



**CENTRUL DE INFORMARE, CONSILIERE ȘI ORIENTARE ÎN
CARIERĂ (CICOC UAB)
RAPORT DE ACTIVITATE
pentru anul 2024**

	Nume și prenume	Funcția	Data	Semnătura
ELABORAT	Conf.univ.dr. Dragolea Larisa	Director Centrul de Informare, Consiliere și Orientare în Carieră	17.01.2025	
AVIZAT	Cerc.dr.habil. Metz Daniel	Prorector	27.01.2025	
	Conf.univ.dr. Marina Lucian	Prorector	27.01.2025	
	Lect.univ.dr. Botoi Oliviu Petru	Președinte Comisia pentru relații cu studenții, absolvenții și mediul social	28.01.2025	

Istoric CICOC UAB

Centrul de Informare, Consiliere și Orientare în Carieră a studenților (CICOC UAB) din cadrul Universității „1 Decembrie 1918” din Alba Iulia este un serviciu academic, care funcționează în subordinea Senatului și în colaborare cu alte structuri ale universității, fiind punctul de interferență între Universitate și organizațiile cu rol de potențiali ofertanți de locuri de muncă. **CICOC UAB** are ca obiectiv fundamental informarea, consilierea și orientarea studenților în vederea rezolvării problemelor referitoare la viitoarea lor carieră.

În anul 1997, în vederea sprijinirii studenților și absolvenților de învățământ superior în orientarea în carieră și găsirea unor locuri de muncă, Ministerul Învățământului propune Senatelor tuturor universităților din țară înființarea unui Centru de orientare în carieră și Plasament în muncă al studenților și absolvenților.

În baza Ordinului Ministerul Educației Naționale nr. 3277/16.02.1998, Senatul Universității „1 Decembrie 1918” din Alba Iulia, întrunit în luna aprilie a anului 1998, propune înființarea Departamentului de Consultanță pentru alegerea rutei profesionale și plasament pe piața muncii, cu sediul în Corpul C, etajul 1, camera 10.

Centrul de Informare, Consiliere și Orientare în Carieră din cadrul Universității „1 Decembrie 1918” din Alba Iulia vine în sprijinul studenților prin oferirea de servicii de informare, consiliere și orientare pentru alegerea viitoarei cariere, precum și servicii de consiliere psihologică.

I. ACTIVITĂȚI ADMINISTRATIVE / DE CERCETARE

Elaborare și revizuire documente specifice

La nivelul Centrului, în prima ședință de Senat din anul 2024 a fost aprobat Raportul anual de activitate al CICOC pentru anul anterior, document disponibil online:

https://uab.ro/media/documente/Raport_CICOC_2023.pdf

În luna **octombrie** a anului **2024** au fost aprobate în Senat **noile ediții** ale :

- Metodologiei privind organizarea și funcționarea Centrului de informare, consiliere și orientare în carieră a Universității „1 Decembrie 1918” din Alba Iulia;
- Regulamentului de organizare și funcționare al Centrului de informare, consiliere și orientare în carieră al Universității „1 Decembrie 1918” din Alba Iulia.

Au fost **revizuite** și aprobate în Senat următoarele documente:

- Regulamentul de organizare și funcționare al Departamentului de Analiză și Gestiune Previzională a Solicitărilor Pieței Muncii (DAGPSPM) din cadrul Centrului de informare, consiliere și orientare în carieră (CICOC);
- Procedura operațională privind consilierea și orientarea în carieră a studenților/ absolvenților/ elevilor din clasele terminale de liceu, Cod: PO – CICOC – 01;
- Procedura operațională privind consilierea psihologică a studenților/ absolvenților/ elevilor din clasele terminale de liceu, Cod: PO – CICOC – 02;
- Procedura operațională privind monitorizarea inserției pe piața muncii a absolvenților Universității "1 Decembrie 1918" din Alba Iulia, Cod: PO – CICOC – 03.

În luna **noiembrie** a anului **2024** au fost aprobate în Senat:

- structura organizatorică și componența nominală a structurii CICOC UAB:

Colective / Departamente	
	Coordonator
Colectivul de orientare în carieră și consiliere psihologică	Psih. Iulia Muntean
Colectivul de voluntari	Conf.univ.dr. Larisa Dragolea
Departamentul de analiză și gestiune previzională a solicitărilor pieței muncii - DAGPSPM	Lect.univ.dr. Maria Viorela Muntean
Departamentul ALUMNI	Asist.univ.drd. Maria Felea
Colectiv ALUMNI	Asist.univ.drd. Maria Felea
Personal CICOC UAB	
Director	Conf.univ.dr. Larisa Dragolea
Psiholog	Iulia Muntean
Consilier orientare privind cariera	Post vacant

- Organigrama CICOC UAB;
- Revizuirea Metodologiei privind activitățile de voluntariat desfășurate în cadrul Universității „1 Decembrie 1918” din Alba Iulia;
- Regulamentul de organizare și funcționare al Departamentului ALUMNI al Universității „1 Decembrie 1918” din Alba Iulia.

Transmitere informații Platformă ANS – situație consiliere UAB

În conformitate cu adresa anuală primită din partea Ministerului Educației, care a adus la cunoștință deschiderea Platformei ANS pentru completarea datelor privind consilierea, la nivelul CICOC UAB a fost pregătită și transmisă situația privind numărul de studenți care au beneficiat de servicii de consiliere în anul universitar anterior încheiat, 2023-2024.

Întocmire/completare documente control intern

Conform procedurilor care reglementează activitatea de Control Intern, la nivelul CICOC UAB și a solicitărilor interne specifice a fost întocmită documentația aferentă acestei activități, pentru al doilea semestru al anului 2024 și transmisă Biroului Audit, respectiv:

- Registrul Riscurilor;
- Chestionar de autoevaluare a stadiului de implementare a standardelor de control intern/managerial;

- Adresă privind situația funcțiilor sensibile la nivelul Centrului de Informare, Consiliere și Orientare în Carieră CICOC UAB.

Recrutare voluntari

În conformitate cu reglementările Metodologiei privind activitățile de voluntariat desfășurate în cadrul Universității „1 Decembrie 1918” din Alba Iulia, Centrul de Informare, Consiliere și Orientare în Carieră a demarat pe parcursul anului 2024 două acțiuni de recrutare voluntari, după cum urmează:

Prima selecție a fost în luna aprilie 2024, fiind oferite locuri pentru derulare de stagii de voluntariat, de către următoarele structuri funcționale:

	Structura funcțională	Numărul de locuri disponibile
1.	Centrul de Informare, Consiliere și Orientare în Carieră	3
2.	Centrul de Relații Internaționale	20
3.	Secretariatul Facultății de Istorie, Litere și Științe ale Educației	10


Al doilea proces de selecție s-a derulat în luna noiembrie 2024, fiind oferite locuri pentru derulare de stagii de voluntariat, de către următoarele structuri funcționale:

	Structura funcțională	Numărul de locuri disponibile
1.	Centrul de Informare, Consiliere și Orientare în Carieră	3
2.	Departamentul pentru Pregătirea Cadrelor Didactice	2
3.	Serviciul IT și Tipografie - compartiment IT	5
4.	Centrul de Relații Internaționale	15
5.	Facultatea de Istorie, Litere și Științe ale Educației - secretariat	10
6.	Facultatea de Istorie, Litere și Științe ale Educației - Departamentul de Litere	10
7.	Centrul de Imagine și Marketing	5
8.	Facultatea de Informatică și Inginerie - Departamentul de Cadastru, Inginerie Civilă și Ingineria Mediului	15

Săptămâna Voluntariatului la UAB

Săptămâna Națională a Voluntariatului SNV2024 s-a desfășurat în perioada 13-19 mai, CICOC UAB fiind și la această ediție, partener.

În data de 16 mai 2024, Universitatea, prin CICOC UAB a pregătit Atelierul practice pentru elevi "*Gestionarea emoțiilor în public speaking*" - cu participarea colectivului Centrului și al unui grup de voluntari dedicați.



JOI - 16 MAI 2024
AGENDA ZILEI

10:00 - 12:00 **Atelier practic elevi - Gestionarea emoțiilor în public speaking**
Organizator: Centrul de Informare, Consiliere și Orientare în Carieră (C.I.C.O.C.) al Universității „1 Decembrie 1918” din Alba Iulia (UAB), România
Locație: Universitatea „1 Decembrie 1918” Alba Iulia, Sala A9
Info: [CICOC UAB](#)


11:00 - 13:00 **Pămbăre cărții adăpost "Prietenii lui Azor"**
Organizator: Școala Gimnazială "Ion Agârbiceanu", Alba Iulia
Locație: Adăpostul de câini "Prietenii lui Azor"
Info: [Școala Gimnazială Nr. 6 "Ion Agârbiceanu" Alba Iulia](#)

15:00 - 17:00 **Acțiune strângere jucării pentru a amenaja un spațiu de joacă într-o casă de copii**
Organizator: Asociația XEO, Alba Iulia
Locație: Colegiul Național "Horea, Cloșca și Crișan", Alba Iulia
Info: [Toamă RODOI XEO Alba Iulia](#)

16:00 - 16:30 **Workshop Robotică copii clasele 0 - 4**
Organizator: Asociația XEO, Alba Iulia
Locație: Amicii After-school, Alba Iulia
Info: [Toamă RODOI XEO Alba Iulia](#)

S.N.V. își propune să reunească organizații și voluntari pentru a celebra voluntariatul într-un mod grandios, să câștige inimile comunității prin această inițiativă și să recunoască public contribuția inestimabilă a voluntarilor.

Între 13 și 19 mai 2024, SNV lansează o săptămână de distracție voluntară, în toate formele ei, adunând voluntari din toate vârstele și din fiecare colț al României.



Vizita de studiu a reprezentanților consorțiului proiectului UPGRADE, la Universitatea „1 Decembrie 1918”

Universitatea „1 Decembrie 1918” din Alba Iulia, prin CICOC UAB, a găzduit vizita de studiu realizată de reprezentanții consorțiului proiectului “Enhancing Graduates’ Employability Tracking în Moldova” (UPGRADE), din cadrul programului european Erasmus+, finanțat de Uniunea Europeană. Evenimentul a avut loc în perioada 27-31 mai 2024.

Vizita de studiu a inclus prezentări de bune practici și experiențe de urmărire a angajabilității absolvenților, participarea la evenimente de prezentare a oportunităților de angajare pentru studenți etc.

La vizita de studiu au participat echipa de experți a Academiei de Studii Economice din Moldova (ASEM), împreună cu instituțiile partenere ale proiectului UPGRADE: Universitatea de Stat din Moldova (USM), Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău (UPSC), Universitatea de Stat „Alecă Russo” din Bălți (USARB), Universitatea de Stat „Bogdan Petriceicu Hasdeu” din Cahul (USC), Universitate de Stat din Comrat (KDU), Institutul European Pentru Inițiative Reforme și Educație „Aspire” (ASPIRE).

Programul vizitei de studiu a acoperit mai multe subiecte relevante pentru instituțiile implicate în implementarea proiectului „Enhancing Graduates’ Employability Tracking în Moldova” (UPGRADE):

- Prezentarea Centrului de Informare, Consiliere și Orientare în Carieră al Universității “1 Decembrie 1918” din Alba Iulia: istoric, viziune, misiune, obiective;
- Întâlnire cu beneficiarii serviciilor CICOC UAB;
- Servicii de consiliere psihologică și de consiliere și orientare în carieră pentru studenți în cadrul CICOC UAB (Psiholog Iulia Nicoleta MUNTEAN);
- Consilierea și orientarea în carieră – prezentare și aplicații practice;
- Vizită de studiu și documentare la sediul Star Assembly, oraș Sebeș;
- Studii de monitorizare a inserției absolvenților pe piața muncii derulate de Universitatea „1 Decembrie 1918” din Alba Iulia, prin Departamentul de analiză și gestiune previzională a solicitărilor pieței muncii (lect. univ., dr. Maria Viorela MUNTEAN);
- Întâlnire de studiu și documentare cu reprezentanții Agenției Județene de Ocupare a Forței de Muncă Alba: AJOFM – EURES (Tudor CHIDOVĂȚ, Șef Serviciu analiză piața muncii și economie socială (AMPSES), Oana GIURA, Consilier superior, Compartiment informatică și bază de date, Serviciu analiză piața muncii și economie socială (AMPSES), Norme și proceduri derulate la nivelul Centrului de Informare, Consiliere și Orientare în Carieră – schimb de bune practici;
- Sesiuni comună de lucru, dezbateri, concluzii.

În cadrul vizitei de studiu participanții au efectuat o vizită de documentare la sediul companiei „Star Assembly” cu sediul în orașul Sebeș, partener de încredere al CICOC UAB, au efectuat o întâlnire de documentare cu reprezentanții Agenției Județene de Ocupare a Forței de Muncă Alba (AJOFM – EURES), pentru a afla despre normele și procedurile derulate la nivelul național. Partenerii au realizat un schimb de bune practici cu privire la normele instituționale și procedurile întreprinse de către CICOC UAB și a instituțiilor de învățământ superior din Moldova.

Obiectivul principal al proiectului UPGRADE este de a consolida monitorizarea capacității de angajabilitate a absolvenților de instituții de învățământ superior din Moldova. Proiectul

UPGRADE are în vedere elaborarea primului studiu pilot de angajare a absolvenților și realizarea primului raport privind capacitatea de angajare a absolvenților.

Monitorizarea inserției pe piața muncii a absolvenților Promoției 2023

Universitatea „1 Decembrie 1918” din Alba Iulia a inițiat în lunile octombrie-noiembrie 2024 studiul inserției absolvenților pe piața muncii, prin aplicația electronică dezvoltată în cadrul proiectului “Corelarea competențelor studenților cu cerințele pieței muncii prin activități și servicii specifice de consiliere în carieră și monitorizarea inserției absolvenților în cadrul UAB – PRO CARIERA”, contract CNFIS-FDI-2022-0559 (chestionar de monitorizare a inserției absolvenților pe piața muncii), și prin aplicația electronică dezvoltată în cadrul proiectului “Mecanisme și instrumente de corelare a ofertei educaționale cu cerințele pieței muncii în cadrul Universității “1 Decembrie 1918” din Alba Iulia (PRO-INSERT)”, contract CNFIS-FDI-2017-0592 (managementul absolvenților), și actualizată prin proiectul CNFIS-FDI-2024-F-0466, *Măsuri integrative de consiliere în carieră și armonizare a ofertei educaționale cu rigorile pieței muncii - CARIERA UAB*, gestionate de DAGPSPM-CICOC-UAB.

Astfel, în luna octombrie 2024, au fost transmise un număr de 1326 emailuri cu invitația de participare la studiu către absolvenții promoției 2023.

În urma monitorizării răspunsurilor absolvenților, s-a constatat necesitatea derulării celei de-a doua etape de trimitere a invitațiilor prin email, cea de reamintire. În luna noiembrie 2024, au fost trimise prin email invitații de reamintire către absolvenții cu adrese de email valide.

În ambele etape au fost transmise emailuri către maximum 50 de absolvenți o dată, pentru a evita intrarea mesajelor în folderul Spam al destinatarilor. S-a preferat transmiterea emailurilor utilizând adresa creată în acest sens, absolvent@uab.ro.

Pe baza chestionarelor completate pentru promoția 2023 în urma transmiterii invitațiilor pe email și în urma completării de către absolvenți a chestionarului de monitorizare a inserției la Biroul de Diplome al Universității, un număr de 292 absolvenți au fost analizați din punctul de vedere al răspunsurilor privind inserția pe piața muncii.

În luna noiembrie 2024 a fost elaborat Raportul privind rezultatele studiului de monitorizare a inserției absolvenților pe piața muncii. Acesta conține răspunsurile celor 292 absolvenți ai promoției participante la studiu, care au completat chestionarul de monitorizare până în data de 08.11.2024, pe facultăți și pe promoții (niveluri de studiu: licență, master și doctorat).

Rapoartele de monitorizare sunt arhivate la sediul CICOC UAB și sunt puse la dispoziția facultăților și departamentelor, la solicitarea acestora în vederea elaborării de analize și documentații specifice.

II. ACTIVITĂȚI DE INFORMARE, CONSILIERE ȘI ORIENTARE ÎN CARIERĂ

Pe parcursul anului 2024, activitățile și serviciile oferite prin intermediul Centrului de Informare Consiliere și Orientare în Carieră (CICOC UAB) au fost furnizate în cea mai mare parte în format fizic. Formatul online a fost menținut acolo unde nevoile solicitantului serviciilor de consiliere au cerut acest lucru. Practic, s-a insistat pe caracterul flexibil al serviciilor furnizate, în așa fel încât ele să fie accesibile în funcție de nevoile specifice ale beneficiarilor.

Implementare Proiect CNFIS

În perioada aprilie-decembrie 2024, CICOC UAB a implementat activitățile Proiectului *Măsuri integrative de consiliere în carieră și armonizare a ofertei educaționale cu rigorile pieței muncii - CARIERA UAB*, finanțat de către Ministerul Educației, prin Fondul de Dezvoltare Instituțională destinat universităților de stat – FDI 2023 (*Domeniul 7: Corelarea ofertei educaționale cu cererea pieței muncii, consilierea și orientarea în carieră*).

Activitățile proiectului au fost:

- *Analiza inserției absolvenților pe piața muncii și a parcursului lor profesional;*
- *Analiza competențelor obținute de absolvenți cu cerințele mediului socio-economic în vederea corelării planurilor de învățământ cu cerințele pieței muncii;*
- *Consolidarea parteneriatelor dintre Universitate și organizațiile economice publice și private;*
- *Reglementarea la nivel instituțional a instrumentelor specifice privitoare la monitorizarea inserției absolvenților pe piața muncii precum și a activităților Centrului de Informare, Consiliere și Orientare în Carieră al Universității.*

Prin intermediul proiectului CNFIS-FDI-2024-F-0466 a fost susținută desfășurarea unei suite importante de activități: monitorizarea inserției absolvenților UAB pe piața muncii, evenimente cu tematică legată de carieră, modernizarea dotărilor Centrului, amenajarea unui spațiu complet dotat și adecvat, necesar activităților de consiliere psihologică, Cabinetul de consiliere, la cele mai înalte standarde.



A fost completat fondul de carte al Centrului, în vederea documentării studenților și personalului CICOC. *Raftul de dezvoltare personală* a fost promovat în rândul studenților universității, iar cei interesați au împrumutat de la sediul CICOC cărți utile pentru fiecare în parte în procesul de creștere și pregătire personală și profesională. Am fost întocmit și gestionat un Regstru de împrumut cărți, iar pe parcursul anului 2024 au fost împrumutate studenților cărți de specialitate.

Organizare Târg de Joburi CARIERA UAB

Centrul de Informare, Consiliere și Orientare în Carieră al Universității “1 Decembrie 1918” din Alba Iulia (CICOC UAB) în parteneriat cu Agenția Județeană de Ocupare a Forței de Muncă Alba și Inspectoratul Teritorial de Muncă Alba a organizat în data de 22 mai 2024 Târgul de joburi CARIERA UAB, pentru studenți și absolvenți.

Au participat organizații din toate domeniile, interesate de a oferi studenților și absolvenților UAB locuri de muncă, practică, internship, voluntariat sau stagii de documentare în vederea elaborării lucrărilor de licență sau de disertație.

Succesul primelor trei ediții ale Târgului de joburi organizat la UAB, precum și rata crescută de inserție înregistrată ca urmare a desfășurării lor, a determinat continuarea organizării acestor tipuri de activități la nivelul Universității „1 Decembrie 1918” din Alba Iulia, prin Centrul de Informare, Consiliere și Orientare în Carieră (CICOC-UAB).

Evenimentul a marcat locul de întâlnire dintre angajatori și studenții și absolvenții aflați în căutarea unui loc de muncă, voluntariat, internship sau stagiu de documentare în vederea elaborării lucrării de licență sau de disertație. Au participat un număr de 27 de organizații din toate domeniile de activitate care au furnizat informații pentru cei peste 300 de vizitatori, interesați de ofertele de muncă existente pe piață. Acest Târg de joburi a fost organizat în cadrul proiectului *Măsurile integrative de consiliere în carieră și armonizare a ofertei educaționale cu rigorile pieței muncii - CARIERA UAB*.

Promovarea activităților centrului în mediul online

Comunicarea cu studenții și informarea acestora cu privire la activitățile desfășurate în cadrul CICOC UAB s-au realizat atât în format online, cât și fizic, prin sesiuni de informare realizate pe grupe de studenți de la diferite specializări, prin afișarea de materiale informative în avizierele centrului din incinta universității și la sediul CICOC UAB.

Informarea online a fost realizată pe canalele de comunicare utilizate de către studenți (e-mail, rețele de socializare, grupuri online).

Astfel, pagina de facebook a centrului (<https://www.facebook.com/CICOC.UAB/>) și site-ul cicoc.uab.ro au fost încărcate constant cu materiale utile:

- informări despre evenimentele derulate la nivelul fiecărei facultăți din cadrul UAB;
- promovarea oportunităților de voluntariat în cadrul structurilor UAB;
- derulare activități de informare, consiliere și orientare în carieră;
- informații privind admiterea la UAB, cazarea în cămine;
- apariția în presă sau la radio a reprezentanților Universității;
- organizarea târgurilor de joburi;
- promovarea acțiunilor și activităților organizate de către Liga Studenților;
- promovarea evenimentelor studențești, festivaluri, festivităților de deschidere a anului universitar și de Absolvire;
- promovarea evenimentelor de formare, informare și științifice destinate elevilor, studenților, doctoranzilor și absolvenților;
- premii și distincții primite de către studenții UAB în urma participării la concursuri, evenimente, activități;
- promovarea activităților ANOSR;
- promovarea activităților Societății Antreprenoriale Studențești –SAS UAB;
- promovarea activităților și evenimentelor ASCOR Alba Iulia;
- activități civice;
- promovarea activităților Centrului de Relații Internaționale;
- Caravana Admiterii 2024 pentru români de pretutindeni, organizată de Centrul de Relații Internaționale, Erasmus Week;
- experiențe de învățare internațională prin participare la programe de tip BIP;
- promovarea programelor naționale de burse pentru tineri;
- oportunități de angajare, voluntariat, practică și internship oferite de către partenerii UAB din mediul economic;

- diseminarea participărilor studenților UAB la evenimente științifice derulate în țară sau străinătate sau cursuri destinate studenților;
- participarea studenților la mobilități de studiu și evenimente Erasmus;
- implicarea Universității în proiecte naționale și internaționale;
- vizite ale cadrelor didactice din UAB la licee, în scopul promovării activităților și oferire de servicii de consiliere;
- concursuri naționale și internaționale, cu participarea studenților UAB;
- concursuri organizate în Universitate de către structurile studentești;
- prezentarea parcursului profesional ai reprezentanților ALUMNI UAB;
- vizitele studenților UAB la firme, instituții și unități de învățământ din județ și din țară;
- vizite de studiu ale cadrelor didactice și ale studenților;
- vizite ale elevilor de liceu la UAB;
- vizitele elevilor sau cadrelor didactice din alte țări la UAB;
- programe de educație financiară derulate în UAB;
- diseminarea activităților cercurilor studentești;
- informații privind acordarea bursei de performanță științifică, burse de studiu, burse sociale;
- evoluția pieței muncii;
- informări privind accesul la resursele Bibliotecii UAB;
- anunțuri de selecție în grupuri țintă dedicate studenților;
- informații privind calendarul derulării examenelor de licență și disertație;
- sesiuni de evaluare ale cadrelor didactice;
- sesiuni de recrutare voluntari, promovarea activităților voluntarilor;

Tot prin intermediul mediului online au fost distribuite materiale informative, sugestii de activități practice care să îi susțină pe studenți în dezvoltarea de emoții sănătoase, link-uri și sugestii de lecturi din sfera dezvoltării personale.

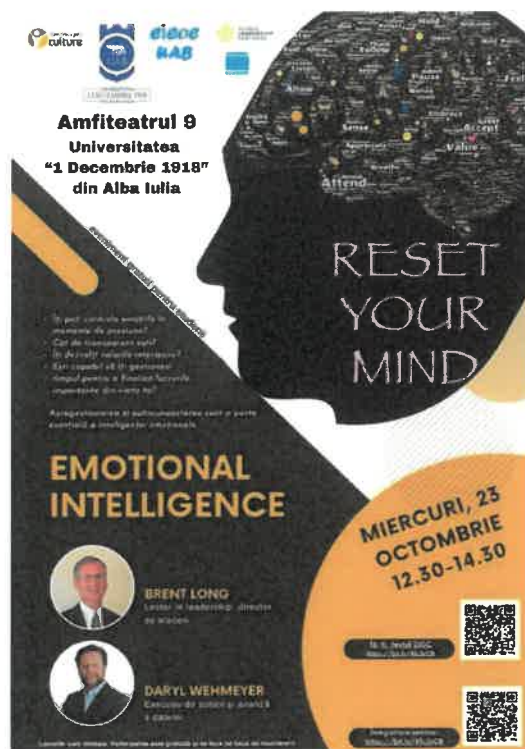
Organizarea de workshop-uri, webinarii, seminarii de specialitate, ateliere practice

Activitățile de tip workshop-uri și webinarii au fost conturate în maniera în care să îi stimuleze pe studenți să acceseze în mod voluntar componenta de dezvoltare personală, care să îi susțină în procesul de formare educațională și profesională. Sesiunile de workshop-uri au fost realizate fie în format fizic, fie în format online, în funcție de specificul temei și de receptivitatea studenților***.

- În data de 20.05. 2024 a fost realizat un atelier practic pe tema "Emoții și vorbitul în public" la care au participat 17 studenți;
- În data de 21.05.2024 a fost realizat un atelier practic cu tema "Dezvoltarea de abilități transferabile în activitățile de voluntariat" la care au participat 14 studenți;
- În data de 10.10.2024 a fost realizată o sesiune de lucru care a abordat importanța voluntariatului pentru pregătirea intrării pe piața muncii la care au participat 17 studenți;
- În data de 16.10.2024 a fost realizată o sesiune de grup de informare și consiliere în carieră în cadrul căreia a fost prezentată relevanța evaluării psihologice pentru carieră. La activitate au participat 13 studenți;
- În data de 29.10.2024 a fost realizată o sesiune de informare și consiliere în carieră în cadrul căreia a fost abordată și tema "Transpunerea valorilor în comportamente în dezvoltarea profesională". La activitate au participat 21 de studenți;
- În data de 04.11.2024 a fost realizată o sesiune de informare și consiliere în carieră pe tema "Dezvoltarea personală pentru carieră". Au participat un număr de 22 de studenți;
- În data de 05.11.2024 a fost realizată o activitate de informare și consiliere în carieră care a abordat și tema la care au participat 27 de studenți.

*****activități desfășurate în cadrul Proiectului Măsurii integrative de consiliere în carieră și armonizare a ofertei educaționale cu rigorile pieței muncii - CARIERA UAB**

În data de 23 octombrie, Fundația Romania pro Culture în parteneriat cu CICOC a organizat seminarul RESET YOUR MIND, Emotional Intelligence. Prin acest seminar, participanții au beneficiat de discuții în grup, exerciții de reflecție, activități practice și folosirea testului DISC.



Parteneriat cu Rotary Club Alba Iulia - CICOC UAB

În data de 21.10.2024, a avut loc la Universitatea "1 Decembrie 1918" din Alba Iulia, prima activitate din Proiectul "Orientare în carieră pentru elevii Liceului de Arte Regina Maria".

Proiectul este implementat de Rotary Club Alba Iulia în parteneriat cu Universitatea "1 Decembrie 1918" din Alba Iulia, prin Centrul de Informare, Consiliere și Orientare în Carieră (CICOC UAB și urmărește să sprijine elevii și părinții acestora în procesul de luare a deciziilor legate de educația și cariera viitoare, oferind informații, resurse și îndrumare specializată, în vederea asigurării unei tranziții facile, informate și bine fundamentate către învățământul superior sau către carierele dorite.

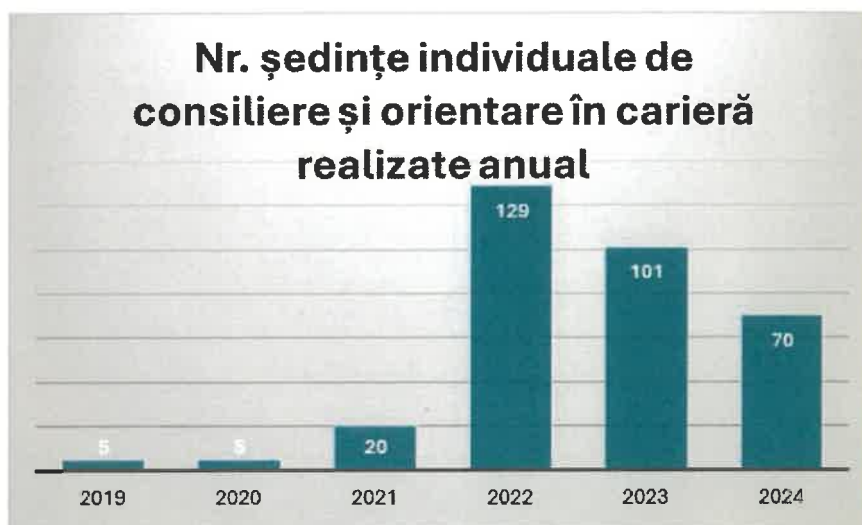
Grupul țintă al acestui proiect este reprezentat de 60 de elevi din clasele a 12-a ai Liceului de Arte Regina Maria, care vor beneficia de un program complex ce vizează dezvoltarea abilităților de luare a deciziilor și planificare a carierei și de stimularea interesului pentru învățământul superior și formarea continuă, precum și de o informare corectă și completă asupra opțiunilor de carieră și educație. Nu în ultimul rând, de acest proiect vor beneficia și părinții elevilor, care vor fi implicați activ în procesul de orientare și consiliere.

Parteneriat AJOFM - Bursa locurilor de muncă

Pe parcursul anului 2024, CICOC UAB a continuat parteneriatul cu AJOFM Alba, în cadrul celor două Burse ale locurilor de muncă organizate de către Agenția Județeană pentru Ocuparea Forței de Muncă Alba AJOFM Alba. Cele 2 evenimente au fost organizate în datele de 17 mai 2024 <https://alba24.ro/17-mai-bursa-locurilor-de-munca-la-alba-iulia-opportunitati-pentru-cei-care-doresc-sa-se-angajeze-cate-posturi-sunt-disponibile-1030651.html> , respectiv 11 octombrie 2024 <https://ziarulunirea.ro/11-octombrie-2024-bursa-locurilor-de-munca-pentru-absolventi-organizata-de-ajofm-alba-la-carolina-mall-903327/> .

Consiliere și orientare în carieră individuală

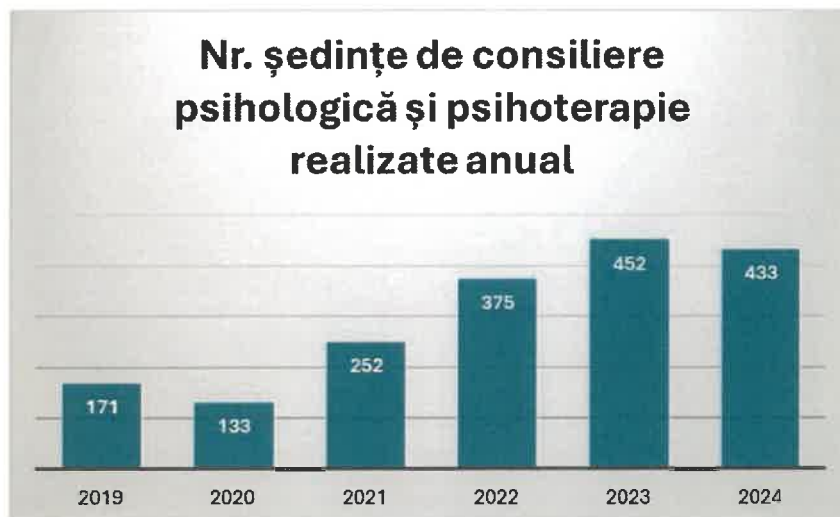
Pe parcursul anului 2024 au fost realizate 70 de sesiuni individuale de consiliere și orientare în carieră (toate realizate față în față), în cadrul cărora au fost consiliați un număr de 27 de beneficiari studenți sau absolvenți ai UAB, precum și 2 elevi de liceu.



Consilierea și orientarea în carieră se realizează prin utilizarea Platformei computerizate de evaluare psihologică CAS++, achiziționată la nivel de centru la finalul anului 2021. Demersul de consiliere, care include și partea de evaluare prin intermediul CAS++, presupune un cumul de 4 ore de consiliere pentru fiecare student care solicită acest serviciu. Pentru a eficientiza acest demers, pe parcursul anului 2024 la nivelul CICOC au fost achiziționate laptopuri și cheițe hasp CAS++ suplimentare pentru a asigura evaluarea simultană a mai multor studenți în același interval de timp.

Consiliere psihologică și psihoterapie

În anul 2024 au fost realizate un număr de 433 de sesiuni individuale de consiliere psihologică. Dintre cele 433 de sesiuni, 359 de sesiuni au fost realizate față în față, iar restul de 74 au fost realizate în format online, pe platformele agreate de către Universitate. În cadrul sesiunilor de consiliere psihologică au fost consiliați un număr de 46 de beneficiari.



Se observă în continuare un interes crescut al studenților și absolvenților pentru serviciul de consiliere psihologică individuală.

Pentru fiecare beneficiar de servicii individuale de consiliere și orientare în carieră sau de servicii de consiliere psihologică a fost întocmit un dosar de consiliere, care cuprinde documentele inițiale de informare și consimțământ semnate, precum și fișele de consiliere completate de către psiholog după fiecare sesiune de consiliere. De asemenea, beneficiarii serviciilor de consiliere, ședințele de consiliere și documentele încheiate în cursul procesului de consiliere sunt înregistrate în cele 3 registre păstrate cu caracter confidențial la sediul CICOC UAB:

- Registrul de evidență a beneficiarilor de servicii de consiliere;
- Registrul de evidență a ședințelor de consiliere;
- Registrul documentelor de consiliere.

Alte activități de consiliere

Pe lângă activitățile individuale de consiliere, au fost organizate întâlniri de grup care au presupus fie abordarea de teme psihologice de interes pentru studenți, fie consilierea și orientarea în carieră de grup.

Pe parcursul anului 2024 au fost realizate mai multe sesiuni de informare despre activitățile CICOC la diferite grupe de studenți. Sesiunile de informare au fost realizate în colaborare cu cadre didactice de la nivelul universității.

În data de 20 mai 2024 a fost realizat un atelier interactiv dedicat studenților din anul III pe tema emoțiilor dinaintea și din timpul unei prezentări.

În data de 5 decembrie 2024 a fost susținut un atelier practic în colaborare cu Liga Studenților din Universitatea "1 Decembrie 1918" din Alba Iulia cu tema "Strategii de management al stresului".

Participarea membrilor CICOC UAB la activități de formare continuă

Pe parcursul anului 2024, membrii CICOC UAB, au participat la evenimente de dezvoltare personală și formare continuă, respectiv:

- 5 februarie 2024 – workshop-ul "An Introduction in Compassion Focuse Therapy" organizat de World Confederation of Cognitive Behavioural Therapies;
- 24 aprilie 2024 – webinarul "Autoreglarea prin stabilirea de scopuri" organizat de Cognitrom;
- 21-22 septembrie 2024 – Cursul "Pregătirea pentru schimbare – Intervenții motivaționale în consumul de substanțe psihoactive" organizat de Asociația Catharsis;
- 8-9 noiembrie 2024 - Cursul "Poveștile terapeutice ca metode și strategii de dezvoltare personală a copiilor și adolescenților" organizat de Asociația Catharsis;
- August 2024 – Curs consilier dezvoltare personală, organizat de către Centrul de formare și consiliere „Acces către succes”.

Conferința "Managementul Carierei" ediția a XII-a, 19-22 noiembrie 2024

În perioada 19-22 noiembrie a.c., la Universitatea "1 Decembrie 1918" din Alba Iulia s-a desfășurat a XII-a ediție a Conferinței *Managementul Carierei*, eveniment organizat de către Centrul de Informare, Consiliere și Orientare în Carieră al Universității „1 Decembrie 1918” din Alba Iulia (CICOC UAB), în parteneriat cu Consiliul Județean Alba, Agenția Județeană de Ocupare a Forței de Muncă Alba, Inspectoratul Teritorial de Muncă Alba, ALUMNI UAB, Asociația Pro Universitatea, Liga Studenților din Universitatea „1 Decembrie 1918” din Alba Iulia, Institutul de Studii Financiare, Agenția de Dezvoltare Regională Centru, Centrul Europe Direct Regiunea Centru.

Această conferință destinată studenților, absolvenților și elevilor de liceu din clasele terminale, a debutat în anul 2013 și a fost derulată anual, fiind cel mai amplu și longeviv eveniment organizat de un centru universitar de carieră. În acest an aniversar, programul a fost desfășurat pe

parcursul a patru zile (o zi în plus față de programul inițial) și a cuprins prelegeri publice, ateliere interactive de dezvoltare personală și profesională, evenimente de informare pe teme actuale, întâlniri cu ALUMNI și angajatori, Ziua porților deschise la Cabinetul de Consiliere al CICOC UAB.

Participarea a depășit și la această ediție așteptările, fiind înregistrat conform listelor de prezență un număr de participări de peste 400 persoane, în cele patru zile.

PROGRAM		CONFERINȚĂ MANAGEMENTUL CARIEREI		EDIȚIA A XII-a 18 - 21 NOIEMBRIE 2024 ALBA IULIA	
19 noiembrie	<p>Deschiderea Conferinței Sala AA, 10:15</p> <p>Prelegeri publice, Sesiuni Q&A Sala AA, 10:30 - 13:00</p>	<p>Dr. ing. Ioan Popa Președinte și Fondator TRANSAVIA</p>			<p>Carmen Dorcas Muta Președinte și Fondator TRANSAVIA</p> <p>Dana Piper Președinte și Fondator TRANSAVIA</p>
20 noiembrie	<p>Ateliere interactive de consiliere și dezvoltare personală</p>				
21 noiembrie	<p>Ateliere interactive de consiliere și dezvoltare personală</p>			<p>Ateliere practice interactive Căsuțe de lucru pentru a căuta la</p>	<p>Ateliere practice interactive Căsuțe de lucru pentru a căuta la</p>
	<p>Ziua Porților Deschise 22 noiembrie 09:00-15:00</p>	<p>În Cabinetul de Consiliere al Centrului de Informare, Consiliere și Orientare în Carieră al Universității „1 Decembrie 1918” din Alba Iulia. Corpul D, etaj III, Camera 30</p>			

La nivelul Centrului a fost consolidată colaborarea cu reprezentanții absolvenților, au fost diversificate și completate activitățile de specialitate și de promovare a CICOC UAB în rândul elevilor, studenților, absolvenților, angajatorilor.

CICOC UAB mulțumește beneficiarilor săi pentru încrederea acordată, sprijin, suport și buna colaborare în activitățile organizate, membrilor tuturor structurilor UAB, facultăți, departamente, centre, birouri, personal didactic și administrativ.

*Aprobat în Ședința Senatului Universității „1 Decembrie 1918” din Alba Iulia
din 29 ianuarie 2025.*

PREȘEDINTE
Prof.univ.dr. Attila Tamas-Szora

AVIZAT
Oficiul Juridic
Emilia Dușa