

# RAPORT DE ACTIVITATE

## Anul universitar 2023-2024

---

# CENTRUL DE CONSILIERE ȘI ORIENTARE ÎN CARIERĂ



---

UNIVERSITATEA TITU MAIORESCU  
Calea Văcărești 189, Corp M, M114  
E-mail: [consiliere@univ.utm.ro](mailto:consiliere@univ.utm.ro)



MINISTERUL EDUCAȚIEI NAȚIONALE

UNIVERSITATEA "TITU MAIORESCU" DIN BUCUREȘTI

Calea Văcărești nr. 187, sector 4, București, cod 040051

Tel.: 021 316 16 46, Fax: 021 311 22 97, e-mail: rectorat@utm.ro, www.utm.ro

## Cuprins

<b>Introducere</b> .....	<b>3</b>
<b>Informare</b> .....	<b>4</b>
<b>Obiective</b> .....	<b>4</b>
<b>Activități desfășurate</b> .....	<b>4</b>
<b>Educație pentru carieră</b> .....	<b>5</b>
<b>Obiective</b> .....	<b>5</b>
<b>Activități desfășurate</b> .....	<b>5</b>
<b>Consiliere individuală</b> .....	<b>6</b>
<b>Obiective</b> .....	<b>6</b>
<b>Activități desfășurate</b> .....	<b>6</b>
<b>Cercetare științifică</b> .....	<b>7</b>
<b>Obiective</b> .....	<b>7</b>
<b>Activități desfășurate</b> .....	<b>7</b>
<b>Direcții de acțiune pentru anul universitar 2024-2025</b> .....	<b>8</b>



MINISTERUL EDUCAȚIEI NAȚIONALE

UNIVERSITATEA "TITU MAIORESCU" DIN BUCUREȘTI

Calea Văcărești nr. 187, sector 4, București, cod 040051

Tel.: 021 316 16 46, Fax: 021 311 22 97, e-mail: rectorat@utm.ro, www.utm.ro

## Introducere

Centrul de Consiliere și Orientare în Carieră (CCOC) are ca scop principal sprijinirea studenților în dezvoltarea profesională și personală, facilitând tranziția de la mediul academic la piața muncii. Activitățile desfășurate în anul universitar 2023-2024 s-au axat pe 4 direcții principale: informare, educație pentru carieră, consiliere în carieră și cercetare științifică.

### Spune-ne ce îți dorești, ca să știm cum te putem ajuta!

La Centrul de Consiliere și Orientare în Carieră (CCOC) ne dorim să oferim servicii de suport care să ajute studenții UTM în alegerile lor profesionale. În acest sens CCOC a realizat un **studiu analiză a nevoilor de consiliere și orientare ale studenților UTM**, pe baza de chestionar, la care au răspuns peste o mie de studenți. Scopul acestei analize a vizat identificarea aspectelor cheie care pot influența deciziile profesionale și dezvoltarea carierei studenților. Concluziile raportului de analiză arată că:

- Peste 80% dintre studenții care au răspuns la chestionar consideră că Centrul de Consiliere și Orientare în Carieră (CCOC) **este util în UTM.**
- Printre nevoile de consiliere identificate, cele mai importante sunt cele care țin de **informare și planificarea carierei după absolvire** și cele de **autocunoaștere și valorificarea potențialului.**
- Aceștia au menționat și un interes crescut pentru **întâlniri cu profesioniști din domeniile lor de interes și workshopuri de dezvoltare a unor soft skills și de construire a brandului profesional.**
- Pe lângă aceste servicii, unii dintre ei și-ar dori acces la sesiuni de **psihoterapie, testarea personalității, facilitarea oportunităților de practică/internship în companii, coaching/mentorat.**

În baza rezultatelor obținute, am realizat un raport care propune câteva direcții de acțiune în vederea îmbunătățirii serviciilor existente, astfel încât acestea să răspundă cât mai eficient la cerințele și așteptările studenților în ceea ce privește consilierea și orientarea în carieră. Raportul complet poate fi accesat [aici](#).

**Venind în întâmpinarea acestor nevoi, CCOC desfășoară următoarele tipuri de activități:**

- Sesiuni de consiliere în carieră
- Workshopuri de dezvoltare a competențelor și abilităților de integrare pe piața muncii
- Evenimente de carieră care facilitează contactul studenților cu angajatori și profesioniști din domenii diverse de activitate
- Promovarea ofertelor de locuri de muncă, internshipuri și stagii de practică
- Cercetare științifică



MINISTERUL EDUCAȚIEI NAȚIONALE

UNIVERSITATEA "TITU MAIORESCU" DIN BUCUREȘTI

Calea Văcărești nr. 187, sector 4, București, cod 040051

Tel.: 021 316 16 46, Fax: 021 311 22 97, e-mail: rectorat@utm.ro, www.utm.ro

## Informare

### Obiective

- **Furnizarea de informații actualizate despre piața muncii și oferirea de resurse relevante pentru pregătirea și integrarea în roluri profesionale a studenților și absolvenților UTM.**
- **Creșterea vizibilității serviciilor oferite de CCOC în rândul studeților, absolvenților, elevilor și candidaților la admitere.**

### Activități desfășurate

1. **Actualizarea resurselor online.** Website-ul CCOC a fost actualizat cu informații despre [oportunități de angajare](#), workshop-uri și [evenimente de carieră](#) și [resurse](#) relevante pentru portofoliul de angajare sub forma unor [ghiduri](#) pentru: completarea CV-ului, redactarea unei scrisori de motivatie, interviul de angajare și profilul de LinkedIn. De asemenea a fost actualizat și [website-ul CCOC în limba engleză](#) cu informații și resurse relevante pentru studenții internaționali.
2. **Campanii de informare.** S-au desfășurat campanii de informare prin intermediul rețelelor de socializare (Instagram, Facebook, Tiktok), emailuri și afișe amplasate în campus. Aceste campanii au promovat serviciile CCOC, precum consilierea individuală și atelierele de dezvoltare a abilităților de angajabilitate, clipurile având de la 5000 la 10000 de vizualizări în social media.
3. **Parteneriate cu companii.** Au fost stabilite 2 parteneriate noi cu 2 agenții de recrutare în străinătate, care au prezentat oferte de locuri de muncă disponibile în țări precum Olanda sau Franța pentru studenții de la [Facultatea de Medicină Dentară](#) și pentru cei de la [Facultatea de Farmacie](#).
4. **Ziua Porților Deschise**, eveniment la care au participat aproximativ 100 de elevi. La stand-ul CCOC au fost promovate servicii gratuite de consiliere în carieră dedicate elevilor de liceu interesați de oferta universitară UTM.
5. **Focus Grup 2024 - Imaginea Studenților despre UTM.** Biroul de Marketing UTM, în parteneriat cu CCOC, ASM și AUMAM, a organizat un focus-group la care studenții au fost invitați să își împărtășească perspectivele despre experiența universitară la UTM, activitatea fiind moderată de Dr. Alina Ciobanu, consilier în carieră CCOC.
6. **Seminarul Introductiv MedStud2023**, organizat de Asociația Universitară pentru Medicină și Asistență Medicală (AUMAM) din cadrul UTM. CCOC a prezentat serviciile oferite, unui număr de peste 150 de studenți din anul 1 de la Facultatea de Medicină.



MINISTERUL EDUCAȚIEI NAȚIONALE

UNIVERSITATEA "TITU MAIORESCU" DIN BUCUREȘTI

Calea Văcărești nr. 187, sector 4, București, cod 040051

Tel.: 021 316 16 46, Fax: 021 311 22 97, e-mail: rectorat@utm.ro, www.utm.ro

## Educație pentru carieră

### Obiective

- Dezvoltarea competențelor necesare pentru integrarea eficientă pe piața muncii.
- Promovarea educației continue și a formării profesionale.

### Activități desfășurate

1. **Workshop-uri CCOC.** Au fost susținute 4 workshopuri pe teme legate de carieră, la care s-au înscris peste 70 de studenți:
  - [Sensul muncii](#)
  - [Obiective de carieră](#)
  - [Alegerea carierei potrivite](#)
  - [Construirea CV-ului](#)
2. **„Antreprenoriatul, ca Opțiune de Carieră” - Program de Dezvoltare a Competențelor Antreprenoriale.**  
Facilitator: Lorelai Sacal, PhD, expert în accesare fonduri nerambursabile, cu o experiență de peste 20 de ani în antreprenoriat. Programul a fost structurat pe 3 întâlniri, la care s-au înscris peste 40 de studenți. În cadrul acestui program participanții au descoperit dacă au un profil de antreprenor, au primit o diplomă de participare emisă de ACRAFE iar după finalizarea programului 3 participanți au beneficiat de un stagiu de practică într-o firmă de consultanță.

### 3. Grup de intervizare pentru practică: Master Psihologie școlară și consiliere educațională

În perioada ianuarie – mai 2023 o grupă de 7 studenți în anul I al programului de studii master "Psihologie Școlară și Consiliere Educațională" al Facultății de Psihologie, au desfășurat practica de specialitate în cadrul Centrului de Consiliere și Orientare în Carieră al Universității Titu Maiorescu:

Practica s-a desfășurat sub supervizarea dnei Conf.Univ.Dr. Ioana Raluca Mănea, psiholog specialist in psihologie educațională, consiliere școlară și vocațională și a inclus participarea la următoarele activități:

- Desfășurarea unui proces de consiliere in cariera pentru un elev în vederea realizării unei decizii educaționale sau vocaționale;
- Realizarea unor sesiuni de consiliere/integrare multiculturală cu studenți internaționali ai UTM;
- Planificarea și livrarea unor programe de dezvoltare a competențelor transversal pentru studenți ai UTM (ex: antreprenoriat, marketing personal);
- Participarea la sesiuni de intervizare și învățare colaborativă pe teme din domeniul dezvoltării carierei.



MINISTERUL EDUCAȚIEI NAȚIONALE

**UNIVERSITATEA "TITU MAIORESCU" DIN BUCUREȘTI**

Calea Văcărești nr. 187, sector 4, București, cod 040051

Tel.: 021 316 16 46, Fax: 021 311 22 97, e-mail: rectorat@utm.ro, www.utm.ro

## Consiliere individuală

Sesiunile individuale de consiliere se desfășoară sub forma unor întâlniri față în față cu un consilier, având rolul de a-i ajuta pe studenți să își clarifice obiectivele și să își facă un plan de carieră. Pentru o planificare eficientă, accesul la serviciile de consiliere se face în baza unei programări pe [website-ul CCOC](#), studenții având flexibilitatea de a opta pentru sesiuni fizice, la sediul CCOC sau online, în platforma Teams.

### Obiective

- **Support personalizat pentru dezvoltarea profesională a studenților, absolvenților și elevilor de liceu.**
- **Facilitarea procesului de autoevaluare și orientare în carieră a studenților și absolvenților UTM.**
- **Support psihologic pentru studenți în vederea gestionării stresului și a problemelor emoționale.**

### Activități desfășurate

1. **Consiliere în carieră.** Au fost realizate peste 60 de sesiuni de consiliere individuală, în cadrul cărora studenții au primit suport personalizat în stabilirea obiectivelor profesionale și elaborarea planului de carieră. Studenții consiliați au raportat o satisfacție ridicată și o îmbunătățire semnificativă în clarificarea și atingerea obiectivelor profesionale.

#### Feedback:

- „Mi-am îndeplinit obiectivul de a decide ce carieră mi se potrivește, am învățat metode privind descoperirea, dezvoltarea abilităților personale, realizarea unui echilibru între viața personală și muncă.”
- „Am venit la Alina complet descumpănită și speriată de tranziția de la viața de studentie la cea profesională. Procesul de consiliere m-a stimulat să îmi recâștig motivația de a încerca, de a explora și de a-mi lua în mâini propriul destin. Am aflat informații utile despre mine și despre piața muncii, ceea ce m-a ajutat să iau o decizie conștientă.”
- „Acum am o mai mare claritate asupra parcursului meu profesional.”
- „Dacă ar fi un singur cuvânt, acela ar fi profesionalism. Din toate punctele de vedere. A pus exact întrebările potrivite, încă de la prima ședință, care mi-au adus deja câteva răspunsuri sau teme de gândire.”
- „Mi-a oferit o nouă perspectivă, atât asupra mea, ca individ, cât și asupra locului de muncă actual/dorit. M-a ajutat să îmi definesc clar sistemul de valori și să înțeleg cât de important este să găsesc un job care să fie în concordanță cu acesta.”



MINISTERUL EDUCAȚIEI NAȚIONALE

**UNIVERSITATEA "TITU MAIORESCU" DIN BUCUREȘTI**

Calea Văcărești nr. 187, sector 4, București, cod 040051

Tel.: 021 316 16 46, Fax: 021 311 22 97, e-mail: rectorat@utm.ro, www.utm.ro

- „Consilierea m-a ajutat sa-mi clarific ideile legate de ce optiuni am ca viitor psiholog. Alina a scos esentialul din discursul meu si a identificat doua cai principale care care as putea sa merg. Sunt foarte multumita de intalnirea noastra.”

4. **Dezvoltare personală și psihoterapie.** CCOC asigură sesiuni individuale de dezvoltare personală și psihoterapie studenților care se confruntă cu dificultăți emoționale, provocări în relațiile interpersonale, stres academic, sau care doresc să își îmbunătățească abilitățile socio-emoționale, reziliența și starea de bine în diferite contexte de viață. Aceste sesiuni sunt facilitate de Asist. univ. dr. Diana Paula Dudău, psihoterapeut acreditat în orientarea cognitiv-comportamentală. Procesul psihoterapeutic este personalizat în funcție de nevoile fiecărui student, iar numărul și frecvența ședințelor sunt stabilite individual. În general, intervențiile se desfășoară pe o durată de 2-3 luni, cu întâlniri săptămânale sau bilunare, și se încheie odată cu atingerea obiectivelor stabilite. Sesiunile se derulează online, iar confidențialitatea și anonimatul sunt respectate cu strictețe. În anul universitar 2023–2024, s-au desfășurat 35 de ședințe individuale de dezvoltare personală și psihoterapie.

## Cercetare științifică

În cadrul CCOC, realizăm activități de cercetare dedicate înțelegerii factorilor psihologici și educaționali implicați în luarea deciziilor de carieră, adaptarea la mediul academic și profesional, gestionarea situațiilor dificile de viață și îmbunătățirea stării de bine a studenților. Aceste activități sunt proiectate și implementate de CSIII Asist. univ. dr. Diana Paula Dudău.

### Obiective

- Dezvoltarea cunoașterii în domeniul consilierii și orientării în carieră;
- Realizarea unor conceptualizări bazate pe dovezi științifice, relevante pentru consilierea și orientarea în carieră și promovarea sănătății mintale în rândul studenților;
- Aplicarea rezultatelor științifice pentru îmbunătățirea practicilor educaționale, psihoterapeutice și de consiliere în carieră;
- Realizarea unor studii inovatoare care să constituie o contribuție semnificativă în literatura științifică internațională;
- Dezvoltarea unor parteneriate academice între UTM și alte universități.

### Activități desfășurate

1. Realizarea unei cercetări ce explorează relația dintre interesele vocaționale și utilizarea limbajului natural, necesitând analize avansate bazate pe machine learning și tehnici de procesare automată a limbajului natural.



MINISTERUL EDUCAȚIEI NAȚIONALE

UNIVERSITATEA "TITU MAIORESCU" DIN BUCUREȘTI

Calea Văcărești nr. 187, sector 4, București, cod 040051

Tel.: 021 316 16 46, Fax: 021 311 22 97, e-mail: rectorat@utm.ro, www.utm.ro

2. Colectarea unor date suplimentare pentru un studiu care vizează eficiența unei abordări narative în consilierea în carieră. Acest demers a presupus randomizarea participanților în două grupuri experimentale, administrarea longitudinală a unui set de chestionare, precum și colectarea unor date nestructurate de tip limbaj natural, implicând competențe avansate de gestionare a bazelor de date.
3. Susținerea unei prelegeri de o oră, intitulată „*Socioeconomic status and educational equity. Insights from PISA and psychology*” în cadrul [Science Festival organizat de WSB University din Polonia](#).
4. Implicarea într-un proiect de cercetare sub coordonarea doamnei Prof. univ. dr. habil. Monika Bąk-Sosnowska, de la WSB University din Polonia, sub egida parteneriatului internațional QHELIX. Contribuția a inclus formularea unor idei originale în cadrul unor interacțiuni sincrone și asincrone, suport pentru analiza literaturii de specialitate și adaptarea instrumentelor de cercetare pentru limba română. Studiul adresează tematica relației dintre sănătatea fizică și cea mintală a studenților – mai multe detalii pot fi consultate la [acest link](#).

## Direcții de acțiune pentru anul universitar 2024-2025

Anul universitar 2023-2024 a fost unul productiv pentru Centrul de Consiliere și Orientare în Carieră (CCOC), cu numeroase activități desfășurate pe cele 4 direcții principale: informare, educație pentru carieră, consiliere individuală și cercetare științifică. Aceste activități au avut un impact semnificativ asupra studenților, contribuind la dezvoltarea lor profesională și personală, precum și la îmbunătățirea experienței universitare.

### 1. Informare:

Creșterea vizibilității serviciilor oferite de CCOC, prin actualizarea constantă a resurselor online și campanii de informare, a facilitat accesul studenților la informații relevante despre oportunitățile de carieră și dezvoltarea profesională.

### 2. Educație pentru carieră:

Workshop-urile organizate au dezvoltat competențe necesare pentru integrarea eficientă pe piața muncii și au oferit studenților instrumente valoroase pentru planificarea și dezvoltarea carierei.

### 3. Consilierea individuală:

Sesiunile de consiliere individuală în carieră au oferit studenților suport personalizat, ajutându-i să-și clarifice obiectivele profesionale și să-și dezvolte planurile de carieră, iar sesiunile de consiliere psihologică au avut un rol esențial în sprijinirea emoțională a studenților.

### 4. Cercetarea științifică:

Activitățile de cercetare desfășurate în cadrul CCOC au contribuit la avansarea cunoașterii în domeniul consilierii și orientării în carieră, oferind date empirice valoroase despre comportamentul vocațional al studenților și eficiența unor direcții de intervenție bazate pe dovezi. Aceste rezultate nu doar că sprijină îmbunătățirea serviciilor oferite studenților UTM, dar aduc și o contribuție semnificativă în literatura internațională, prin integrarea unor metodologii inovatoare, precum analiza automată a limbajului natural și algoritmi de machine learning.



MINISTERUL EDUCAȚIEI NAȚIONALE

**UNIVERSITATEA "TITU MAIORESCU" DIN BUCUREȘTI**

Calea Văcărești nr. 187, sector 4, București, cod 040051

Tel.: 021 316 16 46, Fax: 021 311 22 97, e-mail: rectorat@utm.ro, www.utm.ro

**În anul universitar 2024-2025, Centrul de Consiliere și Orientare în Carieră (CCOC) își propune să realizeze următoarele servicii și activități, în funcție de resursele disponibile:**

- Creșterea cu cel puțin 10% a numărului de participanți la workshopurile susținute de CCOC, pe teme legate de dezvoltarea profesională și personală a studenților UTM.
- Creșterea cu cel puțin 10% a numărului de studenți care accesează serviciile de consiliere individuală în carieră și psihologică.
- Extinderea serviciilor de consiliere către studenții internaționali, prin actualizarea website-ului în limba engleză și activarea serviciului de programări pentru sesiunile individuale de consiliere.
- Extinderea parteneriatelor cu agenții de recrutare, companii și profesioniști din mediul de business, pentru a facilita informarea studenților cu privire la perspectivele de angajare în domeniile lor de interes.
- Continuarea unei promovări active a CCOC pe canalele de comunicare internă și în social media pentru a crește vizibilitatea serviciilor oferite și a numărului de beneficiari.
- Implicare în proiectul "Career Academy! Program de formare competențe digitale pentru studenți și cadre didactice", finanțat prin proiectul PNRR - "Digitalizarea UTM și pregătirea profesiilor digitale ale viitorului – UpDigitalUTM" în perioada Octombrie 2024 – Decembrie 2025. Proiectul constă în facilitarea accesului studenților de la toate ciclurile de învățământ la:
  - Platformă de învățare UTM & Coursera – acces la peste 9000 cursuri, 1250 microcredentiale, 50 certificări profesionale oferite de 300 de universități de top (ex: 11 universități din top 20 Times Higher Education) și corporații multinaționale (ex: Google, Microsoft, IBM, Meta, DeepLearning.AI, Digital Marketing )
  - Cursuri și certificări pentru competențe de limba engleză ca mediu de predare (EMI)
  - Cursuri pentru utilizarea AI în cercetare și predare
  - Competențe pentru utilizarea MsOffice (Word, Excel, PowerPoint, Teams etc)
  - Cursuri de inițiere/specializare (certIFICATE ANC) pentru profesii emergente – creator de conținut (influencer)
- Activitățile de cercetare desfășurate în cadrul CCOC vor viza continuarea, finalizarea și trimiterea spre publicare a rezultatelor cercetărilor desfășurate în 2023–2024.

**Conf. Univ. Dr. Ioana Mânea**  
**Coordonator CCOC**

