



ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI
UNIVERSITATEA „VASILE ALECSANDRI” DIN BACĂU
Calea Mărășești, Nr. 157, Bacău, 600115
Tel. +40-234-542411, fax +40-234-545753
www.ub.ro; e-mail:rector@ub.ro



Nr. 2024/15.02.2022

BULETIN INFORMATIV – IANUARIE 2022

Situația statistică a clienților care au beneficiat de consiliere psihologică și profesională în cadrul DCP, în anul calendaristic 2021

Ziua Culturii Naționale

Un absolvent al Universității „Vasile Alecsandri” din Bacău a purtat drapelul României la Jocurile Olimpice de la Beijing

Workshop-ul „Cum să înveți eficient? Creșterea interesului și a motivației pentru a învăța să înveți -tehnici de învățare”

Workshop-ul „Cum gestionăm stresul în sesiune?”

Situația statistică a clienților care au beneficiat de consiliere psihologică și profesională în cadrul DCP, în anul calendaristic 2021

Activitatea de consiliere desfășurată în cadrul DCP, în perioada 01.01.2021 – 31.12.2021, se caracterizează print următoarele aspecte:

1. Activitățile specifice DCP au fost desfășurate online (pe platforma Microsoft Teams sau email), datorită situației pandemice.

În perioada la care facem referire, au fost consiliați un număr total de 2102 clienți (pentru toate tipurile de activități de consiliere - psihologică/profesională/pedagogică), număr mai ridicat cu 744 clienți, comparativ cu cel înregistrat în anul 2020 (1358 clienți).

Din totalul de 2102 clienți, beneficiari ai serviciilor de consiliere oferite de DCP, 1192 au fost clienți externi (1121 elevi de liceu, iar 71 absolvenți) și 910 clienți interni (studenți), număr mai scăzut cu 191, comparativ cu cel înregistrat în 2020 (1101 studenți).

Pentru toate activitățile de **consiliere** desfășurate, am înregistrat **un număr total** de 17 workshopuri/activități de grup, cu 7 mai puține decât cele realizate în anul 2020 (24 workshopuri/activități de grup).

2. Pentru activitatea de **consiliere psihologică** (individuale și de grup), am înregistrat **un număr total** de 418 consiliați, clienți interni (studenți), cu 211 consiliați mai ridicat față de cel înregistrat în anul 2020 (207 consiliați).

a) Pentru activitatea de **consiliere psihologică individuală**, am înregistrat **un număr total** de 214 consiliați, clienți interni (studenți) (un număr mai ridicat cu 112 consiliați, față de 102 în 2020) și 201 **ședințe de consiliere** (cu 44 ședințe mai multe comparativ cu 2020, când am înregistrat 157 ședințe).

b) Pentru activitatea de **consiliere psihologică de grup**, am înregistrat **un număr total** de 204 **consiliați** (în cadrul workshop-urilor desfășurate), mai mult cu 99 consiliați, comparativ cu 2020, când am înregistrat 105 consiliați.

3. Pentru activitatea de **consiliere profesională** (consiliere individuală/participare workshop-uri), am înregistrat un număr total de **1578 consiliați** (cu 766 consiliați mai mult comparativ cu 2020, când am înregistrat un total de 812), din care 457 **clienți interni** (un număr mai scăzut cu 155 studenți, comparativ cu 612, înregistrat în 2020) și 1121 **clienți externi** (elevi de liceu - un număr mai ridicat cu 921 elevi, comparativ cu 200, înregistrat în 2020).

4. Pentru activitatea de **consiliere pedagogică** (îndrumare pentru examenul de grad și examenul de licență/disertație), am înregistrat un număr de 106 consiliați (35 clienți interni și 71 clienți externi - cadre didactice din învățământul

preuniversitar). Numărul celor care au beneficiat de consiliere pedagogică este mai scăzut cu 233 consiliați, comparativ cu cel înregistrat în 2020 (339 consiliați).

Tabelul nr.1

*Situația statistică a clienților
care au beneficiat de servicii de consiliere în cadrul DCP,
în anul 2021*

Nr. crt.	Categorii de servicii oferite de DCP	Număr consiliați
1.	Consiliere psihologică	418
	2021 / 2020	207
	Diferențe	+211
2.	Consiliere profesională	1578
	2021 / 2020	812
	Diferențe	+766
3.	Consiliere pedagogică	106
	2021 / 2020	339
	Diferențe	-233
4.	Total studenți care au beneficiat de servicii de consiliere	2102
	2021 / 2020	1358
	Diferențe	+744

Tabelul nr.2

*Situația statistică a clienților interni /externi
care au beneficiat de consiliere psihologică/profesională/pedagogică
în cadrul DCP, în anul 2021*

Număr clienți interni/externi				
Ani		2021	2020	Diferențe
Clienți interni	Studenți	910	1101	-191
	Elevi de liceu	1121	200	+921
Clienți externi	Absolvenți	71	57	+14
	Total clienți externi	1192	257	+935
TOTAL CLIENȚI	-	2102	1358	+744

ZIUA CULTURII NAȚIONALE

Una dintre zilele prin care Divinitatea a binecuvântat poporul român este ziua de 15 ianuarie, momentul nașterii poetului Mihai Eminescu, prin a cărei operă, literatura și cultura românească au intrat în universalitate, sincronizându-se cu fenomenul literar și cultural european.

Pentru a marca cei 172 de ani care s-au scurs de la acest moment, studenții de la Facultatea de Litere, Universitatea „Vasile Alecsandri” din Bacău au participat, sâmbătă, 15 ianuarie 2022, începând cu ora 12.00, în format on line, pe platforma TEAMS, la o dezbatere pe tema Educația și școala încotro în contextul epidemiei de SARS COV-2 ? Diversitatea cu care a fost abordată opera eminesciană, nivelurile de interpretare propuse, ale temelor recurente, au reușit să evidențieze faptul că Eminescu, ca subiect de discuție, nu numai că nu a fost încă epuizat, dar, prin problematica pe care a acoperit-o în opera sa (literară, publicistică), este, încă, de actualitate: Toate-s vechi și nouă toate (Glossa).



UN ABSOLVENT AL UNIVERSITĂȚII „VASILE ALECSANDRI” DIN BACĂU A PURTAT DRAPHELUL ROMÂNIEI LA JOCURILE OLIMPICE DE LA BEIJING

Paul-Constantin Pepene au fost unul din cei doi Purtători de Drapel pentru România, la Jocurile Olimpice de la Beijing, 2022. Acesta este absolvent al Universității „Vasile Alecsandri” din Bacău, Facultatea de Științe ale Mișcării, Sportului și Sănătății, la programele de licență Educație Fizică și Sportivă (2011), Sport și performanță motrică (2021) și master Performanță sportivă (2015).

Paul-Constantin Pepene (schi fond) este primul și singurul schior de fond din România care a câștigat un titlu mondial la U23. Are în palmares două medalii mondiale de argint la seniori, la schi pe role. El este la a patra participare olimpică după prezențele de la Vancouver 2010, Sochi 2014, Pyeongchang 2018.

„A patra participare la Jocurile Olimpice, pentru mine e mai specială, pentru ca am fost port drapelul României. Am obținut locul 28 în proba de skiathlon 15 kilometri clasic + 15 kilometri liber din cadrul Jocurilor Olimpice de la Beijing. Voi mai participa pe 11 februarie la proba 15km clasic start cu interval și pe 16 februarie la sprintul pe echipe cu Raul Popa. Pe aceasta cale, doresc sa mulțumesc profesorilor de la Universitatea „Vasile Alecsandri” din Bacău, Facultatea de Științe ale Mișcării, Sportului și Sănătății, Departamentul de Educație Fizică și Performanță Sportivă, pentru sprijinul și dezvoltarea mea sportivă în performanță”, a declarat Paul-Constantin Pepene.

Un al doilea reprezentant la Jocurile Olimpice este Popa Raul-Mihail (schi fond), absolvent al Universității „Vasile Alecsandri” din Bacău, Facultatea de Științe ale Mișcării, Sportului și Sănătății, la programul de licență Sport și performanță motrică (2020) și în prezent student la master, Performanță sportivă, anul I.

„Ne mândrim cu absolvenții și studenții noștri, mai ales atunci când performanța atinge cel mai înalt nivel. Pentru un sportiv, Jocurile Olimpice au o semnificație aparte, fiind treapta cea mai înaltă a carierei lor. Rezultatele lor sunt, pentru noi, cea mai bună carte de vizită. Suntem onorați că reușim, prin activitățile academice, să contribuim la modelarea personalității lor”, a declarat Conf. univ. dr. Dan-Iulian ALEXE, Decanul Facultății de Științe ale Mișcării, Sportului și Sănătății.





Workshop-ul „Cum să înveți eficient? Creșterea interesului și a motivației pentru a învăța să înveți -tehnici de învățare”

În data de 13.01.2022, la ora 14:00, sub directa coordonare a dnei psiholog Doina PASCAL, s-a desfășurat workshop-ul „Cum să înveți eficient? Creșterea interesului și a motivației pentru a învăța să înveți -tehnici de învățare”.

La această activitate, realizată pe platforma Teams (on-line), au participat un număr de 46 de studenți de la toate facultățile și programele de studii (nivel licență și master).

În cadrul acestei activități de consiliere psihologică de grup, după definirea conceptelor fundamentale utilizate în dezbateri, prin discuțiile directe purtate s-au formulat răspunsuri la o serie de întrebări de interes, referitoare la următoarele aspecte: cum putem să ne identificăm propriile vulnerabilități și limite implicate în procesul de învățare, stilul personal de învățare eficientă, cum am putea să ne creștem motivația intrinsecă în procesul de învățare și să ne îmbunătățim performanțele academice. De asemenea, au fost prezenta o serie de strategii, metode și tehnici eficiente de învățare rapidă, dar și câteva exerciții aplicate de citire rapidă.

Evenimentul s-a finalizat cu prezentarea, aplicarea și interpretarea unui *Chestionar de identificare a stilurilor senzoriale de învățare*. Cei care și-au exprimat dorința de a continua discuția pe această temă, au fost programați în vederea realizării unor întâlniri individuale în cadrul ședințelor de consiliere on-line.



UNIVERSITATEA „BABEȘ-BOLYAI” DIN BACĂU
WORKSHOP
CUM SĂ ÎNVEȚI EFICIENT ?
CREȘTEREA INTERESULUI ȘI A MOTIVAȚIEI PENTRU
A ÎNVĂȚA SĂ ÎNVEȚI -TEHNICI DE ÎNVĂȚARE

JOI 13.01.2022
ora 14:00

Platforma Teams

Speakers: Psiholog Doina PASCAL
DEPARTAMENTUL DE CONSILIERE PROFESIONALĂ

„Sprede totu mai bună e creșea în care
bunzi, frumosi de toate, a învița”
Nicolae Iorga

În cadrul acestei activități de consiliere de grup vom învăța să ne identificăm propriile vulnerabilități și limite implicate în procesul de învățare, precum și stilul personal de învățare eficientă (prin aplicarea unui test). De asemenea, vom discuta despre cum am putea să ne creștem motivația intrinsecă în procesul de învățare, cum să ne îmbunătățim performanțele academice, vom prezenta o serie de metode și tehnici eficiente de învățare, dar și câteva exerciții aplicate de citire/ învățare rapidă.

Vă așteptăm cu drag !

Workshop-ul „Cum gestionăm stresul în sesiune?”

În data de 25.01.2022, începând cu ora 19.00, pe platforma Google Meet, psihologul Daniela ANTON din cadrul Departamentului de Consiliere Profesională de la Universitatea „Vasile Alecsandri” din Bacău a susținut, la invitația studenților reprezentanți din cadrul „Ligii studențești”, workshop-ul „Cum gestionăm stresul în sesiune?”.

Pe parcursul întâlnirii, au fost făcute o serie de recomandări cu privire la abordarea perioadei de sesiune, generale și specifice mai ales pentru studenții de anul I, fiind delimitate și etapele distincte (etapa de alarmă, rezistența și epuizarea) prin care stresul se manifestă în situații cu potențial generator de stres.

Printre recomandările cele mai evidențiate au fost reamintirea motivației academice și a programului de studiu ales, dezvoltarea abilităților de prioritizare și de organizare a timpului, cunoașterea și respectarea intervalelor de timp în care organismul are cea mai bună coerență și parametrii optimi de funcționare, plus o altă serie de factori care țin de contextul mediului fizic de învățare și de starea generală a organismului, fizică și psihologică.

Întâlnirea a fost moderată de către studentul Leonard BENCHEA-JOCA, student în anul I, în cadrul Facultății de Inginerie.

În partea de final, psihologul Daniela ANTON a dat curs răspunderii întrebărilor în cadrul secțiunii „Întrebări și răspunsuri”.

Numărul studenților participanți a fost de aproximativ 35 de la toate facultățile din cadrul universității.



Cum gestionăm
stresul în sesiune?
Prezentare + Q&A
Google Meet



Daniela Anton
psiholog,
Departamentul de
Consiliere Profesională, UBc

IS LIGA STUDENTESCĂ
UBc UNIVERSITATEA
VASILE ALECSANDRI DIN BACĂU
Universitatea aproape de tine!

fără **REZULTATE**
DIFICULTATE

