



UNIUNEA EUROPEANĂ



GUVERNUL ROMÂNIEI

Fondul Social European  
POSDRU 2007-2013Instrumente Structurale  
2007-2013

OIPOSDRU

**Investește în oameni!**

Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Sectorial Dezvoltarea Resurselor Umane 2007 – 2013

Axa prioritară 2 „Corelarea învățării pe tot parcursul vieții cu piața muncii”

Domeniul major de intervenție 2.1. „Tranziția de la școală la viața activă”

**Titlul proiectului „Primii pași sunt importanți: fiți orientați”**

Contract POSDRU/161/2.1/G/141102

## ACTIVITĂȚI PENTRU ETAPA DE AUTOCUNOAȘTERE

### IDENTIFICAREA RESURSELE INTERNE

În cadrul etapei de autocunoaștere, scopul tău în calitate de consilier în carieră este să ajuți elevii să identifice și descrie câteva dintre cele mai importante resurse personale interne ale lor.

Pentru aceasta, în cadrul **interviului de evaluare inițial**, poți afla care sunt informațiile de care elevul are nevoie.

Astfel,

- ❖ informații cu privire la **tipurile de interese profesionale** – poate afla în urma parcurgerii unui chestionar de interese (de exemplu a Chestionarului Holland),
- ❖ informații cu privire la **abilitățile** care mai dezvoltate – poate afla parcurgând un chestionar de autoevaluare a abilităților,
- ❖ informații cu privire la **stilurile preferate de învățare** – poate afla parcurgând un chestionar referitor la stilurile de învățare (de exemplu VAK sau Teoreticieni-Pragmatici-Activiști-Reflectari),
- ❖ informații despre identificarea **tipului de mindset** (fix sau flexibil) – poate afla parcurgând Chestionarul privind mindset-ul dezvoltat de către Carol Dweck.
- ❖ informații cu privire la **tipurile preferate de inteligențe** – poate afla parcurgând orice chestionar construit având la bază Teoria inteligențelor multiple a lui Howard Gardner.
- ❖ informații despre nivelul **stimei de sine** – poate afla parcurgând Scala stimei de sine a lui Rosenberg.

Informații cu privire la **punctele lor tari** sau la felul în care sunt priviți de către ceilalți vor primi după parcurgerea exercițiilor pentru autocunoaștere (ex: analiza SWOT) și a temelor pentru acasă.

La final, ei își pot face o centralizare a acestor **resurse interne** – pe agenda lor sau într-un caiet de lucru.