



COMISIE DE CONSILIERE ȘI ORIENTARE ÎN CARIERĂ (CCOC) din cadrul Facultății de Medicină în Limba Engleză

RAPORT DE ACTIVITATE - anul 2025 -

- Comisia de Consiliere și Orientare în Carieră (CCOC) a Facultății de Medicină în Limba Engleză (FMLE) reprezintă o comisie de lucru subordonată Decanului și Consiliului Facultății de Medicină în Limba Engleză (CFMLE).
- CCOC are ca atribuții principale sprijinirea procesului academic și susținerea integrării profesionale a studenților din cadrul FMLE, prin organizarea de activități de orientare și dezvoltare a carierei, precum și prin oferirea de consiliere profesională și/sau psihologică. Astfel, obiectivele specifice ale CCOC vizează furnizarea unei informări profesionale corecte și fundamentate pe analize și studii de specialitate, precum și valorificarea literaturii de profil în procesul de consiliere. Aceste demersuri urmăresc prevenirea abandonului universitar, creșterea performanței academice și sprijinirea luării unor decizii informate privind alegerea specialității medicale. De asemenea, un alt obiectiv esențial al CCOC constă în dezvoltarea rezilienței și a competențelor de gestionare a stresului în rândul studenților FMLE, contribuind astfel la o adaptare socio-emoțională eficientă în mediul universitar.
- În anul **2025**, componența CCOC a fost următoarea:

Președinte: Conf. univ. dr. Popa Octavian-Cosmin

Membri: Prof. univ. dr. Mihai Adriana

Conf. univ. dr. Trâmbițaș Cristian

Conf. univ. dr. Nemes Nagy Eniko

Șef lucrări dr. Gliga Florina Ioana

Secretar șef Groșan Dan

Activități aferente anului 2025:

1. Organizarea internă:

În anul 2025, CCOC și-a continuat activitatea incluzând organizarea întrunirilor periodice cu membrii confirmați prin votul Consiliului Facultății de Medicină în Limba Engleză. Rezultatul acestor întâlniri a fost corelarea strategiei CCOC cu planul strategic de dezvoltare al UMFST G.E. Palade din Târgu Mureș, precum și cu acela al Decanatului Facultății de Medicină în Limba Engleză.

2. Organizarea activității de consiliere la nivelul FMLE și integrarea acesteia în universitate

2.1. Organizarea activității în cadrul CCOC





Procedura operațională aplicată în cadrul CCOC este în acord cu reglementările specifice Centrul de Consiliere și Orientare în Carieră al UMFST G.E. Palade din Târgu Mureș, vizând integrarea și suplimentarea activităților desfășurate în cadrul centrului.

Pe parcursul anului 2025, au fost desfășurate următoarele activități specifice:

- 1) Evaluarea psihologică a aptitudinilor/ abilităților academice și a personalității;
- 2) Consiliere / orientare în carieră și coaching educațional;
- 3) Consiliere psihologică/ psihoterapie;
- 4) Organizarea de prelegeri publice/ workshop-uri susținute de către experți în domeniul psihologiei, consilierii și orientării în carieră.

2.2. Evaluarea psihologică a aptitudinilor specifice

Evaluarea psihologică a presupus administrarea unor chestionare și teste de specialitate, analizarea rezultatelor obținute și redactarea unor rapoarte psihologice individuale, adaptate fiecărui student. În sfera consilierii profesionale, analiza personalității reprezintă un element esențial pentru sprijinirea deciziilor privind parcursul în cariera medicală. În cadrul CCOC, opinia de specialitate este formulată prin utilizarea Inventarului de personalitate DECAS, care evaluează cinci dimensiuni fundamentale: deschiderea către experiențe intelectuale, extraversiunea, conștiinciozitatea, agreabilitatea și stabilitatea emoțională. Pe baza rezultatelor, fiecare student primește un profil personalizat ce evidențiază particularitățile sale (de exemplu, nivelul de extraversiune sau de deschidere către experiențe), contribuind astfel la dezvoltarea autocunoașterii și la o alegere mai bine fundamentată a direcției profesionale în domeniul medical. În anul 2025, au fost elaborate un număr de 14 rapoarte de personalitate în cadrul FMLE, respectiv UMCH Campus Hamburg.

2.3. Consilierea/ orientarea în carieră și coaching educațional

În domeniul consilierii în carieră, CCOC și-a propus să faciliteze integrarea studenților în mediul profesional după finalizarea studiilor universitare. Mai presus de toate, aceștia au fost ghidați în deciziile privind domeniul pe care ar dori să îl urmeze după absolvire și în stabilirea unor obiective profesionale clare. Astfel, scopul CCOC este să asigure accesul studenților la serviciile de consiliere și orientare în carieră, promovând stabilitatea emoțională și reducerea ambivalenței legate de alegerile profesionale. În acest sens, pe baza profilului de personalitate obținut, au fost abordate punctele forte asociate trăsăturilor individuale și a fost oferit un feedback constructiv privind posibilitățile de dezvoltare personală în cazul fiecărui student. În anul 2025, un număr de 17 studenți din cadrul FMLE, UMFST-UMCH Campus au beneficiat de consiliere și orientare în carieră.

Prin coaching educațional, studenții sunt îndrumați pentru obținerea performanței optime de studiu și dezvoltarea unei viitoare cariere medicale. În acest scop, prin intermediul Centrului de Coaching Educațional, în cadrul UMCH Campus Hamburg, un număr de 5 studenți au beneficiat de sesiuni individuale de coaching, fiind accentuată importanța identificării unor tehnici specifice de învățare și rezolvare de probleme, precum și a gestionării eficiente a dificultăților legate de sarcinile academice.

2.4. Consilierea psihologică și psihoterapia





Consilierea psihologică reprezintă un demers complex, bazat pe concepte precum reglarea emoțională, flexibilitatea psihologică și analiza comportamentală. Programul de consiliere derulat în cadrul CCOC, în colaborare cu Centrul de Consiliere și Orientare în Carieră, urmărește sprijinirea studenților în dezvoltarea unor abilități și strategii adaptative de coping, menite să faciliteze gestionarea eficientă a emoțiilor, atât în perioadele de examene și în îndeplinirea sarcinilor academice, cât și în viața de zi cu zi. Aceste intervenții sunt implementate în special având în vedere vulnerabilitatea studenților la apariția unor dificultăți psihologice din spectrul tulburărilor depresive și/sau anxioase. Pe parcursul anului 2025, un număr de 3 studenți din cadrul FMLE au beneficiat de consiliere psihologică/ psihoterapie.

2.5. Workshop-uri/Conferințe

Organizarea de prelegeri publice, seminarii, workshop-uri și webminare au avut ca scop prezentarea informațiilor de natură științifică, precum și familiarizarea studenților cu o varietate de abordări și strategii bazate pe dovezi pentru optimizarea experienței lor academice și îndeplinirea obiectivelor personale în cel mai eficient mod.

În anul 2025, au avut loc următoarele evenimente sub egida CCOC:

NR.	SPEAKER (S)	UNIVESITATEA	TEMATICĂ	DATA
1.	Lector Dr. Răzvan Predatu	Universitatea Babeș-Bolyai, Departamentul de Psihologie Clinică și Psihoterapie	Rolul proceselor de reglare emoțională în psihoterapie	19.02.2025
2.	Dr. Robert Hindman	Philadelphia College of Osteopathic Medicine, Philadelphia, SUA	Clinical Applications of Mindfulness into CBT	12.03.2025
3.	Conf. univ. dr. Cosmin Popa, Psih. dr. Alina Schenk, Psih. dr. Cristiana Cojocaru	UMFST G.E. Palade din Târgu-Mureș	Workshop: Rolul reglării emoționale în cadrul relațiilor interpersonale	10.05.2025
4.	Conf. univ. dr. Cosmin Popa	UMFST G.E. Palade din Târgu-Mureș	Curs: Suferim doar emotional atunci când suntem respinși sau ignorați?	11.05.2025





5.	Psih. Dr. Alina Schenk	UMFST G.E. Palade din Tîrgu-Mureș	Curs: <i>How attachment styles shape our emotional well-being</i>	6.12.2025
----	------------------------	---	---	-----------

Evenimentele dedicate problematicii psihologice au reunit un număr de peste 35 de studenți din cadrul FMLE.

Prin urmare, în anul 2025, obiectivele stabilite de membrii comisiei CCOC au fost realizate integral, atât prin activitățile individuale de consiliere în carieră și coaching educațional, cât și prin organizarea evenimentelor publice dedicate studenților FMLE. Totodată, activitatea CCOC a fost desfășurată în concordanță cu strategia de dezvoltare a universității și cu direcțiile asumate de Decanul FMLE, având în vedere internaționalizarea și furnizarea de servicii de consiliere în carieră, coaching educațional și dezvoltare personală, aliniate la cele mai recente standarde internaționale din domeniu.

Data
11.02.2026

Președinte CCOC – FMLE,
Conf. univ. dr. Cosmin Popa

