

**Ministerul Educației, Culturii și Cercetării  
Institutul de Științe ale Educației**

**ANGELA CUCER**

**COMPLEXUL DE ASISTENȚĂ PSIHOLOGICĂ  
ÎN ORIENTAREA PROFESIONALĂ  
A PERSOANELOR CU DIZABILITĂȚI**

***Ghid metodologic***

***Chișinău, 2018***

CZU 376.048(072)

C 93

**Aprobată spre editare**  
de **Consiliul Științifico-Didactic al Institutului de Științe ale Educației**

Prezenta lucrare a fost realizată în cadrul Proiectului instituțional „*Epistemologia și praxiologia asistenței psihologice a învățării pe tot parcursul vieții*”, **15.817.06.05F**, sectorul *Asistența Psihologică în Educație*, IȘE.

**Autor:**

**ANGELA CUCER –**

*doctor în psihologie, conferențiar cercetător*

**Recenzenți:**

*Nicolae BUCUN, dr. hab., prof. univ., IȘE.*

*Valentina OLĂRESCU, dr., conf. univ, UPS „Ion Creangă”.*

*Ludmila FRANȚUZAN, dr., conf. cercet., IȘE.*

*Elena PUZUR, dr., lector universitar, IȘE.*

*Violeta VRABII, lector universitar, IȘE.*

**Redactori:** STELA LUCA  
VICTOR ȚÂMPĂU

**Redactor tehnic:** MARIA BONDARI

ISBN 978-9975-48-142-7.

© Institutul de Științe ale Educației, 2018

## Introducere

---

Constituirea unei societăți și economii de succes, bazate pe cunoaștere, pretinde formarea de noi atitudini și capacități, un acces mai larg la oportunitățile de educație și de învățare permanentă și măsuri de protecție socială pentru a însoți schimbările rapide din mediul social. În contextul dat, dezvoltarea serviciului psihologic întru îmbunătățirii procesului de orientare profesională a persoanelor cu dizabilități conform cu cerințele moderne, îmbunătățirea formării specialiștilor competenți din domeniu, sporirea abilităților acestora este necesară.

Ghidul pe care îl propunem vine în sprijinul tuturor celor implicați în orientarea profesională a persoanelor cu dizabilități. Scopul ghidului vizează îmbunătățirea asistenței psihologice a persoanei cu dizabilități în procesul de orientare profesională.

În Ghid sunt expuse succint unele viziuni generale privitor la asistența psihologică în procesul de orientare profesională a persoanelor cu dizabilități; cadrul general legislativ/normativ referitor la asistența persoanelor cu dizabilități în acest proces. Deopotrivă, cei interesați vor face cunoștință cu unele sugestii și metode pentru stabilirea nivelului de pregătire al acestor persoane pentru orientarea profesională; direcțiile de organizare a complexului metodologic de orientare profesională; sunt propuse mai multe tehnici de formare a competențelor de orientare profesională. În baza materialelor prezentate (*tehnici, jocuri, metode interactive*) beneficiarii vor putea ușor să creeze programe de traininguri proprii pentru a forma competențele necesare de orientare profesională la persoanele cu dizabilități. Totodată venim cu unele recomandări ce ar îmbunătăți procesul de orientare profesională a acestor persoane.

Sperăm că materialul propus va oferi posibilități considerabile în orientarea profesională a persoanelor cu dizabilități, contribuind la dezvoltarea și completarea psihologiei și psihopedagogiei speciale cu rezultate noi în acest domeniu. Totodată menționăm că, lucrarea dată n-ar fi fost realizată și finisată dacă la baza ei n-ar fi stat lucrările unor savanți precum N. Bucun, A. Bolboceanu, M. Vîrlan, Ю.В. Тюшев, А.П. Чернявская, Я.С. Сунцова et al., cărora le exprimăm o profundă recunoștință și le aducem respectuoase mulțumiri.

Materialul propus în ghid a fost elaborat în cadrul Proiectului de cercetare „*Epistemologia și praxiologia asistenței psihologice în educație*” (2015-2018), director de proiect – Aglaida Bolboceanu, *doctor habilitat în psihologie, profesor cercetător*.

Ghidul „*Complexul de asistență psihologică privind orientarea profesională a persoanelor cu dizabilități*” este destinat specialiștilor din domeniu, tuturor celor interesați de orientarea profesională a persoanelor cu dizabilități, precum și tinerilor specialiști, studenților facultăților de psihologie, psihopedagogie specială și pedagogie.

Orice persoană, inclusiv cea cu dizabilități, creându-și propriul viitor, în primul rând, hotărăște / ia decizia pentru ce profesie să opteze. Anume în această perioadă importantă a vieții oricui, rolul celor din jur – *a părinților, psihologilor, pedagogilor etc.* – este de a-i ajuta să-și formeze competențele necesare ce îi vor orienta în alegerea profesiei.

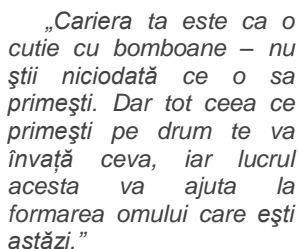
## 1. VIZIUNE GENERALĂ

---

Constituirea unei societăți și economii de succes, bazate pe cunoaștere, pretinde formarea de noi atitudini și capacități, un acces mai larg la oportunitățile de educație, de învățare permanentă și măsuri de protecție socială pentru a însoți schimbările rapide și generale. Totodată, având în vedere faptul că progresul științific și tehnologic pune în fața tuturor noi cerințe și o formare profesională de calitate, realitatea de astăzi pretinde fiecărei persoane o alegere corectă a profesiei [9].

O forță de muncă înalt calificată, cu un nivel de educație adecvat, având capacitatea de a se adapta noilor tehnologii și nevoilor în schimbare ale piețelor, este esențială pentru o economie competitivă și dinamică. Sistemele de educație și orientare profesională sunt abordate la nivel național, în ceea ce privește asigurarea calității, dezvoltarea de curriculum în sprijinul competitivității, relevanța ofertelor educaționale și de formare profesională pentru piața muncii.

Principiul fundamental al acestei priorități îl constituie faptul că învățarea pe tot parcursul vieții reprezintă cadrul general pentru restructurarea și dezvoltarea sistemelor de educație și formare profesională și asigurarea coerenței între contextele de învățare formală, informală și nonformală, în vederea creării condițiilor necesare pentru furnizarea de competențe cheie pe tot parcursul vieții. Totodată învățarea pe tot parcursul vieții presupune o nouă orientare, care pune accentul pe cooperare, parteneriat, educație socială și valorizarea relațiilor interumane. Sunt reconsiderate scopurile, obiectivele și formele de organizare a educației, este reevaluată atitudinea statului și societății față de copii, tinerii, adulții excluși și/sau marginalizați. Învățarea pe tot parcursul vieții susține integrarea educațională, socială, profesională a tuturor persoanelor în comunitate, inclusiv și a persoanelor cu dizabilități,



*„Cariera ta este ca o cutie cu bomboane – nu știi niciodată ce o să primești. Dar tot ceea ce primești pe drum te va învăța ceva, iar lucrul acesta va ajuta la formarea omului care ești astăzi.”*

pornind de la valorile pe care i le poate oferi familia, societatea, evidențiind rolul serviciului psihologic în acest proces și necesitatea dezvoltării acestuia în conformitate cu cerințele moderne, formării psihologilor pentru îmbunătățirea orientării profesionale a persoanelor cu dizabilități.

Ideea de învățare pe tot parcursul vieții, a orientării profesionale este stipulată în unele documente, acte normative a Republicii Moldova scopul cărora este:

- de a accelera transformările în sfera muncii, urmărind soluționarea strategică a problemelor cu caracter economic, social și psihologic privind ocuparea forței de muncă în cadrul economiei de piață și are în vedere creșterea eficienței muncii și dezvoltării unei piețe flexibile, realizării reformelor structural în economia națională [38];
- crearea și perfecționarea unor subsisteme deschise, transparente, flexibile, ale învățământului general, secundar profesional și superior, ale orientării profesionale a elevilor și tinerilor, ale reorientării și instruirii profesionale continue a populației pe tot parcursul vieții active, în toate ramurile economiei naționale și la toate nivelurile de calificare și responsabilitate, atât în cadrul învățământului de stat, cât și în afara lui [11];
- asigurarea oportunităților și șanselor egale la educație pentru persoanele excluse/marginalizate, pentru a putea oferi educație de calitate tuturor în context integrate și medii de învățare continuă [28].

Într-o societate dezvoltată conceptul *orientare profesională* constituie un sistem coerent și dinamic de principii, acțiuni și măsuri prin care un individ sau un grup sunt îndrumați (ajutați) să-și aleagă la un moment dat, pentru o anumită profesie dată de o anumită școală, corespunzător înclinațiilor, aptitudinilor, aspirațiilor proprii, în scopul dezvoltării personalității și respectiv, al pregătirii pentru o anumită profesie. Orientarea profesională urmărește în principal pregătirea persoanei pentru exercitarea unei profesii, vizează latura acțională a idealului educațional, pentru că exercitarea profesiei reprezintă modalitatea fundamentală prin care se realizează joncțiunea dintre individ și societate. Necesitatea sa este determinată de cerința obiectivă privind participarea omului la procesul de producție a bunurilor

materiale și spirituale, care reprezintă baza existenței societății, prin exercitarea unei profesii.

Mai mulți cercetători psihologi numesc orientarea profesională ca drept „sistemă de măsuri psihologo-pedagogice și medicale, ce ajută fiecărui tânăr să-și aleagă profesia luând în considerație aptitudinile sale și necesitățile societății” (К.К. Платонов). În abordarea psihologică a conceptului de orientare profesională în prim plan apar noțiunile psihologice și concepția ce dau lămurire despre particularitățile unei sau altei alegeri. Totodată se formează imaginea orientării profesionale ca un proces psihologic format din două aspecte interconectate:

1. Impactul asupra psihicului persoanei cu scopul de a-i forma intențiile profesionale, de alegere a profesiei, ce ar corespunde intereselor și capacităților persoanei și, totodată, să corespundă cu cerințelor pe piața muncii.
2. Luarea deciziei de către persoană cu privire la alegerea profesiei [62].

Cercetările ne demonstrează că persoanele cu dizabilități foarte rar își pot alege singuri profesia. Deseori interesele lor profesionale sunt influențate de instruirea prin muncă pe care o primesc: astfel alegându-și specialitățile ce li s-a predat în școală. Orientarea profesională a persoanelor cu dizabilități trebuie să fie o parte componentă a sistemului instructiv educativ din școală. Crește rolul psihologului în promovarea orientării profesionale a adolescenților și a părinților acestora, a persoanelor adulte. Din acest considerent este necesară asigurarea asistenței psihologice și pedagogice necesare dezvoltării persoanei cu dizabilități (servicii, centre, cadru didactic de sprijin, psiholog, asistent social etc.) [38].

Totodată, considerăm că problema orientării profesionale a persoanelor cu dizabilități necesită o atitudine:

- *social-economică* (Ce contribuie la repartizarea rațională a resurselor de muncă, mărirea eficacității de producere, depistării posibilităților potențiale a personalității, dezvoltării multilaterale a acesteia);
- *medico-psihologică* (Fiecare profesie de muncitor înaintează anumite cerințe față de calitățile fizice și psihofizice ale persoanei, față de sănătatea ei. Nivelul acestor cerințe depind de conținutul, caracterul și condițiile

de muncă. De aceea la alegerea profesiei este necesar de a corela aceste cerințe cu particularitățile individuale a persoanei);

- *pedagogică* (Deși persoana cu dizabilități are dreptul să-și aleagă profesia dorită, numai dorința și interesul față de ea nu sunt suficiente. La baza orientării profesionale trebuie să stea un complex întreg de cunoștințe și deprinderi, care ne vorbesc despre pregătirea acestuia către o profesie sau alta. Această pregătire este rezultatul unui proces de instruire pedagogică îndelungat).

În procesul orientării profesionale a persoanelor cu dizabilități psihologul întâlnește unele impedimente, cauzate de particularitățile psihologice de dezvoltare a acestora. Nedezvoltarea proceselor psihice, competențelor și capacităților practice, a activității motivaționale – toate acestea ne vorbesc despre necesitatea unor activități psihologice corecțional-educative, îndreptate spre înlăturarea tulburărilor în dezvoltarea psihică a persoanei cu dizabilități. Fără o intervenție psihologică calificată este imposibilă orientarea profesională și pregătirea către muncă a acestora.

Pentru ca intervenția psihologică în orientarea profesională a acestor persoane să se realizeze cu succes, este important să cunoaștem prin ce se caracterizează activitatea lor de muncă și care sunt căile de înlăturare a tulburărilor acesteia. În opinia a mai multor savanți tulburările activității de muncă a persoanelor cu dizabilități au la bază nu numai particularitățile de dezvoltare psihică a acestora, dar și neconștientizarea de către aceștia a importanței dezvoltării capacităților de cunoaștere, a metodelor și motivelor activității în procesul muncii.

Mai multe cercetări ne demonstrează că în actualul sistem de asistență psihologică a procesului de orientare profesională a persoanelor cu dizabilități nu există suficientă claritate în ceea ce privește serviciile psihologice, referitor la orientarea profesională a acestora. Aceste servicii de asistență psihologică nu au standarde minime de calitate privitor la orientarea profesională a persoanelor cu dizabilități și din această cauză nu pot fi monitorizate. De asemenea, nu există un sistem de acreditare a prestatorilor de servicii psihologice și evaluare a calității acestora. S-a constatat accesul limitat a persoanelor cu dizabilități la



servicii psihologice de calitate din motiv că numărul serviciilor psihologice este mic, numărul mic de specialiști psihologi, diseminarea insuficientă a informației privitor la orientarea profesională. Reieșind din cele expuse, devine tot mai actuală problema elaborării și adoptării unor legi privind rolul serviciul psihologic în orientarea profesională a persoanelor cu dizabilități.

Deoarece orientarea profesională a persoanelor cu dizabilități este un fenomen studiat mai mult tangențial. Complexitatea acestui fenomen, lipsa unui consens în lumea științifică referitor la asistența psihologică în procesul de orientare profesională a persoanelor cu dizabilități ne-a determinat, ca în baza unor analize conceptuale din literatura de specialitate, a experimentului de constatare, formativ să propunem pentru psihologi, psihopedagogi speciali, părinți unele metodologii de asistența psihologică a persoanelor cu dizabilități pentru a le forma competențe de orientare profesională din perspectiva învățării pe tot parcursul vieții.

## 2. CADRUL GENERAL LEGISLATIV/NORMATIV REFERITOR LA ASISTENȚA PERSOANELOR CU DIZABILITĂȚI ÎN PROCESUL DE ORIENTARE PROFESIONALĂ

---

Cadrul general legislativ/normativ referitor la asistența persoanelor cu dizabilități, privind procesul de orientare profesională din Republica Moldova, este întemeiat pe documente adoptate la nivel internațional și național, la care ne vom referi în cele ce urmează și care constituie cadrul legal de asigurare a:

- egalității în demnitate, în drepturi și libertăți a tuturor ființelor umane indiferent de rasă, etnie, cultură, limba vorbită, statutul social, politic sau juridic al țării sau teritoriului de care aparține o persoană (*Declarația universală a drepturilor omului – adoptată și proclamată de Adunarea Generală a Organizației Națiunilor Unite la data de 10. 12. 1948*);
- drepturilor copiilor, indiferent de mediul din care provin sau de starea lor de sănătate fizică sau psihică, la o viață decentă, la educație și cultură, în condiții care să le garanteze demnitatea, să le favorizeze autonomia și participarea activă la viața comunității pe măsura posibilităților și potențialului fiecărui copil în parte (*Convenția cu privire la drepturile copilului adoptată la Adunarea Generală a ONU la 12.11.1989*);
- drepturilor persoanelor cu handicap la integrarea sau reintegrarea socială, la educație și integrarea profesională (*Declarația cu privire la drepturile persoanelor handicapate proclamate de Adunarea Generală a ONU la 01.12.1975*);
- drepturilor persoanelor cu deficiență mintală indiferent de rasă, limbă, sex etc., la instruire, educație și integrare socială și responsabilizarea autorităților din domeniul educației generale pentru educarea persoanelor cu handicap în contexte integrate (*Reguli standard privind egalizarea șanselor pentru persoanele cu handicap adoptate de Adunarea Generală a ONU la 20.12.1993*).

Tendința crescândă de orientare profesională a persoanelor cu dizabilități este binecunoscută nu doar peste hotare, ci și în Republica Moldova. Ea se întemeiază pe evoluția drepturilor omului și, în particular, a drepturilor persoanei, pe nevoia de democratizare a societății și, inclusiv, a școlii. Această idee își găsește perfect locul în mai multe acte legislative internaționale, ratificate de către Republica Moldova (*Convenția ONU cu privire la drepturile Copilului; Declarația mondială a Educației pentru Toți; Convenția ONU pentru dizabilitate etc.*); într-un șir de acte legislative naționale precum: *Constituția RM; Codul familiei; Legea cu privire la drepturile copilului; Strategia națională și Planul de acțiuni privind reforma sistemului rezidențial de îngrijire a copilului pentru anii 2007-2012; Strategia națională privind acțiunile comunitare pentru susținerea copiilor aflați în dificultate pe anii 2007-2014; Strategia de incluziune socială a persoanelor cu dizabilități (2010-2013); Planul național de acțiuni comunitare pentru susținerea copiilor aflați în dificultate pe anii 2007-2014; Programul național de asigurare a egalității de gen pe anii 2010-2015; Programul de dezvoltare a educației incluzive în Republica Moldova pentru anii 2011-2020; Strategia „Educația–2020”; Codul Educației, 2014.*

Asigurarea dreptului la orientarea profesională este reflectată în mai multe legi adoptate în Republica Moldova și în special: *Legea nr. 821-XII din 24 decembrie 1991 privind protecția socială a invalizilor* prevede mecanismul de asigurare cu locuri de muncă a persoanelor cu dizabilități și delimitează responsabilitatea diferitor instituții la implementarea acestuia. Până în prezent lipsește o politică socială coerentă de incluziune a acestora pe piața muncii sau pentru asigurarea cu servicii de orientare și instruire profesională.

În conformitate cu *Legea nr. 60 din 30.03.2012 privind incluziunea socială a persoanelor cu dizabilități* (publicată la 27.07.2012 în Monitorul Oficial Nr. 155-159 art. Nr. 508), articolul 32 abordează dimensiunea *Pregătirea profesională, ridicarea nivelului profesional și instruirea persoanelor cu dizabilități*. Astfel, conform acestei legi, pregătirea profesională și ridicarea nivelului profesional al persoanelor cu dizabilități se face în instituții de învățământ, în întreprinderi specializate și la locurile de muncă protejate, conform programului individual de reabilitare și

incluziune socială. Pregătirea profesională, ridicarea nivelului profesional și instruirea persoanelor cu dizabilități se realizează sub diferite forme, inclusiv învățământ de zi, învățământ seral, învățământ cu frecvență redusă, învățământ la distanță, învățare individuală, învățare în cadrul grupurilor, în clase speciale și conform planurilor de învățământ individual, inclusiv instruirea la domiciliu sau în cadrul programelor de educație nonformală. Legea stipulează că Statul, prin intermediul Ministerului Educației, altor autorități publice centrale și locale competente, garantează asigurarea persoanelor cu dizabilități cu material didactic și instructiv, inclusiv cu material pentru nevăzători (în sistem Braille), pentru **slabvăzători**, literatură în variantă sonoră, inclusiv cu sisteme auditive pentru învățarea în grup, asigurarea transpunerii în limbaj mimico-gestual pentru persoanele cu deficiențe de auz, în perioada pregătirii profesionale (inclusiv în perioada orientării, formării și reabilitării profesionale), a educației, instruirii și perfecționării, conform legislației.

O altă lege, care vorbește despre rolul asistenței psihologice a tinerilor inclusiv pe domeniul orientării profesionale este *Codul Educației al Republicii Moldova* [10].

Asigurarea accesului persoanelor cu dizabilități la învățământul profesional și tehnic, conform potențialului și capacității de participare este stipulat în obiectivul specific 1.3 al Strategiei sectoriale „Educația-2020”. În Strategia sectorială „Educația-2020” învățarea pe tot parcursul vieții este consemnată ca „cheia pentru angajabilitate, succesul economic și participarea activă a cetățenilor la viața socială” (Strategia „Educația-2020”, c. IV, Contextul European). Importantă fiind și dezvoltarea în carieră a persoanelor cu dizabilități în procesul învățării pe tot parcursul vieții, pentru soluționarea problemelor societății moderne, devine necesară identificarea condițiilor psihologice optime pentru realizarea ei. Implicarea asistenței psihologice în proiectarea și orientarea profesională a persoanelor cu dizabilități solicită cunoașterea profundă a atitudinii subiecților față de acest proces, motivele, resursele personale și barierele psihologice relaționate la învățarea permanentă.

Conform *Concepției privind orientarea, pregătirea și instruirea profesională a resurselor umane (Hotărârea Nr. 253 din 19.06.2003, publicată: 25.07.2003 în Monitorul Oficial Nr. 155-*

158 art. Nr. 640. Data intrării în vigoare: 25.07.2003), susținerea psihologică reprezintă anumite tehnologii, metode și procedee speciale, aplicate de către pedagog sau consultantul-psiholog și percepute de către persoană ca un complex afectiv, care contribuie la autoaprecierea social-profesională a personalității în procesul de dezvoltare a aptitudinilor, de formare a orientărilor valorice și a conștiinței de sine, la creșterea competitivității pe piața muncii și adaptarea la condițiile de realizare a carierei. Obiectivul principal al susținerii psihologice îl constituie formarea unor orientări valorice și motivaționale adecvate ale oamenilor privind învățământul și munca, modelarea unei strategii comportamentale active și flexibile în vederea alegerii profesiei, planificării și realizării carierei.

Direcțiile de bază ale susținerii psihologice constau în:

- a) elaborarea cadrului normativ privind susținerea psihologică a elevilor, tinerilor și adulților la alegerea profesiei, pregătirea profesională și plasarea în câmpul muncii;
- b) asigurarea metodică-organizatorică a susținerii psihologice în probleme ce țin de carieră a tuturor categoriilor și grupurilor de populație;
- c) perfecționarea sistemului de susținere psihologică și de consultanță în probleme ce țin de carieră la toate nivelurile;
- d) acordarea serviciilor de susținere psihologică în probleme ce țin de carieră elevilor, tinerilor și adulților pe tot parcursul vieții active, în funcție de vârstă și necesități [11].

*Regulamentul privind orientarea profesională și susținerea psihologică a populației în problemele ce țin de carieră (Hotărârea Nr. 450 din 29.04.2004)* prevede orientarea profesională și susținerea psihologică a populației în problemele ce țin de carieră și orientare profesională, Centrul Republican de Asistență Psihopedagogică (CRAP) și Serviciul de Asistență Psihopedagogică (SAP) dezvoltat în fiecare raion sprijină activitatea psihologului în vederea oferirii asistenței psihologice persoanelor cu dizabilități și în direcția orientării profesionale.

Serviciile de orientare și formare profesională sunt oferite de *Organul Teritorial pentru Ocuparea Forței de Muncă* conform programului individual de reabilitare și incluziune socială a persoanei cu dizabilități. Totodată, serviciile de reabilitare profesională (medicale, psihologice, sociale, juridice) sunt oferite

și de Centrul Republican Experimental de Protezare, Ortopedie și Reabilitare și de instituțiile și centrele de reabilitare specializate, în conformitate cu recomandările conținute în programul individual de reabilitare și incluziune socială.

Consiliile Medicale Consultative Comune sunt responsabile de examinarea cazurilor privind necesitatea transferării pe motiv de sănătate, temporar sau permanent, la o muncă mai ușoară sau la altă muncă, care ar corespunde stării sănătății persoanelor cu activitate vitală redusă, apreciind caracterul muncii recomandate și ținând cont de calificarea persoanei.

De menționat e că un alt aspect important este că mulți tineri cu dizabilități dezinstituționalizați au fost incluși în procesul educațional nu conform vârstei biologice, astfel tinerii care au trecut de vârsta copilăriei sunt incluși în instituțiile preuniversitare în colectivele de clasă mai mici vârstei lor. Deși, copiii/tinerii beneficiază de suport individualizat în procesul educațional și de servicii de suport, conform Programului de Educație Incluzivă 2020, actualmente instituțiile de învățământ întâmpină dificultăți privind orientarea școlară și profesională. Constatăm ca nu toate persoanele cu dizabilități au oportunitatea de a beneficia de serviciile psihologului în procesul de orientare profesională.

### **3. SPESIFICUL ASISTENȚEI PSIHOLOGICE A PERSOANELOR CU DIZABILITĂȚI ÎN PROCESUL ORIENTĂRII PROFESIONALE**

---

Orientarea profesională nu este reductibilă la simpla alegere a unei profesiuni, la formularea unei opțiuni sau decizii în acest sens. Ea presupune o pregătire complexă, psihică și o dezvoltare vocațională a persoanei, pentru a se putea integra optim, a evolua și a se realiza pe măsura potențialului vocațional.

Din perspectiva premiselor psihologice esențiale pentru o bună orientare, psihologul francez Jean Drevillon considera că orientarea presupune descoperirea unei vocații, dar și asigurarea condițiilor pentru afirmarea și dezvoltarea optimă a acesteia, pentru validarea ei socială și pentru optima regăsire de sine a omului în profesie. Astfel, a orienta înseamnă nu numai a descoperi o vocație, ci și a asigura șansele optime de evoluție și realizare a potențialului vocațional.

Din perspectiva psihologică, orientarea profesională constituie un sistem complex de activități psiho-educative formative, menite să contribuie la geneza și dezvoltarea structurilor vocaționale de personalitate la maturizarea vocațională a elevilor și tinerilor. Avem în vedere dezvoltarea intereselor și aspirațiilor vocaționale, cristalizarea valorilor vocaționale, dezvoltarea capacităților de a formula proiecte și decizii legate de cariera vocațională, dezvoltarea conștiinței de sine raportată la problematica rolurilor profesionale etc. Din această perspectivă, D. Super, expert UNESCO în orientare profesională, stabilește rolul ansamblului componentelor dezvoltării vocaționale ca repere pentru înțelegerea etapelor dezvoltării individuale și a modului de programare a unor activități de orientare profesională, diferențiate pentru etapele copilăriei, ale adolescenței etc., ca și pentru o orientare profesională permanentă, până după pensionare. Acest autor considera că orientarea profesională trebuie concepută ca „proces prin care individul este ajutat să se dezvolte și să accepte o imagine adecvată și integrală asupra locului și rolului său social în muncă, să confrunte imaginea de sine cu realitatea socială și să ajungă la o autoorientare, în măsură să-i ofere satisfacții optime în

profesiune și să asigure maximum de folos pentru societate”. Din definirea anterioară rezultă și direcțiile de acțiune în domeniul consilierii vocaționale. În acest spirit, Alfonso Millan, la cel de-al IV-lea Congres Mondial de orientare socio-profesională de la Madrid, considera că orientarea socio-profesională trebuie să țină cont de ansamblul problemelor care privesc devenirea și realizarea personalității, inclusiv aspectele care țin de unele probleme speciale ce necesită o consiliere integrală a persoanei.

Referindu-se la o sinteză posibilă asupra obiectivelor orientării socio-profesionale, E. Moubouissin subliniază următoarele obiective primate în toată complexitatea lor:

- a) orientarea școlară și profesională, prin conținutul și finalitățile sale, presupune a ajuta orice individ, în special în perioada devenirii sale, să se cunoască și să se accepte pe sine și să folosească această cunoaștere pentru a face alegeri raționale, realiste cu privire la programul de pregătire profesională;
- b) să ajute orice copil sau tânăr să atingă și să mențină un nivel și un ritm optim de dezvoltare și de realizare;
- c) să ajute orice subiect (copil, adolescent ș.a.) să devină și să rămână o persoană bine integrată în viața socială, viguroasă și aptă de participare socială și profesională.

Din cele trei categorii de finalități la care se referă specialiștii francezi rezultă spectrul larg al conținutului de activități proprii orientării școlare și profesionale cu finalitățile sale definitorii. Totodată de aici rezultă și direcțiile posibile ale unor activități de consiliere școlară și vocațională.

Uneori definirea orientării profesionale se realizează într-o perspectivă psiho-pedagogică și sociologică, luându-se în considerare unitatea dintre acțiunile desfășurate la nivel individual și cele realizate în plan social. Astfel, în *Dicționarul român de sociologie* (1998), Cătălin Zamfir Lazar Vlăsceanu definește termenul „orientare” ca: „activitate individuală și socială de planificare a studiilor și fundamentare a deciziilor care conduc o persoană la frecvența unui tip de instituție școlară și la angajarea în practica unei profesii”.

E.A. Климов și colaboratorii săi au elaborat principiile de realizare a orientării profesionale ca unul din instrumentele orientării profesionale. Ei înțelegeau orientarea profesională ca o



sarcină psihologo-pedagogică, care include în sine următoarele aspecte: asigurarea orientării profesionale generale a persoanei și a părinților acesteia; prezentarea informației referitoare la calitățile profesionale importante (orientările valorice, predispunerea față de profesie, capacități, sănătate); necesitățile de cadre profesionale ale țării, regiunii, raionului în care locuiesc; asistență în alegerea profesiei și a instituției de învățământ. O sarcină suplimentară a unei astfel de activități a fost identificarea unor astfel de caracteristici psihologice ale persoanei, care pot fi considerate drept contraindicații relative la alegerea anumitor profesii. Astfel, aceste aspecte de asistență au acoperit mai multe domenii, la alegerea profesiei ținând cont atât de aspectul informațional, precum și de cel psihologic. O astfel de abordare a permis creșterea acurateței și independenței în alegerea unei profesii [52].

N. Bucun, obținând date științifice importante vizând mecanismele și legitățile ce stau la baza schimbărilor stărilor funcționale în dependență de gradul tulburării de auz, complexitatea și particularitățile de organizare a orientării profesionale și a activității de muncă, a elaborat bazele activității de muncă în caz de tulburări de auz la copii cu dizabilități. A determinat că toate sistemele analizatorice sunt supuse unei organizări funcțional-structurale, legate de asigurarea funcționalității permanente a mecanismelor în condiții schimbătoare. Aceste schimbări sunt îndreptate spre realizarea proceselor compensatorii adaptative. În dinamica dezvoltării compensatorii, precum și în analizatorii ce participă insuficient în percepția activității de muncă, atât în sistemele senzoriale, au loc restructurări de diferit grad. Indicii, ce caracterizează posibilitățile funcționale a canalelor senzoriale, dezvăluie particularitățile mecanismelor reglatorii ale sistemelor analizatorice. Specialistul în procesul de asistență psihologică a persoanelor cu tulburări de auz trebuie să ia în considerare nivelul de dezvoltare a persoanei și să țină cont de acest fapt în activitatea de grup; să se bazeze pe lângă factorii generali pe factorii speciali, care influențează optimal asupra funcțiilor analizatorilor păstrați [48].

D. Gînu în cercetarea sa a obținut date noi despre specificul activității nervoase superioare, a dezvoltării psihomotoricii, a capacității de muncă, a deprinderilor de

planificare, de organizare și de control a activității copiilor cu deficiență mintală, a determinat interacțiunea pozitivă a condițiilor psihofiziologice și psihopedagogice în procesul corecției și recuperării dezvoltării copiilor cu deficiență mintală în cadrul educației tehnologice [23].

S. Goncearuc, cercetând problema autocontrolului în procesul educației tehnologice la a elevii cu deficiențe auditive, a stabilit că sistemele analizatoare studiate sunt supuse organizării structural-funcționale legate de asigurarea constantă a mecanismelor funcțiilor la condițiile flexibile; a determinat că la elevii surzi predomină nivel scăzut al autocontrolului. Aceste restructurări sunt direcționate spre materializarea proceselor compensatorii adaptative, la diferite grade de expresivitate a restructurării acestora [24].

În opinia savanților universității din Sankt-Petersburg H.A. Грищенко și Л.А. Головей, programul de consiliere individuală trebuie să includă date despre nivelurile de bază a structurii psihologice a persoanei, ca subiect al activității. În opinia acestora orientarea profesională se realizează în două direcții: prima direcție mai simplă ține de studierea calităților și particularităților persoanei în corespundere cu cerințele unei profesii concrete. A doua direcție mai complicată ține de studierea sistemică a potențialului persoanei, a aptitudinilor și competențelor sale, a comportamentului motivațional. Cu toate că prima direcție este utilizată pe larg în practică, este mai îngustă, deoarece rezolvarea sarcinilor de producere nu asigură dezvoltarea multilaterală a persoanei. Din acest considerent acești savanți optează pentru direcția a doua – de la persoană la profesie. În consecință, o asemenea abordare a condus la apariția noilor sarcini referitor la orientarea profesională: studierea în complex a persoanei, ca subiect al activității profesionale și utilizarea activității profesionale ca o oportunitate a potențialului existent [49].

În acest caz accentul se schimbă de la asigurarea societății cu cadrele necesare, spre valorizarea autorealizării persoanei în activitatea profesională. Psihologul având rol de asistent, care face cunoștință persoanei cu lumea profesiilor, diagnostică interesele și capacitățile acesteia, oferă consiliere.

Tendențele noi în orientarea socio-profesională presupun un accent mai mare asupra considerării acestora ca sistem de acțiuni de asistență psiho-pedagogică, acțiuni care cuprind și activități de consiliere ce



contribuie la depășirea viziunii statice ce pun accentul pe alegerea unei școli și a unei profesii. În viziune nouă, orientarea profesională presupune maturizare vocațională în vederea orientării în raport cu cariera profesională, conceptul de „carieră” presupune succesiunea de profesii și posturi de muncă sau roluri profesionale pe care le are omul pe parcursul întregii sale vieți active.

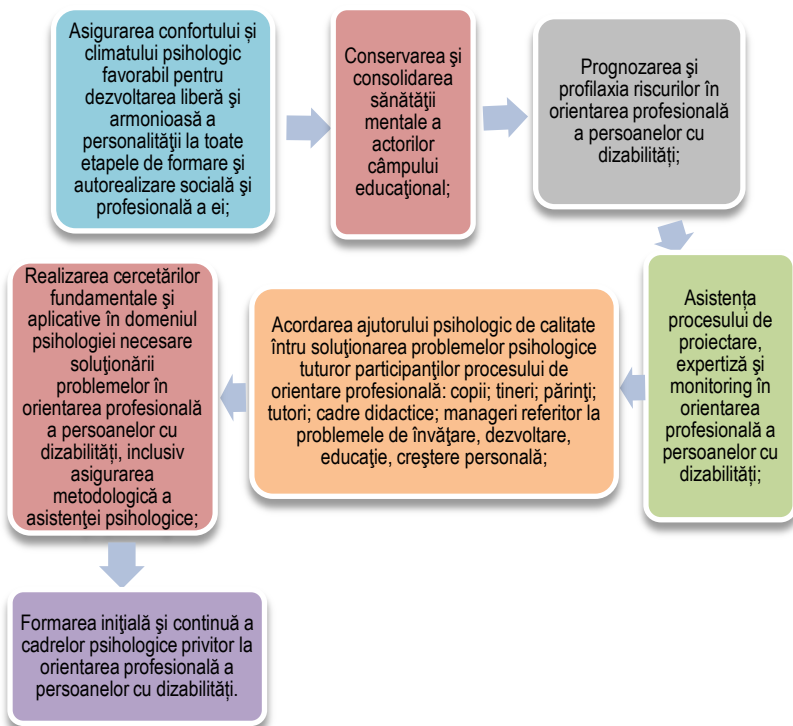
Datele obținute – prin cercetare în cadrul Proiectului instituțional „*Epistemologia și praxiologia asistenței psihologice în educație*” – ne-au permis să descriem unele aspecte ale asistenței psihologice a persoanelor cu dizabilități în procesul orientării profesionale.

În opinia noastră, asistența psihologică a persoanelor cu dizabilități, în orientarea profesională, reprezintă un sistem de metode și procedee social-psihologice specifice, aplicate de către consultantul-psiholog sau pedagog, ce ar contribui la autodeterminarea sub raport socio-profesional a persoanei în procesul dezvoltării aptitudinilor, formării conștiinței de sine și a orientărilor valorice, motivaționale vizând învățarea și munca; la modelarea unor strategii comportamentale active, flexibile în alegerea profesiei (meseriei); planificării și realizării carierei; la creșterea competitivității pe piața forței de muncă. Din aceste considerente, obiectivele constau în cele expuse în *Figura 1*.

Pentru realizarea acestor obiective, apare necesitatea creării unei structuri de asistență psihologică pentru o orientare profesională flexibilă, care să asigure accesibilitatea serviciilor psihologice tuturor beneficiarilor inclusiv și persoanelor cu dizabilități. Aceasta ar putea include:

1. departamentele sau specialiștii din structurile puterii executive centrale, organele puterii executive din municipii,

- raioanele și satele Republicii Moldova, responsabili de asigurarea asistenței psihologice persoanelor cu dizabilități în orientarea profesională a acestora;
2. centrele specializate psihologice, ce oferă ajutor psihologic tuturor actorilor implicați și responsabili de orientarea profesională a persoanelor cu dizabilități;
  3. centrele de cercetare științifică, ce studiază problemele serviciului psihologic în orientarea profesională a persoanelor cu dizabilități.



**Figura 1.** Obiective ale asistenței psihologice privitor la orientarea profesională a persoanelor cu dizabilități

Luând în considerare că orice persoană, la orice vârstă poate învăța ceva, deci poate învăța pe tot parcursul vieții, considerăm că asistență psihologică trebuie să beneficieze de mai mulți beneficiari: adolescenți, tineri, persoane adulte cu

dizabilități, părinții acestora, cadre didactice, specialiștii din domeniile conexe. În acest proces este important ca psihologul să cunoască *principiile* specifice orientării profesionale:

1. Principiul prognozării perspectivei de dezvoltare a personalității în conformitate cu cerințele pieții de muncă.
2. Principiul luării în considerare a nevoilor individuale, intereselor, aptitudinilor și competențelor persoanelor și a necesității regiunii, a țării în ansamblu în personal calificat. Acest principiu exprimă sarcina dublă de a păstra interesele publice și personale.
3. Principiul de acțiune-orientare activă în orientarea profesională, ce presupune atât informarea persoanei despre profesii, cât și includerea în sfera orientării profesionale a aptitudinilor fizice și emoționale a persoanei.
4. Principiul libertății și independenței în auto-determinarea socio-profesională constă în faptul că familia, școala, organizațiile obștești etc. recomandă persoanei mai multe profesii în dependență de capacitățile acesteia, alegerea finală îi revine persoanei.
5. Principiul de prognozare a sănătății persoanei în alegerea profesiei.
6. Principiul interconectării și coordonării activităților comune ale organismelor de învățământ, centrelor de orientare profesională și ocuparea forței de muncă.

Respectarea acestor principii ar contribui la alegerea corectă a profesiei, asigurând un șir de rezultate: însușirea rapidă a profesiei, creșterea productivității și calității muncii, autoperfecționarea profesională, formarea unei discipline de muncă etc. Evidențiind aspectele psihologice ale orientării profesionale, este important să menționăm că elementele de bază sunt studierea



intereselor necesităților și motivelor individului, identificarea accentuărilor. Pentru aceasta este necesară crearea unor condiții social-psihologice ce ar contribui la:

- cunoașterea părților sale slabe a activității de cunoaștere/cognitive, și oferirea posibilității de a găsi modalități de dezvoltare a acestora;
- autoconștientizarea persoanei ca membru independent al societății, a cunoaște locul său și importanța sa în societate.

Asemenea condiții pot fi formate doar prin unele activități individuale sau de grup, ce includ depistarea și dezvoltarea la persoana cu dizabilități a calităților necesare pentru orientarea corectă în lumea profesiilor. Acestea pot fi:

- nivelul de autoactualizare, și anume, autoperfecționare personală;
- identificarea motivelor prosoziale la acele persoane care optează pentru profesia „om—om”, după E.A. Климов [52];
- învățarea pentru autoprezentare, psihodiagnostica abilităților speciale, capacităților organizatorice, predispoziția/succesibilitatea, pregătirea persoanei de anumite acțiuni, idei etc.;
- dezvoltarea reacției persoanei privitor la informația percepută din mediul exterior în scopul creării unui raționament conștient în alegerea profesiei;
- accentuarea atenției asupra caracterului complet, clarității, fezabilității, justificării morale și înțelegerii corecte a lumii muncii.

În opinia noastră, asistență psihologică privitor la orientarea profesională a persoanelor cu dizabilități trebuie să asigure realizarea mai multor principii:

- *abordarea globală, multidisciplinară și științifică* în soluționarea oricărei probleme a persoanei;
- *abordarea integrată* cu crearea programelor individuale de instruire;
- echivalența programului de asistență a persoanei în diferite situații de problemă;
- *asigurarea asistenței psihologice continue* pentru persoanele de diferite vârste cu dizabilități;

- *abordarea umanistă*, care constă în faptul, că specialiștii asistenței psiho-pedagogice permanent trebuie să protejeze interesele și drepturile persoanei;
- *abordarea cooperării și parteneriatului* care prevede asigurarea unei relații deschise și oneste între parteneri, dezvoltarea atitudinilor și comportamentelor bazate pe încredere și receptivitate;
- *abordarea egalizării șanselor*, fiecărei persoane trebuie să i se creeze condiții pentru a beneficia și accesa servicii psihologice, resursele societății trebuie împărțite în așa fel încât fiecare persoană să aibă oportunități egale de participare.

O condiție necesară pentru abordările organizaționale și metodologice în activitatea serviciului psihologic, este respectarea *principiului unității diagnostice și corecției*, ce se bazează pe cerințele psihologo-pedagogice și de vârstă a persoanelor cu dizabilități. La alegerea metodelor de cercetare este important ca specialiștii să se conducă de parametrii obiectivi de apreciere a rezultatelor, alegând o abordare cantitativă și calitativă, utilizând normativul socio-psihologic, care determină locul persoanei în acest eșantion.

De asemenea, important este ca în activitatea sa psihologul se bazeze pe un șir de indicatori de activitate:

1. *Centrarea pe persoană* – respectarea intereselor, nevoilor, persoanei.
2. *Accesibilitatea, transparența și coerența informațiilor și serviciilor* – toate persoanele, indiferent de locul lor de trai, statutul social, religie, vârstă, sex, trebuie să beneficieze de oportunități egale pentru a obține servicii de orientare profesională.
3. *Remodelarea scopului* – serviciile trebuie să corespundă nevoilor individuale ale persoanelor și ale societății.
4. *Eficiență* – asistența psihologică a persoanelor cu dizabilități se face în concordanță cu schimbările de pe piața forței de muncă.
5. *Personal în orientare / consilieri bine instruiți și calificați* – serviciile sunt acordate de către profesioniști cu studii adecvate, instruire și competență în domeniu.

6. *Parteneriatul social (îmbunătățirea implicării părților interesate)* – cu alte instituții: instituțiile de învățământ, medicale, angajatorii, oficiile pentru ocuparea forței de muncă etc. cu privire la serviciul de orientare profesională a persoanelor inclusive și a celor cu dizabilități.
7. *Tehnologii educaționale (inclusiv bazate pe TIC) moderne* – o diversitate de programe, curriculum și materiale metodologice aprobate ar trebui să fie disponibile și utilizate;
8. *Fiabilitatea informațiilor* – informații valide, precise și complete despre oportunitățile și condițiile educaționale, precum și despre situația la moment de pe piața muncii ar trebui să fie disponibile.
9. *Sesizarea altor specialiști în orientare* – pentru a identifica soluția care se potrivește cel mai bine situației persoanei.
10. *Monitorizarea* – cu scopul de a evalua eficiența planului cu privire la orientarea profesională în raport cu progresul și necesitățile persoanei.

### ***Dirjecțiile de activitate a psihologului școlar în domeniul orientării profesionale***

Asistența psihologică a persoanelor cu dizabilități în procesul de orientare profesională pe parcursul vieții trebuie să cuprindă următoarele direcții de activitate:

- *profilaxia psihologică* – acordarea sprijinului în dezvoltarea psihologică normală a personalității, a grupurilor mici și a colectivelor, prevenirea apariției unor eventuale probleme intrapersonale și interpersonale, a conflictelor social-psihologice, inclusiv elaborarea recomandărilor de ameliorare a condițiilor social-psihologice de autorealizare a personalității, a grupurilor mici și a colectivelor, ținând cont de relațiile social-economice constituite;
- *consultația psihologică* – acordarea de ajutor personalității pentru autocunoașterea și autoaprecierea sa adecvată, adaptarea la condițiile reale de viață, formarea sferei valorico-motivaționale, depășirea situațiilor de criză și menținerea echilibrului emoțional, care contribuie la creșterea și dezvoltarea continuă a personalității;
- *corecția psihologică* – influența psihologo-pedagogică activă, orientată spre evitarea devierilor în dezvoltarea



psihică normală a personalității, la dezvoltarea armonioasă a personalității și a relațiilor interpersonale [33].

### ***Consilierea, orientarea și dezvoltarea profesională – strategii și terapii educaționale***

Consilierea și orientarea profesională constituie un ansamblu de servicii care au ca scop: evaluarea și autoevaluarea personalității în vederea orientării profesionale, dezvoltarea abilității de autopromovare și a încrederii în sine a persoanelor din grupul-țintă în vederea luării de către acestea a deciziei privind propria carieră, furnizarea de informații privind piața muncii și evoluția ocupațiilor, instruirea prin metode și tehnici de căutare a unui loc de muncă.

Procesul consilierii și orientării școlare și profesionale poate viza mai multe aspecte de natură:

- **Cognitivă:** furnizarea de informații, formarea tehnicilor în vederea continuării studiilor și implicit a unui loc de muncă;
- **Afectivă:** ameliorarea imaginii de sine, cristalizarea unei aptitudini pozitive față de muncă;
- **Acțională:** luarea deciziei, aplicarea și punerea în practică a opțiunii.

Rolul psihologului este acela de a oferi informații clare, reale despre domeniul profesional și cel al carierei, pentru ca individul să aibă posibilitatea de a opta în cunoștință de cauză. Este necesară – de asemenea – o informare a părinților cu privire la posibilitățile reale ale elevilor, deoarece uneori dorințele părinților în ceea ce privește alegerea unei profesii, nu coincide cu dorința și posibilitățile reale ale copilului [42].

Cel mai cunoscut model de consiliere profesională este modelul lui Egan, care este bazat pe principiul conform căruia consilierea este un proces de învățare și permite clientului să se orienteze spre acțiune de-a lungul procesului de consiliere. În rezultatul acestei consilieri individul se simte investit cu puterea de a-și accepta și recunoaște situațiile de viață problematică, de a găsi soluții alternative, de a decide propriul drum. Acest model de consiliere se realizează în 3 etape:

1. Abordarea problemei:
  - Centrarea interesului orientat spre client;
  - Ascultarea activă;
  - Conformarea înțelegerii problemelor clientului;
  - Realizarea de clarificări, lămuriri, concretizări ale situațiilor;
  - Atitudine cooperantă și echilibrată față de client.
2. Configurarea situației ideale:
  - Precizarea datelor problemei;
  - Transmiterea/schimbul de informații;
  - Emiterea de alternative, soluții;
  - Apelarea la situații concrete, experiențe personale;
  - Sprijinirea clientului în atingerea scopurilor propuse.
3. Elaborarea strategiei de acțiune:
  - Identificarea opțiunilor personale;
  - Evaluarea abilităților, aptitudinilor, atitudinilor, intereselor și valorilor;
4. Asistența clientului în alcătuirea unui plan de acțiune și punerea lui în practică [34].

Este important ca psihologul – în activitatea de consiliere privitor la orientarea profesională a persoanelor cu dizabilități – să se bazeze pe resursele individuale ale persoanei. Totodată apare necesitatea creării condițiilor favorabile pentru formarea unei autodeterminări profesionale eficiente, ceea ce ar contribui la soluționarea mai multor sarcini:

1. Formarea unei autoaprecieri adecvate, încrederii în sine și în forțele sale.
2. Dezvoltarea sferei emoționale și motivației, independenței și responsabilității.
3. Formarea valorilor de viață, creierii imaginii viitorului și perceperea pozitivă a acestuia.
4. Formarea unui plan de viață – determinarea scopului și acordarea ajutorului în alegerea profesiei luând în considerare particularitățile de dezvoltare, abilitățile și competențele persoanei.

Reieșind din natura dizabilității a persoanelor, în activitatea sa *psihologul trebuie să recurgă la tehnici de diagnosticare facile.*

La unele persoane cu dizabilități deseori se întâlnește fenomenul „*cultul bolii*”, când ei așteaptă ajutor de la cei din jur, și nu fac nimic independent cu toate că sunt capabili, alții se apreciază neadecvat, vârsta psihologică nu corespunde vârstei cronologice. Din acest considerent înainte de a începe consilierea de orientare profesională este important ca psihologul să evalueze și nivelul de dezvoltare a personalității acestuia.

Deoarece unele persoane cu dizabilități se află permanent într-o stare psihoemoțională critică, orientarea acestora spre o anumită profesie devine dificilă. Din acest considerent este necesar, în primul rând, de acordat asistență psihologică și corecție individuală, apoi de a desfășura activitatea de consiliere în orientarea profesională. În cazul unei autoaprecieri neadecvate din partea persoanei psihologul ar trebui să posede competențe de a aplica în mod corect abordarea diagnostic-consultativă, scopul acesteia fiind de a ajuta la alegerea profesiei, luând în considerare rezultatele/ cerințele/ recomandările medicale, abilitățile, posibilitățile persoanei și locurile de muncă disponibile.

La toate etapele de orientare profesională, în cazul persoanelor cu tulburări de vâz, psihologul trebuie să ia în considerare faptul, că pot apărea diferite manifestări de comportament din partea acestora, ce nu corespund normelor sociale existente. De exemplu, persoanele slab văzătoare din copilărie au probleme de mimica și pantomimică, care sunt componente importante în comunicare. Datorită acestui fapt perceperea adecvată a interlocutorului în momentul comunicării este dificilă. Probleme în crearea unui contact pozitiv în procesul comunicării la persoanele cu tulburări de vâz pot provoca dorință de izolare socială, contacte sociale reduse, neîncredere în sine.

Odată cu pierderea totală sau parțială a vederii, se modifică dinamica necesităților, se reduc interesele. Stresul permanent și frustrările constante provoacă schimbări în activitatea individuală și socială. O tutelare exagerată contribuie la dezvoltarea unei voințe slabe, neputinței. Aceste caracteristici trebuie să fie luate în considerare de către psiholog în orientarea profesională a persoanelor cu tulburări de vâz. Nivelul scăzut al motivației pe fundal de nedezvoltare emoțională, negativism față de viitorul său și posibilitățile sale sunt factori importanți, care pot să influențeze considerabil asupra procesului de orientare profesională.

Din cauză că persoanele cu tulburări psihomotore repede se epuizează, folosirea testelor cu un surplus de întrebări este imposibilă. În caz de pierdere a abilităților motorii diagnosticul psihologic poate lua forma unor conversații, în cadrul cărora psihologul pune întrebări din chestionare și obține răspunsuri orale. Nedezvoltarea motricității fine a mâinii la unele persoane provoacă disgrafie. Din această cauză aceștia nu pot să completeze testele, alții pot doar să bifeze răspunsurile. În activitatea cu aceste persoane mai efective sunt metodele proiective de cercetare. La unele persoane cu tulburări motore ce au paralizie cerebrală infantilă le sunt caracteristice tulburări senzoriale, ce se manifestă prin dereglarea percepției vizuale și auditive, prin inhibarea activității de percepție. Toate acestea ar trebui, de asemenea, luate în considerare de către psiholog în activitatea de orientare profesională, selectarea metodelor și tehnicilor de diagnostic.

Orientarea profesională și consilierea persoanelor cu dizabilități are *loc în dependență de gradul tulburării*. Astfel la persoanele cu tulburări de auz în urma compensării tulburării cu ajutorul dispozitivelor auditive și educației pedagogice aproape că nu se observă problemele de percepție a sunetelor. Din acest considerent restricțiile privind profesiile pentru acest grup de persoane vor fi mult mai puține, deoarece ei sunt capabili să comunice verbal. În caz de surditate completă restricțiile sunt mai mari și este nevoie de o atitudine individuală din partea psihologului: să utilizeze limbajul scris, să ofere timp mai îndelungat pentru îndeplinirea sarcinii etc. La fel de important este ca psihologul să pună accentul pe faptul că – *odată cu pierderea auzului* – încă nimic nu este pierdut în viață.

Majoritatea persoanelor cu dizabilități din motiv de sănătate sunt imaturi din punct de vedere profesional. Din acest considerent complexul de măsuri psihologice trebuie să includă și aspectul de *informare profesională*, contribuind astfel la extinderea cunoștințelor despre lumea profesiilor, despre limitările unei sau altei profesii, totodată trebuie să includă consilierea profesională și corecția alegerii profesionale, pentru a-i ajuta să se autodetermine din punct de vedere profesional.

Prin asistența psihologică privind orientarea profesională a persoanelor cu dizabilități, vom contribui și la îmbunătățirea și

restabilirea comunicării acestora cu cei din jur, la dezvoltarea capacității lor de a se adapta în diferite situații, căutarea și folosirea corectă a informațiilor; participarea în diferite situații de zi cu zi, folosirea mass-media, cărților, internetului și a mijloacelor moderne destinate pentru persoanele cu dizabilități, pentru integrarea lor socială. Este important și ca psihologul să le formeze așteptări adecvate față de activitatea profesională. Pentru aceasta este important să fie organizate întâlniri cu persoane cu dizabilități, care deja activează în câmpul muncii pentru a-și împărtăși impresiile și experiența.

Pentru a mări eficacitatea serviciului psihologic privitor la orientarea profesională a persoanelor cu dizabilități considerăm, că se impune elaborarea unui model complex de asistență psihologică. Un astfel de model ar contribui la formarea la beneficiari a competenței de autodeterminare în alegerea profesiei, de a-și proiecta propria viață.

## 4. EVALUAREA PSIHOLAGICĂ ÎN PROCESUL DE ORIENTARE PROFESIONALĂ A PERSOANELOR CU DIZABILITĂȚI

---

La alegerea metodelor de cercetare este important ca psihologul să se bazeze pe principiul integrității, deoarece caracteristica psihologică detaliată a persoanei o putem obține doar în rezultatul folosirii mai multor metode ce se completează una pe alta. Deopotrivă, la alegerea sarcinii trebuie de prevăzut gradul de dificultate în îndeplinirea acesteia de către persoană. Aceasta îi va oferi psihologului posibilitatea de a aprecia nivelul dezvoltării persoanei la moment și, totodată, i-ar permite să determine posibilitățile de dezvoltare proximală a acesteia. Este important să se ia în considerare vârsta, accesibilitatea, interesul, particularitățile individuale ale subiecților cercetați.

Pentru a exclude neobiectivitatea în tratarea rezultatelor este important ca psihologul să ia în considerare și influența sferei afective a subiecților asupra rezultatelor activității acestora. Conținutul metodelor și tehnicilor de cercetare – să le provoace subiecților doar reacții pozitive, să contribuie la formarea unui contact și un climat psihologic favorabil pentru rezultate valide. Sarcinile propuse vor avea un caracter intuitiv-empiric. Selectarea științifică a metodelor va contribui la mărirea validității rezultatelor.

În scopul determinării nivelului de pregătire pentru orientarea profesională la persoanele cu dizabilități pot fi aplicate următoarele metode și tehnici de cercetare.

### 4.1. Testul „Valorile profesionale”

*(D.E. Super, pentru persoanele cu dizabilități adaptat de către A. Cucer)*

■ **Scopul:** determinarea valorilor profesionale.

Acest test este orientat spre autocunoașterea personală a individului în dependența de interesele, aspirațiile, înclinațiile personale și de alegerea profesiei dorite.

Chestionarul conține 45 de itemi care măsoară 15 factori, fiecare factor descriind o caracteristică esențială, specifică unui ansamblu de profesii sau activități, în baza a 3 enunțuri. Subiecții trebuie să acorde pentru fiecare întrebare puncte de la 1 la 5, în

funcție de gradul de importanță pe care îl atribuie fiecărei caracteristici:

- 5 = foarte important;
- 4 = important;
- 3 = de importanță medie;
- 2 = puțin important;
- 1 = neimportant.

Fiecare factor are indicat în paranteză numărul enunțurilor de la care se colectează punctajul.

*ALTRUIISM* (2, 22) – profesii care privesc lucrul cu oamenii și contribuie la ameliorarea vieții acestora; medicină, relații umane, asistență socială, învățământ, comerț etc. *SIMȚ ESTETIC* (5, 12) – profesii care permit realizarea unor obiecte estetice: artă, design etc.

*CREATIVITATE* (9, 30) – activități care permit crearea de noi produse, aplicarea de idei noi, inventarea de lucruri noi: profesii tehnice, științifice, artistice, literare, organizatorice etc.

*STIMULARE INTELLECTUALĂ* (1, 15) – activități ce oferă posibilitatea de a învăța ceva nou și solicită gândire independentă, reflexii abstracte.

*REUȘITĂ OBIECTIVĂ* (8, 29) – munci cu caracter executiv, finalizate prin produse concrete și care dau sentimentul de satisfacție prin buna executare a sarcinilor profesionale.

*INDEPENDENȚĂ* (13, 26) – activități care permit persoanei să lucreze după propriul ei ritm și să aplice propriile idei (concepții).

*PRESTIGIU* (4, 20) – activități cu un statut social avansat și care conferă importanță și impun respect.

*CONDUCEREA ALTORA* (16, 24) – profesii care dau posibilitatea de a planifica și organiza munca altora.

*AVANTAJE MATERIALE* (14, 25) – valoare asociată unor munci cu remunerare mare. Tendința de orientare în alegerea profesiei după câștiguri materiale.

*SIGURANȚĂ* (11, 27) – valoare asociată unor profesii care prezintă certitudinea menținerii lor, asigurarea aceluiași tip de muncă și garantarea veniturilor materiale.

*AMBIANȚA ATMOSFEREI DE MUNCĂ* (17, 23) – activități caracterizate prin condiții bune de muncă, și anume curățenie, căldura, lipsa de zgomot.

*RELAȚII CU SUPERIORII* (10, 28) – alegerea locului de muncă în funcție de cadrele de conducere din domeniul respectiv.

**RELAȚII CU COLEGII DE MUNCĂ** (6, 19) – alegerea locului de muncă pe criteriul unor relații bune în colectivul de muncă, ceea ce are importanță majoră în ocupațiile semicalificate și la funcționarii administrativi.

**STILUL/MODUL DE VIAȚĂ** pe care îl implică profesia (7, 18) – valoare asociată la tipul de muncă ce permite desfășurarea unei vieți corespunzătoare imaginii create de persoana respectivă, și anume profesii cu program neregulat, care implică deplasări, călătorii etc.

**VARIETATE** (3, 21) – profesii care permit activități diverse, variate, originale. Orientare spre satisfacții personale.

Scorul final se obține din suma punctelor acordate pentru fiecare factor la cele 3 enunțuri relevante pentru acesta. Se stabilește ordinea ierarhică a factorilor în dependență de numărul punctelor acumulate. Primii 3 factori la care subiectul a obținut punctajul cel mai mare reprezintă domeniul de activitate în care poate avea succes și să se realizeze din punct de vedere profesional.

### **Testul Valorile profesionale**

1. Vârsta \_\_\_\_\_
2. Genul: F  M
3. Instituția \_\_\_\_\_
4. Studiile \_\_\_\_\_

1. Citește întrebările chestionarului.
2. Acordă puncte de la 1 la 5 în funcție de gradul de importanță pe care îl atribui fiecărei caracteristici descrise mai jos (5 – foarte important, 4 – important, 3 – de importanță medie, 2 – puțin important, 1 – neimportant).

<b>Nr.</b>	<b>Ce grad de importanță acorzi pentru o profesie, ce:</b>	<b>Nota</b>
1.	<i>necesită să rezolvi mereu, să rezolvi probleme noi?</i>	
2.	<i>îți cere să ajuți pe alții?</i>	
3.	<i>are o arie de activitate foarte variată?</i>	
4.	<i>contribuie la sporirea prestigiului profesional?</i>	
5.	<i>solicită aptitudini artistice?</i>	
6.	<i>prevede lucrul în echipă?</i>	
7.	<i>îți permite să te realizezi așa cum dorești?</i>	



8.	<i>oferă prilejul de a putea aprecia cele efectuate la sfârșitul zilei de muncă?</i>	
9.	<i>impune crearea unor produse noi?</i>	
10.	<i>oferă măsură în aprecieri și critici din partea șefului?</i>	
11.	<i>este solicitată și oferă multe locuri de muncă?</i>	
12.	<i>pune în valoare gustul tău pentru frumos?</i>	
13.	<i>oferă posibilitatea de a lua decizii personale?</i>	
14.	<i>propune largi posibilități de avansare, cu remunerare adecvată?</i>	
15.	<i>face să gândești intens pentru a rezolva probleme noi și propune soluții originale?</i>	
16.	<i>oferă oportunități de a demonstra capacități de conducător?</i>	
17.	<i>asigură condiții favorabile sănătății?</i>	
18.	<i>te ajută să-ți manifesti independență deplină?</i>	
19.	<i>oferă posibilitatea de a lega prietenii durabile cu colegii?</i>	
20.	<i>îți sublimă importanța muncii ca cei din jur să te poată aprecia?</i>	
21.	<i>îți propune diversitate?</i>	
22.	<i>îți oferă posibilitatea de a contribui la bunăstarea altor persoane?</i>	
23.	<i>îți oferă condiții prielnice de lucru (loc bine iluminat, liniștit, curat, spațios) ?</i>	
24.	<i>îți permite să-ți planifici și să organizezi munca altora?</i>	
25.	<i>îți oferă posibilități ca să depinzi de cât mai puține persoane?</i>	
26.	<i>se referă la domeniul producției obiectelor care atrag atenția prin aspectul lor estetic?</i>	
27.	<i>presupune o atmosferă calmă de lucru?</i>	
28.	<i>demonstrează rezultatele efortului tău?</i>	
29.	<i>oferă șansa de a contribui la elaborarea de idei noi?</i>	
30.	<i>este o muncă creativa?</i>	

### **Calcularea rezultatelor:**

3. Completează tabelul de mai jos

<b>Nr.</b>	<b>Itemii (întrebările)</b>	<b>Numărul de puncte acumulate</b>	<b>Specificul profesiei sau al activității</b>	<b>Profesiile, activitățile</b>
1.	2, 31		Altruism	Medicina, relații umane, asistența socială, învățământ, comerț etc.
2.	16, 45		Creativitate	Profesii tehnice, științifice, artistice, literare, manageriale etc.
3.	7, 20		Simț estetic	Artă, design etc.
4.	1, 23		Stimulare intelectuală	Activități ce oferă posibilitatea de a învăța ceva nou și solicită o gândire independentă.
5.	13, 44		Reușită obiectivă	Munci în care te manifesti ca executor; munci care finalizează prin produse și aduc satisfacții.
6.	21, 40		Independență	Ocupații care permit persoanei să lucreze după propriul ei ritm și să aplice propriile idei (concepții).

7.	6, 28		Prestigiu	Ocupații cu un statut social ridicat și care conferă importanța și impun respect.
8.	24, 37		Conducere	Profesii care oferă posibilitatea de a planifica și a organiza munca altora.
9.	22, 39		Avantaje materiale	Valoarea socială a unor munci cu remunerare înaltă. Tendința spre câștiguri materiale.
10.	19, 42		Siguranță	Profesii care prezintă certitudinea menținerii lor, asigurarea aceleiași tip de muncă pe o durată cât mai îndelungată și garantarea veniturilor materiale.
11.	25, 36		Atmosfera de muncă	Ocupații caracterizate prin condiții bune de muncă, căldură, curățenie, fără zgomot.
12.	18, 43		Relații cu superiorii	Alegerea locului de muncă în

				funcție de cadrele de conducere din domeniul respectiv.
13.	8, 27		Relații cu colegii	Alegerea locului de muncă conform criteriului unor relații bune în colectivul de muncă.
14.	10, 26		Modul de viață pe care îl implică profesia	Profesii cu program neregulat, care implică deplasări, călătorii etc.
15.	4, 29		Varietate	Profesii care permit activități diverse, irepetabile. Orientare spre satisfacții personale.

4. Completează tabelul de mai jos, înscriind acele trei profesii (domenii de activitate) care au acumulat numărul maxim de puncte. Acestea reprezintă domeniul de activitate în care puteți avea succes și vă puteți realiza din punct de vedere profesional.

Nr.	Profesia, domeniul de activitate	Numărul de puncte
1.		
2.		
3.		

## 4.2. Chestionarul „*Inventarul intereselor profesionale*” (tip Holland)

■ **Scopul:** determinarea intereselor profesionale.

În dependență de interesele profesionale ale individului, se identifică genul de activitate către care sunt orientate aceste interese. Acest chestionar reprezintă o variantă simplificată a hărții intereselor profesionale utilizată eficient în cazul copiilor și tinerilor cu dizabilități în procesul de orientare în carieră.

Prin aplicarea acestei metode identificăm domeniul de activitate spre care este orientat subiectul în dependență de interesele sale profesionale. Chestionarul conține 36 afirmații structurate în 6 coloane, repartizate după 6 variabilele: **A, B, C, D, E, F**. Subiecților li se cere să selecteze din fiecare coloană afirmațiile care reprezintă voința lor. Ei pot să aleagă una sau mai multe afirmații, corespunzător, din fiecare coloană pot rezulta mai multe variabile. Fiecare variabilă reprezintă orientarea către anumite profesii, după cum urmează:

1. **A.** Orientat spre exterior: *inginer, antrenor, pilot, fermier, medic veterinar, tâmplar, pompier.*
2. **B.** Orientat către detalii: *programator, contabil, bancher, bibliotecar.*
3. **C.** Orientat către influențe: *proprietar de firmă, director de școală, paznic.*
4. **D.** Orientat către oameni: *învățător, doctor, reporter la ziar, asistent social, casier, vânzător.*
5. **E.** Orientat către arte: *actor, artist, muzician, scriitor, arhitect, fotograf, pictor.*
6. **F.** Orientat către cercetare: *cercetător științific, detectiv, psihiatru, meteorolog, notar, avocat.*

La final, punctajul se calculează în dependență de frecvența variabilei dominante. Adică, dacă subiectul are variabila „**A**” cu cea mai mare frecvență, atunci este orientat către exterior și poate profesa ca inginer, antrenor, pilot, fermier etc.

Rezultatele acestui instrument nu pot da o imagine în ansamblu despre harta intereselor profesionale a subiecților cercetați, de aceea, este necesar ca pentru atingerea obiectivului propus să fie aplicate și alte metode, teste similare pentru confirmarea rezultatelor ceia ce noi am și realizat în cadrul experimentului.

## Chestionarul *Inventarul intereselor profesionale*

1. Vârsta \_\_\_\_\_
2. Genul: F  M
3. Instituția \_\_\_\_\_

✦ **Instrucțiuni:** Din fiecare coloană alege afirmațiile care sunt cele mai potrivite pentru tine și marchează litera în dreptul acestora.

- A. Îmi place să practic jocuri de echipă.
  - B. Îmi place să descifrez cuvinte încrucișate.
  - C. Îmi place să-mi ceara cineva sfatul.
  - D. Îmi place să vorbesc la telefon.
  - E. Exersez în caietul meu de notițe.
  - F. Sunt curios să aflu cât mai multe lucruri.
- 
- A. Îmi place munca manuală (să lucrez în grădină, să repar, să gătesc, să cos).
  - B. Tot timpul scriu ce am de făcut.
  - C. Mai degrabă aș încerca să câștig bani de unul singur, decât într-o companie cu cineva.
  - D. Mă simt bine când îi ajut pe alții.
  - E. Îmi place să-mi folosesc imaginația, să scriu povești.
  - F. Dintre materiile de școală cel mai mult îmi plac științele naturii.
- 
- A. Îmi place să lucrez cu uneltele.
  - B. Mă simt bine când în camera mea este ordine.
  - C. La un proiect prefer să lucrez în grup, nu de unul singur.
  - D. Nu sunt timid când trebuie să-mi spun părerea.
  - E. Mi-ar plăcea să-mi reamenajez camera.
  - F. „Jurnal” și „Timpul” îmi par publicații interesante.
- 
- A. Îmi place să mă aflu mai mult afară, decât în casă.
  - B. Matematica este obiectul meu preferat.
  - C. E important să hotărâsc singur în ceea ce mă privește.
  - D. Îmi place să cer sfatul în rezolvarea unor probleme.
  - E. Prefer să fiu în miezul lucrurilor, și nu în afara lor.
  - F. Îmi place să observ vremea, plantele sau animalele.

- A. Îmi place să am animale în casă.
  - B. Scrisul meu de mână este ordonat și citeț.
  - C. Mi-ar place să fiu primar.
  - D. Îmi place să am un prieten de corespondență sau să redactez un jurnal.
  - E. Prefer lucrul individual, nu colectiv.
  - F. Îmi place să demontez mecanismele să văd cum funcționează.
- 
- A. Prefer să merg cu bicicleta, decât să mă uit la televizor.
  - B. Mi-ar plăcea să lucrez la computer.
  - C. Aș putea fi un bun căpitan de echipă.
  - D. Mi se pare firesc să întâlnești oameni noi și să-i faci prieteni.
  - E. Ocupațiile mele preferate sunt muzica, desenul, ceramica.
  - F. Mă preocupă mediul înconjurător.

**Calcularea rezultatelor:** Calculează de câte ori ai ales fiecare din literele **A, B, C, D, E** și **F**. Orientarea la care ai acumulat cifra cea mai mare este cea care ți se potrivește mai mult.

A. – \_\_\_\_\_ B. – \_\_\_\_\_ C. – \_\_\_\_\_ D. – \_\_\_\_\_ E. – \_\_\_\_\_ F. – \_\_\_\_\_

- A. Orientat spre exterior: *inginer, antrenor, pilot, fermier, medic veterinar, tâmplar, pompier.*
- B. Orientat către detalii: *programator, contabil, bancher, bibliotecar.*
- C. Orientat către influențe: *proprietar de firmă, director de școală, paznic.*
- D. Orientat către oameni: *învățător, doctor, reporter la ziar, asistent social, casier, vânzător.*
- E. Orientat către arte: *actor, artist, muzician, scriitor, arhitect, fotograf, pictor.*
- F. Orientat către cercetare: *cercetător științific, detectiv, psihiatru, meteorolog, notar, avocat.*

### 4.3. Testul „Încrederea în tine însuși” (L. Chelcea)

1. Vârsta \_\_\_\_\_
2. Genul:    F         M
3. Instituția \_\_\_\_\_

✦ **Instrucțiuni:** Citiți atent fiecare item și alegeți varianta de răspuns care vă caracterizează. Încercuiți varianta aleasă DA sau NU în fișa de răspuns, vis-à-vis de fiecare număr al întrebării.

1. Când în prezența mea oamenii se ceartă, încerc să-i liniștesc.  

DA	NU
----	----
2. Sunt un conducător auto excelent.  

DA	NU
----	----
3. Dacă aș fi în situația de a ajuta poliția să prindă un infractor, aș face-o fără nici o ezitare.  

DA	NU
----	----
4. Aș putea practica orice profesie cu succes.  

DA	NU
----	----
5. Dacă șeful direct mi-ar cere să-l înlocuiesc temporar, aș fi gata să o fac.  

DA	NU
----	----
6. Impresionez pozitiv orice persoană căreia îi sunt prezentat.  

DA	NU
----	----
7. Dacă aș observa că cineva încearcă să comită o infracțiune, aș anunța imediat personalul de pază.  

DA	NU
----	----
8. Pot ține o cuvântare în fața unui public numeros.  

DA	NU
----	----
9. Dacă cineva încearcă să se „bage în față”, îi atrag atenția să stea în rând.  

DA	NU
----	----
10. Reușesc în tot ceea ce întreprind.  

DA	NU
----	----
11. În cazul unui incendiu, aș ajuta persoanele în pericol.  

DA	NU
----	----
12. Dincolo de aparențe, toți oamenii au un dram de lăcomie.  

DA	NU
----	----



**Cotarea și interpretarea rezultatelor:** Notați cu două puncte fiecare enunț adevărat în ceea ce vă privește și câte un punct pentru fiecare enunț fals, care nu corespunde felului dumneavoastră de a fi. Puteți totaliza între 12 și 24 de puncte.

**Nivel scăzut** (12–15 puncte). Nu s-ar putea spune că vă autoevaluați pozitiv: aveți o slabă încredere în propria dumneavoastră persoană. De ce? Merită se meditați asupra acestui aspect. Nu suntem de acord cu acel proverb care spune că „*Este un mare prost cel care nu crede despre sine ca este un mare deștept*”, dar nici nu ne imaginăm că, acordându-ne singuri foarte puțină încredere, alții vor fi mai generoși!

**Nivel mediu** (16–19 puncte). Vă plasați în rând cu marea majoritate. Nu e rău, dar nici bine nu este; aveți o încredere moderată în dumneavoastră. S-ar impune să stați de vorbă cu dumneavoastră înșivă. Oare succesele de până acum nu se datorează și modului dumneavoastră de a vă implica? De ce să nu vă stimați mai mult? Sunteți o personalitate!

**Nivel înalt** (20–24 puncte). Sunteți un bun căpitan pe nava succesului.

**4.4. Chestionarul „Maturitatea profesională”**  
(A.P. *Cerneavskaja*, pentru persoanele cu dizabilități  
adaptat de către A. Cucer)

1. Vârsta \_\_\_\_\_
2. Genul:    F         M
3. Instituția \_\_\_\_\_

✦ **Instrucțiuni:** Vă rugăm să răspundeți prin „DA” sau „NU”

**Chestionar**

1. Fac parte dintre persoanele care aleg nu o profesie concretă, ci nivelul studiilor (volumul cunoștințelor obținute).
2. Nu iau decizii serioase în mod pripit.
3. În situațiile când trebuie să iau o decizie, mă bazez pe aptitudinile proprii.
4. Cunosc condițiile în care voi activa.
5. Îmi analizez trecutul.

6. Suport greu insuccesele din viață.
7. Cunosc obligațiunile activității pe care o voi îndeplini.
8. Voi fi stimat pentru cunoștințele și experiența mea.
9. Caut în trecut cauzele a celor ce mi se întâmplă în prezent.
10. Căutarea profesiei necesită multe eforturi și aceasta îmi displace.
11. În opinia mea, viitoarei profesii, chiar și în detalii, nu garantează lipsa dezamăgirilor.
12. Depun toate eforturile pentru a obține cunoștințe și deprinderi, cel puțin într-un domeniu.
13. Prefer o activitate liniștită, lipsită de responsabilități.
14. Face parte dintre persoanele care acționează fără să se gândească.
15. Voi schimba locurile de muncă, până când nu voi găsi ceea ce îmi trebuie.
16. Nu mă gândesc la viitor.
17. Nu voi alege profesia ce cere mari eforturi.
18. Îmi voi realiza scopul, chiar dacă asta nu le place părinților și prietenilor.
19. Nu-mi planific din timp cunoștințele pe care aș dori să le ara.
20. Îmi este greu să aflu perspectivele unor sau altor profesii.
21. Când iau decizii mă bazez pe intuiție.

### CHEIA

#### AUTONOMIA

DA – 8, 12	NU – 13, 17
------------	-------------

#### INFORMAREA

DA – 1, 4, 7, 15, 8, 12	NU – 11, 20
-------------------------	-------------

#### LUAREA DECIZIILOR

DA – 2, 3	NU – 14, 21
-----------	-------------

#### PLANIFICAREA

DA – 5, 9	NU – 16, 19
-----------	-------------

#### ATITUDINEA EMOȚIONALĂ

DA – 18	NU – 6, 10
---------	------------

#### 4.5. Testul „Determinarea tipului de personalitate profesională” (adaptat după D. Golland)

✦ **Instrucțiuni:** Pe foaie sunt reprezentate în perechi diferite profesii. Găsește în fiecare pereche de profesii pe cea pe care o preferi și o subliniezi.

**\*Exemplu:** La întrebarea nr. 41 dacă din cele 2 profesii prezentate – **poet** sau **psiholog** – alegi profesia de psiholog, atunci subliniezi varianta aleasă astfel: **a) poet, b) psiholog.**

1.	a) inginer-tehnic	b) inginer-controlor
2.	a) muncitor la fabrica de tricotaje	b) medic sanitar
3.	a) bucătar	b) culegător
4.	a) fotograf	b) șef de magazin
5.	a) pictor	b) designer
6.	a) filosof	b) psihiatru
7.	a) chimist-cercetător	b) contabil
8.	a) redactor la o revistă științifică	b) avocat
9.	a) lingvist	b) traducător texte artistice
10.	a) pediatru	b) statist
11.	a) organizator al activităților artistice	b) președinte a sindicatelor
12.	a) medic sportiv	b) foiletonist
13.	a) notar	b) agent de aprovizionare
14.	a) lăcătuș	b) caricaturist
15.	a) activist politic	b) scriitor
16.	a) grădinar	b) meteorolog
17.	a) șofer de troleibuz	b) asistentă medicală
18.	a) inginer-electric	b) dactilograf
19.	a) zugrav	b) pictor pe metale
20.	a) biolog	b) medic șef
21.	a) teleoperator	b) regizor
22.	a) hidrolog	b) revizor
23.	a) zoolog	b) zootehnician
24.	a) matematic	b) arhitect
25.	a) lucrător social	b) contabil

26.	a) învățător	b) șef de echipă
27.	a) educator	b) pictor de ceramică
28.	a) economist	b) șef de secție
29.	a) corector	b) critic de artă
30.	a) șef pe activitate de gospodărie	b) director
31.	a) inginer-radio	b) specialist în fizică nucleară
32.	a) ajutor, reglor	b) mecanic
33.	a) agronom	b) președinte de gospodărie țărănească
34.	a) croitor-modelier	b) decorator
35.	a) arheolog	b) expert
36.	a) lucrător la muzeu	b) consultant
37.	a) om de știință	b) actor
38.	a) logoped	b) stenograf
39.	a) medic	b) diplomat
40.	a) contabil șef	b) director
41.	a) poet	b) psiholog
42.	a) lucrător la arhivă	b) sculptor

**Cheia testului:**

Tip realist	Tip intelectual	Tip social	Tip convențional	Tip întreprinzător	Tip artistic
1 a	1 b	2 b	3 b	4 b	5 b
2 b	6 a	6 b	7 b	8 b	9 b
3 a	7 a	10 a	10 b	11 b	12 b
4 a	8 a	11 a	13 a	13 b	14 b
5 a	9 a	12 a	14 a	15 a	15 b
16 a	16 b	17 b	18 b	23 b	19 b
17 a	20 a	20 b	22 b	26 b	21 b
18 a	22 a	25 a	25 b	28 b	24 b
19 a	23 a	26 a	28 a	30 a	27 b
21 a	24 a	27 a	29 a	33b	29 b
31 a	31 b	36 b	32 b	35 b	30 b
32 a	35 a	38 a	38 b	37 b	37a
33 a	36 a	39 a	40 a	39 b	41a
34 a	37 a	41b	42 a	40 b	42 b
<b>Suma =</b>	<b>Suma =</b>	<b>Suma =</b>	<b>Suma =</b>	<b>Suma =</b>	<b>Suma =</b>

### **Caracteristica tipurilor de personalitate:**

*Tipul REALIST (motor)* – îi plac activitățile care impun forța fizică; este agresiv, are o organizare motorie bună; nu are deprinderi verbale și interpersonale; preferă să rezolve problemele concrete și nu pe cele abstracte; este nesociabil. Preferințele sale se îndreaptă spre activități care nu solicită manipularea ordonată și sistematică a obiectelor, instrumentelor, mașinilor. Achiziționează competențe manuale în domeniul mecanic, agricol, tehnic. Ii displac activitățile sociale și educaționale.

*Tipul INTELECTUAL (investigativ)* – este orientat în sarcină, gândește problemele; încearcă să înțeleagă și să organizeze lumea; îi plac sarcinile ambigue și activitățile interactive; este orientat spre abstract. Preferințele sale se orientează spre acele activități care implică investigații creative ale fenomenelor fizice, biologice și culturale. Achiziționează competențe științifice și matematice. Ii displac activitățile persuasive, sociale și repetitive.

*Tipul SOCIAL (de susținere)* – alege roluri de predare și terapeutice; îi plac lucrurile sigure; are deprinderi verbale și interpersonale; este orientat social; acceptă impulsurile feminine. Preferințele sale se îndreaptă spre acele activități care implică informarea, pregătirea, dezvoltarea, grija pentru alte persoane. Achiziționează competențe în stabilirea unei bune relaționări cu alte persoane. Îi displac activitățile manuale și tehnice care presupun utilizarea de materiale și/sau mașini/unelte de lucru.

*Tipul CONVENȚIONAL (conformist)* – are o structură verbală, preferă activitățile în care se utilizează cifrele; alege rolurile de subordonat; își realizează scopurile prin conformism; este loial puterii. Preferă activitățile care solicită manipulări ordonate și sistematizate a datelor, organizând informațiile scrise și pe cele numerice pentru atingerea scopurilor sale organizaționale sau financiare. Îi displac activitățile nestructurate, nesistematizate și artistice.

*Tipul ÎNTREPRINZĂTOR (persuasiv)* – preferă utilizarea deprinderilor sale verbale în situații care-i furnizează ocazii de vânzare, de dominare, de conducere a altora. Preferă acele activități în care solicită alte persoane pentru atingerea scopurilor sale organizatorice sau financiare. Achiziționează competențe de lider, de persuasiune, de relaționare interpersonală.

*Tipul ARTISTIC (estetic)* – preferă relaționarea personală indirectă printr-o autoexprimare proprie mediului artistic. Preferințele sale sunt axate pe activități nestructurate care presupun manipularea materialelor pentru a crea forme artistice noi. Achiziționează competențe artistice în domeniul muzical, lingvistic, al artelor plastice, literar. Ii displac activitățile ordonate, administrative, sistematizate, de afaceri.

Subiecților li s-a dat spre completare chestionarul și li s-au explicat cerințele de completare, astfel, din cei 42 itemi prezentați ca și perechi de profesii, ei au avut însărcinarea să aleagă din fiecare pereche o singură profesie și s-o marcheze cu semnul "+". Variantele de răspuns obținute sunt confruntate cu *Cheia de răspuns* a testului și astfel se obține punctajul. Dacă varianta de răspuns coincide cu răspunsul cheie din table, atunci subiectul la acest item a obținut un 1 punct. Se analizează care este tipul de personalitate predominant din cele 6, în dependență de punctajul maxim înregistrat pentru fiecare tip.

#### 4.6. Tehnica de studiere a încrederii în forțele proprii

(V.G. Romek)

- **Scopul:** Determinarea nivelului de încredere în forțele proprii, abilitatea de a avea curaj în plan social și capacitatea de a întreține relații interpersonale.

**Vârsta:** de la 14 ani.

- ★ **Instrucțiuni:** *Vă propunem un test de alcătuit din 30 de itemi, pentru a vă face o imagine despre disponibilitatea Dvs. de a avea încredere în forțele proprii și care studiază capacitatea de a întreține relații interpersonale adecvate. Alegeți din cele trei variante de răspunsuri doar una, care reflectă în cea mai mare măsură propria părere în raport cu afirmațiile prezentate mai jos:*

**A-** Adevărat

**B-** Mi-e greu să spun / uneori

**C-** Fals

Enunțurile din coloana **B** străduiți-vă să le utilizați cât mai rar posibil (nu mai des decât o dată la 3-4 întrebări).

## Fișă de răspuns

Numele, Prenumele \_\_\_\_\_

Vârsta \_\_\_\_\_ Data \_\_\_\_\_

Nr.	Afirmări	A	B	C
1.	Chiar dacă nu am dispoziție, am grijă să nu-i indispen pe ceilalți.			
2.	În prezența unei persoane autoritare (de ex. Directorul școlii) mă sfiesc ușor.			
3.	Sunt o persoană destul de independentă.			
4.	Atunci, când apare o contradicție între mine și o persoană apropiată, prefer să cedez pentru a evita conflictul.			
5.	Dacă în timpul lecției învățătorul se apropie de banca mea, mă simt incomod.			
6.	Foarte ușor îmi aleg strategia comportamentală, care îmi oferă cele mai mari posibilități de a obține ceea ce mi-am propus ca scop.			
7.	Circumstanțele sunt mai puternice decât mine, ceea ce mă face să refuz mai multe lucruri.			
8.	Mă incomodez, când mi se propune ajutor.			
9.	Pot spune că, în general, eu îmi aranjez soarta.			
10.	Îmi este dificil să comunic altora despre propriile sentimente, trăiri.			
11.	Sunt impus să lupt cu propria timiditate.			
12.	Sunt multe lucruri cu care mă pot mândri.			
13.	Sunt nevoit să-mi ascund propriile sentimente, trăiri.			
14.	Dacă în timpul discuției apare o pauză, atunci mă simt incomod.			
15.	Iau repede decizii fără a medita mult „pro” sau „contra”.			
16.	Reușesc să determin ușor pe cineva să execute o anumită sarcină.			
17.	Când mă confrunt cu careva probleme școlare, mă sfiesc să mă adresez dirigintelui sau altei persoane competente.			
18.	Sunt sigur că se poate miza pe mine în cele mai dificile situații.			
19.	Dacă am nevoie de prietenul meu îl sun chiar și la miezul nopții.			
20.	Nu am curajul să sun la careva instituții oficiale.			

21.	De regulă, îmi ating scopurile.			
22.	Îmi este foarte greu să inițiez discuții cu persoanele necunoscute.			
23.	Dacă o rudă sau o persoană apropiată mă enervează, atunci eu prefer să ascund asta.			
24.	Am aptitudini și suficientă energie pentru a realiza ceea ce-mi planific.			
25.	Evit să spun lucruri care ar putea jigni pe cineva.			
26.	Dacă cineva mă privește în timp ce fac ceva, atunci aceasta mă distrage.			
27.	Mă simt inferior altora.			
28.	Am grija să nu deranjez prietenii cu problemele mele.			
29.	Mă intimidiez, atunci, când mi se fac complimente.			
30.	Aș putea spune că eu mă respect.			

**Cotarea răspunsurilor și interpretarea rezultatelor:** se acordă punctaj în funcție de varianta aleasă conform cheii testului. Valoarea brută a fiecărei scale se calculează prin adunarea punctajului la toate întrebările corespunzătoare scalelor.

### ***Cheia testului***

Nr. Scalei	Scala	Nr. întrebării	Punctajul pentru varianta aleasă		
			A	B	C
I.	<b><i>Încrederea în sine (ÎS)</i></b>	3	3	2	1
		6	3	2	1
		9	3	2	1
		12	3	2	1
		15	3	2	1
		18	3	2	1
		21	1	2	3
		24	3	2	1
		27	1	2	3
II.	<b><i>Curajul social (CS)</i></b>	30	3	2	1
		2	1	2	3
		5	3	2	1
		8	1	2	3
		11	1	2	3



		14	1	2	3
		17	1	2	3
		20	1	2	3
		23	1	2	3
		26	1	2	3
III.	<b>Inițierea contactelor sociale (ÎCS)</b>	29	1	2	3
		1	1	2	3
		4	1	2	3
		7	1	2	3
		10	1	2	3
		13	1	2	3
		16	1	2	3
		19	3	2	1
		22	1	2	3
		25	1	2	3
		28	1	2	3

Pentru a transforma valorile brute în valori standard se utilizează tabelul de mai jos.

Indicii 1, 2, 3, 4 corespund nivelului scăzut;  
Indicii 5, 6, 7 – nivelului mediu;  
Indici 8, 9, 10 – nivelului înalt.

Scala	Valori standard ( <i>nivelul</i> )									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Încrederea în sine	10-13	14-15	16-17	18-20	21-22	23-24	25-16	27-28	29	30
Curajul social	10-13	14-15	16-18	19-20	21-22	23-24	25-26	27	28-29	30
Inițierea contactelor sociale	10-12	13-14	15-16	17	18-20	21-23	24	25-26	27-28	29-30

#### 4.7. Testul „*Animalul inexistent*” (M.Z. Dukarevich)

■ **Scop:** Determinarea unor aspecte ale personalității: agresivitate, timiditate, complexul de inferioritate.

✦ **Instrucțiuni:** *Inventați și desenați un animal inexistent și numiți-l printr-un nume neexistent.*

##### *Interpretarea:*

*Aranjarea desenului pe foaie.* Ca normă desenul trebuie să fie amplasat pe centrul foii în poziție verticală. Foaie e de dorit să fie de culoare albă sau crem, mată. De folosit creionul simplu de tărie medie, de desenat cu creionul ori cariocă nu se permite.

Poziționarea desenului în partea superioară a foii se explică ca o autoapreciere înaltă, ca o nemulțumire a poziției subiectului în societate, insuficiență de atenție din partea celor care te înconjoară, dorință exagerată pentru promovare și recunoaștere, tendință către autoafirmare.

Poziționarea desenului în partea de jos a foii – neîncredere în sine, o auto-apreciere mică, nehotărât, neinteresat de poziția lui în societate, de cunoaștere, lipsește tendința de auto-afirmare.

*Partea centrală a figurii* (capul sau elementele care o înlocuiesc). Capul e întors spre dreapta – o tendință accentuată către realitate, aproape tot ce se gândește se plănuiește, se realizează sau cel puțin începe să se realizeze. Persoana data trece activ la realizarea tendințelor sale.

Capul e întors spre stânga – tendința către reflectare, meditare, chibzuire. Nu este o persoană activă, e lipsa tendinței de a acționa. Deseori se teme de activitate și este nehotărâtă.

Capul plasat către persoana care a realizat desenul – se tratează ca egocentrism.

Pe cap sunt amplasate elemente care se referă la organele de simț – *urechi, gură, ochi*. Semnificația elementelor: „urechi” – drepte: interesat de informație, interesat de părerea celorlalți despre sine. Gura deschisă în combinație cu limba în lipsa desenării buzelor – se caracterizează ca o persoană foarte vorbărească, dacă buzele sunt desenate – ca o persoană sensibilă. Gura deschisă fără buze și limbă – se tratează ca o variantă ușoară a îndoielii și fricii. Gura cu dinți – agresivitate verbală, preponderent de apărare. Copiilor și adolescenților le este caracteristică gura de forma rotundă (*teamă, îngrijorare*).

O atenție deosebită li se acordă ochilor. Dacă au forma curcubeului persoana data trăiește o teamă. Genele – histeroid – maniere demonstrative de comportament, pentru bărbați: trăsături de caracter feminin. Genele – la fel, e interesat să uimească prin frumusețea exterioară și modul de a se îmbrăca.

Dimensiunile mari ale capului (în comparație cu figura în general) vorbește despre aprecierea rațiunii proprii și a celorlalți.

Pe cap sunt amplasate elemente adăugătoare, de exemplu, coarne – apărare, agresiune. În combinație cu altele – gheare, ace – caracterul agresiunii este spontan sau de apărare, ca răspuns. Pene – tendința către autoînfrumusețare, autojustificare, comportament demonstrativ. Coama, blana – sensibilitate, accentuarea și uneori a rolului subiectului în orientarea sexuală.

*Partea de bază a figurii* (picioare, labe) se analizează comparându-se dimensiunile și forma:

- a) gândire, rațiune în luarea deciziilor, apt de a face concluzii, de a formula idei, de a înțelege informația;
- b) o gândire lejeră, ușuratic, uneori impulsiv la luarea deciziilor (când lipsesc sau aproape lipsesc picioarele).

Atrageți atenție la unirea picioarelor cu corpul: unire printr-un punct, o unire slabă sau lipsa ei – înseamnă că persoana își controlează părerile, hotărârile, concluziile. Varietatea în legătură dintre aceste detalii, reprezintă că subiectul este independent în gânduri și acțiuni. Tipul și poziționarea picioarelor, labelor, oricare elemente – conformarea în luarea deciziilor, care sunt standarde, banale. O formă și o amplasare deosebită a acestor detalii vorbește despre independența persoanei, uneori despre un început creator sau o gândire deosebită.

*Elementele care se află deasupra figurii*, care pot avea o funcție sau să fie ca decor, de exemplu aripile, pene, picioare adăugătoare, fundițe de parcă înflorește – bucle, floricele – detalii funcționale – desemnează o persoană energică în toate activitățile, încrezută în sine, dorința de a participa la cât mai multe activități a celor din jur, să-și câștige „locul său sub soare”, pasionați de propriile activități, curajoși în a lua decizii (aripi sau tentacul ș.a.). Detaliile de decor – sunt demonstrative, cu tendința de a atrage atenția celor din jur asupra lor, manierați.

*Cozile.* Reprezintă relația față de propriile acțiuni, hotărâri, concluzii, produsului său verbal – judecând după, direcția acestor cozi este spre dreapta sau stânga (*pe foaie*). Cozile îndreptate spre dreapta – elucidează relația față de propriul comportament și acțiuni; spre stânga – relația față de propriile decizii și gânduri; față de propria nehotărâre, șanse ratate. Dacă coada e îndreptată în sus, atunci subiectul are o atitudine pozitivă și sigură. Coada îndreptată în jos – subiectul e nemulțumit de propria persoană, neîncrezut în gândurile sale, are resentimente.

*Conturul figurii.* Se analizează în dependență de prezența sau lipsa proiecției, de îngroșarea liniei de contur. Aceasta este o protecție față de cei din jur, agresivă – dacă ea este împlinită în colțuri ascuțite; cu teamă și neliniște – dacă este întunecată linia de contur, cu dubii – când linia este dublă. Orientarea unei astfel de protecții – corespunde amplasării în spațiu: conturul din partea de sus a figurii – împotriva superiorității, împotriva persoanelor care au capacitatea de a interzice, de a pune restricții, care impun a executa ceva ș. a. împotriva celor mai învârstă – părinți, profesori, manageri. Conturul din partea de jos – apărare de teamă de a fi luați în batjocoră, de a nu-i recunoaște, lipsește autoritatea în fața subordonaților, celor mai mici, critica de pedeapsă; conturul lateral – precauție și autoapărare în diverse situații; la fel – elementele „apărării”, amplasate nu pe contur, dar în interiorul conturului, pe corpul animalului. În dreapta – mai mult în procesul activităților (realitatea), în stânga – mai mult apărarea propriilor opinii, credințe, gusturi.

*Energia.* Se apreciază cantitatea detaliilor desenate, doar cantitatea necesară, ca să dea o prezentare despre animalul inexistent inventat (corp, cap, terminațiile, coadă, aripile ș.a.): un contur fără linii și părți în plus, un simplu contur primitiv – sau este un desen bogat, cu cele necesare, dar și detalii suplimentare, o construcție complexă. Respectiv, cu cât este compus din mai multe elemente (pe lângă cele necesare), cu atât este mai înaltă energia. În cazul contrar – economisirea energiei, astenia, boli somatice cronice (aceasta o confirmă și caracterul liniei – subțire ca pânza de păianjen – în formă de linie, „poartă creionul pe hârtie”, fără mult efort). Și contrariul – linie groasă, apăsată – nu este opusul: aceasta nu este energie, ci anxietate.

*Aprecierea caracterului liniilor* (linie dublă, neglijentă, unirea neîngrijită, linie cu „goluri”, mâzgălirea unui segment a desenului, „murdăriile”, abaterea de la axa verticală ș.a.). Aprecierea se face la fel cum se fac și analizele pictogramelor.

Animalele desenate se împart în amenințat, amenințător, neutru (asemănător cu un leu, hipopotam, lup, pasăre, furnică, sau veveriță, câine, pisică.). Aceasta este atitudinea față de propria persoană și a Eului propriu, cum percepe el poziția sa în lume, cum ar fi identificarea sa după semnificație, importanță (cu iepurele, insecta, elefantul, câinele ș.a.). În cazul acesta animalul desenat – reprezintă persoana care l-a desenat.

Ceea ce face ca animalul să se asemene cu un om, începând de la punerea animalului în poziție verticală, pe două labe, în loc de patru sau mai multe și terminând cu îmbrăcarea acestuia în vestimentație (pantaloni, fustă, fundiță, centură, rochie), inclusiv și asemănarea botului cu fața omului, picioarele și labele cu mâinile – ne vorbește despre infantilism.

Nivelul de agresivitate este exprimat în frecvența, amplasarea și caracterul unghiurilor în desen. Simbolurile directe ale agresivității sunt: unghiile, dinții, ciocurile. Trebuie de atras atenția și la prezența indicilor sexuali – glande mamare, mameloane, siluetă de om. Aceasta este relația cu genul opus, chiar până la probleme sexuale fixe.

Forma geometrică cercul (mai ales acel care este gol, fără elemente) simbolizează și exprimă tendința către închidere în lumea sa, introvertit, nu dorește să fie testat. Asemenea desene de obicei au foarte puține detalii, care pot fi interpretate.

Atrageți atenția în cazul în care sunt prezente elemente mecanice pe corpul „animalului” – plasarea animalului pe o mică construcție din lemn sau piatră, așa numitele „omizi” cu roți de tractor, sau cu trei picioare; atașarea de cap a unui șurub; montarea în ochi a becurilor, în corp și terminațiile animalului – arme, taste, antene. Aceasta se întâlnește des la bolnavii de schizofrenie.

Talentele artistice sunt de obicei reflectate în numărul de combinație a elementelor: absurditate. Ca animalul desenat să fie inexistent ei adaugă elemente reale – pisică cu aripi, pește cu pene, câine cu înotătoare. Originalitatea se exprimă prin modul în care sunt combinate elementele în construirea figurii.

Numele animalului poate fi exprimat printr-un gând rațional (iepurele zburător, „hipopotam”). Altă variantă – derivarea, formarea numelui cu ajutorul sufixelor sau prefixelor. Prima reprezintă raționament, orientare și adaptare; cea de a doua – demonstrativ, orientarea principală este de a demonstra propriile gânduri, cunoștințe. Se întâlnesc și nume absurde, lipsite de sens (*lialie, lioșan...*), semnificând relații ușurate cu cei din jur, nu țin cont de indiciile periculoase, atât în sfera afectivă, precum și în cea cognitivă.

Denumirile umoristice semnifică relația indulgență, tolerantă cu cei din jur. Denumirile infantile, care au de obicei silabe ce se repetă (*la-la, tru-tru*). Tendința de fantezie este exprimată de obicei în denumirile lungi (un număr mare de litere).

#### **4.8. Testul „Aveți încredere în forțele proprii?”**

(traducere și adaptare de J. Sântion, F. Sântion)

**Vârsta:** de la 14 ani.

■ **Scopul:** Determinarea nivelului de dezvoltare a încrederii în sine.

★ **Instrucțiuni:** Pentru fiecare întrebare/enunț alegeți – fără a vă gândi prea mult – varianta de răspuns care vi se potrivește în cea mai mare măsură.

#### **Fișă de răspuns**

**Numele, Prenumele** \_\_\_\_\_

**Vârsta** \_\_\_\_\_ **Data** \_\_\_\_\_

1. Cum definiți insuccesul?
  - a. O incapacitate de sesizare a ocaziilor favorabile;
  - b. O forță adversă implacabilă;
  - c. Un hazard nefericit: insuccesul trebuie acceptat cu resemnare.
2. Vorbiți în public și vă pierdeți șirul ideilor. Ce faceți?
  - a. Îmi pierd cumpătul;
  - b. Îmi cer scuze, mă bâlbâi, îmi caut notițele;
  - c. Cu puțin umor depășesc momentul.
3. Sunteți invitat la o reuniune unde nu cunoașteți pe nimeni și unde participanții se cunosc destul de puțin între ei. Cum procedați?

- a. Adopt o atitudine de observare și așteptare;
  - b. Mă atașez unui mic grup;
  - c. Relansez o conversație inițiată de altcineva;
  - d. Părăsesc reuniunea.
4. Sunteți la restaurant și vi se aduce un fel de mâncare pe care nu l-ați comandat. Cum reacționați?
- a. Nu spun nimic;
  - b. Cu amabilitate atrag atenția ospătarului, dar accept ce mi s-a adus;
  - c. Calm, îl rog sa-mi aducă ceea ce am comandat.
5. În cursul unei expuneri, atunci când răspundeți la o lecție, la un seminar, vă deranjează auditoriul care vă urmărește în tăcere?
- a. Da, mă simt stingherit;
  - b. Nu prea agreez situația;
  - c. Nu mă deranjează, ba dimpotrivă: pot evalua astfel impactul spuselor mele.
6. Un coleg vorbește despre dvs. destul de puțin elogios. Cum reacționați?
- a. Îi cer imediat explicații;
  - b. Încerc să înțeleg ce mi se reproșează;
  - c. Accept situația, în fond nu pot sa plac tuturor;
  - d. Mă simt foarte jignit.
7. La orice discuție mai aprinsă vă simțiți stânjenit?
- a. Da, suport greu situațiile conflictuale;
  - b. Nu, mă lasă indiferent;
  - c. Dimpotrivă, mă stimulează.
8. Puteți să întrerupeți un interlocutor prea vorbăreț?
- a. Nu, mi se pare foarte neplăcut acest gest;
  - b. O fac uneori dar este neplăcut;
  - c. O fac destul de frecvent și cu multă ușurință.
9. Sunteți de obicei optimist cu privire la viitorul dvs.?
- a. Da, viața oferă suficiente soluții pentru a fi optimist;
  - b. Nu, sunt mai degrabă o fire neliniștită, pesimistă.
10. Sunteți la rând la un ghișeu și se înaintează foarte încet. Ce faceți?
- a. Citesc un cotidian preferat;
  - b. Intru în conversație cu un vecin;

- c. Le spun celorlalți cât de incapabili sunt funcționarii de la ghișeu;  
d. Cer să vină șeful.
11. În colectivul dvs., majoritatea nu este de acord cu o propunere pe care o faceți. Cum procedați?  
a. Renunț la propunere;  
b. Încerc să conving unul – doi colegi sa-mi susțină propunerea;  
c. Persist în opinia mea;  
d. Îmi adaptez propunerea.
12. Sunteți în vizită la un prieten și întâlniți o persoană importantă. Îi vorbiți acestuia despre dvs. și activitatea dvs.?  
a. Da, nu ratez această ocazie;  
b. Nu, nu cred că este cazul;  
c. Da, dacă persoana îmi este simpatică.
13. Cum ați proceda dacă ar apărea un conflict între două persoane asupra cărora aveți autoritate?  
a. I-aș chema pe amândoi la mine și aș stabili cine este vinovatul;  
b. Aș discuta cu fiecare în parte;  
c. Aș aștepta ca situația să se rezolve de la sine.
14. În cadrul unei serate mai plicticoase, încercați să o animați, să creați o atmosferă mai plăcută?  
a. Da, adesea procedez astfel;  
b. Uneori am făcut acest lucru;  
c. Nu, nu fac asta.

### Cotarea și interpretarea rezultatelor:

#### *Cheia testului*

Varianta de răspuns					Varianta de răspuns				
Nr. în.	a	B	C	D	Nr. în.	A	B	C	d
1.	5	1	2	-	8.	1	2	5	-
2.	1	2	5	-	9.	6	1	-	-
3.	2	5	5	1	10.	1	3	5	5
4.	1	2	4	-	11.	1	3	5	2
5.	1	2	4	-	12.	5	1	2	-
6.	3	1	5	1	13.	5	3	1	-
7.	1	4	5	-	14.	4	2	1	-



### **Dacă ați obținut:**

*Sub 36 de puncte* (nivel scăzut). Încrederea dvs. în forțele proprii este extrem de scăzută. Vă lăsați foarte ușor impresionat de ceilalți, considerați că ei sunt mai competenți, mai inteligenți. Faceți un efort și depășiți-vă complexele; defectele dvs. nu sunt mari, dar demonstrați-vă calitățile.

*Între 36 și 50 de puncte* (nivel mediu). Aveți suficientă încredere în sine pentru a fi eficient, dar fără a vă „strivi” colaboratorii, colegii, cu personalitatea dvs. dominantă. Sunteți un individ flexibil, accesibil opiniilor și nu răspundeți la ideea de reconsiderare a unor probleme: acest lucru vi se pare normal și benefic.

*Peste 50 de puncte* (nivel înalt). Nu treceți neobservat în nici o situație! Știți să vă afirmați personalitatea și să vă valorificați opiniile în orice condiții. Vă descurcați cu ușurință în situații sociale, pare că nimic nu vă inhibă.

### **4.9. Chestionarul „Interesele profesionale”**

■ **Scopul:** determinarea interesului față de o anumită activitate de muncă.

✦ **Instructaj:** Vă propunem să răspundeți la un șir de întrebări ce se referă la interesele, comportamentul, obiceiul dvs. Pentru fiecare întrebare dați un răspuns din cele patru variante. Toate variantele de răspuns se notează cu cifre de la 0 până la 3.

În foaia de răspuns cifrele de la 1-10 reprezintă numărul întrebării, iar cifrele de la 0-3 înseamnă variantele de răspuns.

Răspunsul îl bifați. Țineți minte că răspunsuri corecte și incorecte nu există, de aceea răspundeți sincer. Dacă apar întrebări, ridicați mâna și puneți întrebări.

1. Vă place să conduceți cu oamenii?
2. Vă descurcați la reparația tehnicii?
3. Vi se adresează des persoanele după un sfat?
4. Ați dori să învățați de tractorist, șofer?
5. Vă place să vă ocupați cu dispozitive (reparație, ajustare etc.)?
6. Sunteți capabil să îndepliniți timp îndelungat unul și același lucru?
7. Vă place ca lucrurile tale să fie în ordine?

8. Vă place să jucați șah?
9. Vă place să faceți omul de zăpadă?
10. Vă place să îngrijiți de mașini?

#### 4.10. Ancheta Vreau, Pot

(adaptată de N. Bucun, A. Ivanițkii, A. Danii)

- **Scopul:** Compararea nivelurilor corespunderii preferințelor profesionale competențelor profesionale a persoanelor.

Subiecților li se propune să scrie în prima coloniță denumirea acelei profesii ce ar vrea să devină în viitor. În colonița a doua trebuie să scrie ce vor să învețe. În colonița a treia li se propune să scrie denumirea specialităților, pe care le consideră că le va însuși.

#### Ancheta „Vreau, Pot”

Numele \_\_\_\_\_

Anul nașterii \_\_\_\_\_

- ★ **Instructaj:** În prima coloniță scrieți ce doriți să deveniți. În colonița a doua bifați ce doriți să învățați. În colonița a treia bifați ce ați putea lucra.

Aș vrea să devin...:	Vreau să învăț să:	Ce aș putea lucra:
...	construiesc case.	LEMNAR
	conduc cu oamenii.	CONSTRUCTOR
	vând.	CUSĂTOREASĂ
	conduc transportul.	BUCĂȚAR
	învăț copii.	SANITAR
	prepar mâncare.	BOIANGIU
	cos haine.	ȘOFER
	repar încălțăminte.	MAISTRU PENTRU REPARAȚIA HAINELOR
	îngrijesc de animale.	CIZMAR
	tai în lemn.	TENCUITOR
	croșetez.	AJUTOR DE BUCĂȚAR

#### 4.11. Inventarul inteligențelor multiple (de Goleman)

- ★ **Instructaj:** Examinați atent afirmațiile de mai jos și marcați cu semnul „+” pe cele ce vi se potrivesc mai mult.

1. Gândești în imagini.
2. Înveți făcând.
3. Ești o persoană sigură pe tine.
4. Ești atent la emoții, vise, idei.
5. Cânti la un instrument muzical sau într-un cor.
6. Scrii corect.
7. Ți place calculatorul.
8. Înveți văzând și observând.
9. Te pricepi la tricotate.
10. Ți place să lucrezi în echipă.
11. Ai încredere în propria intuiție.
12. Colecționezi CD-uri, casete și discuri.
13. Ți plac jocurile de cuvinte.
14. Ți plac lucrurile logice.
15. Ți amintești ușor figurile.
16. Ți controlezi deplin motricitatea.
17. Intuiești ce gândesc, simt și cred ceilalți oameni.
18. Trăiești în propria ta lume.
19. Lucrezi ritmat, asociat cu muzica.
20. Ți place să dezlegi cuvinte încruciate.
21. Memorezi bine teoriile și principiile.

### ***Inteligențele multiple***

#### **Cotare rezultatorilor**

Pentru fiecare afirmație marcată cu „+” se acordă un punct.

Există maximum 11 răspunsuri afirmative pentru fiecare din cele 7 categorii.

#### ***Cheia pentru interpretare***

<b>Nr.</b>	<b>Tipul de inteligență</b>	<b>Itemii</b>	<b>Scor</b>
1.	Vizual-spațial	1, 8, 15	
2.	Corporal-kinestezic	2, 9, 16	
3.	Umanist	3, 10, 17	
4.	Introvert-filosofic	4, 11, 18	
5.	Muzical-ritmic	5, 12, 19	
6.	Verbal-lingvistic	6, 13, 20	
7.	Logico-matematic	7, 14, 21	

## **5. COORDONATE GENERALE ÎN ORGANIZAREA COMPLEXULUI METODOLOGIC DE ORIENTARE PROFESIONALĂ A PERSOANELOR CU DIZABILITĂȚI**

---

Transformarea tuturor sferelor vieții societății moderne a determinat necesitatea unei regândiri profunde a sistemului de orientare profesională. Educația continuă a tinerii generații devine astăzi o parte integrantă a modului de viață al fiecărei persoane, scopul principal al căruia este dezvoltarea multilaterală a individului, dezvoltarea maximă a abilităților fiecărei persoane, pregătirea adecvată pentru activitatea de muncă ulterioară.

Realizarea acestui obiectiv implică necesitatea unei abordări integrate a educației și orientării profesionale a persoanelor. Foarte relevantă este aplicarea acestei abordări în lucrul cu persoanele cu dizabilități care se confruntă cu dificultăți în autorealizarea sa profesională din cauza opiniilor greșite față de alegerea profesiei, activitatea profesională, dificultățile în obținerea studiilor profesionale.

Necesitatea aplicării unei abordări integrate/în complex față de orientarea și educația profesională a acestor persoane și-a găsit o anumită evoluție în teoria și practica psihologiei naționale. Astfel, recent, în teoria psihologiei, abordarea în complex față de orientarea profesională a persoanelor cu dizabilități a fost justificată ca unul dintre principiile de bază ale socializării. Nu există nici o îndoială că în viitorul apropiat vor fi dezvoltate bazele teoretice ale unei abordări integrate/în complex în legătură cu crearea unui sistem holistic de educație continuă, permanentă pe tot parcursul vieții.

În procesul analizei abordării în complex față de procesul de orientare profesională a persoanelor cu dizabilități, acesta dobândește rangul de principiu fundamental, care reflectă principalele aspecte, esențiale ale procesului educațional, rezultatul final fiind socializarea acestor persoane.

Modalitatea orientării profesionale a persoanelor cu dizabilități, aprobată experimental de noi, pornește de la un șir de coordonate științifice existente în știința contemporană: metoda de acțiune complexă axându-se pe teoriile etiopatogeniei

dizabilității. Astfel analiza celor mai răspândite teorii asupra patogenezei dizabilității desprinde concluzia că orientarea profesională a persoanelor cu dizabilități rămâne încă problematică. Presupunem că viciul de bază a interpretărilor multor teorii este lipsa unei concepții integrative asupra procesului de orientare profesională a persoanelor cu dizabilități – ca act complex de relație interumană și integrare socială.

Terapia orientării profesionale ne oferă astăzi o gamă largă și complexă de modalități de influențe asupra persoanelor cu dizabilități. În metodologia pe care o propunem am căutat să le sintetizăm și să le folosim într-o perspectivă originală.

Principiul general de la care am plecat în elaborarea metodologiei se concentrează *pe concepția care situează orientarea profesională în miezul relațiilor dintre persoană și mediu*, realizând ca influența asupra persoanei să se producă concomitent pe toate coordonatele existenței sale, iar punctul de tangență să fie centrat atât pe activitatea intelectuală și de comunicare, cât și pe activizarea rezervelor personale ale persoanei etc. *Acestea constituind în procesul de orientare profesională punctul de plecare*. De asemenea, metodologia elaborată se bazează pe *principiile*: pregătirea psihologică a persoanei în vederea alegerii profesiei; autodezvoltarea și autodeterminarea subiectului în procesul orientării; asigurarea unei concordanțe optime între structura de personalitate a subiectului și cerințele psihofiziologice ale profesiei; cunoașterea și respectarea cerințelor vieții sociale în procesul orientării.

Din punct de vedere metodologic s-a ținut cont de principiul *abordării diferențiate* în procesul de orientare profesională, ce presupune clasificarea persoanelor cu dizabilități pe grupuri în conformitate cu planurile de viață și profesionale a persoanei, nivelul de dezvoltare și particularitățile psihofiziologice; *principiul constructivismului*, ce ar însemna recunoașterea individualității fiecărei persoane cu propriul potențial pentru învățare, cu capacitatea de a-si construi și structura cunoștințele în mod unic, valorizând în mod benefic diferențele, încurajând comunicarea deschisă, reducând sau ameliorând comportamentele discriminative și stereotipurile. O astfel de abordare diferențiată permite ca procesul de orientare profesională să fie mai efectiv.

Luând în considerare particularitățile psihofiziologice de dezvoltare ale acestor persoane, ne-am orientat la *principiul corespunderii profesiei intereselor, capacităților, competențelor, stării de sănătate a persoanei*. Din acest considerent este important ca persoana cu dizabilități să conștientizeze perspectivele de autocunoaștere, autorealizare, autoapreciere în activitatea de orientare profesională.

Pornind de la cele expuse, considerăm că formula adoptată de noi este superioară formulelor utilizate până în prezent prin aceea, că preluând ceea ce este pozitiv din ele, excludem neajunsurile depistate. *Aplicarea formulei noi de orientare profesională conturează ideea influențării pluridimensionale a tuturor aspectelor personalității.*

Pentru a identifica la persoanele cu dizabilități aptitudinile profesionale necesare, s-au luat în considerare următorii **factori**:

1. natura ascunsă a unor calități profesionale importante care se manifestă numai în activitate;
2. lipsa criteriilor interne de evaluare a propriei persoane, abilităților, succese și eșecuri, orientarea asupra aprecierii din exterior;
3. nivelul insuficient al conștiinței de sine, instabilitatea stării emoționale, autoapreciere inadecvată;
4. lipsa de experiență și de informații viabile despre lumea profesiilor și piața muncii;
5. cunoașterea de către persoană a posibilităților sale, a stării sănătății;
6. informarea persoanei cu dizabilități privitor la nomenclatorul profesiilor;
7. starea sănătății persoanei și corespunderea profesiei alese;
8. implicarea părinților și specialiștilor (*medici, psihologi, psihopedagogi speciali, asistenți sociali*) în domeniu.

La elaborarea complexului metodologic ne-am axat pe: *legitățile de dezvoltare a persoanelor cu dizabilități*: Л.С. Выготский; *analiza aspectelor psihologice privind orientarea profesională*: C. Perjan, M. Vîrlan, C. Platon, A.M Filimon, I. Manolachi, M. Jigău; *conceptele privitor la orientarea profesională* I. Bontaș, G. Tomșa, O. Dandara, A. Lozan; *conceptul de ghidare în carieră*: E. Bocsa, R. Munteanu, P.П. Овчарова; *bazele teoretice ale orientării profesionale și*

*consilierii profesionale*: E.A. Климова; *teoria compatibilității tipurilor de personalitate, intereselor cu traseul carierei care oferă satisfacție profesională*: J.L. Holland, D. Golland; *teoria dezvoltării imaginii de sine implicată în comportamentele specifice alegerii profesionale*: D.E. Super; *utilizarea tehnologiilor de joc în consilierea de grup*: E.C. Пряжникова; *structura autodeterminării profesionale și factorilor ce o influențează*: П.А. Шавира.

Drept punct de reper în cercetarea noastră a fost teza fundamentală a lui Л.С. Выготский despre cele două zone de dezvoltare: zona dezvoltării actuale, ce determină ciclul încheiat de dezvoltare, și zona proximei dezvoltări, în care se determină abilitățile și deprinderile în proces de formare. Particularitățile specifice ale dezvoltării cognitive, social-personale, afective a persoanelor cu dizabilități necesită o structurare deosebită a instruirii, care urmează a fi centrată pe socializarea lor. Una din condițiile acestei structurări este repetarea în instruire, ceea ce asigură formarea cunoștințelor și abilităților trainice.

Manifestând o cunoaștere limitată a lumii înconjurătoare persoanele cu dizabilități întâmpină unele impedimente: închipuiri/reprezentări limitate despre profesii, lipsa capacității de a alege profesia potrivită, întâlnesc obstacole în procesul angajării în câmpul muncii.

La elaborarea sau adaptarea metodelor de orientare profesională pentru persoanele cu dizabilități este necesar de a minimaliza profesiile disponibile până la acelea accesibile pentru persoană, micșorând astfel riscul traumatizării persoanei.

Un rol decisiv în orientarea profesională îl joacă autodeterminarea profesională, ce include înțelegerea conținutului profesiei, condițiilor de însușire a acesteia, cunoașterea/înțelegerea cum profesia dată corespunde propriilor competențe, interese, le asigură dezvoltarea, înțelegerea obstacolelor/greutăților, contraindicațiilor, reglementările legislative, stilul de viață, subcultura și caracteristicile în construirea unei cariere. Din aceste considerente, în activitatea de orientare profesională, ne-am bazat pe cunoașterea dinamică a persoanei, în complexitatea structurii sale biologice, psihologice și a stilului și sensului în care e influențată prin mediul familial.

La elaborarea metodologiei / programului de orientare profesională sa luat în considerare nu numai particularitățile

psihofiziologice de dezvoltare a fiecărei persoane concrete și a grupului în care acesta a fost inclus.

Grupurilor de orientare profesională au fost formate în baza următoarelor **criterii**:

- particularitățile psihofiziologice de dezvoltare ale persoanei;
- vârsta persoanei;
- interesele și înclinațiile comune pentru un anumit tip de profesii.

Procesul de orientare profesională a persoanelor cu dizabilități trebuie inițiat de la cunoașterea dinamică a persoanei, în toată complexitatea structurii sale biologice, psihologice și a stilului și sensului în care e influențată de mediul familial și social.

În procesul organizării condițiilor de orientare profesională am optat pentru o intervenție recuperatorie complexă, pentru o acțiune multidimensională cu un grad de convergență axată pe personalitate, care are drept obiective majore restructurarea factorilor de modelare, simultan cu restructurarea și compensarea dizarmoniilor personalității.

Acțiunea de intervenție recuperatorie complexă este o formă de acțiune care exercită o influență considerabilă asupra funcției de reglare, de optimizare și progres a sistemului personalității integratoare. Am intenționat să stabilim un profil special, original, în cadrul acesteia, să aplicăm metodele complexe în dependență de procesul de dezvoltare a persoanei.

Modelul aplicat și propus de noi conține influențări somato-neuro-psihice, organizate într-un concept original și exercitat pe două căi: prin organizarea regimului de viață, potrivit regulilor igiene generale și psihice și prin intervenția medicală complexă.

Acest program a fost menținut cu strictețe pe tot parcursul desfășurării acțiunii de influențare complexă, iar continuitatea aplicării lui a constituit premisa pe care s-a edificat arhitectura metodică în ansamblu.

*Regimul de viață* urmărea să restabilească un ritm normal de desfășurarea a proceselor vitale începând cu cele dependente de sistemul autonom, trecând la alternanță somn-veghe, activitate-destindere etc.

*Intervenția igienico-dietetică* a soluționat problemele somatice (subnutriție, tulburări de digestie și de tranzit, colite, debilități fizice, anemii etc.).



*Intervenția medicală* aplicată în ambianța generală, pornind de la condițiile create pe cale igienă – dietetică, au avut drept scop de a ajuta la compensarea deficitului psihosomatic, de a echilibra activitatea biochimică și metabolică. Totodată, a creat condițiile psihologice pentru reușita acțiunii psihoterapeutice, de a elaborarea recomandări, privind alegerea a unor forme de activități profesionale, ce n-ar influența negativ asupra sănătății în întregime, influențând pozitiv asupra stării psihice a persoanei. Alegerea corectă a profesiei este o sarcină importantă în profilaxia progresării bolilor cronice, a invalidității, preîntâmpinând trecerea tulburărilor funcționale în tulburări organice.

Diversitatea de date culese în contactul permanent cu persoana cu dizabilități au fost analizate și interpretate în sensul stabilirii modului specific de reactivitate neuropsihică a acesteia și firește de influențare pozitivă.

Ideile științifico-teoretice privind interdependența și unitatea aspectelor cognitiv, afectiv și psihomotor, care determină dezvoltarea comportamentului, ca activitate psihică generală a persoanei, au fost luate ca bază importantă pentru structurarea programului de intervenție psihologică. Intervenția la nivel cognitiv are repercusiuni importante asupra tuturor celorlalte sfere: cea a motricității, emoțională, motivațională, relațională, de comunicare etc., astfel încât dezvoltarea unor abilități cognitive noi conduce la creșterea stimei de sine, încrederii în sine și a autocontrolului persoanei cu dizabilități. Sistemul cognitiv poate fi considerat ca fiind calea principală prin care să se ajungă la celelalte sisteme (comportamental, emoțional) și la modificarea acestora, astfel contribuind la o influință pozitivă asupra persoanei cu dizabilități în procesul de orientare profesională.

Deoarece unele persoane cu dizabilități greu prelucrează informațiile, persistă tulburări ale atenției, memoriei, gândirii, motivației etc., ne-am străduit ca scopul și obiectivele activităților de orientare profesională să fie clare și corecte, iar îndeplinirea acestora să fie monitorizată de către psiholog prin stimularea și controlul îndeplinirii sarcinilor și a hotărârilor luate, organizarea, motivarea, cointeresarea acestor persoane spre orientarea profesională. La fel, în comun cu persoana cu dizabilități au fost stabilite criteriile utilizate pentru a le evalua succesul în autodeterminarea profesională. Considerăm că implicarea egală

În organizarea orientării profesionale le va forma o poziție de viață activă și îi încuraja, îi numi mentori pentru alte persoane.

Având în vedere că acestor persoane le sunt caracteristice și: motivația joasă față de muncă, lipsa independenței, infantilismul personal, pasivitatea socială ca urmare a hipertutelării, în activitatea de orientare profesională a acestora, prin activitățile realizate am contribuit la formarea competențelor de autoorganizare, de activitate independentă/personală. În acest sens, au fost oferite posibilități și informații pentru a le dezvolta independență în gândire, alegerea metodelor de orientare profesională, organizarea diferitor evenimente, introducerea în practică a deciziilor proprii. Din acest considerent am optat ca psihologul să aibă rol de îndrumător, iar instruirea să fie democratică, neautoritară (persoanele cu dizabilități trebuie să fie la curent cu metodele și planul de activitate, să fie implicate în elaborarea planului de activitate, să aibă libertatea cuvântului și posibilitatea să-și modeleze orientarea profesională în conformitate cu cerințele sale). Chiar dacă nu sunt pregătiți să-și asume responsabilitatea pentru proces și rezultat, și a depune efort pentru realizare, subiecții au fost stimulați treptat delegându-le atribuțiile și responsabilitățile. În opinia noastră includerea persoanelor cu dizabilități în activități de orientare profesională luând în considerare rezultatele evaluării psihologice ar contribui la organizarea mai bună a planificării activității psihologului.

Ca tehnologie, ce ar ajuta persoanele cu dizabilități să reziste fricii, anxietății s-a atras atenția la *dezvoltarea capacității de a gândi strategic, de a planifica, de a vedea în perspectivă și planifica de urgență, de a construi o succesiune logică de etape posibile de viață și relațiile lor cauzale*. În orientarea lor profesională au fost propuse construirea de scheme și algoritmi ale diferitor moduri de viață și de dezvoltare profesională după modelul „Dacă nu varianta **A**, atunci varianta **B**”.

De asemenea, s-a realizat lucrul de corecție a fanteziilor compensatorii ce înlocuiesc autodeterminarea profesională. Am optat ca intervenția psihologică în procesul de orientare profesională a persoanelor cu dizabilități să *asigure integrarea și socializarea acestora și să le dezvolte competențe de comunicare și relaționare*. De cele mai dese ori persoanele cu dizabilități sunt pasive, anxioase, nu posedă capacitatea de a lua o decizie, n-au

Încredere în specialiști (consideră că aceștia, găsind o problemă de sănătate, vor influența negativ orientarea în profesie). Din acest considerent în cadrul activităților a fost creat un confort psihologic ce a contribuit la înlăturarea acestor probleme.

În activitățile de orientare profesională a persoanelor cu dizabilități poate fi utilizată **ludoterapia**, aceasta fiind o acțiune de cunoaștere, de organizare a cunoașterii. Organizații speciale se ocupă de promovarea ludoterapiei. Bunăoară, *Consiliul Internațional pentru Jocurile Copiilor (SUA) (International Council for Childrens Play)* cu numeroase filiale: „Asociația franceză pentru Educația prin joc” (fondată în 1970), școala „Decroly” din Saint-Mande (Belgia), unde – începând cu anii 1973-1974 – se reia aplicarea principiilor decroliene privind centrele de interes, acordând jocului un loc fundamental.

Dienes, care a descoperit valențele intime ale jocului ca formă de învățare, a detașat trei categorii de forme:

- a) Forma de joc-învățare *explorator-manipulativ*, deși considerată formă amorfă din perspectiva jocului, explorarea prin manipulare de obiecte stabilește, de la formele incipiente până la formele consacrate de cunoaștere, relația obiectuală. Organizarea mintală a persoanei se produce ca rezultat al antrenamentului prin *organizarea stimulilor*, parcurgând mai multe faze:
  1. *Recepția-recunoașterea dimensiunilor stimulatorii ale obiectelor*. Mecanismele de recunoaștere sunt structurări neurale pe baza exercițiului de cunoaștere, pe baza relațiilor obiectuale;
  2. *Diferențierea obiectelor după unele însușiri* se obține numai în cadrul acestui tip de învățare-joc;
  3. *Identificarea după criterii de identitate a obiectelor și acțiunilor de manipulare* se instalează ca o operație de cunoaștere prin învățare-joc. În mecanismul de recunoaștere importantă e identitatea obiectelor în propria conștiință. Manipularea obiectelor determină mecanismul de stabilire a distincției *Eu – lume*. Identitatea obiectelor induce o formulare a identității biofizice a propriei persoane.
- b) A doua formă de organizare a învățării – joc-terapie o constituie *jocul reprezentativ*. Jocul reprezentativ va apărea de îndată ce obiectele cu care se joacă copiii încep să țină locul a ceea ce nu sunt. Aceasta ne demonstrează

existența unui *mecanism de comutare* de la realitatea mintală, rezultatul fiind învățarea. *Mecanismul de comutare* este în fond funcția semiotică și exprimă gradul de organizare mintală.

- c) Al treilea tip de joc-învățare este *jocul cu reguli*. Primele forme ale categoriei „reguli” sunt constituite de legile de asemănare, deosebire, asamblare, succesiune în spațiu etc. Orice copil descoperă aceste legi interne care corespund unor concepte sau noțiuni integratoare. Realitatea se ordonează prin clasificări, serii etc. [27].

Clasicii psihopedagogiei speciale au acordat jocului un rol central în procesul educațional-terapeutic al persoanelor cu dizabilități, un simptom discriminativ în precizarea diagnosticului.

În opinia noastră, jocul rămâne pentru persoana cu dizabilități forma permanentă a procesului de recuperare, pentru că această modalitate constituie o structură unitară între stimul—întărire—răspuns—modificare. *Mecanismele de intervenție psihologică* de bază ale jocului sunt:

1. *Modelarea sistemului de relații sociale* într-o formă demonstrativă eficientă a condițiilor speciale de joc, orientând copilul în această relație.
2. *Schimbarea poziției copilului față de depășirea egocentrismul personal și cognitiv și descentrării*, care stimulează conștientizarea Eu-lui personal în joc, creșterea competenței sociale și capacității de a rezolva situații problematice.
3. *Formarea unui parteneriat egal de colaborare și cooperare între copil și semenii săi*, oferind oportunitate de dezvoltare personală pozitivă a acestuia.
4. *Automatizarea noilor metode de orientare a copilului în situațiile problematice*, interiorizarea și însușirea acestora.
5. *Formarea capacității copilului de a diferenția stările emoționale, de a le conștientiza datorită limbajului, de a înțelege sensul situației problematice.*
6. *Formarea capacității de autoreglare la copil prin conformarea comportamentului la sistemul de reguli ale jocului* [55].

Cunoscând mecanismele de bază ale jocului putem determina mecanismele psihologice ce intervin în timpul jocului în procesul de orientare profesională la persoanele cu dizabilități.

Totodată jocul este un factor important în formarea contactului emoțional cu persoana și servește ca mijloc, pentru exprimare liberă a acesteia [61].

*Jocul de orientare profesională* – modelarea procesului de alegere a profesiei și autodeterminării profesionale ulterioare în condițiile de învățare activă. Jocurile de orientare profesională reproduc procesul de autodeterminare profesională, angajare la locul de muncă și adaptare profesională în condițiile de interacțiune interactivă cu participanții grupului de formare. În procesul de orientare profesională a persoanelor cu dizabilități în afară de mecanismele enumerate mai sus în procesul jocului pot interveni următoarele mecanisme psihologice:

1. *Formarea contactului emoțional între persoana cu dizabilități și adult*, ce-i permite psihologului să participe la joc, să modeleze jocul în dependență de problemele acestuia;
1. *Catharsis* – formă de reacționare emoțională, ce contribuie la diminuarea sau înlăturarea retrăirilor emoționale negative; jocul oferă două posibilități pentru catharsis:
  - a. *exprimarea liberă și*
  - b. *verbalizarea* simțurilor, emoțiilor persoanei cu dizabilități.
2. *Insaitul* presupune prin sine concomitent *rezultatul și mecanismul* terapiei prin joc. În calitate de rezultat *insaitul* poate fi definit ca realizarea de către persoană a o mai bună înțelegere pe sine înșiși și a relațiilor sale cu persoanele semnificative. *Insaitul* nu cere interpretare, lămurire din partea terapeutului, ci se obține de către persoană dintr-o dată. La vârsta preșcolară, *insaitul* are caracter neverbal.
3. *Cercetarea realității*. Procesul de cercetare și aprobare de către persoana cu dizabilități a diferitor metode și forme de interacțiune cu cei din jur.
4. Crearea unui *climat de siguranță și încredere* la activități înlătură frica și anxietatea persoanei față de eșec.
5. *Sublimarea* ca formă de transferare a energiei sexuale asupra obiectivelor sociale este aprobată/discutată în psihoanaliză ca o forma superioară de rezolvare a dificultăților de dezvoltare a personalității în copilărie [27].

Jocul în practica psihoanalitică este privit ca activitate simbolică în care persoana fiind liberă de presiunea și interdicțiile mediului social, cu ajutorul jucăriilor, activităților de joc, roluri, exprimă în formă simbolică impulsurile și atracțiile inconștiente.

Ludoterapia contribuie la formarea: 1. „Eu-lui” persoanei, ce se reflectă în tulburare comportamentală; 2. închipuirilor despre profesii, 3. capacității de a lua o decizie și planificare, 4. autoaprecierii etc. Totodată prin ludoterapie contribuim la înlăturarea neîncrederii; anxietății; urii față de cei din jur; labilității emoționale; instabilității emoționale etc.

**Poveștile terapeutice** pot fi folosite și în procesul de orientare profesională a persoanelor cu dizabilități. Terapia poveștilor este o metodă psihologică veche. Cunoștințele despre lume erau transmise din gură în gură, se copiau din generație în generație. R. Gardner pentru prima dată a descris metoda poveștilor ca metodă terapeutică în 1971. El a remarcat importanța caracteristicilor și istoriilor pentru terapia copiilor, stadiile povestirii. Povestea este accesibilă pentru percepția persoanei, făcând-o atrăgătoare, orientată spre corecție, instruire și dezvoltare. Pe lângă aceasta, terapia poveștilor contribuie la dezvoltarea personalității adultului, dar și a copilului cu tulburări emoționale, creează puntea invizibilă între psiholog și copil, părinte și copil. Mecanismele psihologice de intervenție sunt:

- a) *schimbarea stereotipurilor neefective*, întărind stima de sine;
- b) *perfecționarea modului de interacțiune cu mediul înconjurător*, contribuind astfel la dezvoltarea închipuirilor interne;
- c) *prelucrarea și profilaxia conflictelor între copii și părinți*;
- d) *formarea abilităților de coping*;
- e) *exprimarea și controlul emoțiilor* [27].

De asemenea, în orientarea profesională au fost utilizate **metode interactive**. Acestea implică prin sine o activitate reciprocă, modelându-se cele mai diverse situații de viață cu luarea unei decizii comune a problemelor. Datorită acestor metode a fost posibil de a crea o atmosferă de cooperare, a forma anumite valori, abilități și competențe la subiecți.

Aceste metode permit persoanei să găsească problema în determinarea sa profesională, îi oferă o bază informațională

pentru soluționarea acesteia, permit persoanei să învețe mai multe despre profesii, să afle despre toate nuanțele și subtilitățile uneia sau altei activități profesionale.

În continuare prezentăm unele exemple de metode active:

1. *Jocuri de orientare profesională* – scopul cărora este de a pune persoana în situația de a se gândi asupra întrebărilor neclare și neinteresante.
2. *Chestionare* – scopul cărora este de a impune persoana să răspundă sincer la unele întrebări mai dificile.
3. *Jocuri libere/ jocuri cu fișele* – psihologul petrece jocul său la tablă, iar fiecare persoană se joacă pe blancheta/fișa sa. Jocul se petrece în grup, permițând modelarea unor aspecte morale a unor profesii prestigioase.
4. *Chestionare valorico-semantice* – accentul principal se plasează pe autodeterminarea personală, precum și pe aspectele sale morale. Aceste chestionare, la baza cărora tema autodeterminării profesionale, trebuie să conțină și elemente de joc, ce ar intriga persoana și ar atinge acele întrebări, ce în conversație directă sunt evitate.
5. *Jocuri-business / Jocuri de afaceri* – sunt unele dintre cele mai interesante și necesare metode. astfel de jocuri sunt capabile să dezvolte la persoane competențe de a gândi rațional, strategic și creativ; de a lua repede o decizie și a acționa; de a-și argumenta poziția proprie. Acestea și sunt cerințele față de tânărul specialist înaintate de către angajator.
6. *Birouri virtuale de orientare profesională* – este o metodă foarte simplă, dar eficace. Esența ei constă în faptul că trezește un interes enorm la persoane, deoarece este legată direct de tehnologiile informaționale. Persoanei cu dizabilități îi este mai simplu să navigheze cu ajutorul șoricelului în spațiul Internet pentru a obține informații despre diferite instituții, profesii. Persoana își poate hotărî întrebarea sa în orice moment propice, singur decide ce să caute. Pe astfel de siteuri, pe lângă diverse informații, ei pot găsi teste psihologice de orientare profesională, beneficia online de consultația psihologului [61].

**Trainingul de orientare profesională** este una dintre cele mai eficiente metode de orientare profesională, inclusiv și a persoanelor cu dizabilități. Pe lângă faptul că persoana poate

primi informația necesară despre profesie, această metodă permite de a depista prompt problemele ce apar în procesul alegerii, de a găsi căile de soluționare a acestora, de a dezvolta abilitățile de comunicare. Trainingul de orientare profesională reprezintă în esență utilizarea celor mai diferite și efective metode psihoterapeutice, de instruire, psihocorecție. Un astfel de training este orientat spre dezvoltarea autocunoașterii, competențelor profesionale și de comunicare a persoanei [45].

**Modelul complexului de asistență psihologică** a inclus *intervenția psihologică* prin jocuri, traininguri, tehnici de orientate spre dezvoltarea autodeterminării profesionale, relațiilor interpersonale, dezvoltarea capacității de a lua o decizie, atitudinii emoționale în alegerea profesiei, dezvoltarea capacității de a determina părțile slabe și puternice a personalității sale, rolul valorilor în alegerea profesiei, de planificare în alegerea profesiei, aplicare a cunoștințelor căpătate, maturității profesionale.

Activitățile de *intervenție psihologică* au fost organizate și desfășurate atât individual (răspunzând direct necesităților persoanei), precum și în cadrul activităților în grup.

Unul dintre elementele principale perceptiv-orientative ale programului de intervenție psihologică este feedbackul în relațiile interpersonale, ceea ce a permis participanților să acumuleze informații despre sine și comportamentul său și despre faptul cum este el perceput în activitatea de comunicare. Fiecare dintre participanții programului analizând propria poziție privitor la orientarea profesională a avut posibilitatea de a supune rezultatele proprii unei verificări publice sau să suprapună rezultatele evaluării altor membri ai grupului, ceea ce crea condiții pentru formarea opiniei proprii despre de sine. Momentul cel mai productiv în program a fost depășirea obstacolelor de comunicare, relaționare, a anxietății prin revederea propriilor atitudini și orientarea spre atitudini pozitive; sporirea nivelului maturității profesionale a persoanei cu dizabilități, a tendinței spre acumularea de noi informații și planificarea locului de muncă preferat; maturității intereselor; corespunderea preferințelor și aptitudinilor, intereselor și activismului subiectului.



## **6. PROGRAMUL DE ORIENTARE PROFESIONALĂ**

---

*Programul de orientare profesională* are drept scop de a forma la participanți capacitatea de autocunoaștere și autodezvoltare; formarea scopului și perspectivelor de viață; de luare a deciziilor; planificare; rezolvare de probleme, formare de valori, conștientizarea aptitudinilor personale.

În cadrul trainingului s-a ținut cont și de anumite aspecte specifice: respectarea principiilor lucrului în grup; concentrarea asupra asistenței psihologice a participanților în autodezvoltarea sa – un asemenea ajutor vine nu doar de la moderator, ci și de la participanții înșiși; prezența unui grup mai mult sau mai puțin constant (de obicei, de la 7 persoane), ce lucrează continuu timp de două – cinci zile (așa-numitele grupuri de maraton); o anumită organizare spațială (o cameră izolată confortabilă unde participanții petrec cea mai mare parte a timpului un cerc); accentul pe relațiile dintre membrii grupului, ce se dezvoltă și se analizează în situația „ *aici și acum*”; utilizarea metodelor interactive de lucru în grup; obiectivizarea sentimentelor și emoțiilor subiective ale membrilor grupului față de sine și ceilalți, re-inflexiune verbală; atmosfera de relaxare și libertatea de comunicare între participanți, climat psihologic favorabil.

A fost acordată prioritate lucrului în grup deoarece experiența de grup contribuie la rezolvarea problemelor interpersonale și personale. Persoana nu se închide în sine, descoperă că mai sunt și alte persoane cu aceleași probleme ce pot fi soluționate în comun, constituind un factor psihoterapeutic puternic. Totodată, grupul reflectă societatea în miniatură, scoate în evidență așa factorii ascunși ca presiunea din partea partenerilor, influența socială, conformismul, oferind posibilitatea de a vedea și analiza comunicarea și comportamentul său și al altor persoane, care nu sunt evidente în situațiile de zi cu zi. În grup persoanele au posibilitatea de a obține feedback și sprijin de la persoanele cu probleme similare; pot învăța noi abilități, pot experimenta diferite stiluri de relații între parteneri; se pot identifica cu ceilalți, „joacă” rolul unei alte persoane pentru o mai bună înțelegere a acesteia și a ei însăși și pentru cunoașterea noilor

modalități eficiente de comportament folosite de cineva; conexiunea emoțională rezultată, empatia. Empatia contribuie la creșterea personală și la dezvoltarea conștiinței de sine; interacțiunea în grup creează o tensiune ce ajută la clarificarea problemelor psihologice ale tuturor membrilor grupului. Deopotrivă, grupul facilitează procesele de auto-descoperire, auto-explorare și auto-cunoaștere, descoperindu-se pentru alții și pentru sine însăși persoana începe să se înțeleagă pe sine, să se schimbe, devine mai încrezută.

La baza activităților s-au situat următoarele *principii*:

1. *Aici și acum*. Orientează participanții la training asupra faptului, ca obiectul de analiză a lor să fie procesele ce au loc în grup la acel moment, sentimentele, gândurile apărute în acel moment. Principiul de accentuare asupra prezentului contribuie la o reflecție profundă a participanților, la concentrarea atenției asupra sa, asupra gândurilor și sentimentelor, la dezvoltarea abilităților de introspecție/autoanaliză.
2. *Sinceritate și deschidere*. Cel mai important lucru din grup este ca persoanele să nu fie ipocrite și să nu mintă. Cu cât mai sincere vor fi povestirile cu atât mai sincere se vor manifesta simțurile, cu atât mai mult va avea succes activitatea grupului ca întreg. De menționat că descoperirea Eului său personal altei persoane ne vorbește despre o personalitate puternică și sănătoasă din punct de vedere psihologic. Sinceritatea și deschiderea contribuie la primirea și acordarea unui feedback onest, adică acea informație, importantă pentru fiecare participant, care lansează nu numai mecanismele de autocunoaștere, ci și mecanismele de interacțiune interpersonală în cadrul grupului.
3. *Principiul Eu*. Accentul participanților trebuie să se concentreze asupra proceselor de autocunoaștere, de autorefecție și reflecție. Chiar și o evaluare a comportamentului unui alt membru al grupului trebuie să se realizeze prin afirmația propriilor sentimente și experiențe. Este interzis să folosim asemenea expresii precum: „*Noi considerăm...*”, „*Avem/suntem de o altă părere...*” etc., schimbând responsabilitatea pentru sentimentele și gândurile unei anumite persoane către un „nou” amorf. Toate declarațiile

ar trebui construite folosind pronume personal: „*Mă simt...*”, „*Mi se pare ...*”. Acest lucru este important, deoarece este direct legat de sarcinile trainingului – de a învăța să-și asume responsabilitatea pentru sine și să se accepte așa cum este.

4. *Activitate*. Deoarece trainingul psihologic se referă la metodele active de predare și dezvoltare, este normă ca participarea activă a tuturor la ceea ce se întâmplă să fie obligatorie.
5. *Confidențialitate*. Tot ce se spune despre grup în legătură cu anumiți participanți trebuie să rămână în cadrul grupului – este o cerință etică, fiind o condiție pentru crearea unei atmosfere de securitate psihică și de dezvăluire de sine. Este de la sine înțeles că cunoștințele psihologice și tehnicile specifice, jocurile, psihotehnicile pot fi folosite în afara grupului – în activități profesionale, în studii, în viața de zi cu zi, în comunicarea cu rudele și prietenii, pentru dezvoltarea de sine.

Întocmai s-a atras atenția la modul de comunicare a participanților. Comunicarea dintre participanți și lideri, indiferent de vârstă și statut social, este recomandată să fie la egal. Acest lucru n-a permis să creăm un mediu prietenos și liber în grup, deși comunicarea la egal este dificilă la început din cauza obiceiului și a unei anumite ierarhii a relațiilor.

## PROGRAMUL TRAININGULUI

### Ședința 1. „CINE SUNT EU?”

- **Scop:** Formarea și dezvoltarea capacității de autocunoaștere și autodezvoltare.

#### 1. Tehnica „Numele și epitetul” (10 min.)

- **Scopul:** Cunoașterea participanților cu membrii grupului, scoaterea disconfortului psihologic.
- **Instructaj:** Participanții stau în cerc. Un participant se prezintă și alege pentru sine un epitet. Acest epitet trebuie să se înceapă cu aceeași literă ca și numele său și să-l caracterizeze pozitiv. Al doilea participant repetă numele și epitetul primului participant apoi își spune numele și epitetul său, ș.a.m.d. Participantului final îi este cel mai greu, deoarece trebuie să memoreze numele tuturor participanților și epitetele lor. La finele jocului participanții fac schimb de opinii.

✓ **Întrebări pentru discuție:**

- ✓ *Ce epitete v-au plăcut cel mai mult?*
- ✓ *Care nume cel mai greu ați memorat?*

**2. Tehnica „Cunoștința” (25 min.)**

■ *Scopul:* Familiarizarea membrilor grupului unii cu alții.

■ *Instructaj:* Fiecare dintre participanți, timp de 3-5 minute trebuie să povestească despre sine, ceea ce ar dori să spună despre ei unui necunoscut. După ce termină, ceilalți îi adresează întrebări. Conducătorul adresează întrebări de concretizare:

- ✓ *Povestiți despre calitățile slabe și puternice ale voastre.*
- ✓ *Ce puteți spune despre interesele și pasiunile voastre?*
- ✓ *Cum vă numiți, câți ani aveți?*
- ✓ *De ce ați venit la aceste activități? Ce așteptați de la ele?*
- ✓ *Povestiți despre planurile voastre legate de alegerea profesiei etc.*

În timpul discuției, fiecare trebuie să răspundă la următoarele întrebări:

- ✓ *Cum v-ați simțit când povesteți despre sine?*
- ✓ *Ce ați simțit când ați adresat întrebări altora?*
- ✓ *Ce este mai ușor: să povestiți despre sine, ori să adresați întrebări?*
- ✓ *În timpul povestirii ați reușit să analizați comportamentul ?*

**3. Tehnica „Eu în 3 D” (10 min.)**

■ *Scopul:* Formarea capacității de autocunoaștere, autocritică și autodescriere.

■ *Instructaj:* Fiecare participant reflectă Eul său personal în 3 D:

1. Cum sunt?
2. Cum cred că sunt văzut de ceilalți?
3. Cum vreau să fiu?

#### 4. Tehnica „Prezentări reciproce” (10 min.)

■ *Scopul:* Crearea de către participanți a propriei identități.

■ *Instructaj:* Împărțiți-vă în perechi. Aveți 10 minute pentru a povesti unul altuia despre sine mai amănunțit. Străduiți-vă să obțineți cât mai multă informație variată. Este important să reflectați în autoprezentare întrebările importante:

- *Ce apreciez în mine cel mai mult...;*
- *Obiectul mândriei mele este...;*
- *Eu pot face cel mai bine...*

Prezentarea va avea loc în felul următor: unul dintre parteneri va sta pe scaun, altul va sta în spatele lui punându-și mâinile pe umeri. Persoana ce stă în picioare va vorbi în locul celui ce stă pe scaun numindu-se cu numele partenerului său timp de un minut strict!!! Scopul este de a formula reprezentarea în așa fel ca ea să dureze 1 minut.

Întrebările puse pot fi la diferite teme: *Ce calități apreciezi cel mai mult în oameni?; Este vre-o persoană ce te-a influențat cel mai mult?; Care este dorința ta?; Ce ai dori să obții în viață?* Exercițiul finisează cu discuția referitor la simțul gândurile persoanei. Se atrage atenție asupra capacității de a lua în considerare timpul în momentul prezentării; capacității de a reda concis și corect informația primită de la partener; de a se transforma în altă persoană.

Aprecieri prezentării tale de către partener.

✓ **Întrebări pentru discuții:**

- ✓ *Ce ai simțit când partenerul tău nu s-a integrat în timp?*
- ✓ *A reușit partenerul tău să expună informația despre tine corect?*
- ✓ *Ești de acord cu răspunsurile oferite din numele tău de către partenerul tău ?*

#### 5. Tehnica „Cinci întrebări?” (15 min.)

■ *Scopul:* Formarea cunoștințelor despre sine și despre alții.

■ *Instructaj:* scrieți pe o foaie de hârtie 5 întrebări, la care ați dori să aflați răspuns de la unul din participanții grupului. Evitați întrebările formale. După ce le-ați scris le citiți și răspundeți singuri.

✓ **Întrebări pentru discuții:**

- ✓ Care a fost reacția dvs. la schimbarea conținutului instrucției?
- ✓ Ce ați simțit în procesul activității individuale și de grup?

**6. Tehnica „Cine sunt Eu, cum sunt Eu?” (20 min.)**

■ *Scopul:* Conștientizarea sinelui.

■ *Instructaj:* Sarcina se îndeplinește în 3 etape:

I etapă – Pe o foaie de hârtie scrieți sus 2 întrebări: Cine sunt Eu? și Cum sunt Eu? Răspunsurile le scrieți în colonite. Acestea pot fi cuvinte, fraze, propoziții. Nu le dați apreciere. Scrieți ce vă vine în cap. Astfel de caracteristici-răspunsuri trebuie să fie 15 la număr.

II etapă – Citiți încă o dată ce ați scris despre sine, apoi din 15 răspunsuri alegeți 5-6 răspunsuri, cele mai importante, care vă sunt caracteristice. Va gândiți poate unele caracteristici le puteți uni. Scrieți-le.

III etapă – Iar acum așezați-vă mai confortabil și imaginați-vă o noapte fermecată. În această noapte au dispărut toate obstacolele, totul a devenit accesibil și posibil. Cum vă vizualizați? Deschideți ochii și scrieți 5-6 caracteristici din viitorul imaginar. Deci, cum ați fi devenit, dacă ar fi fost posibil?

Apoi fiecare participant povestește cum a trecut prin aceste etape, ce a simțit, ce gânduri au apărut. Trebuie de atras atenția la numărul caracteristicilor pozitive și negative din prima listă ca un indice a acceptării pe sine, de evidențiat schimbările care au avut loc de la Eul prezent la Eul dorit.

**7. Tehnica „Elaborarea hărții informaționale” (20 min.)**

■ *Scopul:* Consolidarea cunoștințelor obținute; mărirea activismului participanților în căutarea informației necesare.

■ *Instructaj:* Participanților li se propune să elaboreze harta informațională (în scris), răspunzând la întrebarea: De ce am nevoie pentru a obține această profesie?

Persoanele trebuie să scrie toate interesele lor, indiferent dacă sunt reale ori nu.

## 8. Tehnica „Autopublicitate” (15 min.)

■ *Scopul:* Formarea competențelor de autoprezentare.

■ *Instructaj:* Participanților li se oferă 20-30 minute, pentru a scrie angajatorului o scrisoare în care își propun serviciile lor, descriind caracteristicile sale psihologice, abilitățile, înclinațiile, succesele. Autorul semnează scrisoarea și o transmite moderatorului. Acesta adună toate scrisorile, apoi fără să numească autorul le citește pe rând. Au loc discuții în grup. Participanții încearcă să ghicească autorul scrisorii.

## 9. Tehnica „Comunicarea neverbală” (5 min.)

■ *Scopul:* Formarea reprezentărilor despre comunicarea neverbală.

■ *Instructaj:* Se alege un conducător. I se leagă ochii și el trebuie să se gândească cum, după care criterii ar repartiza participanții în două grupuri, fără a vorbi cu nimeni. După ce și-a determinat criteriul, întinde mâinile înainte cu palmele în sus. Ceilalți, în cea mai mare liniște, trec pe rând și pun palmele lor deasupra. Conducătorul repartizează toți participanții în două grupuri. Nu are dreptul să pipăie palmele ori să facă alte careva mișcări.

În rolul de conducător pot participa 3-4 persoane.

Discuția se desfășoară după următorul plan:

- a) Stabilirea criteriului de clasificare și a sensului psihologic al acestei clasificări.
- b) Constatarea faptului dacă fiecare din participanți a fost de acord cu repartizarea la grupul respectiv.
- c) Constatarea faptului dacă toți au fost de acord, că persoana dată a fost repartizată corect în acest grup.

Tema pentru acasă. Să analizeze încă o dată harta informațională și s-o completeze cu punctul: *Ce literatură trebuie studiată, pentru a cunoaște profesiile preferate (cel puțin o sursă).*

## 10. Tehnica „Fără mască” (20 min.)

■ *Scopul:* Înlăturarea stării emoționale și de comportament, formarea competenței de analiză a esenței Eu-lui personal.

■ *Instructaj:* Fiecare participant ia cartelele de pe masă și fără pregătire continuă frazele scrise pe cartelă. Grupul ascultă intonația, vocea, apreciind nivelul de sinceritate. Dacă s-a decis

că mesajul este sincer, atunci continuă următorul participant, dacă nu, atunci participantul face încă o încercare după ce toți s-au expus.

Conținutul frazelor:

*Mie nu-mi place când...*

*Îmi este cunoscut simțul de singurătate. Îmi amintesc...*

*Eu doresc să uit, că...*

*S-a întâmplat că cei apropiați îmi provocau ură. Odată când...*

*O dată m-am speriat că...*

*Câte odată cei apropiați nu mă înțeleg. Deseori...*

*Mă deranjează când...*

## 11. Tehnica „... în schimb Tu...” (15 min.)

■ *Scopul:* Crearea unui climat psihologic favorabil.

■ *Instructaj:* Fiecare participant semnează foaia sa, apoi scrie pe ea un neajuns al său apoi transmite foaia sa celorlalți participanți. Aceștia scriu pe foaie „...în schimb tu...” și scriu o calitate pozitivă a acesteia (ai ochi frumoși, cel mai bine spui bancuri...). apoi foaia dată este reîntoarsă stăpânului.

Făcând totalurile se discută după următoarele întrebări:

- ✓ *Ce am aflat nou despre sine?*
- ✓ *Ce am aflat nou despre alții?*
- ✓ *Ce aș dori să-mi schimb în urma activității în grup?*
- ✓ *Cum o voi face?*

## Ședința II. FORMAREA SCOPULUI ȘI PERSPECTIVELOR DE VIAȚĂ

■ **Scop:** Formarea competenței de a-și crea scopul său; formarea capacității/abilității de a-și atinge scopul. Dezvoltarea competenței de a-și crea perspectivele de viață.

### 1. Tehnica „Atingerea scopului” (20 min.)

■ *Scopul:* Formarea capacității de a-și formula scopul său.

■ *Instructaj:* pentru a-ți atinge scopul trebuie să ți-l închipui clar, să înțelegi ce dorești. Formarea corectă a scopului este necesară pentru a deveni o persoană de succes. Dar ca scopul să fie realizat cu succes sunt necesare unele condiții:



- Scopul trebuie să fie concret, măsurabil, real.
- Împărțiți scopul în scopuri mari și mai mici, mai ușor de realizat.
- Formând scopul țineți cont de propriul potențial, precum și de potențialul celor ce sunt gata să vă ajute la atingerea scopului.

Apoi propunem participanților să-și închipuie un scop al său și pașii ce trebuie să-i facă pentru atingerea lui. Fiecare participant primește câte un tabel în care trebuie să completeze rubricile:

- Scopul;
  - Termenul de realizare a scopului;
  - Ce trebuie (*mijloace, acțiuni*);
  - Cine vă poate ajuta în atingerea scopului;
  - Obstacole posibile;
  - Metode de depășire a obstacolelor.
- \*Ex.: Pentru a însuși o specialitate bună sunt necesare studiile, contactul cu oficiul forței de muncă, cunoștințe, experiență de muncă.

## 2. Tehnica „Evitarea restricțiilor interne” (20 min.)

- *Scopul:* Conștientizarea restricțiilor interne, însușirea instrumentului/metodei de debarasare de restricțiile interne.
- *Instructaj:* Important în realizarea acestui exercițiu: consistență, agrement și delicatețe. Vom îndeplini următoarele acțiuni:
  - a) În drum spre atingerea scopului întâlnim mai multe obstacole. Aceste obstacole pot fi împărțite în obstacole interne și externe. Mulți sunt de părere că uneori este mai dificil să se facă față obstacolelor interne (restrictive) decât celor externe. Cum vorbim despre obstacolele interne? De obicei, începem cu cuvintele „*Eu nu pot...*”. Acum vom încerca să depășim unele dintre limitările noastre interne, după pași. Luați o foaie curată și scrieți de cinci ori fraza „*Nu pot...*”, lăsând spațiu liber pentru a o finisa.
  - b) Acum finisați continuarea propozițiilor neterminate și scrieți ce nu puteți face. Ați finisat? Cine poate să citească câteva dintre frazele sale cu voce tare pentru toată lumea?

- c) Acum, în frazele dvs. „tăiați” expresia „Nu pot” și scrieți „Vreau”. Să vedem ce e ieșit. Fiecare participant citește fraza sa.
- d) Următorul pas. După cuvântul vreau adăugați expresia „și pot”. Acum să citim ce a ieșit.

### 3. Tehnica „Conflictul intern” (25 min.).

■ *Scopul:* Determinarea conflictului intern.

■ *Instructaj:* Sarcina se îndeplinește în patru etape:

Etapa I. Grupul de participanți se împarte în subgrupuri mici din 3 persoane: 1 regizor și 2 actori – 3 min.

Etapa II. Regizorul se gândește la un conflict intern propriu, îl prezintă actorilor, actorii pregătesc un scenariu să prezinte conflictul.

Etapa III. Prezentarea scenariului/ conflictului intern al regizorului. Prezentarea are loc în grupurile mici, apoi după dorință, situațiile sunt prezentate grupului mare.

Etapa IV. Discuții, păreri, emoții, concluzii referitor la activitate.

### 4. Tehnica „Scopul vieții” (25 min.)

■ *Scopul:* Formarea/dezvoltarea scopurilor vieții.

■ *Instructaj:* Sarcina se îndeplinește în 5 etape.

Etapa I. *Instructaj:* Să discutăm despre scopurile vieții. Vă luați un pix și hârtie. Timp de 15 min vă gândiți la întrebarea „Ce doresc să primesc de la viața mea?” și scrieți totul ce vă vine în cap. Treceți prin toate sferele vieții voastre. Fiți creativi. Răspundeți la întrebare, ca și cum ați avea o resursă nelimitată de timp. Aceasta vă va ajuta să vă amintiți ce doriți.

Etapa II. *Instructaj:* Timp de 2 min. trebuie să alegeți ceea ce doriți să vă ocupați în următorii 3 ani. Apoi în următoarele 2 min. să completați sau să schimbați lista. Scopurile trebuie să fie reale. Spre deosebire de prima etapă lucrați, în așa fel, ca și cum ar fi ultimii ani sau luni. Aceasta va ajuta să vă concentrați asupra lucrurilor importante.

Etapa III. *Instructaj:* Acum veți determina scopul pentru următoarele 6 luni (2 min.). Și 2 min. pentru corectare/concretizare.

Etapa IV. *Instructaj:* Luați două minute pentru a vă ajuta să vă controlați obiectivele. Cât de specifice sunt, cât de consecvente

sunt între ele, cât de realiste sunt obiectivele dvs. în ceea ce privește timpul și resursele disponibile. Probabil aveți nevoie să vă formulați un nou scop, să căutați noi resurse.

Etapa V. Instructaj: Revizuiți periodic listele dvs., pentru a vă asigura că vă deplasați în direcția aleasă. Efectuarea acestui exercițiu este similar cu utilizarea unei hărți într-o excursie. Periodic o consultați, corectezi traseul, poate chiar schimbi direcția, dar cel mai important, știi unde te duci”.

✓ **Întrebări pentru discuție:**

- ✓ *Cum vă simțiți după exercițiu?*
- ✓ *Ce concluzii interesante ați făcut pentru dvs.?*
- ✓ *Ce a fost neașteptat pentru dvs.?*
- ✓ *Ce a fost cel mai dificil? De ce?*
- ✓ *Cine dintre participanți a făcut un plan realist și este gata sa-l urmeze?*

## 5. Tehnica „Evenimentele din viața mea” (25 min.)

- **Scopul:** Formarea unei viziuni structurale a vieții sale prin evenimente semnificative; conștientizarea înțelegerii relației (relația) evenimentelor cu oamenii din jur și determinarea naturii acestor legături.

■ **Instructaj:** Imaginați-vă întreaga viață: trecutul, prezentul și viitorul așteptat. Încercați să găsiți 5-7 evenimente importante din viața voastră. Poate fi orice schimbare:

- în natură și în societate;
- în gândurile și sentimentele tale;
- în familie; de formare; de afaceri; viața personală.

Asigurați-vă că aveți în vedere nu doar evenimentele trecute, ci și cele care pot apărea în viitor. Deci, scrieți pe o foaie de hârtie:

- evenimentul A;
- evenimentul B;
- evenimentul C;
- evenimentul D;
- evenimentul F.

Acum, pentru fiecare eveniment, încercați să răspundeți la câteva întrebări legate de aceste evenimente (*la acele întrebări care considerați că nu au răspuns, nu răspundeți*):

- ✓ *Cine v-a ajutat cel mai mult (sau o să vă ajute)?*
- ✓ *Cine a împiedicat (sau va împiedica) cel mai mult?*

- ✓ *Pe cine ați bucurat cel mai mult (sau veți bucura)?*
  - ✓ *Pe cine ați dezamăgit de acest lucru (sau veți dezamăgi)?*
- Numărați cât de frecvent ați menționat în răspunsurile dvs. numele unei sau altei persoane? Acestea pot fi: *rude; prieteni; vecini; colegi de studiu și de lucru; personaje; personalități istorice; reprezentanți ai generațiilor anterioare și viitoare.*

La finalizarea exercițiului au loc discuții în cadrul grupului.

## **6. Tehnica „Viitorul” (15 min.)**

- *Scopul:* Conștientizarea de către participanți a perspectivei lor de viață și a posibilităților de influențare a caracteristicilor personale asupra propriului mod de viață.

■ *Instructaj:* Închideți ochii. Imaginați-vă în viitorul cel mai depărtat, pe cât e posibil. *Unde vă aflați? Ce faceți? Cum sunteți? Cine e alături de tine?* Treptat deschideți ochii. (Timp de 5-7 minute).

Apoi moderatorul propune participanților să descrie imaginile apărute. Apoi, participanții cu idei similare despre viitor se unesc în micro-grupuri. Ei ar trebui să dea nume grupului sau să propună mottoul grupului, în 10-15 minute să facă un „video-clip”, care ar promova „spiritul și esența” grupului, mottoul său și să teatralizeze video-clipul său.

Discuția începe cu întrebări puse de membrii grupului despre clipurile altor grupuri, dacă există ceva neclar. Apoi, fiecare membru al grupului povestește despre sentimentele sale despre pregătirea clipului său și despre vizionarea clipului altor grupuri.

## **7. Tehnica „Perspectivele de viață” (25 min.)**

- *Scopul:* Dezvoltarea abilităților de a stabili obiective și dezvoltarea acestora, de a fi responsabil pentru alegerea sa.

■ *Instructaj:* Pentru a obține ceva trebuie să ne punem anumite obiective, să conștientizăm importanța acestora, să planificăm acțiunile necesare și să conștientizăm de ce resurse personale avem nevoie. Fiecare primește un tabel împărțit în câteva coloane: scopurile mele, importanța lor pentru mine, acțiunile mele, resursele mele.

Completați acest tabel începând cu prima coloană ce doriți acum, în decursul acestei săptămâni, luni, an.

Stabiliți și obiective de lungă durată, de exemplu, ceea ce doriți să obțineți în 5, 10 ani. În cea de-a doua coloană, evaluați lista obiectivelor dvs. în funcție de importanța acestora pentru dvs., utilizând o scală de la 10 (cea mai semnificativă) la 1 (cea mai puțin semnificativă). În coloana a treia, indicați acțiunile necesare pentru a realiza fiecare obiectiv. În coloana a patra, trebuie să înscriseți calitățile personale, abilitățile, resursele de care aveți nevoie pentru a atinge scopul dorit”.

În continuare, propunem participanților să formeze perechi și împreună să determine cel mai important scop/obiectiv.

Activitatea finalizează cu formularea și aprobarea ulterioară a celui mai important obiectiv.

Aprobarea este o scurtă declarație despre ceea ce vrea o persoană. Pentru a fi eficientă, aprobarea

ar trebui să fie:

- specifică;
- concisă;
- formulată pozitiv;
- să includă propriile acțiuni, propriile calități, schimbările necesare în voi înșiși și nu în alte persoane;
- scrisă la prezent, parcă ar exista deja.

Apoi într-un cerc comun fiecare participant povestește despre cel mai important scop al său.

### **Ședința III. FORMAREA CAPACITĂȚII DE A LUA DECIZII ȘI A PLANIFICA**

- **Scop:** *Creșterea nivelului de autocunoaștere și cunoaștere intrapersonală și însușirea algoritmului de luare a deciziilor; dezvoltarea capacității de a planifica activitatea profesională.*

#### **1. Tehnica „Formula personalității mele” (30 min.)**

- **Scopul:** Cunoașterea intrapersonală.

*Materiale necesare:* foi de hârtie, pixuri, flipcheart, carioci.

■ **Instructaj:** Fiecare participant trebuie să elaboreze formula personalității sale. În ea pot fi utilizate calități fizice, psihice, semne algebrice: plus, minus, egal, înmulțit, împărțit etc. La fel pot fi utilizate semnele fizice, chimice (R<sup>2</sup>OC (responsabilitate

la pătrat, originalitate și corectitudine), la dorință. Apoi fiecare scrie formula pe flipchart și o comentează.

Reflecții: Cum a fost să elaborați formula personalității dvs.? Ați observat care calități se repetă? Cum credeți, de ce? De ce ați utilizat semnul minus? Dar plus?

- ♦ **Comentariu:** Fiecare din noi este diferit, o vedem prin multitudinea de caracteristici invocate. În același timp, profesia de profesor lasă amprenta asupra personalității noastre, la fel o observăm prin repetarea anumitor trăsături. Important e să conștientizăm că personalitatea noastră ca întreg este formată de o multitudine de trăsături, de aceea nu există oameni absolut pozitivi, la fel nu există oameni total negativ. Sarcina noastră e să avem răbdare să descoperim acel pozitiv, dând șansă individului să se realizeze.

## 2. Tehnica „Vaca” (30 min.)

- **Scopul:** Oferirea – pentru grup – a posibilității să ia o hotărâre comună, să însușească algoritmul de luare a deciziilor.
- **Instructaj:** Psihologul propune participanților o problemă, pe care fiecare o rezolvă în gând și nu spune rezultatul, până când nu o rezolvă toți.

**Problemă:** *Un fermier avea o vacă. El a vândut-o cu 6 mii de dolari. A luat împrumut de la bancă 1,5 mii dolari și a cumpărat alta, mai productivă, cu 7,5 mii. După un timp, vaca nu mai era productivă, dar prețurile pe piață crescuse și el a vândut-o cu 8 mii dolari. Apoi prețurile au scăzut și fermierul a cumpărat o vacă bună cu 7,5 mii dolari. Peste un an o vinde cu 4 mii și cumpără alta cu 3 mii. Încă peste un an el hotărăște vinde vaca cu 10 mii dolari. Care e rezultatul: fermierul a câștigat, a pierdut, a rămas cu aceiași bani? Câte mii de dolari?*

Problema trebuie citită de câteva ori, pentru ca toți să reușească s-o soluționeze. După ce toți au rezolvat-o, fiecare spune rezultatul lui. Participanții se distribuie pe grupuri în corespundere cu rezultatul obținut. Dacă toți au rezultate diferite, atunci se grupează după principiul rezultatelor apropiate. Numărul optimal de grupuri este de 3-5, cu nu mai puțin de 2-3 membri în fiecare. Fiecare grup trebuie să elaboreze un plan, pentru a-i convinge pe

ceilalți. Apoi fiecare grup își expune planul. Urmează discuții, până când se ajunge la un singur rezultat.

Conducătorul: „În comunicare fiecare om, indiferent de vârstă, poate îndeplini trei roluri: *Părinte, Adult, Copil*. Dacă vorbim de faptul ce e bine și ce e rău, la ce trebuie să atragem atenție și la ce nu – ne aflăm în rolul de *Părinte. Copilul* – sunt emoțiile și reacțiile noastre la noi înșine. *Adultul* – este un om independent, care prelucrează toată informația, face concluzii, ia hotărâri.

Omul deseori se află în situații în care trebuie să ia o decizie să continue studiile ori să învețe, ce facultate să aleagă etc. Procesul de luare a deciziilor constă din câteva etape:

- Acumularea variantelor posibile de decizii. Este bine dacă toate ideile se vor scrie.
- Acumularea informației pentru fiecare din aceste variante.
- Analiza șanselor de succes a fiecărei alternative. Fiecare persoană caută răspuns la întrebarea: *Pot oare să realizez varianta dată?*
- Legătura fiecărei alternative cu scopurile și valorile persoanei date.
- Elaborarea planului concret de acțiuni pentru alternativa aleasă.
- Formularea planului de acțiuni pentru alte alternative posibile.

### 3. Tehnica „Plus, minus, interes” (30 min.)

■ *Scopul:* Utilizarea algoritmului în situația de alegere a profesiei.

■ *Instructaj:* participanților li se propune să găsească în caiet tabelul pe care l-au completat la prima activitate. Trebuie să aleagă din el cea mai interesantă profesie. Apoi li se cere să completeze timp de 15 minute un alt tabel:

#### ***Aprecierea profesiei***

<b>Nr./o</b>	<b>Plus</b>	<b>Minus</b>	<b>Interesant</b>
1			
2			

În prima coloană trebuie să scrie cât mai multe plusuri, pe care le-ar avea profesia aleasă. În a doua coloană – minusurile acestei

profesii. În a treia cât mai multe lucruri interesante generate de profesie (îmi este interesant cine vor fi prietenii mei etc.). La sfârșit fiecare citește ce a scris. Colegii pot adresa întrebări.

Tema pentru acasă:

1. Să analizeze un caz de luare a deciziei după algoritmul învățat.
2. Să aleagă încă o profesie și să completeze un tabel analog.

Cei care au acumulat puține puncte sunt nepractice, acordă puțină atenție mediului lor social. Sunt preocupați excesiv de propriile probleme. În discuție se evidențiază cauzele alegerilor.

Tema pentru acasă. Să analizeze atitudinea emoțională proprie într-o anumită situație (îndeplinește temele pentru acasă, discută cu părinții, prietenii etc.).

#### **4. Tehnicile „Eu peste 10 ani”, „Prietenul meu peste 10 ani” (1-1,5 ore)**

- *Scopul:* Dezvoltarea capacității de planificare a vieții profesionale.

*Materiale necesare:* Foi, creioane colorate.

Conținutul activității:

- Desenul proiectiv „Eu peste 10 ani” / „Prietenul meu peste 10 ani” (1-1,5 ore).

Participantilor li se propune să realizeze cu creionul simplu un desen la tema „Eu peste 10 ani”. Alte instrucțiuni nu se permit. În continuare, fără întrerupere, se realizează desenul la tema „Prietenul meu peste 10 ani”. Dacă în grup sunt mulți participanți, fiecare mai desenează și prietenul din partea dreaptă și o altă persoană. În total fiecare îndeplinește patru desene.

#### **5. Tehnica „Luarea deciziei” (30 min.)**

- *Scopul:* Dezvoltarea capacității de a planifica imaginea pozitivă a viitorului său, formarea capacității de a lua decizie.

■ *Instructaj:* Formulați o problemă ce vă frământă. Acum transformați problema în scop. De exemplu: „*Sunt iritabil*” este o problemă; „*Vreau să fiu calm, să mă controlez*” – e scop. „*Sunt foarte sugestiv*” este o problemă; „*Vreau să fiu critic, să-mi spun punctul de vedere*” – obiectivul. La al doilea pas – „Balanța



soluției” – trebuie să vă gândiți la partea comportamentului pe care o veți schimba (comportamentul-problemă), amintindu-vă că toată lumea este liberă în alegerea sa și este responsabilă pentru deciziile sale. Pentru aceasta, completați echilibrul soluției, subliniind toate avantajele și dezavantajele comportamentului actual pentru dvs.

#### PRO / CONTRA

- ♦ **Comentariu:** acest exercițiu oferă posibilitatea de a forma competența de a obține scopul personal sau de grup, înfruntând problemele psihologice cu ajutorul gândirii pozitive.

### 6. Tehnica „Insula” (40 min.)

- **Scopul:** Familiarizarea cu cerințele pieții muncii; cu problema profesiilor neprestigioase; conștientizarea de către persoană a maturității ca cetățean.

Jocul permite să cunoască rolul profesiilor în viața oamenilor/societate, precum și pregătirea morală a persoanei pentru o profesie sau alta. Vârsta: 13-14 ani.

**Materiale necesare:** table unde se fixează rezultatele expunerii participanților.

Desfășurarea activității: Timp 40 min.

Se anunță jocul „Insula”.

- **Instructaj:** Închipuiți-vă că ați nimerit pe o insulă. Când vă vor salva nu se știe. În față stau 2 sarcini: 1. Trebuie să trăiți. 2. Trebuie să rămâneți persoane civilizate.

Timp de 40 min. trebuie să demonstrați că puteți rezolva problema. Eu voi fi conducător și instalez în societatea noastră democrația.

Deci, propunerile voastre?

Adolescenții propun ce este necesar pentru a supraviețui (să construiască casă, să asigure hrană etc.) conducătorul scrie toate propunerile pe tablă.

Mai departe propunerile se discută și ca rezultat rămân cele mai importante 5 min.

Când s-au stabilit activitățile ce trebuie realizate, se aleg persoanele care le vor îndeplini. 3-5 min. se discută în grup.

La un moment dat, conducătorul zice că s-a îmbolnăvit și de aceea trebuie urgent să se organizeze dintre copii un comitet

care ar conduce cu ei în procesul de supraviețuire. Se ia decizia referitor la componența acestui comitet.

Acest comitet se ocupă de organizarea activității întregului grup (să organizeze activitatea în grupuri, să explice sarcinile).

În dependență de succesele obținute de comitet, Conducătorul se poate preface în balaur ce încurcă în activitatea comitetului. Dacă comitetul se isprăvește prost nu se cere amestecul conducătorului.

Apoi are loc discuția în grup privitor la joc: *Cum am reușit să supraviețuim? Am rămas oameni civilizați? adolescenții trebuie să-și argumenteze propria părere.* Referitor la resursele umane se folosește același tabel, unde se vede clar câte specialități trebuie pentru a supraviețui. În procesul jocului se formează/modelează o nouă societate, se poate de trecut la problemele caracteristice societății. Uneori se formează grupul care nu participă la nici o lucrare.

Posibilitățile de diagnosticare ale jocului. Jocul oferă posibilitatea de a aprecia pregătirea adolescenților de a sarcinilor comune, înțelegerii necesității de a îndeplini lucrări neprestigioase.

Concluzii: Criteriul de bază a eficacității activităților de orientare profesională la vârsta adolescentă și adultă este alcătuirea/formarea planului de orientare profesională a persoanei. Sarcina principală a psihologului în procesul de consiliere a persoanei privitor la alegerea profesiei este de a-l ajuta să răspundă la 3 întrebări: *1. Ce dorește el personal alegând profesia? 2. Care sunt posibilitățile/capacitățile lui? 3. Care profesie este întrebată/valorificată pe piața muncii?*

Psihologii trebuie să înțeleagă că vârsta adolescentă este vârsta încercărilor în alegerea diferitor profesii. Limitarea acestora în alegerea profesiei este nereală, de aceea trebuie respectată libera alegere. Psihologul prin aplicarea diferitor metodici speciale trebuie să-i confirme alegerea, sau să-i propună să se realizeze în alt domeniu luând în considerare interesele, competențele acestuia și cerințele de pe piața muncii.

## 7. Tehnica „Scara progresului” (20 min.)

■ *Scopul:* Formarea competenței de a planifica viitorul său.

■ *Instructaj:* Desenați o scară fiecare pe foaia sa. Sub trepte scrieți anumite perioade de timp. Prima treaptă – mâine.

a 2-a treaptă – peste o săptămână

Apoi peste o lună, peste un an, peste 3ani.

- ♦ Comentariu: lucrând cu scara progresului, este necesar de a răspunde la următoarele întrebări: *Cum veți afla mâine că veți obține scopul? Ce semn va fi mâine, că dvs. ați obținut progres?* Astfel de întrebări se repetă pentru toate treptele/perioadele.

## Ședința IV. SOLUȚIONAREA PROBLEMELOR

■ *Scop:* Formarea capacității de a soluționa probleme pentru alegerea profesiei.

### 1. Tehnica „Versoul monedei” (30 min.)

■ *Scopul:* Formarea abilităților de comportament asertiv în procesul de lucru în echipă.

■ *Instructaj:*

Etapa I. Fiecare participant timp de 5 min. scrie individual pe foaie câte 5 momente neplăcute din viață/ eșecuri, iar în dreapta lor se face interpretarea pozitivă a fiecărui moment/eșec.

Etapa II. Participanții prezintă după dorință rezultatele, fără careva interpretări din partea colegilor.

Etapa III. Moderatorul inițiază discuții despre emoțiile și trăirile în momentul situațiilor neplăcute, eșecurilor, emoțiile ce le trăiesc la momentul actual în situația interpretării pozitive.

### 2. Tehnica „Înlăturarea obstacolelor în procesul de orientare profesională” (30 min.)

■ *Scopul:* Conștientizarea naturii acțiunilor către un scop profesional.

■ *Instructaj:* „Numiți ceva ce ați putea face (dar la moment nu faceți), dacă ați face aceasta regulat, ați avea rezultate pozitive în dezvoltarea profesională personală.” După ce participanții

formulează un scurt răspuns, este necesar să se facă o listă a altor acțiuni necesare pentru a atinge un nivel înalt de auto-dezvoltare profesională. După aceea, lista ar trebui evaluată în funcție de importanța acțiunilor (atât importante, cât și neimportante). Apoi, într-un mod similar – în funcție de gradul de urgență. Rezultatele se includ în tabele:

<b>Apresiasi acțiunilor</b>	<b>Urgente</b>	<b>Ne urgente</b>
Importante	I	II
Neimportante	III	IV

✓ **Întrebări pentru discuție:**

- ✓ *La care pătrate ați referit acțiunile de care aveți nevoie pentru a obține un profesionalism ridicat?*
- ✓ *Doriți să schimbați prioritatea acțiunilor pe care le-ați ales? Care dintre ele și cum?*

**3. Tehnica „Hârtia boțită” (25 min.)**

- *Scopul:* Identificarea soluțiilor noi, nestandarte în soluționarea problemelor.

*Materiale necesare:* hârtie A4, pixuri.

■ *Instructaj:* Participanții sunt rugați să-și amintească de o problemă și să o formuleze în trei patru propoziții, pe care le notează pe o foaie de hârtie. Apoi, această foaie este boțită bine, bine, după care este îndreptată. Participanții sunt rugați să privească atent foaia și să observe ce desen poate fi conturat pe urmele boțiturilor. Cu un creion trebuie să facă conturul acestuia. Următoarea etapă, constă în a identifica cum poate ceea sau cel ce este desenat să ajute la rezolvarea problemei sus numite. Participanții sunt rugați să scrie cele mai neordinare soluții. După ce toți au scris, sunt grupați câte 3-4 persoane și se lucrează în grup. Fiecare citește problema, spune ce e desenat pe foaie și cum poate ceea ce a fost desenat să ajute la rezolvarea ei. Dacă la un participant din grup îi apare o nouă idee ea este notată.

Reflectii: V-a ajutat acest exercițiu să vedeți noi soluții în rezolvarea problemelor? În ce situații de zi cu zi este binevenită această tehnică?

#### 4. Tehnica „Bariera” (30 min.)

■ *Scopul:* Conștientizarea barierelor față de scopul profesional și strategia de depășire a acestora.

■ *Instructaj:* Fiecare persoană își închipuie ce obstacole ar avea în calea obținerii profesiei. Această barieră este înscenată de către membrii grupului făcând un cerc strâns în jurul persoanei încurcându-l pe el să iasă din cerc. Fiecare membru al grupului este o barieră: lenea, lipsa de timp, nivel jos de cunoștințe etc. (ex.: lenea spune nu înțeleg de ce dorești să te desparți de mine, nouă ne este bine împreună. Tu ai nevoie de mine, eu te ocrotesc etc.). Ruperea cercului înseamnă înfruntarea obstacolelor. Persoana poate ieși din cerc dacă argumentează și înduplecă măcar pe unul din cerc.

##### **Întrebări:**

- ✓ *Ați rupt cercul?*
- ✓ *Ce obstacol ați depășit mai ușor?*
- ✓ *Ce acțiuni ați întreprins pentru a înfrunta obstacolul?*
- ✓ *Cum referim experiența noastră la viața reală?*

#### 5. Tehnica: „Finisarea propozițiilor” (20 min.)

■ *Scopul:* Obținerea feedbackului.

■ *Instructaj:* Finisați următoarele propoziții:

1. *În urma trainingului au avut loc următoarele schimbări...*
2. *Cred că am reușit să înfrunt...*
3. *În procesul trainingului eu am conștientizat că...*
4. *Mie ca viitor specialist îmi trebuie...*

#### 6. Tehnica: „Valiza” (35 min.)

■ *Scopul:* Conștientizarea calităților negative.

■ *Instructaj:* Fiecare membru al grupului, la dorință, iese din sala în care se desfășoară activitatea, după ușă, așteaptă 3 minute. În acest timp colegii alcătuiesc o listă a calităților pozitive și o listă a calităților negative despre persoana care a ieșit după ușă. Regulă: Calitățile negative depistate de către colegi trebuie să fie 50% din numărul calităților pozitive. Când persoana intră în sală, trainerul ia lista de calități de la colegi și citește mai întâi calitățile negative, după care urmează calitățile pozitive. Calitățile negative sunt prezentate ca fiind aspecte la

care persoana trebuie să lucreze. Calitățile pozitive sunt prezentate ca exemple demne de urmat de către colegi. Calitățile negative sunt puse într-o valiză imaginară.

## 7. Tehnica: „Adunăm valiza” (35 min.)

■ *Scopul:* Crearea unui feedback pozitiv la participanții trainingului.

■ *Instructaj:* Munca noastră se apropie de sfârșit. Ne despărțim. Cu toate acestea, înainte de a ne despărți, fiecare participant va asambla o „valiză”. Am lucrat împreună, de aceea vom „strânge valiza” împreună. Conținutul „valizei” va fi special. De vreme ce ne-am ocupat de problema perspectivelor vieții și de autodeterminarea profesională, vom „pune” ceva care va ajuta pe fiecare dintre voi să gândească din nou, să „cântărească” și să vă evalueze critic decizia privind alegerea inițială a unei cariere. Fiecărui participant i se va înmâna „Valiza”.

Când vom termina, îl vom invita și-i vom înmâna „valiza”, pe care o va lua cu el fără să pună întrebări. Colectând o „valiză”, vom respecta patru reguli:

1. În „valiză” trebuie să „puneți” același număr de calități care sunt disponibile și absente, dar necesare pentru a obține profesia potențială, pentru a atinge scopul.
2. Fiecare calitate se va „potrivi” cu „valiza” numai cu acordul întregului grup. Dacă cel puțin unul dintre participanți nu este de acord, atunci ei încearcă să-l convingă de corectitudinea deciziei sau, dacă acest lucru nu se poate face, refuză să pună o calitate în valiză.
3. „Puneți” în „valiză” doar acele calități care s-au manifestat în timpul lucrului în grup.
4. „Puneți” în „valiză” numai acele calități care pot fi schimbate.

Fiecare participant va conduce la rândul său colecția „valizei”. Nu uitați de regulile de colectare. Fiți prietenoși unii cu alții, luându-vă un rămas bun la drum.

Apoi, moderatorul distribuie toate foițele pe care participanții își scriu cuvintele de rămas bun. Foițele sunt date persoanelor cărora le sunt adresate. Toți participanții vor primi mesaje de la membrii grupului.

## Ședința V. CONȘTIENTIZAREA PROPRIILOR VALORI

- **Scop:** *Cunoașterea propriilor valori care influențează la alegerea profesiei.*

### 1. Tehnica „Calculatorul” (15 min.)

- **Scopul:** Dezvoltarea la participanții trainingului a abilităților de a reflecta.

■ **Instructaj:** Informația culeasă trebuie să conțină răspuns la întrebarea: ce am făcut azi pentru obținerea scopului?; sau ce am să fac mâine pentru obținerea scopului? Calculatorul se completează în fiecare zi înainte de culcare. În calculator putem culege afirmații de tipul: eu sunt puternic; liniștit; încrezut etc.

Se culeg 7-9 afirmații ce se referă nu doar la problema concretă, dar și la calitățile persoanei. Important ca afirmațiile să fie culese nu cu mâna dominantă. Astfel este programată memoria de lungă durată. Toate afirmațiile au loc inconștient.

### 2. Tehnica „Registrul valorilor” (3 min.)

- **Scopul:** Înțelegerea propriilor valori. Ierarhizarea valorilor după importanța acestora pentru subiect.

■ **Instructaj:** Fiecare, în decurs de trei minute, își scrie lista valorilor care au o importanță deosebită pentru sine și determină atitudinea sa față de viață.

Peste 5 min. participanții se reîntorc la lista valorilor pentru a le completa sau a le omite. Apoi au loc discuții în perechi despre valorile importante pentru persoană și cele mai puțin importante.

### 3. Tehnica „Viitoarea profesie și lumea înconjurătoare”

(20 min.)

- **Scopul:** Conștientizarea imaginii de sine în viitor, a valorilor viitoarei profesii.

■ **Instructaj:** Acum vom lucra cu textul ”Înclinațiile mele”. Veți putea să determinați tipul profesiei, față de care aveți interes. Pentru aceasta fiecare dintre voi va primi o listă cu variante de răspuns și lista de întrebări. Puneți răspunsurile dvs. alături de numărul corespunzător.

+1 – mai mult îmi place decât nu;

+2 – desigur îmi place;

- +3 – îmi place;
- 1 – mai mult nu-mi place decât îmi place;
- 2 – desigur nu-mi place;
- 3 – de loc nu-mi place.

După ce ați răspuns calculați suma plusurilor și a minusurilor în fiecare coloană. Rezultatul cel mai mare obținut va servi ca indicator spre un anumit tip de profesie.

#### 4. Tehnica „Obstacole – Capcane” (15-20 min.)

- *Scopul:* Conștientizarea de către participanți a capcanelor obstacolelor în însușirea profesiei.

■ *Instructaj:* Formatorul împreună cu participanții determină scopul profesional. Din grup se alege un reprezentant care va juca rolul de o persoană. Este important de a determina din start caracteristicile acesteia: vârsta, studiile, genul, studiile, starea familială etc.

Apoi propunem participanților să creeze unele obstacole pentru acest om în obținerea scopului profesional. Fiecare trebuie să gândească, cum poate înfrunta aceste greutăți. Se numesc și obstacolele-capcane ce pot fi întâlnite. „Omul” – personajul principal trebuie să spună cum o poate înlătura. Formatorul împreună cu participanții apreciază care variantă este mai bună.

- ♦ Comentariu: exercițiul se petrece în cerc. Timp – 15-20 min.

#### 5. Tehnica „Extraterestrării” (45 min.)

- *Scopul:* Conștientizarea muncii ca valoare.

■ *Instructaj:* Din grup se aleg 2-3 persoane care sunt extraterestrării fiind oaspeți pe pământ. Timpul aflării pe pământ este de 15 minute. La conferința de presă, trebuie să faceți cunoștință cu o altă civilizație. Oaspeții vor lua cuvântul, unde își vor expune scopul vizitei, nivelul de dezvoltare al culturii, industriei, activităților de bază a poporului său. Apoi jurnaliștii vor pune întrebări timp de 3-4 min. Peste 15 min. oaspeții dispar. Timp de 5-7 min. fiecare jurnalist pe o foaie de hârtie trebuie să scrie: care este după părerea sa nivelul de dezvoltare al oaspeților de pe altă planetă, iar extraterestrării, la fel, scriu despre pământeni; are rost să facem legături cu o nouă civilizație, să colaborăm cu ea?



Foițele se strâng, se citesc, se discută.

- ♦ Comentariu: În procesul discuției trebuie de determinat ce criteriu de dezvoltare a societății este cel mai important. Au loc discuții.

## 6. Tehnica: Povestea „Omul” (И.В. Стишенок) (20 min.)

■ *Scopul*: Conștientizarea realității înconjurătoare.

■ *Instructaj*: Participanții ascultă povestea, apoi discută, au loc schimb de opinii.

**Povestea**: A fost odată un Om. A crescut, a mers, a vorbit ca toți. Avea un loc de muncă, o casă, o familie. Sa odihnit, a urmărit TV, a mers să viziteze, să participe la evenimente sociale și să se amuze. În general, ca toți ceilalți. Uneori a fost trist, uneori a fost iritat, dar asta, desigur, a trecut, iar el a continuat să trăiască o viață familiară: muncă – casă – muncă – casă – muncă – cămin. Ca toți ceilalți. Dar într-o zi Omul s-a oprit, a ridicat privirea și a văzut cerul. Se uită atent și observă că se schimbă în fiecare minut, fără a fi niciodată la fel. Omul a ascultat și a auzit cum păsările cântă. Cât de frumos au cântat!

S-a uitat în jur și a observat bogăția extraordinară de culori, care au dat lumii flori și copaci. Copiii din apropiere au cântat și au râs. Vocile lor păreau să spună: putem trăi! Și omul a făcut ceea ce nu a făcut. Luă o bucată de hârtie și îi șterse sentimentele, de parcă s-a născut. Deci, pe Pământ a apărut un alt Creator.

## 7. Tehnica „Eu singur” (15 min.)

■ *Scopul*: Formarea abilităților de a-și apăra propria opinie.

■ *Instructaj*: Participanții se împarte în 2 grupuri. Un grup propune situații interesante ce cer luarea unor hotărâri pentru soluționarea acestora și să ofere varianta proprie de rezolvare a situației. Membrii din grupul 2 trebuie să ofere varianta lor de rezolvare a situației. Ex.: Tu privești o emisiune interesantă, iar prietenii te cheamă afară, dar dorești să privești emisiunea. Decizi: pleci cu prietenii? Care este hotărârea ta?

- ♦ Comentariu: În procesul jocului membrii grupurilor se schimbă cu rolurile. La final li se propune să răspundă la întrebarea: De ce nu mi-am schimbat opinia?

## 8. Tehnica „Vreau-pot-voi face” (15 min.)

■ *Scopul:* Depistarea resurselor interne, dezvoltarea empatiei, formarea abilității de a acționa.

■ *Instructaj:* Participanții se aranjează în perechi. Ei trebuie să se gândească ce ar trebui să facă ca să obțină succes. Apoi participanții din fiecare pereche spun unui altuia 3 fraze ce încep cu: eu vreau, eu pot, eu voi..

♦ Comentariu: participanții sunt întrebați, cum s-au schimbat emoțiile, dispoziția în timpul îndeplinirii exercițiului.

## 9. Tehnica „Valorile mele” (25 min.)

■ *Scopul:* Autoactualizarea valorilor proprii ale fiecărui participant.

■ *Instructaj:* Conducătorul propune ca toți participanții să scrie în caiete o listă de valori cu o mică descriere și apoi să realizeze următoarele activități:

1. Să aranjeze valorile în următorul mod: pe primul loc să plaseze valoarea cea mai importantă pentru sine, pe al doilea loc – cea mai puțin importantă etc.
2. Să numească trei valori mai importante pentru 4-5 colegi, care stau în dreapta lor, fără ca să se consulte cu cineva.
3. Să scrie care profesii corespund celor mai importante valori alese de către ei.

Urmează o discuție în care participanții răspund la întrebările:

- ✓ *Ce s-a schimbat în opinia proprie despre sine și despre viitoarea profesie după realizarea însărcinărilor?*
- ✓ *Prin ce pot fi utile cunoștințele despre structura valorilor?*
- ✓ *A coincis sau nu părerea altor membri ai grupului cu cea proprie?*

## 10. Tehnica „Momentul de mulțumire” (15 min.)

■ *Scopul:* Conștientizarea ierarhiei valorilor.

■ *Instructaj:* Faceți o listă de mulțumiri (*Domnului, oamenilor, părinților etc.*): *Mulțumesc pentru că astăzi, ieri, cu o lună în urmă, cu un an în urmă... mulțumesc oamenilor care... .*

♦ Comentariu: Cine dorește, citește în grup ce a scris.

## 7. TEHNICI DE FORMARE A COMPETENȚELOR DE ORIENTARE PROFESIONALĂ

---

Pentru realizarea activităților de psihocorecție, de formare a competențelor de orientare profesională propunem următoarele tehnici/jocuri.

### • Pentru formarea interacțiunii interpersonale

#### 1. „Desenul comun” (1,5 ore).

■ *Scopul:* Realizarea scopurilor activității.

■ *Instructaj:* Participanții trebuie să deseneze două desene: un desen va reprezenta interiorul unei case, al doilea – exteriorul ei. În timpul desenării nu trebuie să discute între ei. Fiecare poate desena ce dorește, poate adăuga ceva acolo unde dorește. Pe desen nu trebuie să figureze oameni. La sfârșit se propune ca participanții să se deseneze pe sine pe un desen ales ori pe ambele, acolo unde îi place mai mult.

Se discută cum s-a creat desenul, cine a început primul, cine a desenat detalii, cine a înfrumusețat ideea altuia, cine s-a desenat în casă, cine în afară etc.

Apoi fiecare răspunde la întrebările: Ce au aflat despre sine? Ce au aflat nou despre alții?

Tema pentru acasă. Efectuați observări și analizați particularitățile proprii în interacțiunile interpersonale.

#### 2. „Insula”(40 min.) [65]

■ *Scopul:* Familiarizarea cu cerințele pieții de muncă; cu problema profesiilor neprestigioase; conștientizarea de către persoană a maturității ca cetățean.

*Vârsta:* 13-14 ani

*Material:* table pe care se fixează rezultatele expunerii participanților.

*Mersul activității:*

■ *Instructaj:* Închipuiți-vă că ați nimerit pe o insulă. Când vă vor salva nu se știe. Aveți 2 sarcini: 1. Trebuie să supraviețuiți. 2. Trebuie să rămâneți persoane civilizate.

Timp de 40 min. trebuie să vă demonstrații că puteți să rezolvați problema. Eu voi fi conducător și instalez în societatea noastră democrația.

Deci, propunerile voastre?

Participanții propun ce este necesar pentru a supraviețui (lăcaș, hrană etc.) conducătorul scrie toate propunerile pe tablă.

Mai departe propunerile se discută și ca rezultat rămân cele mai importante.

Când sa-au stabilit activitățile ce trebuie realizate, se aleg persoanele care trebuie să îndeplinească acest lucru. 3-5 min., se discută în grup.

La un moment dat conducătorul zice că s-a îmbolnăvit și de aceea trebuie urgent să se organizeze dintre copii un comitet care ar conduce cu ei în procesul de supraviețuire. Se ia decizia referitor la componența acestui comitet.

Acest comitet se ocupă de organizarea activității întregului grup (să organizeze activitatea în grupuri, să discute ce trebuie ei să facă).

În dependență de succesele obținute de comitet, Conducătorul se poate preface în balaur ce încurcă activitatea comitetului.

Dacă comitetul se isprăvește prost se cere amestecul conducătorului.

Apoi are loc discuția în grup privitor la joc: cum am reușit să supraviețuim? Am rămas oameni civilizați? adolescenții trebuie să-și argumenteze părerea. Referitor la resursele umane se folosește același tabel, din care se vede clar câți specialități trebuiesc pentru a supraviețui. În procesul jocului se formează/modelează o nouă societate, se poate de trecut la problemele caracteristice societății. Uneori se formează grupuri care nu participă la nici o lucrare.

*Posibilitățile de diagnosticare ale jocului.* Jocul oferă posibilitatea de a aprecia pregătirea participanților de a se supune sarcinilor comune, înțelegerii necesității de a îndeplini lucrări neprestigioase.

### 3. „Cinci întrebări” (30 min.)

- *Scopul:* Formarea cunoștințelor despre sine și alți membri ai grupului

*Instructaj:* Solicitați să vă răspundă unul din membrii grupului. Străduiți-vă să excludeți întrebările formale. (se oferă timp pentru scrierea întrebărilor). Acum citiți întrebările și răspundeți singuri.

#### ✓ **Întrebări pentru discuție:**

- ✓ *Care a fost reacția Dvs. la o așa întorsătură în instructaj?*
- ✓ *Ce ați simțit în procesul lucrului individual și în grup?*

### 4. „Autopublicitate” (20-30 min.)

- *Scopul:* Formarea competențelor de autoprezentare.

■ *Instructaj:* Tuturor membrilor grupului se oferă 20-30 min. Pentru a scrie angajatorului o scrisoare cu oferta de servicii și descrierea trăsăturilor psihologice, abilităților, înclinațiilor, succeselor proprii. Autorul semnează scrisoarea și o prezintă conducătorului. Conducătorul adună toate scrisorile, apoi le citește cu voce fără a numi autorul. Au loc discuții pe marginea conținuturilor din scrisori. Participanții încearcă să determine autorul scrisorii.

### 5. „Fără mască” (20 min.)

- *Scopul:* Evitarea încordării emoționale și comportamentale, formarea abilităților de afirmații sincere pentru analiza esenței „eu”.

■ *Instructaj:* Fiecare participant ia cartele ce stau pe masă și fără pregătire continuă fraza scrisă pe cartelă. Grupul cu atenție ascultă și după intonație trebuie să determine sinceritatea celor expuse.

Dacă grupul determină că intonația a fost una nesinceră, participantul încearcă încă o dată, dar după ce toți se vor expune. Conținutul propozițiilor nefinisate: *Mie în deosebi nu-mi place când...; Aș vrea să uit când...; M-a speriat faptul că...; Într-o societate necunoscută mă simt...; A fost un caz când mi-a fost rușine deoarece...; În deosebi mă neliniștește că... etc. [54].*

## • Pentru formarea autodeterminării profesionale

### 1. „Elaborarea hărții informaționale” (30 min.).

Psihologul vorbește despre componentele alegerii profesionale: autonomia, informarea, capacitatea de a lua decizii, capacitatea de a planifica, atitudinea emoțională față de alegere.

■ *Scopul:* Consolidarea cunoștințelor obținute; sporirea activismului participanților în căutarea informației necesare.

■ *Instructaj:* Participanților li se propune să elaboreze *Harta informațională* răspunzând la întrebarea: De ce am nevoie pentru a obține această profesie?

Persoanele trebuie să prezinte în scris sau oral informația privitor la interesele lor, indiferent dacă sunt reale sau nu.

### 2. „Comunicarea nonverbală” (15 min.).

■ *Scopul:* Formarea reprezentărilor despre comunicarea nonverbală.

■ *Instructaj:* Se alege un conducător. I se leagă ochii și el trebuie să se gândească cum, după care criteriile ar repartiza participanții în două grupuri, fără a vorbi cu nimeni. După ce și-a determinat criteriul, întinde mâinile înainte cu palmele în sus. Ceilalți, în cea mai mare liniște, trec pe rând și pun palmele lor deasupra. Conducătorul repartizează toți participanții în două grupuri. Nu are dreptul să pipăie palmele ori să facă alte careva mișcări.

În rolul de conducător pot participa 3-4 persoane.

Discuția se desfășoară după următorul plan:

- a) Stabilirea criteriului de clasificare și a sensului psihologic al acestei clasificări.
- b) Constatarea faptului dacă fiecare din participanți a fost de acord cu repartizarea la grupul respectiv.
- c) Constatarea faptului dacă toți au fost de acord, că persoana dată a fost repartizată corect în acest grup.

*Tema pentru acasă.* Elevii trebuie să analizeze încă o dată harta informațională și s-o completeze cu punctul: Ce literatură trebuie studiată, pentru a cunoaște profesiile preferate (cel puțin o sursă).

### 3. „Îmbogățirea profesiei” (20-30 min.)

■ *Scopul:* Formarea cunoștințelor despre profesii; trezirea interesului față de alegerea conștientă a profesiei bazată pe analiza propriului potențial.

■ *Instructaj:* Prezentatorul pregătește câte trei cartele pentru fiecare membru al grupului. Pe fiecare cartelă din stânga se desenează o literă cu carioca. În unele cazuri, dacă mai multe profesii încep la această literă, se permite să se repete această literă pe cartelă. Exemplu: J – jurist, judecător; P – pedagog, psiholog; M – manager etc.

În procesul jocului fiecare participant primește câte trei cartele. Pe fiecare cartelă el trebuie să scrie o profesie denumirea căreia se începe cu litera scrisă pe cartelă. Dacă participantul poate scrie mai multe profesii la litera dată, atunci este solicitat să aleagă profesia care îi place cel mai mult. Dacă nu se descurcă, atunci poate cere ajutorul grupului. Prezentatorul adună toate cartelele și le plasează într-o cutie cu scrisul în jos.

Cu participanții se desfășoară o mică convorbire. Se discută asupra faptului că orice profesie se schimbă cu timpul. De exemplu, profesia de miner. Înainte tăiau cărbunele cu instrumente manuale, iar sus era ridicat cu ajutorul cailor.

De ce profesiile se schimbă permanent? Deoarece se schimbă tehnologiile, se perfecționează anumite operații. Aceasta se numește îmbogățirea profesiei. Fiecare dintre noi poate să participe la aceasta.

Participanții pe rând scot din cutie câte o cartelă, citesc ce scrie pe ea. Se oferă câteva minute pentru a se gândi. Ei trebuie să răspundă la întrebarea: Cum eu pot să îmbogățesc această profesie?; Cu ce eu pot contribui? Se cronometrează timpul cu ajutorul clepsidrei.

Fiecare participant își expune punctul său de vedere. Dacă nu știe ce să spună, ceilalți îl ajută cu întrebări etc.

Când toți se vor expune prezentatorul împarte cartelele rămase câte două pentru fiecare. Acum sarcina participanților este de a se gândi și apoi de a hotărî care dintre ceilalți participanți ar putea aduce cea mai mare contribuție la dezvoltarea unei anumite profesii. Acestor persoane trebuie să li se dea corespunzător două cartele. Se pot da ambele cartele unei persoane sau la diferite persoane.

În final, participanții primesc feedback de la ceilalți. În acest caz, unul dintre participanți poate obține o mulțime de cartele, iar cineva nici una. Prezentatorul trebuie să explice în mod corect această situație, fără a ofensa pe nimeni [63].

#### 4. „Business-ideea” (30 min.)

■ *Scopul:* Formarea autodeterminării profesionale.

Participanții inventează business-idei și invită alți participanți la întreprinderea virtuală a lor. Este important ca persoanele să se cunoască bine.

*Materiale:* clepsidră cu durată 5 min.

■ *Instructaj:* Participanții se așează în cerc. prezentatorul prezintă sarcina. Trebuie timp de 5 minute de formulat o business-idee. Adică, virtual trebuie să-ți închipui că deschizi o afacere profitabilă proprie.

Cerința este că în această afacere trebuie să fie și subalterni. Ei trebuie să fie trei. Acești trei lucrători pot fi aleși din participanții grupului. Participanții trebuie să aibă o atitudine serioasă față de sarcină.

Timpul se cronometrează cu ajutorul ceasului. Toți gândesc în liniște. Când expiră timpul pe rând fiecare participant își expune business-ideea sa.

Participanților le sunt adresate următoarele întrebări: *În bază la ce veți avea venit? Va fi întrebată producția întreprinderii Dvs.? De ce ați ales anume acești lucrători? În ce va consta lucrul lor?*

Se atrage atenția ca în procesul discuțiilor nimeni să nu fie insultat.

Participanții primesc o informație prețioasă despre faptul cum văd calitățile lor de afaceri alte persoane. Se poate întâmpla că unul sau mai mulți participanți să nu fie luați la lucru de nimeni. În acest caz sarcina prezentatorului este de a prezenta într-o formă corectă părerea sa despre aceste persoane, că pentru ei astăzi nu s-a găsit lucrul potrivit [61].



## • Dezvoltarea capacității de luare a deciziilor

### 1. „Plecăm în excursie” (40 min.)

■ *Scopul:* Dezvoltarea capacității să ia o hotărâre comună, să însușească algoritmul de luare a deciziilor.

■ *Instructaj:* Li se propune participanților să aleagă o țară pe care să o vizite. În timp ce aceștia lucrează la proiect, moderatorul evidențiază diferite aspecte legate de decizia lor de a alege o anumită țară, punând accentul pe acele decizii care implică o rețea complexă de factori, cum ar fi clima, posibilitățile de recreere, dialectul etc.

Se atenționează ca subiecții să ia în considerare o varietate de factori și consecințe pe termen scurt și lung ale alegerilor lor.

### 2. „Plus, minus, interesant” (40 min.)

■ *Scopul:* Utilizarea algoritmului în situația de alegere a profesiei.

■ *Instructaj:* Participanților li se propune să găsească în caiet tabelul pe care l-au completat la prima activitate. Trebuie să aleagă din el cea mai interesantă profesie. Apoi li se cere să completeze timp de 15 minute un alt tabel:

#### Aprecierea profesiei

Nr./o	Plus	Minus	interesant
1			
2			

În prima coloană să scrie cât mai multe plusuri, pe care le-ar avea profesia aleasă. În a doua coloană – minusurile acestei profesii. În a treia cât mai multe lucruri interesante generate de profesie (îmi este interesant cine vor fi prietenii mei etc.).

La sfârșit fiecare citește ce a scris. Colegii pot adresa întrebări.

#### Tema pentru acasă.

- ✘ Să analizeze un caz de luare a deciziei după algoritmul învățat.
- ✘ Să aleagă încă o profesie și să completeze un tabel analog.

Acei subiecți care au acumulat puține puncte nu sunt practici: acordând puțină atenție mediului lor social sunt preocupați excesiv de propriile probleme. În discuție se evidențiază cauzele alegerilor.

Tema pentru acasă. Să analizeze atitudinea emoțională proprie într-o anumită situație (îndeplinește temele pentru acasă, discută cu părinții, prietenii etc.).

### 3. Tehnica Delphi

■ *Scopul:* Formarea capacității de a lua o decizie

■ *Instructaj:* Participanții sunt rugați să ofere soluțiile posibile prin completarea unui chestionar. Răspunsurile la chestionare sunt comunicate membrilor, tot individual, după care urmează o nouă rundă de dezbateri în scris, și procesul continuă până se ajunge la consens sau la o soluție potențială a problemei.

Dacă membrii grupului își exprimă opțiunea prin vot, soluția aleasă va fi cea rezultată din însumarea voturilor.

După adoptarea deciziei, urmează obligatoriu etapa de control a tuturor elementelor ce au stat la fundamentarea deciziei: analiza de ansamblu a factorilor, împrejurărilor și rațiunilor care au condus la decizia luată. Apoi se stabilește detaliat planul de aplicare, identifică dificultățile posibile precum și căile de rezolvare. Analiza finală este importantă. În cazul când consecințele deciziei nu sunt în concordanță cu cele așteptate, se impune o revedere totală, sau chiar reluarea ciclului decizional.

#### • Formarea capacității de a lua în considerație aspectele propriilor aptitudini în alegerea profesiei

#### 1. „Aptitudinile mele” (30-45 min.)

■ *Scopul:* Formarea interesului subiecților față de sine, analiza aptitudinilor ca unul din factorii alegerii profesiei.

*Mijloace didactice:* caiete, pixuri.

Conținutul activității: *Moderatorul* le vorbește subiecților despre psihicul omului, despre structura lui. Fenomenele psihice se clasifică în câteva grupuri:

1. Stabile, care sunt caracteristice omului pe parcursul întregii vieți. Din această grupă fac parte *procesele psihice* –

senzațiile, percepția, memoria, gândirea, vorbirea, imaginația, emoțiile, voința.

2. Fenomene pe care omul le posedă timp de câteva luni sau ani. Aici se includ însușirile psihice – interesele, aptitudinile, temperamentul, caracterul.
3. Fenomene cu durată foarte scurtă – stările psihice (*dispoziție, durere, neliniște* etc.).

Toate procesele, însușirile, stările personalității formează împreună lumea noastră internă, viața noastră sufletească, adică psihicul. Psihologul evidențiază faptul că la activitatea dată vor analiza mai detaliat aptitudinile. Se deosebesc aptitudini generale, necesare pentru realizarea cu succes a mai multor activități. Printre ele se pot numi:

- capacitatea de a soluționa sarcini intelectuale (*nivelul intelectului*);
- capacitatea de a memora, păstra, reproduce informația ori experiența (*memoria*);
- capacitatea de a retrăi împreună cu alții (*empatia*), care face procesul de comunicare mai efektiv;
- capacitatea de concentrare, distribuție a atenției;
- capacitatea de imaginare, reprezentare.

În interiorul aptitudinilor generale există alte clasificări, de exemplu, clasificarea după procesele psihice: gândirea, memoria, reprezentarea (*formă, culoare, spațiu*) etc.

Se mai deosebesc aptitudini speciale, care îi ajută pe oameni să realizeze cu succes un anumit tip de activitate (*muzicală, scenică, literară, tehnică* etc.). Dezvoltarea lor se bazează pe anumite predispoziții, ca de exemplu, auzul muzical. Una și aceeași aptitudine poate reprezenta o condiție pentru realizarea cu succes a diferitelor tipuri de activitate. Pentru studierea aptitudinilor sunt elaborate teste speciale. Aptitudinile reprezintă doar un potențial. Pentru a avea succes este nevoie de instruire, antrenament.

Nu există persoane fără talent. Fiecare om este mai capabil în efectuarea anumitor lucruri și mai puțin capabil în altele. Este important să identificăm, să determinăm acele sfere în care suntem mai capabili.

„În cadrul activității precedente am început să analizăm propriile aptitudini, capacități, pe care trebuie să le luăm în

considerație în alegerea profesiei. Am discutat despre atitudinea emoțională a omului. Este necesară o autocunoaștere profundă. Problema autocunoașterii poate fi soluționată utilizând „fereastra lui Johari”. Psihicul uman este divizat în patru părți, în dependență de gradul de accesibilitate la fiecare din ele a conștiinței sensibile a însuși omului și a oamenilor cu care interacționează.

	Cunoscut pentru „Eu”	Necunoscut pentru „Eu”
Cunoscut pentru alții	Deschisă (I)	Oarbă (II)
Necunoscut pentru alții	Închisă (III)	Necunoscută (IV)

Zona deschisă (I) conține informații care se conștientizează și de către subiect și de cei din jurul lui. Zona oarbă (II) – ceea ce văd alții în subiect, dar el singur nu conștientizează. Zona ascunsă (III) conține ceea ce conștientizează subiectul, dar nu conștientizează ceilalți. Zona necunoscută (IV) include informația ce se află dincolo de limitele conștiinței atât a individului, cât și a persoanelor cu care interacționează.

La diferite persoane mărimea fiecărei zone este diferită. Cu cât este mai mare zona deschisă, cu atât omului îi este mai ușor în societate. Persoana care nu are frică de a se întreba cum arată în ochii altora ori capabilă, cel puțin unei alte persoane, să-i recunoască gândurile și faptele, este mai liberă și mai independentă. Ea trăiește mai puțin emoția de frică în comunicare și acțiuni.

Scopul activității în grup este de a extinde zona deschisă din contul celorlalte. Cu cât omul încearcă mai mult să ascundă (este mai larg diapazonul acelor acțiuni, pe care le văd alții, dar el însuși nu le conștientizează), cu atât se lărgeste mai mult zona oarbă.

Metodele de lărgire a zonei deschise sunt: autodescoperirea, autocunoașterea, feedbackul.

## 2. Autodescriere (30 min.)

■ *Scopul:* Formarea capacității de autodescriere.

■ *Instructaj:* Fiecare participant trebuie să scrie:

- a) Cinci aptitudini, care sunt cel mai bine dezvoltate; cinci tipuri de activități, care-i reușesc cel mai bine;
- b) Cinci aptitudini, care sunt cel mai puțin dezvoltate; cinci tipuri de activități, care îi reușesc mai puțin decât celelalte;
- c) Cinci aptitudini, pe care ar dori să le posede la ideal; cinci tipuri de activități, pe care ar dori să le îndeplinească calitativ.

### **Aprecierea aptitudinilor**

Nr. d/r	a)	b)	c)
1			
2			
3			
4			
5			

### **Aprecierea tipurilor de activități**

Nr. d/r	Activități înalt dezvoltate	Activități mai puțin dezvoltate	Activități pe care ar vrea să le îndeplinească calitativ
1			
2			
3			
4			
5			

Răspunsurile la rubricile „a” și „b” denotă reprezentări subiective despre „Eu”-ul real, răspunsurile la rubrica „c” – despre „Eu”-ul ideal.

*Discuția:* Fiecare participant citește autodescrierea făcută.

Trebuie să se determine:

- Cui i-a fost foarte ușor să răspundă la rubrica „a”?
- Cui – la rubricile „b” și „c”?
- Cele scrise la rubrica „c” sunt mai aproape de cele expuse la rubricile „a” ori b?
- Cine nu a reușit să realizezeze însărcinarea? De ce? Cum s-a manifestat această persoană în cadrul activităților precedente?

- Poate oare profesia aleasă să reprezinte un pas spre ideal?
- Cum este corelată profesia cu autodescrierea?

Raportarea idealului cu cele expuse la rubrica „b” denotă o subapreciere, neîncredere în sine. În acest caz trebuie să-i acordăm ajutor elevului în a-și proiecta pașii concreți pentru atingerea idealului.

În alegerea profesiei se iau în considerație acele aptitudini, activități, în care omul a atins anumite rezultate?

În caz contrar, subiectul procedează irațional.

În concluzie, se poate evidenția faptul, că dacă în luarea de decizii nu se iau în considerație propriile aptitudini, este mult probabil ca să nu fim satisfăcuți de profesia aleasă.

#### Tema pentru acasă:

- ✘ Să compare autodescrierea cu tabelul completat la activitatea I. Să completeze, la dorință, ambele liste.
- ✘ Să elaboreze o listă de pași concreți în vederea atingerii idealului (rubrica „c”).

### • **Importanța valorilor de viață în alegerea profesiei**

#### 1. „Serviciul resurse umane” (40 min.)

- *Scopul:* Cunoașterea propriilor valori, care influențează alegerea profesiei, în scopul luării lor în considerație în proiectarea vieții.

*Materiale necesare: caiete, pixuri.*

■ *Instructaj:* Din toți participanții se formează 2-3 perechi. Ceilalți vor fi în calitate de observatori. Sarcina persoanelor care lucrează în perechi: unul va fi șeful serviciului, celălalt – persoana care vine la audiență. Această persoană trebuie să afle ce locuri de muncă i se pot propune și în ce măsură aceste propuneri corespund cu reprezentările lui despre activitatea dorită. El nu trebuie neapărat să se decidă să lucreze aici, poate căuta și în altă parte. Scopul șefului serviciului personal este să afle ce fel de persoană este în fața lui, le convine o astfel de persoană pentru întreprinderea ori organizația lor și să răspundă delicat la întrebările care i de adresează.

Timpul de lucru în perechi – 5-7 minute. Înainte de începerea jocului fiecare pereche se înțelege în ce organizație ori

întreprindere va avea loc dialogul, comunicînd despre asta observatorilor.

*Sarcina observatorilor:* să fixeze tot, despre ce se vorbește, pentru ca în discuția ulterioară să poată răspunde la întrebările:

- ✓ *A corespuns ori nu dialogul scopurilor înaintate participanților la joc?*
- ✓ *Cât de complet sunt reflectate în dialog criteriile după care se alege profesia?*
- ✓ *Participanții la joc s-au comportat corespunzător rolurilor lor?*

După o mică pauză începe discuția după întrebările de mai sus. Pentru început, conducătorul le propune participanților să răspundă pe rând la întrebările:

- \* Care temă nu a fost discutată în dialoguri?
- Despre ce era să întreb eu, dacă mă angajam la serviciu? Răspunsurile la a doua întrebare vor da un imbold pentru discutarea temei „Valorile realizate în profesii”.

În continuare se discută despre valori și despre diferite clasificări ale valorilor.

Clasificarea valorilor (*după V. Frankl*):

1. Valori creative.
2. Valori ale trăirilor.
3. Valori ale relațiilor.

Clasificarea valorilor vieții și carierei (*după D. Siuper*):

Valorile realizărilor. Valorile estetice. Valorile altruiste. Valorile autoritare. Valorile creative. Stimularea economică. Dezvoltarea personalității. Valorile utilizării maxime ale aptitudinilor. Realizarea stilului propriu de viață.

## 2. „Valorile mele” (40 min.)

- *Scopul:* Autoactualizarea valorilor proprii ale fiecărui participant.
- *Instructaj:* Moderatorul propune ca toți participanții să scrie în caiete o listă de valori cu o mică descriere și apoi să realizeze următoarele activități:
  1. Să aranjeze valorile în următorul mod: pe primul loc să plaseze valoarea cea mai importantă pentru sine, pe al doilea loc – cea mai puțin importantă etc.

2. Să determine trei valori importante pentru fiecare dintre 4-5 colegi, din dreapta lor, fără ca să se consulte cu cineva.
3. Să scrie care profesii (incluse în tabelul completat la activitatea I) corespund celor mai importante valori.

Urmează o discuție în care participanții răspund la întrebările:

- ✓ *Ce s-a schimbat în opinia proprie despre sine și despre viitoarea profesie după realizarea sarcinilor?*
- ✓ *Prin ce pot fi utile cunoștințele despre structura valorilor?*
- ✓ *A coincis sau nu părerea altor membri ai grupului cu cea proprie?*

### 3. „Scopurile mele” (15 min.).

- *Scopul:* Determinarea scopurilor prioritare ale fiecărui participant și compararea scopurilor cu nivelul realizării lor în profesia dorită.

■ *Instructaj:* „Scrieți tot ce doriți să aveți, ce doriți să fiți, ce doriți să faceți (cu ce să vă ocupați). Ne este necesară respectarea unei anumite consecutivități. Scrieți tot ce vă vine în minte. Lista elaborată trebuie să conțină nu mai puțin de 10-15 puncte”. Timpul – 10 minute.

„Acum includeți în această listă ceea ce voi deja aveți și ați dori să păstrați” (7~8 minute).

Clasificați dorințele din listă în trei categorii: **A.** – foarte importante, **B.** – importante, **C.** – mai puțin importante. Dacă careva dorință nu s-a inclus nici în categoria C, atunci omiteți-o.

Copiați toate A–dorințele pe o foaie curată. Dacă sunt mai puține de 10, completați cu B–dorințe. Dacă și acum aveți mai puțin de 10, atunci reluați sau revizuiți clasificarea.

Din lista nou formată alegeți o dorință la care aspirați cel mai mult. Scrieți-o pe o foaie curată cu numărul 1. Din cele rămase alegeți una cea mai important și scrieți-o cu numărul 2. Și tot așa – până când pe foaia nouă veți avea 10 puncte. Iată ceea ce doriți Dvs.! La celelalte dorințe nu trebuie să vă concentrați și să atrageți atenția Citiți încă o dată lista de pe foia a treia. Imaginați-vă ce satisfacție ați avea de la realizarea fiecărei dorințe. Dar ce veți simți când toate se vor realiza?



#### 4. „Extraterestrii” (45 min.)

- *Scopul:* Conștientizarea activității de muncă ca valoare umană.

*Material:* hârtie, pixuri.

*Desfășurarea jocului:* Timp 45 min. La dorință se aleg 2 persoane, care vor fi extraterestri, ce au ajuns în orașul lor. Se presupune că din motive tehnice timpul aflării acestora pe pământ este limitat – 15 min.

La conferința de presă în acest timp trebuie să facă cunoștință cât mai bine cu ei. Oaspeților li s-a oferit cuvântul, ei trebuie să comunice informația principală despre planeta lor, nivelul de cultură, ocupația persoanelor, sfera producției. Apoi jurnaliștii trebuie să formuleze și să adreseze întrebări. După 15 min., oaspeții dispar, se așează la locurile lor. Psihologul propune ca jurnaliștii să prezinte comunicări la agențiile lor de presă.

În decurs de 5-7 min. fiecare jurnalist și extraterestrii trebuie să scrie care este după părerea lor nivelul de dezvoltare a noii civilizații, despre pământeni.

*Are rost să ținem legături cu noua civilizație sau nu?*

Rezultatele se lecturăază. Astfel, se fac cunoscute diferite opinii, apoi are loc discuția.

### • Dezvoltarea particularităților de autocunoaștere, trăsăturilor de caracter

#### 1. „Personalitatea mea” (1-2 ore)

- *Scopul:* Conștientizarea particularităților de personalitate proprii, determinarea căilor de dezvoltare pentru realizarea caracteristicilor unei personalități adulte.

*Moderatorul:* Astăzi vom vorbi despre autocunoașterea particularităților de personalitate, trăsăturilor de caracter. Personalitatea persoanei este dependentă de relațiile sociale și de sistemul de valori. Personalitatea și caracterul se formează în activitatea în comun (*joc, comunicare, muncă, învățare*), unde omul însușește sistemul de relații sociale. Personalitatea posedă interese stabile proprii, idealuri, gusturi; are o atitudine conștientă față de tot ce se petrece; se autocunoaște, poate să-și aprecieze faptele.

### *Din ce se constituie conștiința de sine?*

Întâi de toate – din reprezentările despre corpul propriu, apoi se conștientizează dispoziția: starea corpului, funcțiile lui, atitudinea față de mediul înconjurător, încordarea necesităților etc. În al treilea rând – trăirile și acțiunile proprii.

La activitatea precedentă am vorbit despre un aspect al personalității – *aptitudinile*. Manifestarea și nivelul conștientizărilor influențează și formarea personalității. Următoarea sferă a autoconștiinței este caracterul nostru. Caracterul reprezintă particularitatea de personalitate care se manifestă în comportament. Printre trăsăturile de caracter, de regulă, se întâlnesc principale și secundare. Caracterul se manifestă în comunicare (sociabilitate-nesociabilitate), în atitudinea față de muncă (responsabilitate-iresponsabilitate), în atitudinea față de sine (complexul inferiorității, mândria de sine etc.), în atitudinea față de proprietate (grijă, asigurare etc.). Trăsăturile de caracter se deosebesc prin stabilitate și plasticitate.

Caracterul omului depinde de orientarea intereselor lui, idealurilor, convingerilor, concepțiilor, despre lume (când omul dorește ceva, asta îl stimulează spre activitate, iar activitatea supune într-un tot comportamentul propriu). Există, însă, și necesități ale altor persoane, care trebuie îndeplinite (bunăoară, ale părinților). Pentru realizarea trebuințelor altora, de obicei, este nevoie de efort volitiv. Pentru a ne regla conștient viața și comportamentul, este necesar să înțelegem propriile dorințe, interese și necesități.

Persoanele care se autoconștientizează și conștientizează pe alții mai bine, de obicei, acționează mai efectiv. Ele își pot conștientiza posibilitățile și respectiv lua decizii adecvate.

#### ✦ **Instructaj:** Scrieți pe o foaie:

1. Zece trăsături proprii de caracter și însușiri de personalitate, care vă plac cel mai mult.
2. Zece trăsături proprii de caracter și însușiri de personalitate, care nu vă plac.
3. Zece trăsături proprii de caracter și însușiri de personalitate, pe care doriți să le aveți ca ideal.

## Aprecierea însușirilor de personalitate și a trăsăturilor de caracter:

	Trăsături proprii de caracter și însușiri de personalitate, care vă plac cel mai mult	Trăsături proprii de caracter și însușiri de personalitate, care nu vă plac	Trăsături proprii de caracter și însușiri de personalitate, pe care doriți să le aveți ca ideal
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			

*Discuția:* Fiecare participant citește ce a scris, apoi se discută și se concretizează ceea ce a citit. În proces, pot fi abordate următoarele subiecte:

- *Ce înseamnă trăsături pozitive și negative de caracter?*
- *Care profesii corespund caracterului fiecărei persoane?*
- *Și-au ales profesia după caracter?*

La fel, se poate vorbi despre reglarea emoțiilor și a stărilor emoționale. La necesitate, conducătorul grupului poate propune unele procedee de reglare a comportamentului în situații de stres.

### Tema pentru acasă:

- ✘ Să completeze agenda de autoanaliză în care să înscriu gândurile și rezultatele analizei la temele: „*Ce trăsături de caracter s-au manifestat în anumite fapte?*”; „*Care trăsături de caracter mi-au încurcat să realizez ceva?*”; „*Care m-au ajutat?*”.
- ✘ Să scrie în caietul de lucru care profesii corespund mai mult propriilor trăsături de caracter.

## 2. Dorințele mele profesionale (30 min.)

- *Scopul:* Conștientizarea doleanțelor proprii profesionale; stabilirea legăturii dintre doleanțele sale profesionale și instituția unde își va face studiile; formarea la subiecți a capacității de autodiagnosticare și autocunoaștere.

*Materiale:* o listă cu propoziții nefinisate.

■ *Instructaj:* Găsiți lista cu propoziții nefinisate. Alegeți din listă 5 propoziții pentru a le finisa imediat. Mai jos găsiți 3 întrebări. Pentru a răspunde trebuie să știți deja unde veți învăța. Dacă nu știți – vă gândiți acum. Uniți-vă în grupuri câte 2-3 și discutați răspunsurile, oferind un sfat dacă este necesar.

Important e să oferim libertate în alegerea grupului.

### • Capacitatea de planificare a vieții profesionale proprii

#### 1. „Eu peste 10 ani”, „Prietenul meu peste 10 ani” (30 min.)

- *Scopul:* Dezvoltarea capacității de planificare a vieții profesionale.

*Mijloace didactice:* foi, creioane colorate.

■ *Instructaj:* Participanților li se propune să realizeze cu creionul simplu un desen la tema „Eu peste 10 ani”. Alte instrucțiuni nu se permit. În continuare, fără întreruperi, se realizează desenul la tema „Prietenul meu peste 10 ani”. Dacă în grup sunt mulți participanți, fiecare mai desenează și prietenul din partea dreaptă și o altă persoană. În total fiecare îndeplinește patru desene.

#### 2. „Orizontul evenimentelor” (30 min.)

- *Scopul:* Prognozarea viitorului său profesional.

■ *Instructaj:* Moderatorul explică ce înseamnă orizont. În acest joc prin orizont se înțeleg evenimentele ce vor avea loc în viitorul apropiat, ce pot fi sau nu. Probabilitatea acestor evenimente este egală, ceea ce depinde de mai mulți factori și probabilitatea unui eveniment este de 50%, adică aparține orizontului evenimentelor.

Participanții trebuie să născocescă unele sau altele evenimente, care după părerea lor corespund orizontului evenimentelor. Prezentatorul trebuie să indice că se discută perioada de vârstă profesională a participanților. În timpul jocului se susține discuția [66].

### 3. „Minus-plus” (35 min.)

■ *Scopul:* Formarea cunoștințelor despre profesii și înțelegerea esenței profesiei.

■ *Instructaj:* Participanții, în baza verbelor, trebuie să denumească o profesie. Moderatorul explică că sunt cuvinte antonime precum: *uscat – ud; rău – bun; zgârcit – darnic.*

Participanții sunt rugați să numească 10 cuvinte antonime. Aceste cuvinte trebuie să fie verbe.

*\*Ex.: a tăcea – a vorbi; a se veseli – a fi trist; a defecta – a repara etc.*

Moderatorul plasează o coală de vatman ce este împărțită în patru coloane.

Antonimele propuse de către participanți sunt înscrise în colonițe. Primul antonim în prima coloniță, al doilea în colonița 2; dacă verbul are un efect negativ este pus în prima coloană.

Apoi coordonatorul propune participanților pentru fiecare verb să gândească o profesie.

*\*Ex.: a vorbi – profesor, director, orator etc.*

Profesia ce se referă la primul verb se înscrie în coloana 3, iar profesia ce se atribuie la 2 verb se înscrie în coloana 4. Este de dorit ca profesiile să nu se repete.

Când tabelul este completat se analizează. Se pun întrebări de tipul: *Putem schimba cu locul unele profesii? Este ceva comun între profesiile din coloana 3 și 4? Ce profesie alegeți dintre cele scrise?* etc. [62].

## • **Povești terapeutice ce pot fi folosite de către psiholog în procesul de orientare profesională a persoanelor cu dizabilități**

### 1. Povestea iepurașului (40 min.)

*/Sursa: Ideea lui Alexei Batalov/*

■ *Scopul:* Cercetarea proiectivă și metaforică de către participanți a noțiunii „rol profesional”; depistarea urmărilor pentru sine și cei din jur în urma cunoașterii rolului profesional străin.

■ *Instructaj:* Vă citesc o poveste pe care va trebui s-o continuați.

### **Povestea iepurașului:**

Iarna iepurașul își schimbă blana. Pentru aceasta ei vin la depozit și prezintă haina sa de vară și o iau pe cea de iarnă, care este mai pufoasă și mai caldă. Unui iepuraș nu i-a ajuns o blană de iarnă. Șefului de depozit i-a părut rău și i-a dat o blană de vulpe ca să nu înghețe...

CE S-A ÎNTÂMPLAT ÎN CONTINUARE???

Grupul poate fi împărțit în două. Participanții prezintă versiunea proprie a poveștii. Povestea poate fi teatralizată.

Discuții: *Ce se întâmplă cu oamenii când îndeplinesc un rol profesional străin?*

## **2. Povestea „Vreau–Pot–Trebuie” (30-40 min.)**

- *Scopul:* A teatraliza cele trei componente ale alegerii profesiei: vreau, pot, trebuie.

*Materiale necesare:* cameră video, televizor, hârtie, creioane, carioci.

- *Instructaj:* Moderatorul citește povestea până la un anumit moment, apoi participanții vor continua.

### **Povestea „Vreau–Pot–Trebuie”:**

Merge un erou pe drum. Cine va fi eroul? – Terminatorul, Ceburașca, Făt-Frumos ș.a. A văzut eroul o piatră pe care scria: la stânga te vei duce – vei găsi ceea ce dorești, vei merge înainte – vei găsi ceea ce poți, la dreapta te vei duce – vei găsi ce-ți trebuie!

Continuați povestea, astfel încât să realizăm un filmuleț despre orientarea profesională. Atenționăm că filmul este instructiv, el trebuie să învețe persoanele să-și aleagă profesia după formula „Vreau–Pot–Trebuie”.

Două grupuri lucrează concomitent.

Fiecare grup pregătește mesajul filmului său și îl demonstrează (joacă pe roluri). Pentru a crea o intrigă între grupuri procesul se filmează. Un grup este în calitate de spectator și apreciază filmul.

Discuții: *Ce ne învață filmul vizionat?* [69].

### 3. „Prioritățile mele de viață” (30-40 min.)

- *Scopul:* Formarea priorităților de viață.

Discuții:

- ✓ *Bătrâna asta a reușit mult în viața ei?*
- ✓ *Ce credeți, care a fost calea ei pe scara vieții?*
- ✓ *Care erau valorile ei de viață? [57].*

#### **Povestea Bătrânică:**

În una din țări, trăia o bătrână. Mulți ani la rând vara ea mergea la plajă cu o cârjă. Mulți nu înțelegeau ce căuta ea în nisip cu cârja. Abia peste ani au aflat, că de mai mulți ani ea mergea la plajă cu un scop – ea strângea ciobiri de sticlă, ca copii și adulții să nu se taie în ele.

*Concluzii:* Criteriul de bază al eficacității activităților de orientare profesională la vârsta adolescentină și adultă este alcătuirea/formarea planului de orientare profesională a persoanei. Sarcina principală a psihologului în procesul de consiliere a persoanei privitor la alegerea profesiei este de a o ajuta să răspundă la trei întrebări: 1. *Ce își dorește el/ea alegând profesia?* 2. *Care sunt posibilitățile/capacitățile lui/ei?* 3. *Care profesie este întrebată/valorificată pe piața muncii?*

## CU TITLU DE RECOMANDARE

---

Însăși orientarea profesională este privită ca un sistem de mijloace pentru activizarea procesului de formare a atitudinii persoanei față de sine ca subiect al activității profesionale care posedă un complex de cunoștințe, competențe, abilități care-i permit persoanei o creștere profesională, schimbarea profesiei, adaptarea la condițiile sociale în schimbare. Eficacitatea acestui proces este determinată de coerența capacităților psihofiziologice ale persoanei și a cerințelor activității profesionale, de capacitățile persoanei de a evolua profesional, de a-și dezvolta competențele sale în orientarea profesională. Rezultatele cercetării ne-au demonstrat că la unele persoane cu dizabilități resursele personale sunt mai puțin dezvoltate, că doar unii subiecți au capacitatea *de a lua decizii*, manifestă *autonomie personală*, posedă capacitatea *de a se informa* despre diferite profesii pentru a găsi profesia necesară; manifestă *atitudine emoțională*.

Din acest considerent, orientarea activității psihologului spre *activizarea resurselor psihologice interioare ale persoanei, potențialului de dezvoltare, formarea mobilității profesionale și personale* este o condiție de a facilita orientarea profesională a persoanei, realizarea acesteia într-o profesie anume, iar în caz de necesitate să reacționeze la schimbare. Este important ca activitățile de asistență psihologică să ajute persoanele cu dizabilități să-și valorifice resursele sale personale în procesul de orientare profesională.

Acordarea suportului psihologic în procesul de dezvoltarea a capacității de autonomie, de informare, de decizie, de manifestare emoțională, de planificare a independenței și responsabilității ca trăsături de personalitate, reprezintă o *condiție* pentru dezvoltarea maturității personale și profesionale ale persoanei, dar și beneficiile personale ale învățării pe tot parcursul vieții. O altă condiție în formarea orientării profesionale a persoanelor cu dizabilități, la ce trebuie să atragă atenție psihologul, este *formarea încrederii în sine*. Rezultatele obținute ne-au demonstrat că la subiecții adulți cu dizabilități nivelul de încredere în sine ca resursă personală este mai înalt decât la subiecții adolescenți.



Una dintre *valorile centrale* promovate prin învățarea pe tot parcursul vieții este *angajarea în câmpul muncii*. Analiza datelor cercetării ne-a permis să profilăm *valorile profesionale* ale persoanelor cu dizabilități ce joacă un rol important *la angajarea în câmpul muncii* a persoanei. Astfel subiecții adulți cu dizabilități au evidențiat așa valori ca; reușita obiectivă, varietate, modul de viață pe care îl implică profesia, prestigiu, relațiile cu colegii, avantaje materiale, stimulare intelectuală. La adolescenți au fost scoase în evidență așa *valori profesionale* ca atmosfera de muncă, relații cu colegii, simț estetic, prestigiu, siguranță, varietate, stimulare, independență. S-a determinat că pentru subiecții adulți cu dizabilități sunt ne semnificative așa valori profesionale ca: *relația cu superiorii, conducerea, stimularea intelectuală* etc., iar pentru adolescenți: *avantaje materiale, creativitate, relația cu superiorii, atmosfera de muncă* etc.

Cunoașterea valorilor profesionale ale persoanei cu dizabilități îi va permite psihologului să perceapă acele convingeri care motivează comportamentul persoanei, independent de o recompensă externă și valorile care orientează comportamentul individului prin recompense externe ce pot fi obținute în urma realizării unei activități. Important este ca între aceste valori să existe mereu un echilibru și convergență spre aceleași scopuri.

O *condiție* a creșterii profesionale a persoanei cu dizabilități, din perspectiva învățării pe tot parcursul vieții, constă în formarea *intereselor profesionale*, acestea fiind în strânsă legătură cu dezvoltarea resurselor personale ale individului. Subiecți participanți la cercetare au înregistrat indici înalți de interes profesional în următoarele domenii de activitate: *inginer, pilot, fermier, medic, veterinar, tâmplar, pompier*, au un interes sporit pentru profesiile orientate spre detalii: *programator, contabil, bibliotecar*. Au manifestat interes față de activitatea cu oamenii (*învățător, medic, asistent social*). Un interes mai puțin pronunțat s-a manifestat față de arte și cercetare.

În urma celor expuse apare necesitatea ca în cazul asistenței psihologice a persoanelor cu dizabilități să fie create *condiții* pentru formarea unei autodeterminări profesionale eficiente, ceea ce ar contribui la: formarea unei autoaprecieri adecvate, încrederii în sine și în forțele sale; dezvoltarea sferei emoționale și motivației, independenței și responsabilității;

formarea valorilor de viață și profesionale, crearea imaginii viitorului și perceperea pozitivă a acestuia; formarea intereselor profesionale, autonomiei personale, a capacității de luare a deciziei, de planificare, de programare a activității și formarea unui plan de viață – determinarea scopului și acordarea ajutorului în alegerea profesiei, luând în considerare particularitățile de dezvoltare, abilitățile și competențele persoanei cu dizabilități.

Pentru obținerea rezultatelor obiective în procesul cercetării psihologice a persoanelor cu dizabilități în orientarea profesională este necesar de a respecta următoarele aspecte:

- aparatul metodic să fie adecvat, să permită psihologului să facă concluzii despre dezvoltarea psihică a persoanei;
- sarcinile alese să se bazeze pe principiul integrității, deoarece caracteristica psihologică detaliată a persoanei o putem obține numai în rezultatul folosirii mai multor metode ce se completează una pe alta;
- sarcinile alese să corespundă vârstei persoanei, să fie accesibile, interesante;
- să fie luată în considerație influența sferei afective a persoanei asupra rezultatelor activității sale, pentru a exclude neobiectivitatea în interpretarea rezultatelor etc.

Unele persoane cu dizabilități sunt *imature din punct de vedere profesional*. Din acest motiv complexul de măsuri psihologice trebuie să includă *informarea profesională*, contribuind la extinderea cunoștințelor despre lumea profesiilor, despre limitările unei sau altei profesii, totodată trebuie să includă consilierea profesională și corecția alegerii profesionale, pentru a-i ajuta să se autodetermine din punct de vedere profesional. O altă *condiție* în dezvoltarea maturității profesionale e acordarea suportului psihologic în procesul de dezvoltare a *capacității de autonomie, de informare, de decizie, de manifestare emoțională, de planificare a independenței și responsabilității ca trăsături de personalitate; formarea intereselor profesionale*.

În procesul orientării profesionale, ca parte a integrării sociale a persoanelor cu dizabilități, asistența psihologică trebuie să contribuie la *îmbunătățirea și restabilirea comunicării cu cei din jur*, să dezvolte capacitatea de a se adapta la diferite situații sociale și culturale, de a găsi și folosi corect informațiile; să participe în diferite situații de zi cu zi, de a folosi mass-media,

cărți, internet și alte mijloace moderne destinate pentru persoanele cu dizabilități. În procesul de orientare profesională psihologul contribuie la formarea pentru persoanele cu dizabilități a așteptărilor adecvate față de activitatea profesională. Pentru aceasta este important să fie organizate întâlniri cu persoane cu dizabilități, care deja activează în câmpul muncii pentru a-și împărtăși impresiile și experiența acumulată.

Elaborarea unui complex de asistență psihologică va mări eficacitatea serviciului psihologic referitor la orientarea profesională a persoanelor cu dizabilități:

- pe de o parte diagnosticul persoanei, consilierea, traininguri;
- pe de altă parte ar uni toți subiecții implicați în realizarea orientării profesionale a persoanelor cu dizabilități.

Un astfel de model ar contribui la formarea capacității de autodeterminare în alegerea profesiei, astfel creându-le competențe de a-și proiecta propria viață.

Aplicarea tehnologiilor moderne (*a jocurilor, tehnologiilor computerizate, tehnologiilor interactive / de formare, trainingurilor*) de către psiholog în procesul de orientare profesională a persoanelor cu dizabilități va asigura sporirea eficacității acesteia.

Asistența psihologică a persoanelor cu dizabilități în procesul de orientare profesională reprezintă un sistem de metode și procedee social-psihologice specifice, aplicate de către psiholog, care contribuie la autodeterminarea sub raport social-profesional a personalității în procesul dezvoltării aptitudinilor, formării conștiinței de sine și a orientărilor valorice și motivaționale privind învățământul și munca, la modelarea unor strategii comportamentale active și flexibile în vederea alegerii profesiei (meseriei), planificării și realizării carierei, la creșterea competitivității ei pe piața forței de muncă.

Una din *valorile centrale* promovate prin învățarea pe tot parcursul vieții este *angajarea în câmpul muncii*. Analiza datelor cercetării ne-a permis să profilăm *valorile profesionale* ale persoanelor cu dizabilități ce joacă un rol important la angajarea în câmpul muncii a persoanei. Ca valori profesionale au fost identificate: reușita obiectivă, varietatea, modul de viață pe care îl implică profesia, prestigiul, relațiile cu colegii, avantajele

materiale, conducerea, stimularea intelectuală. Adolescenților le-au fost evidențiate așa *valori profesionale* ca: atmosfera de muncă, relațiile cu colegii, simțul estetic, prestigiul, siguranța, varietatea, stimularea, independența etc.

În cazul asistenței psihologice a persoanelor cu dizabilități să fie create *condiții* pentru formarea unei autodeterminări profesionale eficace: *asigurarea confortului și climatului psihologic* favorabil pentru dezvoltarea liberă și armonioasă a personalității la toate etapele de formare și autorealizare socială și profesională a ei; *acordarea ajutorului psihologic* de calitate întru soluționarea problemelor psihologice *tuturor participanților* procesului de orientare profesională: copii; tineri; părinți; tutori; cadre didactice; manageri în problemele de învățare, dezvoltare, educație, creștere personală; consolidare a sănătății mentale a actorilor câmpului educațional.

Asistența psihologică în orientarea profesională a persoanelor cu dizabilități ar putea contribui la facilitarea procesului de *învățare pe tot parcursul vieții* prin *încurajarea și stimularea încrederii persoanei pentru perfecționare; depistarea, soluționarea, rezolvarea și înlăturarea problemelor psihonoționale; în mod direct prin susținerea persoanelor care se confruntă cu dificultăți; dezvoltarea cunoașterii de sine, creșterea încrederii în forțele proprii.*

Este stringentă *elaborarea unei Concepții de asistența psihologică a persoanelor cu dizabilități care să vizeze orientarea profesională a acestora din perspectivele învățării pe tot parcursul vieții.* Această Concepție nu doar ar stipula instituțiile responsabile din partea mediului educațional și pieței muncii, rolul acestora, varietatea de servicii de orientare profesională, colaborarea necesară pentru a asigura funcționalitatea și eficiența acestora, dar și standardele de calitate inclusiv pregătirea, perfecționarea și atestarea cadrelor implicate.

Se impune *organizarea activităților de formare continuă* a psihologilor, inclusiv a psihologilor școlari pentru a diversifica gama de metode și procedee utilizate în procesul de instruire a persoanelor cu dizabilități în aspecte de autocunoaștere, autoevaluare și orientare profesională – cu accent pe metode moderne cum ar fi studiul de caz, problematizarea, dramatizarea (joc de rol), dezbaterile, analiza SWOT, *mind mapping*, graficul T,

metoda cubului etc. Astfel, aceste formări ar pune accentul pe schimbarea paradigmei de la *axare pe predare* la *axare pe învățare* și ar valorifica rolul psihologului în acest proces.

*Elaborarea materialelor de instruire*, cu caracter aplicativ, care ar propune persoanelor cu dizabilități diverse experiențe de învățare – mici proiecte de realizat cum ar fi scrierea CV-ului personal și a unei scrisori de intenție, interviuri cu specialiști dintr-un anumit domeniu profesional, scrierea unui articol despre o profesie, vizite la întreprinderi și înregistrarea impresiilor într-un jurnal personal, voluntariat în sectorul/profesia de interes, investigarea unor biografii profesionale, organizarea unui târg de cariere în propria instituție ș.a. Acest suport didactic ar completa cu aspecte practice și interactive teoria, care la moment abundă în manualele de educație civică. În același timp, ar spori interesul acestora față de acest obiect și receptivitatea lor față de mesajul educativ-informativ al acestuia.

*Crearea unei comunități de practicieni*, invitând ca membri personalități consacrate din domeniul psihologiei interesate, motivate și proactive, care practică activități de orientare profesională a persoanelor cu dizabilități, și care își propun să dezvolte acest serviciu în Republica Moldova.

*Crearea unei platforme comune de discuții on-line*, colaborarea și coordonarea activităților ar conduce la fortificarea abilităților profesionale a specialiștilor din domeniu, fapt care ar contribui la asigurarea calității serviciului de orientare profesională a persoanelor cu dizabilități. Este necesar de a elabora și ghiduri, recomandări metodologice, traininguri, de a crea siteuri informaționale etc. pentru psihologi, părinți, persoane cu dizabilități privitor la orientarea profesională din perspectivele învățării pe tot parcursul vieții. Toate acestea ar oferi servicii psihologice de informare, consiliere, orientare și proiectare a carierei pentru tineri și adulți, inclusiv cu dizabilități la etapa de luare a deciziei de carieră, în căutarea unui loc de muncă, angajați sau șomeri.

Considerăm că toate aceste măsuri: vor ajuta persoanei cu dizabilități să-și dezvăluie pe deplin potențialul său în procesul de orientare profesională; îi vor permite să simtă o satisfacție morală și emoțională, să fie recunoscuți de către societate, să conștientizeze autorealizarea personală.

## BIBLIOGRAFIE:

---

1. Belous V. *Bazele performanței umane – Ingineria performanței umane*. Iași: Editura Performantica, 1995.
2. Bolboceanu A. *Aspecte psihosociale și psihologice ale învățării pe tot parcursul vieții*. În: Școala modernă: provocări și oportunități. Materialele Conferinței Științifice Internaționale: Chișinău: IȘE (Tipogr. „Cavaioli”), 2015, p. 397-402.
3. Bolboceanu A. *Consiliere psihologică pentru orientare și dezvoltare în carieră*. Ghid de aplicare. Chișinău: IȘE (Tipogr. „Cavaioli”), 2015.
4. Bolboceanu A., Pavlenko L., Cucer A. et al. *Referințe epistemologice ale asistenței psihologice în contextul învățării pe tot parcursul vieții*. Monografie. Chișinău: IȘE (Tipogr. „Cavaioli”), 2016.
5. Bucun N., Paladi O., Rusnac V. *Metodologia de evaluare a copiilor cu cerințe educaționale speciale*. Asociația Obștească „Femeia și copilul – Protecția și Sprijin”. Criuleni, 2012.
6. Callo T., Cuznețov L., Hadîrcă M. et al. *Educația integrală, fundamentări teoretico-pragmatice și aplicative*. Monografie. Chișinău: IȘE (Tipogr. „Cavaioli”), 2015.
7. Cerghit, I., „*Domenii de investigație a dificultăților de învățare: cognitiv, emoțional și acțional*”. În: Revista de psihopedagogie, 2009, nr. 2, București, Editura Fundației Humanitas, 2009, p. 50-56.
8. Cheptene C. *Rolul cunoașterii intereselor în orientarea școlară și profesională a adolescenților*. Disponibil la: [http://www.psihologiaonline.ro/download/lucrari/L002\\_Rolc\\_unoastereinterese.pdf](http://www.psihologiaonline.ro/download/lucrari/L002_Rolc_unoastereinterese.pdf) (vizitat 04.12.2016).
9. Cocoroadă E., Luca M. *Consilierea în școală o abordare psihopedagogică*. Sibiu: Editura Psihomedica, 2004.
10. *Codul Educației al Republicii Moldova*. În: Monitorul Oficial al Republicii Moldova, 24.10.2014, Nr. 319-324 (634).
11. *Concepția privind orientarea, pregătirea și instruirea profesională a resurselor umane*. (Hotărârea Guvernului)

- Nr. 253 din 19.06.2003) În: Monitorul Oficial al Republicii Moldova, 25.07.2003, Nr. 155-158 (640).
12. *Convenția cu privire la drepturile copilului* – adoptată la Adunarea Generală a ONU la 12.11.1989.
  13. Cucer A. *Asistența psihologică a copiilor cu dizabilități din sistemul educațional*. În: Psihologie, revista științifico-practică, 2013, nr. 2, p. 39-42.
  14. Cucer A. *Orientarea profesională a copiilor cu tulburări de vâz – condiție de bază a integrării lor în societate*. În: Materialele Conf. Intern. Vedere slabă-teorie și practică. Ed. a 2-a. Chișinău, 2009, p. 75-80.
  15. Danii A., Gînu D. *Orientarea și pregătirea profesională a deficienților mintal*. Chișinău, 1996.
  16. Danii A., Ivanițchii A., Racu A. et al. *Adaptarea socioprofesională a elevilor și absolvenților școlilor speciale*. Chișinău, 1990.
  17. Danii A., Levinte A. *Managementul parteneriatelor în recuperarea și orientarea socio-profesională a elevilor școlilor auxiliare*. Chișinău: Verbina, 2006.
  18. *Declarația cu privire la drepturile persoanelor handicapate* – proclamată de Adunarea Generală a ONU la 01.12.1975.
  19. *Declarația universală a drepturilor omului* – adoptată și proclamată de Adunarea Generală a Organizației Națiunilor Unite la data de 10.12.1948.
  20. Drăgan I. *Corelarea intereselor școlare cu interesele profesionale*. În: Revista de Pedagogie, 1984, nr. 10, p. 12.
  21. Drăgan I. *Rolul interesului cognitiv în OSP a preadolescenților*. În: Revista de Pedagogie, 1971, nr. 7, p. 11.
  22. Gherguț A. *Psihopedagogia persoanelor cu cerințe special*. Iași: Editura Polirom, 2000.
  23. Gînu D. *Psihologia diferențierii elevilor cu deficiență mintală în procesul educației tehnologice*. Teză de doctor în psihologie. Chișinău, 1995.
  24. Goncearuc S. *Autocontrolul în procesul educației tehnologice la elevii cu deficiențe auditive*. Teză de doctor în pedagogie specială. Chișinău, 1993.
  25. *Legea nr. 821-XII din 24 decembrie 1991 privind protecția socială a invalizilor*.

26. Manolache I. *Orientarea școlară și profesională a elevilor cu cerințe educative speciale*. Ghidul consilierului. București, CNROP, 2000. Disponibil la: <http://docplayer.fr/72311951-Orientarea-scolara-si-profesionala-a-elevilor-cu-cerinte-educative-speciale.html> (vizitat 12.12.2017).
27. *Mecanisme ale intervenției în contextul asistenței psihologice*. Culegere de articole. Coord. șt.: A. Bolboceanu Chișinău: IȘE (Tipogr. „Cavaioli”), 2015.
28. *Model de evaluare a intereselor profesionale ale clienților SPO* Disponibil la: <http://www.ecspo.ro/wp-content/uploads/2015/11/A5-Model-evaluare-interese-pofesionale.pdf> (vizitat 17.11.16).
29. Obiectiv specific 1.6. Strategia de dezvoltare a educației pentru anii 2014-2020, „Educația-2020”.
30. *Orientarea școlară și profesională*. Disponibil la: <https://www.didactic.ro/materiale-didactice/orientarea-scolara-si-profesionala> (vizitat 12.12.2017).
31. Păunescu C., Mușu I. (coord.), Taflan A. (coord.) et al. *Terapia educațională integrată*. București: Pro Umanitate, 1999.
32. Perjan C., Verdeș A. *Orientarea școlară și profesională*. Chișinău: Editura Totex Lux. 2013.
33. Popescu-Neveanu P. *Dicționar de psihologie*. București: Editura Albatros, 1978.
34. *Programul de dezvoltare a educației inclusive în Republica Moldova pentru anii 2011-2020*. (Hotărârea Guvernului Nr. 523 din 11-07.2011). În: Monitorul Oficial al Republicii Moldova, 15.05.2011, Nr. 114-116 (589).
35. *Regulamentul privind orientarea profesională și susținerea psihologică a populației în problemele ce țin de carieră* (Hotărârea Nr. 450 din 29.04.2004).
36. *Reguli standard privind egalizarea șanselor pentru persoanele cu handicap* – adoptate de Adunarea Generală a ONU la 20.12.1993.
37. Silamy N. *Dicționar de psihologie* (trad.). București: Editura Humanitas, 1999.
38. *Strategia de dezvoltare a educației pentru anii 2014-2020 „Educația-2020”* (Hotărârea Guvernului nr. 944 din



- 14.11.2014). În: Monitorul Oficial al Republicii Moldova, 21.11.2014, Nr. 345-351 (1014) (Obiectiv specific 1.5; 1.6; 1.7 – acțiuni prioritare 1.7.2.).
39. *Strategia ocupării forței de muncă în Republica Moldova* (Hotărârea Guvernului Nr. 611 din 15.05.2002). În: Monitorul Oficial al Republicii Moldova, 23.05.2002, Nr. 66-68 (705).
40. Universitatea Babeș-Bolyai din Cluj-Napoca. *Ghidul de orientare și consiliere școlară și profesională*. 2014.
41. *Valorile – adevărate standarde în opțiunea pentru carieră*. Disponibil la: [http://cs-efica.ro/consiliere/wp-content/uploads/2015/01/20141210\\_CS\\_Valorile\\_ECP2.pdf](http://cs-efica.ro/consiliere/wp-content/uploads/2015/01/20141210_CS_Valorile_ECP2.pdf) (vizitat 12.12.2017).
42. Vîrlan M.  *Direcțiile de activitate ale psihologului școlar*. Ghid. Chișinău: CEP UPS „Ion Creangă”, 2005.
43. Ананьев Б.Г. *Психология чувственного познания*. Москва: Изд-во Акад. пед. наук РСФСР, 1960.
44. Атрощенко И.Ю., Храмова Л.Г. *Методические рекомендации по созданию специальных образовательных условий для обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья в учреждении профессионального образования*. Черняховск: Педагогический институт, 2013.
45. Афанасьева Н.В. *Профориентационный тренинг для старшеклассников „Твой выбор”*. Москва: Речь, 2008.
46. Баева И.А. *Общепсихологические категории в пространстве образовательной среды*: Монография. Москва: МГППУ, 2008.
47. Бонкало Т.И., Пчелинова В.В., Никитина Н.И., Цыганкова М.Н. *Методические рекомендации по подготовке и организации профессионального ориентирования обучающихся с инвалидностью и ОВЗ в инклюзивных школах*. Москва: Издательство Российского государственного социального университета, 2015.
48. Букун Н.И. *Основы трудовой деятельности при нарушениях слуха*. Монография. Кишинёв: Штиинца, 1988.

49. Букун Н.И., Даний А.И., Иваницкий А.И. et al. *Совершенствование процессов социально-трудовой адаптации учащихся и выпускников вспомогательных школ*. Кишинев: Штиинца, 1990.
50. Власова О.Г. *Психический ресурс человека как субъекта труда: системный подход*. Сборник научных трудов Северо-Кавказского государственного технического университета. Секция „Гуманитарные науки”, 2005, №1, с. 106-109.
51. Зеер Э.Ф. *Психология профессий: Учеб. пособие*. Москва: Академический проект, 2005.
52. Климов Е.А. *Как выбрать профессию*. Москва: Образование, 1990.
53. Кучинская Н.Л. *Тренинг „Жизненная перспектива и профессиональное самоопределение” (информационный материал для кураторов студенческих учебных групп, преподавателей, педагогов-психологов, воспитателей общежитий)*. Минск, 2014. Режим доступа: [https://www.bsuir.by/m/12\\_100229\\_1\\_91314.pdf](https://www.bsuir.by/m/12_100229_1_91314.pdf) (vizitat 22.05.2018).
54. Лютова Е.Н. *Шпаргалка для взрослых, психокоррекционная работа с гиперактивными, тревожными и агрессивными детьми*. Москва: Генезис, 2000.
55. Маймачук Л.М., Шипицына Л.М. *Необучаемый ребенок в семье и обществе*. (Социализация детей с нарушением интеллекта). Москва: СП. Изд. „Дидактика Плюс”, 2002.
56. *Организация работы по профориентации и профадаптации детей-инвалидов и лиц с ОВЗ: учебно-методический комплект*. Сост. Г.В. Резапкина. Мин-во образования Респ. Коми, Коми респ. ин-т развития образования. Сыктывкар: Криро, 2014.
57. Павлютенков Е.М. *Формирование мотивов выбора профессии*. Киев: Рад. школа, 1980.
58. *Профориентационная игра „Бизнес-идея”*. А. Я. Психология (azps.ru). Режим доступа: [http://azps.ru/training/proforientation/biznes\\_ideya.html](http://azps.ru/training/proforientation/biznes_ideya.html) (vizitat 18.12.2016).

59. Профориентационная игра „Горизонт событий”. А. Я. Психология (azps.ru). Режим доступа: [http://azps.ru/training/proforientation/horizont\\_sobytyiy.html](http://azps.ru/training/proforientation/horizont_sobytyiy.html) html (vizitat 08.07.2015).
60. Профориентационная игра „Минус-плюс”. А. Я. Психология (azps.ru). Режим доступа: [http://azps.ru/training/proforientation/minus\\_plus.html](http://azps.ru/training/proforientation/minus_plus.html) (vizitat 29.10.2013).
61. Профориентационные методы. Режим доступа: <http://workking.ru/proforientatsiya/notes/metody.html> (vizitat 29.10.2013).
62. Пряжников Н.С. Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники (8-11 классы). Москва: Вако, 2005.
63. Стребелева Е.А., Екжанова Е.А. Системы коррекционно-развивающего обучения и воспитания детей дошкольного возраста с нарушением интеллекта. In: Дефектология, 2006, №6, с. 3-14.
64. Сунцова Я.С. Диагностика профессионального самоопределения: учеб.-метод. пособие / Часть 2. Ижевск: Издательство „Удмуртский университет”, 2011.
65. Тюшев Ю.В. Выбор профессии: тренинг для подростков. СПб.: Питер, 2009.
66. Фрейд А. Введение в технику детского анализа. Москва, 1991.
67. Чернявская А.П. Психологическое консультирование по профессиональной ориентации. Москва: Изд-во Владос-Пресс, 2001.

### Anexa 1.

#### **Lucrări tematice existente în domeniul orientării profesionale a persoanelor cu dizabilități**

1. Bolboceanu A. Asistența psihologică școlară în Republica Moldova: prezent și perspective. În: Personalitatea integrală – un deziderat al educației morale. Materialele Conferinței Științifice Internaționale, 29-30 octombrie 2010. Institutul de Științe ale Educației. Chișinău, 2010, p. 6-11.
2. Bolboceanu A., Bucun N., Paladi O., Cucer A. Asistența psihologică în educație: practici naționale și internaționale. Chișinău: IȘE, 2013. 118 p.
3. Bucun N., Paladi O., Rusnac V. Evaluarea pentru educație incluzivă a copiilor de vârstă preșcolară și școlară mică. Chișinău 2013. 372 p.
4. C.N.S.L.R. Frăția. Ghid de orientare și consiliere profesională în cadrul Programului Dezvoltarea Resurselor Umane 2007-2013 „Investește în oameni!”. Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Sectorial Dezvoltarea 2010. 56 p.
5. Cucer A. Asistența psihologică a copiilor cu dizabilități din sistemul educațional. În: Psihologie – Revista științifico-practică, 2013, nr. 2, p. 39-42.
6. Cușcă V. Incluziunea în câmpul muncii a persoanelor cu dizabilități MMPSF. [http://www.motivatie.md/media/images/Conferinta\\_Nationala2014/4.Incluziunea\\_in\\_cimpul\\_muncii\\_a\\_persoanelor\\_cu\\_dizabilitati.pdf](http://www.motivatie.md/media/images/Conferinta_Nationala2014/4.Incluziunea_in_cimpul_muncii_a_persoanelor_cu_dizabilitati.pdf)
7. Danii A., Gînu D. Orientarea și pregătirea profesională a deficienților mintal. Chișinău, 1996.
8. Danii A., Ivanițchii A., Racu A. ș.a. Adaptarea socio-profesională a elevilor și absolvenților școlilor speciale. Chișinău, 1990.
9. Danii A., Levinte A., Managementul parteneriatelor în recuperarea și orientarea socio-profesională a elevilor școlilor auxiliare. Chișinău: Verbina, 2006. 35 p.

10. Drugaș I., Dulău A., Drugaș M. Activitatea profesională a psihologilor școlari între nevoi și idealuri. În: Revista de Psihologie școlară, vol. 3, 2010, nr. 6, p. 16-39.
11. Filimon A.-M. Orientarea școlară și profesională a elevilor de clasa a VIII-a. În: Revista de informare, opinie și inovare pedagogică. Universul școlii nr. 6(6). Alba: Editura Casa corpului didactic, 2012. 27 p.
12. Gavriliță L., Cernomoriț T. Inclusiv EU – cadrul legislativ /normativ în domeniul educației incluzive. Chișinău 2012. 168 p.
13. Gavriliță L., Cernomoriț T., Chisari A. Monitor Social. Incluziunea persoanelor cu dizabilități în câmpul muncii. Nr. 16. Chișinău, 2012. 56 p.
14. Gherguț A. Managementul serviciilor de asistență psihopedagogică și socială. Ghid practic. Iași: Polirom, 2003. 206 p.
15. Ghidul de orientare și consiliere școlară și profesională. Universitatea Babeș-Bolyai din Cluj-Napoca, 2014. 58 p.
16. Gînu D. Copilul cu cerințe educaționale speciale. Chișinău: Phontos 2002. 68 p.
17. Gînu D. Psihologia diferențierii elevilor cu deficiență mintală în procesul educației tehnologice. Teză de doctor în șt. psihologice. Chișinău, 1995. 161 p.
18. Goncearuc S. Autocontrolul în procesul educației tehnologice la elevii cu deficiențe auditive. Teză de doctor în pedagogie specială. Chișinău, 1993. 130 p.
19. Howitt D., Cramer D. Introducere în SPSS pentru psihologie. Traducere: Andrei Popescu, Cristina Popa. Iași: Editura Polirom, 2006. 260 p.
20. Jigău M. Consilierea carierei. Compendiu de metode și tehnici. București: Editura Sigma. 2007. 687 p.
21. Manolachi I. Orientarea școlară și profesională a elevilor cu cerințe educaționale speciale. București. Centrul Național de Resurse pentru Orientarea Profesională. Institutul de Științe ale Educației, 2000. 53 p.
22. Pascaru-Goncear V. Importanța consilierii pentru orientarea școlară și profesională a elevilor. În: Psihologie – Revista științifico-practică, 2010, nr. 1, p. 3-8.

23. Perjan C., Verdeş A. Orientarea școlară și profesională. Suport de curs pentru studenții specialității Psihologie. Chișinău: Editura Totex Lux. 2013. 110 p.
24. Platon C. Serviciul psihologic școlar. Chișinău: Editura Epigraf 2001.165 p.
25. Plămădeală M. Orientarea socio-profesională a persoanelor cu dizabilități prin intermediul ergoterapiei. În: Materialele Conferinței practico-științifice „Practica psihologică modernă” Chișinău: Tipografia UPS „Ion Creangă” 2013. 247 p.
26. Preda V. Modele ale educației precoce privind copiii cu cerințe speciale. În: Viziuni moderne ale psihopedagogiei. Chișinău: Pontos, 2000. 283 p.
27. Racu A., Popovici D.V., Dani A., Crețu V. Intervenția recuperativ-terapeutică pentru copiii cu dizabilități multiple. Chișinău: Editura Pontos, 2006. 232 p.
28. Stanica I., Popa M., Popovici D. V., Rozorea A., Mușu I. Psihopedagogia specială, deficiente senzoriale. București: Editura Pro-Humanitate, 1997; Cap. 14: Programe de intervenție pentru dezvoltarea limbajului și comunicării la handicapați, p. 152-162; Cap. 15: Metode moderne folosite în evaluarea dezvoltării limbajului la handicapați, p. 162-177.
29. Vîrlan M. Direcțiile de activitate ale psihologului școlar: Ghid. Chișinău: CEP UPS „I. Creangă”, 2005. 281 p.
30. Букун Н.И. Основы трудовой деятельности при нарушениях слуха. Кишинёв: „Штиинца”, 1988. 205 p.
31. Букун Н.И., Даний А.И., Иваницкий А.И. Совершенствование процессов социально-трудовой адаптации учащихся и выпускников вспомогательных школ. Кишинев, 1990. 76 с.

## Anexa 2.

### **Lista Centrelor de reabilitare pentru persoanele cu dizabilități ce oferă orientare profesională**

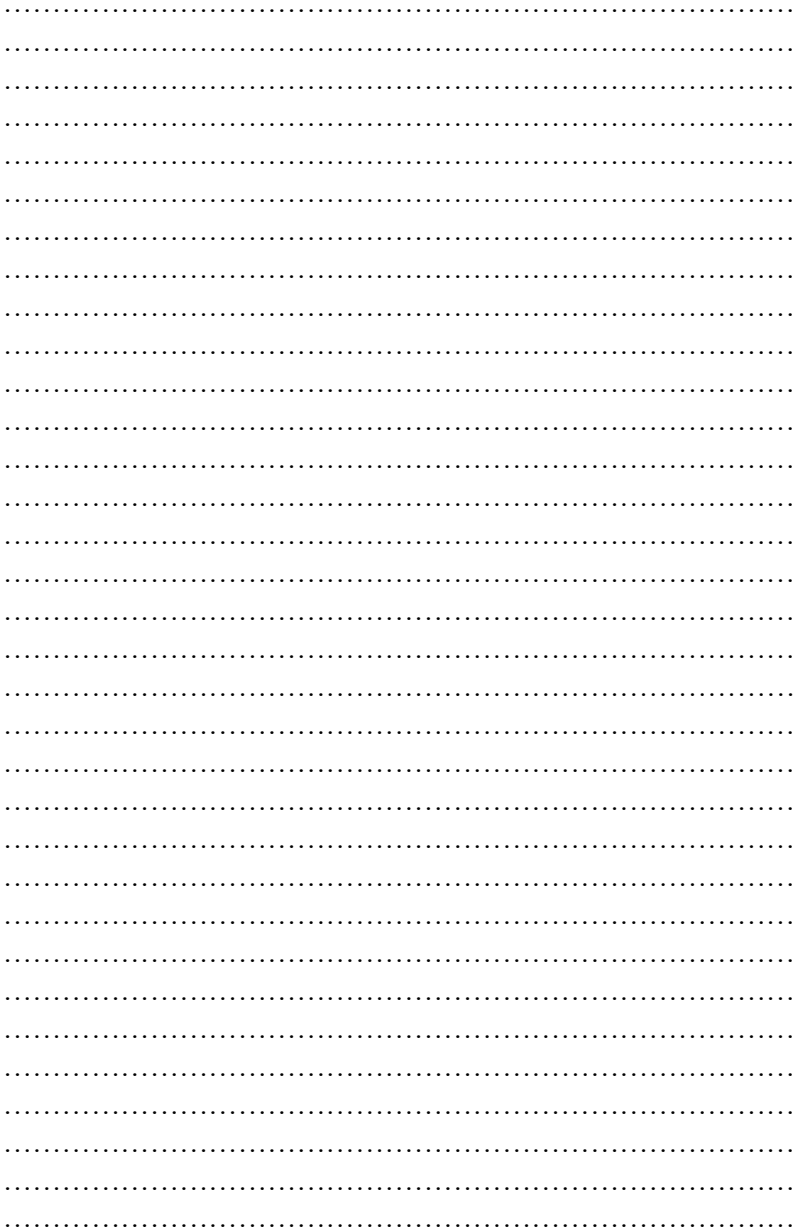
<b>Nr. d/o</b>	<b>Centre</b>	<b>Date de contact</b>
1.	Asociația Obștească „Femeia și Copilul – Protecție și Sprijin”, or. Criuleni	Tel.: (+373)248-21809; (+373)248-020654 E-mail: <a href="mailto:office@fcps.md">office@fcps.md</a> Adresa: str. Păcii 43, or. Criuleni, MD–4801, Republica Moldova
2.	Asociația Obștească „Dorința”	Tel./fax: (+373)244-22009 E-mail: <a href="mailto:centrul-dorinta@mail.ru">centrul-dorinta@mail.ru</a> Adresa: str. Diaconăș 17, or. Călărași, MD–4044, Republica Moldova
3	Asociația „Motivație” din Moldova Oficiu mun. Chișinău	Tel.: (+373-22)661393 Fax: (+373-22)661393 Gsm: (+373)67300449, (+373)67300450 E-mail: <a href="mailto:office@motivation-md.org">office@motivation-md.org</a> Web: <a href="http://www.motivatie.md">www.motivatie.md</a> Adresa: bd. Mircea cel Bătrân 48, mun. Chișinău, MD–2075, Republica Moldova
4.	Centrul „Speranța”	Tel./Fax: (+373-22)561100 Gsm: (+373)79775513 E-mail: <a href="mailto:info@speranta.md">info@speranta.md</a> Web: <a href="http://www.speranta.md">www.speranta.md</a> Adresa: bd. Traian 12/2, of. 2, mun. Chișinău, MD–2043, Republica Moldova

## CUPRINS

---

<b>Introducere</b> .....	3
1. Viziune generală.....	5
2. Cadrul general legislativ/normativ referitor la asistența persoanelor cu dizabilități în procesul de orientare profesională.....	10
3. Specificul asistenței psihologice a persoanelor cu dizabilități în procesul orientării profesionale .....	15
4. Evaluarea psihologică în procesul de orientare profesională a persoanelor cu dizabilități.....	30
5. Coordonate generale în organizarea complexului metodologic de orientare profesională a persoanelor cu dizabilități.....	60
6. <i>Programul de orientare profesională</i> .....	73
7. Tehnici de formare a competențelor de orientare profesională.....	99
<b>Cu titlu de recomandare</b> .....	120
<b>Bibliografie</b> .....	126
<b>Anexe</b> .....	132









Descrierea CIP a Camerei Naționale a Cărții

**Cucer, Angela.**

**Complexul de asistență psihologică în orientarea profesională a persoanelor cu dizabilități:** Ghid metodologic / Angela Cucer; Inst. de Științe ale Educației. – Chișinău: Institutul de Științe ale Educației, 2018 (Tipogr. „Lyceum”). – 140 p.: fig., tab.

Bibliogr.: p. 126-131 (67 tit.). – 30 ex.

ISBN 978-9975-48-142-7.

376.048(072)

C 93

