

RAPORT DE ACTIVITATE AL CENTRULUI DE CONSILIERE ȘI ORIENTARE ÎN CARIERĂ 2020

Centrul de Consiliere și Orientare în Carieră (CCOC) oferă servicii suport tuturor studenților Universității Ștefan cel Mare din Suceava pe care îi însoțește de la debutul exeperienței academice, din anul I, până la absolvire. În plus, activitatea CCOC se extinde, din punct de vedere temporal, și integrează, atât viitorii studenți prin activitățile de promovare a ofertei USV în rândul liceenilor, cât și absolvenții, prin evenimentele și activitățile de carieră.

Echipa CCOC este constituită din psiholog (2), sociolog (1) și cadre didactice (4) cu competențe în domenii diferite (științe sociale, științe inginerești, antreprenoriat și științe umaniste) care acoperă un post de consilier de carieră.

Specialiștii centrului propun și organizează activități pe întreaga durată a anului academic, unele având caracter permanent, altele fiind construite și adaptate în funcție de nevoile identificate sau de solicitările exprimate de către studenți și/ sau conducerea universității.

Site-ul CCOC, găzduit de site-ul USV dar și de site-urile celor zece facultăți din universitate (<http://ccoc.usv.ro/>) și pagina de facebook (<https://www.facebook.com/ccoc.usv>) reprezintă principalele modalități prin intermediul cărora CCOC intră în contact cu studenții, furnizându-le constant informații despre activitățile organizate. Înscrierea studenților la activități este liberă, se realizează on-line prin completarea formularului asociat fiecărui eveniment, iar participarea este gratuită.

În anul 2020, activități CCOC au fost structurate, pe de o parte, conform principalelor direcții de lucru ale acestei structuri (a se vedea *Regulamentul CCOC*), iar, pe de altă parte, conform calendarului academic. În consecință, raportarea activităților respectă acest dublu criteriu:

a. Consiliere psihologică și de orientare în carieră (activitate permanentă)

În activitatea de *consiliere psihologică* au fost abordate probleme precum: dificultăți de învățare, managementul timpului, integrarea în mediul academic, gestionarea emoțiilor în contextul confruntării cu noul virus, cu sesiunea sau cu exigențele academice. Ca date numerice, am avut 12* studenți care au beneficiat de consiliere psihologică, cu care s-a lucrat în 24 de ședințe (o ședință de consiliere durează, cu aproximație, 50 de min.).

În activitatea de *consiliere de orientare în carieră*, 40 de studenți au primit suport din partea consilierilor de carieră, în funcție de facultatea de apartenență.

b. Sesiuni de formare pentru dezvoltarea competențelor transversale (activitate permanentă)

CCOC a realizat 81 de training-uri care au vizat atât dezvoltarea aspectelor psihologice ale personalității (strategii de învățare, de comunicare, de gestionare a conflictelor, managementul resurselor personale: emoții, timp), cât și o serie de competențe transversale, utile în transferul de la școală la profesie (abilități de căutare a unui loc de muncă, de întocmire a dosarului personal, abilități antreprenoriale).

* Menționăm faptul că am sesizat o modificare a atitudinii față de serviciile de consiliere psihologică în noul context de învățare on-line, studenții manifestând un grad mai mare de reticență față de ședințele on-line sau telefonice, de aici și numărul în scădere, comparativ cu anii precedenți.

Tabel 1. Training-uri oferite studenților

| Tema | Titlul training-ului | Număr | Studenți |
|---|---|--------------|-----------------|
| 1. Orientare academică și profesională | ▪ Cum redactăm un CV, o scrisoare de motivație? | 9 | 100 |
| | ▪ Ghid pentru abordarea unui interviu de angajare | 1 | 8 |
| | ▪ Utilizarea uneltelor digitale moderne pentru găsirea unui loc de muncă | 1 | 9 |
| 2. Antreprenoriat în USV | ▪ Concurs de scriere <i>Planuri de afacere</i> (parteneriat cu <i>Junior Achievement- JA</i>) | 2 | 37 |
| | ▪ Training-uri JA (<i>Împozitul pe venit, Business English, Accounting, Cum să îți calculezi primul salariu? Sesiune de informare, Curs online</i>) | 6 | 92 |
| | ▪ Training-uri <i>Future makers, Social Impact Award</i> | 4 | 104 |
| | ▪ Atelier digital de antreprenoriat | 1 | 17 |
| | ▪ HP Life - Program digital de antreprenoriat | 1 | 21 |
| | ▪ Business Network, suport pentru idei de afaceri | 2 | 45 |
| | ▪ Inițiere în antreprenoriat (parteneriat cu <i>RubikHUB</i>) | 2 | 38 |
| | ▪ Educație antreprenorială | 3 | 77 |
| 3. Managementul resurselor personale | ▪ Gestionarea emoțiilor/ în sesiune | 5 | 27 |
| | ▪ Gestionarea perfecționismului și hipercriticismului | 2 | 22 |
| | ▪ Emoții, atitudini și valori (re)descoperite într-un timp <i>altfel...</i> | 1 | 12 |
| | ▪ 10 Idei pozitive în vremuri negative | 1 | 81 |
| | ▪ Celebrăm <i>Ziua Pământului</i> | 1 | 63 |
| | ▪ Celebrăm <i>Ziua internațională a cărții</i> | 1 | 59 |
| | ▪ Evadare în universul lecturii | 1 | 7 |
| | ▪ Antrenament de autocunoaștere prin <i>Povești terapeutice</i> | 1 | 40 |
| | ▪ Managementul timpului | 3 | 26 |
| | ▪ Strategii eficiente de autoreglare emoțională | 1 | 7 |
| | ▪ Managementul stresului | 1 | 4 |
| | ▪ Autocunoaștere și proiect de dezvoltare personală și profesională | 1 | 6 |
| 4. Învățarea în mediul academic | ▪ Mentorat academic în USV- <i>Consilierii de carieră și studenții bursieri te antrenează pentru (în) sesiune</i> | 4 | 70 |
| | ▪ Gestionarea învățării prin utilizarea noilor tehnologii | 1 | 7 |
| | ▪ <i>Cafeneaua ideilor carantinate</i> , despre experiențe de învățare electronică | 1 | 60 |
| | ▪ Motivația pentru învățare | 2 | 25 |
| | ▪ Parctici creative de predare-învățare prin instrumente digitale | 2 | 9 |
| | ▪ Tehnici de învățare eficientă | 1 | 21 |
| 5. Dezvoltarea valorilor | ▪ <i>Curiozitatea</i> (valoarea lunii octombrie) | 1 | 20 |
| | ▪ <i>Inteligența socială</i> (valoarea lunii noiembrie) | 1 | 13 |
| | ▪ <i>Recunoștința</i> (valoarea lunii decembrie) | 1 | 1 |
| 6. Informarea studenților | ▪ Mă orientez în studenție cu ... <i>Harta studentului de anul I</i> | 16 | 185 |
| Total | | 81 | 1313 |

Tabel 2. Training-uri oferite profesorilor

| Titlul | Training | Profesori |
|--|----------|-----------|
| <ul style="list-style-type: none"> Utilizarea tehnologiilor moderne în managementul educației academice | 2 | 4 |

c. Evenimente de carieră (activitate permanentă):

Studentii USV au beneficiat de o serie de evenimente de carieră cu invitați și tematică adaptată domeniului de studiu, evenimentele fiind realizate în parteneriat cu Unitatea de Analiză și Gestiune Previzională a Solicitărilor Pieței Muncii.

Tabel 3. Evenimente de carieră

| Titlul | Invitați | Studenti |
|---|------------------------------------|------------|
| <ul style="list-style-type: none"> Conferința <i>Leadership pentru succes</i> | Scott Liston John Gering | 164 |
| <ul style="list-style-type: none"> Conexiuni cu angajatori din mediul de afaceri | Florin Hrebenciuc Ciprian Fetcu | 34 |
| | | 198 |

d. Studii și analize periodice:

- ***Ce se întâmplă cu absolvenții USV? (activitate permanentă)***

Studiu cu caracter permanent, realizat din anul 2006. Lotul investigat este constituit din absolvenții care și-au ridicat diploma de la Departamentul Acte de Studii în perioada iulie 2006 – noiembrie 2020. Aplicarea chestionarelor este realizată de către personalul *Departamentului Acte de Studii*, în sarcina CCOC fiind actualizarea bazei de date și prelucrarea statistică a informațiilor. Datele analizate au vizat ultimele trei promoții: 2017, 2018, 2019 (licență, master și doctorat).

- ***Abandonul în USV (activitate permanentă)***

Scopul studiului este de a identifica, prin metoda anchetei pe bază de chestionar, motivele reale pentru care studenții decid să abandoneze studiile universitare, dar și soluțiile concrete pentru remedierea acestei stări de fapt. Aplicarea chestionarelor a început în iunie 2018 și este realizată de către personalul secretariatelor facultăților la momentul ridicării documentelor personale de către foștii studenți. În acest moment avem în baza de date 299 de chestionare. Raportul studiului a fost elaborat în noiembrie 2020.

- ***Furnizarea datelor statistice privind angajabilitatea și gradul de satisfacție al absolvenților (activitate permanentă)***

e. Implicarea CCOC în proiectele ROSE din USV

CCOC este partener în proiectele ROSE, derulate de către *Facultatea de Educație Fizică și Sport, Facultatea de Inginerie Electrică și Știința Calculatoarelor, Facultatea de Silvicultură, Facultatea de Științe Economice și Administrație Publică*. Specialiștii CCOC sunt implicați în activitățile de coaching și dezvoltare personală.

f. Alte activități ale CCOC:

- CCOC a lansat proiectul *Clubul de carte* adresat tuturor studenților USV în vederea creșterii și dezvoltării personale prin lectură de calitate. Au fost realizate două întâlniri, pentru două cărți recomandate: *Oameni anxioși*, Fredrik Backman (octombrie), *Poate ar fi bine să discuți cu cineva*, Lori Gottlieb (noiembrie)
- CCOC a realizat 5 întâlniri cu echipa de voluntari (aproximativ 20 de studenți)
- CCOC participă, periodic, la emisiuni propuse de Radio USV.

Coordonator CCOC,
Lect. univ. dr. Liliana BUJOR

