



Funded by
the European Union



↑ studiøshift

THE NON-FORMAL CAREER COUNSELING GUIDE



DEVELOPED BY



VERSIUNE ADAPTATĂ PENTRU ELEVII CU NEVOI SPECIALE

Principii generale de adaptare (pentru facilitatori)

- Folosiți propoziții simple și scurte
- Citiți instrucțiunile cu voce tare
- Acordați timp suplimentar
- Acceptați răspunsuri verbale, desene, simboluri sau autocolante
- Oferiți o singură sarcină pe rând
- Folosiți exemple din viața de zi cu zi
- Evitați presiunea: nu există răspunsuri corecte sau greșite

INTRODUCERE

Acest ghid ajută elevii să învețe mai multe despre ei înșiși și să se gândească la viitorul lor într-un mod prietenos și practic.

Veți:

- afla la ce sunteți buni
- descoperi ce îți place
- înțelege ce este important pentru tine
- explora meserii și activități

Toate activitățile pot fi realizate:

- singur
- împreună cu un partener
- sau într-un grup mic
- cu ajutorul unui profesor sau facilitator.

Scopul nu este acela de a alege o meserie acum, ci de a te cunoaște mai bine pe tine însuși.

CINE SUNT EU? (PUZZLE-UL SINELUI)

Obiectiv: Să ajute elevii să înțeleagă la ce sunt buni / ce le este greu / ce le place să facă

Sarcina: Veți completa un puzzle despre voi înșivă.

Durată: 10 minute sau mai mult

! Facilitatorul scrie răspunsurile, dacă este necesar

CINE SUNT EU?

SUNT BUN LA

ÎMI PLACE SĂ

MĂ SIMT MÂNDRU CÂND

MI-E GREU SĂ

AM NEVOIE DE AJUTOR
CU

CHESTIONAR DE INTERES PROFESIONAL (SIMPLIFICAT)

Obiectiv: să afle ce fel de activități le plac elevilor, nu la ce sunt buni.

Sarcina: pentru fiecare activitate, alege UNA dintre cele 3 căsuțe:

😊 Îmi place	Puneți X aici dacă DORIȚI să faceți această activitate
? Nu sunt sigur	Puneți X aici dacă NU ȘTIȚI dacă v-ar plăcea
😞 Nu îmi place	Puneți X aici dacă NU DORIȚI să faceți această activitate

Durată: 20 de minute sau mai mult

IMPORTANT: Nu te gândi dacă știi cum să o faci. Gândește-te doar: MI-AR PLĂCEA?

GRUPA A

Activitate	😊 Îmi place	? Nu sunt sigur	😞 Nu-mi place
Lucrul cu unelte (ciocan, șurubelniță)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Repararea obiectelor stricate	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Construiește sau creează lucruri	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lucrul cu plante sau animale	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lucrul în aer liber	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Conducerea autovehiculelor sau a utilajelor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Exemple de cariere: mecanic, tâmplar, grădinar, electrician, constructor, șofer

GRUPA B

Activitate	Îmi place 😊	Nu sunt sigur ?	Nu-mi place 😞
Lucrează cu bani și face calcule	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lucrați la computer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Organizarea fișierelor și documentelor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ține evidența lucrurilor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Completați formularele și tabelele	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Urmați instrucțiunile precise	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Exemple de cariere: administrator, contabil, operator IT, secretar, casier, arhivar

GRUPA C

Activitate	Îmi place 😊	Nu sunt sigur ?	Nu-mi place 😞
Ajută copiii să învețe	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Îngrijirea persoanelor bolnave sau vârstnice	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ascultarea și ajutorarea persoanelor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lucrați în echipă	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Organizarea de activități pentru alte persoane	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Voluntariat în comunitate	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Exemple de cariere: asistent medical, educator, consilier, asistent social, instructor, asistent de kinetoterapie

GRUPA D

Activitate	Îmi place 😊	Nu sunt sigur ?	Nu-mi place 😞
Studiază cum funcționează lucrurile	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Faceți experimente și teste	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Rezolvați probleme complicate	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Observați plante, animale sau obiecte	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lucrați într-un laborator	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Descoperă cum funcționează tehnologia	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Exemple de cariere: tehnician de laborator, biolog, asistent de cercetare, tehnician IT, analist

GRUPA E

Activitate	Îmi place 😊	Nu sunt sigur ?	Nu-mi place 😞
Vorbește cu oamenii și vinde produse	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Conduce un grup sau o echipă	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Organizați evenimente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Convinge oamenii despre ceva	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
A lua decizii importante	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Începe proiecte noi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Exemple de cariere: agent de vânzări, manager, agent de turism, organizator de evenimente, antreprenor

GRUPA F

Activitate	Îmi place 😊	Nu sunt sigur ?	Nu-mi place 😞
Desenează, pictează sau sculptează	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cântă sau cântă la un instrument	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Scriu povești sau articole	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Faceți fotografii sau înregistrați videoclipuri	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Creați decorațiuni	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Realizați lucruri noi și originale	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Exemple de cariere: artist, muzician, fotograf, designer, actor, decorator, artizan

REZULTATELE DVS.

Consilierul tău va număra răspunsurile pentru fiecare grupă.

TABELUL INTERESELOR MELE:

Grup	Tipul de activități	Câte 😊?	Rezultat
A	Activități practice		
B	Numere și calculatoare		
C	Ajutarea oamenilor		
D	Cercetare și știință		
E	Afaceri și leadership		
F	Artă și creativitate		

Cum se interpretează:

- 5-6 fețe fericite 😊 = Îți plac FOARTE mult aceste activități!
- 3-4 fețe fericite 😊 = Îți plac aceste activități
- 0-2 fețe fericite 😊 = Nu îți plac prea mult aceste activități

VALORI PERSONALE – CE ESTE IMPORTANT PENTRU MINE

Obiectiv: să ajute elevii să înțeleagă ce este cel mai important pentru ei.

Sarcina: alege 3 valori

Durată: 10 minute sau mai mult

Lista valorilor:

Familia mea - a fi aproape de familie

Prietenii - a avea prieteni buni

Banii - a avea suficienți bani

Să fiu propriul meu șef - să am propria mea afacere

Să învăț lucruri noi - educația este importantă

A ajuta oamenii - a fi util

Aventura - a experimenta lucruri noi și interesante

A crea - a face lucruri noi (artă, invenții)

Ordine - totul să fie organizat

Natura - a fi în natură

Puterea - a conduce și a fi respectat

Cele 3 lucruri importante pentru mine sunt:

1.

2.

3.

ACTIVITĂȚI DE VOLUNTARIAT

Obiectiv: descoperirea activităților la care elevii ar putea să participe cu plăcere.

Sarcina: întrebați elevii „V-ar plăcea să încercați asta?” „Da / Nu / Poate”

Durată: 10 minute sau mai mult



Colectarea deșeurilor
(când ieși la plimbare)



Ajutorarea persoanelor
vârstnice din comunitatea ta



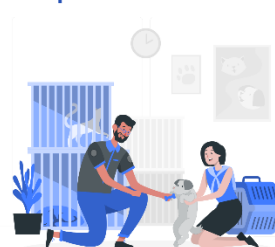
Activități de reciclare



Activități de mentorat pentru
copiii din centrele sociale



Colectarea și donarea de haine
pentru persoanele aflate în nevoie



Voluntariat într-un
adăpost de animale



Voluntariat într-un azil de
bătrâni



Socializare cu copiii din
centrele sociale

PROFILUL MEU PROFESIONAL

Obiectiv: să adune tot ce au învățat.

Durată: 30 de minute sau mai mult

Cine sunt eu?

Lucruri la care mă pricep:

Ce îmi place să fac (primele 3 interese):

Care sunt valorile mele?

-
-
-

Unde mă aflu acum?

Unde vreau să fiu peste 3 ani? (Ce liceu? Ce carieră vreau să urmez?)

Ce pot face pentru a ajunge acolo? (De exemplu: să studiez mai mult, să urmez cursuri, să cer ajutor)