



**Portofoliul
pentru experiențele
de voluntariat –
bazat pe ProfilPASS**

Dragă Voluntar

Bine ai venit în călătoria Portofoliului ProfilPass pentru Experiențele de Voluntariat. Am creat acest material special pentru tine, din dorința de a te ajuta să te uiți mai atent la activitățile de voluntariat în care ai fost implicat, activități care te ajută să te dezvolti ca persoană.

Te invităm să folosești acest instrument cu sinceritate, deschidere și încredere pentru ca astfel să poți descoperi ce abilități, competențe și atitudini ai folosit și ai și îmbunătățit în cadrul stagiului tău de voluntariat. Dacă vei fi conștient de acestea, abilitățile și competențele pe care le-ai dobândit, vei putea identifica mai ușor drumul profesional pe care vrei să mergi, de ce anume ai nevoie pentru acesta și ce vrei să dezvolti în viitor.

Chiar dacă poți trece prin experiența portofoliului și singur, te încurajăm să găsești un mentor care să te ghideze în completarea lui. Parcurgerea instrumentului împreună cu un coordonator de voluntari sau alături de o persoană cu care ai o relație bazată pe încredere va facilita un proces în care vei completa mai clar activitățile și fișele propuse de portofoliul acesta.

Un ghid cu experiență te va ajuta să completezi mai ușor câmpurile și să identifici rezultate mai concrete ale implicării tale, lucru care ulterior va veni în sprijinul identificării pașilor pe care vrei să îi parcurgi în viitor, după experiențele de voluntariat în care te-ai implicat.

Dragă Mentor/Facilitator/ Coordonator de Voluntari

Portofoliul pe care îl ai în față are o o funcție dublă. Pe de o parte, voluntarii îl pot folosi pentru a reflecta la procesele de învățare prin care trec în experiențele de voluntariat, pentru a identifica ce au învățat și cum s-au dezvoltat personal și profesional. Pe de altă parte, portofoliul este o unealtă utilă care te poate ajuta pe tine să evaluezi procesele de învățare ale voluntarilor pe care îi coordonezi.

Tu ai un rol important în procesul de aplicare al acestui portofoliu la potențialul său maxim. Dacă este utilizat corect, el poate ajuta voluntarii să descopere care ar fi jobul lor de vis, ce cunoștințe, abilități și competențe au nevoie pentru acest job și pe care dintre ele le-au dezvoltat în cadrul activităților de voluntariat sau le pot dezvolta ulterior în contexte similare.

Cel mai important, acesta vine în sprijinul tinerilor în a-și seta obiectivele profesionale și personale spre care tind, conturând și pași în a ajunge la ele. Acest proces poate fi unul anevoios pe alocuri și tocmai de aceea recomandăm completarea portofoliului împreună cu un ghid/facilitator/mentor/coordonator de voluntari. Te invităm să le fii ghid în procesul ProfilPass, să le oferi ajutor în procesul de autoevaluare a proceselor lor de învățare, să le explici instrumentele incluse în portofoliu, să clarifici posibilele întrebări pe care le-ar putea avea voluntarii și, evident, să le oferi ajutor în completarea părților mai dificile pentru ei. La fel de important este să încurajezi voluntarii să completeze câmpurile onest și să îi inviți să-și pună în continuare întrebări și după ce au avut primele răspunsuri (întrebări follow-up), pentru a avea o înțelegere mai profundă a rezultatelor învățării din experiențe de voluntariat.

E important ca voluntarul să parcurgă acest proces în tihnă, în ritmul lui, nu grăbit. Ca mentor, e important ca înainte de completarea portofoliului ProfilPass să fi dedicat timp în clădirea unei relații între tine și voluntar, una bazată pe încredere. Impactul portofoliului este atins la maximum atunci când el este completat împreună cu un mentor. Te rugăm să încurajezi voluntarul să completeze

Te invităm să dai timp și răbdare procesului în care intri acum, cu acest portofoliu. E important să nu te grăbești și să completezi în ritmul tău. Fiecare activitate din portofoliu are rolul ei bine stabilit și vine în completarea celorlalte activități propuse. Prin urmare, te invităm să parcurgi fiecare pas în ritmul tău. Dacă nu ai loc să scrii în spațiile dedicate, din cadrul fiecărui instrument, te invităm să adaugi tu alte pagini sau chiar să le copiezi pe cele care există. De asemenea, dacă vrei să fii mai creativ, să desenezi, colorezi, să scrii răspunsurile pe foi separate sau să adaugi materiale extra portofoliului, te încurajăm cu drag să faci asta.

În cele din urmă, sperăm din suflet că te vei bucura de experiența pe care o propune portofoliul și că îți vei acorda timpul necesar pentru reflecție și (auto)evaluare a impactului pe care voluntariatul l-a avut asupra ta, cum te-a ajutat să crești și cum poate veni în sprijinul tău în prezent și pe viitor.

Îți mulțumim pentru încredere, pentru timpul pe care îl vei dedica și sperăm să te bucuri de întregul drum parcurs.

Cu drag,
Echipa EuroVIP

instrumentele propuse, pas cu pas, în ordinea în care sunt ele propuse. Acestea sunt create și aranjate astfel pentru a crea în final o imagine complexă a abilităților și cunoștințelor dobândite în activități de voluntariat. Prin urmare, vă invităm, pe tine și pe voluntarul tău, să umăriți ordinea activităților incluse în portofoliul ProfilPass. În orice caz, luăm în considerare faptul că acest instrument are limitările lui. De asemenea, vă invităm să fiți creativi. Dacă vreți, pe foi separate, puteți include desene, fotografii, reflecții și/sau ale materiale considerate importante.

Nu în ultimul rând, îți reamintim că ProfilPass – Portofoliul pentru experiențe de voluntariat a fost creat pentru a facilita procese de monitorizare și evaluare a voluntarilor. Acest portofoliu oferă instrumentele necesare pentru a cunoaște mai bine voluntarii și pentru ca aceștia să conștientizeze mai bine impactul voluntariatului asupra dezvoltării lor personale și profesionale. Chiar dacă obiectivul principal este să ajute voluntarii în identificarea oportunităților profesionale, portofoliul poate sprijini de asemenea și procesele de management al voluntarilor și activitățile în care se implică voluntarii.

În cele din urmă, sperăm din suflet că te vei bucura de experiența portofoliului și sperăm că acesta va fi o punte spre cunoașterea voluntarilor și spre descoperirea de modalități de a-i implica în activități, pe viitor. Evaluarea proceselor de învățare ale voluntarilor poate contribui și la motivația acestora de a fi implicați activ în organizație și de a deveni agenți ai schimbării în comunitate.

Îți mulțumim pentru încredere și pentru timpul pe care îl vei dedica pentru evaluarea voluntarilor tăi și a impactului pe care acest proces îl poate avea asupra viitorului lor.

Cu drag,
Echipa EuroVIP

Ce este „Portofoliul pentru experiențele de voluntariat – bazat pe ProfilPASS“

„Portofoliul pentru experiențele de voluntariat – Bazat pe ProfilPASS“ este un instrument de autoevaluare și autorefecție a rezultatelor învățării (competențe, abilități, atitudini) care rezultă în urma implicării în activități de voluntariat.

„Portofoliul pentru experiențele de voluntariat“ are la bază instrumentele *ProfilPASS* și *ProfilPASS pentru tineri* dezvoltate de Institutul German pentru educația adulților- Centrul de Leibniz pentru învățarea pe tot parcursul vieții (DIE) ¹. În timp ce instrumentul original ProfilPASS este un portofoliu care privește toate aspectele experienței de viață personală și profesională, *ProfilPASS pentru Voluntariat* se concentrează în special pe rezultatele învățării care rezultă din activitățile de voluntariat.

Prin urmare, materialul ProfilPASS a fost adaptat și a fost conceput un material nou care să vină în sprijinul nevoilor tinerilor și tinerilor adulți cu vârste cuprinse între 17-30 ani, pentru a le oferi sprijin în identificarea competențelor, abilităților și atitudinilor dezvoltate în urma implicării în activități de voluntariat.

Procesul acesta are scopul de a-i ajuta să identifice mai ușor oportunități de inserție pe piața muncii și să influențeze acest proces. Acest instrument a fost realizat în cadrul programului european ERASMUS+, proiectul *European Volunteer Inclusion Program* (EuroVip), cu permisiunea DIE pentru a utiliza materialele *ProfilPASS* și *ProfilPASS pentru tineri*.

Despre ce este „Portofoliul pentru experiențele de voluntariat – Bazat pe ProfilPASS“ și cum poți beneficia de pe urma lui?

De-a lungul formării profesionale (școală gimnazială – liceu – facultate etc., programe de ucenicie, cursuri acreditate, stagii de practică și internship etc.) sunt eliberate certificate și diplome care atestă competențele, abilitățile și cunoștințele evaluate, dezvoltate și dobândite în fiecare cadru. La nivel european, existența unui certificat/diplomă care să specifice rezultatele învățării prin voluntariat lasă de dorit și de cele mai multe ori nu există. În această situație se situa și România, până în anul 2014, când, odată cu Legea Voluntariatului 78/2014, a apărut obligativitatea eliberării certificatului de voluntariat, de către organizația gazdă, la cererea voluntarului. Astfel, Federația VOLUM a creat un certificat de voluntariat care respectă legea voluntariatului și care are un supliment ce

menționează 5 tipuri de competențe pe care voluntarul le-a exersat sau dobândit în stagiul de voluntariat în care a fost implicat ². Acesta se poate elibera online de pe hartavoluntariatului.ro.

Instrumentul ProfilPASS pentru Voluntariat vine în sprijinul procesului de evaluare și autoevaluare a proceselor de învățare prin care treci în activitățile de voluntariat în care ești implicat. Acest portofoliu îți va oferi sprijin în procesele de autodescoperire, autorefecție și de autoevaluare - fie că este vorba de competențe, abilități sau cunoștințe personale (Capitolele 1 și 2).

Identificarea competențelor, abilităților și cunoștințelor îți vor oferi o conștientizare mai mare a punctelor forte

¹ ProfilPASS a fost elaborat de Institutul German de Educație a Adulților - Centrul Leibniz de învățare pe tot parcursul vieții (DIE) și Institutul pentru Dezvoltare și Cercetare structurală (e). Acesta a fost finanțat de Ministerul Federal German al Educației și Uniunea Europeană. Pentru mai multe informații, accesați www.profilpass.de.

² <http://federatiavolum.ro/wp-content/uploads/2016/07/Certificatul-de-Voluntariat-VoluntPass-ghid-eliberare.pdf> (goo.gl/qB15NO)

cât și a punctelor de îmbunătățit pe care vrei să te concentrezi. Acest lucru va ajuta la:

- » dezvoltarea unui plan de dezvoltare profesională
- » pregătirea pentru (re) intrarea în viața profesională
- » pregătirea pentru accesarea oportunităților de angajare, pregătirea pentru interviuri de angajare, redactarea de aplicații etc.
- » luarea deciziilor cu privire la (re) orientarea profesională și/sau personală

- » planificare și identificarea de noi oportunități de învățare și dezvoltare de abilități, competențe și atitudini – cursuri, ateliere, stagii de voluntariat, stagii de internship, oportunități diverse de formare.

Capitolul 3 al acestui portofoliu va sprijini dezvoltarea unui plan de învățare continuă, setarea de obiective de învățare, identificând oportunități de voluntariat în care acestea pot fi atinse, în drumul spre intrarea pe piața muncii.

includ justiție, cultură, educație, tineret, mediu și climă, protecția consumatorilor, ajutorul umanitar, politici de dezvoltare și egalitate de șanse.⁵

4. România — Voluntariatul reprezintă participarea voluntarului, persoană fizică, la activități de interes

public desfășurate în folosul altor persoane sau al societății, organizate de către persoane juridice de drept public și privat fără scop patrimonial.⁶

Activitățile de voluntariat acoperă realități diferite în țările europene. În Marea Britanie există Acordul Compact care stabilește principii-cheie și stabilește un mod de lucru care îmbunătățește relația lor pentru avantajul reciproc. Acordul Compact joacă un rol-cheie în colaborarea cross sectorială și asigură faptul că organizațiile sunt mai capabile să influențeze și să ofere servicii și politici care vor avea, cel mai mult, impact pozitiv în cadrul comunității lor.

Găsești însemnătate în aceste definiții? Corespund ele cu experiența ta? Este posibil să ai și alte idei, concepte și explicații despre ceea ce este voluntariatul pentru tine, în funcție de ceea ce te motivează. Un lucru este cert și general valabil, în schimb - este experiența ta, procesul tău și tu ești cel care poate contribui permanent la acest concept și înțelegerea lui.

Mai jos te invităm să scrii ce este voluntariatul pentru tine și cum arată el prin ochii tăi:

Fiecărui beneficiar al ProfilPASS, din cadrul proiectului EuroVIP, i-a fost recomandat și documentarea cu privire la Certificatul YouthPass <https://www.youthpass.eu/en/youthpass/>

Beneficiarii ProfilPASS din România sunt invitați să afle mai multe despre Certificatul de Voluntariat VolunPass – goo.gl/qB15NO - ce se eliberează de pe www.hartavoluntariatului.ro

Ce este voluntariatul și de ce facem voluntariat?

Înainte de a începe călătoria „Portofoliul pentru experiențele de voluntariat – Bazat pe ProfilPASS” te invităm să trecem printr-o compilație de „definiții” despre voluntariat. Acestea scot în evidență aspecte importante și prezintă experiența de voluntariat într-o perspectivă mai largă.

La nivel internațional, au existat multe încercări de a defini activitatea de voluntariat. Înainte de a împărtăși câteva dintre acestea, te invităm să răspunzi la următoarea întrebare: „Ce înseamnă voluntariatul pentru mine și de ce fac/vreau să fac voluntariat?”

1. Termenii voluntariat și activități de voluntariat se referă la o gamă largă de activități, formale sau informale, inclusiv formele clasice de ajutor reciproc și de autoajutorare, furnizarea de servicii și alte forme de participare civică. Voluntariatul este definit ca toate formele de activități voluntare, formale sau informale. Voluntarii acționează conform propriei voințe, în funcție de propriile alegeri și motivații și nu caută un câștig financiar. Voluntariatul este

o călătorie de solidaritate și o modalitate pentru persoane fizice și organizații de a identifica și adresa nevoile și preocupările comunității, sociale sau de mediu. Voluntariatul este adesea efectuat în sprijinul unei organizații nonprofit sau a unei inițiative comunitare.³

2. Voluntariatul este un creator de capital uman și social. Este o cale către integrare și ocuparea forței de muncă și un factor-cheie pentru îmbunătățirea coeziunii sociale. Mai presus de toate, voluntariatul transpune valorile fundamentale ale dreptății, solidaritate, incluziune și cetățenie - valori pe care este fondată Europa - spre acțiune. Voluntarii ajută la modelarea societății europene, iar voluntarii care lucrează în afara țării lor de origine ajută în mod activ pentru a construi o „Europă a cetățenilor”.⁴
3. Voluntariatul are loc în mai multe sectoare. Domeniul în care se fac cele mai multe activități de voluntariat este sportul, urmat de asistență socială, bunăstarea oamenilor și comunității. Alte sectoare

Te invităm să utilizezi acest portofoliu pentru o imagine de ansamblu asupra ceea ce ai dobândit până în prezent din activități de voluntariat și pentru a construi imaginea și călătoria prin experiențe de voluntariat, din viitor.

Călătorie plăcută!

³ Council Decision No 37/2010/EC on the European Year of Voluntary Activities Promoting Active Citizenship (2011) of 27 November 2009, OJ L 17, 22.1.2010, p. 43–49.

⁴ EU Citizenship Report 2010 – Dismantling the obstacles to EU citizen's rights, COM (2010) 603 final of 27 October 2010.

⁵ Manual on the measurement of volunteer work, International Labour Organization 2011.

⁶ Legea Voluntariatului 78/2014 – Articolul 3a.

Capitolul 1

Activități de voluntariat

Introducere

Activitățile tale de voluntariat

Autoevaluare

Metode suplimentare de evaluare și autoevaluare

Introducere

Suntem în permanență într-un proces de învățare, fie că ne dăm seama sau nu, nu doar în contexte formale de învățare, la școală sau la locul de muncă.

În toate contextele în care suntem prezenți și implicați învățăm ceva nou și combinăm cunoștințe și abilități deja existente cu informații nou-dobândite. Astfel, dobândim noi competențe, abilități și cunoștințe.

Spre deosebire de calificările formale, ceea ce percepem drept competențe reprezintă tot ceea ce o persoană știe și este capabil/ă să facă. O persoană care acționează competent este în măsură să utilizeze cunoștințele, abilitățile și calificările, pe baza valorilor și atitudinilor lor. Diferit de calificări, competențele presupun disponibilitatea de a acționa în mod independent.

Acest capitol vine în sprijinul tău în procesul de autorefecție și autoevaluare a tuturor acestor competențe și abilități pe care le dezvolti prin activități de voluntariat. Acest capitol va contribui la conștientizarea lucrurilor pe care le-ai făcut, pe care le-ai învățat și dobândit prin activitățile de voluntariat în care ai fost implicat. La final, veți avea o imagine de ansamblu a competențelor și abilităților tale și vei avea capacitatea de a le prezenta, de asemenea, și altora.

Activitățile tale de voluntariat

Te invităm să reflectezi asupra activităților de voluntariat în care ai fost implicat până în prezent și să folosești această pagină pentru a nota informații despre experiențele acestea.

Tipul de activități de voluntariat:

Unde a/au avut loc:

Durata desfășurării lor — date calendaristice, câte ore pe săptămână/lună ai fost implicat etc.:

Ai participat în proiecte specifice sau activități generale în cadrul experienței de voluntariat? Care?

Ai beneficiat de cursuri și/sau formare suplimentară în timpul stagiului tău de voluntariat? Dacă da, care au fost acestea și de ce ai fost interesat/motivat să participi?

Care au fost responsabilitățile pe care le-ai avut în cadrul activității/lor?

Te invităm să reflectezi la sentimentele și motivația care stau la baza implicării tale în experiențe de voluntariat și la ce ai câștigat de

pe urma implicării tale. Scrie mai jos despre experiențele tale, menționându-le pe fiecare în parte.

Când te gândești la experiențele de voluntariat în care ai fost implicat până în prezent, care sunt sentimentele și trăirile tale raportate la acestea?

Care sunt motivele pentru care ai ales să te implici în activități de voluntariat? Au fost ele atinse?

Ce crezi că ai dobândit de în urma implicării tale în experiențe de voluntariat?

Există anumite activități, responsabilități și atribuții care te interesează sau te-au interesat în mod explicit, până acum, în experiența de voluntariat? Care sunt acestea și de ce au fost/sunt ele importante și de interes pentru tine?

Care sunt activitățile, responsabilitățile și sarcinile/atribuțiile de care te-ai bucurat cel mai mult până în prezent, în activitatea ta de voluntariat? Descrie pe scurt, în cuvinte cheie, 3-5 dintre aceste experiențe de care te-ai bucurat cel mai mult și peste care ai vrea să arunci o privire mai amănunțită.

1 Identifică

Identifică o activitate sau o responsabilitate pe care ai avut-o în cadrul activității de voluntariat și pe care ai vrea să o analizezi mai în detaliu. Pentru aceasta, aruncă o privire și pe lista de activități de voluntariat și

responsabilități de la pagina 6 și de asemenea la pagina 7, pentru a vedea activitățile de care ai zis că te-ai bucurat cel mai mult.

2 Descrie

Detaliază mai amănunțit descrierea activității sau responsabilității identificate/alese de tine.

Ce ai făcut exact în cadrul experienței?

Care au fost pașii necesari pentru a face activitatea sau pentru a respecta responsabilitatea asumată?

Fă o listă cu toate activitățile pe care le-ai făcut pentru a respecta sarcina/responsabilitatea asumată. Următorul stil te va ajuta să formulezi mai bine:

Am fost implicat în ...

Am avut responsabilitatea ...

Am făcut ...

3 Extrage

Uită-te din nou cu atenție la activitățile pe care le-ai identificat.

Acum mergi mai departe și reformulează propozițiile scrise anterior. Începe fiecare afirmație cu:

Pot să ...

Sunt capabil(ă) să ...

Știu cum să ...

Am învățat ...

Nu uita să treci cât mai multe detalii cu putință.

De asemenea, aruncă o privire la abilitățile și calitățile pe care le ai, conform părerii tale cât și părerilor altora.

Autoevaluare

4 Evaluează

Aruncă o privire pe lista de abilități pe care le-ai scris. Pentru a face asta, te invităm să citești descrierea celor 4 niveluri de mai jos. Apoi, pentru fiecare abilitate identificată de tine, stabilește care afirmație se potrivește mai mult.

Utilizează a ceste niveluri de importanță:

Nivel A

Pot să fac acest lucru cu ajutorul unei a doua persoane sau cu instrucțiuni scrise.

Nivel B

Pot să fac acest lucru fără a avea nevoie de ajutor și chiar singur/independent, în contexte similare.

Nivel C

Pot să fac acest lucru singur/independent, indiferent de context.

Ar putea fi de ajutor să treci printr-un exemplu cu mentorul/coordonatorul tău de voluntari. Se va demonstra căți pași sunt implicați într-o activitate aparent simplă, uneori.

Această parte îți va da indicii despre ceea ce știi să faci și ceea ce poți să faci.

Dacă stabilești că o abilitate este la Nivelul C te rugăm să scrii și în ce alt context ar putea/este această abilitate utilizată (ex. activități de voluntariat, activități de timp liber etc.)

La în considerare și alte paliere/tipuri de activități din viața ta (școală, familie, casă, hobby-uri și interese)

Pentru a stabili că o anumită abilitate se încadrează la Nivelul C este foarte important ca această abilitate să fi fost exersată de curând sau chiar să fie exersată în prezent.

1 Identifică

2 Descrie

3 Extrage

4 Evaluează

Metode suplimentare

Următoarele pagini nu sunt obligatorii dar au scopul de a sprijini procesul de autorefecție și autoevaluare pe care îl propune ProfilPASS. Mai jos se regăsesc exerciții și metode propuse pentru aceasta.

Te invităm să alegi ceea ce tu și mentorul/coordonatorul

tău de voluntari considerați că este potrivit și de ajutor pentru tine, în identificarea de competențe și abilități dobândite în activități formale, informale și non-formale din contexte de *Învățare pe tot parcursul vieții* (Lifelong Learning).

MIND MAP — DOMENII DE ACTIVITATE

Această pagină vine în sprijinul creării unei perspective mai largi asupra anumitor contexte din viața ta în care ai fost implicat activ și, prin urmare, contexte în care ți-ai dezvoltat abilități și competențe.

Te va ajuta să îți autoevaluezi competențele și abilitățile

din Capitolul 1 și să formulezi planuri și obiective de învățare pentru viitor, în Capitolul 3 al acestui portofoliu, care se concentrează pe identificarea de competențe dezvoltate în toate aspectele din viața.

LINIA VIEȚII

Linia vieții are ca scop să te ajute să îți amintești toate activitățile în care ai fost implicat pe timpul stagiului tău de voluntariat. Desigur, poți folosi linia vieții pentru toate aspectele vieții la care vrei să arunci o privire mai amănunțită.

S-ar putea să ajute să lucrezi cu un MindMap (Hartă Mentală) pentru a deveni mai conștient(ă) de toate lucrurile pe care le-ai realizat/dobândit fie în activități de voluntariat sau în alte tipuri de activități.

CALITĂȚI PERSONALE – EVALUARE INTERIOARĂ ȘI EXTERIOARĂ

Aceste pagini se concentrează pe calitățile tale, calități care se numesc uneori „soft skills” – competențe sociale. Paginile acestea oferă contextul de autoevaluare cât și primirea de feedback din partea altuiva (coordonator de voluntari, mentor, coordonator de activitate).

Pentru persoana pe care o vei ruga să îți dea feedback, te invităm să alegi pe cineva în care ai încredere și care este parte din activitatea ta. Acest proces te va ajuta să îți îmbunătățești și competența de conștiință de sine.

MIND MAP — DOMENII DE ACTIVITATE

Până acum te-ai concentrat pe activitățile de voluntariat în care te-ai implicat. Aceasta însă nu este singura zonă de activități în care informal sau nonformal ai dobândit și îmbunătățit competențe și abilități până acum. Luând în considerare toate domeniile și zonele de activitate

din viața ta vei putea să realizezi o imagine mai clară și cuprinzătoare a abilităților pe care le-ai dezvoltat, care se pot adăuga ulterior competențelor și abilităților dezvoltate prin voluntariat.

Școală

Educație profesională

Casă și familie

Interese și Pasiuni/
Hobbie-uri

Viața mea

Viață profesională, experiență de muncă, stagii de practică/
internship,
loc de muncă

Circumstanțe extraordinare/
speciale

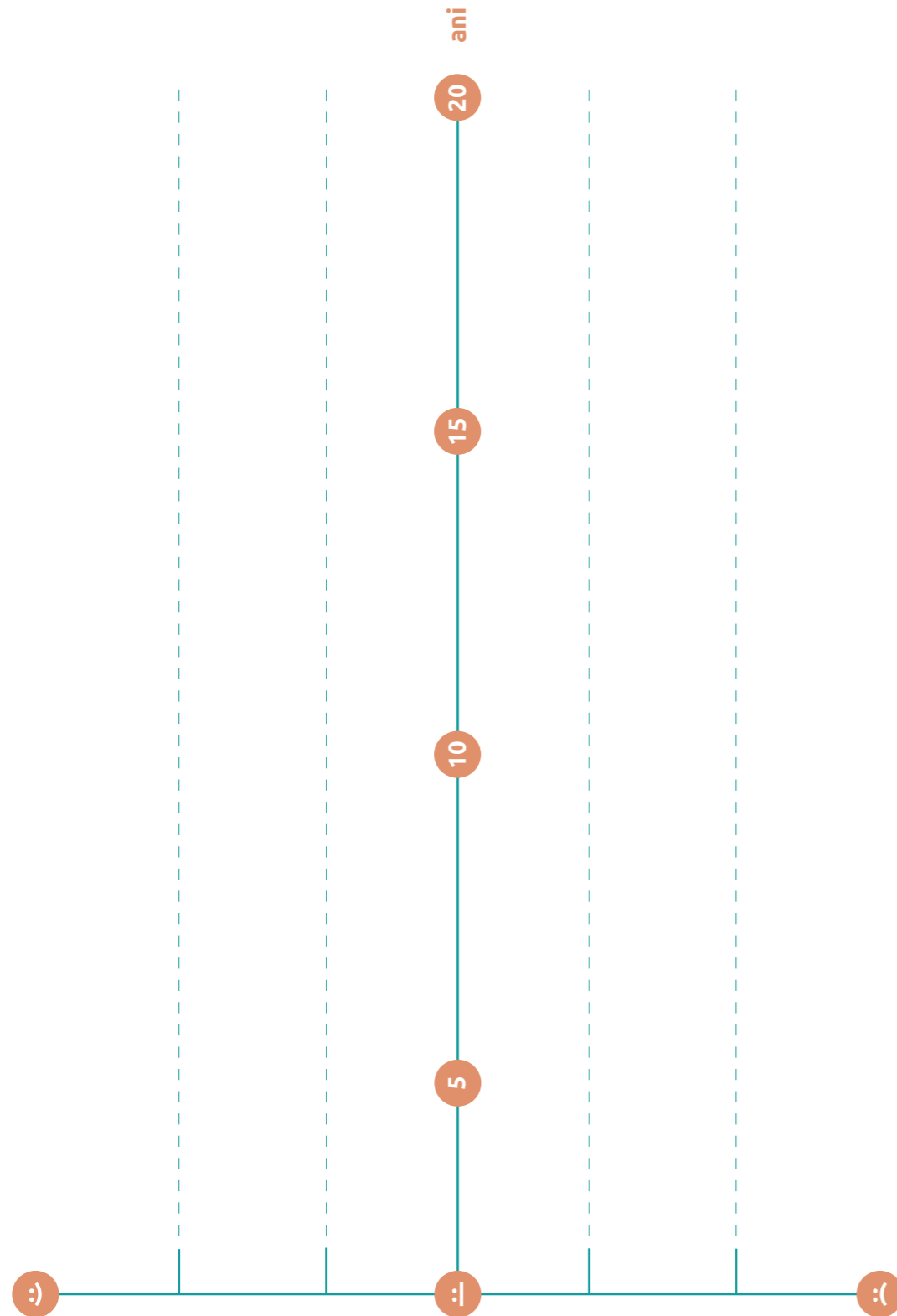
Angajamente civice și politice

Activități de voluntariat

LINIA VIEȚII

Linia vieții are scopul să te ajute să îți amintești activități pe care le-ai făcut pe parcursul stagiului tău de voluntariat – nu este obligatoriu să completezi cu tot ceea ce ai făcut dar, făcând o listă cât mai detaliată poate fi valoros în identificarea lucrurilor mici și conștientizarea

detaliilor din responsabilitățile și sarcinile pe care le-ai avut și care, la prima vedere nu le-ai considerat importante. De exemplu: conversații cu o persoană în vârstă sau un copil, prin aceasta dând dovadă de empatie și competențe sociale.



CALITĂȚI PERSONALE – EVALUARE INTERIOARĂ ȘI EXTERIOARĂ

Acum vom avea o privire la calitățile tale personale - aceste calități se referă la ceea ce ai făcut, cum ai reacționat în activitățile de zi cu zi sau în contextul activităților de voluntariat. Această autoevaluare va reflecta, de asemenea atitudinile și valorile tale.

Nu este necesar să evaluezi toate calitățile. Marchează-le doar pe cele care crezi că îți se aplică ție. În ce situații ai manifestat aceste calități? Această imagine este importantă să o ai, de exemplu, pentru un interviu de angajare, pentru accesarea de oportunități de voluntariat, pentru interviuri de studii etc.

Descrie	Deplin adevărat	De obicei adevărat	Foarte rar adevărat	Deloc adevărat
Lucru în echipă				
Proactivitate				
Organizare				
Abilități de gestionare a timpului				
Încrezător				
Moralitate ridicată				
Abilități de planificare				
Sensibilitate interpersonală				
Creativitate				
Anduranță				
Entuziast				
Dorința de a învăța				
Comunicativ				
Plin de idei				
Muncitor				
Orientat pe rezultat				
Persistent				
Atent				
Răbdător				

Descrie	Deplin adevărat	De obicei adevărat	Foarte rar adevărat	Deloc adevărat
Grijuliu				
Curios				
Metodic				
Tolerant				
De încredere				
Punctual				
Util				
Responsabil				
Deschis la a primi feedback constructiv				
Atent				
Ordonat				
Îți asumi riscuri				
Cu voiță puternică				
Sociabil				
Ambițios				
Activ				
Dispus la compromis				
Diplomat				
Adaptabil				
Persuasiv				
Altele:				

CALITĂȚI PERSONALE – EVALUARE EXTERNĂ

Ar putea fi interesant să afli ce cred alte persoane despre tine. Vorbește cu cineva care te cunoaște bine și în care ai încredere.

În ceea ce privește activitatea ta de voluntariat te invităm să discuți cu un mentor sau coordonator de voluntari. Dă-i foaia de mai jos și roagă-l să marcheze tot ceea ce crede că ți se potrivește ție.

Descrie	Deplin adevărat	De obicei adevărat	Foarte rar adevărat	Deloc adevărat
Lucru în echipă				
Proactivitate				
Organizare				
Abilități de gestionare a timpului				
Încrezător				
Moralitate ridicată				
Abilități de planificare				
Sensibilitate interpersonală				
Creativitate				
Anduranță				
Entuziast				
Dorința de a învăța				
Comunicativ				
Plin de idei				
Muncitor				
Orientat pe rezultat				
Persistent				
Atent				
Răbdător				

Descrie	Deplin adevărat	De obicei adevărat	Foarte rar adevărat	Deloc adevărat
Grijuliu				
Curios				
Metodic				
Tolerant				
De încredere				
Punctual				
Util				
Responsabil				
Deschis la a primi feedback constructiv				
Atent				
Ordonat				
Îți asumi riscuri				
Cu voiță puternică				
Sociabil				
Ambițios				
Activ				
Dispus la compromis				
Diplomat				
Adaptabil				
Persuasiv				
Altele:				

„Portofoliul pentru experiențele de voluntariat – Bazat pe ProfilPASS” este în principal despre autoevaluare și autorefecție asupra activităților și competențelor. Acesta poate fi de asemenea potrivit pentru a primi feedback din partea altor persoane, fapt care sprijină

procesul de autoevaluare și autorefecție și îți poate îmbunătăți conștiința de sine. Un cadru potrivit pentru feedback ar putea fi oferirea de feedback reciproc, într-un mediu sigur, sub formă de dialog.

Conștiința de sine este abilitatea de a fi conștient de propriile puncte tari și puncte slabe, pentru a nu supraestima și nici subestima reușitele cuiva și nici

comportamentul sau procesul de învățare. Aceasta este o abilitate foarte importantă în viața personală cât și profesională.

Capitolul 2

Competențele mele – evaluare

Introducere

Evaluare

Imagine de ansamblu

Introducere

În capitolul anterior ai definit și specificat toate calitățile, abilitățile și competențele pe care le-ai dobândit în urma activităților de voluntariat. De asemenea, le-ai autoevaluat și ai aflat și care este imaginea pe care o persoană din exterior o are despre rezultatele învățării tale.

În acest capitol vei alcătui o privire de ansamblu asupra competențelor și abilităților tale, vei descoperi ce îți place cel mai mult să faci, ceea ce faci bine și ceea ce ai vrea să îmbunătățești. La final, vei recunoaște, de asemenea, unele abilități și competențe care reprezintă punctele tale forte.

Pe următoarele pagini îți se cere să enumeri toate competențele pe care le-ai evaluat la nivelul A și nivelul B. Acestea sunt competențele pe care le poți aplica în situații specifice sau similare, cu sau fără ajutor din partea altora.

Vei fi invitat să menționezi toate abilitățile și competențele pe care le-ai marcat la nivelurile A și B. Acestea sunt competențele și abilitățile pe care le poți exercita în situații specifice cu sau fără ajutorul altora.

Te invităm să menționezi toate competențele și abilitățile pe care le-ai marcat la nivelul C. Acestea sunt competențele și abilitățile pe care le-ai exercitat de curând, în contexte diferite.

Această secțiune a „Portofoliului pentru experiențele de voluntariat – Bazat pe ProfilPASS” oferă de asemenea și o listă de categorii de competențe și calități personale, care sunt des întâlnite printre cerințele din cadrul proceselor de recrutare și selecție dar care sunt importante și în procesele de învățare din contexte *Învățare pe tot parcursul vieții* (Lifelong Learning). Vei putea la final să corelezi competențele și abilitățile tale cu această listă, lucru care poate fi un bun punct de pornire în procesele de planificare a experiențelor de învățare și de voluntariat viitoare. Nu în ultimul rând, vei avea o bază din care să iei informații necesare pentru realizarea CV-ului, necesare interviurilor de recrutare și selecție și alte contexte similare în viața profesională.

Competențele mele – evaluare

Aruncă o privire la rezultatele autoevaluării din Capitolul 1, privind activitățile de voluntariat, și notează rezultatele.

Notează toate competențele și abilitățile pe care le-ai trecut la nivelul A și nivelul B.

Notează competențele și abilitățile pe care le-ai trecut la nivelul C.

Utilizează următoarele simboluri pentru a specifica competențele și abilitățile din liste:

- » **!** – Îmi place foarte mult să utilizez această competență/abilitate.
- » **X** – Acesta este lucrul pe care aș vrea să îl îmbunătățesc.

Acest lucru te va ajuta să îți clarifici care sunt competențele și abilitățile pe care vrei să te concentrezi atunci când îți planifici procese de învățare viitoare, implicarea în activități de voluntariat cât și aplicarea pentru un loc

de muncă. Uită-te și la lista de calități din capitolul 1 pentru a vedea pe care dintre acestea ai vrea să le îmbunătățești sau pe care să le iei în considerare de asemenea, pentru procesele menționate mai sus.

Competențe Sociale

Raportează-te la situațiile în care lucrezi și locuiești cu alte persoane.

Ex. Lucru în echipă

Negociere și convingere

Sensibilitate interpersonală

Diplomație

Comunicare

Competențe Organizatorice

Raportează-te la coordonarea și managementul echipei, proiecte și gestionarea de bugete, în contexte non-profit și de gospodărie, etc.

Ex. Constientizare comercială (a fi la curent cu realitatea economică)

Analiză și investigare

Planificare și organizare

Managementul Timpului

Planificare

Luarea de decizii

Atingerea rezultatelor propuse

Desfășurarea calitativă a activităților

Competențe lingvistice și globale

Raportează-te la capacitatea de a vorbi și de a înțelege alte limbi străine cât și la aprecierea altor culturi față de a ta.

Competențe digitale — TIC

TIC – competențe de comunicare și tehnologia informației. Competențele din acest domeniu se referă la utilizarea de programe de editare de text și alte aplicații, baze de date, utilizarea cu ușurință a internetului, programare etc.

Calități

Raportează-te la caracteristicile tale.

Ex. Inițiativă
Determinare
Flexibilitate
Conștiința de sine
Încredere
Toleranța la stres
Integritate
Independență
Anduranță
Entuziasm
Dorința de a învăța
A avea viziune de ansamblu

Alte competențe și abilități

Ex. Competențe artistice
Competențe interculturale
Etc.

Competențele pot fi atribuite domeniilor specifice de competențe. În anumite circumstanțe, de exemplu, în procesele de recrutare, poate fi util să știi cum sunt împărțite competențele și calitățile tale în

diferite tipuri de competențe. Acest proces vine și în sprijinul redactării unui C V, implicarea în activități de voluntariat cât și aplicarea pentru un loc de muncă.

Completează competențele și abilitățile tale pentru a realiza o listă cu tipurile de competențe pe care le ai. Pentru aceasta uită-te la lista de competențe și abilități de la începutul capitolului și la lista de calități pe care persoane din exterior ți le-au atribuit ție.

Dacă nu ești sigur de tipul de competență și în ce categorie să încadrezi abilitățile tale, te invităm să treci prin acest proces împreună cu un mentor sau coordonator de voluntari.

Competențe Sociale

Competențe organizatorice

Competențe lingvistice și globale

Competențe digitale (TIC)

Calități

Alte competențe și abilități

Ex. Competențe artistice

Competențe interculturale

Etc.

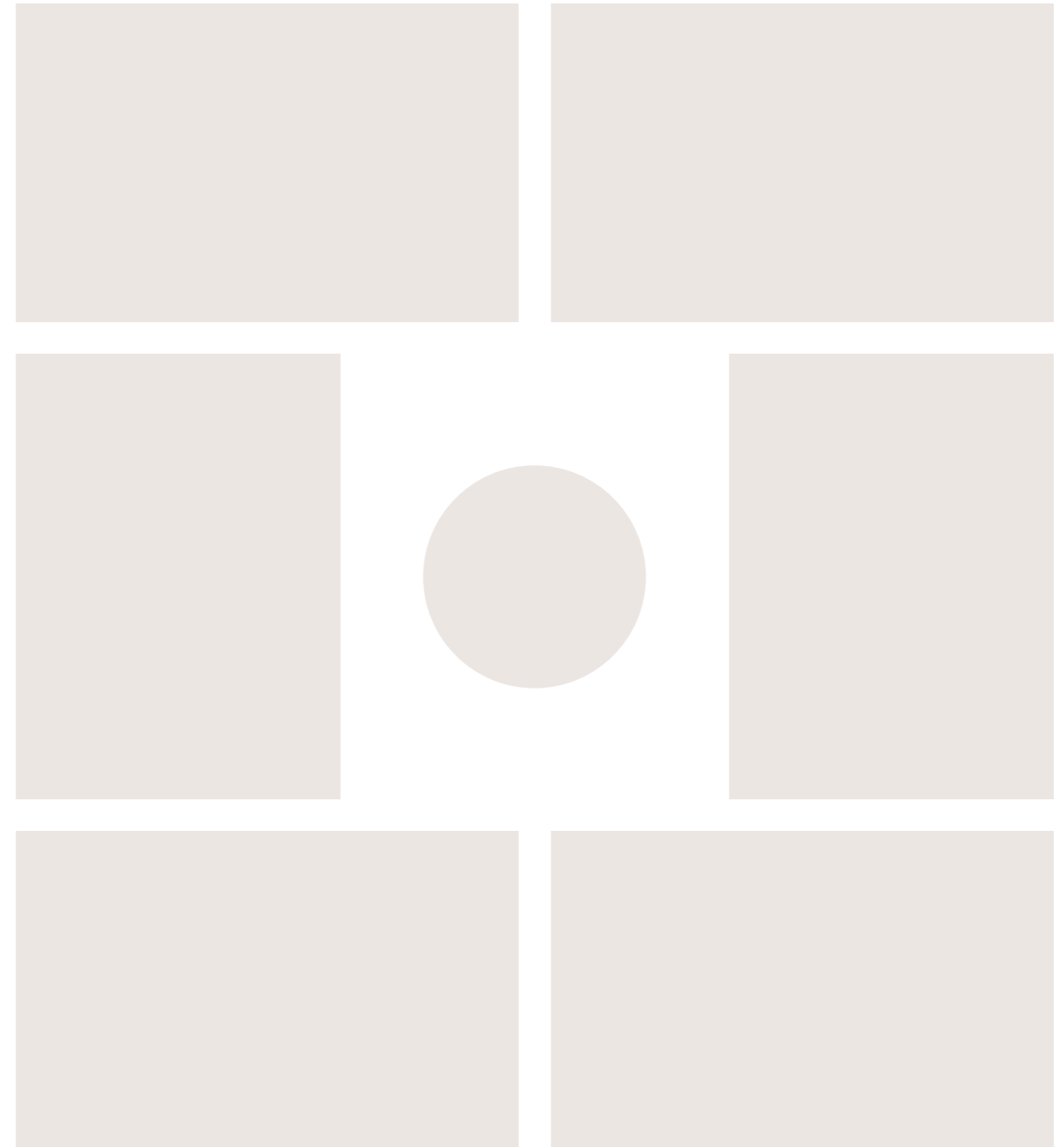
Bineînțeles, nu toată lumea are competențe în toate categoriile. Nu te îngrijora dacă unul sau mai multe câmpuri rămân goale. Te invităm

să ai în vedere faptul că nu există răspuns corect sau greșit în momentul în care listezi competențele și abilitățile pe care le ai.

O imagine de ansamblu

Te invităm să copiezi toate competențele și abilitățile pe care le-ai identificat ca fiind cele pe care le aplici cu bucurie, cel mai mult. De asemenea, completează mai jos și competențele și abilitățile pe care ai vrea să le

îmbunătățești la tine. Vei avea la final o imagine de ansamblu a tuturor competențelor și abilităților care rezultă din activitățile de voluntariat și cele la care apelezi cel mai des.



Acestea sunt competențele pe care te invităm să te concentrezi când te gândești la oportunități viitoare de activități de voluntariat, procese de învățare și viață

profesională. Următoarea secțiune din ProfilPASS te va ajuta să formulezi obiective și planuri de viitor.

„Portofoliul pentru experiențele de voluntariat – Bazat pe ProfilPASS” oferă un certificat specific care are menirea de a ilustra toate competențele și abilitățile care rezultă din activitățile de voluntariat în care te-ai implicat. Acest document care specifică realizările tale se regăsește la finalul acestui document.

În România, Federația VOLUM recomandă utilizarea Certificatului de Voluntariat VolunPass creat în baza legii voluntariatului 78/2014, pilotat cu 125 de organizații și instituții și corelat cu nevoile angajatorilor și realitatea națională. El se poate elibera online în limba română și limba engleză de pe hartavoluntariatului.ro

Capitolul 3

Obiective și pași viitori

Introducere

Formularea unui obiectiv

Trecere în revistă a profesiilor de interes

Intrumente de colectare a informațiilor

Formularea obiectivelor de învățare

Formularea pașilor următori și planificare

Introducere

Acum știi care sunt competențele și abilitățile tale.

Cum vei folosi aceste rezultate și cum vei folosi competențele și abilitățile pe care le-ai dezvoltat, în planuri de viitor?

Ce competențe vei vrea să aprofundezi și să îmbunătățești și cum vei continua să te dezvolți în această direcție? Ce interese vei exploata?

Poate ai deja un anumit obiectiv în minte pe care ai dori să îl formulezi și poate ai identificat și pașii pentru a-l urmări. Poate te-ar ajuta să discuți și cu mentorul, coordonatorul de voluntari sau cu familia și prietenii despre ceea ce îți dorești și despre rezultatele pe care dorești să le obții, cât și despre modul în care dorești să le fructifici pe viitor.

Acest capitol te va ajuta să formulezi:

- » planuri pentru viitoarele procese de învățare
- » viitori pași către următoarea etapă din viața profesională sau un nou loc de muncă
- » implicarea și îmbunătățirea abilităților în cadrul activităților ulterioare, de exemplu activitățile de voluntariat.

Acest proces te va ajuta să identifici oportunități profesionale care sunt de interes pentru tine, fiind mai atent la calitățile, competențele și abilitățile pe care le ai, pe cele de care ai nevoie, pe cele pe care vrei să le îmbunătățești și pe cele pe care trebuie să le dobândești, pentru a îndeplini cerințele postului. Nu în ultimul rând te va ajuta să formulezi obiectivele de învățare și un plan de acțiune pentru a le atinge.

Formularea unui obiectiv

Te invităm să identifici un obiectiv pe care îți dorești să te concentrezi și să îl formulezi în cuvintele tale. Este de preferat să te concentrezi pe câte un obiectiv odată.

Următoarele pagini vor veni în sprijinul tău să identifici tipuri de locuri de muncă de care ai fi interesat.

Dacă decizi să te concentrezi pe un obiectiv care are legătură cu viața ta profesională și deja ai o idee despre tipuri de profesii care te interesează, te invităm să faci o listă cu ele. Te rugăm să enumeri, de asemenea, ce tipuri de competențe și abilități crezi că ai nevoie la viitorul tău loc de muncă. Nu în ultimul rând, identifică și tipuri de activități pe care crezi că le-ar implica viitorul tău loc de muncă.

EXEMPLE:

Obiectivul meu este de a găsi un loc de muncă pentru care aș avea nevoie de următoarele competențe și abilități și un loc de muncă ce ar presupune următoarele activități și interese:

Scopul meu este de a intra în viața profesională în domeniul

Dacă dorești să te concentrezi pe îmbunătățirea și dezvoltarea de abilități și competențe în general, formulează obiectivul ca atare, în cuvintele tale. Acestea ar putea să fie abilități și competențe pe care vrei să le dobândești pentru tine personal și pe care ai vrea să le dezvolți în contexte de învățare informale, nonformale sau prin voluntariat.

EXEMPLE:

Obiectivul meu este de a continua să mă implic în activități de voluntariat în domeniul

Pe parcursul activității de voluntariat mi-ar plăcea să îmi îmbunătățesc următoarele abilități și competențe.....

Du-te la pagina 38 „Formularea obiectivelor de învățare”.

Aceasta te va sprijini în formularea obiectivelor de învățare, de exemplu, din activitățile de voluntariat.

Trecere în revistă a profesiilor de interes – locuri de muncă din jur

Te-ai uitat vreodată în jurul tău, în împrejurimile în care trăiești? Care sunt profesiile oamenilor din jur și a celor din familia ta? Începe prin a scrie numele persoanelor care îți vin în minte, din jurul tău, și profesiile acestora.

Poți adăuga la lista ta și profesii care ți se par interesante și despre care ai auzit și ți-au captat atenția. Inspirație îți poți lua și din posibile responsabilități, activități și rolul pe care le-ai identificat prin prisma activităților de voluntariat în care ai fost implicat.

În identificarea de tipuri de locuri de muncă și profesii care ar putea să fie pe interesul tău ai putea să te uiți și pe site-uri și platforme online tematice de recrutare. În demersul de realizare a unei imagini cât mai realiste a obiectivelor tale profesionale, te invităm să analizezi și oferta pieței muncii din zona ta.



Mind Map – Informații despre locuri de muncă și profesii

Acum ai o idee despre profesia/profesiile care ar fi de interes pentru tine.

Te invităm să afli informații mai specifice despre activitățile și responsabilitățile pe care le implică profesia/profesiile la care te-ai gândit. Tot aici poți reflecta și asupra abilităților, competențelor,

cunoștințelor și cerințelor pe care trebuie să le îndeplinești pentru profesia respectivă.

Instrumentul (Mind Map) va veni în sprijinul tău în procesul de colectare de informații despre profesia/profesiile care te interesează. Următoarele întrebări te vor ajuta, de asemenea:

ACTIVITĂȚI

Ce faci mai exact în această profesie?

ABILITĂȚI, COMPETENȚE, CALITĂȚI

Ce fel de abilități, competențe și calități este important să ai pentru această profesie?

- » Competențe tehnice, profesionale, metodice
- » Competențe sociale și/sau organizaționale
- » Abilități
- » Calități
- » Altele

LOC DE MUNCĂ

Unde pot să lucrezi? În ce instituții, companii, organizații? Unde – orașul tău, zonă, alt oraș?

DISPONIBILITATE

Există locuri de muncă disponibile pentru profesia/profesiile care te interesează? Dar training/formare ocupațională în domeniul care te interesează?

SPECIALIZĂRI

Unde poți să lucrezi? În ce instituții, companii, organizații? Unde – orașul tău, zonă, alt oraș?

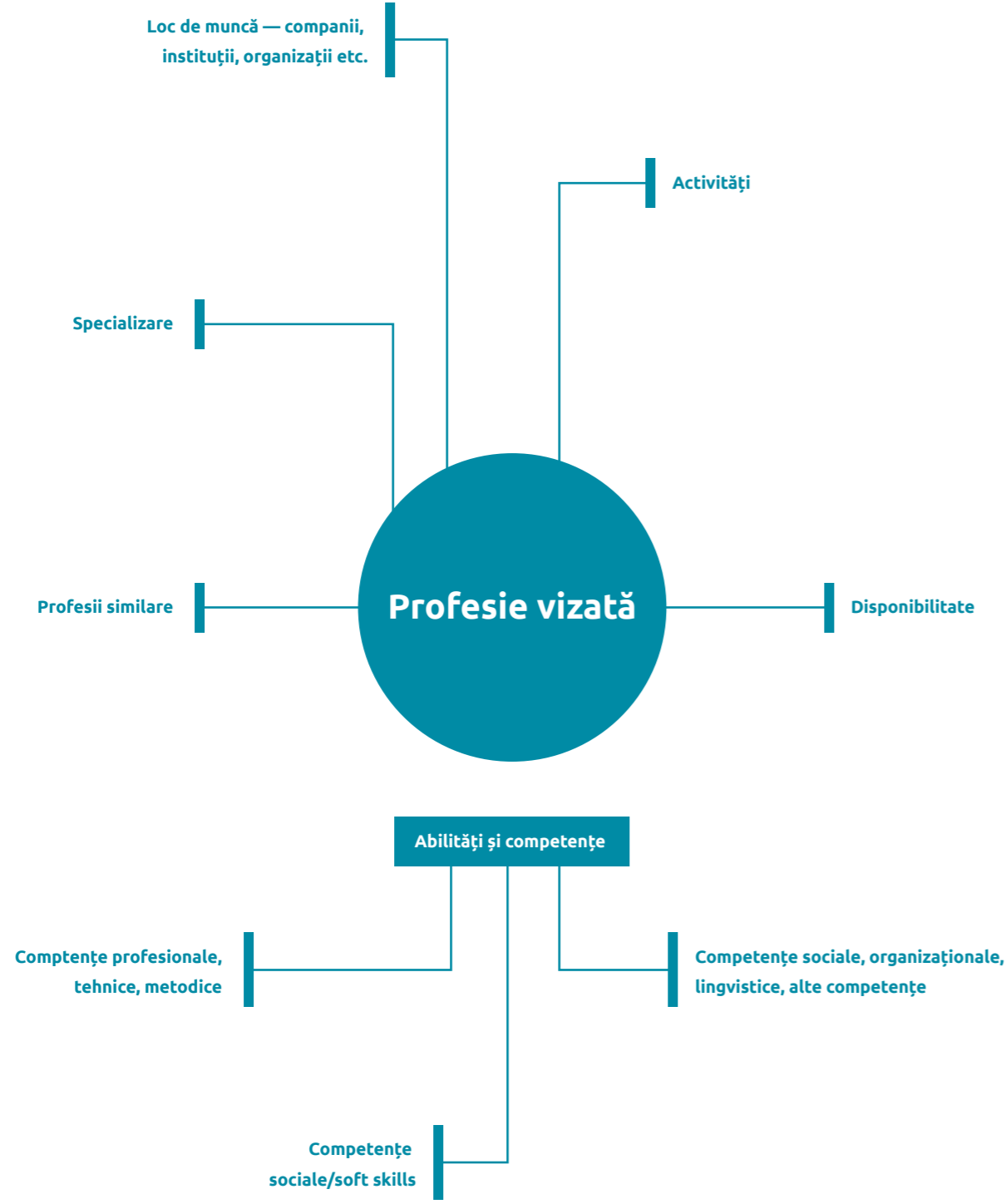
PROFESII SIMILARE

Ce profesii similare cu cea/cele care te interesează pe tine există?

Uneori lucrurile pe care ni le imaginăm despre un loc de muncă, considerat interesant, nu sunt într-adevăr așa și nu sunt conforme cu realitatea. De asemenea există șanse ca

lucrurile și locul de muncă imaginat să nu ni se potrivească în cele din urmă. Este important să aruncăm o privire mai atentă asupra fișei de post și ce presupune locul de muncă.

Coletare de informații – Mind map



<p>Ce competențe și abilități ți-ai dezvoltat în activitățile de voluntariat?</p>	<p>Enumerează abilitățile și competențele rezultate din procesul de autoevaluare prin care ai trecut cu ProfilPass și notează de asemenea și nivelul pe care l-ai atribuit pentru fiecare (A, B, C).</p> <p>Uită-te și pe lista de calități pe care le ai.</p>	<p>Ce competențe și abilități sunt necesare pentru profesia care te interesează cel mai mult?</p>	<p>Uită-te la informațiile despre abilități și competențe pe care le-ai identificat până acum și/sau abilități și competențe despre care știi că sunt importante pentru profesia la care te-ai gândit.</p> <p>De asemenea, încearcă să faci o listă cu abilități și competențe de care ai nevoie, menționând și nivelul lor (A, B, C)</p>	<p>Ce cunoștințe, abilități și competențe ai mai avea nevoie sau trebuie să îmbunătățești pentru a atinge cerințele profesiei care te interesează cel mai mult?</p>	<p>Compara cunoștințele, abilitățile și competențele pe care le poți pune în aplicare și la ce nivel (A,B,C) și scrie, de asemenea, care dintre ele sunt necesare pentru locul de muncă/profesia vizată de tine.</p> <p>Există competențe pe care încă nu le ai sau care nu sunt la nivelul cerut?</p> <p>Aceste informații îți vor da indicii despre care ar putea fi pașii următori sau care ar fi obiectivele de învățare pe care ai vrea să te concentrezi în continuare.</p>
<p>Ce cunoștințe, abilități și competențe ai dobândit în alte domenii/contexte din viața ta?</p>	<p>la în considerare și alte contexte din viața ta precum traininguri, călătorii, pasiuni, interacțiunea cu familia, prietenii etc. Notează și nivelul atribuit (A, B, C).</p>				

<p>Ce responsabilități și sarcini ai exersat în mod frecvent și ce ți-a plăcut să faci?</p>	<p>Ce responsabilități, sarcini și activități sunt implicate de obicei în profesia aleasă de tine?</p>	<p>Ce activități, responsabilități și sarcini ai avea nevoie să mai exersezi?</p>
<p>Pentru a răspunde la această întrebare te invităm să te întorci la Capitolul 1 unde ai enumerat responsabilități și proiecte care ți-au plăcut în mod special și pe care le-ai avut, poate, în activitățile de voluntariat.</p>	<p>Uită-te la informațiile colectate și enumeră ce crezi că este important pentru profesia vizată.</p>	<p>Comparați activitățile în care te-ai implicat deja în stagiul de voluntariat și/sau în alte contexte din viața ta, mai ales cele care au legătură cu viața ta profesională. Care dintre ele sunt similare și care sunt cele noi, pentru tine?</p> <p>Aceste informații îți pot da idei despre ce tipuri de responsabilități și sarcini îți sunt familiare și care sunt noi pentru tine. Ele te vor ajuta să îți identifici pașii următori.</p>

<p>Ce competențe și abilități ți-ai dezvoltat în activitățile de voluntariat?</p>	<p>Ce competențe și abilități sunt necesare pentru profesia care te interesează cel mai mult?</p>	<p>Ce cunoștințe, abilități și competențe ai mai avea nevoie sau trebuie să îmbunătățești pentru a atinge cerințele profesiei care te interesează cel mai mult?</p>
<p>Ce cunoștințe, abilități și competențe ai dobândit în alte domenii/contexte din viața ta?</p>		
<p>Ce responsabilități și sarcini ai exersat în mod frecvent și ce ți-a plăcut să faci?</p>	<p>Ce responsabilități, sarcini și activități sunt implicate de obicei în profesia aleasă de tine?</p>	<p>Ce activități, responsabilități și sarcini ai avea nevoie să mai exersezi?</p>

Formularea obiectivelor de învățare

Având la bază rezultatele din portofoliu, pe care le-ai identificat până acum, te invităm să faci o listă cu abilități, competențe și cunoștințe pe care vrei să te concentrezi de acum încolo. Dacă știai deja competențele, abilitățile și cunoștințele pe care vrei să te concentrezi, poți să începi de la ele, de asemenea:

Este important să formulezi obiectivele de învățare cât mai realist și specific posibil, menționând ce vrei să realizezi/obții mai exact, la ce nivel, cum și în ce context.

Ce abilități, competențe și cunoștințe ar fi bine să dobândești/îmbunătățești	La ce nivel ai vrea să fie dezvoltată/îmbunătățită pe viitor?	Cum și unde ai vrea să le dobândești/îmbunătățești pe viitor?	Până când/în ce perioadă de timp ai vrea să îți atingi obiectivul/obiectivele?
EXEMPLU Abilități de vorbit limba italiană	EXEMPLU Nivel B – (exersat în contexte specifice, independent, fără ajutorul altora) Să pot să scriu și să citesc corespondență în limba italiană – muncă de birou.	EXEMPLU Cursuri de limbă străină la școala din comunitate (Menționează numele școlii)	EXEMPLU Cursul începe în luna aprilie – timp de 6 luni. (În luna septembrie aş putea să îmi ating obiectivul)

Ce abilități, competențe și cunoștințe ar fi bine să dobândești/îmbunătățești	La ce nivel ai vrea să fie dezvoltată/îmbunătățită pe viitor?	Cum și unde ai vrea să le dobândești/îmbunătățești pe viitor?	Până când/în ce perioadă de timp ai vrea să îți atingi obiectivul/obiectivele?

Resurse necesare și posibile obstacole întâmpinate	Resurse necesare și posibile obstacole întâmpinate	Resurse necesare și posibile obstacole întâmpinate	Resurse necesare și posibile obstacole întâmpinate

RESURSE NECESARE ȘI POSIBILE OBSTACOLE ÎNTÂMPINATE – SE POATE FACE REFERIRE LA:

- » Oameni care te sprijină și de al căror ajutor ai avea nevoie pentru a-ți atinge obiectivele de învățare.
- » Obiecte, echipament, resurse financiare etc. de care ai nevoie pentru a-ți atinge obiectivele de învățare.
- » Obstacole pe care trebuie să le depășești pentru a atinge obiectivele de învățare.

Formularea pașilor următori și setarea limitelor de timp

PLANIFICAREA ÎN TIMP PENTRU URMĂTORII PAȘI

Ai formulat deja un obiectiv de învățare realist și specific cât și scopul pentru viitor. Planificarea în timp te va ajuta să te pregătești pentru următorii pași pe care îi ai de făcut.

Ca să-ți poți atinge obiectivul acesta, este important să setezi și limite de timp/date specifice pentru acești pași. Bineînțeles, nu este nevoie să concepi în totalitate planificarea în timp, ci este important să o adaptezi în funcție de obiectivele tale.

PLANIFICARE TEMPORALĂ A URMĂTORILOR PAȘI

LUNA VIITOARE

Ce se va întâmpla mai exact?

Până când?

ÎN URMĂTOARELE 3 LUNI

Ce se va întâmpla mai exact?

Până când?

ÎN URMĂTOARELE 6 LUNI

Ce se va întâmpla mai exact?

Până când?

Certificat pentru experiențe de voluntariat

Domnul/Doamna

Nume, Prenume

S-a implicat în activități de voluntariat în perioada _____

◇ cu medie de _____ ore de voluntariat pe săptămână/lună

◇ cu un număr total de ore de voluntariat _____

În cadrul organizației _____ în domeniul/domeniile _____

Stagiul de voluntariat a inclus următoarele activități și responsabilitățile aferente acestora:

Uită-te la capitolul 1 pentru a identifica sarcinile și responsabilitățile pe care le-ai avut în cadrul stagiului tău de voluntariat. Le-ai identificat deja în procesul de autoevaluare și autorefecție prin care ai trecut la pagina 8.

La pagina 6 ai identificat care sunt activitățile pe care le-ai făcut cu cea mai mare plăcere. Numește-le pe cele pe care le consideri cele mai importante și pe care le faci cu plăcere

Pe parcursul acestor activități de voluntariat, ai exersat și ai dobândit următoarele abilități și competențe:

Aruncă o privire asupra competențelor și abilităților pe care le-ai evaluat în capitolul 2, unde ai enumerat deja competențele și abilitățile dobândite în urma activităților de voluntariat în care te-ai implicat.

Aici te invităm să le enumeri pe acelea pe care le exersezi/aplici cu plăcere și pe care le-ai evaluat la nivelul C, acest lucru însemnând că le poți aplica în prezent, în mod independent, în diferite contexte.

Lista de mai jos se referă la calitățile pe care le-ai exersat, dobândit în diferite contexte, în timpul experienței tale de voluntariat.

Ai evaluat deja calitățile acestea la paginile 15 și 16. Dacă vrei să fii și mai obiectiv, le poți trece și pe cele pe care alții le-au spus despre tine.

- | | | |
|-----------------------|-----------------|--------------------------------|
| ◇ Dorința de a învăța | ◇ Anduranță | ◇ Încredere |
| ◇ Integritate | ◇ Creativitate | ◇ Sensibilitate interpersonală |
| ◇ Lucru în echipă | ◇ Proactivitate | ◇ Altele: |
| ◇ Entuziasm | ◇ Organizare | |

Domnul/Doamna

Nume, Prenume

a participat la următoarele cursuri/ateliere pe parcursul experienței de voluntariat:

Perioada	Titlul cursului/atelierului și obiectivele acestuia
----------	---

Semnătura
voluntarului

Semnătura
reprezentantului
organizației

coordonatorul de voluntari,
reprezentantul legal etc.

Loc/Dată

Ștampila
organizației
și adresa completă

Abilitățile și competențele menționate în acest document au fost identificate prin parcurgerea procesului ProfilPass, prin intermediul „Portofoliului pentru experiențele de voluntariat – Bazat pe ProfilPASS”. ProfilPass este un instrument de autoanaliză și autoevaluare a competențelor și abilităților dobândite în contexte de învățare pe tot parcursul vieții, aplicat cu sprijinul unui mentor, coordonator de voluntari etc.

Procesul de evaluare a experiențelor de voluntariat și acest instrument au fost dezvoltate în cadrul proiectului *European Volunteer Inclusion Program* (EuroVip), finanțat prin programul Erasmus+, având la bază materialul ProfilPass. Voluntarul și organizația care eliberează acest certificat sunt responsabili de acuratețea conținutului acestui material.

Ai parcurs în momentul de față tot procesul propus de „Portofoliul pentru experiențele de voluntariat – Bazat pe ProfilPASS” și sperăm că ai o idee mult mai clară despre care sunt competențele și abilitățile pe care ți le-ai dezvoltat în cadrul experiențelor de voluntariat în care ai fost implicat.

Sperăm că tot acest proces de identificare și conștientizare a abilităților și competențelor dobândite prin experiențe de voluntariat vine și va veni în sprijinul tău în a identifica valoarea acestora în viitoarele experiențe de învățare și viitoarele experiențe profesionale.

Sperăm că procesul ProfilPass te-a ajutat să identifici și profesii care sunt de interes pentru tine și drumuri pe care ai prea să mergi în viața ta profesională, schițând în același timp și următorii pași în dezvoltarea și îmbunătățirea de abilități de care mai ai nevoie pentru a te plia pe cerințele necesare.

Nu în ultimul rând, sperăm că procesul de până acum te-a ajutat să îți formulezi mai eficient obiectivele de învățare pe care vrei să te concentrezi în următoarea perioadă, atât pentru a te dezvolta în vederea obținerii unui loc de muncă dorit cât și pentru a identifica noi oportunități de voluntariat și cum te poți implica motivat și cu impact.

Nu uita, acesta este un instrument care își dorește să vină în sprijinul autoevaluării procesului tău de învățare, el propune contexte și instrumente care să îți ușureze acest proces dar el nu îți dă răspunsuri pentru că ele sunt deja la tine.

Așadar, te invităm să parcurgi procesul ProfilPass ori de câte ori vrei să conștientizezi mai bine care sunt rezultatele învățării în contextul implicării tale în experiențe de voluntariat dar nu numai.

Succes și încredere îți dorim!

Ana Maria Grădinariu
Coordonator Programe
(+4) 0749 977 844
anamaria.gradinariu@federatiavolum.ro

federatiavolum.ro
hartavoluntariatului.ro



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Instrumentul Portofoliul pentru experiențele de voluntariat – bazat pe ProfilPASS a fost realizat de asociațiile FACE, Wisamar, Pour La Solidarité, Volunteer Matters și Federația VOLUM. Acest instrument a fost realizat în cadrul proiectului European Volunteer Inclusion Program (EuroVip), prin programul Erasmus+, cu permisiunea Institutului German de Educație a Adulților - Centrul Leibniz de învățare pe tot parcursul vieții (DIE) de a folosi materialele ProfilPASS și ProfilPASS pentru tineri.

Această publicație reflectă doar punctul de vedere al autorului, iar Comisia Europeană nu poate fi trasă la răspundere pentru orice utilizare a informațiilor conținute în acesta.