



Ministerul Educației
UNIVERSITATEA DIN PETROȘANI
Centrul de Consiliere și Orientare în Carieră
Str. Tineretului, Căminul Studențesc nr. 1, et. 1, cam. 329,
Cod poștal: 332006, Petroșani, Hunedoara, ROMÂNIA
Tel: +40 (254) 542 403 | e-mail: ccoc@upet.ro | www.upet.ro



UNIVERSITATEA DIN PETROȘANI

CENTRUL DE CONSILIERE ȘI ORIENTARE ÎN CARIERĂ

Nr. 10 / 01.04.2024

Nașterea 2020/01.04.2024

la punctuati: CCOC

C. A. 02.04.2024
la aprobat

Către,

Consiliul de Administrație al Universității din Petroșani

Înaintez spre aprobare **RAPORTUL anual de activitate al Centrului de Consiliere și Orientare în Carieră pentru anul 2023 și planificarea activităților pentru anul 2024.**

Vă mulțumesc,

DIRECTOR CCOC - UPET,

Lector univ. dr. ANGHEL Mariana -Eleonora



Ministerul Educației
UNIVERSITATEA DIN PETROȘANI
Centrul de Consiliere și Orientare în Carieră
Str. Tineretului, Căminul Studențesc nr. 1, et. I, cam. 329,
Cod poștal: 332006, Petroșani, Hunedoara, ROMÂNIA
Tel: +40 (254) 542 403 | e-mail: ccoc@upet.ro | www.upet.ro



RAPORT

de activitate al Centrului de Consiliere și Orientare în Carieră pentru anul 2023

Misiunea Centrului de Consiliere și Orientare în Carieră vizează coordonarea tuturor activităților de consiliere și orientare pentru carieră la nivelul celor trei facultăți ale Universității din Petroșani: Facultatea de Inginerie Mecanică și Electrică, Facultatea de Mine și Facultatea de Științe. Activitățile desfășurate completează oferta de servicii destinate studenților/ absolvenților Universității din Petroșani, pentru a răspunde nevoilor de consiliere și orientare profesională. Activitățile din cadrul centrului se organizează pe toată durata anului academic, unele având caracter permanent, altele fiind organizate în funcție de nevoile identificate exprimate de către studenți și / sau conducere. În acest sens, centrul oferă servicii suport și informații adecvate tuturor studenților din cadrul Universității din Petroșani în vederea optimizării traseului educațional și profesional și asigură coordonarea și facilitarea accesului la informație și la activitățile specifice de consiliere și orientare pentru carieră.

Ca structură funcțională a Universității din Petroșani, Centrul de Consiliere și Orientare în Carieră funcționează în conformitate cu prevederile legale în vigoare, reglementările cu caracter intern ale Universității din Petroșani și Regulamentul de organizare și funcționare al Centrului și acordă suport specializat gratuit studenților în vederea optimizării traseului educațional și profesional al acestora.

Pe parcursul anului 2023, Centrul de Consiliere și Orientare în Carieră și-a propus păstrarea unui ritm susținut în derularea activităților de consiliere și orientare în carieră și implementarea de instrumente noi, în vederea evaluării adaptării studenților la mediul academic și conștientizarea necesității de îmbunătățire și dezvoltare permanentă a competențelor și abilităților în contextul mediului socio-economic deosebit de dinamic.

În acest sens, în perioada februarie - aprilie 2023, cadrele didactice responsabile cu promovarea din cadrul centrului au fost implicate în activități de promovare a ofertei

educaționale a Universității din Petroșani în rândul elevilor de liceul (clasele terminale). Acțiunile de promovare s-au derulat, atât în liceele din Județul Hunedoara, cât și în cele din proximitate, în colaborare cu Prorectorul responsabil cu proiecte europene, mediul economic, promovarea Universității și Admitere. De asemenea, Universitatea din Petroșani a participat la *Târgul ofertelor educaționale ale Universităților*, eveniment organizat de Inspectoratul Școlar Județean Vâlcea. La eveniment au participat elevi de la toate liceele din Județul Vâlcea.



Scopul acestei activități anuale este de a atrage viitori studenți în cadrul programelor de studii oferite de instituția noastră de învățământ prin diseminarea de informații cu privire la oferta educațională, beneficiile dobândirii statutului de student și condițiile de studiu oferite de Universitate, CCOC a sprijinit desfășurarea acțiunii de *promovare a ofertei academice a Universității din Petroșani* în rândul liceenilor din clasele terminale.

În luna martie 2023 a fost organizată *Bursa Locurilor de Muncă*, în corpul C al Universității din Petroșani, de către Agenția Județeană pentru ocuparea Forței de Muncă Hunedoara. Acest eveniment, al Bursei Locurilor de Muncă - *Bursa mărțișorului* a fost dedicat în special femeilor în căutarea unui loc de muncă. Obiectivul principal al bursei a fost acela de a asigura creșterea gradului de ocupare în județul Hunedoara prin facilitarea accesului șomerilor și persoanelor în căutarea unui loc de muncă la locurile de muncă disponibile. Evenimentul a fost dedicat în special femeilor din județul Hunedoara, fără a exclude însă participarea tuturor categoriilor de persoane aflate în căutarea unui job, care au vizat reintegrarea pe piața muncii. La eveniment au participat un număr de 65 de agenți

economici cu o ofertă de locuri de muncă de 480 de posturi disponibile. La Bursă au luat parte 698 persoane.



Prin intermediul finanțării asigurate din Fondul de Dezvoltare Instituțională în cadrul proiectului CNFIS-FDI-2023-F-0033, au fost continuate activități care au vizat îmbunătățirea ofertei de servicii de consiliere și orientare în carieră care să asigure eficientizare și acces la educație în procesul de desfășurare a activităților educaționale și de consiliere acordată studenților/absolvenților în vederea adaptării adecvate la cerințele mediului academic și inserției pe piața muncii.

Pentru îmbunătățirea ofertei de servicii de consiliere și orientare, am avut în vedere achiziționarea și implementarea de instrumente noi, validate la nivel național, în vederea evaluării:

1. Instrumentul de evaluare *Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ)*. În implementarea chestionarului au fost organizate și desfășurate atât ședințe de consiliere colectivă, cât și ședințe de consiliere individuală. În cadrul ședințelor de consiliere au fost prezentate informații legate de cele două instrumente, modul de aplicare și scopul acestora.

Chestionarul adaptării studenților la mediul universitar se axează pe evaluarea calității adaptării studentului la acest mediu, mai degrabă decât pe evaluarea mediului respectiv de către student, adică evaluează cât de bine se adaptează un student la cerințele experienței universitare. Este un instrument rapid, convenabil care contribuie la detalierea modului în care studentul auto-evaluează experiența academică, oferind scoruri pe patru scale: Adaptarea academică, Adaptarea socială, Adaptarea personal-emoțională, Atașament



Ministerul Educației
UNIVERSITATEA DIN PETROȘANI
Centrul de Consiliere și Orientare în Carieră
Str. Tineretului, Căminul Studențesc nr. 1, et. 1, cam. 329,
Cod poștal: 332006, Petroșani, Hunedoara, ROMÂNIA
Tel: +40 (254) 542 403 | e-mail: ccoc@upet.ro | www.upet.ro



față de instituție, la care se adaugă un scor general. Instrumentul evaluează adaptarea generală la mediul universitar, detectând problemele, ghidând intervenția și promovând retenția. S-au desfășurat 25 de ședințe de consiliere.

2. Instrument de evaluare *Inventarul Motivației pentru Performanță (AMI)*. În implementarea chestionarului au fost organizate și desfășurate 25 de ședințe de consiliere.

În cadrul ședințelor de consiliere au fost prezentate informații legate de cele două instrumente, modul de aplicare și scopul acestora.

2. *Inventarul Motivației pentru Performanță (AMI)* este un instrument de evaluare cu o aplicabilitate foarte largă construit pentru a măsura dimensiunile atribuite conceptului de motivație pentru performanță cu accent asupra performanței. Acest instrument permite nu numai diagnoza acelor componente clasice ale motivației, precum speranța de succes și frica de insucces, ci și motivația performanței ca pe o orientare largă a acțiunii, ca direcționare a unei mari părți a personalității spre tematica performanței, el poate fi utilizat în toate ariile performative ale vieții: în școală și profesie, dar chiar și în timpul liber, hobby-uri și sport.

Ședințele de consiliere au vizat transmiterea de informații cu privire la înțelegerea motivației performanței ca o orientare mai largă a acțiunii. În acest context, provocarea este dată de factorii implicați în abordarea responsabilității și a muncii bine făcute în activitatea de muncă și creșterea interesului individual în realizarea fiecărui individ ca profesionist și ca personalitate umană de a lua decizii informate cu privire la carieră. S-au desfășurat 25 de ședințe de consiliere. Impactul profesional pe care îl are motivația performanței în activitatea propriu-zisă de muncă sau școală este dată de caracteristici precum: hotărâre, determinare, perseverență, dominanță, flexibilitate, mândria performanței, dorința de învățare, independență, orientarea spre status, competiție și fixarea obiectivelor, alături de un indice motivațional global. Aceste aspecte implicate în predicția pentru performanță sunt necesare în procesul de auto-cunoaștere pentru conștientizarea necesității de îmbunătățire și dezvoltare permanentă a competențelor și abilităților în contextul mediului socio-economic deosebit de dinamic.

O altă activitate a vizat dezvoltarea și digitalizarea instrumentului existent de urmărire a inserției pe piața muncii a absolvenților la nivelul Universității. În acest sens, a fost elaborat și transpus în forma digitală chestionarul de evaluare a satisfacției absolvenților pentru monitorizarea inserției pe piața muncii. A fost actualizată și îmbunătățită Fișa

absolventului. A fost elaborată *Procedura Operațională 42 privind monitorizarea inserției absolvenților pe piața muncii* și aprobată în Consiliul de Administrație.

În vederea facilitării integrării universitare a persoanelor cu dizabilități locomotorii, s-a avut în vedere modernizarea bazei materiale și dotarea cu un elevator care să asigure accesul la serviciile educaționale și de consiliere a persoanelor cu deficiențe locomotorii prin facilitarea accesului în instituție, precum și creșterea calității condițiilor oferite pentru buna desfășurare a activităților de consiliere și a întâlnirilor în vederea consultării actorilor co-interesați (angajatori, angajați, absolvenți, studenți) despre aspectele ce țin de adecvarea ofertei educaționale la cerințele pieței muncii.



Pe parcursul anului 2023, au fost continuate, de asemenea, activitățile de evaluare cu ajutorul instrumentului de evaluare psihoaptitudinală în cadrul platformei *Great People Inside* implementat prin proiectul CNFIS-FDI-2022-0325 - *Utilizarea tehnologiilor informaționale în eficientizarea proceselor de consiliere și orientare în carieră a studenților Universității din Petroșani*. Au fost centralizate 36 de rapoarte privind evaluarea intereselor ocupaționale. Evaluarea intereselor vocaționale se dorește a fi un instrument util care să te sprijine în luarea unei decizii satisfăcătoare privind cariera. Înțelegându-și profilul personal, fiecare student se poate concentra asupra aspectelor unei ocupații care să-l atragă și, totodată, să se poate informa mai bine în privința opțiunilor de carieră, educație și angajare, care să-i ofere satisfacție și recompense personale pe termen lung. De asemenea, au fost centralizate 36 de rapoarte. Evaluarea personalității și a aptitudinilor reprezintă un instrument conceput astfel încât să le ofere studenților o imagine antrenantă asupra a ceea ce îi motivează și îi interesează. În plus, le furnizează sugestii asupra posibilelor direcții de carieră, în acord cu



Ministerul Educației
UNIVERSITATEA DIN PETROȘANI
Centrul de Consiliere și Orientare în Carieră
Str. Tineretului, Căminul Studențesc nr. 1, et. 1, cam. 329,
Cod poștal: 332006, Petroșani, Hunedoara, ROMÂNIA
Tel: +40 (254) 542 403 | e-mail: ccoc@upet.ro | www.upet.ro



propriile lor caracteristici, acestea putând influența atât performanța la locul de muncă cât și capacitatea de a dobândi cunoștințe și deprinderi necesare pentru a atinge performanța. Cele două dimensiuni sunt date, pe de o parte de personalitatea acestora, adică ceea ce îi face să fie unici – le influențează valorile, interesele, modul în care percep lumea care îi înconjoară și modul în care învață și se dezvoltă. Personalitatea se formează în primii ani de viață și continuă să evolueze odată cu fiecare dintre noi. Pe de altă parte, aptitudinile reprezintă însușiri psihice și fizice individuale - dezvoltate, perfecționate și aplicate în situații reale - și care mijlocesc performanța în efectuarea unei activități. Aptitudinile alcătuiesc latura instrumentală și executivă a personalității. Rapoartele au caracter informativ și măsoară așteptările studenților legate de o ocupație. În realitate apar diferențe determinate de cerințele specifice ale angajatorilor și a posturilor. Alegerea unei ocupații nu reprezintă doar găsirea a ceva ce place și interesează, ci trebuie să continue cu dezvoltarea abilităților și achiziționarea cunoștințelor necesare pentru a obține succes la locul de muncă.

Alte activități au fost organizate pe teme ce țin de dezvoltarea asertivității, managementul stresului, gestionarea timpului și managementul timpului. Aceste activități au fost organizate de către reprezentantul Centrului de Consiliere și Orientare a Carierei, psiholog Niculeta Pleșan. Au fost implicați activ 22 de studenți în respectivele activități. Sesiunile de consiliere și orientare în carieră au vizat, de asemenea, inițierea unei modalități de comunicare deschisă între participanți și crearea unei relații de încredere în cadrul grupului. Asertivitatea începe cu înțelegerea și conștientizarea propriilor emoții și sentimente și exprimarea acestor sentimente într-un mod cald și respectuos. Asertivitatea este abilitatea de a spune nu, de a exprima sentimente pozitive și negative, de a iniția și a menține o conversație. O persoană care deține această competență comunicatională știe și poate să-și exprime dorințele, să spună ce gândește, să refuze, să rezolve conflicte într-o manieră fermă dar fără să-și jignească interlocutorii, menținându-și, în același timp, controlul asupra focarelor conflictuale. Alături de comunicarea asertivă, este foarte important și cum ne gestionăm timpul, cum alocăm timpul pentru efectuarea anumitor sarcini, adică cum ne planificăm și distribuim timpul în mod eficient pentru rezolvarea cu succes a unei activități. Tehnicile de autocunoaștere folosite au dat posibilitatea participanților să se orienteze spre sine, să-și pună întrebări legate de propria persoană și să împărtășească cu ceilalți experiența autocunoașterii.



Ministerul Educației
UNIVERSITATEA DIN PETROȘANI
Centrul de Consiliere și Orientare în Carieră
Str. Tineretului, Căminul Studențesc nr. 1, et. 1, cam. 329,
Cod poștal: 332006, Petroșani, Hunedoara, ROMÂNIA
Tel: +40 (254) 542 403 | e-mail: ccoc@upet.ro | www.upet.ro



Activitățile curente desfășurate de personalul auxiliar, în general, s-au axat pe colectarea și arhivarea fișelor de absolvent, în ordine alfabetică, după denumirea programului de studiu absolvit și numele absolventului, de la cele toate cele trei Decanate și, respectiv, de la Biroul de eliberare diplome. De asemenea, fișele colectate au fost centralizate la Centrul de Consiliere și Orientare în Carieră (CCOC-UPET) și au fost trecute într-o bază de date în format digital, fapt care permite realizarea și analiza statisticilor cerute, după caz. Această activitate fiind necesară pentru analiza și elaborarea studiului privind *Rezultatele sondajului de opinie al absolvenților privind procesul de formare din perioada 2019-2023*.

În realizarea acestei situații centralizate de sondare a opiniei absolvenților privind procesul de formare, a fost aplicat *Chestionarul de evaluare a satisfacției absolvenților* din fișa absolventului. Chestionarele au fost completate de către absolvenți la finalizarea studiilor de licență și de disertație. Pentru situația de față, studiul a fost realizat din datele colectate la 1 ianuarie 2024, iar baza de date analizată o reprezintă promoția de absolvenți din anul universitar 2022-2023, pe un efectiv de 890 absolvenți. Prin intermediul chestionarului, s-au obținut informații cu privire la: evaluarea gradului de mulțumire față de tipurile de discipline studiate într-o manieră suficientă la programul de studii absolvit; evaluarea corespondenței dintre locul de muncă pe care îl ocupă studentul în momentul completării chestionarului și studiile absolvite; aprecierea nevoii pe piața muncii de specialiști în domeniul pregătirii acestora și exprimarea dorinței de continuare a studiilor în vederea perfecționării.

Pentru anul 2024, CCOC își propune următoarele direcții de acțiune în vederea îmbunătățirii activității: păstrarea unui ritm susținut în derularea activităților de consiliere și orientare în carieră, creșterea vizibilității și a serviciilor oferite în rândul studenților, promovarea ofertei academice în rândul elevilor și diversificarea activităților organizate pentru studenți, în scopul dezvoltării competențelor transversale ale acestora. De asemenea, colaborarea cu organizațiile studențești și recrutarea de voluntari care să ofere sprijin și implicare în organizarea de evenimente de carieră.

Director CCOC,



Ministerul Educației
UNIVERSITATEA DIN PETROȘANI
Centrul de Consiliere și Orientare în Carieră
Str. Tineretului, Căminul Studențesc nr. 1, et. 1, cam. 329.
Cod poștal: 332006, Petroșani, Hunedoara, ROMÂNIA
Tel: +40 (254) 542 403 | e-mail: ccoc@upet.ro | www.upet.ro



Lector univ. dr. ANGHEL Mariana-Eleonora



Ministerul Educației
UNIVERSITATEA DIN PETROȘANI
Centrul de Consiliere și Orientare în Carieră
Str. Tineretului, Căminul Studențesc nr. 1, et. 1, cam. 329,
Cod poștal: 332006, Petroșani, Hunedoara, ROMÂNIA
Tel: +40 (254) 542 403 | e-mail: ccoc@upet.ro | www.upet.ro



PLANIFICAREA ACTIVITĂȚILOR ÎN CADRUL CCOC PENTRU ANUL 2024

Nr. crt.	Activități/acțiuni	Responsabil activitate /Colaboratori	Desfășurare perioada (aproximativă)
Activități de orientare și consiliere în carieră (individuală și de grup); Sesiuni și workshopuri tematice			
1.	Activități de optimizare a performanțelor: Trainingul autogen	Responsabil cadru didactic- psiholog	Noiembrie, 2023
2.	Atingerea obiectivelor și a rezultatelor academice propuse prin gestionarea adecvată a stresului	Responsabil cadru didactic- psiholog	Decembrie/Ianuarie 2023-2024
3.	Activități de informare/consiliere evaluare intereselor vocaționale	Responsabil consiliere carieră/ vocațională	Pe parcursul anului
4.	Activități de informare/consiliere și evaluarea personalității și a aptitudinilor	Responsabil consiliere carieră/ vocațională	Pe parcursul anului
5.	Activități de informare/consiliere și evaluarea adaptării la mediu academic	Responsabil consiliere carieră/ vocațională	Pe parcursul anului
6.	Activități de informare/consiliere și evaluarea motivației pentru performanță	Responsabil consiliere carieră/ vocațională	Pe parcursul anului
7.	Promovarea ofertei educaționale în licee	Director CCOC/colaboratori voluntari/ în colaborare cu prorector responsabil cu relațiile cu mediul de afaceri, promovarea universității și admitere	Februarie-Aprilie, 2024
8.	Managementul stresului: dezvoltarea asertivității	Responsabil cadru didactic- psiholog	Martie, 2024
9.	Managementul stresului: gestionarea și managementul timpului	Responsabil cadru didactic- psiholog	Mai, 2024



Ministerul Educației
UNIVERSITATEA DIN PETROȘANI
Centrul de Consiliere și Orientare în Carieră
Str. Tineretului, Căminul Studențesc nr. 1, et. I, cam. 329,
Cod poștal: 332006, Petroșani, Hunedoara, ROMÂNIA
Tel: +40 (254) 542 403 | e-mail: ccoc@upet.ro | www.upet.ro



10.	Consiliere psihologică individuală pe probleme de integrare academică și culturală	Responsabil cadru didactic-psiholog	Martie-Mai 2024
	Consiliere psihologică de grup pe teme de autocunoaștere și relaționare interpersonală	Responsabil cadru didactic-psiholog	Martie-Iunie 2024
	Testare psihologică pe tema dezvoltării profilului personalității	Responsabil cadru didactic-psiholog	Octombrie- Decembrie 2024
11.	Prezentare a serviciilor de consiliere	Director CCOC/colaboratori voluntari	Octombrie- Noiembrie, 2024