

ACTIVITATEA DE CONSILIERE ȘI ORIENTARE ÎN CARIERĂ

- 2025 –

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 experienței academice, 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 a fost constituită în anul 2025 din psihologi (3) și cadre didactice (4) având competențe în domeniile: științe sociale, științe ingineresti, antreprenoriat și științe umaniste (care acoperă un post de consilier vocațional).

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 facultăților din universitate (<http://ccoc.usv.ro/>), pagina de Facebook a Centrului de Consiliere (<https://www.facebook.com/ccoc.usv>) și colaborarea lunară cu îndrumătorii de an 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 2025, activitățile CCOC au fost structurate conform principalelor direcții de lucru ale acestei structuri (a se vedea *Regulamentul CCOC revizuit 2024*) dar și în funcție de calendarul academic. În consecință, raportarea activităților respectă acest dublu criteriu.

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

Un număr de 82 de studenți au beneficiat de serviciile de *evaluare și consiliere psihologică/ educațională/ orientare în carieră* în 476 de ședințe. De asemenea, au fost puse la dispoziția absolvenților de liceu sesiuni de consiliere pentru orientare academică în perioada admiterii la USV. Astfel, 4 absolvenți de liceu au solicitat servicii de consiliere și orientare educațională, în vederea alegerii specializării potrivite profilului psiho-aptitudinal (o ședință de consiliere durează, cu aproximație, 50 de min. Numărul de ședințe pentru fiecare student/elev este variabil, în funcție de specificul problemei cu care se prezintă: dificultăți de învățare, managementul timpului, integrarea în mediul academic, gestionarea emoțiilor).

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

CCOC a realizat peste 100 de training-uri și evenimente de carieră în care a fost vizată optimizarea aspectelor psihologice ale personalității (strategii de învățare, comunicare, gestionare a conflictelor, managementul emoțiilor) și antrenarea competențe transversale solicitate în transferul de la universitate la profesie (training-uri OSP- Orientare Școlară și Profesională).

Tabel 14.1. Training-uri oferite studenților

Domeniul	Tema training-ului	Număr	Studenți
1. Orientare academică și profesională	▪ De la mediu academic la piața muncii. Idei și oportunități	1	16
	▪ Cum să ai succes la interviul de angajare în domeniul tehnic?	1	4
	▪ Pregătirea portofoliului de angajare	1	7
	▪ Repere în identificarea unui job	1	3
	▪ Cum să te prezinți la un interviu de angajare	1	15
	▪ Plan de dezvoltare personală și profesională în domeniul tehnic: "cum" și "de ce"?	1	1
	▪ Managementul carierei	1	5
	▪ Activități de urmat în atingerea obiectivelor profesionale	1	6
	▪ Cum să redactăm un CV și o scrisoare de intenție	1	20
2. Antreprenoriat în USV	▪ Atelier de antreprenoriat De la problemă la soluție de business	1	12
	▪ Antreprenoriat în USV – Noi oportunități	2	33
	▪ Competiția Planurilor de Afaceri	2	36
3. Managementul resurselor personale	▪ Strategii de reglare emoțională	2	5
	▪ Gestionarea emoțiilor în sesiune	1	2
	▪ Autocunoașterea	7	42
	▪ Impresii și proiecții după sesiunea de iarnă	3	45
	▪ Exerciții de autocunoaștere inter-student	1	37
	▪ Gestionarea emoțiilor la interviul de angajare	1	19
	▪ Dezvoltarea competențelor socio-emoționale	5	77
	▪ Offline people skills: conectare, comunicare, cooperare	1	12
	▪ Construirea carierei: de la explorarea intereselor la alegerea profesională	1	4
	▪ Repere pentru un traseu profesional și personal de succes	1	27
	▪ Busola valorilor: orientarea către o viață și o carieră cu sens	1	4
	▪ Dezvoltarea competențelor inovative și de transfer tehnologic	1	25
	▪ Implicarea studenților economiști în comunitatea academică	1	2
	▪ Puterea recunoștinței: motorul implicării în comunitate	1	1
	▪ Dezvoltarea abilităților de comunicare și rezolvarea conflictelor	4	20
4. Învățarea în	▪ Tehnici și strategii de învățare	5	72
	▪ Repere în sesiunea de iarnă	3	26
	▪ Mentorat academic pentru studenții FEAA	1	10
	▪ Valorificarea aptitudinilor în activități de învățare	1	4

mediul academic	▪ Ecuția învățării eficiente. Tehnici și strategii	2	51
5. Informarea studenților	▪ Sesiuni de promovare CCOC (studenți anul I și III)	17	866
	▪ Sesiune de informare privind finanțările neramburabile	1	98
	▪ Adicții. Când plăcerea păcălește creierul	2	55
	Total	77	1662

Tabel 14.2. Training-uri oferite elevilor

Tema training-ului	Număr	Elevi
▪ Workshop pentru elevii de clasa a VIII a și a XII a: Pregătește-te inteligent pentru examene	1	138
▪ Dezvoltarea competențelor inovative și de transfer tehnologic (Colegiul Tehnic "Lațcu Vodă" Siret - Suceava)	1	20
▪ Training OSP pentru elevi (Liceul Tehnologic "Nicolae Bălcescu" – Fălticeni)	1	51
▪ Training OSP pentru elevi (Colegiul "Alexandru cel Bun" – Gura Humorului)	1	40
▪ Training OSP pentru elevi (Liceul "Demostene Botez" – Trusești)	1	51
▪ Training OSP pentru elevi (Colegiul Tehnic de Industrie Alimentară - Suceava)	1	22
Total	6	322

c. Evenimente de carieră (activitate permanentă):

Studenții USV au beneficiat de o serie de evenimente de carieră cu invitați și tematică adaptată domeniului de studiu. De asemenea, au fost realizate o serie de evenimente de carieră pentru cadrele didactice pe tema stării de bine a profesorilor.

Tabel 14.3. Evenimente de carieră dedicate studenților și elevilor

Titlul	Invitați	Număr	Studenți	Elevi
▪ <i>Întâlnire cu antreprenori de succes: De la idee la business</i>	Invitat: Iulia Mîndruță, fondator MGM Consulting și Președinte CONAF Suceava	1	49	
▪ <i>Bursele Erasmus+: oportunități de dezvoltare personală și profesională</i>	Invitat: Nicoleta Moroșan coordonator Erasmus + FLSC	1	29	
▪ <i>Titularizarea. Start în cariera didactică</i>	Colaborare FPSE-CCOC	1	150	
▪ <i>Conectare cu piața muncii</i>	Invitat: Paula PĂLÂNCEANU fondator Casa cu Flori	1	41	
▪ <i>Conectare cu piața muncii</i>	Invitat: Liviu MITROFAN ASSIST	1	6	
▪ <i>SmartFin@ISF și Laboratorul Academic A.S.F.</i> • <i>Carieră în asigurări</i> • <i>Banii Tăi, Viitorul Tău: De ce să alegi pilonul III de pensii private?</i>	Roxana BĂLUȚĂ UNSAR Florentin TUDOR ASF	1	75	
▪ <i>Antreprenoriat în domeniul traducerilor - de la inițiativă la dezvoltarea unei afaceri durabile</i>	Gabriela ARIONESEI Manager SC Smart Consulting Point SRL	1	26	
▪ <i>Noaptea cercetătorilor europeni: Mini teste pentru Maxi cunoaștere</i>	Echipa și voluntarii CCOC	1	5	18
▪ <i>EȘTI ȘI DEVII! via PERFORMANȚĂ</i>	Echipa și voluntarii CCOC	1	54	
▪ <i>Cum puteți începe o carieră în SRI?</i>	Ofițerii Serviciului Român de Informații	1	56	
▪ <i>Psihoterapia între modă și știință. Dialog cu profesioniști</i>	Psihoterapeuți: Cristina STERIE, Ecaterina PELINARI, Loredana BALAN	1	74	
▪ <i>Concert caritabil de colinde - strângere de fonduri pentru vârstnicii căminului din Solca</i>	Colaborare FLSC-CCOC	1	170	
Total		12	735	18

Tabel 14.3. Evenimente de carieră adresate profesorilor

Titlul	Invitați	Număr	Profesori
▪ <i>Ecuatia stării de bine a profesorilor</i>	Profesori care au însoțit elevii la concursul Student pentru o zi	1	78
▪ <i>Emotions that empower: A path to wellbeing and student success (International Staff Week)</i>	Profesori universități partenere NEOLAIA	1	8
▪ <i>Starea de bine a profesorului de psihologie</i>	Psihologi școlari din Târgu Neamț	1	11
Total		3	97

d. Studii și analize periodice:

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

Scopul studiului este de a identifica aspecte semnificative privind parcursul profesional al absolvenților USV (angajabilitate, corespondența dintre studii absolvite și loc de muncă, gradul de satisfacție față de experiențele de învățare în spațiul academic).

Lotul investigat este constituit din absolvenții care își ridică diploma de la *Departamentul Acte de Studii*, în anul imediat următor susținerii examenului de absolvire, aplicarea chestionarelor fiind realizată de către personalul acestui departament. CCOC actualizează lunar baza de date și prelucrează statistic informațiile, atât la nivel de universitate, cât și la nivel de facultăți (datele sunt furnizate la solicitarea facultăților). Numărul de chestionare introduse în 2025: licență (1948 chestionare), master (729 chestionare), doctorat (62 chestionare).

▪ ***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. Numărul chestionarelor introduse în 2025 este de 271.

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

În anul 2025 au fost furnizate **48 de rapoarte** privind absolvenții, ca răspuns la **24 de adrese** venite din partea facultăților.

e. Implicarea CCOC în proiectele din USV

CCOC este partener în proiectele:

- Proiectul ***Primul student în familia USV 4.0:***
 - **158 ședințe de consiliere** psihologică și de orientare în carieră (FEAA, FS, FDSA)
 - **11 activități de grup** adresate studenților (**70 studenți participanți** – FEAA, FS, FDSA)
 - Proiectul ***Educație, Suport, Transformare și Implicare prin studii Universitare pentru Succes în Viața profesională:***
 - **50 ședințe de consiliere** psihologică și de orientare în carieră (FLSC, FPSE, FIGSS, FEFS, FMSB)
 - **3 activități de grup** adresate studenților (**42 studenți participanți** – FPSE, FLSC, FIGSS, FMSB, FEFS)
 - Proiectul ***Inclusive Digital Education and Teacher Empowerment Academy***
 - Proiectul ***FDI Incluziune și Educație deschisă la USV (AI-EDU USV)***
 - workshop-ul ***De la excluziune la comuniune în USV*** (40 de responsabili programe de studiu USV)
 - Proiectul ***FDI Optimizarea integrării studenților USV pe piața muncii prin adaptarea ofertei educaționale și a activității serviciilor de consiliere în carieră***
 - **9 ședințe** de instruire teoretică și practică pentru **9 de cadre didactice** debutante
- **Alte activități:**
- CCOC a realizat 3 întâlniri cu echipa de voluntari (aproximativ 10 de studenți);
 - CCOC a participat la ședința ARACIS în vederea autorizării programului de licență Sport și Performanță Motrică (pregătire antrenori);
 - CCOC a participat la întâlnirea Centrelor de Consiliere și Orientare în Carieră din universitățile din România, organizată la Craiova.
 - CCOC a participat la evenimentul de carieră online Transnational Round Table "Advancing Forestry Career Orientation for Girls and Young Women" (49 participanți profesori și cercetători);
 - CCOC a participat la întâlnirea online NEOLAiA Career Counsellors Network Launch
 - CCOC a participat la emisiuni propuse de Bucovina TV Regional (3 interviuri), Viva FM Suceava (1 interviu) și Digital Media Center (1 interviu).