verticală două litere care fac parte dintr-un cuvânt/noțiune despre OȘP, respectiv un set de litere din care vor forma cuvinte cu sens despre OȘP și pe care le vor folosi/ășeza în căsuțele potrivite în vederea completării rebusului (☛ vezi Anexa 18).

Sarcina de lucru a elevilor este de a găsi cuvintele potrivite și de a le așeza corect astfel încât pe verticală

să obțină noțiunea solicitată despre OȘP (CARIERĂ, PROFESIE, MESERIE, OCUPAȚIE, SERVICIU)

**Pasul 3:** Cuvintele obținute în urma completării corecte a rebusului sunt trecute de către profesor într-un tabel pe tablă/ flipchart.

**Pasul 4:** Se explică și se compară noțiunile găsite despre OȘP cu exemple concrete, astfel încât elevii să poată diferenția sensul și semnificația acestora.

La final se fac aprecieri asupra modului de lucru și a implicării elevilor în activitate.

Se poate da ca temă de casă identificarea unor persoane din anturajul lor care au ocupații diferite față de profesia lor.

## 18. CE ESTE CARIERA?



### Obiectivele activității:

- Legat de subiectul alegerii carierei elevii învață să cunoască diferite concepte
- Cooperarea
- Eficientizarea comunicării în grup
- Dezvoltarea creativității
- Crearea unei stări de spirit pozitive

### Timp alocat: 50 minute

**Metode de lucru:** munca pe grupe (6), explicația, convorbirea, comparația, problematizarea.

### Materiale folosite:

Cartonașe cu următoarele cuvintele cheie: muncă, carieră, ocupație, profesie, meșteșug, meserie.

Coli de hârtie de mare dimensiune

Creioane colorate, markere

### Desfășurarea activității:

Clasa este împărțită în 6 grupuri mici.

Fiecare grupă primește o noțiune scrisă pe un cartonaș din cele de mai sus.

Membrii grupului vor emite asocieri de cuvinte legate de conceptul dat, adună expresii, gânduri, imagini etc.

Elevii notează/desenează pe o coală albă de hârtie produsul/conținutul gândirii comune (brainstorming) a grupului din care fac parte.

Fiecare grup de elevi își alege un reprezentant care va prezenta în plen toate asocierile găsite de membrii grupului legate de conceptul primit.

După prezentarea tuturor grupurilor, elevii clasei au posibilitatea să completeze celelalte prezentări cu propriile opinii/viziuni.

După ce toate grupurile și-au prezentat/completat lucrările, profesorul explică, clarifică și compară conceptele găsite. Totodată profesorul pune accent pe profesiile și meseriile viitorului.

Elevii sunt solicitați să ofere alte exemple decât cele oferite de profesor.

**FIȘA AUTOPORTRET**

Cine sunt eu?

|                              |   |
|------------------------------|---|
| EU                           | Familia   |
| Nume: _____<br>Vârstă: _____ | Mama:<br>Tata:<br>Frații<br>Surorile:<br>Bunicii: |

|                            | Puncte tari | Puncte slabe |
|----------------------------|-------------|--------------|
| Școala                     |             |              |
| Corpul                     |             |              |
| Ce cred eu despre mine     |             |              |
| Trăsături de personalitate |             |              |

|                             |                         |
|-----------------------------|-------------------------|
| Hobby-uri<br>ce știu să fac | Visele mele<br>Proiecte |
|                             |                         |



## FIȘA – TREPTELE CARIEREI



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<sup>1</sup>

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.

.....

.....

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.

.....

<sup>1</sup> 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. Încercuți ceea ce se potrivește.

|     |  | Temperament |           |           |            |
|-----|--|-------------|-----------|-----------|------------|
|     | Fapte de conduită  | 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  | XX          | X         |           |            |

|     |  |    |    |    |    |
|-----|--|----|----|----|----|
|     | proprie și subestimarea sarcinii   |    |    |    |    |
| 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”<sup>1</sup>

*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 | încrăzător 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 |          |          |          |          |           |          |

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

## FIȘĂ – CHESTIONAR DE INTERESE - HOLLAND ACTIVITĂȚII:

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 vânatoare, sau pescuit                      |                      |    |    |
| <b>Total DA</b>  | <input type="text"/> |    |    |
| 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                   |                      |    |    |
| <b>Total DA</b>  | <input type="text"/> |    |    |
| 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                                  |                      |    |    |
| <b>Total DA</b>  | <input type="text"/> |    |    |
| 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             |                      |    |    |
| <b>Total DA</b>  | <input type="text"/> |    |    |
| E  |                      |    |    |
| - să vând ceva   |                      |    |    |
| - să-i influențez pe alții                                   |                      |    |    |
| - să învăț strategii pentru succesul în afaceri              |                      |    |    |
| - să pornesc propria afacere                                 |                      |    |    |
| - să supraveghez munca altora                                |                      |    |    |
| <b>Total DA</b>  | <input type="text"/> |    |    |

|   |  |  |  |
|---|--|--|--|
| <b>C</b>                                      |  |  |  |
| - să redactez diferite documente              |  |  |  |
| - să țin evidente detaliate ale cheltuielilor |  |  |  |
| - să urmez un curs de afaceri                 |  |  |  |
| - să urmez un curs de contabilitate           |  |  |  |
| - să fac operare pe calculator                |  |  |  |
| <b>Total DA</b>                               |  |  |  |

## 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                          |  |    |    |
| <b>Total DA</b>                      |  |    |    |
| <b>I</b>                             |  |    |    |
| - meteorolog                         |  |    |    |
| - chimist                            |  |    |    |
| - redactor la o revistă              |  |    |    |
| - cercetător                         |  |    |    |
| - biolog                             |  |    |    |
| <b>Total DA</b>                      |  |    |    |
| <b>A</b>                             |  |    |    |
| - poet                               |  |    |    |
| - actor                              |  |    |    |
| - cântăreț                           |  |    |    |
| - creator de desene animate          |  |    |    |
| - scriitor                           |  |    |    |
| <b>Total DA</b>                      |  |    |    |
| <b>S</b>                             |  |    |    |
| - profesor de liceu                  |  |    |    |
| - psiholog                           |  |    |    |
| - director al unei tabere de tineret |  |    |    |
| - asistent social                    |  |    |    |
| - director de școală                 |  |    |    |
| <b>Total DA</b>                      |  |    |    |

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

### CUM SĂ-ȚI ORGANIZEZI RĂSPUNSURILE?

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

|                       | <b>R</b> | <b>I</b> | <b>A</b> | <b>S</b> | <b>E</b> | <b>C</b> |
|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| <b>ACTIVITĂȚI</b>     |          |          |          |          |          |          |
| <b>OCUPAȚII</b>       |          |          |          |          |          |          |
| <b>SCORURI TOTALE</b> |          |          |          |          |          |          |

Lettere 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**

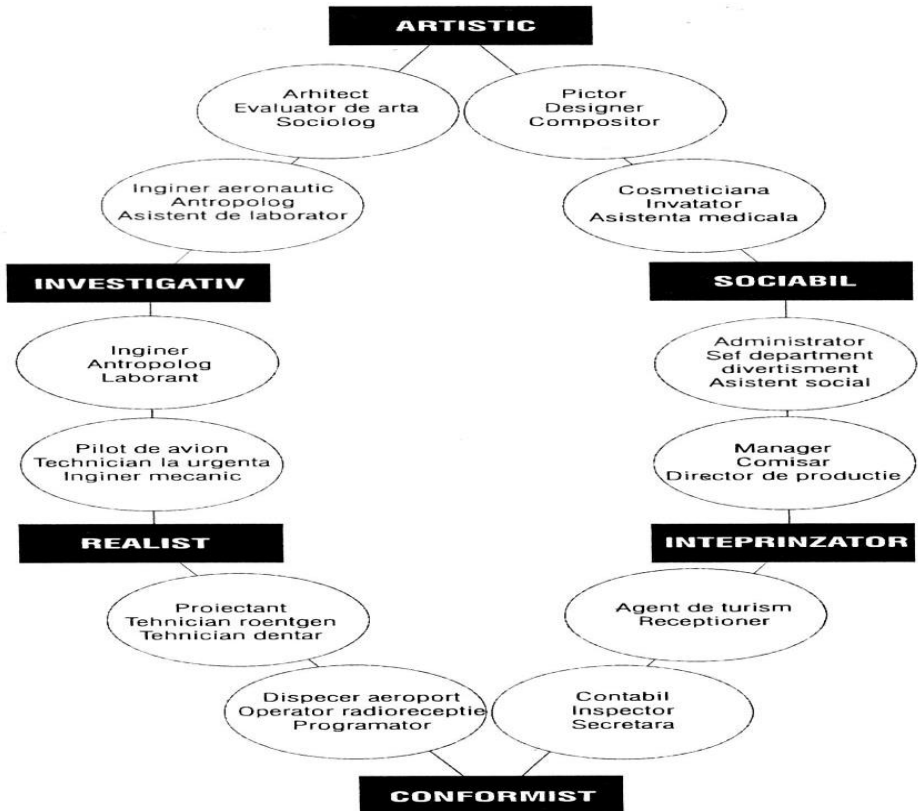
cel mai mare

al doilea

al treilea



## 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.



## 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.<br>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.<br>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.<br>b. La culesul fructelor din livadă, toată ziua cari lăzi de 10-15 kg.   |
| 4  | a. Explici amănunțit o sarcină colegilor tăi.<br>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.<br>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.<br>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. Apreciezi câte persoane vor putea ocupa loc la o masă lungă.<br>b. Stai la rând timp de aproape o oră.  |
| 8  | a. Tu ești cel care socotești cât vor costa băuturile răcoritoare pentru cheful organizat în clasă.<br>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.<br>b. Pregătești un mic cadou pe baza unui prototip dat.  |
| 10 | a. Rezolvi sarcinile tip labirint din revistă.<br>b. Cari lemnele cumpărate pentru iarnă la locul lor.  |
| 11 | a. Știi să citești scrisul „în oglindă”.<br>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.<br>b. Decorezi bogat un tort.   |
| 13 | a. După o zi de înot la ștrand, mergi acasă pe jos.<br>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.<br>b. Pentru balul mascat îți pregătești o mască după un model dat.  |
| 15 | a. Iei cuvântul la reuniunea festivă a clasei.<br>b. Îți pui la punct bicicleta înainte de excursia cu bicicleta.   |

**Grilă de evaluare:**

|          |                                      |    |    |     |     |     |
|----------|--------------------------------------|----|----|-----|-----|-----|
| <b>1</b> | <b>Aptitudini verbale</b>            | 1a | 2a | 3a  | 4a  | 5a  |
| <b>2</b> | <b>Abilități de calcul matematic</b> | 1b | 6a | 7a  | 8a  | 9a  |
| <b>3</b> | <b>Capacități de relaționare</b>     | 4b | 8b | 11b | 13b | 15a |
| <b>4</b> | <b>Rezistență fizică</b>             | 3b | 7b | 10b | 13a | 14a |
| <b>5</b> | <b>Inteligență spațială</b>          | 2b | 6b | 10a | 11a | 12a |
| <b>6</b> | <b>Dexteritate manuală</b>           | 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 tricotate.                        | 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 arta 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 „vorbaret”.         | 6 |  |  |
| 42 | Reflectezi adesea la structuri, idei, concepte.                        | 7 |  |  |
| 43 | Respecti cu minuțiozitate locul lucrurilor din casa.                   | 1 |  |  |
| 44 | Preferi povestiri cu multa 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 sa 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”, „supportiv”.         | 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 |         |   |                      |         |

<sup>1</sup> Sursă: Elena Lupșa, Victor Bratu manual de Psihologie clasa a X-a, Editura CORVIN, Deva, 2005

## FISĂ - 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<br>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 hârtile 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 care le citesc din ziar decât dacă le aud la radio.                |             |           |           |     |           |
| 15.        | Îmi place să 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. | Învăț ușor enunțurile 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 știrile la radio decât să citesc un ziar.   |  |  |  |  |  |
| 22. | Îmi place să obțin informații despre subiectele interesante citind materiale diverse despre acestea. |  |  |  |  |  |
| 23. | Mă simt bine dacă-i ating pe alții(când dau mâna sau îi bat pe umăr).                                |  |  |  |  |  |
| 24. | Prefer indicațiile 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           |  |
| <b>Total</b> |  | <b>Total</b> |  | <b>Total</b> |  |

<sup>1</sup> Sursă: Claudia Hodoș (coordonator), *Viitorul începe azi. Ghid metodologic de orientare și consiliere școlară*, 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)

<sup>1</sup> Sursă: Mielu Zlate (coordonator), Tinca Crețu, Nicolae Mițoșan, Mihai Aniței -Manual de Psihologie clasa a X –a, Editura ARAMIS,

București 2005

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

**ANEXA 12****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:

|  |                                  |
|--|----------------------------------|
| <b>M-a surprins să aflu despre profil:</b> | <b>Mi s-a confirmat:</b>         |
| <b>Mi s-a clarificat:</b>                  | <b>Întrebări care au apărut:</b> |

FIȘĂ – AUTOEVALUARE<sup>2</sup>

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:

|   |   |
|---|---|
| <p><b>M-a surprins să aflu despre mine:</b></p> | <p><b>Mi s-a confirmat:</b></p>         |
| <p><b>Mi s-a clarificat:</b></p>                | <p><b>Întrebări care au apărut:</b></p> |

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

|   |  |  |  |  |  |  |
|---|--|--|--|--|--|--|
| <b>9. Mediul de muncă agreabil</b><br>O meserie pentru a fi mulțumitoare trebuie să asigure condiții fizice acceptabile și să nu constituie un pericol.                     |  |  |  |  |  |  |
| <b>10. Colaborarea</b><br>Meseria este o ocazie de a întâlni oameni diverși care învață să se cunoască și să se aprecieze   |  |  |  |  |  |  |
| <b>11. Independența</b><br>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. |  |  |  |  |  |  |
| <b>12. Realizarea de sine</b><br>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 să \_\_\_\_\_

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

Pentru mine o meserie bună este \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

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



FIȘA – FIȘĂ DE APLICAȚIE 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 |
|   |   |   |   |   | Ș | O | F | E | R |   |   |   |   |   |   |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

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

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## 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:

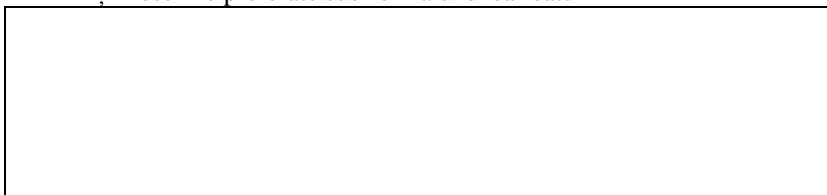
„Meseria este brățară de aur.“

„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.
- Înlocuiește 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.
- Curată motorul și părțile componente utilizând substanțe chimice (ex. solvenți de curățare), cârpe, jet de aer sau alte echipamente.
- Reassemblează 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**

| <b>Cerințe medicale:</b>  | <b>Cerințe psihice:</b>  |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• un organism sănătos cu o dezvoltare generală normală;</li> <li>• integritate macrofuncțională a membrilor superioare și inferioare;</li> <li>• rezistență la solicitări fizice moderate;</li> <li>• acuitate auditivă normală;</li> <li>• acuitate vizuală normală.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>•capacitate intelectuală de nivel mediu;</li> <li>• atenție concentrată și susținută;</li> <li>• spirit de observație;</li> <li>• percepție a formelor și mărimilor (volumelor);</li> <li>•capacitatea de detecție fină a sunetelor și de a procesa informația auditivă;</li> <li>• capacitate de a evalua și a lua decizii;</li> </ul> |

|                          |  |
|--------------------------|--|
| <b>Cerințe medicale:</b> | <b>Cerințe psihice:</b>  |
|                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• respectare riguroasă a regulilor și instrucțiunilor;</li> <li>• tip de personalitate: R. C. Î . realist, convențional, întreprinzător (Clasificarea Holland)</li> </ul> |

### Activități fizice:

| Aptitudini   | Nivel 1<br>(foarte scăzut) | Nivel 2<br>(scăzut) | Nivel 3<br>(mediu) | Nivel 4<br>(înalt) | Nivel 5<br>(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

**REBUS TĂCUT (FĂRĂ A VERBALIZA)**

Exemplu de rebus pentru noțiunea de *carieră*.

|  |  |  |  |   |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|---|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  | C |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |   |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |   |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |   |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |   |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | Ă |  |  |  |  |  |  |  |

Nr litere permise: 47

Rezolvare corectă:  
(pentru profesor)

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|   |   |   |   | C | V |   |   |   |   |   |  |
| O | C | U | P | A | Ț | I | E |   |   |   |  |
|   |   |   | P | R | O | F | E | S | I | E |  |
|   |   | A | B | I | L | I | T | A | T | E |  |
|   |   |   | M | E | S | E | R | I | E |   |  |
|   |   | S | E | R | V | I | C | I | U |   |  |
|   |   |   | D | Ă | R | U | I | R | E |   |  |

## 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. Relația dintre **abilități** și aptitudini constă în faptul că primele constituie condiții psihofiziologice individuale care pot facilita formarea unei aptitudini și prin care individul uman reușește să își îndeplinească în mod eficient obiectivul propus.

**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, meșerie.

**Profesie/profesione** – 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 profesiunii.

## Adrese internet utile

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

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

[www.edums.ro](http://www.edums.ro)

[www.cjraems.ro](http://www.cjraems.ro)

[https://cnred.edu.ro/imipqnet/doku.php?id=lista\\_profile\\_ocupationale](https://cnred.edu.ro/imipqnet/doku.php?id=lista_profile_ocupationale)

<https://www.edu.ro/standarde-de-preg%C4%83tire->

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

<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 209/210  
Tel: 0040-265211246; fax: 40-265-211246

---

e-mail: [cjapp\\_ms@yahoo.com](mailto:cjapp_ms@yahoo.com)

Adresa web: [www.cjraems.ro](http://www.cjraems.ro)





**ISBN 978-973-0-38254-9.**