

# MATERIALE PENTRU PROFESORI, DIRIGINȚI ȘI ELEVI

MODULUL "DEZVOLTAREA PERSONALĂ ȘI  
PROIECTAREA CARIEREI" (CLASA a VIII-a)



MINISTERUL EDUCAȚIEI AL REPUBLICII MOLDOVA, str. Piața Marii Adunări Naționale 1,  
[www.edu.md](http://www.edu.md)

CENTRUL PENTRU EDUCAȚIE ANTREPRENORIALĂ ȘI ASISTENȚĂ ÎN AFACERI, str. M. Eminescu 35;  
+373 22 885 425; [oficiu@ceda.md](mailto:oficiu@ceda.md); [www.ceda.md](http://www.ceda.md)

AGENȚIA AUSTRIACĂ PENTRU DEZVOLTARE, str. A. Mateevici 23B, [chisinau@ada.gv.at](mailto:chisinau@ada.gv.at)



**Ministerul Educației**  
al Republicii Moldova

Centrul  
pentru  
Educație  
Antreprenorială  
și  
Asistență  
în Afaceri



WITH FUNDING FROM  
**AUSTRIAN  
DEVELOPMENT  
COOPERATION**

# **MATERIALE PENTRU PROFESORI, DIRIGINȚI ȘI ELEVI**

MODULUL "DEZVOLTAREA PERSONALĂ ȘI  
PROIECTAREA CARIEREI" (CLASA a VIII-a)

MINISTERUL EDUCAȚIEI AL REPUBLICII MOLDOVA, str. Piața Marii Adunări Naționale 1, [www.edu.md](http://www.edu.md)  
CENTRUL PENTRU EDUCAȚIE ANTREPRENORIALĂ ȘI ASISTENȚĂ ÎN AFACERI, str. M. Eminescu 35; +373 22  
885 425; [oficiu@ceda.md](mailto:oficiu@ceda.md); [www.ceda.md](http://www.ceda.md)

AGENȚIA AUSTRIACĂ PENTRU DEZVOLTARE , str. A. Mateevici 23B, [chisinau@ada.gv.at](mailto:chisinau@ada.gv.at)

*Materialele didactice au fost elaborate în cadrul proiectului "Reconceptualizarea orientării profesionale și consilierii în carieră"(REVOCC), implementat de către Centrul pentru Educație Antreprenorială și Asistență în Afaceri(CEDA) în parteneriat cu Ministerul Educației și susținerea financiară a Agenției Austriece pentru Dezvoltare.*

### **Echipa de lucru:**

Sofia ȘULEANSCHI, *director CEDA*  
Lia SCLIFOS, *dr. ped., manager al proiectului REVOCC*  
Serghei LÎSENCO, *formator național, expert CEDA*  
Lilia GOLOVEI, *psiholog, profesoară de educație civică, GD II*  
Otilia DANDARA, *dr. hab., profesor universitar, prorector USM*  
Valentina OLARU, *dr. ped. profesoară de educație civică, GD superior*  
Rodica SOLOVEI, *dr. istorie, conferențiar cercetător la IȘE*  
Nina UZICOV, *profesoară de educație civică, GD superior*  
Ina BOTNARI, *psiholog, profesoară de educație civică*  
Silvia PETROVICI, *profesoară de educație civică, GD superior*  
Galina PRECUP, *manager proiecte CPD*

*Imaginile care ilustrează acțiunile propuse elevilor sunt realizate de caricaturistul Alexandru Plăcintă.*

Centrul pentru Educație Antreprenorială și Asistență în Afaceri aduce sincere mulțumiri elevilor, diriginților și administrației instituțiilor de învățământ în care au fost pilotate materialele elaborate: *gimnaziul „Igor Crețu” din s. Găvănoasa, Cahul și gimnaziul Galata din m. Chișinău; liceelor „Ion Creangă” și „Pro Succes” din m. Chișinău, liceului „Emil Necula” din s. Mereni, Anenii Noi; liceului „Constantin Stere” din or. Soroca, liceului „George Coșbuc” din mun. Bălți și liceului „Mihai Eminescu” din or. Cahul.*

Mulțumiri profesorilor de educație civică care au pilotat materialele elaborate și au oferit sugestii constructive pentru îmbunătățirea lor: *Mazniuc Ariadna, Gumenco Dragalina, Zeama Angela, Malanetchi Irina, Avricenco Tamara, Ceban Nadejda, Brînza Dorin, Oglindă Olga, Stratu Veronica, Racu Tatiana, Țiganu Vera, Ciobanu Ion, Petrovici Silvia, Bîrlădeanu Ala, Uzicov Nina, Jitaru Diana, Golovei Lilia, Tataru Tamara, Moraru Ludmila, Stoiciu Alla, Vrabie Silvia.*

**Materiale pentru profesori, diriginți și elevi :** Modulul "Dezvoltarea personală și proiectarea carierei" : (clasa a 8-a) / Min. Educației al Rep. Moldova, Centrul pentru Educație Antreprenorială și Asistență în Afaceri (CEDA) ; echipa de lucru: Sofia Șuleanschi [et al.]. – Chișinău : S. n., 2016 (Tipogr. "Garomont Studio"). – 72 p. Bibliogr.: p. 68-71. – Apare cu sprijinul financiar al Agenției Austriece pentru Dezvoltare. – 1500 ex. ISBN 978-9975-136-22-8.



ORDIN

Nr. 859 din 04 octombrie 2016  
Chișinău

**Cu privire la aprobarea Modulului  
"Dezvoltarea personală și proiectarea  
carierii" în cadrul disciplinei școlare  
Educație civică și Dirigenție**

În conformitate cu prevederile art. 6 din Codul educației al Republicii Moldova și urmare a pilotării Modulului "Dezvoltarea personală și proiectarea carierii" Ministrul Educației emite următorul

**ORDIN:**

1. Se aprobă:
  - 1.1. Conținuturile curriculare revizuite la modulul "Dezvoltarea personală și proiectarea carierii" la disciplina școlară Educația civică și la Dirigenție pentru clasele V-XII (în anexă);
  - 1.2. Setul de materiale didactice pentru profesorii de Educația civică la modulul „Dezvoltarea personală și proiectarea carierii” pentru clasele V-XII (în anexă);
  - 1.3. Setul de materiale didactice pentru diriginții claselor V-XII la modulul „Dezvoltarea personală și proiectarea carierii” (în anexă);
  - 1.4. Setul de materiale didactice pentru elevii claselor V- XII la modulul "Dezvoltarea personală și proiectarea carierii" (în anexă).
2. Profesorii de educație civică și diriginții vor reevalua proiectarea anuală a conținuturilor curriculare la acest modul pentru începutul semestrului II, înaintea modulului "Viața și sănătatea – valori personale și sociale" (la toate clasele).
3. Organele locale de specialitate în domeniul învățământului și directorii instituțiilor de învățământ secundar general vor asigura implementarea calitativă a modulului "Dezvoltarea personală și proiectarea carierii" și a materialelor didactice conexe.
4. Direcția Învățământ preuniversitar (dl V. Crudu) în parteneriat cu Centrul pentru Educația Antreprenorială și Asistență în Afaceri (dna S. Șuleanski) vor organiza seminare informative pentru profesorii de educație civică.
5. Cheltuielile pentru organizarea seminarelor vor fi acoperite din proiectul "Reconceptualizarea Orientării Profesionale și Consilierii în Carieră", implementat de către CEDA în parteneriat cu Ministerul Educației și sprijinit financiar de Agenția Austriacă pentru Dezvoltare.
6. Direcția învățământ preuniversitar (dl V. Crudu), șefii OLSDI și conducătorii instituțiilor de învățământ secundar general vor monitoriza executarea prezentului ordin.
7. Controlul executării prezentului ordin se pune în sarcina dnei Elena Cernei, viceministru.

Ministru

Corina FUSU

## **Stimați elevi, profesori și diriginți!**

Ghidarea în carieră este foarte importantă din punct de vedere strategic, deoarece, în condițiile transformărilor economice și sociale, ce caracterizează societatea noastră în prezent se impune ca necesară o amplă reformă educațională care ar aduce ca noutate, alături de multe alte aspecte, activitatea de ghidare în carieră.

Elevii vor fi formați pentru o societate dinamică, o societate în schimbare, idealul educațional al căreia este formarea personalității cu spirit de inițiativă, capabile de autodezvoltare, care posedă nu numai un sistem de cunoștințe și competențe necesare pentru angajarea pe piața muncii, dar și independență de opinie și acțiune, fiind deschisă pentru dialog intercultural în contextul valorilor naționale și universale asumate.

În acest sens, ghidarea în carieră devine un instrument principal în dezvoltarea și afirmarea personalității fiecărui tânăr și alegerea corectă a profesiei conform aspirațiilor, dorințelor și cunoștințelor sale, luând în considerație solicitările pieței muncii.

Dragi elevi! La etapa preadolescenței și adolescenței, atunci când vă aflați în perioada căutării identității și a locului în această lume, aveți nevoie nu de cineva care să gândească pentru voi, ci de cineva care să vă ajute în procesul de autocunoaștere, pentru a identifica apoi multiplele căi și oportunități ce pot fi valorificate.

Acest cineva, teoretic, ar putea fi oricare adult, dar practic e nevoie de un specialist care cunoaște particularitățile de vârstă și, nu în ultimul rând, tehnici și metode moderne de ghidare în carieră.

În acest context vă propunem un set de materiale didactice care pot fi utilizate în cadrul Modulului "Dezvoltarea personală și proiectarea carierei" la orele de educație civică și dirigenție.

Urăm elevilor și tuturor cadrelor didactice succes în proiectarea și dezvoltarea carierei!

*Elena Cernei, viceministru al educației*

## CUPRINS

### **EDUCAȚIA CIVICĂ. MATERIALE PENTRU PROFESORI**

TEMA 1. PORTRETUL VOCAȚIONAL.....	9
TEMA 2. ABILITĂȚILE ȘI APTITUDINILE NECESARE ÎN PROFESIE.....	10
TEMA 3. INTELIGENȚELE MULTIPLE ȘI VIITOAREA MEA PROFESIE.....	11
TEMA 4. DEZVOLTARE PERSONALĂ PRIN ACTIVITĂȚI DE VOLUNTARIAT.....	12
TEMA 5. CV-ul – CHEIA SUCCESULUI.....	14
TEMA 6. PIAȚA MUNCII.....	15
TEMA 7. PREZENTAREA PROIECTULUI INDIVIDUAL „EU, PROFESIA ȘI PIAȚA MUNCII”.....	16
TEMA 8. ELABORAREA PLANULUI DE DEZVOLTARE VOCAȚIONALĂ.....	17

### **EDUCAȚIA CIVICĂ. MATERIALE PENTRU ELEVI**

TEMA 1. PORTRETUL VOCAȚIONAL.....	20
TEMA 2. ABILITĂȚILE ȘI APTITUDINILE NECESARE ÎN PROFESIE.....	22
TEMA 3. INTELIGENȚELE MULTIPLE ȘI VIITOAREA MEA PROFESIE.....	26
TEMA 4. DEZVOLTARE PERSONALĂ PRIN ACTIVITĂȚI DE VOLUNTARIAT.....	32
TEMA 5. CV-ul – CHEIA SUCCESULUI.....	36
TEMA 6. PIAȚA MUNCII.....	39
TEMA 7. PREZENTAREA PROIECTULUI INDIVIDUAL „EU, PROFESIA ȘI PIAȚA MUNCII”.....	44
TEMA 8. ELABORAREA PLANULUI DE DEZVOLTARE VOCAȚIONALĂ.....	46

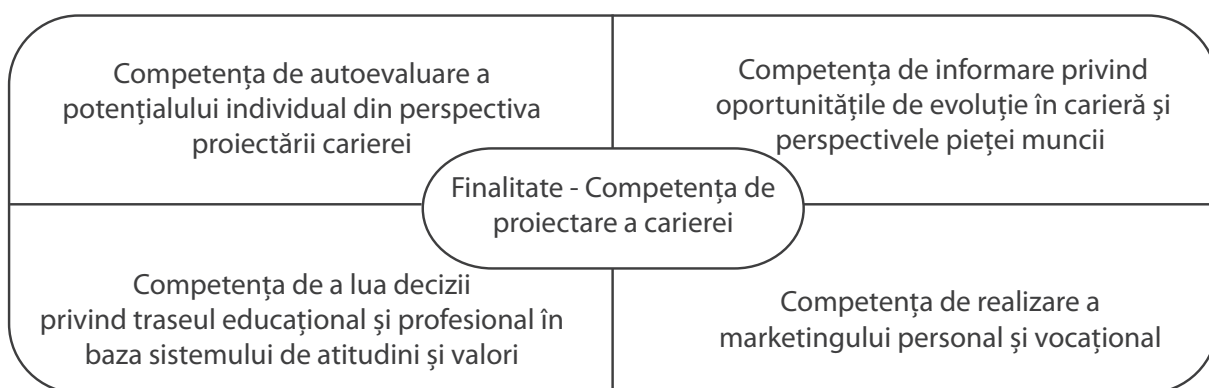
### **DIRIGENȚIE. MATERIALE PENTRU DIRIGINȚI**

TEMA 1. PROFESIA IDEALĂ.....	49
TEMA 2. UNIVERSUL APTITUDINILOR.....	51
TEMA 3. GREȘELI ÎN ALEGEREA PROFESIILOR.....	54
TEMA 4. VOLUNTARIATUL - UN DOMENIU ÎN CARE POT SĂ MĂ AFIRM.....	56
TEMA 5. CĂI DECENTE DE OBȚINERE A PROFESIEI.....	57
TEMA 6. CE FAC CU CV-UL?.....	59
TEMA 7. ALEGEREA MEA PROFESIONALĂ.....	61
TEMA 8. SUNT PROFESIONIST.....	65



# MODULUL "DEZVOLTAREA PERSONALĂ ȘI PROIECTAREA CARIEREI" (CLASA A VIII-A)

*Competențe dezvoltate în cadrul modului:*



Competența de bază și cele 4 competențe specifice, prezentate în tabel, vor fi dezvoltate în cadrul Modulului „Dezvoltare personală și proiectarea carierei”

Materialul propus în acest modul este structurat în proiecte didactice și poate fi valorificat în minimum 8 ore la fiecare clasă. Proiectele didactice pot fi aplicate integral, sau parțial.

În cazul aplicării parțiale, cadrele didactice vor decide care este volumul optim de informație și sarcini pentru elevii lor și apoi vor restructura demersul didactic, ținând cont de mesajul temei, metodologia axată pe cadrul de învățare și gândire Evocare/Realizarea sensului/Reflecție/Extindere, cadru care oferă contextul metodologic pentru dezvoltarea competențelor.

Recomandările privind activitatea profesorului sunt corelate cu finalitățile activității proiectate pentru elevi (materialele suport pentru elevi). Misiunea profesorilor de educație civică este de a organiza activități de ghidare în carieră a elevilor și a-i susține în procesul de proiectare a carierei, iar misiunea diriginților este de a continua acest proces în cadrul orelor de dirigenție care vor fi planificate și desfășurate în aceeași perioadă.

Pentru a eficientiza activitățile organizate, se va pune accent pe implicarea activă a elevilor, prin sarcini cu un pronunțat caracter aplicativ. Din aceste considerente, recomandăm monitorizarea procesului **de elaborare de către elevi a unui portofoliu „Sunt competent pentru a lua decizii de carieră!”**, în care vor fi incluse produsele activităților practice, cu preponderență cele rezultate din realizarea sarcinilor la rubrica **ACȚIONEAZĂ!**



## MATERIALE DIDACTICE PENTRU PROFESORI

elaborate în cadrul proiectului  
 "Reconceptualizarea orientării profesionale și consilierii în carieră"  
 (REVOCC)

**Finalitate: Competența de proiectare a carierei****Competențe specifice:**

1. Competența de autoevaluare a potențialului individual din perspectiva proiectării carierei
2. Competența de informare privind oportunitățile de evoluție în carieră și perspectivele pieței muncii
3. Competența de realizare a marketingului personal și vocațional
4. Competența de a lua decizii privind traseul educațional și profesional în baza sistemului de atitudini și valori

## CUPRINS

Nr	Teme	Nr de ore	Pagina
1	PORTRETUL VOCAȚIONAL	1	9
2	ABILITĂȚILE ȘI APTITUDINILE NECESARE ÎN PROFESIE	1	10
3	INTELIGENȚELE MULTIPLE ȘI VIITOAREA MEA PROFESIE	1	11
4	DEZVOLTARE PERSONALĂ PRIN ACTIVITĂȚI DE VOLUNTARIAT	1	12
5	CV-ul – CHEIA SUCCESULUI	1	14
6	PIAȚA MUNCII	1	15
7	PREZENTAREA PROIECTULUI INDIVIDUAL „EU, PROFESIA ȘI PIAȚA MUNCII”	1	16
8	ELABORAREA PLANULUI DE DEZVOLTARE VOCAȚIONALĂ	1	17

Acest material include proiecte didactice detaliate, dar echipa de lucru vă îndeamnă să utilizați recomandările în mod creativ – adaptând și ajustând proiectele în funcție de necesitățile elevilor, numărul de elevi în clasă și situațiile concrete care apar pe parcurs.

## TEMA 1. PORTRETUL Vocațional

COMPETENȚA SPECIFICĂ: Competența de a lua decizii privind traseul educațional și profesional în baza sistemului de atitudini și valori

### MESAJUL CHEIE

*Conștient și cu responsabilitate colectez informații pentru planificarea carierei*

#### OBIECTIVE OPERAȚIONALE

La finele activității elevii vor putea:

- numi elementele „Portretului vocațional”;
- argumenta importanța diferitelor elemente ale „Portretului vocațional”;
- explica procesul realizării sarcinii;
- argumenta valoarea „Portretului vocațional” pentru proiectarea carierei.

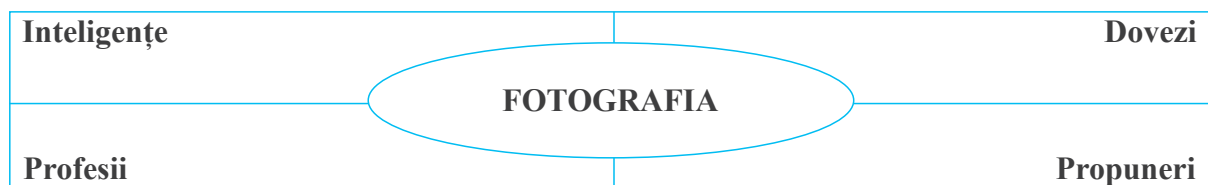
**Materiale necesare:** tabla, cretă sau postere și markere, manuale, caiete.

*Stimate Domn profesor! Stimată Doamnă profesoară! Aceasta este prima lecție din cadrul modului „Dezvoltarea personală și proiectarea carierei”. La lecția respectivă elevii/elevele vor purcede la elaborarea „Portretului vocațional”, sarcină realizată treptat pe parcursul întregului modul. Astfel, la fiecare lecție ulterioară vor fi elaborate elemente care vor întregi în final „Portretul vocațional”. Pentru realizarea cu succes a „Portretului vocațional” elevii/elevele vor avea nevoie de monitorizare permanentă din partea Dumneavoastră.*

DEMERS ACȚIONAL	Metode, tehnici și forme de organizare a procesului
<b>EVOCARE 12 minute</b>	
<p><b>Profesorul/profesoara</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Propune elevilor se noteze în caiet individual, timp de 2 minute, lista activităților realizate timp de jumătate de an pentru dezvoltarea personală (sarcina de la rubrica „<i>Implică-te!</i>”)</li> <li>2. Propune elevilor timp de 3 minute, în perechi, să realizeze interviuri reciproce în baza sarcinii realizate.</li> <li>3. Invită 4-6 elevi/e să prezinte activitățile realizate în fața clasei.</li> </ol>	<p>Interviul în perechi</p> <p>Discuție frontală</p>
<b>REALIZAREA SENSULUI 20 minute</b>	
<p><b>Profesorul/profesoara</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Propune elevilor/elevelor să citească textul din rubrica „<i>Informează-te!</i>” (aproximativ 5 minute),</li> <li>2. Organizează o discuție plenară cu ajutorul întrebărilor din rubrică „<i>Procesează informația!</i>” <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ce elemente include „Portretul vocațional”?</li> <li>• În cât timp trebuie să fie elaborat „Portretul”?</li> <li>• Ce poate servi drept dovadă a dezvoltării unor calități?</li> <li>• De ce măcar una dintre profesii trebuie să fie din lumea meseriilor muncitorești?</li> <li>• Ce poți utiliza pentru crearea „Portretului vocațional”?</li> </ul> </li> </ol>	<p>Lectură individuală</p> <p>Discuție frontală</p>
<b>REFLECȚIE 10-12 minute</b>	
<p><b>Profesorul/profesoara</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Explică elevilor că ei pot elabora „Autoportretul” sau „Portretul” colegului;</li> <li>2. Explică avantajele și limitele ambelor variante.</li> <li>3. Propune elevilor să aleagă modalitatea de elaborare a portretului.</li> <li>4. În caz de necesitate ajută elevii/elevele să formeze perechi care vor elabora „Portretul vocațional”.</li> <li>5. Propune elevilor să elaboreze schițele/designul „Portretului” (2-3 minute) <u>Cel mai simplu design este în Anexa 1.</u></li> <li>6. Facilitează discuția privind designul „Portretului” în baza schițelor elaborate. <i>Atenție!</i> Încurajați creativitatea elevilor și diversitatea ideilor.</li> <li>7. Solicită opinia elevilor despre utilitatea „Portretului vocațional” în procesul de proiectare a carierei</li> </ol>	<p>Activitate individuală, în perechi și frontală</p>

<b>EXTINDERE 3 minute</b>	
<b>Profesorul/profesoara</b> 1. Propune elevilor/elevelor să citească sarcinile la rubrica „Acționează!” 2. Răspunde la eventualele întrebări ai/ale acestora, atenționând asupra listei de verificare a elementelor necesare pentru realizarea „Portretului vocațional”.	

Anexa 1. Cel mai simplu design al „Portretului vocațional”



## TEMA 2. ABILITĂȚILE ȘI APTITUDINILE NECESARE ÎN PROFESIE

**COMPETENȚA SPECIFICĂ:** Competența de autoevaluare a potențialului individual din perspectiva proiectării carierei

### MESAJUL CHEIE

*Identific și dezvolt aptitudinile și abilitățile mele pentru a avea succes în carieră*

#### OBIECTIVE OPERAȚIONALE

La finele activității elevii vor putea:

- explică esența termenilor „aptitudini” și „abilități”;
- identifica aptitudinile personale;
- argumenta necesitatea identificării și dezvoltării propriilor aptitudini.

**Materiale necesare:** tabla, cretă sau postere și markere, manuale, caiete.

DEMERS ACȚIONAL	Metode, tehnici și forme de organizare a procesului
<b>EVOCARE 12-15 minute</b>	
<b>Profesorul/profesoara</b> 1. Monitorizează realizarea primelor activități pentru elaborarea „Portretului vocațional”: Sunt pregătite poza și coala de hârtie? Este elaborat designul? 2. Propune elevilor se realizeze sarcina de la rubrica „Implică-te!”: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Amintește-ți realizările tale de care ești foarte mulțumit/ă și mândru/ă</li> <li>• Descrie succint una din realizări cu ajutorul întrebărilor propuse în manual.</li> </ul> 3. Solicită de la elevi prezentarea calităților grație cărora ei au obținut succes. 4. Provoacă discuția prin întrebarea – „Calitățile date sunt totodată și aptitudini”?	Activitate frontală  Activitate individuală  Discuție frontală
<b>REALIZAREA SENSULUI 20 minute</b>	
<b>Profesorul/profesoara</b> 1. Propune elevilor să citească textul de la rubrica „Informează-te și procesează informația!” cu ajutorul <b>Ghidului pentru învățare</b> (aproximativ 7 -10 minute) 2. Organizează discuția în baza întrebărilor <b>Ghidului pentru învățare</b> (aproximativ 7-10 minute). <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ce este comun între aptitudine și abilitate?</li> <li>• Prin ce se deosebesc aptitudinea de abilitate?</li> <li>• Numiți aptitudinile pe care le-ați identificat la voi.</li> <li>• Poate fi asociată dezvoltarea aptitudinilor cu creșterea plantelor? De ce?</li> <li>• Cum puteți identifica aptitudinile?</li> <li>• Calitățile pe care le-ai determinat la etapa „Implică-te!” sunt abilități sau aptitudini?</li> </ul>	Ghidul pentru învățare

REFLECȚIE 5-7 minute	
<b>Profesorul/profesoara</b> 1. Propune elevilor să analizeze în perechi cazul prezentat la rubrica „ <i>Comunică și decide!</i> ” 2. Facilitează discuția în baza întrebărilor propuse:	Studiu de caz
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cum de a reușit Dumitru să realizeze planșa în doar 30 de min? De ce numai el?</li> <li>• Care este diferența dintre Dumitru și alți elevi, care au finalizat lucrarea, primind aprecierea <i>Foarte Bine</i>?</li> <li>• De ce unii elevi nu și-au terminat planșele nici până la sfârșitul orei?</li> </ul> 3. Propune elevilor timp de 30 secunde să finalizeze fraza: <b><i>Dacă persoana cunoaște și își dezvoltă aptitudinile proprii, atunci ...</i></b> 4. Solicită prezentarea frazelor finisate (fără comentarii)	Discuție frontală  Scriere liberă
EXTINDERE 2-3 minute	
<b>Profesorul/profesoara</b> 1. Propune elevilor se realizeze testul „ <i>Să ne cunoaștem aptitudinile</i> ” și atenționează că rezultatele lui trebuie să fie utilizate la elaborarea Portretului vocațional. 2. Propune se realizeze una din sarcini din rubrica „ <i>Acționează</i> ”, rezultatele la fel vor fi prezentate și utilizate la “Portretului vocațional”.	Frontal

### TEMA 3. INTELIGENȚELE MULTIPLE ȘI VIITOAREA MEA PROFESIE

**COMPETENȚA SPECIFICĂ:** Competența de autoevaluare a potențialului individual din perspectiva proiectării carierei

#### MESAJUL CHEIE

*Fiecare om este talentat în ceva! Identific inteligențele mele și selectez profesia care mi se potrivește*

#### OBIECTIVE OPERAȚIONALE

La finele activității elevii vor putea:

- explica caracteristicile esențiale ale diferitor tipuri de inteligență;
- identifica tipul de inteligență dominant;
- corela profesiile cu tipurile de inteligențe,
- identifica profesiile care corespund tipului dominant de inteligență.

**Materiale necesare:** tabla, cretă sau postere și markere, manuale, caiete. Opțional: un set de fișe cu denumirile profesiilor de la rubrica „*Comunică și decide!*” și fișele cu tipuri de inteligențe.

DEMERS ACȚIONAL	Metode, tehnici și forme de organizare a procesului
EVOCARE 7-10 minute	
<b>Profesorul/profesoara</b> 1. Propune elevilor să prezinte rezultatele testului aptitudinilor și materialele elaborate pentru portretul vocațional. 2. Inițiază o discuție dirijată pe marginea imaginii prezentate la începutul temei, utilizând întrebările de la rubrica „ <i>Implică-te!</i> ”: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificați ce îi deosebește pe acești copii?</li> <li>• Expuneți câteva calități pe care le posedați și argumentați la care dintre categoriile prezentate le puteți atribui.</li> </ul>	Discuție frontală

<b>REALIZAREA SENSULUI 20-25 minute</b>	
<p><b>Profesorul/profesoara</b></p> <p>1. Propune elevilor se realizeze <u>în perechi</u> sarcina de la rubrica „<i>Informează-te și procesează informația!</i>”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Citiți textul propus în perechi, pe aliniate.</li> <li>• După ce ați citit informația despre primul tip de inteligență discutați și determinați, cât de bine vi se potrivește acest tip. Estimați în ce măsură acest tip vi se potrivește cu o nota de la 1 la 10.</li> <li>• Repetați procedura pentru următoarele aliniate.</li> </ul>	Lectura în perechi
<p><i>Varianta 2</i> – pentru monitorizarea procesului de lectură, după lectura informației despre fiecare tip de inteligență este posibil de organizat o discuție în plen pentru a răspunde la eventualele întrebări și pentru a afla rezultatele estimărilor realizate de elevi.</p> <p><i>Sugestie:</i> Pe tablă sunt scrise toate 8 tipuri de inteligență. În timp ce elevii prezintă rezultatele estimării, numele lor se notează sub tipul/tipurile de inteligență dominante. Această informație poate fi utilizată pentru formarea grupurilor de lucru la etapa de <i>Reflecție</i> (varianta 2).</p>	
<p>2. După finalizarea activității în perechi facilitează discuția cu ajutorul întrebărilor:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ce tipuri de inteligență aveți?</li> <li>• Diferă inteligențele la fete și la băieți?</li> <li>• Care sunt prioritare la băieți, dar care la fete?</li> <li>• Cum credeți de ce?</li> <li>• Ce concluzie putem face pe marginea acestei observații?</li> </ul>	Discuție frontală
<b>REFLECȚIE 10-12 minute</b>	
<p><b>Profesorul/profesoara</b></p> <p>1. Propune elevilor se realizeze sarcinile de la rubrica „<i>Comunică și decide</i>”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Varianta 1.</i> Fiecare pereche analizează lista cu 5-6 profesii propuse în manual (profesorul repartizează profesiile la perechi pentru a se asigura că toate profesiile vor fi analizate) și identifică cel puțin 3 inteligențe care sunt necesare pentru practicarea lor.</li> <li>• <i>Varianta 2.</i> Elevii lucrează în echipe câte 3-4 persoane, constituite după tipul de inteligență dominant. Din lista cu profesii propusă în manual ei le selectează pe cele, care se potrivesc cel mai mult persoanelor cu tipul de inteligență dat.</li> </ul> <p>2. Organizează prezentarea ideilor despre corespunderea profesiilor și tipurilor de inteligență. <i>Sugestie.</i> Pot fi utilizate 2 seturi de fișe: fișele cu denumirile profesiilor și fișele cu tipurile de inteligențe. În procesul prezentării pe tablă magnetică sau cu ajutorul benzii adezive în centru se plasează fișa cu denumirea profesiei, iar în jurul ei – fișele cu denumirile tipurilor de inteligențe potrivite.</p>	Activitate în perechi ( <i>Varianta 1</i> )  Activitate în grupuri mici ( <i>Varianta 2</i> )  Discuție frontală
<b>EXTINDERE 3 minute</b>	
<p><b>Profesorul/profesoara</b></p> <p>1. Propune elevilor să citească sarcini de la rubrica „<i>Acționează!</i>”.</p> <p>2. Atenționează că produsele trebuie să fie utilizate pentru elaborarea Portretului vocațional.</p> <p>3. Explică sarcina opțională – proiect de grup.</p>	Frontal

## TEMA 4. DEZVOLTARE PERSONALĂ PRIN ACTIVITĂȚI DE VOLUNTARIAT

COMPETENȚA SPECIFICĂ: | Competența de realizare a marketingului personal și vocațional

### MESAJUL CHEIE

*Acumulez experiență, mă descopăr și mă promovez prin activități de voluntariat*

**OBIECTIVE OPERAȚIONALE**

La finele activității elevii vor putea:

- explica, în baza exemplilor, cum activitatea de voluntariat contribuie la dezvoltarea personală și la alegerea domeniului de activitate profesională;
- identifica domenii de implicare în calitate de voluntar/ă luând în considerație preferințele personale și nevoile sociale;
- identifica organizații și instituții din comunitatea sa, în care este posibil de făcut activități de voluntariat;
- planifica activități concrete de implicare personală în calitate de voluntar.

**Materiale necesare:** tabla, cretă sau postere și markere, manuale, caiete.

DEMERS ACȚIONAL	Metode, tehnici și forme de organizare a procesului
<b>EVOCARE 7-10 minute</b>	
<p><b>Profesorul/profesoara</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Formează grupuri câte patru elevi (vor lucra în grupuri pe parcursul lecției).</li> <li>2. Propune elevilor să prezinte inteligențele dominante identificate cu ajutorul testului și produse elaborate pentru Portretul vocațional.</li> <li>3. Propune elevilor se realizeze sarcini de la rubrica „<i>Implică-te!</i>”: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Analizați în grup activitățile realizate de către Sandu și Elena și identificați, care din ele pot fi considerate activități de voluntariat.</li> </ul> </li> <li>4. Propune reprezentanților grupurilor să prezinte opinia grupului, solicită explicații și evidențiază diferențele în opinii, <u>fără a oferi explicații clare pentru a stimula motivația de a lectura informația de la rubrica „<i>Informează-te!</i>”</u></li> </ol>	<p>Activitate în grupuri mici</p> <p>Discuție frontală</p>
<b>REALIZAREA SENSULUI 25 minute</b>	
<p><b>Profesorul/profesoara</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Propune elevilor să citească definiția voluntariatului și primul aliniat din rubrica „<i>Informează-te și procesează informația</i>” (1-2 minute).</li> <li>2. Facilitează discuția pentru verificarea corectitudinii presupunerilor exprimate la etapa de evocare.</li> <li>3. Oferă posibilitate doritorilor să prezinte experiența proprie de voluntariat.</li> <li>4. Explică algoritmul de lucru cu istoriile voluntarilor: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fiecare membru/ă al/a echipei citește individual istoria <u>unui voluntar</u> și răspunde la întrebările propuse în rubrica „<i>Informează-te și procesează informația!</i>” (apx. 3 minute).</li> <li>• Fiecare membru al echipei prezintă <u>succint</u> colegilor istoria voluntarului studiată (apx. 2 minute pentru fiecare elev).</li> </ul> </li> <li>5. Facilitează discuția în plen despre rolul activității de voluntariat în dezvoltarea personală și formarea traseului profesional (3-5 minute). <ul style="list-style-type: none"> <li>• Despre ce activități de voluntariat ați aflat din cazurile studiate?</li> <li>• Cine a susținut activitatea lor?</li> <li>• Ce cunoștințe și abilități au fost dezvoltate în cadrul activităților de voluntariat?</li> <li>• Cum activitatea de voluntariat a influențat alegerea parcursului profesional?</li> </ul> </li> </ol> <p><b>Opțional:</b> oferă informația despre modalitățile de documentare a activității de voluntariat și măsurilor de stimulare (Art.14 din <i>Legea Voluntariatului</i> – vezi Anexa 1).</p>	<p>Lectură individuală</p> <p>Discuție frontală</p>
<b>REFLECȚIE 10 minute</b>	
<p><b>Profesorul/profesoara</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Propune elevilor să studieze, în echipe, extrasul din <i>Legea voluntariatului</i> prezentat la rubrica „<i>Comunică și decide</i>” și să identifice activități concrete în care pot să se implice în calitate de voluntari.</li> <li>2. Solicită prezentarea activităților posibile – câte una, pe rând, de la fiecare grup.</li> <li>3. Asigură notarea pe tablă sau pe poster a ideilor exprimate.</li> </ol>	<p>Activitate în grupuri mici</p>

4. Propune să selecteze individual 2-3 activități care oferă posibilitatea de a explora, valorifica și dezvolta inteligențele și aptitudinile personale. 5. Oferă posibilitatea de a prezenta activitățile selectate – inițial în cadrul grupurilor, apoi în plen. 6. Propune elevilor să determine instituții și organizații din localitate / regiune care activează în domeniile selectate. În caz de necesitate oferă singur informația.	Prezentări și discuții frontale
<b>EXTINDERE 2 minute</b>	
<b>Profesorul/profesoara</b> 1. Propune elevilor să citească sarcina de la rubrica „Acționează”. 2. Oferă explicații necesare. 3. Atenționează, că produsele elaborate trebuie să fie utilizate pentru elaborarea „Portretului vocațional”.	Frontal

Anexa 1. **Legea Voluntariatului. Articolul 14.** Măsurile de stimulare a voluntariatului

2) Voluntarul primește un certificat nominal de voluntariat și scrisori de recomandare ce confirmă prestarea activității de voluntariat și atestă experiența și abilitățile obținute.

(3) La angajarea în muncă a unui candidat sau la atestarea și promovarea unui angajat, voluntariatul prestat în sectorul public și în cel neguvernamental, confirmat prin certificatul nominal de voluntariat, scrisoarea de recomandare și carnetul de voluntar, va fi considerat de angajator ca experiență de muncă, în condițiile în care aceasta constituie criteriu de selecție.

## TEMA 5. CV-ul – CHEIA SUCCESULUI

COMPETENȚA  
SPECIFICĂ:

Competența de realizare a marketingului personal și vocațional

### MESAJUL CHEIE

*Elaborez un CV pentru a mă promova*

#### OBIECTIVE OPERAȚIONALE

La finele activității elevii vor putea:

- enumera secțiunile importante pentru un CV;
- elabora un CV personal în baza sugestiilor oferite în manual;
- oferi colegilor sugestii de îmbunătățire a CV-ului.

**Materiale necesare:** tabla, cretă sau postere și markere, manuale, caiete.

DEMERS ACȚIONAL		Metode, tehnici și forme de organizare a procesului
<b>EVOCARE 10 minute</b>		
<b>Profesorul/profesoara</b> 1. Propune elevilor să prezinte în perechi rezultatele interviului cu persoana care a avut experiență de voluntariat (2 minute) 2. Solicită prezentarea a 3-5 exemple pentru toată clasa (2-3 minute). 3. Propune elevilor să prezinte informații colectate pentru completarea portretului vocațional (2 minute). 4. Organizează o discuție frontală despre CV cu ajutorul întrebărilor: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ce este un CV?</li> <li>• Care sunt domeniile ce necesită a fi reflectate în CV?</li> <li>• Ce așteaptă angajatorul de la un CV?</li> </ul>	Activitate frontală  Discuție frontală	

<b>REALIZAREA SENSULUI 25-30 minute</b>	
<p><b>Profesorul/profesoara</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Propune elevilor să citească individual informația de la rubrica „<i>Informează-te!</i>” sau realizează o mini-prelegere despre CV. Secțiunile CV-ului pot fi notate pe tablă/coală de hârtie.</li> <li>Organizează activitatea în baza algoritmului propus la rubrica „<i>Procesează informația și exersează!</i>”:  <ol style="list-style-type: none"> <li>Elevii/vele citesc informația din manual.</li> <li>În caz de necesitate, profesorul oferă explicații suplimentare, sugerează să utilizeze informațiile colectate pentru portretul vocațional.</li> <li>Elevii notează individual, în caiet informația despre sine care corespunde secțiunii studiate.</li> <li>Elevii fac schimb de caiete și citesc produsele elaborate de colegi.</li> <li>Elevii discută, propun sugestii relevante de îmbunătățire a informației descrise.</li> <li>Elevii modifică, dacă este necesar, secțiunea elaborată.</li> </ol> </li> <li>Repetă ciclul la fiecare secțiune a CV-ului.</li> </ol>	Atelier de elaborare a CV-ului
<b>REFLECȚIE 5 minute</b>	
<p><b>Profesorul/profesoara</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Organizează discuția despre experiența acumulată utilizând întrebările de la rubrica „<i>Apreciază!</i>”:  <ul style="list-style-type: none"> <li>Ce a fost simplu în exercițiul de completare a CV-ului?</li> <li>Ce a fost mai dificil?</li> <li>Cât de importantă este includerea în CV a datelor despre activitatea de voluntariat și despre participarea în viața școlii?</li> <li>Ce ați învățat din exercițiul dat?</li> </ul> </li> </ol>	Discuție reflexivă
<b>EXTINDERE 2 minute</b>	
<p><b>Profesorul/profesoara</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Propune elevilor să redacteze acasă un CV, urmând sfaturile prezentate la rubrica „<i>Acționează!</i>”.</li> <li>Atenționează importanța utilizării criteriilor de evaluare prezentate în manual.</li> </ol>	Frontal

## TEMA 6. PIAȚA MUNCII

**COMPETENȚA SPECIFICĂ:** Competența de informare privind oportunitățile de evoluție în carieră și perspectivele pieței muncii.

### MESAJUL CHEIE

*Studiez perspectivele pieței muncii pentru a planifica traseul de carieră*

#### OBIECTIVE OPERAȚIONALE

La finele activității elevii vor putea:

- explica termenii „piața muncii”, „ANOFM”;
- identifica factorii care condiționează dezvoltarea pieței interne a forței de muncă;
- enumera profesiile, meseriile cele mai solicitate pe piața muncii din R. Moldova;
- aprecia importanța studierii pieței muncii pentru alegerea reușită a viitoarei profesii.

**Materiale necesare:** tabla, cretă sau postere și markere, manuale, caiete.

<b>DEMERS ACȚIONAL</b>		Metode, tehnici și forme de organizare a procesului
<b>EVOCARÉ 7 minute</b>		
<p><b>Profesorul/profesoara</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Propune elevilor să prezinte în perechi CV-urile modificate.</li> <li>Propune elevilor să studieze imaginile de la rubrica „<i>Implică-te!</i>” (sau proiectează pe ecran).</li> </ol>		



3. Solicită elevilor să propună acțiunile necesare pentru a acumula informații despre opțiuni de angajare. 4. Acțiunile propuse se notează.	Activitate în perechi. Brainstorming
<b>REALIZAREA SENSULUI</b>	
<b>Profesorul/profesoara</b> 1. Propune elevilor să citească individual, cu ajutorul Ghidului pentru învățare textul de la rubrica „ <i>Informează-te!</i> ” (aproximativ 4-5 minute) 2. Propune elevilor să discute în perechi răspunsurile la Ghidul pentru învățare (2 minute) 3. Facilitează discuția plenară în baza întrebărilor din Ghidul pentru învățare: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ce este piața muncii?</li> <li>• Ce factori condiționează dezvoltarea pieței interne a forței de muncă?</li> <li>• Care este misiunea ANOFM?</li> <li>• De ce pe piața muncii din R. Moldova se atestă un decalaj pronunțat dintre cerere și ofertă?</li> </ul> 4. Profesorul propune elevilor să studieze în perechi sursele prezentate la rubrica „ <i>Comunică, decide și exprimă-ți atitudinea!</i> ” și să realizeze sarcinile propuse: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificați ce procentaj din numărul total de locuri vacante corespunde nivelului de instruire superior și mediu de specialitate și ce procentaj - nivelului de instruire secundar profesional, mediu general și fără calificare.</li> <li>• Elaborați un top al celor mai solicitate ocupații, activității și meserii.</li> <li>• Constituie o listă cu locuri de muncă vacante un obstacol în angajarea femeilor?</li> <li>• Lista locurilor de muncă vacante oferă șanse egale pentru tineri și tinere?</li> <li>• Apreciați importanța studierii pieței muncii pentru alegerea reușită a viitoarei profesii.</li> </ul>	Ghidul pentru învățare
<b>REFLECȚIE</b>	
<b>Profesorul/profesoara</b> 1. Propune elevilor să aprecieze, individual, timp de 1 minut, care din 2 factori este mai important în alegerea profesiei: <i>visul personal</i> sau <i>solicitarea profesiei pe piața muncii</i> ? 2. Solicită exprimarea opiniei prin ridicarea mâinii. 3. Oferă posibilitatea de a prezenta explicații și facilitează mini-dezbateri.	Mini-dezbateri
<b>EXTINDERE 3 minute</b>	
<b>Profesorul/profesoara</b> 1. Propune elevilor să citească sarcina de la rubrica „ <i>Acționează!</i> ”. 2. Oferă explicații suplimentare referitor la realizarea proiectului individual „Eu, profesia și piața muncii” și criteriile de evaluare. 3. Atenționează, că proiectul elaborat, la fel ca și portretul vocațional, va fi utilizat la ultima lecție din modulul.	

## TEMA 7. PREZENTAREA PROIECTULUI INDIVIDUAL „EU, PROFESIA ȘI PIAȚA MUNCII”

**COMPETENȚA SPECIFICĂ:** Competența de informare privind oportunitățile de evoluție în carieră și perspectivele pieței muncii

### MESAJUL CHEIE

*Prezint opțiunile mele vocaționale în baza studierii pieței muncii*

#### OBIECTIVE OPERAȚIONALE

La finele activității elevii vor putea:

- evalua și autoevalua, în baza criteriilor stabilite, proiectul individual;
- prezenta într-un limbaj clar, coerent și convingător proiectul elaborat;
- demonstra abilități de ascultare activă și inter relaționare constructivă.

**Materiale necesare:** tabla, cretă sau postere și markere, manuale, caiete.

DEMERS ACȚIONAL	Metode, tehnici și forme de organizare a procesului
<b>EVOCARÉ 5-7 minute</b>	
<b>Profesorul/profesoara</b> 1. Propune elevilor să lectureze sfaturile prezentate la rubrica „ <i>Implică-te!</i> ” 2. Oferă 2-3 minute pentru pregătirea finală către prezentare (elaborarea planului, selectarea cuvintelor-cheie, termenilor specifici etc.). 3. Formează grupuri de 4 persoane.	Activitate individuală
<b>REALIZAREA SENSULUI 30 minute</b>	
<b>Profesorul/profesoara</b> 1. Monitorizează prezentarea proiectelor în grupuri mici: <ul style="list-style-type: none"> <li>Fiecare elev are pentru prezentare aproximativ 2 minute;</li> <li>Proiectele sunt evaluate în baza criteriilor descrise la rubrica „<i>Procesează informația, comunică și decide!</i>”.</li> </ul> 2. Solicită selectarea celor mai reușite proiecte pentru prezentarea în plen. 3. Colectează informația despre diversitatea profesiilor descrise în proiecte și prezintă statistica – ce fel de profesii au fost selectate și de câte ori.	Prezentarea proiectelor în grupe câte 4  Prezentarea frontală
<b>REFLECȚIE 5-7 minute</b>	
<b>Profesorul/profesoara</b> 1. Distribuie fișele de autoevaluare (Anexa 1). 2. Solicită ca elevii să completeze fișele de autoevaluare.	Activitate individuală
<b>EXTINDERE 2 minute</b>	
<b>Profesorul/profesoara</b> 1. Mulțumește elevilor pentru efort și creativitate. 2. Atenționează că informația din proiectul „Eu, profesia și piața muncii” poate și trebuie să fie utilizată pentru completarea secțiunii „Profesia” din “Portretul vocațional”. 3. Amintește că la ultima lecție elevii vor prezenta „Portretele vocaționale” elaborate.	

### Anexa 1. Model de fișă de autoevaluare

Numele și prenumele \_\_\_\_\_

Prin elaborarea proiectului individual am învățat: \_\_\_\_\_

În procesul de elaborare a proiectului cel mai mult mi-a plăcut: \_\_\_\_\_

În realizarea sarcinilor de lucru la proiect m-am confruntat cu următoarele dificultăți: \_\_\_\_\_

Cred că proiectul meu poate fi apreciat.... (calificativ)

## TEMA 8. ELABORAREA PLANULUI PENTRU DEZVOLTAREA ABILITĂȚILOR VOCAȚIONALE

**COMPETENȚA SPECIFICĂ:** Competența de a lua decizii privind traseul educațional și profesional în baza sistemului de atitudini și valori

### MESAJUL CHEIE

*Elaborez un Plan de dezvoltare vocațională și acționez în baza lui*

### OBIECTIVE OPERAȚIONALE

La finele activității elevii vor putea:

- evalua calitatea „Portretului vocațional”;
- elabora planul personal de dezvoltare în baza informației prezentate în „Portretul vocațional”;
- argumenta necesitatea și importanța activităților planificate pentru dezvoltarea personală.

**Materiale necesare:** tabla, cretă sau postere și markere, manuale, caiete.

DEMERS ACȚIONAL	Metode, tehnici și forme de organizare a procesului
<b>EVOCARE 15 minute</b>	
<b>Profesorul/profesoara</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>Organizează elevii în grupe câte 4.</li> <li>Reamintește elevilor cerințele față de elaborarea „Portretului vocațional” și explică algoritmul prezentării plasat la rubrica „<i>Implică-te!</i>”.</li> <li>Monitorizează activitatea elevilor, în special oferirea sugestiilor și propunerilor.</li> </ol>	
<b>REALIZAREA SENSULUI 10-12 minute</b>	
<b>Profesorul/profesoara</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>Anunță, că „Portretul” este o resursă bună pentru planificarea acțiunilor concrete și propune elevilor se citească individual informația de la rubrica „<i>Informează-te!</i>”</li> <li>Facilitează discuția cu ajutorul întrebărilor:                     <ul style="list-style-type: none"> <li>Care sunt elementele principale ale planului de dezvoltare vocațională?</li> <li>De ce este important să descrii cunoștințele și abilitățile specifice pentru profesia dorită?</li> <li>Care este legătura dintre caracteristicile profesiei și activitățile din plan?</li> </ul> </li> <li>Propune elevilor se analizeze în grupuri mici exemplul prezentat și facilitează discuția cu ajutorul întrebărilor:                     <ul style="list-style-type: none"> <li>În ce măsură corespunde exemplul dat cu modelul prezentat la rubrica „<i>Informează-te!</i>”?</li> <li>Cu ce poate fi completat acest plan?</li> <li>Cum credeți, cine poate fi autorul acestui plan – o fata sau un băiat?</li> </ul> </li> </ol>	
<b>REFLECȚIE 15 minute</b>	
<b>Profesorul/profesoara</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>Propune elevilor să elaboreze individual planul de dezvoltare vocațională în baza modelului analizat.</li> <li>Oferă sprijin în caz de necesitate.</li> <li>Organizează prezentarea planurilor elaborate în perechi sau grupuri mici.</li> <li>Propune doritorilor (3-4 elevi) să prezinte planurile pentru toată clasa.</li> </ol>	Activitate individuală  Prezentări în perechi sau grupuri mici
<b>EXTINDERE 3 minute</b>	
<b>Profesorul/profesoară</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>Propune elevilor să citească sarcinile de la rubrica „<i>Acționează!</i>”.</li> <li>Oferă explicații suplimentare privind realizarea acestor sarcini.</li> <li>Atenționează importanța colectării și păstrării dovezilor privind realizarea activităților planificate.</li> </ol>	Frontal

## MATERIALE PENTRU ELEVII CLASEI A VIII-a

elaborate în cadrul proiectului  
 ”Reconceptualizarea orientării profesionale și consilierii în carieră”  
 (REVOCC)

### CUPRINS

Nr	Teme	Nr de ore	Pagina
TEMA 1.	PORTRETUL VOCAȚIONAL	1	20
TEMA 2.	ABILITĂȚILE ȘI APTITUDINILE NECESARE ÎN PROFESIE	1	22
TEMA 3.	INTELIGENȚELE MULTIPLE ȘI VIITOAREA MEA PROFESIE	1	26
TEMA 4.	DEZVOLTARE PERSONALĂ PRIN ACTIVITĂȚI DE VOLUNTARIAT	1	32
TEMA 5.	CV-ul – CHEIA SUCCESULUI	1	36
TEMA 6.	PIAȚA MUNCII	1	39
TEMA 7.	PREZENTAREA PROIECTULUI INDIVIDUAL „EU, PROFESIA ȘI PIAȚA MUNCII”	1	44
TEMA 8.	ELABORAREA PLANULUI DE DEZVOLTARE VOCAȚIONALĂ	1	46

## TEMA 1. PORTRETUL VOCAȚIONAL

### MESAJUL CHEIE

*Conștient și cu responsabilitate colectez informații pentru planificarea carierei*

La finalul lecției vei putea:

- numi elementele „Portretului vocațional”
- argumenta importanța diferitelor elemente ale „Portretului vocațional”
- explica modalitatea realizării „Portretului vocațional”
- argumenta utilitatea „Portretului vocațional” pentru proiectarea carierei



### IMPLICĂ-TE!

- Meditează timp de 3 minute și notează activitățile realizate în ultimele șase luni pentru dezvoltarea personală.
- De ce ai realizat anume aceste activități?
- Ce dovezi poți aduce pentru a confirma că activitățile realizate au contribuit la dezvoltarea ta?



### INFORMEAZĂ-TE!

Știi deja că alegerea profesiei începe cu analiza intereselor și calităților personale și studierea lumii profesiilor. În cadrul acestui modul vei continua cercetarea calităților personale și vei analiza cât de bine ele se potrivesc ocupației, care te interesează (lecțiile 2 și 3). Vei cerceta lumea profesiilor și vei identifica cât de solicitate sunt ele pe *piata muncii* (lecțiile 6 și 7). Vei redacta un *curriculum vitae* și vei urmări experiențe de *voluntariat* (lecțiile 4 și 5). Toate exercițiile în cadrul acestui modul îți vor ajuta să analizezi interesele și scopurile tale legate de activitatea profesională în viitor. Drept rezultat, până la ultima lecție, vei avea de elaborat „*Portretul vocațional*”. În baza „*Portretului vocațional*”, la ultima lecție a modului, vei elabora *Planul de dezvoltare vocațională*.

Cunoști, probabil, că un portret poate fi realizat de un pictor sau un fotograf. Aceștia prezintă persoana cu ajutorul culorilor, luminii și umbrelor, redau nu numai exteriorul, dar și lumea interioară a celui/celeia care pozează. Astfel, uneori, portretul vorbește despre persoană mult mai mult decât imaginea din oglindă.

*Portretul vocațional* nu este o simplă imagine a persoanei. El reprezintă un poster pe care, în afară de fotografia eroului, sunt prezentate prin diferite modalități aptitudinile persoanei date, profesiile care se potrivesc aptitudinilor, sfaturi pentru dezvoltarea capacităților personale care duc la realizarea visului profesional.

Portretul tău vocațional va conține 5 elemente esențiale:

- **Fotografia ta** (selectează o fotografie care, în opinia ta, se potrivește cel mai bine profesiei dorite sau fã una specială).
- **Prezentarea a 3-4 inteligențe dominante** (le vei identifica printr-un test special propus la lecția 3). Inteligențele pot fi prezentate cu ajutorul cuvintelor și a simbolurilor.
- **Prezentarea dovezilor**. Acestea reprezintă rezultate atinse în cadrul activităților, care demonstrează că într-adevăr deții inteligențele nominalizate. Poți utiliza textul, imagini, desene, fotografii, diplome etc. pe care le vei selecta pe parcursul modului.
- **Prezentarea a cel puțin 3 profesii/ocupații**, în care aceste inteligențe pot fi valorificate cel mai bine, inclusiv una din domeniul muncitoresc. Profesiile pot fi prezentate cu ajutorul imaginilor sau printr-un colaj.
- **Prezentarea propunerilor** de activități pentru dezvoltarea calităților forte/inteligențelor

prioritare. Aceste propuneri le vei colecta de la părinți, profesori, prieteni sau alte persoane de încredere.

Toate aceste elemente vor fi prezentate pe o coală mare de hârtie (cel puțin A3). Modalitatea de prezentare alege-o singur, ar fi bine să utilizezi mai multe culori, diferite simboluri, în caz de necesitate – cuvinte-cheie.



### PROCESEAZĂ INFORMAȚIA!

- Ce elemente include Portretul vocațional?
- În ce perioada de timp trebuie să fie elaborat portretul?
- Ce poate servi drept dovadă a dezvoltării unor calități?
- Ce modalități poți utiliza pentru a crea portretul vocațional?



### COMUNICĂ ȘI DECIDE!

Pentru realizarea portretului vocațional tot avem nevoie de „pictor”. Acest pictor vei fi chiar tu. Poți realiza singur portretul propriu – drept rezultat vei avea un *Autoportret vocațional*, sau poți să fi „pictor” pentru colegul tău, iar acesta va fi „pictor” pentru tine. Prima varianta este bună, pentru că îți oferă libertatea de creație și totul depinde numai de tine. A doua nu este așa de simplă ca prima, pentru că permanent ar trebui să comunici cu colegul/a, dar în schimb, poți să afli de la el unele lucruri foarte importante, pentru că un coleg îți poate sugera unele lucruri, la care nu te-ai gândit niciodată.

- Discută aceste două opțiuni cu colegul de clasă în care ai încredere, și decide, ce vei elabora – *Autoportret* sau *Portretul* colegului?
- Meditează cum va fi mai bine de prezentat pe poster toate elementele necesare pentru *Portretul vocațional*. Desenează o schiță, care va demonstra cum vor fi amplasate pe poster toate 5 elemente esențiale ale Portretului vocațional.
- Prezintă schița elaborată colegului, colectează sugestii pentru îmbunătățirea designului.



### EXPRIMĂ-ȚI ATITUDINEA!

- Care este rolul, utilitatea Portretului vocațional în procesul de proiectare a carierei?

### ACȚIONEAZĂ!

- Selectează o fotografie, care te reprezintă cel mai bine ca viitor profesionist.
- Pe parcursul următoarelor lecții, după realizarea exercițiilor, selectează produsele necesare pentru elaborarea „Portretului vocațional”. Utilizează lista de verificare propusă mai jos.



Lista de verificare a elementelor necesare pentru realizarea „Portretului vocațional”

Materiale și informații necesare	Prezența lor
O coală de hârtie mare (dimensiunea A3 sau mai mare)	
Fotografia	
Rezultatele testului „Inteligențe multiple”	
Lista profesiilor (inclusiv cea din domeniul muncitoresc) cu identificarea inteligențelor potrivite	
CV-ul cu menționarea realizărilor	
Dovezile care demonstrează prezența aptitudinilor necesare pentru profesia/profesiile dorite	
Propuneri de activități pentru dezvoltarea calităților necesare pentru a practica profesia/profesiile dorite	

## TEMA 2. ABILITĂȚILE ȘI APTITUDINILE NECESARE ÎN PROFESIE

### MESAJUL CHEIE

*Identific și dezvolt aptitudinile și abilitățile mele pentru a avea succes în carieră*

La finalul lecției vei putea:

- identifica aptitudinile personale
- explica esența noțiunilor de aptitudini și abilități
- argumenta necesitatea identificării și dezvoltării propriilor aptitudini și abilități



### IMPLICĂ-TE!

Amintește-ți realizările tale de care ești foarte mulțumit/ă și mândru/ă. Acestea pot viza diferite domenii din viața ta:

- școală
- activități extrașcolare (sport, muzică, dans etc.)
- timp liber (hobby)
- casă și familie

Descrie în caiet una dintre realizările enumerate:

- Care au fost pașii ce te-au adus la această realizare?
- Ce beneficii ți-a oferit această realizare?
- Numește 2-3 calități personale care te-au ajutat la obținerea acestei realizări
- Calitățile date sunt înnăscute?

### Vocabular

**Aptitudine** – însușire psihică individuală, înclinare înnăscută, pricepere de a face ceva care se dezvoltă pe parcursul vieții.

**Abilitate** – capacitate dezvoltată de a face ceva cu ușurință și iscusință; măiestrie. Abilitatea poate fi bazată pe aptitudine sau poate fi formată.

**Vocație** – o aptitudine puternică, foarte bine dezvoltată, însoțită de interes permanent pentru un domeniu de activitate.



### INFORMEAZĂ-TE ȘI PROCESEAZĂ INFORMAȚIA!

Citește atent textul aplicând acest Ghid pentru învățare:

- Ce este comun între aptitudine și abilitate?
- Prin ce se deosebesc aptitudinea de abilitate?



- Identifică cel puțin o aptitudine personală.
- Poate fi asociată dezvoltarea aptitudinilor cu creșterea plantelor? De ce?
- Cum poți identifica aptitudinile?
- Realizările pe care le-ai identificat la etapa „Implică-te!” sunt abilități sau aptitudini?

**Aptitudinile** reprezintă însușirile psihice individuale care ne ajută să îndeplinim cu succes o activitate. Specialiștii afirmă că aptitudinile reprezintă înclinații înnăscute, o predispoziție pentru un anumit domeniu (muzical, tehnic, sportiv, științific, artistic etc.).

**Aptitudinile** explică diferențele dintre ocupațiile oamenilor: unii devin cântăreți pentru că au aptitudinea de a cânta, iar alții devin contabili, deoarece au aptitudini matematice.

Aptitudinea pentru un domeniu se manifestă din copilărie, când copilul face unele lucruri cu ușurință și obține rezultate foarte bune. De exemplu:

- **ai aptitudini** pentru învățare dacă înveți aproape orice cu ușurință, fără efort, înțelegi instrucțiunile, înveți singur după un manual, poți lua decizii potrivite pentru diferite situații;
- **ai aptitudini verbale** dacă poți povesti cu pricepere, vorbești liber în public, poți scrie compuneri, citești cu intonație și poți recita emoționant poezii;
- **ai aptitudini numerice** dacă poți efectua calcule în gând, măsurări exacte, descoperi cu rapiditate greșelile pe o pagină plină de cifre, rezolvi rapid probleme de matematică, calculezi repede câți bani trebuie să-ți dea rest când procuri ceva, faci măsurări corecte;
- **ai aptitudini de coordonare motorie** – dacă poți arunca cu precizie în țintă, asambla fără mari dificultăți piesele unui mecanism, prinde cu îndemânare orice obiect aflat în mișcare, modelezi din plastilină sau lut, desenezi linii drepte fără riglă.

Și tot aptitudine este atunci când spui despre tine: *pot să lucrez bine în echipă, pot relaționa cu ceilalți, pot crea o bună dispoziție sau am capacitatea de a asculta și sfătui prietenii când se confruntă cu probleme*. Este aproape imposibil să faci o listă a tuturor aptitudinilor: există aptitudini mai specifice și mai generale, mai simple și mai complexe. Cert este faptul, că aptitudinile se dezvoltă cel mai bine începând cu perioada copilăriei până la maturitate. Dacă aptitudinea nu a fost descoperită și dezvoltată în copilărie șansele de a o dezvolta mai târziu se reduc considerabil.

Deseori oamenii confundă abilitatea cu aptitudinea. Acest termen este utilizat pentru a remarca *capacitatea de a realiza sarcini rapid și calitativ, cu iscusință și îndemânare*. Abilitatea poate fi bazată pe aptitudine sau poate fi formată prin învățare, antrenament și experiență. Abilitățile ne arată cât de bine o persoană poate pune în aplicare cunoștințele și aptitudinile pe care le posedă. Practica demonstrează, că cunoștințele și abilitățile, în lipsa aptitudinilor, asigură îndeplinirea activităților profesionale la un nivel mediu. Dacă, pe lângă cunoștințe și abilități persoana are și aptitudini, atunci ea obține rezultatele superioare. De regulă persoana, abilitățile căreia sunt dezvoltate în baza aptitudinilor, realizează performanțe în comparație cu persoana, abilitățile căreia nu s-au dezvoltat în baza pe aptitudinilor. De exemplu, dacă nu ai aptitudini de coordonare motorie poți să dezvolți abilitatea de a merge cu bicicleta, dar nu vei deveni un ciclist-profesionist.

Există încă un indicator, care îți oferă posibilitatea să recunoști aptitudinea: emoția de plăcere, care apare în timp ce realizezi o sarcină anumită.

Așadar, atât abilitățile cât și aptitudinile se dezvoltă pe parcursul vieții. Dar numai despre oamenii cu aptitudini dezvoltate se spune că au talent.



## COMUNICĂ ȘI DECIDE!

### Studiu de caz

- **Studiază împreună cu colegul de alături cazul prezentat și răspunde la întrebările de mai jos**

La lecția de educație plastică profesoara le spune elevilor: „Astăzi la lecție veți realiza câte o planșă care să reprezinte școala: clădirea școlii, curtea, grădina și alte blocuri adiacente pe care le are școala noastră. Elevii încep lucrul. Peste 30 de min. Dumitru a terminat de lucrat și a prezentat planșa profesoarei. Aceasta o apreciază ca fiind adevărată „operă de artă” atât de bine a fost realizată. Peste 10 min. mai aduc lucrările pe rând Constantin, Alina, Sebastian, Maria, Gabriel și Andreea.

Profesoara apreciază calitatea lucrărilor lor ca fiind foarte bună. Nici o greșeală în realizare!

Restul elevilor continuă să lucreze. Unii șterg și iar desenează, alții rup foile de desen pentru că nu le place ce au făcut. În rezultat, la finalul lecției, 10 elevi nu și-au terminat desenul.

- Cum de a reușit Dumitru să realizeze planșa în doar 30 de min? De ce numai el?
- Care este diferența dintre Dumitru și alți elevi, care au finalizat lucrarea, primind aprecierea Foarte Bine?
- De ce unii elevi nu și-au terminat planșele nici până la sfârșitul orei?





### EXPRIMĂ-ȚI ATITUDINEA!

Continuă fraza:

*Dacă persoana cunoaște și își dezvoltă aptitudinile proprii, atunci ...*



### ACȚIONEAZĂ!

- Realizează testul „Să ne cunoaștem aptitudinile”
- Realizează una din sarcinile propuse mai jos:

#### Varianta A

- Realizează un colaj care reflectă aptitudinile tale. Pentru colaj utilizează simboluri și imagini ce reprezintă diferite profesii și ocupații pentru care aceste aptitudini sunt necesare.
- Notează ce aptitudini și abilități trebuie să mai dezvolți pentru a avea succes în cariera profesională.

#### Varianta B

- Amintește-ți și descrie o situație dificilă cu care te-ai confruntat și ai rezolvat-o cu succes.
- Ce aptitudini și abilități te-au ajutat să rezolvi această situație?
- Pentru care profesii sunt necesare aceste aptitudini și abilități?
- Notează ce aptitudini și abilități trebuie să mai dezvolți pentru a avea succes în viața profesională.

**Păstrează produsul obținut în portofoliul tău și utilizează-l în elaborarea Portretului vocațional .**

#### Testul „SĂ NE CUNOAȘTEM APTITUDINILE”

În scopul cunoașterii aptitudinilor, răspunde cu Da sau Nu la enunțurile de mai jos, și notează în drept cu fiecare întrebare răspunsul, pe care-l consideri adevărat pentru tine! DA –1 punct; NU – 0 puncte.

1. Pot să fac calcule matematice repede și corect.
2. Pot să vorbesc / să mă exprim cu ușurință și corect.
3. Pot să lucrez repede cu degetele sau cu mâinile.
4. Memorez, calculez și îmi place să lucrez cu cifrele.
5. Mă pot numi tânăr inventator deoarece mereu descopăr unele lucruri pe care alții nici nu observă.
6. Sunt ambițios/oasă, hotărât/ă.
7. Arunc cu precizie în țintă.
8. Prefer să lucrez în situații spontane, care nu sunt planificate din timp.
9. Am mare încredere în mine/în forțele proprii.
10. Înțeleg ușor ce mi se spune sau ce citesc.
11. Pot să asamblez piesele unui mecanism.
12. Sunt o persoană organizată, îmi place să elaborez și să respect reguli;
13. Știu să argumentez în așa fel, încât ceilalți din jurul meu înțeleg perfect ceea ce vreau să spun.
14. Îmi displac cuvintele: “regulă” și “trebuie”.
15. Înțeleg ușor instrucțiunile unui joc.
16. Când iau decizii, mă bazez mai degrabă pe gânduri, decât pe sentimente.
17. Scriu, colorez, decupez fără să greșesc.

18. Îmi place să înțeleg și să rezolv probleme complexe.
19. Scriu inteligibil și citesc fluent.
20. Pot să coordonez / organizez o acțiune, un eveniment.
21. Ajung la o concluzie după ce m-am gândit și am analizat foarte mult.
22. Reușesc să prind cu ușurință obiecte care mi se aruncă.
23. Pot să fac cu ușurință rezumatul unui text.
24. Sunt / am fost conducător al unui grup.
25. Reușesc să bat cuie fără să mă accidentez.
26. Mă exprim concis și direct la subiect.
27. Am o mulțime de idei / soluții inedite.
28. În general, mă bazez mai mult pe intuiție (pe ceea se simt), decât pe raționament.
29. Îmi place să desenez, să scriu, să modelez.
30. Pot să vorbesc în fața unui grup.

### Bravo!

Ai parcurs cu succes testul, acum află ce aptitudini deții în prezent:

A = 2, 10, 13, 19, 23, 30 – **Aptitudini de comunicare**, de a vorbi frumos, emoționant, convingător. Această aptitudine este considerată fundamentală pentru **domeniile**: *diplomație, drept, filologie, jurnalism, management, relații publice, resurse umane, pedagogie, politică, psihologie, sociologie* etc.

B = 5, 8, 14, 27, 28, 29 – **Aptitudini creative**, de a adapta, a inova. Această aptitudine este considerată fundamentală pentru **domeniile**: *artă, cercetare, creație, dezvoltare, mass-media, planificare, publicitate* etc.

C = 3, 7, 11, 17, 22, 25 – **Aptitudinea de a prelucra și de a asambla**, îndemânare fizică, fundamentală pentru **domeniile**: *arhitectură, arte plastice, chirurgie, pilotaj, proiectare, stomatologie* etc.

D = 6, 9, 12, 16, 20, 24 – **Aptitudinea de a influența și de a conduce**, considerată fundamentală pentru **domeniile**: *afaceri, consultanță, drept, management, antreprenoriat, politică* etc.

E = 1, 4, 15, 18, 21, 26 – **Aptitudinea de a calcula și de a formula raționamente logice**, această aptitudine fiind considerată fundamentală pentru **domeniile**: *cercetare, comerț, contabilitate, finanțe, informatică, inginerie, matematică, statistică* etc.

*Calculează câte puncte ai obținut pentru fiecare caracteristică. Dacă ai obținut la una din aceste caracteristici:*

\* **5 – 6 puncte, rezultă că ai această aptitudine** și domeniile respective îți sunt cele mai potrivite pentru a face studii, a acumula cunoștințe pentru a dezvolta o carieră în domeniu.

\* **3 – 4 puncte, rezultă că ai predispoziție pentru aptitudinea respectivă**, dar pentru a fi bun în domeniile pe care le descrie această aptitudine trebuie să te mai perfecționezi, urmând un curs de profil.

\* **1 – 2 puncte, rezultă că nu ai predispoziție** față de aptitudinea respectivă.

Notează rezultatele (în ordine descrescătoare):

### Aptitudinile mele sunt:

- 1 \_\_\_\_\_
- 2 \_\_\_\_\_
- 3 \_\_\_\_\_

## TEMA 3. INTELIGENȚELE MULTIPLE ȘI VIITOAREA MEA PROFESIE

### MESAJUL CHEIE

*Fiecare om este talentat în ceva! Identific inteligențele mele și selectez profesia care mi se potrivește*

La finalul lecției vei putea:

- explica caracteristicile esențiale a diferitor tipuri de inteligențe
- identifica tipul de inteligență dominant
- corela profesiile cu tipurile de inteligențe
- identifica profesiile care corespund tipului dominant de inteligență



### IMPLICĂ-TE!

**Analizează imaginea de mai sus:**

- Identifică ce îi deosebește pe acești copii?
- Expune câteva calități pe care le posezi și argumentează la care dintre categoriile prezentate le poți atribui:

*Naturalist? Social? Vizual? Muzical? Sportiv? Logico-matematic?*

*Verbal-lingvistic? Intrapersonal?*

### Vocabular

**Inteligență** - Capacitatea de a înțelege ușor și bine, de a sesiza ceea ce este esențial, de a rezolva situații sau probleme noi, deosebit.



### INFORMEAZĂ-TE ȘI PROCESEAZĂ INFORMAȚIA!

- Citește textul pe aliniate, împreună cu colegul/colega.
- După fiecare aliniat discută cu colegul/colega și determinați împreună, cât de bine



vi se potrivește acest tip vouă.

- Estimați gradul de prezență a acestui tip de inteligență cu o notă de la 1 la 10. Notați rezultatele în caiet.
- Repetați procedura pentru următoarele aliniate.

### Inteligențe multiple

Fiecare om este remarcabil, unic și irepetabil. Știi deja că aceste diferențe sunt determinate de complexul de aptitudini pe care le are fiecare persoană de la naștere. Mulți savanți au cercetat aptitudinile și au încercat să explice diversitatea lumii umane. Unul dintre acești cercetători, Howard Gardner, profesor la Universitatea Harvard din SUA, a studiat modalitățile, prin care oamenii rezolvă diferite probleme, și a identificat 8 aptitudini generale:

- verbală/lingvistică
- logico-matematică
- vizuală/spațială
- corporal-chinestezică
- ritmică/muzicală
- interpersonală
- intrapersonală
- naturalistă

Aptitudinile date el le-a numit *inteligente*, iar teoria este cunoscută sub denumirea „Teoria inteligențelor multiple”. Conform acestei teorii fiecare persoană este talentată și poate avea succes într-un anumit domeniu, grație *inteligenței* pe care o are. În prezent fiecare persoană, și mic și mare, își poate determina tipul de inteligență care îi este caracteristică cu ajutorul testelor speciale.

**Persoanele cu inteligența verbal-lingvistică** gândesc în cuvinte și folosesc limba pentru a exprima și a înțelege realitatea vieții. Ei demonstrează sensibilitate pentru înțelesul și ordinea cuvintelor, sonoritatea, ritmurile limbii. Este inteligența cea mai des folosită în comunicare. Copiii cu inteligență lingvistică învață repede și corect limba maternă, învață ușor limbi străine, citesc, folosesc metafora, dezvoltă abilități lingvistice și deseori aleg mai târziu cariera de *jurnalist, scriitor, avocat, corector, prezentator, traducător*.

**Oamenii cu inteligența logico-matematică** gândesc la cauze și efecte, repede înțeleg relațiile dintre acțiuni, obiecte, idei. Ei demonstrează succese în calcul și alte operații matematice. Au abilități de gândire critică, sunt în căutarea explicațiilor logice cu privire la viață și fenomene. De regulă au o viziune rațională asupra vieții. Oamenii cu inteligență logică/matematică devin de obicei *contabili, matematicieni, chimiști, fizicieni, detectivi*.

**Oamenii cu inteligența vizuală/spațială** gândesc în imagini, se orientează ușor în spațiu, realizează cu ușurință un puzzle, pot determina ușor orice punct pe hartă. Ei explică și înțeleg mai bine lumea cu ajutorul simbolurilor grafice, desenelor și modelelor tridimensionale. Au foarte bune capacități de observare, cu ușurința dezassemblează și assemblează obiectele. Ei sunt buni *arhitecți, fotografi, artiști, piloți, ingineri-mecanici*.

**Oamenii cu inteligența corporal-chinestezică** își pot controla ușor mișcările corpului și sunt foarte îndemânatici. Se poate de spus că ei gândesc în mișcări. Le place să confecționeze obiecte cu mâinile proprii, coasă, croșetează bine, sunt *bucătari* pricepuți, *tâmplari* buni și buni creatori de modele. Le place să alerge, să meargă în excursii, să înoate, să practice diferite jocuri sportive. Au simțul timpului foarte bine dezvoltat și reacționează fizic la tot ce-i înconjoară. Inteligența chinestezică o au *dansatorii, sculptorii, sportivii, pompierii, salvatorii, chirurгии*.

**Persoanele cu inteligența muzicală/ritmică** gândesc în sunet, ritmuri, melodii și rime. Pot fredona un cântec doar la audiția acestuia. Memorează ușor prin muzică, apreciază și creează diferite ritmuri și melodii, sunt sensibili la ton, la intensitate, înălțimea și timbrul sunetului. Inteligența muzicală implică ascultarea activă și presupune o legătură puternică între muzică și emoții. Evident că ei pot deveni *muzicanți, compozitori, cântăreți*. Dar și oamenii altor profesii

au de câștigat dacă inteligența muzicală/ritmică este dezvoltată. De exemplu, un mecanic poate ușor depista defecte după sunetele pe care le provoacă motorul.

**Oamenii cu inteligența interpersonală** înțeleg ușor sentimentele, intențiile și gândurile altor persoane. Le place să comunice cu multe persoane și să lucreze în echipă. Ei învață mai bine dacă interacționează cu alți elevi. Știu să rezolve cu ușurință conflictele, având capacitatea de a negocia și a convinge, de aceea deseori sunt percepuți de alții drept lideri. Cei cu inteligență interpersonală ajung să fie conducători, sunt psihologi sau buni vânzători, se pricep la motivare, manipulare. Un profesor sau medic bun nu poate să nu aibă și această inteligență.

**Oamenii cu inteligența intrapersonală** foarte bine cunosc sentimentele și intențiile proprii. Ei sunt conștienți de punctele tari și de cele slabe, pot planifica eficient atingerea obiectivelor personale. Sunt plini de voință și foarte disciplinați, pot controla eficient gândurile și emoțiile personale. Învață cel mai bine prin activități pe care le realizează singur, prin proiecte individuale și autoinstruire (învățând de sine stătător). Înțeleg lumea care le înconjoară numai prin punctul lor de vedere. Ei pot deveni *avocați, teologi, întreprinzători*.

**Oamenii cu inteligența naturalistă** au o înțelegere deosebită a naturii, manifestă interes pentru plante, animale și studii științifice. Au abilități bune de observare și clasificare a obiectelor care îi înconjoară. Învață și recunosc ușor diferite plante și animale, și, dacă trăiesc la oraș, își pot face un hobby din memorarea și clasificarea altor obiecte, cum ar fi modele ale mașinilor sau ale pantofilor de sport (adidași). Le place să lucreze și sa-și petreacă timpul în aer liber. Ei pot deveni *biologi, agronomi, medici-veterinari, astronomi și ecologi*. În această categorie se includ și *bucătarii*.

O persoană poate avea 2 sau chiar 3 tipuri de inteligențe dominante, fapt ce reprezintă un avantaj. Dacă își alege profesia luând în calcul inteligențele dominante, are șanse mai mari să aibă o profesie/specialitate/meserie care să i se potrivească, să-i aducă bunăstare și satisfacție. Prin urmare, inteligențele pot și trebuie să fie cunoscute și dezvoltate.



### COMUNICĂ ȘI DECIDE!

Identifică împreună cu colegi ce tipuri de inteligență se potrivesc profesiilor din tabelul ce urmează.

Agent de vânzări	Arhitect	Antrenor	Agronom	Actor
Agent publicitar	Bibliotecar	Avocat	Apicultor	Chirurg
Asistent social	Cercetător	Bucătar	Consilier	Dentist
Consultant vânzări Cercetător-fizician	Compozitor	Contabil	Detectiv	Dirijor
Designer de landșaft	Coregraf	Cusător	Fermier	Istoric
Designer vestimentar Producător muzical	Economist	Dansator	Filolog	Sportiv
Editor de muzică	Întreprinzător	Geograf	Geolog	Biolog
Ghid turistic	Meteorolog	Ecolog	Mecanic	Frizer
Inginer-mecanic	Moderator	Fotograf	Muzician	Masor
Make-up artist	Povestitor	Inginer	Mediator	Pictor
Medic terapeut	Profesor	Jurnalist	Pădurar	Pilot
Prezentator TV sau radio	Programator	Psiholog	Polițist	Poet
Specialist în resurse umane	Sociolog	Regizor	Pompier	Preot
Web-designer	Traducător	Sculptor	Scriitor	Șofer
	Veterinar	Tâmplar	Sudor	Teolog
	Viticultor	Vocalist	Zoolog	Zidar



### EXPRIMĂ-ȚI ATITUDINEA!

1. Verifică, dacă identificarea inteligențelor tale a fost una corectă.
2. Realizează testul anexat mai jos.
3. Alege, împreună cu părinții, o profesie care corespunde tipului/ tipurilor de inteligență dominante conform testului și realizează o scurtă descriere a profesiei date, răspunzând la următoarele întrebări:

- Cu cine sau cu ce se lucrează în profesia dată?
- De ce cunoștințe e nevoie în această profesie?
- Cu ce te vei ocupa în profesia dată?
- Ce calități proprii te-ar putea ajuta în profesia pe care, posibil, o vei alege/ai ales-o?

**Plasează informația colectată pe coala de hârtie pregătită pentru *Portretul vocațional*.**

### Opțional

Realizează un proiect de grup – *colaj* sau *poster*, împreună cu colegii, care au aceleași tipuri de inteligențe dominante:

- Alegeți 3 inteligențe dominante (utilizați cuvinte și simboluri)
- Selectați imaginile ce reprezintă diverse profesii care corespund acestor tipuri de inteligențe
- Completați posterul cu detalii despre specificul sarcinilor, pe care le realizează cei care practică aceste profesii
- Identificați alte profesii, mai noi, care credeți că se potrivesc la inteligențele alese
- Argumentați alegerile și explicați *de ce unele profesii sunt recomandate la mai multe tipuri de inteligență*?



### ACȚIONEAZĂ!

**Află-ți tipul de inteligență dominant, realizează testul (testul va fi realizat acasă).**

Fii sincer, și răspunde atent la întrebări. Dacă ești de acord cu enunțul citit, încercuiește cifra indicată în paranteză, dacă nu ești de acord, lasă enunțul neatins. Apelează la profesor sau părinte dacă nu-ți este clar enunțul sau dacă te confrunți cu anumite dificultăți.

### TEST

- Aud cuvintele în minte înainte de a le citi, rosti sau scrie (1)
- Colegii sau prietenii des se adresează la mine pentru un sfat (6)
- Petrec timp frecvent meditănd, și gândindu-mă la problemele importante ale vieții (7)
- Îmi place să fiu înconjurat de plante (8)
- Când am o problemă, mai degrabă caut ajutorul altcuiva decât să încerc să o rezolv singur (6)
- Prefer cărțile cu multe ilustrații (3)
- Am o voce plăcută (5)
- Prefer sporturile de echipă în detrimentul celor care se practică individual (6)
- Trebuie să exers pentru a-mi forma o deprindere; nu e suficient doar să citesc sau să urmăresc o demonstrație (4)
- Aud întotdeauna o notă falsă în muzică (5)
- Mă simt mai bine când lucrurile sunt măsurate, clasificate, analizate (2)
- Adesea mă joc cu animalele (8)
- Cred că am o coordonare motrică bună (4)
- Adesea bat ritmul sau fredonez când lucrez sau învăț ceva nou (5)
- Cărțile sunt foarte importante pentru mine (1)

- Am participat (mi-ar plăcea să particip) la diverse lecții de consiliere și dezvoltare personală, ca să aflu mai multe despre mine însumi (7)
- Când închid ochii, văd adesea imagini clare (3)
- Am, cel puțin, trei prieteni apropiați (6)
- Rețin mai mult de la radio sau ascultând o casetă audio, decât de la TV sau din filme (1)
- Îmi place să găsesc erori de logică în ceea ce spun sau fac ceilalți (2)
- Țin un jurnal, în care scriu evenimentele din viața mea interioară (ce mă întristează sau mă bucură) (7)
- Îmi plac jocurile ca: Scrabble, integrale etc.(1)
- Știu multe melodii (5)
- Aș dori să fiu patron sau, cel puțin, m-am gândit serios să încep în viitor o afacere proprie (7)
- Prefer să-mi petrec serile cu prietenii, nu vreau să stau singur (6)
- Pot să-mi imaginez ușor cum ar arăta ceva văzut de sus (3)
- Dacă aud o melodie o dată sau de două ori, pot să-o reproduc cu acuratețe (5)
- Fac experimente cu plante și animale (8)
- Fac sport/activități sportive în mod regulat (4)
- Îmi place să mă distrez pe mine și pe alții, cu rime sau cu jocuri de cuvinte (1)
- Mă consider lider (alții mi-au spus că sunt lider (6)
- Sunt sensibil la culori (3)
- Mi-e greu să stau nemișcat mai mult timp (4)
- Pot să socot în minte cu ușurință (2)
- Când lucrez, îmi place să categorisesc lucrurile după importanța lor (8)
- Consider că am voința puternică și că sunt independent (7)
- Matematica și științele exacte (fizica, chimia) sunt materiile mele preferate în școală (2)
- Pot să țin ritmul cu un instrument de percuție simplu, când se cântă un cântec (5)
- Folosesc frecvent un aparat de fotografiat sau o cameră video pentru a înregistra ceea ce văd în jur (3)
- Cei cu care comunic îmi cer câte odată să explic sensul cuvintelor pe care le folosesc când scriu sau vorbesc (1)
- Îmi place să port haine din materiale naturale (8)
- Sunt realist în privința punctelor mele tari și slabe (7)
- Cele mai bune idei îmi vin când mă plimb, alerg sau fac orice activitate fizică (4)
- Prefer să joc Monopoly sau alte jocuri de grup în loc să joc de unul singur (6)
- Ascult frecvent muzica la radio, telefon, etc (5)
- Visez mult noaptea (3)
- Ca elev/ă, învăț mai ușor la engleză, științe sociale și istorie, decât la matematică și științe (1)
- Prefer să petrec un week-end cu familia, decât la distracție cu multă lume în jur (7)
- Îmi place să cos, să țes, să cioplesc, să fac tâmplărie sau alte activități manuale (4)
- Câte odată mă surprind mergând pe stradă fredonând (5)
- Mă orientez ușor în locuri necunoscute (3)
- Când merg în transport atrag mai mult atenția la ceea ce scrie pe afișe și panouri publicitare sau pancarte decât la peisaj (1)
- Mă simt bine în pădure (8)
- Îmi place să joc jocuri care necesită gândire logică (2)
- Simt nevoia să ating obiectele, pentru a afla mai multe despre ele (4)
- Îmi place să desenez sau să mâzgălesc (3)
- Îmi place să-i învăț pe alții (indivizi sau grupuri) ceea ce știu eu să fac (6)

- Îmi place să mă implic în activități legate de școală, biserică sau comunitate și alte activități cu număr mare de oameni (6)
- Îmi place să fac experimente (ex. "Ce-ar fi dacă aș dubla cantitatea de apă pe care o torn la rădăcina trandafirului în fiecare zi?") (2)
- Pot să răspund la atacurile colegilor cu argumente (7)
- Cânt la un instrument muzical (5)
- Dintre obiectele școlare, geometria mi se pare mai ușoară decât algebra (3)
- Minte mea caută structuri, regularități, secvențe logice în jur (2)
- Recent am scris ceva ce m-a făcut să mă simt mândru sau a fost apreciat de ceilalți (1)
- Weekend-ul ideal este o ieșire în natură (8)
- Mă simt bine în mijlocul mulțimii (6)
- Cred că aproape orice are o explicație rațională (2)
- Am un hobby pe care nu-l dezvălui altora (7)
- Prefer să-mi petrec timpul liber în natură (4)
- Mă interesează progresele în știință (2)
- Sunt bucătar/bucătăreasă bun/ă (8)
- Îmi place să joc puzzle, labirint și alte jocuri vizuale (3)
- Folosesc frecvent gesturi sau alte forme de limbaj corporal când vorbesc cu cineva (4)
- Viața mea ar fi mai săracă dacă nu ar fi muzica (5)
- Uneori gândesc abstract, fără cuvinte (2)
- Maniera mea de a conversa face apel frecvent la lucruri pe care le-am citit sau le-am auzit (1)
- Am câteva scopuri importante în viață, la care deseori sau mereu mă gândesc (7)
- În camera mea îmi place să fie o floare (8)
- Îmi plac parcurile de distracții extremale, și alte experiențe fizice periculoase cu rolele sau bicicleta (4)

### Bravo!

Ai finalizat realizarea testului, acum urmează instrucțiunea.

Fiecare enunț a avut o cifră în paranteză, care corespunde unei inteligențe. Numără câte cifre de 1 ai obținut și notează punctajul/rezultatul în drept cu tipul de inteligență. Procedează astfel pentru fiecare cifră, până la opt.

Tipul de inteligență	Numărul	Punctajul acumulat
Verbală/lingvistică	1	
Logico-matematică	2	
Vizuală/spațială	3	
Corporal-chinestezică	4	
Ritmică /muzicală	5	
Interpersonală	6	
Intrapersonală	7	
Naturalistă	8	

Punctajul cel mai înalt indică inteligențele tale predominante. Ele pot fi 2 sau 3. Citește încă o dată caracteristica persoanelor care au inteligențele descoperite și vezi care ți se potrivesc.

**Notează rezultatul:**

**Inteligențe mele dominante sunt:**

- 1 \_\_\_\_\_
- 2 \_\_\_\_\_
- 3 \_\_\_\_\_

**Păstrează rezultatele obținute în portofoliul tău.**



## TEMA 4. DEZVOLTAREA PERSONALĂ PRIN ACTIVITĂȚI DE VOLUNTARIAT

### MESAJUL CHEIE

*Acumulez experiență, mă descopăr și mă promovez prin activități de voluntariat*

La finalul lecției vei putea:

- explica, în baza exemplurilor, cum activitatea de voluntariat contribuie la dezvoltarea personală și la alegerea domeniului de activitate profesională
- identifica domenii de implicare în calitate de voluntar/ă luând în considerație preferințele personale și nevoile sociale
- identifica organizații și instituții din comunitate, în care este posibil de făcut activitate de voluntariat
- planifica activități concrete de implicare personală în calitate de voluntar



### IMPLICĂ-TE!

Sandu și Elena sunt elevi în clasa a opta. Ei vorbesc despre diferite activități realizate în ultimele 6 luni. Identifică, care din ele pot fi considerate activități de voluntariat.

*Sandu:* Am ajutat vecinului la culesul roadei.

*Elena:* Am ajutat la îngrijirea câinilor și pisicilor întreținuți în azilul pentru animalele care au rămas fără stăpâni.

*Sandu:* Am inițiat împreună cu prietenii o activitate prin care am colectat gunoi de pe malul râului.

*Elena:* Am ajutat la distribuirea pliantelor despre platforma electorală a unui partid și am fost remunerată pentru aceasta.

*Sandu:* Organizez de două ori în săptămână, după lecții, jocuri dinamice cu elevi din clasele primare.

*Elena:* Am oferit locul în transportul public unei doamne în vârstă.

*Sandu:* Acasă regulat spăl vesela după ce toți membrii familiei mănâncă.

*Elena:* Împreună cu alți elevi, o dată în 2 luni, fac ordine pe teritoriul școlii, de care este responsabilă clasa mea.

*Sandu:* Am elaborat un poster pentru promovarea modului sănătos de viață și am făcut activități informaționale pentru alți elevi din școală.

*Elena:* De trei ori în săptămână mă antrenez în echipa de fotbal a fetelor și de 2 ori în an particip la competiții.

### Vocabular

**Voluntariatul** este participarea benevolă, din propria inițiativă, a persoanei denumită voluntar la oferirea de servicii, cunoștințe și abilități sau la prestarea unor activități în domenii de utilitate publică.



### INFORMEAZĂ-TE ȘI PROCESAZĂ INFORMAȚIA!

Nu fiecare activitate realizată din propria dorință și inițiativă poate fi considerată voluntariat. Activitățile realizate în beneficiul familiei sau beneficiul personal nu se consideră voluntariat. Voluntariatul se bazează pe unele valori general umane, dar este ceva mai mult



decât simpla respectare a normelor etice sau legale. Un indicator important este *utilitatea publică* – activitatea în rezultatul căreia beneficiază mai multe persoane din comunitatea ta și drept rezultat calitatea vieții devine mai bună. De exemplu, după organizarea unui picnic cu prietenii ați strâns sacoșele, vesela folosită, sticlele, hârtia etc. și le-ați dus la o gunoște specială – este

o faptă bună, care corespunde normelor etice și legale, dar totuși nu este activitate de voluntariat. Voluntariat poate fi considerată o activitate care presupune curățirea unui teritoriu poluat, a ajuta la organizarea unui meci de fotbal – prin distribuirea anunțurilor, completarea echipelor, pregătirea terenului pentru jucători și susținători dar nu atunci când ești jucător sau spectator.

- *Cât de corecte au fost presupunerile tale privind activitățile realizate de către Sandu și Elena?*
- *Prezintă alte exemple de activități de voluntariat din experiența proprie sau a altor persoane.*

**Citește istoriile prezentate. Analizează cazurile cu ajutorul întrebărilor:**

- *În ce activități de voluntariat a fost implicată persoana?*
- *Cine a susținut activitatea ei?*
- *Ce cunoștințe și abilități au fost dezvoltate în cadrul activităților de voluntariat?*
- *Cum a influențat activitatea de voluntariat alegerea parcursului profesional?*

**Anastasia Primov** la 14 ani a devenit membră a Clubului de Dezbateri din or. Criuleni. Pe parcursul a 4 ani de zile, ea a participat la mai multe competiții de dezbateri, dezvoltându-și abilitățile de gândire critică și de prezentare. Concomitent, Anastasia, în calitate de voluntară a participat la dezbateri publice privind diferite probleme sociale (drepturile persoanelor cu dizabilități, probleme legate de corupție, migrație). La 18 ani, după absolvirea școlii, fiind studentă la facultatea de drept, tânăra a continuat activitatea de voluntară în cadrul Centrului Național pentru Prevenirea Traficului de Ființe Umane (CPTF). Activitatea de trainer, formatoare, lideră a echipelor de voluntari, a contribuit la dezvoltarea abilităților de comunicare și liderism. A realizat mai mult de 80 de training-uri pentru copii și tineri/e din toată Moldova pe teme ce țin de prevenirea traficului de ființe umane. Au trecut 11 ani de atunci. În prezent, Anastasia este directoarea Companiei de Comunicare strategică și PR „Fabrica de imagine”. În această calitate, ea sprijină procesul permanent de motivare și instruire a angajaților, dezvoltă în cadrul companiei un sistem inovativ de Responsabilitate Corporativă și continuă să facă activități de voluntariat la Universitatea de Stat cu scopul de a educa noi generații de comunicatori. La 29 de ani, Anastasia crede că a fi voluntară nu este doar o perioadă de rebeliune și afirmare în tinerețe, este un stil de viață prin care oamenii o dată începând să genereze binele, continuă să-l facă pe parcursul întregii vieți.

**Dmitrii Ianul**, născut în s. Cișmichioi, după absolvirea clasei a XII-a a vrut să-și continue studiile la facultatea de filologie sau jurnalism, pentru că deja avea experiență în elaborarea articolelor pentru un ziar raional și participase la diferite concursuri de poezii. Neavând posibilitatea de a face studii la Chișinău, Dmitrii a ales Universitatea din Comrat, mai aproape de baștină. În anul respectiv nu au fost locuri bugetare la facultățile dorite și Dmitrii a intrat la facultatea de asistență socială, cu gândul că va avea posibilitatea să se transfere peste un an. Dar ideea aceasta nu a fost realizată. În vara anului 2007, el a participat la școala de vară „Tineret. Educație. Democrație”, organizată de asociația obștească „Pilgrim-Demo”. Aici el, pentru prima dată, a luat cunoștință de sectorul asociativ și a realizat primele activități de voluntariat pentru copiii din orfelinatul din satul Congaz. Relația cu copiii orfani nu s-a terminat odată cu finalizarea școlii de vară. Dmitrii, împreună cu colegii, a început să-i viziteze regulat. În așa fel, s-a creat grupul de voluntari „Delfin”, care organiza mai multe activități pentru copiii aflați în situații de risc. Concomitent, Dmitrii a început colaborarea în calitate de voluntar, cu organizații neguvernamentale și instituții mass-media din Gagauz Eri. Mai târziu preocuparea de voluntar s-a transformat în activitatea sa profesională: Dmitrii a lucrat în calitate de jurnalist pentru televiziunea din regiune și portalul GagauzMedia. La moment, el este specialist pentru relații cu publicul la primăria orașului Vulcănești. În anul 2015, la vârsta de numai 26 de ani, în turul

doi a alegerilor locale, a acumulat 44% din voturile alegătorilor la postul de primar și a devenit membru al consiliului satului natal.

La finele clasei a 9-a, **Irina Duca**, ca și mulți alți elevi, căuta răspuns la întrebarea: ce profil – uman sau real, să aleagă pentru a continua studiile la liceu? Irina a preferat profilul real, deoarece se descurca bine la matematică și planifica să facă studii la facultatea de economie. Totul s-a schimbat în momentul când Centrul de Resurse pentru tineri UNIT a anunțat concursul pentru formarea educatorilor de la egal la egal. Irina s-a implicat activ în acest proiect. Au urmat multe instruiri, forumuri, o școală de vară, întâlniri și discuții cu semenii și cu formatorii, ore de la egal la egal. În activitățile, pe care le organiza cu elevii, Irina a descoperit că a reușit să-și dezvolte capacități pe care nici nu bănuia că le are: liberă în exprimare, creativă, organizată. Ea s-a învățat să prezinte orice informație INTERESANT ȘI ATRACTIV, în așa fel ca să fie ascultată de semenii. Astfel, a înțeles diversitatea de posibilități care îi surâd și că poate ajuta pe alții să ia decizii importante în viață. Ea a hotărât să urmeze facultatea de psihologie. După absolvirea facultății, s-a angajat ca psiholog școlar la liceul natal. Acum are posibilitatea să aplice experiența și cunoștințele acumulate. În viitor, se vede tot în acest domeniu, dorește mult să ajute oamenii, mai ales copiii, care deseori au nevoie de asistență profesională. Irina spune zâmbind: „*Trei ani de voluntariat au dat peste cap viața și planurile mele anterioare, dar au deschis altele, mai bune, mai efective, mai apropiate sufletului meu, dar care nu sunt legate de economie*”.

**Cristina Rogojina** era o elevă foarte activă. Grație talentului artistic, mereu era implicată în diverse programe culturale: teatru, muzică (pian și voce). În anul 2006, la vârsta de 16 ani, ea a participat la un concurs de eseuri privind implicarea tinerilor în comunitate, organizat de către Centrul de Resurse pentru Tineri din Criuleni “UNIT” și, în rezultat, a fost invitată la Forumul Tinerilor, care i-a deschis ușa în lumea voluntariatului. După acest Forum, s-a întors în comunitate cu o mulțime de idei, fiind gata să le implementeze. Centrul de Resurse pentru Tineri “UNIT” i-a oferit în acest scop diverse instruiri. În rezultatul acestora Cristina a devenit mult mai flexibilă și curajoasă în comunicare. Cristina povestește: „*Mi-am făcut noi prieteni și, împreună cu ei, am decis să schimbăm ceva la noi în comunitate. Astfel, am implementat un proiect privind amplasarea băncilor și a urnelor de gunoi în parcul din fața Liceului Teoretic Măgdăcești. Am învățat că nu trebuie să renunț atunci când unii oameni încearcă să te descurajeze. Important este să crezi în visul tău. Toate activitățile în care m-am implicat până în anul 2007, m-au determinat să-mi aleg ulterior facultățile pe care le-am urmat cu cea mai mare plăcere: Arte, Marketing și Asistență Socială (Universitatea de Stat din Moldova și Universitatea Spiru Haret din România), iar tot ceea ce am învățat până la Universitate mi-a fost foarte, foarte util, căci unele teme predate, eu le cunoșteam deja din practică*”. În anul 2009, Cristina a fost aleasă de către alți tineri din comunitate în calitate de președintă a Consiliului Local al Tinerilor. Împreună cu colegii, a organizat sărbătoarea Hramul Satului Porumbeni, colectând bani de la locuitorii satului și organizând un program artistic special cu această ocazie. Un alt pas al CLT Porumbeni-Pășcani a fost editarea buletinului informativ “Cuvântul”. În vara anului 2011, în calitate de voluntară în cadrul organizației “Jeunesse et Reconstruction”, a avut ocazia să viziteze Franța, Le Chambon sur Lignon. Aici a făcut cunoștință cu tineri din Spania, Republica Cehă, Rusia, Ucraina, Turcia, Taiwan, Coreea de Nord și Coreea de Sud. Astfel, Cristina a descoperit că în lume există o mulțime de tineri/e care nu așteaptă bani sau alt profit material de la activitățile pe care le fac. Tot atunci a aflat că voluntarii/rele sunt mult mai comunicabili, flexibili, prietenoși și mai interesanți decât persoanele care așteaptă doar profit material de la activitățile lor. În 2012, a participat într-un proiect privind schimbul de experiență a voluntarilor din Slovacia și Moldova, apoi au urmat un șir de participări la nivel European (Programul Youth in action, Erasmus +). După finalizarea studiilor universitare Cristina, la recomandarea profesoarei, s-a angajat în cadrul

proiectului UNICEF ce aborda aspectul reformării instituțiilor rezidențiale din țară, apoi a lucrat la Centrul “Speranța”, care promovează incluziunea socială și oportunități egale pentru persoanele cu dizabilități din Republica Moldova. Actualmente Cristina, în calitate de manageră, conduce, implementează câteva proiecte ale Organizațiilor Societății Civile în domeniul tineret, educație și media. „Atunci când am aplicat la concursul de eseuri, nu m-am gândit că acest lucru mă va marca atât de mult și pe un termen atât de mare. Voluntariatul m-a ajutat să ies (fără să-mi dau seama) din zona mea de confort, să schimb ceva în planul meu zilnic și să fac lucruri prin intermediul cărora mă auto descopeream. Am o experiență destul de bogată în domeniul voluntariatului, dar totodată, conștientizez faptul că mai am de învățat încă o mulțime de lucruri, de aceea întotdeauna încerc să învăț câte ceva de la fiecare persoană pe care o întâlnesc, de la fiecare eveniment care are loc în viața mea. Dacă aș avea o baghetă magică, aș transforma toată suspiciunea și negativismul oamenilor în entuziasm, pozitivism și prietenie, însă conștientizez un lucru extrem de important și anume faptul, că schimbarea vine mai întâi din interiorul nostru. Încerc întotdeauna să mă realizez prin dezvoltarea abilităților pe care le am și prin păstrarea valorilor moștenite de la părinții mei”.



### COMUNICĂ ȘI DECIDE!

- **Studiază extrasul din Legea Voluntariatului și identifică activități concrete în care poți să te implici în calitate de voluntar.**
- **Din aceste activități selectează-le pe cele, care oferă posibilitatea de a explora, valorifica și dezvolta inteligențele și aptitudinile tale.**
- **Determină ce instituții și organizații din localitatea/regiunea ta activează în domeniile date.**

Domenii de utilitate publică, potrivit legii, sunt: social și comunitar; de asistență și protecție socială; de protecție a drepturilor omului; de ocrotire a sănătății; cultural; artistic; de protecție a mediului; educațional; științific; umanitar; religios; filantropic; sportiv; de organizare a activității de voluntariat, precum și alte domenii de utilitate publică.

*Legea Voluntariatului, art.2*



### ACTIONEAZĂ!

- **Identifică o persoană cu experiență de voluntariat în comunitatea ta.**

Discută cu această persoană utilizând întrebările propuse:

- În ce activități de voluntariat ați fost implicat?
- Care a fost motivul implicării dumneavoastră în activitatea de voluntariat?
- Cum au reacționat alte persoane la activitatea dumneavoastră în calitate de voluntar?
- Cine a susținut activitatea dumneavoastră?
- Ce emoții ați trăit în activitatea de voluntariat?
- De ce abilități ați avut nevoie pentru a realiza aceste activități?
- Ce cunoștințe și abilități au fost dezvoltate în cadrul activităților de voluntariat?
- Cum activitatea de voluntariat a influențat parcursul profesional?
- Ce sfaturi/recomandări puteți oferi tinerilor/tinerelor care vor să practice voluntariatul?

**Varianta de rezervă** (dacă nu ai găsit persoane cu experiența de voluntariat). Studiază diferite surse: ziare, reviste, pagina *Festivalul Voluntarilor* pe Facebook etc. și identifică istorii de voluntariat. Utilizează întrebările de mai sus pentru studierea acestor experiențe.

- **Completează Portretul vocațional din portofoliul tău:**
  - componenta „Propuneri” – cu idei despre implicare în activități de voluntariat;
  - componenta „Dovezi” – cu articole, fotografii, certificate, scrisori de mulțumire etc. care confirmă participarea ta la activități de voluntariat și care demonstrează valorificarea inteligențelor și aptitudinilor tale.

## TEMA 5. CV-UL – CHEIA SUCCESULUI

### MESAJUL CHEIE

*Elaborez un CV pentru a mă promova*

La finalul lecției vei putea:

- enumera secțiunile importante pentru un CV
- elabora un CV personal în baza sugestiilor oferite în manual
- oferi colegilor sugestii de îmbunătățire a CV-ului



### IMPLICĂ-TE!

Ce este un **Curriculum Vitae**? Din latină aceasta expresie se traduce ca „parcursul vieții”. În comunicarea contemporană foarte des se utilizează abrevierile acestor două cuvinte - CV, care semnifică o descriere succintă a vieții personale și profesionale (autobiografie). Este un document care, de regulă, este cerut de către reprezentanții angajatorilor sau instituțiilor de învățământ de la un candidat.

- **Imaginează-ți, că tu ești reprezentant al angajatorului. Ce vrei să afli din acest document?**



### INFORMEAZĂ-TE!

Deseori CV-ul este primul tău contact cu angajatorul. În timpul lecturii angajatorul este focusat pe o întrebare de bază: „Oare corespunde această persoană așteptărilor și cerințelor condiționate de specificul sarcinilor de serviciu?”. În baza informației prezentate în CV angajatorul face concluzii cu privire la cunoștințele și abilitățile candidatului, aptitudinile și valorile lui, experiența de lucru etc. Informația prezentată în CV va contribui la luarea deciziei angajatorului privind necesitatea de a invita candidatul la un interviu sau nu, iar în unele cazuri – pentru decizia de angajare.

Știind despre aceasta, tu poți redacta CV-ul în așa fel, încât el să trezească dorința angajatorului să te cunoască mai bine. Lectura CV-ului trebuie să provoace impresii pozitive și pentru a obține aceasta trebuie să urmezi mai multe sfaturi la completarea lui.

Elaborarea unui CV începe cu determinarea secțiunilor necesare, care îl vor ajuta pe cel care citește să înțeleagă mai ușor informația utilă despre tine. Deseori, angajatorul propune singur o structură pentru CV, dar practic orice model conține următoarele compartimente: *date personale, ocupația/postul dorit, experiența profesională, educație și formare, aptitudini și competențe personale*. La ele pot fi adăugate *referințe și lista realizărilor, mențiunilor, publicațiilor*.



### PROCESEAZĂ INFORMAȚIA!

**Studiază regulile de completare a CV-ului și redactează CV-ul personal conform algoritmului:**

- **Citește sfaturile pentru un compartiment al CV-ului;**
- **Notează în caiet informația relevantă despre sine;**
- **Fă schimb de caiete cu colegul tău de bancă. Citește informația scrisă în caietul lui;**
- **Propune sugestii, dacă este cazul;**
- **Dacă ești de acord cu sugestiile – introdu modificările necesare.**

**I. Date personale.** Acest compartiment trebuie să conțină următoarele informații: numele și prenumele, data și locul nașterii, domiciliul, telefonul și adresa de e-mail.

**Atenție!** Creează-ți o adresă adecvată: adresele de genul dollyamor@...com sau superspiderman@...com pot provoca impresia că nu ești o persoană serioasă și responsabilă. *Sugestie!* Adresa electronică ar fi bine să conțină numele și prenumele tău pentru ca oricine care deschide poșta să vadă imediat de la cine a primit mesaj, de exemplu: vasile\_chetraru@...com .

**II. Ocupația/postul dorit.** Acest compartiment este cel mai laconic – în el se specifică locul de muncă sau domeniul ocupațional pentru care aplici.

**III. Experiența profesională.** În secțiunea dată, de obicei, informația se structurează în felul următor:

Perioada	
Funcția sau postul ocupat	
Activități și responsabilități principale	
Numele și adresa angajatorului	
Sectorul de activitate (public, privat, necomercial etc.)	

Rubricile date se repetă de mai multe ori (sau reflectă tot parcursul profesional sau principalele ocupații în perioada determinată – de regulă ultimii 3 ani).

Pentru persoane fără experiență de muncă (absolvenți ai instituțiilor de învățământ) sarcina de a completa acest compartiment pare a fi imposibilă. Nu este așa! Descrie aici experiența acumulată în realizarea activităților în școală (organizarea unui concert, competiții sportive, acțiuni ecologice etc.) sau în cadrul altor organizații, instituții, de exemplu în Consiliul elevilor. La fel, include experiența de lucru în calitate de voluntar/ă sau munca temporară în timp de vacanță.

**IV. Educație și formare.** Pentru fiecare formă de educație indică perioada, instituția de formare, disciplinele principale studiate, diploma sau calificarea obținută. Include în acest compartiment și date despre instruirile neformale, organizate de către ONG-uri, centre de resurse pentru tineri etc.

**V. Aptitudini și competențe personale.** În completarea compartimentului dat inspiră-te din rezultatele testelor realizate și prezintă faptele, care demonstrează prezența aptitudinilor și competențelor. Aici trebuie să descrii gradul de cunoaștere a limbilor (dacă ai un certificat care confirmă asta, indică-l), competențele sociale (de comunicare, de rezolvare a conflictelor, de lucru în echipă etc.), competențe digitale (utilizarea diferitor soft-uri), competențe și aptitudini artistice. Indică interesele și hobby-urile – aceste lucruri personalizează CV-ul tău, îl fac diferit de CV-urile altor persoane. În baza prezentării hobby-urilor angajatorul își va face concluzii despre valorile tale și le va compara cu valorile pe care le caută el în persoana pe care dorește să o angajeze.

CV-ul tău trebuie să corespundă cu realitatea: evită date și informații false sau exagerate. Pentru a oferi angajatorului posibilitatea de a verifica informațiile prezentate în CV, include secțiunea *lista persoanelor de referință* cu contactele acestora. Acestea pot fi directorul școlii, dirigintele, conducătorul cercului, antrenorul sportiv, coordonatorul de programe din ONG etc.

Drept dovadă a abilităților tale sunt diferite diplome de grațitudine, scrisori de mulțumire, certificate obținute la concursuri, lucrări (articole, fotografii, desene) publicate în ziarul școlar sau local, pe pagina web a liceului sau altei instituții în care ți-ai făcut studiile sau le faci acum etc. Aceste informații sunt prezentate în compartiment *realizări și mențiuni*.



### EXPRIMĂ-ȚI ATITUDINEA!

- Ce compartimente ale CV-ului au fost completat ușor, mai simplu?
- Ce dificultăți au apărut în elaborarea CV-ului?



- Cât de importantă este includerea în CV a datelor despre activitatea de voluntariat și despre participarea în viața școlii?

### **ACȚIONEAZĂ!**

- **Discută cu părinții și prietenii modelul de CV elaborat, ascultă opinia și sugestiile lor.**
- **Modifică CV-ul utilizând cele mai bune sfaturi colectate.**

**Redactează CV-ul la calculator, adaugă în partea de sus fotografia ta și plasează CV-ul în portofoliul personal.**

**CV-ul tău este bun, dacă corespunde criteriilor de mai jos:**

- toate compartimentele CV-ului sunt completate;
- informația este prezentată laconic, prin propoziții scurte;
- imaginea ta în fotografie este adecvată (hainele, expresia feței, poziția etc.);
- informația prezentată (cuvinte cheie – legate de studii, experiențe și competențe) este înserată;
- în text nu sunt comise greșeli ortografice;
- textul este scris cu culoarea neagră;
- CV-ul este tipărit pe foi de formatul A4, de culoare albă.

## TEMA 6. PIAȚA MUNCII

### MESAJUL CHEIE

*Studiez perspectivele pieței muncii pentru a planifica traseul de carieră*

La finalul lecției vei putea:

- explica sintagma *piața muncii* și abrevierea *ANOFM*
- identifica factorii care condiționează dezvoltarea pieței interne a forței de muncă
- enumera profesiile, meseriile cele mai solicitate pe piața muncii din Republicii Moldova
- aprecia importanța studierii pieței muncii pentru alegerea reușită a viitoarei profesii



### IMPLICĂ-TE!

- Studiază imaginile și sugerează-i persoanei care a decis ce profesie să aleagă, cel puțin trei acțiuni pe care ar trebui să le întreprindă pentru a se documenta vizavi de opțiunea sa.

Investește în oameni!

**BURSA  
LOCURILOR  
DE MUNCĂ**

CONSILIERE SPECIALIZATĂ  
ORIENTARE PROFESIONALĂ  
FORMARE PROFESIONALĂ  
MEDIERIE A MUNCII

**PiataMuncii.md**  
Locuri de muncă și CV-uri

0 60 71 75 71  
0 79 48 28 51  
info@piatamuncii.md  
facebook.com/piatamuncii.md

Agencia Națională pentru  
Occuparea Forței de Muncă

Caută un loc de muncă?  
Caută un angajat?

**Târgul locurilor de muncă  
din Moldova**

Derată de contact:  
Centrul de Apel – Piața Muncii din Moldova  
0 8000 1000 (apel gratuit pe teritoriul țării)  
+ 373 71 838414 (apel taxat)

www.angajat.md      www.anofm.md

Direct de Unione Europenei      Arbetörsamfundet

www.piatamuncii.md

- fie ca ești șomer sau locul actual de muncă te plictisește?  
- tocmai ai finisat studiile și cauți un loc de muncă?  
- sau ești antreprenor și ai o afacere de succes?  
- caută-ți jobul dorit sau echipa creativă împreună cu noi!!!

**www.piatamuncii.md**

**www.angajat.md**





### INFORMEAZĂ-TE ȘI PROCESEAZĂ INFORMAȚIA!

Citește cu atenție textul propus cu ajutorul acestui Ghid pentru învățare:

- definește noțiunea de *piața muncii*
- enumeră factorii care condiționează dezvoltarea pieței interne a forței de muncă
- descrie misiunea ANOFM
- explică de ce pe piața muncii din Republica Moldova se atestă un decalaj pronunțat dintre cerere și ofertă.



#### Piața muncii

**Piața muncii** este spațiul economic în care se întâlnesc, se confruntă și negociază în mod liber cererea de forță de muncă, reprezentată de *angajatori* și oferta, reprezentată de *posesorii de forță de muncă*. Dacă oferta (numărul de persoane care solicită un loc de muncă) este mai mare decât cererea (numărul de muncitori, specialiști de care au nevoie angajatorii) apare *fenomenul șomajului*. Dacă oferta este mică, iar cererea mare – observăm *fenomenul deficitului forței de muncă*

**Dezvoltarea pieței interne a forței de muncă** este condiționată de următorii factori generali:

- gradul de solicitare a unor produse industriale, agricole sau servicii;
- evoluția tranzacțiilor comerciale;
- disponibilitatea creditelor pentru inițierea și dezvoltarea afacerilor.
- apariția unor domenii de activitate noi și dispariția unor domenii vechi, provocată de progresul tehnico-științific.

Șomajul pe piața internă stimulează migrarea forței de muncă peste hotarele țării. Dar plecarea excesivă a forței de muncă peste hotare la un moment dat provoacă deficit de cadre pe piața internă. Situația pe piața muncii este influențată și de percepțiile oamenilor, care consideră că unele profesii sunt prestigioase și importante iar altele - nu. Pe parcursul mai multor ani observăm tendința de a obține studii superioare la specialitățile *drept, economie, management, relații internaționale, politologie* fără a lua în considerație faptul că numărul de locuri vacante în aceste domenii este redus. Drept rezultat mulți din absolvenții instituțiilor de învățământ superior rămân șomeri sau se angajează la un loc de muncă care nu corespunde pregătirii profesionale inițiale.

Deoarece situația pe piața muncii influențează direct bunăstarea cetățenilor fiecare stat are nevoie de o instituție specială care studiază evoluția pieței muncii și oferă suport oamenilor care sunt în căutarea unui loc de muncă. În Republica Moldova aceasta instituție se numește Agenția Națională pentru Ocuparea Forței de Muncă (ANOFM). ANOFM are Agenții pentru Ocuparea Forței de Muncă (AOFM) în fiecare raion. Funcționarii acestei instituției colectează de la angajatori informația despre locurile vacante, înregistrează șomerii și le oferă informații despre locurile vacante, iar în caz de necesitate – suport în obținerea unei profesii noi. Regulat, ANOFM prezintă rapoarte statistice, din care putem afla lucruri foarte importante pentru planificarea carierei. *De exemplu:* Conform datelor ANOFM în ultimii ani cele mai multe locuri vacante de pe piața muncii din Moldova sunt destinate **absolvenților școlilor profesionale, care au însușit o profesie muncitorească.**



### COMUNICĂ, DECIDE ȘI EXPRIMĂ-ȚI ATITUDINEA!

Studiază sursa 1 și:

- *Identifică ce profesii au fost considerate de către cetățenii Republicii Moldova cele mai prestigioase în anul curent. De ce?*



- **Discută cu colegii și exprimați-vă argumentat opinia cu referință la următoarea afirmație: Poți să-ți alegi o profesie deoarece este apreciată de multă lume ca fiind prestigioasă, populară, chiar dacă domeniul dat nu te tentează.**

### Sursa 1

Studiul organizat de către CBS AXA pe un eșantion de 1228 oameni de peste 18 ani, din diferite localități ale R. Moldova, arată că dacă ar fi să facem referire la prestigiu, atunci moldovenii ar dori să devină, în primul rând, oameni de afaceri, datorită profitabilității. La finalul topului sunt profesii precum șofer, constructor și asistent social. Conform acestui studiu – doctorii, avocații, economiștii și jurnaliștii ar fi cele mai populare profesii ale actualității.

([http://piatamuncii.md/ro/article?url=cele\\_mai\\_populare\\_profesii\\_republica\\_moldova\\_-\\_studiu\\_2015](http://piatamuncii.md/ro/article?url=cele_mai_populare_profesii_republica_moldova_-_studiu_2015))

### Studiază sursa 2 inclusiv tabelul 1 și:

- Identifică ce procentaj din numărul total de locuri vacante corespunde nivelului de instruire superior și mediu de specialitate și ce procentaj – nivelului de instruire secundar profesional, mediu general și fără calificare.
- Discută cu colegii și elaborați un top al celor mai solicitate ocupații, activități, meserii.
- Reflectați împreună cu colegii asupra următoarelor întrebări:
  - lista cu locuri de muncă vacante constituie un obstacol în angajarea femeilor?
  - lista locurilor de muncă vacante pentru diverse ocupații, activități și meserii oferă șanse egale pentru tineri și tinere? Ce se poate întreprinde pentru a schimba situația?
- Selectează câteva profesii din tabelul 1 și prezintă denumirea acestora, respectând dimensiunea de gen (de exemplu: consultant – consultantă).
- Apreciază importanța studierii pieței muncii pentru alegerea reușită a viitoarei profesii.

### Sursa 2

Conform bazei de date a Agenției Naționale pentru Ocuparea Forței de Muncă la data de 22.12.2015 erau la evidență 6460 locuri de muncă vacante.

Pentru persoanele cu nivel de instruire superior și mediu de specialitate sunt disponibile

1543 locuri de muncă vacante, constituind 24% din numărul total de locuri vacante.

Pentru persoanele cu nivel de instruire secundar profesional, mediu general și pentru muncitorii necalificați, Agenția Națională pentru Ocuparea Forței de Muncă oferă 4917 locuri de muncă, ce constituie 76% din numărul total de locuri de muncă vacante (detalii în tabelul 1).

**Tabelul 1. Locuri de muncă vacante pentru diverse ocupații, activități și meserii**

Nr. crt.	Ocupații (nivel de instruire superior și mediu de specialitate)	Locuri vacante Total
1	Specialist în domeniul sănătății	366
2	Specialist în activitatea economică și financiară	265
3	Specialist în învățământ	164
4	Inspector	141
5	Funcționar public	73
6	Director (grădinițe, instituții de învățământ, alte ramuri)	54
7	Inginer	45
8	Manager	33
9	Electrician	22
10	Specialist în informatică	21

11	Specialist în domeniul juridic	12
12	Secretară	12
13	Tehnolog	9
14	Tehnician	8
15	Consultant	7
16	Lucrător social	6
17	Bucătar-șef	5
18	Dispecer	5
19	Agronom	4
20	Alte ocupații	291

Nr. crt.	Activități	Locuri vacante Total
1	Lucrători în industria textilă și confecții	2020
2	Operatori, aparatiști, lăcătuși-asamblori, mașiniști la instalații și mașini	480
3	Lucrători în domeniul vânzării	383
4	Lucrători calificați în întreprinderi industriale	352
5	Hoteluri și restaurante	272
6	Lucrători în domeniul serviciilor personale	103
7	Lucrători calificați în agricultură, silvicultură, acvacultură, piscicultură	63
8	Transport și telecomunicații	52
9	Lucrători în construcții	40
10	Alte activități economice/ocupații	338

Nr. crt.	Meserii	Locuri vacante Total
1	Muncitor auxiliar	307
2	Hamal	100
3	Ajutor de educator	69
4	Muncitor necalificat în agricultură	66
5	Muncitor necalificat în silvicultură	66
6	Femeie de serviciu	46
7	Îngrijitor în încăperi de serviciu	44
8	Măturător	39
9	Infirmieră	29
10	Paznic	26
11	Spălător veselă	16
12	Dădacă	6

Datele din tabel corespund anului 2015. Pentru a deține date relevante anului curent consultați sursa <http://www.anofm.md/documents> care se actualizează periodic.



### EXPRIMĂ-ȚI ATITUDINEA!

- Meditează și apreciază, care din 2 factori este mai important în alegerea profesiei: *visul personal* sau *solicitarea profesiei pe piața muncii*?
- Argumentează opinia, participând la o mini-dezbatere.



### ACȚIONEAZĂ!

Realizează proiectul individual „Eu, profesia și piața muncii” pe care o să-l prezinți la lecție viitoare și o să-l păstrezi în Portofoliul tău.

Proiectul trebuie să ofere răspunsuri la cinci întrebări:

- *Cine este autorul proiectului?* – notează numele și prenumele, poți plasa și o fotografie etc.
- *Ce profesie/profesii te atrag?* – selectează una sau două profesii pe care ai dori să o exerciți.
- *Unde este posibil de practicat profesia dată?* – identifică angajatorii, locuri și modalități prin care poți practica profesia dată
- *Cât de solicitată este aceasta profesie pe piața muncii din Republica Moldova?* – studiază diferite surse: rapoartele ANOFM ([www.anofm.md](http://www.anofm.md)), anunțurile de angajare, articolele experților, opiniile părinților, profesioniștilor etc.
- *Ce studii sunt necesare pentru a învăța profesia și unde le putem obține?* – colectează informații despre studii, identifică instituții / persoane care oferă aceste studii.

Determină singur forma de prezentare a proiectului: poate fi un poster, o broșură, o mapă cu materiale etc.

**NB! Indicatorii reușitei proiectului individual „Eu, profesia și piața muncii”:**

- oferă răspunsuri la toate 5 întrebări
- analiza pieții muncii se bazează pe cel puțin trei surse
- informația este prezentată logic
- informația este prezentată creativ (sunt utilizate cuvinte-cheie, imagini, simboluri, diferite culori etc.)

## TEMA 7. PREZENTAREA PROIECTULUI INDIVIDUAL „EU, PROFESIA ȘI PIAȚA MUNCII”

### MESAJUL CHEIE

*Prezintă opțiunile mele vocaționale în baza studierii pieței muncii*

La finalul lecției vei putea:

- evalua și autoevalua, în baza criteriilor stabilite, proiectul individual
- prezenta într-un limbaj clar, coerent și convingător proiectul elaborat
- demonstra abilități de ascultare activă și interrelaționare constructivă



### IMPLICĂ-TE!

Peste câteva minute vei prezenta proiectul elaborat colegilor. Cu siguranța vrei ca prezentarea ta să fie una atractivă și corectă. Acest lucru este ușor de realizat, dacă urmezi câteva sfaturi.

- Prezentarea trebuie să fie una coerentă și logică – elaborează un plan scurt, prin care vei stabili ordinea prezentării informației.
- Selectează cuvinte-cheie care te vor ajuta la trecerea de la o etapă a prezentării la alta.
- Repetă termenii de specialitate legați de profesie, studii, instituții și organizații. În caz de necesitate notează acești termeni pentru a te asigura că îi vei utiliza corect și la momentul potrivit.
- În timpul prezentării păstrează contactul vizual cu ascultătorii, fii calm și păstrează un zâmbet prietenos.
- Răspunde cu calmitate la întrebările oferite.
- La final mulțumește ascultătorilor pentru atenție.

Vei fi și tu în rolul ascultătorului. A fi un bun ascultător nu este mai simplu decât a fi un bun prezentator. Urmează câteva sfaturi.

- Ascultă în liniște, nu întrerupe prezentatorul.
- Păstrează contactul vizual cu colegul care prezintă proiectul.
- Păstrează un zâmbet binevoitor.
- În semn de înțelegere dă ușor din cap.
- După finalizarea prezentării adresează întrebări.
- Mulțumește prezentatorului.

**Timp de 2-3 minute elaborează planul prezentării luând în calcul sugestiile oferite.**



### PROCESEAZĂ INFORMAȚIA, COMUNICĂ ȘI DECIDE!

**Ascultă proiectele elaborate de colegii de clasă.**

În timpul ascultării analizează, în ce măsură proiectul prezentat corespunde criteriilor stabilite anterior:

- oferă răspunsuri la toate 5 întrebări;
- este clar cine a elaborat proiectul;
- este identificată cel puțin o profesie;
- sunt prezentate date despre locuri și modalități prin care poți practica profesia dată;
- este clar cât de solicitată este aceasta profesie pe piața muncii din Moldova;
- sunt descrise ce studii sunt necesare și ce instituții oferă aceasta posibilitate;
  - analiza pieței muncii se bazează pe cel puțin trei surse;



- informația este prezentată logic;
- informația este prezentată creativ (sunt utilizate cuvinte-cheie, imagini, simboluri, diferite culori etc.);
- autorul proiectului utilizează un limbaj clar, coerent, respectă corectitudinea terminologiei specifice și dimensiunea de gen.
- **Împreună cu colegii selectează un proiect care va fi prezentat în fața clasei. Motivați alegerea, utilizând criteriile de evaluare stabilite.**
- **Elaborează împreună cu colegii topul profesiilor prezentate în proiecte.**



### EXPRIMĂ-ȚI ATITUDINEA!

- Selectează proiectul care te-a impresionat cel mai mult. Motivează alegerea.
- Completează fișa de autoevaluare după modelul dat:

Numele și prenumele \_\_\_\_\_

Elaborând proiectul individual am învățat: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

În procesul de elaborare a proiectului mi-a plăcut cel mai mult: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

În realizarea sarcinilor de lucru la proiect m-am confruntat cu următoarele dificultăți: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Cred că proiectul meu poate fi apreciat.... (indicați un calificativ și explicați decizia) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



### ACȚIONEAZĂ!

- Prezintă proiectul unor persoane apropiate: părinți, frați, surori, bunei, prieteni.
- **Finisează Portretul vocațional – secțiunea Profesii în baza proiectului elaborat și păstrează-l în portofoliul tău.**

## TEMA 8. ELABORAREA PLANULUI DE DEZVOLTARE VOCAȚIONALĂ

### MESAJUL CHEIE

Elaborez un Plan de dezvoltare vocațională și acționez în baza lui

La finalul lecției vei putea:

- evalua calitatea „Portretului vocațional”
- elabora Planul personal de dezvoltare în baza informației prezentate în „Portretul vocațional”
- argumenta necesitatea și importanța activităților planificate pentru dezvoltarea personală



### IMPLICĂ-TE!

- Pregătește-te pentru prezentarea Portretului tău vocațional colegilor.
- În timpul prezentării respectă următorul algoritm:
  - Numește **inteligentele** dominante și **aptitudinile** specifice pe care le-ai determinat cu ajutorul testelor.
  - Prezintă **dovezile** care demonstrează prezența acestor aptitudini.
  - Prezintă **profesiile** care te atrag. Explică cum ele se potrivesc aptitudinilor tale.
  - Prezintă **propunerile** și sugestiile pe care le-ai primit de la părinți, profesori, prieteni.
- Ascultă propunerile colegilor și completează cu ele secțiunea **propuneri**.
- După ce ai ascultat prezentările colegilor oferă comentarii:
  - cât de bine, în opinia ta, profesia aleasă corespunde cu aptitudinile colegului;
  - ce poate face colegul pentru a-și realiza visul profesional.



### INFORMEAZĂ-TE!

Cunoașterea de sine și a lumii profesiilor oferă informații noi și ajută la formularea unor concluzii importante pentru dezvoltarea personală. Dar aceste concluzii vor fi inutile, dacă nu vor fi realizate acțiuni concrete. Cu siguranță, cunoști că activitățile planificate din timp, de regulă, sunt realizate mai bine, mai calitativ, mai complet. Pentru că planul tău de carieră să fie util și realizabil, el trebuie să fie elaborat în câțiva pași. Inițial numește profesia sau domeniul ocupațional, care te interesează. Apoi descrie cunoștințe și abilități specifice profesiei date. În baza acestei informații formulează un scop – ce vrei să obții cu ajutorul planului dat. Mai jos, în forma de tabel, descrie activitățile, realizarea cărora va contribui la atingerea scopului. Pentru fiecare activitate descrie rezultatul așteptat – această descriere trebuie să fie cât mai concretă, pentru a putea fi verificată, în ce măsură rezultatul dat a fost obținut. În rubrica următoare indică perioada sau termenul de realizare a activității. Indicarea termenului te disciplinează și te mobilizează.

#### Modelul Planului de dezvoltare vocațională

Mă interesează profesia/domeniul ocupațional (indică profesia dorită) \_\_\_\_\_, pentru care sunt importante (indică cunoștințele și abilitățile specifice) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Scop: Vreau să-mi dezvolt/să acumulez experiență \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Activitate	Rezultatul așteptat	Termen de realizare
1		
2		
3		



### PROCESEAZĂ INFORMAȚIA!

- Care sunt elementele principale ale planului de dezvoltare vocațională?
- De ce este important să descrii cunoștințele și abilitățile specifice pentru profesia dorită?
- Care este legătura dintre caracteristicile profesiei și activitățile din plan?
- Analizează exemplul prezentat mai jos și decide în ce măsură el corespunde modelului prezentat în manual?

#### Exemplu

#### *Planul de dezvoltare vocațională elaborat de \_\_\_\_\_ la data \_\_\_\_\_*

Mă interesează profesia de sudor. Pentru meseria dată trebuie să cunoști proprietățile metalelor, specificul diferitor echipamente de sudare, trebuie să ai mișcările bine coordonate, mâna sigură, putere fizică, imaginație pentru a vedea cum va arăta produsul final, să poți desena, să faci schița produsului final, să poți negocia cu clientul.

Vreau să-mi dezvolt abilitatea de lucru cu metalele.

	Activitate	Rezultatul așteptat	Termen de realizare
1	Observarea activității unui sudor	Cunosc toate etapele de sudare și regulile de securitate	Iunie – iulie
2	Elaborarea schiței pentru sudare cu indicarea dimensiunilor	Pot măsura și sunt atent la toți parametrii	Iunie – iulie
3	Informarea despre diferite aparate de sudare	Pot să compar diferite aparate de sudare	August
4	Vizionarea filmelor despre sudori pe <a href="http://www.youtube.com">www.youtube.com</a>	Lista link-urilor utile pentru un sudor	August



### COMUNICĂ ȘI DECIDE!

Elaborează Planul de dezvoltare vocațională conform sugestiilor oferite. Utilizează pentru elaborarea planului informații din „*Portretul vocațional*” și proiectul „*Eu, profesia și piața muncii*”.

Identifică cel puțin 5 acțiuni pentru dezvoltarea personală. Aceste acțiuni trebuie să fie realizate timp de 3 – 6 luni.



### ACȚIONEAZĂ!

- Prezintă Planul de dezvoltare vocațională părinților și/sau altor persoane care vor avea posibilitate să te ajute în realizarea activităților planificate.
- Plasează Planul de dezvoltare vocațională la un loc vizibil, lângă masa ta de lucru – astfel vei urmări dacă realizezi cele propuse.

**Păstrează Planul de dezvoltare vocațională și dovezile activităților realizate (fotografiile activităților practice, notițe, liste, bibliografie etc.) în portofoliul tău.**



MATERIALE PENTRU DIRIGINȚI

elaborate în cadrul proiectului  
 "Reconceptualizarea orientării profesionale și consilierii în carieră"  
 (REVOCC)

**MODULUL "DEZVOLTAREA PERSONALĂ ȘI PROIECTAREA CARIEREI"**  
 DIRIGENȚIE, CLASA VIII-a

**Finalitate:** Competența de proiectare a carierei

**Competențe specifice:**

1. Competența de autoevaluare a potențialului individual din perspectiva proiectării carierei
2. Competența de informare despre oportunitățile de evoluție în carieră și perspectivele pieței muncii
3. Competența de realizare a marketingului personal și vocațional
4. Competența de a lua decizii privind traseul educațional și profesional în baza sistemului de atitudini și valori

CUPRINS

Nr	Subiectele la dirigenție	Nr de ore	Pagina
TEMA 1.	PROFESIA IDEALĂ	1	49
TEMA 2.	UNIVERSUL APTITUDINILOR	1	51
TEMA 3.	GREȘELI ÎN ALEGEREA PROFESIILOR	1	54
TEMA 4.	VOLUNTARIATUL - UN DOMENIU ÎN CARE POT SĂ MĂ AFIRM	1	56
TEMA 5.	CĂI DECENTE DE OBȚINERE A PROFESIEI	1	57
TEMA 6.	CE FAC CU CV-UL?	1	59
TEMA 7.	ALEGEREA MEA PROFESIONALĂ	1	61
TEMA 8.	SUNT PROFESIONIST	1	65

Acest material include proiecte didactice detaliate, dar echipa de lucru vă îndeamnă să utilizați recomandările în mod creativ – adaptând și ajustând proiectele în funcție de necesitățile elevilor, numărul de elevi în clasă și situațiile concrete care apar pe parcurs.

## TEMA 1. PROFESIA IDEALĂ

### MESAJUL 1

*Participați activ în cadrul jocului pentru a stabili diferența dintre profesia ideală pentru alții și profesia ideală pentru tine*

**Metode și tehnici:** Energizantul, jocul de rol, laboratorul de creație, scriere liberă

**Materiale:** O pătură/o bucată de țesătură cu dimensiunile 2 m X 2 m, fișa resursă *Împăratul*, fișa resursă *Profesii*, fișa resursă *Carte de vizită continuă*, foi A1, markere

### EVOCARE

#### Energizantul *Mantia fermecată* (3 min)

- În multe povești eroul principal folosește o mantie fermecată pentru a pătrunde neobservat în palatul împăratului. Eu am o mantie fermecată (profesorul arată pătura pregătită din timp). Repartizați-vă în mod aleatoriu prin sală. Închideți ochii și rotiți-vă. La semnal vă opriți și, fără a deschide ochii, stați jos, cu genunchii adunați sub bărbie. Eu voi acoperi pe cineva dintre voi cu mantia fermecată, după care voi bate din palme. Cei ce nu au fost acoperiți se ridică, deschid ochii și numesc cine a plecat spre palatul împăratului.

#### Exercițiul *Crearea Sindicatelor* (5 min)

- Mantia fermecată ne-a ajutat să pătrundem în Împărăția Profesiilor. Imaginați-vă că printr-o magie ați devenit locuitori ai acestei împărății. Iar ce rol veți avea, veți afla după ce veți primi un bilețel.

Profesorul împarte elevilor setul de fișe (fișa resursă *Profesii*).

- În această împărăție este un împărat. (Profesorul fixează pe tablă imaginea împăratului (fișa resursă). Împăratul este cult, singur elaborează legi, singur le semnează. El a elaborat *Codul Muncii* pentru 6 profesii ideale, după părerea împăratului. Conform acestui *Cod* toți locuitorii trebuiau să facă parte dintr-un sindicat.

Elevii se împart în 6 grupuri, în baza fișelor primite (fișa resursă *Profesii*).

- Sunteți membri ai sindicatelor: a bucătarilor, croitorilor, grădinarilor, negustorilor, medicilor, ostașilor. Respectiv, aceste profesii erau considerate ideale de către împărat. Locuitorii nu puteau avea altă opinie, altfel erau pedepsiți, în baza aceluiași *Cod al Muncii*.

#### Lucru în grup *O zi din viață* (5 min)

- Fiecare grup timp de 5 min va elabora o mică povestire despre o zi de muncă a lucrătorului din sindicatul din care fac parte. Va fi o povestire din substantive. De exemplu, ziua de muncă a unui învățător poate fi următoarea: - sunet – dejun – sunet – lecție – întrebare – răspuns – disciplină - director – scandal – lecție – eminenți – sunet – casă – pat.

Grupurile realizează sarcina, apoi o prezintă.

### REALIZARE A SENSULUI

#### Lucru în grup *Profesia ideală* (10 min)

Profesorul împarte grupurilor foi A1 și markere.

- Membrii fiecărui sindicat și-au creat o anumită părere despre cum arată cel mai ideal reprezentant al profesiei lor. Elaborați portretul celui mai ideal reprezentant al profesiei voastre și o povestire care va începe în felul următor: „Cel mai bun (croitor, negustor etc.) trebuie să fie...” Grupurile realizează sarcina, apoi o prezintă.

**Lucru în grup *Cel mai bun candidat* (15 min)**

- Au trecut anii și cele mai devotate și harnice slugi ale împăratului: bucătarul, negustorul, medicul, grădinarul, ostașul și croitorul au ieșit la pensie. Împăratul s-a adresat sindicatelor cu rugămintea de a selecta cei mai buni candidați pentru a sluji împăratului. Grupurile aleg câte 1 reprezentant pe care îl consideră cel mai vrednic. Grupurile elaborează o mica prezentare despre candidat, aptitudinile, abilitățile sale și de ce a fost propus de către sindicat, pe care reprezentantul ales o va prezenta împăratului. Reprezentanții trec în față și se prezintă.

**REFLECȚIE**

**Scriere liberă *Profesia ideală* (4 min)**

Elevii continuă enunțul: „Profesia mea trebuie să fie ideală...”  
Elevii citesc și prezintă opiniile proprii despre profesia ideală.

**Carte de vizită continuă (2 min)**

Profesorul repartizează elevilor fișa resursă *Carte de vizită continuă*, completată parțial în clasele a V-a - a VII-a. Elevii completează cartea sa de vizită cu informația curentă care îi reprezintă. Foiaia completată va fi păstrată în portofoliu, pentru a reveni la aceste date în și în alte clase.

**EXTINDERE**

Elevii elaborează un afiș publicitar ”Profesia ideală pentru mine”.

**INDICATORI DE SUCCES**

- Elevii descriu o zi din viața unui profesionist.
- Elevii stabilesc diferența dintre profesia ideală în general și profesia ideală pentru sine.
- Elevii argumentează de ce e ideală pentru el o anumită profesie.

*Fișa resursă 1*

**ÎMPĂRATUL**



Fișa resursă 2

## PROFESII

<b>GRĂDINAR</b>	<b>OSTAȘ</b>	<b>CROITOR</b>
<b>NEGUSTOR</b>	<b>MEDIC</b>	<b>BUCĂTAR</b>

Fișa resursă 3

## CARTE DE VIZITĂ CONTINUĂ

Numele, prenumele \_\_\_\_\_  
 Data și locul nașterii \_\_\_\_\_  
 Adresa \_\_\_\_\_  
 Telefon/Fax \_\_\_\_\_  
 E-mail \_\_\_\_\_

OCUPAȚIA elev	CLASA				
	V-a	VI-a	VII-a	VIII-a	IX-a
Instituția școlară					
Adresa					
Telefon					
Calitățile mele					
Defectele mele					
Aspectele personale pe care aș vrea să le îmbunătățesc					
Pasiuni (hobby-uri)					
Disciplina preferată					
Profesia viitoare					
Simbolul/ Logo-ul și sloganul care mă reprezintă					

## TEMA 2. UNIVERSUL APTITUDINILOR

## MESAJUL 2

*Stabiliți pași concreți pentru dezvoltarea aptitudinilor necesare profesiei preferate*

**Metode și tehnici:** Energizantul, prezentarea, exercițiul, lucru în grup

**Materiale:** Fișa resursă *Aptitudinile mele*, foi A1, foi A3, markere

## EVOCARE

**Prezentarea afișelor publicitare *Profesia ideală pentru mine* (5 min)**

Fiecare elev timp de 30 sec prezintă profesia.

Colegii analizează fiecare prezentare după algoritmul:

- Postura, gesticulația
- Comunicarea verbală și non-verbală
- Informația

### Exercițiul *Recensământul populației* (10 min)

Elevii se împart în 2 grupuri.

Pe tablă se fixează 2 foi A1. Fiecare grup primește câte 1 marker.

Jocul se desfășoară sub formă de ștafetă. Elevul aleargă dintr-o parte a sălii în alta și notează pe foaie prenumele unui elev din grupul său și o aptitudine care e dezvoltată cel mai bine la elevul respectiv, se întoarce la grup și transmite markerul. Jocul continuă până sunt scrise pe foi prenumele tuturor elevilor și aptitudinile lor.

**Notă!** Dacă elevul nu a reținut ce aptitudine este mai dezvoltată la colegul, prenumele căruia l-a scris pe foaie, se întoarce la grup și transmite markerul unui elev care o va nota.

## REALIZARE A SENSULUI

### Exercițiul *Aptitudinile* (10 min)

Elevii se împart în 5 grupuri:

- A. Elocvența
- B. Creativitate
- C. Dexteritate
- D. Prestanță
- E. Procesare

Profesorul inițiază o discuție, pentru a stabili, dacă toți elevii cunosc semnificația cuvintelor care denumesc cele 5 tipuri de aptitudini. Elevii fac notițe.

Fiecare grup elaborează o listă de profesii, pentru care aptitudinea dată este fundamentală.

Informație pentru profesor:

**A Elocvență:** aptitudinea de a comunica, abilitatea de a vorbi frumos, emoționant, convingător.

**Domenii:** diplomatie, drept, filologie, jurnalism, management, relații publice, resurse umane, pedagogie, politică, psihologie, sociologie etc.

**B Creativitate:** aptitudinea de a adapta și de a inova, de a crea ceva nou.

**Domenii:** artă, cercetare, creație, dezvoltare, mass-media, planificare, publicitate etc.

**C Dexteritate:** aptitudinea de a prelucra și de a asambla, îndemânare fizică, dibăcie.

**Domenii:** arhitectură, arte plastice, chirurgie, pilotaj, proiectare, stomatologie etc.

**D Prestanță:** aptitudinea de a influența și de a conduce.

**Domenii:** afaceri, consultanță, drept, management, antreprenoriat, politică etc.

**E Procesare:** aptitudinea de a calcula și de raționa (în sens riguros, logic).

**Domenii:** cercetare, comerț, contabilitate, finanțe, informatică, inginerie, matematică etc.

### Discuție

- Cum o aptitudine înnăscută asigură succesul în carieră?
- Ce trebuie să facă persoana care are aptitudini înnăscute pentru un anumit domeniu?
- Poate o persoană să obțină succes într-un domeniu pentru care nu are aptitudini?  
Argumentați.

### Exercițiul *Aptitudinile mele* (10 min)

Profesorul repartizează elevilor fișa resursă *Aptitudinile mele*

Elevii răspund la întrebări, folosind ca repere cele 5 aptitudini care au fost discutate în exercițiul precedent.

### Discuție

- Ce știți să faceți cel mai bine?
- Care sunt punctele voastre tari? Dar cele slabe?
- Ce aptitudini posedați?

- Care sunt aptitudinile pe care doriți să le folosiți în activitatea profesională?
- Ce aptitudini trebuie să dezvoltați?

### REFLECȚIE

#### Lucru în grup *Dezvoltarea aptitudinilor (10 min)*

Elevii se împart în grupuri a câte 4-5 persoane.

Profesorul împarte foi A3 și markere.

- După cum am menționat mai sus există aptitudini înnăscute. De multe ori se întâmplă ca pentru oameni să fie interesante domenii, pentru care nu au aptitudini bine dezvoltate. Ce putem face în acest caz?

Grupurile identifică și prezintă pași pentru dezvoltarea aptitudinilor.

#### Concluzie

Un om obișnuit folosește doar 10% din potențialul (aptitudinile) fizic sau intelectual. Raportul dintre partea de aptitudini utilizată și cea, de care dispune, constituie diferența dintre ceea ce el este și ceea ce poate fi.

Pe parcursul secolelor măștri, creatori au fost foarte puțini. Ei erau foarte apreciați. Dacă pentru cineva a deveni maestru/creator pare a fi imposibil, e necesar să faceți câteva lucruri:

- sunteți abia la începutul activității profesionale;
- cu certitudine încă nu ați descoperit toate aptitudinile personale;
- succesul vine nu imediat, măștri din orice domeniu au muncit mult, au învățat, și-au dezvoltat aptitudinile și au exersat mult.

### EXTINDERE

Elevii vor realiza desenul „Cum îmi dezvolt aptitudinile”.

#### INDICATORI DE SUCCES

- Elevii enumeră profesiile, pentru care este fundamentală o anumită aptitudine.
- Elevii analizează propriile aptitudini utile profesiei preferate.
- Elevii stabilesc 3-4 pași pentru dezvoltarea aptitudinilor necesare profesiei preferate.

*Fișa resursă 1*

#### APTITUDINILE MELE

Ce știi să faci cel mai bine? \_\_\_\_\_

Care sunt punctele mele tari (ce pot face cel mai bine)? \_\_\_\_\_

Care sunt punctele mele slabe (ce nu-mi reușește)? \_\_\_\_\_

Care aptitudine este cel mai bine dezvoltată la mine? \_\_\_\_\_

Ce aptitudini vreau să folosesc în activitatea profesională? \_\_\_\_\_

Ce aptitudini trebuie să dezvolt? \_\_\_\_\_

Ce pași trebuie să întreprind pentru a dezvolta aptitudinile de care am nevoie? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**TEMA 3. GREȘELI ÎN ALEGEREA PROFESIEI****MESAJUL 3***Analizați greșelile în alegerea profesiei***Metode și tehnici:** Energizantul, prezentarea, metoda Multi-voting, discuția, laboratorul de creație**Materiale:** Fișa resursă *Greșeli în alegerea profesiei*, posterul *Greșeli în alegerea profesiei*, fișa resursă *Cum pot face față greșelilor?*, foi A4, foi A1, creioane colorate, carioci, markere**EVOCARE****Prezentarea desenelor *Cum îmi dezvolt aptitudinile* (10 min)**

Fiecare elev timp de 30 sec prezintă desenul.

Colegii analizează fiecare prezentare după algoritmul:

- Postura, gesticulația
- Comunicarea verbală și non-verbală
- Informația

**Energizantul *Râul cu crocodili* (5 min)**

Se marchează cu cretă râul. Participanții trebuie să traverseze râul plin de crocodili. Podul s-a ruinat și unicul mijloc de traversare sunt pietrele (foi A4). Participanții nu pot lua piciorul de pe piatră, până ce următorul participant nu pune pe „piatră” piciorul său. Se formează 2-3 grupuri. Fiecare grup are 30 sec pentru a adopta o strategie.

**Discuție**

- Ce strategie ați adoptat pentru a traversa râul?
- De ce unii nu au reușit să traverseze râul?
- Ce este o greșeală? (o acțiune neintenționată care atrage după sine o neplăcere, un rău.)
- Când un om poate greși?
- De ce un om poate greși?
- Un profesionist poate greși? Argumentați.
- Un tânăr poate greși în alegerea profesiei? Argumentați.
- Ce greșeli ați putea face, alegând profesia.

**REALIZARE A SENSULUI****Exercițiul *Ierarhizarea greșelilor* (10 min)**Profesorul repartizează elevilor fișa resursă *Greșeli în alegerea profesiei*.

Elevii citesc lista greșelilor în alegerea profesiei și le ierarhizează în dependență de nivelul posibilității de a face o astfel de greșeală, scriind 1 în dreptul greșelii care cel mai probabil ar putea s-o facă și tot așa mai departe în ordine descrescătoare.

Elevii numesc primele 3 greșeli din ierarhia stabilită. Profesorul notează răspunsurile pe tablă. Împreună cu elevii profesorul calculează rezultatele și identifică răspunsurile cel mai des întâlnite.

**Discuție**

- Ce trebuie să faceți, pentru a nu greși?
- Ce trebuie să faceți dacă ați greșit, inclusiv în alegerea profesiei?

Profesorul explică cum trebuie să se comporte în cazul greșelilor, apoi împarte elevilor fișa resursă *Cum pot face față greșelilor?***REFLECȚIE****Exercițiul *Greșeli în alegerea profesiei* (20 min)**

Elevii se împart în 4 grupuri:

**Grupul 1:** 15 ani

**Grupul 2:** 22 ani

**Grupul 3:** 30 ani

**Grupul 4:** 45 ani

Profesorul repartizează elevilor foi A1, creioane colorate, carioce, markere.

- Creați textual și prin desen portretul unei persoane imaginare: sexul (bărbat/femeie), studiile, starea familială (celibatar/căsătorit (câți copii are), locul de muncă (dacă e angajat), funcția (dacă e angajat) etc. care are vârsta respectivă.
- Identificați 2-3 greșeli în alegerea profesiei pe care le poate face această persoană.
- Stabiliți modalități de evitare a greșelilor identificate sau dacă le-a făcut, modalități de corectare a lor.

Fiecare grup prezintă posterul creat.

Se analizează răspunsurile.

### EXTINDERE

Elevii vor realiza un colaj cu tema *Cum fac față greșelilor*

#### INDICATORI DE SUCCES

- Elevii enumeră 3-5 greșeli în alegerea profesiei.
- Elevii explică cum trebuie să facă față greșelilor.
- Elevii propun 1-2 modalități de corectare a greșelilor posibile în alegerea profesiei.

*Fișa resursă 1*

#### CUM POT FACE FAȚĂ GREȘELILOR

1. Ține minte că toată lumea a făcut, face și va face greșeli. Atunci când cineva își anunță succesul, adesea uită să vorbească despre încercările nereușite pe care le-a făcut anterior. De aceea multe persoane consideră că ceilalți nu eșuează.
2. Obișnuiește-te să faci un bilanț al lucrurilor pozitive, adică a ceea ce a mers bine. Atunci când suntem mulțumiți de noi și ne apreciem reușitele, crește și dorința de a acționa în continuare. Este foarte important să punctăm succesele și realizările – acest lucru ne ajută să facem față situațiilor dificile. Când ne concentrăm pe eșecuri, apare obișnuința de „a nu fi niciodată mulțumit”, ceea ce ne aduce neplăceri nouă și celorlalți.
3. Învață din insuccese. Consideră greșeala drept o sursă de informație despre tine. Nereușitele noastre indică domeniile în care trebuie să exersăm abilitățile sau insuficiența cunoștințelor.

*Fișa resursă 2*

#### CE POATE DUCE LA GREȘELI ÎN ALEGEREA PROFESIEI

1. Lipsa, insuficiența sau denaturarea informației.
2. Percepția greșită despre propriile aptitudini.
3. Autoaprecierea incorectă.
4. Cunoștințe vagi despre conținutul profesiei.
5. Prejudecățile și stereotipurile.
6. Părinții care formează convingeri greșite copiilor.
7. Alegerea din perspectiva prestigiului profesiei.
8. Alegerea profesiei influențată de instinctul de grup.
9. Confundarea interesului față de profesor cu interesul față de disciplina care o predă acesta.
10. O carte sau un film vizionat.
11. Urmarea unui sfat străin.
12. Orientarea spre o profesie de calificare înaltă.



13. Pasiunea față de unele aspecte ale profesiei.
14. Identificarea disciplinei școlare cu profesia.
15. Reprezentări greșite despre caracterul muncii.

## TEMA 4. VOLUNTARIATUL - UN DOMENIU ÎN CARE POT SĂ MĂ AFIRM

### MESAJUL 4

*Identificați beneficiile voluntariatului pentru succesul în activitatea profesională*

**Metode și tehnici:** Prezentarea, scriere liberă, laboratorul de creație

**Materiale:** Foi A1, foi A3, markere

**Pregătire:** Profesorul invită câteva persoane care fac voluntariat (elevi, studenți, adulți).

### EVOCARE

#### Prezentarea colajelor *Lupta cu greșelile* (10 min)

Fiecare elev timp de 30 sec prezintă colajul.

Colegii analizează fiecare prezentare după algoritmul:

- Postura, gesticulația
- Comunicarea verbală și non-verbală
- Informația

#### Scriere liberă *Aș vrea să fiu voluntar...* (5 min)

Elevii definesc noțiunea voluntar. (**Voluntar** – persoană care acționează de bunăvoie, din proprie inițiativă, nesilit de nimeni, în mod conștient.)

Elevii stau în cerc și completează pe rând spre dreapta fraza: „Aș vrea să fiu voluntar... (ca să fiu mai sociabil etc.). Jocul continuă până ce toți elevii vor completa fraza.

### REALIZARE A SENSULUI

#### Lucru în grup *Cine poate fi voluntar?* (10 min)

Elevii se împart în grupuri a câte 4-6 participanți.

Profesorul repartizează foi A3, markere.

- Răspundeți în scris la întrebarea: Cine poate fi voluntar?
- Stabiliți principalele caracteristici ale unui voluntar.
- Argumentați, de ce ați dori să fiți voluntar?

Grupurile prezintă definițiile și caracteristicile identificate.

#### Lucru în grup *Activități de voluntariat* (10 min)

Elevii se împart în 5 grupuri după tipul de relaționare în diverse domenii profesionale:

- Gr. 1:** Om - natură
- Gr. 2:** Om - tehnică
- Gr. 3:** Om - om
- Gr. 4:** Om - sistem de semne
- Gr. 5:** Om - artă.

Profesorul repartizează pe mese foi A3, markere.

- Elaborați o listă de activități de voluntariat în care vă puteți implica, pentru a dezvolta abilitățile profesionale necesare, reieșind din domeniul profesional, din care face parte grupul.
- Pentru fiecare activitate menționați ce vă poate motiva (de ce trebuie să participați la această activitate).

ACTIVITĂȚI	MOTIVAȚIE

Grupurile prezintă posterele realizate.

### REFLECȚIE

#### Lucru în grup *Implică-te* (10 min)

Elevii se împart în 4-5 grupuri.

Profesorul repartizează foi A1, markere pentru fiecare grup.

- Sunteți grupuri de inițiativă care dorec să soluționeze o problemă din comunitate. Pentru a convinge comunitatea să se implice în soluționarea problemei, elaborați un poster în care veți specifica:
  - a) problema care doriți să o soluționați
  - b) necesitatea implicării voluntarilor în această activitate
  - c) contribuția voluntarilor
  - d) beneficiile (de scurtă și lungă durată) pentru voluntari
  - e) beneficiile (de scurtă și lungă durată) pentru beneficiarii proiectului

Grupurile vor elabora postere, apoi le vor prezenta clasei.

### EXTINDERE

Elevii vor întocmi o listă a organizațiilor obștești, instituțiilor cu adrese și date de contact în cadrul cărora pot participa ca voluntari.

### INDICATORI DE SUCCES

- Elevii stabilesc 3-4 caracteristici specifice voluntarului.
- Elevii propun 3-4 activități de voluntariat în care se poate implica pentru dezvoltarea abilităților profesionale necesare.
- Elevii schițează 1 proiect comunitar pentru soluționarea unei probleme după algoritmul propus.

## TEMA 5. CĂI DECENTE DE OBTINERE A PROFESIEI

### MESAJUL 5

*Stabiliți pașii pe care trebuie să-i parcurgeți pentru a obține profesia dorită*

**Metode și tehnici:** Exercițiul, mini prelegerea, discuția, lucru în grup

**Materiale:** Fișa resursă *Trepte de învățământ*, fișa resursă *Sfaturi pentru alegerea profesiei*, foi A3, markere

**Pregătire:** Profesorul organizează o excursie cu elevii la ANOFM/AOFM (în afara orelor de curs sau desfășoară activitatea în incinta ANOFM/AOFM), unde se discută lista organizațiilor obștești, instituțiilor cu adrese și date de contact în cadrul cărora pot participa ca voluntari și căile de obținere a profesiei.

### EVOCARE

#### Exercițiul *Profesii* (10 min)

- Scrieți o listă a profesiilor care vă interesează.

Elevii citesc lista profesiilor.

- Ce trebuie să faceți pentru a obține profesia dorită?

## REALIZARE A SENSULUI

### Lucru în grup *Blocul informativ Trepte de învățământ (10 min)*

- Alegerea corectă a profesiei nu este garantul unei cariere de succes. Este necesar, de asemenea, să găsiți calea corectă spre profesia dorită. Această alegere depinde de specificul profesiei, deoarece există profesii, pentru care e suficientă o pregătire de maximum o lună, și există profesii care necesită studii de ani de zile. Din păcate, mulți tineri continuă să creadă că studiile nu sunt necesare și foarte mulți nu cunosc care sunt treptele de învățământ și ce servicii oferă ele.

Profesorul împarte elevii în grupuri a câte 4-5 persoane și repartizează grupurilor fișa resursă *Trepte de învățământ* (foaia e decupată în prealabil pe verticală, iar coloana a II – decupată și pe orizontală).

- Conform Codului Educației, învățământul în RM este organizat pe nivele. Aranjați fișele decupate pe nivele.

Grupurile prezintă fișele aranjate.

Profesorul prezintă varianta corectă (foaia resursă).

### Discuție

- Care este nivelul de studii la care vă aflați la moment?
- Ce servicii oferă acest nivel de studii?
- Ce servicii oferă nivelul 3 (4, 5, 6, 7, 8)?
- La ce nivel aspirați? Dar prietenii voștri? Părinții?
- Unde și de la cine puteți obține informație despre profesia dorită? (de la profesori, întreprinderi și organizații din localitate, piața muncii, instituții de învățământ, părinți, televiziune, internet, ANOFM/AOFM etc.)

### Lucru în grup *Surse de informare (10 min)*

Elevii se împart în 3 grupuri.

Profesorul împarte grupurilor foi A3, markere.

**Gr. 1:** Internetul

**Gr. 2:** Școala

**Gr. 3:** ANOFM/AOFM

- Stabiliți și notați ce informație despre profesii vă oferă sursa dată. Identificați avantajele/dezavantajele sursei respective referitoare la informația de care aveți nevoie despre profesii.
- Elevii realizează sarcinile în cadrul grupurilor, apoi prezintă rezultatele.

## REFLECȚIE

### Lucru în grup *Sfaturi pentru o alegere corectă (15 min)*

Elevii se împart în grupuri a câte 4-6 persoane.

Profesorul repartizează grupurilor foi A3, markere.

- Discutați în cadrul grupului și propuneți câteva sfaturi pentru o alegere corectă a profesiei.

Grupurile prezintă sfaturile identificate.

Profesorul repartizează elevilor fișa resursă *Sfaturi pentru alegerea profesiei*.

## EXTINDERE

Profesorul propune elevilor să realizeze harta *Căi decente de obținere a profesiei* în baza informației, discutate pe parcursul lecției.

## INDICATORI DE SUCCES

- Elevii ierarhizează nivelurile de învățământ.
- Elevii numesc persoanele/instituțiile de la care pot obține informații despre profesii.
- Elevii propun 3-4 sfaturi pentru alegerea profesiei.

## Fișa resursă 1

## SFATURI PENTRU ALEGEREA PROFESIEI

1. Identifică propriile interese și pasiuni ce pot deveni o profesie, aptitudinile și abilitățile proprii, particularitățile caracterului.
2. Identifică propriile puncte forte și puncte slabe.
3. Informează-te cu privire la profesiile ce se potrivesc cu interesele și abilitățile tale.
4. Citește cât mai mult (cărți, articole, reviste).
5. Stabilește domeniul de profesii care te atrag.
6. Discută cu reprezentanții profesiilor ce te atrag, vizitează locul, unde aceștia muncesc, cunoaște specificul și condițiile de muncă.
7. Exersează practic abilitățile necesare pentru această profesie.
8. Află adresa instituțiilor de învățământ, unde poți obține profesia aleasă.
9. Compară calitățile și capacitățile personale cu specificul profesiei alese.
10. Ia o decizie corectă.
11. Nu ceda în fața dificultăților. Fii perseverent în atingerea scopurilor.

## Fișa resursă 2

## TREPTE DE ÎNVĂȚĂMÂNT

(Clasificarea Internațională Standard a Educației ISCED-2011)

<b>NIVELUL 0</b>	educația timpurie, cu două cicluri: - educația antepreșcolară; - învățământul preșcolar
<b>NIVELUL 1</b>	învățământul primar
<b>NIVELUL 2</b>	învățământul secundar, ciclul I: învățământul gimnazial
<b>NIVELUL 3</b>	- învățământul secundar, ciclul II: învățământul liceal; - învățământul profesional tehnic secundar
<b>NIVELUL 4</b>	învățământul profesional tehnic postsecundar
<b>NIVELUL 5</b>	învățământul profesional tehnic postsecundar nonterțiar
<b>NIVELUL 6</b>	învățământul superior, ciclul I: învățământ superior de licență
<b>NIVELUL 7</b>	învățământul superior, ciclul II: învățământ superior de master
<b>NIVELUL 8</b>	învățământul superior, ciclul III: învățământ superior de doctorat

## TEMA 6. CE FAC CU CV-UL?

## MESAJUL 6

*Stabiliți conținutul portofoliului personal pentru angajare***Metode și tehnici:** Prezentarea, lucru în grup, asaltul de idei, exercițiul**Materiale:** 3-4 CV-uri ale dirigintelui, profesorilor și părinților, fișa resursă *Portofoliul meu de angajare***Pregătire:** Profesorul pregătește CV-ul său și roagă 2-3 părinți și 2-3 profesori să aducă CV-urile personale. Elevii aduc CV-rile realizate de ei la educația civică.

## EVOCARÉ

### Prezentarea hărților *Căi decente de obținere a profesiei (10 min)*

Fiecare elev timp de 30 sec prezintă harta.

Colegii analizează fiecare prezentare după algoritmul:

- Postura, gesticulația
- Comunicarea verbală și non-verbală
- Informația

### Energizantul *Vreau să mă angajez (5 min)*

Elevii stau în cerc. Profesorul se întoarce spre dreapta și întreabă elevul de alături: „Vreau să mă angajez profesor. Dar tu?”, acesta răspunde: „Dar eu nu.” Și se întoarce la vecinul din dreapta, zicând: „Vreau să mă angajez consultant. Dar tu?”... Conversația continuă în cerc.

- Ce trebuie să prezinte o persoană care dorește să se angajeze la serviciu?

## REALIZARE A SENSULUI

### Lucru în grup *Compararea CV-urilor (10 min)*

Elevul formează grupuri a câte 4-6 elevi.

Elevii analizează completarea CV-urilor realizate de ei la educația civică.

Profesorul împarte elevilor CV-ul său și câte 1 CV al unui profesor și al unui părinte.

Elevii compară CV-urile lor cu CV-urile adulților și fac notițe în caiete. Stabilesc asemănările și deosebirile pe care le notează pe postere.

Elevii prezintă rezultatele activității.

### Asalt de idei *Portofoliul de angajare (5 min)*

- Ce este un *Portofoliu*?
- Ce conține un *Portofoliu*?
- De ce profesorii cer elevilor să elaboreze *Portofolii*?
- Ce este un *Portofoliu de angajare*?
- Ce documente trebuie să conțină un *Portofoliu de angajare*?

**Portofoliu de angajare** - un dosar în care se păstrează documentele necesare pentru angajarea persoanei la un serviciu.

Toate ideile profesorul le notează pe tablă.

## REFLECȚIE

### Exercițiul *Portofoliul meu (15 min)*

Profesorul repartizează fișa resursă *Portofoliul meu de angajare*.

- La începutul activității ați menționat că ați dori să vă angajați la un serviciu. Gândiți-vă ce documente ar trebui să conțină *Portofoliul* vostru și completați foaia resursă.

Elevii prezintă fișele realizate în cadrul grupurilor mici a câte 2-4 elevi.

## EXTINDERE

Elevii vor aduna și ordona documentele personale pentru un portofoliu de angajare pentru postul la care aspiră.

## INDICATORI DE SUCCES

- Elevii stabilesc asemănările și deosebirile dintre diverse CV-uri.
- Elevii enumeră documentele relevante unui portofoliu de angajare.
- Elevii ordonează documentele din portofoliul personal în funcție de relevanța lor pentru postul dat.

## PORTOFOLIUL MEU DE ANGAJARE

(Numele, prenumele)

<b>diplome</b>	<b>atestare</b>
<b>certIFICATE</b>	<b>premiu</b>

**TEMA 7. ALEGEREA MEA PROFESIONALĂ****MESAJUL 7***Stabiliți factorii care vă influențează alegerea profesională***Metode și tehnici:** Energizantul, exercițiul, discuția, metoda Linia valorilor, jocul de rol, scriere liberă**Materiale:** Fișa resursă *Cercul meu relațional*, fișa resursă *Chestionarul Alegerea profesională*, fișa resursă *Cum să devin profesionist*, fișa resursă *Condițiile muncii***EVOCARE****Energizantul *Figuri geometrice* (5 min)**

Elevii stau în cerc. Profesorul le propune să formeze un pătrat, triunghi, un oval, 2 triunghiuri, 1 romb, 1 dreptunghi, 1 trapez, 1 cerc.

**Exercițiul *Cercul meu relațional* (10 min)**Elevii completează schema (fișa resursă *Cercul meu relațional*) cu persoane care le influențează alegerea.

- Centrul cercului sunteți voi. În jurul vostru sunt mulți oameni. Amplasați simbolic în

interiorul cercului persoanele și lucrurile care încearcă să vă influențeze alegerile. Plasați mai aproape de centrul cercului persoanele/lucrurile care cel mai activ încearcă să vă influențeze alegerile, și cu cât mai puțin activă este încercarea persoanei/lucrului, cu atât mai departe de centru o plasați.

- Subliniați persoanele care încearcă să vă influențeze alegerea profesională.

### Discuții

- Cine încearcă să vă influențeze?
- Ce altceva vă poate influența?
- De ce sunteți influențat mai mult: de oameni sau de circumstanțe?
- În cazul alegerii profesionale de cine sau de ce sunteți influențat cel mai mult? Cel mai puțin?
- Când o alegere poate fi considerată corectă? Dar o alegere profesională?

## REALIZARE A SENSULUI

### Chestionarul *Alegerea profesională* (10 min)

Profesorul repartizează elevilor chestionarul *Alegerea profesională* (fișa resursă).

Elevii răspund la întrebări.

Profesorul fixează pe pereții opuși ai clasei cuvintele MULT și DELOC (scrise pe foi A4).

Profesorul citește întrebările chestionarului. Elevii se deplasează spre unul din cuvintele scrise sau rămân în centrul clasei, dacă au răspuns PUȚIN la întrebările chestionarului.

Se discută fiecare alegere.

### Jocul de rol *Caut de lucru* (15 min)

Elevii se împart în grupuri a câte 4 participanți. În cadrul grupurilor se repartizează rolurile: 3 participanți vor solicita un post de muncă, al patrulea - va fi angajatorul.

Elevii aleg o profesie și modelează o situație de angajare la serviciu, folosind ca reper fișa resursă *Condițiile muncii*. În timpul discuției „angajatorul” discută condițiile muncii, iar solicitanții răspund în corespundere cu principiile personale (primul participant consideră că cel mai important în viață este familia, al doilea – un serviciu interesant, al treilea – banii).

Fiecare grup prezintă jocul de rol creat. Celelalte grupuri încearcă să determine valorile solicitanților.

## REFLECȚIE

### Scriere liberă *Cum oamenii aleg profesia?* (5 min)

Elevii răspund în scris la întrebarea : „Cum oamenii aleg profesia?”, apoi o citesc colegilor.

## EXTINDERE

Elevii vor elabora un plan cu tema „Cum să devin profesionist” în baza algoritmului propus de profesor (fișa resursă)

Profesorul propune elevilor să roage părinții să realizeze un plan de dezvoltare profesională „Cum am devenit profesionist” după același algoritm (fișa resursă *Cum să devin profesionist*).

## INDICATORI DE SUCCES

- Elevii enumeră persoanele care influențează alegerea profesională.
- Elevii identifică 2-3 factori în alegerea profesională.
- Elevii modelează o conversație de angajare la serviciu.
- Elevii elaborează un plan de dezvoltare profesională după algoritmul dat.

**CHESTIONARUL Alegerea profesională**

Nr	Factori	mult	puțin	deloc
1	Tradițiile familiei			
2	Rudele			
3	Profesorii			
4	Prieteni			
5	Propriile convingeri			
6	Cărțile			
7	Televiziunea			
8	Internetul			
9	Prestigiul profesiei			
10	Banii			
11	Condițiile de lucru			

**CUM SĂ DEVIN PROFESIONIST**

Elaborează un plan de dezvoltare profesională în baza algoritmului de mai jos:

**1. Lista intereselor**

- Elaborează o listă a activităților preferate.
- Amintește-ți experiențele pozitive din ultimul an.

Ce ți-a plăcut?

Ce ai învățat?

**2. Lista deprinderilor**

Elaborează o listă a lucrurilor pe care le poți face.

**3. Compară lista intereselor și lista deprinderilor**

Notează coincidențele.

**4. Lista profesiilor**

- Elaborează o listă a profesiilor.
- Stabilește ce așteptări ai de la viitoarea profesie (salariu mare, avansare în carieră, condiții de muncă etc.
- Compară lista profesiilor și așteptările de la viitoarea profesie și notează coincidențele.

**5. Lista instituțiilor de învățământ**

Stabilește nivelul de instruire pe care ți-l dorești (gimnaziu, cursuri de instruire, școală profesională, colegiu, universitate etc.).

**6. Compară lista profesiilor și nivelul instruirii**

Stabilește care din profesiile preferate pot fi obținute la nivelul de instruire ales.

**7. Mijloace financiare**

- Stabilește dacă vei avea nevoie de surse financiare.
- Identifică persoanele care te pot ajuta financiar.

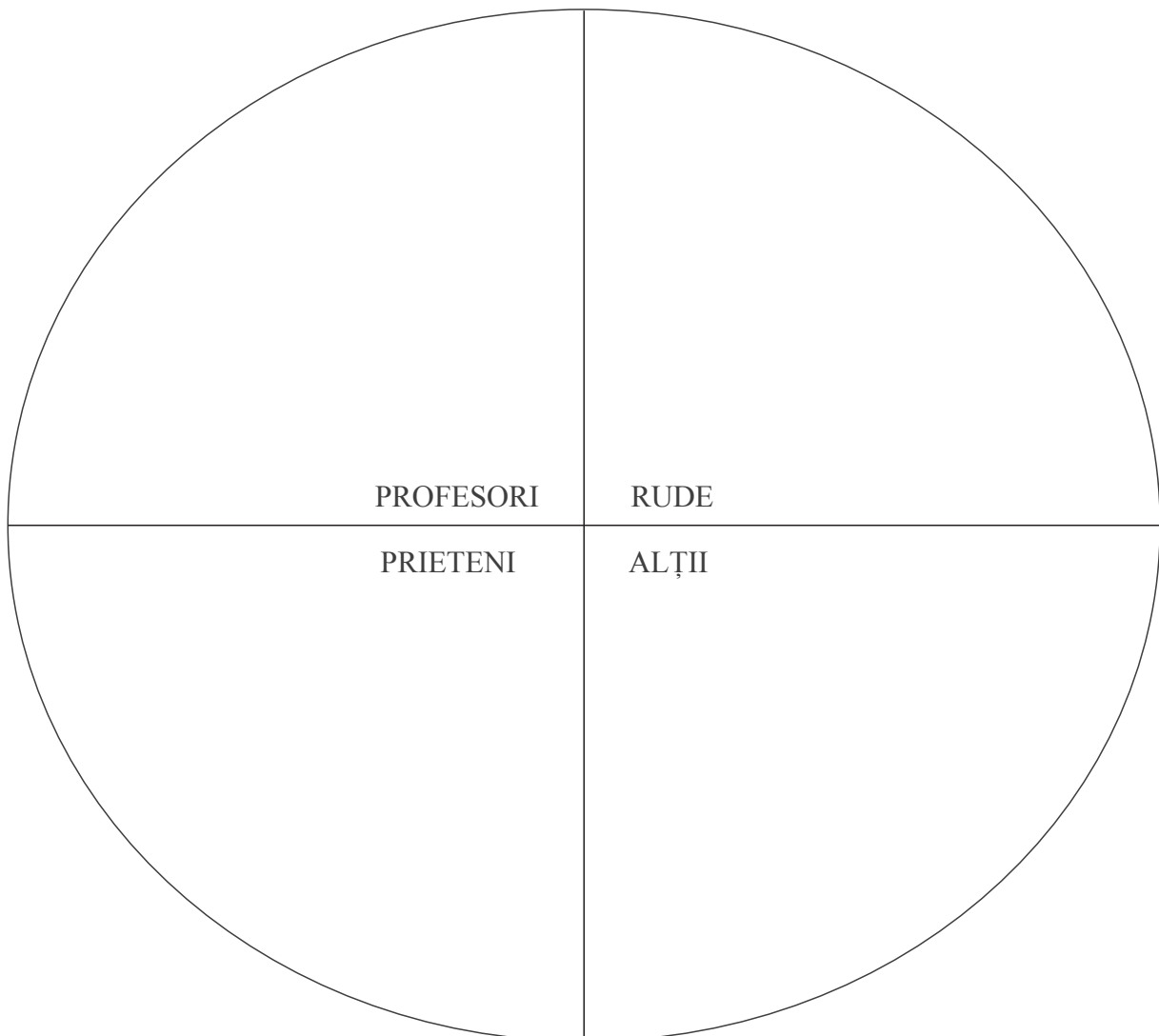
**8. Portofoliul de angajare**

Stabilește lista documentelor necesare pentru angajare.



### CERCUL MEU RELAȚIONAL

Completează schema cu persoane care încearcă să-ți influențeze alegerile.



### Condițiile muncii

Elaborați un dialog dintre solicitanții unui serviciu și angajator, folosind reperele de mai jos:

1. Posibilitatea de a munci suplimentar.
2. Serviciul este la o distanță considerabilă de domiciliu.
3. Concediu medical neplătit.
4. Concediul nu se garantează.
5. Lipsa unui salariu stabil.
6. Serviciu cu risc pentru viață și sănătate.
7. Loc de muncă interesant.
8. Colectiv bun.
9. Colectiv conflictual.
10. Stres la locul de muncă.
11. Program neregulat etc.

## TEMA 8. SUNT PROFESIONIST

### MESAJUL 8

*Elaborați profesiograma profesiei preferate*

**Metode și tehnici** Exercițiul, lucru în grup, interviul, analiza

**Materiale** Fișa resursă *Profesiograma*, fișa resursă *Planul carierei mele*

**Pregătire** Profesorul invită 3-4 părinți care sunt rugați să realizeze un plan de dezvoltare profesională „Cum am devenit profesionist” după algoritmul propus elevilor (fișa resursă *Cum să devin profesionist*)

### EVOCARE

#### Exercițiul Îmi place (5 min)

- Cine poate fi numit profesionist?

Participanții formează un cerc (pot fi așezați). Primul participant începe cu cuvintele: „Colegul din dreapta/stânga va fi un profesionist bun, deoarece...”, și numește 1 calitate semnificativă a participantului din partea dreapta/stânga. Jocul continuă cu participantul din dreapta/stânga.

### REALIZARE A SENSULUI

#### Lucru în grup *Cum să devin profesionist?* (10 min)

Elevii se împart în grupuri a câte 4-6 persoane. În cadrul fiecărui grup vor lucra și câte un părinte. Elevii prezintă colegilor planurile de dezvoltare profesională realizate de ei și de părinții lor. Părinții invitați prezintă planurile de dezvoltare personală personale „Cum am devenit profesionist”.

#### Concluzie

Pentru a deveni un bun profesionist este important să cunoaștem toate aspectele activității profesionale.

#### Activitatea *Profesiograma* (15 min)

- Ce este o profesiogramă?

**Profesiogramă** - reprezentare cronologică detaliată a caracteristicilor unei activități profesionale sub aspectul solicitărilor fizice, psihice și al repausului într-o zi de muncă.

- Ce rol are profesiograma în alegerea profesiei?

Profesorul repartizează fișa resursă *Profesiograma*.

Elevii vor analiza tabelul și vor elabora o profesiogramă, bifând necesitatea prezenței abilităților din lista propusă în profesia pe care și-o doresc.

### REFLECȚIE

#### Exercițiul *Interviu din viitor* (15 min)

Profesorul invită un voluntar la un interviu în fața clasei.

- Imaginați-vă că v-ați teleportat în viitor. Sunteți fotografiat într-un moment de succes (participantul pozează, profesorul îl fotografiază) și vi se ia un interviu.

Câți ani aveți?

Sunteți profesionist? În ce domeniu?

Cum ați devenit profesionist?

Aveți succese? Ce succese ați obținut?

Ce v-a ajutat să obțineți aceste rezultate remarcabile?

După ce criterii vă evaluați succesul?

Colegii pun întrebări suplimentare.

## EXTINDERE

Profesorul repartizează elevilor fișa resursă *Planul carierei mele*.  
Elevii vor completa programul în baza algoritmului propus.

### INDICATORI DE SUCCES

- Elevii prezintă un plan de dezvoltare profesională.
- Elevii explorează propriul viitor cu ajutorul întrebărilor interviului.
- Elevii realizează 1 psihogramă pentru profesiile preferate.

*Fișa resursă*

### Planul carierei mele

#### 1. Imaginea de sine

Cine sunt eu? \_\_\_\_\_

Ce interese am? \_\_\_\_\_

#### 2. Valorile mele

Ce este important pentru mine? \_\_\_\_\_

#### 3. Orientarea spre viitor

Ce vreau să fac? \_\_\_\_\_

#### 4. Motivația

Nevoile mele \_\_\_\_\_

Dorințele mele \_\_\_\_\_

Convingerile mele \_\_\_\_\_

5. Aleg profesia \_\_\_\_\_, deoarece \_\_\_\_\_

*Fișa resursă*

### Profesiograma

Conținutul	Caracteristici	Profesia:		
		obligatoriu	preferabil	neobligatoriu
Abilități senzoriale	Acuitate vizuală			
	Sensibilitate cromatică (distanța culorilor)			
	Rezistență la oboseala vizuală			
	Sensibilitate auditivă			
	Rezistența la sunet			
	Capacitatea de diferențiere a temperaturii			
	Viteza de adaptare termică			
	Sensibilitate gustativă			
Abilități perceptive	Forță musculară			
	Dexteritate manuală			
	Coordonarea mișcărilor în ansamblu			
	Orientare spațială			
	Timp de reacție			
	Rezistență la oboseală			
Abilități psihomotorii	Percepția mărimii			
	Percepția formei			
	Percepția distanței			
	Percepția timpului			
	Percepția mișcării			

<b>Abilități mnezice</b>	Memorie			
	Inteligență generală			
	Gândire concretă			
	Gândire abstractă			
	Raționament matematic			
	Abilități numerice			
	Distribuirea atenției			
	Selectivitatea atenției			
	Vizualizare			
	Originalitate			
	Generarea ideilor			
	Exprimare orală			
	Exprimare în scris			
	Clasificarea informațiilor			
	Înțelegerea limbajului oral			
Claritatea vorbirii				
<b>Interese ocupaționale</b>	Întreprinzător			
	Financiar-administrativ			
	Asistență (susținerea celorlalți)			
	Mecanic (lucru cu unelte, echipamente și mașini)			
	Tehnic (activitate științifică, date tehnice, cercetare)			
	Creativ			
<b>Valorile muncii</b>	Relaționări			
	Realizare			
	Recunoaștere			
	Condiții de muncă speciale			
<b>Stiluri de muncă</b>	Dependență			
	Cooperare			
	Atenție la detalii			
	Capacitate de conducere			
	Grijă pentru alții			
	Independență			
	Inițiativă			
	Inovație			
	Orientare socială			

## Bibliografia

1. AAS. *Ghid pentru cariera mea*. 82 p. // Pe: [www.docslide.us/documents/aas-ghid-pentru-cariera-mea.html](http://www.docslide.us/documents/aas-ghid-pentru-cariera-mea.html)
2. ANOFM. *Proгноza Pieței Muncii 2016*. Chișinău, 2016. 2016.
3. Ardelean R., Baltreniene, ș.a. *Copilul meu alege o carieră*. // Pe: [www.ru.scribd.com/doc/17402728/Copilul-meu-isi-alege-o-cariera#scribd](http://www.ru.scribd.com/doc/17402728/Copilul-meu-isi-alege-o-cariera#scribd)
4. Beldiga C., Cojocaru V., ș. a. *Învăț să fu. Ghid pentru psihologii școlari, diriginți, profesori*. Chișinău: Centrul Educațional Pro Didactica, 2006. 228 p.
5. *Biografii de succes*. Nicolae Testemițeanu. // Pe: [www.testemitanu.info/biografie.php?biografie=on](http://www.testemitanu.info/biografie.php?biografie=on)
6. Brown, D., Brooks, L. (1991). *Career Counseling Techniques*. Allyn & Bacon.
7. Cerbușcă P. *Educația civică. Caietul elevului. Clasa 7-a*. Chișinău, Cartdidact, 2012. 56 p.
8. Coelho P. *Metafora creionului*. // Pe: [www.psihohipnoza.ro/metafora-creionului-paulo-coelho/](http://www.psihohipnoza.ro/metafora-creionului-paulo-coelho/)
9. DGETS. Conferința Științifico-Practică cu participare internațională *Integrarea socio-economică și profesională a tinerilor-finalitate a demersului educational actual (ediția a III-a)*. Chișinău: Tipografia Sirius, 2015. 328 p.
10. Galben D. *Să urci pe Everest și să nu mori*. // Pe: <http://special.timpul.md/sa-urci-pe-everest-si-sa-nu-mori/>
11. Ghica, Vasile (1998). *Ghid de consiliere și orientare școlară pentru orele de dirigenție*, Iași: Polirom.
12. Golovei L. *28 ore pentru cariera mea (ghid metodologic pentru psihologii școlari și diriginți)*. Chișinău: Primexcom, 2015. -222 p.
13. Golovei L. *Familia – promotor al valorilor*. Chișinău: UST, 2010. 116 p.
14. Gulei M.-E., Serea A. *Orientarea și consilierea în carieră*. Ghidul profesorului. Iași: Editura Spiru Haret, 2011. 142 p.
15. Hansen P. *Două semințe*. // Pe: [www.zambetulsoarelui.wordpress.com/2016/03/06/asumarea-riscului/](http://www.zambetulsoarelui.wordpress.com/2016/03/06/asumarea-riscului/)
16. Holland, J.L. (1985). *Making vocational Choices. A theory of vocational personalities and work*
17. Ivanov E. (traducere) *The Fish That Ate the Whale: The Life and Times of America's Banana King* // Pe: [www.provincial.md/fierbinte/nu-stiai-asta-un-moldovean-cel-mai-mare-exportator-de-banane-de-pe-glob-la-mijlocul-secolului-xx-foto](http://www.provincial.md/fierbinte/nu-stiai-asta-un-moldovean-cel-mai-mare-exportator-de-banane-de-pe-glob-la-mijlocul-secolului-xx-foto)
18. Lemeni G., Miclea M. *Consiliere și orientare. Ghid de educație pentru cariera*. Cluj-Napoca: editura ASCR, 2004.
19. Mistreanu T., German A., Moroșan L. *Caiet la Educația civică. Clasa a VIII-a*. Chișinău: Arva Color, 2012. 42 p.
20. Moldovanu I., Coadă C., Platon D. *Deprinderi de viață. Manual pentru clasele 5-7*. Chișinău: Știința, 2005. 96 p.
21. Moldovanu I., Coadă C., Tomșa S., ș. a. *855 de Jocuri și Activități. Ghidul animatorului*. Chișinău: UNICEF. 176 p.
22. *Proverbe despre muncă*. // Pe: [www.asara.ro/proverbe-despre-munca/](http://www.asara.ro/proverbe-despre-munca/)
23. Stevenson L. *Orientarea în carieră*. București: Atelier Didactic, 2007. 85 p.
24. Stratan E., Balan A. *Dirigenție clasa a V-a*. Chișinău: Editura Poligraf-Design, 2010. 64 p.

25. Stratan E., Balan A. *Dirigenție clasa a VI-a*. Chișinău: Editura Poligraf-Design, 2010. 64 p.
26. Toma M. Svetlana Gozun. *Doamna "Codreanca"*. // Pe: [www.vipmagazin.md/top-femei/99\\_Femei\\_ale\\_Moldovei/Svetlana\\_Gozun\\_Doamna\\_%E2%80%9Ecodreanca%E2%80%9D/](http://www.vipmagazin.md/top-femei/99_Femei_ale_Moldovei/Svetlana_Gozun_Doamna_%E2%80%9Ecodreanca%E2%80%9D/)
27. Turchina T., Tomșa S., ș. a. *Deprinderi de viață. Manual pentru clasele 10-12*. Chișinău: Prut Internațional, 2005. 96 p.
28. UNFPA. *Manual de educație pentru viața de familie*. / Coordonator: Gîlca, B. /, Chișinău, 2002. 368 p.
29. WINROCK INTERNATIONAL. *Oportunități și soluții. Lansează-te și dezvoltă-te!* 2012-2014. 22 p.
30. WINROCK INTERNATIONAL. *Tineri în acțiune! Oportunități și soluții*. 2012-2014. 46 p.
31. [www.blogulspecialistului.manager.ro/a/atentie/management-si-afaceri/2020/calitatile-si-atitudinile-unui-bun-manager.html](http://www.blogulspecialistului.manager.ro/a/atentie/management-si-afaceri/2020/calitatile-si-atitudinile-unui-bun-manager.html)
32. [www.christineconsulting.ro/calitati-ale-unui-contabil-de-incredere/](http://www.christineconsulting.ro/calitati-ale-unui-contabil-de-incredere/)
33. [www.eurodezvoltare.ro/profil-profesional-bucatar/](http://www.eurodezvoltare.ro/profil-profesional-bucatar/)
34. [www.foinstituti.ro/articole/legislatia-muncii-4/conditii-de-desfasurare-a-interviului-pentru-ocuparea-unui-post-vacant-in-sectorul-public-37.html](http://www.foinstituti.ro/articole/legislatia-muncii-4/conditii-de-desfasurare-a-interviului-pentru-ocuparea-unui-post-vacant-in-sectorul-public-37.html)
35. [www.intensa.ro/calitati-care-te-recomanda-pentru-a-fi-avocat/](http://www.intensa.ro/calitati-care-te-recomanda-pentru-a-fi-avocat/)
36. [www.pixl.ro/blog/cele-cinci-calitati-ale-unui-bun-fotograf/](http://www.pixl.ro/blog/cele-cinci-calitati-ale-unui-bun-fotograf/)
37. [www.psyvolution.ro/calitatile-unui-profesionist-in-consiliere/](http://www.psyvolution.ro/calitatile-unui-profesionist-in-consiliere/)
38. [www.ro.wikipedia.org/wiki/Pia%C8%9Ba\\_muncii\\_\(economie\)](http://www.ro.wikipedia.org/wiki/Pia%C8%9Ba_muncii_(economie))
39. [www.ru.scribd.com/doc/55427596/calitatile-jurnalist](http://www.ru.scribd.com/doc/55427596/calitatile-jurnalist)
40. [www.studentinromania.ro/sfaturi-pentru-interviul-de-angajare/](http://www.studentinromania.ro/sfaturi-pentru-interviul-de-angajare/)
41. Башлай Э. *Я ищу работу*. // În: Школьный психолог, № 24,2009. [www.psy.1september.ru/view\\_article.php?ID=200902403](http://www.psy.1september.ru/view_article.php?ID=200902403)
42. Битянова М. *Технология решения*. // În: Школьный психолог, № 10-11,2001. [www.psy.1september.ru/article.php?ID=200101007](http://www.psy.1september.ru/article.php?ID=200101007)
43. Ефимова Н. *Готовлюсь к профессиональной деятельности*. // În: Школьный психолог, № 2,2007. [www.psy.1september.ru/article.php?ID=200700206](http://www.psy.1september.ru/article.php?ID=200700206)
44. Истратова О. *Практикум по детской психокоррекции: игры, упражнения, техники*. Ростов-на-Дону: «Феникс», 2007. 349[1] с.
45. Жижова О. *Перспектива успеха*. // În: Школьный психолог, № 17,2006. [www.psy.1september.ru/article.php?ID=200601704](http://www.psy.1september.ru/article.php?ID=200601704)
46. Кабина И., Радзик Т. *Я в мире профессий*. // În: Школьный психолог, № 48/2003. [www.psy.1september.ru/article.php?ID=200304816](http://www.psy.1september.ru/article.php?ID=200304816)
47. *Как правильно выбрать профессию?* // Pe: [www.mama-au43.ru/Viborprof.htm](http://www.mama-au43.ru/Viborprof.htm)
48. Казарова Е. *Проблема выбора*. // În: Школьный психолог, № 2,2007. [www.psy.1september.ru/article.php?ID=200700205](http://www.psy.1september.ru/article.php?ID=200700205)
49. Калинина Р. *На пути к образованному человеку*. // În: Школьный психолог, № 17,2004. [www.psy.1september.ru/article.php?ID=200401710](http://www.psy.1september.ru/article.php?ID=200401710)
50. Кочина Л., Матерн О. *Наблюдательность как профессиональное качество человека*. // În: Школьный психолог, № 15,2009. [www.psy.1september.ru/view\\_article.php?ID=200901512](http://www.psy.1september.ru/view_article.php?ID=200901512)
51. Кузьмина Т. *Игра «Профсоюз»* // În: Школьный психолог, № 2,2007. [www.psy.1september.ru/article.php?ID=200700207](http://www.psy.1september.ru/article.php?ID=200700207)

52. Пряжников Н. *Профессиональное самоопределение: теория и практика*. Москва: Издательский центр «Академи», 2008. 320 с. <http://psychlib.ru/mgppu/PPs-2008/PPs-320.htm>
53. Резапкина Г. *Профессия и карьера* // În: Школьный психолог, № 02,2009. [www.psy.1september.ru/view\\_article.php?ID=200900204](http://www.psy.1september.ru/view_article.php?ID=200900204)
54. Резапкина Г. *Уроки выбора профессии* // În: Школьный психолог, № 14,2006. [www.psy.1september.ru/article.php?ID=200601403](http://www.psy.1september.ru/article.php?ID=200601403)
55. Резапкина Г. *Уроки самоопределения* // În: [www.metodkabi.net.ru/index.php?id=strat\\_9#ur](http://www.metodkabi.net.ru/index.php?id=strat_9#ur)
56. Сакович Н. *Сказочная инициация в профессию* // În: Школьный психолог, № 19,2005. [www.psy.1september.ru/article.php?ID=200501917](http://www.psy.1september.ru/article.php?ID=200501917)
57. Тамонова Е. *Я поступаю учиться* // În: Школьный психолог, № 23,2003. [www.psy.1september.ru/article.php?ID=200302318](http://www.psy.1september.ru/article.php?ID=200302318)
58. Толстик С. *Турнир «Клуб знатоков профессий»* // În: Школьный психолог, № 04,2007. [www.psy.1september.ru/article.php?ID=200700420](http://www.psy.1september.ru/article.php?ID=200700420)
59. УО НДООЦ «ЗУБРЕНОК». *Волшебная палочка*. Зубренок, 2014. 80 с.
60. Юшкевич О. *Социально-педагогический проект «Я познаю «Я», или теория самого себя»*. Зубренок, 2011. 80 с.

### Web-imagini

1. [www.dreamstime.com/stock-images-beige-blazon-pattern-image4747344](http://www.dreamstime.com/stock-images-beige-blazon-pattern-image4747344)
2. [www.paint-best.ru/kak-narisovat-parnja-v-polnyj-rost-karandashom-poehapno](http://www.paint-best.ru/kak-narisovat-parnja-v-polnyj-rost-karandashom-poehapno)
3. [www.millstick.ro/sticker-copac-cu-fluturi-2513.html](http://www.millstick.ro/sticker-copac-cu-fluturi-2513.html)
4. [www.povestipentrupicivoinici.ro/wp-content/uploads/2016/02/IMPARATUL-TIMP.jpg](http://www.povestipentrupicivoinici.ro/wp-content/uploads/2016/02/IMPARATUL-TIMP.jpg)
5. [www.revistadealba.ro/dgaspc-alba-s-a-mutat-intr-un-nou-sediu/ \(băiat\)](http://www.revistadealba.ro/dgaspc-alba-s-a-mutat-intr-un-nou-sediu/(băiat))
6. [www.liveinternet.ru/users/nata-natalka/post301015863/\(rame\)](http://www.liveinternet.ru/users/nata-natalka/post301015863/(rame))
7. [www.alandaland.blogspot.md/ \(rame\)](http://www.alandaland.blogspot.md/(rame))
8. [www.romania-handmade.ro/index.php?Mozaic=Rama\\_foto\\_mozaic\\_art\\_-\\_Flori\\_multicolor&view=181&currency=RON&lang=ro \(rame\)](http://www.romania-handmade.ro/index.php?Mozaic=Rama_foto_mozaic_art_-_Flori_multicolor&view=181&currency=RON&lang=ro (rame))
9. [www.incomemagazine.ro/articole/targul-de-carriere-2014-peste-150-de-companii-ofera-locuri-de-munca](http://www.incomemagazine.ro/articole/targul-de-carriere-2014-peste-150-de-companii-ofera-locuri-de-munca)
10. [www.adevarul.ro/moldova/social/moldovenii-discriminati-angajare-1\\_5565bdbccf376e35a5dc8d/index.html](http://www.adevarul.ro/moldova/social/moldovenii-discriminati-angajare-1_5565bdbccf376e35a5dc8d/index.html)
11. [www.printgames.ru/nastolnaya-igra-monopoliya/](http://www.printgames.ru/nastolnaya-igra-monopoliya/)
12. [www.pro.rabota.ru/pro/document/view/11166](http://www.pro.rabota.ru/pro/document/view/11166)
13. [www.razvitie-zhurnal.ru/rabota/kak-vesti-sebya-na-sobesedovanii-pri-prieme-na-rabotu.html](http://www.razvitie-zhurnal.ru/rabota/kak-vesti-sebya-na-sobesedovanii-pri-prieme-na-rabotu.html)
14. <http://khomich.info/uvolnyaetsya-rabotnik>
15. <http://internet-kit.ru/oshibki-pri-rabote-s-otricatelnyimi-otzyvami/>
16. [www.randytherandybowen.wordpress.com/2015/02/27/more-than-a-date-part-1-us-against-them/](http://www.randytherandybowen.wordpress.com/2015/02/27/more-than-a-date-part-1-us-against-them/)
17. [www.anidescoala.ro/divertisment/timp-liber/activitati-educative/semaforul-stanga-sau-dreapta-si-capitanul-testeaza-reflexele/](http://www.anidescoala.ro/divertisment/timp-liber/activitati-educative/semaforul-stanga-sau-dreapta-si-capitanul-testeaza-reflexele/)
18. [www.nlo-ru.com/humor21.php](http://www.nlo-ru.com/humor21.php)





