

# COMPETENȚE CHEIE PENTRU LICEENI



## Domenii cheie de competență pentru tineri liceeni

# COMPETENȚE CHEIE PENTRU LICEENI

Materialul de față a fost creat în cadrul proiectului COMPETENȚE CHEIE PENTRU LICEENI, implementat de către Asociația Gutenberg - Organizația studenților vorbitori de limba germană, din Cluj-Napoca, și este finanțat prin programul Corpul European de Solidaritate, al Comisiei Europene ([www.suntsolidar.eu](http://www.suntsolidar.eu)).

Acest proiect și toate comunicările și materialele din cadrul acestuia nu reprezintă în mod necesar poziția oficială a Uniunii Europene.

Proiectul de față reflectă numai punctul de vedere al organizatorilor, iar Comisia Europeană nu este responsabilă pentru eventuala utilizare a informațiilor comunicate.

Corpul European de Solidaritate urmărește să promoveze solidaritatea, una dintre valorile fundamentale ale Uniunii Europene, în principal prin voluntariat, pentru a spori implicarea tinerilor și organizațiilor în activități de solidaritate de calitate.



© Acest material face obiectul drepturilor de autor ale Asociației Gutenberg - Organizația studenților vorbitori de limba germană. Orice informații sau resurse din acest material pot fi utilizate, cât timp această utilizare se face cu acordul și menționarea titlului de drepturi și cu citarea sursei (link activ către site-ul oficial [www.Gutenberg.ro](http://www.Gutenberg.ro)).

## CUPRINS

DESPRE PROIECTUL COMPETENȚE CHEIE PENTRU LICEENI.....	4
1. <b>Dimensiunea europeană:</b> Solidaritate, diversitate și toleranță.....	6
2. <b>Competențe de alfabetizare:</b> Comunicare eficientă și discurs oral.....	8
3. <b>Competențe lingvistice:</b> Comunicare interculturală.....	10
4. <b>Competențe STEM:</b> Gândire critică și soluționarea problemelor.....	12
5. <b>Competențe digitale:</b> Crearea de conținuturi digitale.....	14
6. <b>Competențe personale, sociale și de învățare:</b> Mentalitatea de creștere și învățare.....	16
7. <b>Competențe personale, sociale și de învățare:</b> Dezvoltarea rezilienței.....	18
8. <b>Competențe civice:</b> Spiritul de inițiativă și cetățenia activă.....	20
9. <b>Competențe antreprenoriale:</b> Leadership în viața de zi cu zi.....	22
10. <b>Competențe de sensibilizare și expresie culturală:</b> Scriere creativă și Storytelling.....	24



## DESPRE PROIECTUL COMPETENȚE CHEIE PENTRU LICEENI

Competențe cheie pentru Liceeni este un proiect educațional implementat în perioada august 2020 - iulie 2021 de către Asociația Gutenberg - Organizația studenților vorbitori de limba germană și finanțat prin programul Corpului European de Solidaritate, al Comisiei Europene.

Proiectul are ca și scop formarea de atitudini, aptitudini și cunoștințe ale tinerilor liceeni clujeni, în cele 8 domenii cheie de competență, care au potențialul de a crește performanța în procesele de învățare și succesul în parcursul personal și profesional, prin dezvoltarea unei mentalități pozitive, orientată spre învățare și creștere.



Temele abordate sunt următoarele:

- **Dimensiunea europeană:** Solidaritate, diversitate și toleranță
- **Competențe de alfabetizare:** Comunicare eficientă și discurs oral
- **Competențe lingvistice:** Comunicare interculturală
- **Competențe STEM:** Gândire critică și soluționare problemelor
- **Competențe digitale:** Crearea de conținuturi digital
- **Competențe personale, sociale și de învățare:** Mentalitatea de creștere și învățare
- **Competențe personale, sociale și de învățare:** Dezvoltarea rezilienței
- **Competențe civice:** Spiritul de inițiativă și cetățenia activă
- **Competențe antreprenoriale:** Leadership în viața de zi cu zi
- **Competențe de sensibilizare și expresie culturală:** Scriere creativă și storytelling

În continuare, vă prezentăm o sumarizare a tematicilor abordate în cadrul proiectul, în speranța că acestea vor fi utile în parcursul personal și profesional al oricărui licean.

Lectură plăcută!

Așteptăm, cu drag, întrebările, feedbackul sau impresiile voastre, pe adresa de mail:

[info@gutenberg.ro](mailto:info@gutenberg.ro)



# 1. Dimensiunea europeană: Solidaritate, diversitate și toleranță

## Uniunea Europeană

Uniunea Europeană s-a născut cu o istorie fantastică: o comunitate care decide să trăiască în pace, să recunoască o identitate comună după secole în care diferitele state s-au sacrificat cu obstinație, cruzime și nebunie. Apoi, brusc, poate chiar sub presiunea fricii legate de ororile războaielor, într-un timp foarte scurt, au decis să devină un organism comun. Popoarele Europei, în crearea unei uniuni mai strânse între ei, sunt hotărâte să împărtășească un viitor pașnic bazat pe **valori comune**.

## Istorie pe scurt:

**1945** - Sfârșitul celui de-al doilea Război Mondial

**1950** - Robert Schuman propune gestionarea în comun a resurselor de cărbune și oțel

**1952** - Înființarea Comunității Europene a Cărbunelui și Oțelului cu 6 țări membre

**1957** - Înființarea Comunității Economice Europene cu aceleași 6 țări

**1993** - Înființarea Uniunii Europene prin tratatul de la Maastricht

**Aici** poți viziona un video rezumat al istoriei Uniunii Europene.

## Obiective:

- Promovarea păcii, valorilor europene și bunăstării cetățenilor
- Libertate, securitate și justiție fără frontiere interne
- Dezvoltare durabilă bazată pe creștere economică echilibrată
- Combaterea excluziunii sociale și a discriminării
- Încurajarea progresului tehnic și științific
- Consolidarea coeziunii economice, sociale și teritoriale
- Respectarea diversității culturale și lingvistice a popoarelor sale
- Crearea unei uniuni economice și monetare a cărei monedă să fie euro



## Valorile Europene:

Valoarea fundamentală care unește toate statele membre este **democrația**. Aceasta înseamnă că numai țările democratice pot fi membre ale UE. Celelalte valori ale UE care sunt împărtășite de toate statele membre sunt: **demnitatea umană, libertatea, egalitatea, statul de drept și respectarea drepturilor omului, inclusiv a drepturilor persoanelor care aparțin unor grupuri minoritare**. Toate aceste valori sunt explicate într-un minut în [acest video](#).

Aceste valori sunt prevăzute într-un important text juridic, numit tratat, pe care toate statele membre l-au aprobat și, în consecință, trebuie să îl respecte. Tratatul de la Lisabona este cel mai recent tratat. A fost semnat în capitala Portugaliei în anul 2007.

[Aici](#) găsești informații și exerciții despre istoria, dezvoltarea, obiectivele și valorile Uniunii Europene.



## 2. Competențe de alfabetizare: Comunicare eficientă și discurs oral

### Comunicare

În toate situațiile în care oamenii interacționează, indiferent de temă sau mijloc de interacțiune, este nevoie de comunicare. Cu cât comunicarea este mai eficientă, cu atât mai mult relațiile

noastre cu cei din jur sunt mai armonioase, mai autentice, mai corecte, mai constructive. Cheia succesului în viața se află, printre alte câteva elemente, în comunicare.

### Elementele comunicării interpersonale

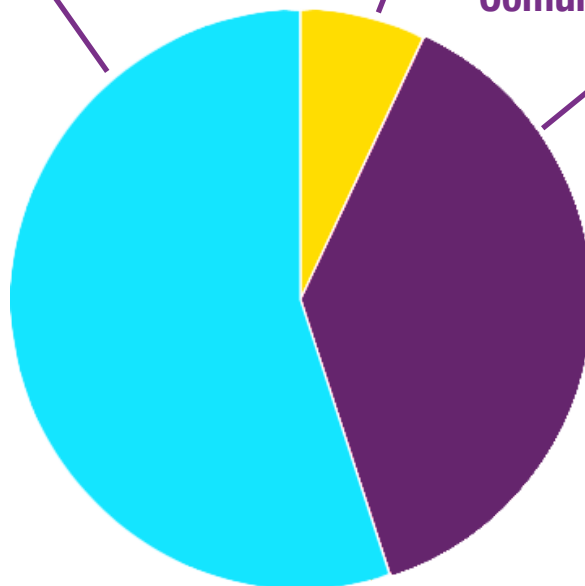
*“Nu poți să nu comunici.”*

- Paul Watzlawick

Comunicarea nonverbală - 55%

Comunicarea verbală - 7%

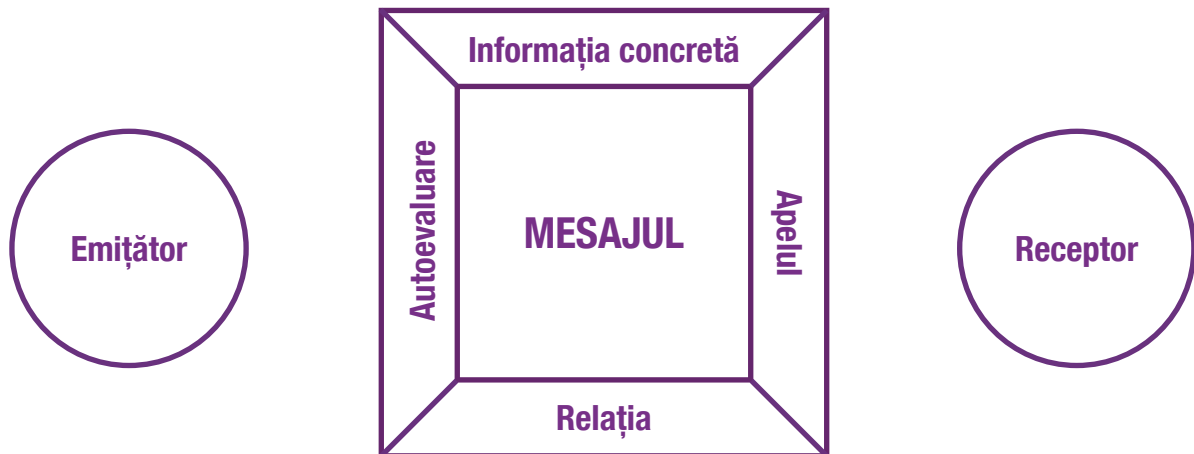
Comunicarea paraverbală - 38%



## Cele 4 laturi ale comunicării

Omul de știință și psihologul german Friedmann Schulz von Thun a elaborat în 1981 modelul comunicațional cunoscut sub denumirea de „pătrat comunicațional” sau „modelul celor 4

laturi ale comunicării”, elaborate în [acest](#) articol. Acesta pornște de la premiza că orice afirmație are un efect cvadruplu asupra interlocutorului și asta se întâmplă independent de voința noastră.



## Discursul oral - Sfaturi (Public Speaking)

1. Exersează înainte!
2. Structurează-ți prezentarea în așa fel încât să te ajute!
3. Captează atenția publicului la început!
4. Nu citi!
5. Fii tu, comportă-te natural!

6. Controlează-ți limbajul nonverbal!
7. Fă contact vizual cu publicul! Zâmbește!
8. Fii sigur pe tine!
9. Încheie cu ceva memorabil!
10. Mulțumește la final!

Mai multe informații și sfaturi despre discursul oral găsești în [acest articol](#) sau în [acest video](#).



## 3. Competențe lingvistice: Comunicare interculturală

### Competența interculturală

Competența interculturală este capacitatea de a interacționa cu succes cu persoane dintr-un mediu cultural diferit. Mai exact, aceasta înseamnă un comportament respectuos, înțelegerea celeilalte culturi și acordarea atenției atât comunicării verbale, cât și non-verbale. Competența interculturală are nevoie atât de sensibilitate, cât și de interes.

### Comunicarea interculturală

Comunicarea interculturală este interacțiunea dintre membrii diferitelor grupuri care diferă între ei în ceea ce privește cunoștințele, limbajul și comportamentul social -> importanța comunicării interculturale a crescut deoarece membrii diferitelor culturi comunică intens datorită globalizării.

### Ce este cultura?

Cultura poate fi descrisă ca un „aisberg” în care există câteva lucruri evidente (de exemplu, mâncare, muzică) și multe altele dedesubt (de exemplu, idei despre creșterea copiilor, limbajul corpului, preferința pentru competiție sau cooperare). Astfel, în învățarea interculturală este foarte important să aflăm mai întâi despre propriile noastre valori și presupuneri: fiecare avem multe de învățat despre noi înșine și despre propria noastră cultură.



## Stereotipuri și prejudecăți

- Stereotipurile reprezintă seturi de trăsături atribuite membrilor unui grup social. Stereotipurile sunt puternic încărcate cu sentimentele atașate lor. Stereotipurile sunt colective din punct de vedere al originii, deși sunt împărtășite de fiecare individ în parte.
- Prejudecata este o părere, o idee preconcepută (și adesea eronată) pe care și-o face cineva asupra unui lucru, adoptată, de obicei, fără cunoașterea directă a faptelor. Are la bază stereotipizarea, este universală și rigidă și poate fi un gând, o concepție manifestată prin discriminare. Prejudecata reprezintă o atitudine individuală sau colectivă legată de o persoană sau un grup de persoane.

## Asimilare versus aculturație: cum pot mai multe culturi să conviețuiască în același spațiu geografic?

Aculturația este transferul de valori și obiceiuri de la un grup la altul în timp ce asimilarea este absorbția culturală a unui grup minoritar în principalul corp cultural.

Aculturația înseamnă să înveți să îți păstrezi valorile culturale în timp ce interacționezi eficient cu alte culturi. E ca un bol de salată - fiecare ingredient este individual și independent, dar, împreună, își „intensifică” reciproc gustul. Asimilarea este ca o oală în care fierb mai multe ingrediente în care nu se mai pot distinge ingredientele individuale.



## 4. Competențe STEM: Gândire critică și soluționarea problemelor

### Gândirea critică

În esență, gândirea critică necesită folosirea capacității de a raționa. Este vorba despre a fi un receptor activ, mai degrabă decât un destinatar pasiv al informațiilor. Gânditorii critici pun la îndoială riguros ideile și presupunerile, mai degrabă decât să le accepte la valoarea nominală. Vor căuta întotdeauna să stabilească dacă ideile, argumentele și descoperirile reprezintă întreaga imagine și sunt dispuși să constate că nu. Gânditorii critici vor identifica, analiza și rezolva problemele în mod sistematic, mai degrabă decât prin intuiție sau instinct.

### Cineva cu abilități de gândire critică poate:

- Înțelege legăturile dintre idei.
- Determina importanța și relevanța argumentelor și ideilor.
- Recunoaște, construiește și evaluează argumentele.
- Identifică inconsecvențe și erori în raționament.
- Abordă problemele într-un mod consecvent și sistematic.
- Reflecta asupra justificării propriilor ipoteze, credințe și valori.



### Mai exact, trebuie să:

- Ne gândim la un subiect sau o problemă într-un mod obiectiv și critic.
- Identificăm diferitele argumente care există în legătură cu o anumită problemă.
- Evaluăm un punct de vedere pentru a determina cât de puternic sau valid este.
- Recunoaștem orice puncte slabe sau puncte negative care există în dovezi sau argumente.
- Observăm ce implicații ar putea exista în spatele unei afirmații sau argumente.
- Oferim un raționament structurat și sprijin pentru un argument pe care dorim să-l argumentăm.

### Gândire critică - Întrebări ajutătoare:

- **Cine a spus?** (Cineva pe care îl/o cunoști? Cineva într-o poziție de autoritate sau putere? Contează cine ți-a spus asta?)
- **Ce au spus?** (Au dat fapte sau opinii? Au furnizat toate faptele? Au lăsat ceva deoparte?)
- **Unde au spus-o?** (A fost în public sau în privat? Au avut alte persoane șansa de a răspunde?)
- **Când au spus-o?** (A fost înainte, în timpul sau după un eveniment important? Este importantă sincronizarea?)
- **De ce au spus-o?** (Au explicat raționamentul din spatele părerii lor? Au încercat să facă pe cineva să arate bine sau rău?)
- **Cum au spus-o?** (Au fost fericiți sau triști, supărați sau indiferenți? Au scris-o sau au spus-o? Ai reușit să înțelegi ce s-a spus?)



## 5. Competențe digitale: Crearea de conținuturi digitale

### Ce înseamnă media digitală?

Media înseamnă surse de informații publice, care ajung la un număr foarte mare de persoane, numit „public”. Există media analogă, precum

TV-ul, radioul, ziarul, revistele, afișele și media digitală (sau new media), precum Internetul, aplicațiile mobile, jocurile video și rețelele sociale.

### Avantajele și dezavantajele Digital Media

AVANTAJE	DEZAVANTAJE
<ul style="list-style-type: none"><li>• Informațiile pot fi accesate rapid și ușor.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pericol de pierdere a identității sau de urmărire/tracking, prin activarea serviciilor de localizare.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Educația se poate realiza online, de oriunde și la orice oră.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Comparația cu alții poate distruge propriul sentiment al valorii.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Se poate comunica ușor la distanță.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pot distraje pentru o perioadă lungă de timp.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Conținut mai divers.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Consumatorul devine un produs pentru industria publicității.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Accesul la divertisment.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Lipsa limbajului nonverbal și paraverbal în comunicarea la distanță.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Se formează comunități cu interese similare.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Afecțiuni de sănătate.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Cumpărături realizabile online, de acasă.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Lipsa de control asupra conținutului.</li></ul>

## Tipurile de conținut și crearea conținutului

Modelul **AIDA** poate ajuta în crearea conținutului de valoare și convingător pentru consumator.

**A - Atenție:** Conținutul captează atenția consumatorului.

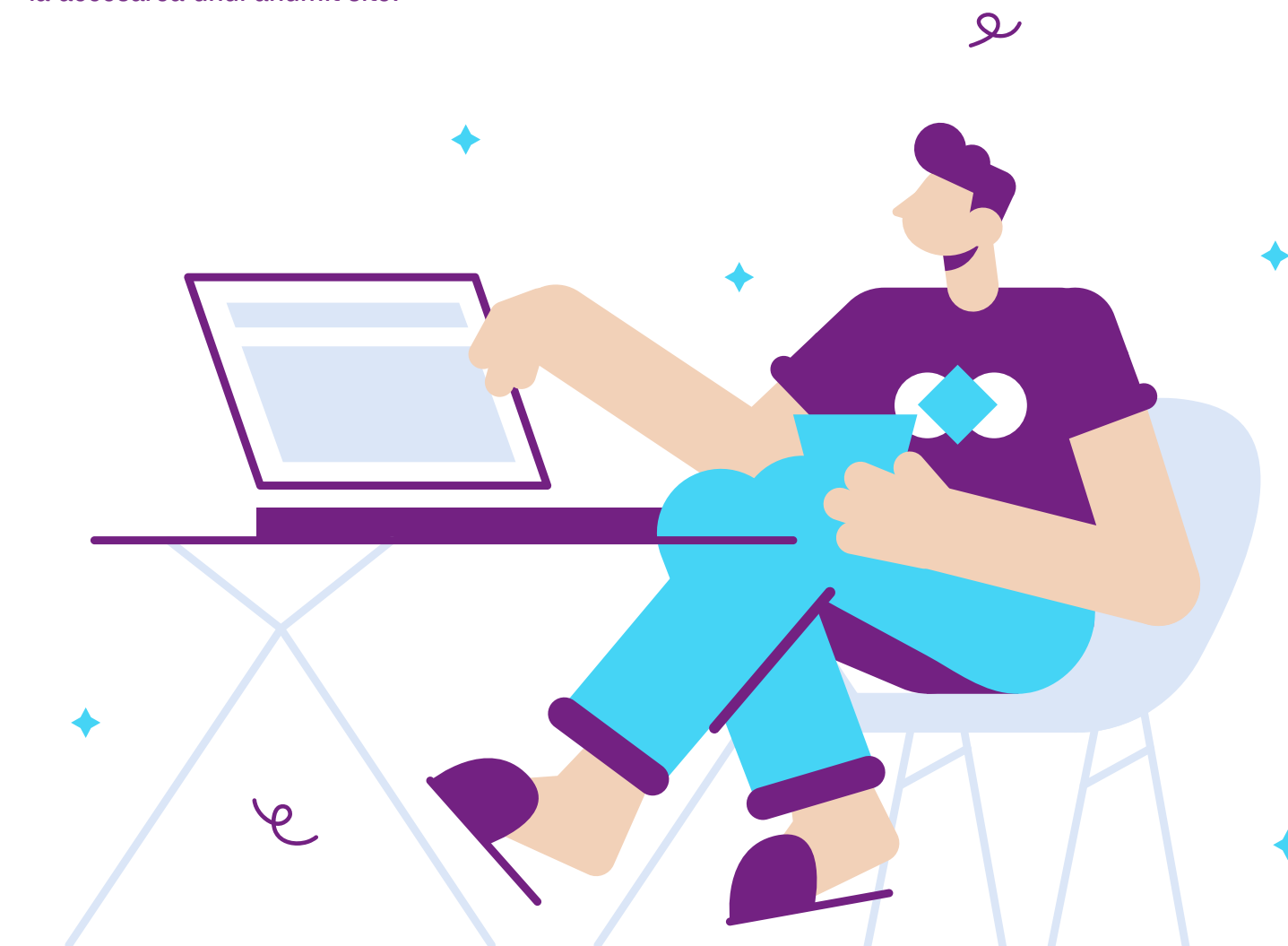
**I - Interes:** Consumatorului i se prezintă caracteristici, avantaje și beneficii - pentru a îi trezi interesul.

**D - Dorință:** Determină consumatorul să își dorească produsul respectiv.

**A - Acțiune:** Îndeamnă la o acțiune, spre exemplu la cumpărarea unui anumit produs sau la accesarea unui anumit site.

## Ce înseamnă storytelling?

Storytelling (RO: „a spune o poveste”) este arta povestirii, dar în același timp și o tehnică de comunicare. Cu ajutorul acestei tehnici se pot livra conținuturi sub formă de text, video, foto sau comunicare interpersonală. Storytelling-ul este folosit într-o varietate mare de domenii precum și publicitatea, educația sau politica.



## 6. Competențe personale, sociale și de învățare: Mentalitatea de creștere și învățare

### Despre mentalitatea de creștere

**Mentalitatea de creștere** este despre puterea ta și despre puterea creierului tău. Intelectul și abilitățile noastre se dezvoltă atunci când încercăm lucruri grele, folosim strategiile corecte și nu renunțăm. Prin urmare, o stare de spirit de creștere este atunci când știm că vom obține rezultatele dorite prin practică și efort depus.

Carol Dweck - psiholog și profesor la Universitatea Stanford - cea care a introdus conceptul de mentalitate de creștere, spune că într-o mentalitate de creștere, oamenii cred că abilitățile lor cele mai de bază pot fi dezvoltate

prin dedicare și muncă asiduă. Acest concept a apărut ca o alternativă la alt concept și anume cel de mentalitate fixă în care oamenii consideră că aptitudinile lor sunt calități fixe. Carol Dweck afirmă că într-o mentalitate fixă oamenii își petrec timpul documentându-și inteligența sau talentul în loc să le dezvolte. Dacă ai o mentalitate de creștere trebuie să știi că deții controlul propriei capacități, poți învăța și îmbunătățiți ce vrei tu, mentalitatea de creștere este cheia succesului.



## Mentalitatea de creștere VS. fixă: Caracterizare și diferențe

### Persoana cu mentalitate fixă:

- Crede că inteligența, talentul și abilitățile sunt trăsături înnăscute, FIXATE, nu pot fi schimbate.
- Are o anumită cantitate de INTELIGENȚĂ și crede că nu poate face multe pentru a schimba acest fapt.
- Crede că SUCCESUL îi este dat doar dacă este o persoană deșteaptă.
- Este preocupată în principal de cât de deșteaptă este, preferă sarcinile pe care le poate face deja bine și le evită pe cele pe care le poate face greșit, ca să nu pară mai puțin inteligentă.

### Persoana cu mentalitate de creștere:

- Crede că inteligența, talentul și abilitățile POT FI FORMATE, ele pot fi dezvoltate prin DEDICARE și EFORT.
- Crede că inteligența nu ne este dată și aceasta se poate modela și dezvolta constant.
- Crede că oricine poate tinde spre succes și poate să își depășească limitele.
- Este mereu în căutare de provocări personale, pentru a-și crește abilitățile și limitele, chiar dacă reușitele nu sunt obținute încă de la prima încercare.

### Puterea cuvântului „încă”

Atunci când te întâlnești cu eșecul, cel mai important lucru e să primești susținere și să nu renunți. Astfel, eșecul trebuie încadrat în așa mod încât să promoveze perseverența. Noi, în mod natural, avem o mentalitate fixă, iar folosirea cuvântului „încă” este o modalitate de a ne revizui modul de gândire și de a instaura motivația și persistența. Cuvântul „încă” înseamnă că ceea ce ne propunem se va întâmpla, doar că va fi nevoie de mai mult timp. Greșelile sunt bune, utile și necesare în formarea personală și profesională.

**Aici** găsești exerciții de tip quiz despre mentalitatea de creștere și învățare, iar alte activități pe aceeași temă găsești în [acest articol](#).



## 7. Competențe personale, sociale și de învățare: Dezvoltarea rezilienței

### Ce este reziliența?

Reziliența este procesul de depășire a efectelor negative ale expunerii la riscuri, gestionarea cu succes a experiențelor traumatiche și evitarea traiectoriilor negative asociate cu riscurile. Un element-cheie al rezilienței este prezența, atât a riscurilor, cât și a factorilor „de protecție” care ajută la obținerea rezultatelor pozitive sau la evitarea celor negative. Evenimentele negative de intensitate moderată sunt necesare pentru dezvoltarea rezilienței - în lipsa lor, nu ne dezvoltăm strategii de depășire a obstacolelor, iar cele de o intensitate foarte ridicată pot avea consecințe grave pe termen lung.

### Gânduri iraționale și alternative lor raționale

Pe scurt, gândurile iraționale ne vor declanșa emoții „nesănătoase” (depresie, anxietate, furie), iar gândurile raționale vor declanșa emoții sănătoase (tristețe, teamă, frustrare). [Acest articol](#) explică cele 4 categorii de gânduri iraționale și alternativele lor raționale, oferind informații variate din articole științifice.

### Strategii pentru dezvoltarea rezilienței (I): modelul ABC

Între situațiile prin care trecem și emoțiile pe care ajungem să le trăim se interpune un element care influențează semnificativ relația dintre cele două: gândurile noastre. [Acest video](#) explică legătura dintre gândurile și emoțiile noastre, principiu care constituie baza terapiei cognitiv-comportamentale.



## Strategii pentru dezvoltarea rezilienței (II): Valori, găsirea „de ce”-ului, puncte forte

A fi rezilient nu înseamnă doar să rezistăm lucrurilor negative din viața noastră, ci și să le identificăm pe cele pozitive și să le valorificăm la maximum. Viktor Frankl a fost un psihiatru austriac care a ajuns la Auschwitz și a supraviețuit. Ulterior, a scris mai multe cărți despre această experiență, punând mare accent pe importanța găsirii unui sens în viață. Un citat menționat adesea de Frankl este: „Cine are un de ce în viață poate suporta aproape orice cum” (F. Nietzsche).

**Aici** poți viziona un rezumat al cărții „Omul în căutarea sensului vieții”, de Viktor Frankl.

**Aici** poți viziona un rezumat al cărții „Start With Why”, de Simon Sinek.

## Punctele forte

Sunt acele trăsături pozitive ale personalității noastre care influențează modul în care gândim, simțim și ne comportăm. Oamenii de știință au identificat 24 de astfel de trăsături, iar dacă ajungem să ni le cunoaștem, ne va fi mai ușor să le integrăm în viața noastră de zi cu zi pentru a fi mai fericiți, pentru a ne îmbunătăți relațiile cu ceilalți și pentru a trece mai ușor peste momente dificile. Reziliența înseamnă și să ne creăm singuri experiențe pozitive.

**Aici** poți face un test gratuit pentru a afla care sunt punctele tale forte sau valorile tale. Încearcă să faci în fiecare zi cel puțin o activitate care să corespundă unuia dintre punctele tale forte!

Accesează **MentAid** pentru a primi „primul ajutor în sănătate mentală” - platforma dispune de o serie de module (unele gratuite), care te pot ajuta în dezvoltarea unei mentalități pozitive.



## 8. Competențe civice: Spiritul de inițiativă și cetățenia activă

### Competențe civice: despre drepturi și obligații

Politica reprezintă o serie de acțiuni întreprinse de oameni - acest lucru înseamnă că regulile care stau la baza politicii sunt stabilite de oameni. Este important să înțelegem că ele nu sunt un „dat”, nu „au căzut din cer”. De exemplu, în religii, regulile/poruncile sunt luate ca atare și sunt respectate de practicanți; ele nu sunt supuse alegerii. Spre deosebire de acestea, legile unui stat pot fi contestate, modificate sau anulate. Așadar, fiecare dintre noi poate contribui la stabilirea sau abrogarea unor legi.

### Separarea puterilor în stat

În statele moderne, există 3 puteri care sunt responsabile de aceste legi. Puterea legislativă stabilește regulile, puterea executivă implementează regulile, iar puterea judecătorească stabilește dacă regulile sunt respectate și decide pedepse pentru cei care le încalcă. [Acest video](#) îți explică, pe scurt, ce atribuții are fiecare dintre aceste puteri.

Pe canalul [Dezaburit](#) găsești diverse videoclipuri care explică diverse concepte pe înțelesul tinerilor, de exemplu: [Ce atribuții are Președintele](#), [Ce face Parlamentul](#), [Ce este Parlamentul European](#).



## Regimuri politice: Democrația și Dictatura / Totalitarismul

În democrația directă, poporul ia toate deciziile; în democrația reprezentativă, poporul își alege reprezentanții care au voie să ia decizii în locul lor. În regimurile politice dictatoriale / totalitariste, conducătorii reglementează toate aspectele vieții publice și private, are loc fenomenul numit „cultul personalității”, tehnicile principale de persuasiune sunt propaganda și manipularea, iar libertățile cetățenilor sunt îngrădite. **Acest articol** îți explică modul în care aveau loc alegerile în România, în perioada comunistă.

## Resurse suplimentare:

- **Cetățenia UE - beneficii, drepturi și responsabilități**
- Învăță despre cetățenie activă și drepturi prin seria de animații **We The People** (Netflix)
- Pe **Harta Voluntariatului** găsești o multitudine de inițiative în cadrul cărora te poți implica în calitate de voluntar sau poți propune chiar tu un proiect
- **Acest articol** îți prezintă principalele oportunități de a face voluntariat în cadrul Uniunii Europene și îți oferă sfaturi despre cum să găsești proiectul care ți se potrivește cel mai bine



## 9. Competențe antreprenoriale: Leadership în viața de zi cu zi

### Cum se definește Leadershipul?

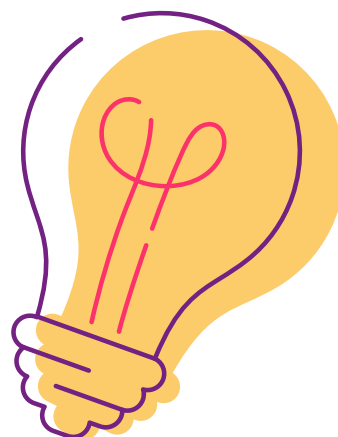
**Leadership** înseamnă în primul rând conducere, dar în același timp și capacitatea, abilitatea de a conduce. Liderul este cel care prin personalitatea lui îi poate inspira pe alții să își îmbunătățească eforturile pentru îndeplinirea unui obiectiv comun. Deși prin definiție leadershipul are în centru un lider, acesta nu poate să existe fără o viziune și o echipă alături de care realizează acea viziune.

### Totul începe cu tine

Conducerea începe cu asumarea unui rol activ în **modul în care ne orientăm propria viață**. Personajul principal din propria poveste trebuie să fim noi. Deoarece leadershipul însumează o listă lungă de aptitudini pe care trebuie să le stăpânim, primul pas în **a deveni un lider bun** este dezvoltarea personală. **Aici** găsești 15 resurse care te pot ajuta în dezvoltarea ta. Astfel una dintre valorile pe care un lider trebuie să le aibă este **Lifelong Learning**, adică învățarea pe tot parcursul vieții, pentru a ne dezvolta constant și adapta la noile medii și situații.

### Viziune

Viziunea este un mijloc esențial pentru concentrarea atenției asupra a ceea ce contează cel mai mult; ce vrei să realizezi în viața ta și ce fel de lider dorești să fii. O viziune utilă trebuie să fie înrădăcinată în trecut personal, să țină cont și de viitor și să facă față realităților de astăzi. Reprezintă cine ești și ce te reprezintă. Te inspiră pe tine și pe oamenii de al căror angajament ai nevoie să acționezi pentru a face schimbări constructive către un viitor pe care doriți să-l vedeți cu toții. **Aici** găsești un articol despre cum să-ți formezi propria viziune, iar **acest video** îți explică cât de importantă este această viziune și cum te poate influența pe viitor. Informații despre cum să-ți crezi o viziune actuală și precisă, dar și exemple poți găsi **aici**.



## Echipa

“If you want to go fast, go alone; but if you want to go far, go together.” (ro: “Dacă vrei să mergi repede, du-te singur; dar dacă vrei să mergi departe, mergeți împreună.”) este un proverb african care definește foarte bine nevoia unui lider de o echipă. Pentru a construi ceva mare este întotdeauna nevoie de mai multe persoane care să contribuie și să aspire la aceeași viziune. Această echipă trebuie să aibă valori și obiective comune, dar și un plan clar și mult respect reciproc, așa cum poți citi și în [acest articol](#). Liderul are rolul de a crea spațiul în care coechipierii lui să se simtă în siguranță. Simon Sinek este unul dintre cei mai cunoscuți speakeri când vine vorba de leadership, iar el vorbește în [acest video](#) ne prezintă niște povești și exemple de lideri care urmează acest principiu.

## Resurse suplimentare:

- [Aici](#) găsești fișe de lucru în diferitele arii ale leadershipului create de Institutul de Leadership și Management.
- [Aici](#) găsești un top de 30 de videoclipuri pe care să le vizionezi despre leadership.
- Forbes a publicat o listă de opt cărți despre leadership pe care poți să o vezi [aici](#).
- Dacă preferi să asculți podcasturi [aici](#) este un top 12 podcasturi despre leadership care te-ar putea ajuta.



# 10. Competențe de sensibilizare și expresie culturală: Scriere creativă și Storytelling

## Scrierea creativă

**Scrierea creativă** este o formă de scriere în care creativitatea se află în prima linie a scopului său prin utilizarea imaginației, creativității și inovației pentru a spune o poveste prin imagini descrise, având un puternic impact emoțional, cum ar fi scrierea de poezie, scrierea de nuvele, scrierea de romane și altele. Scrierea creativă folosește simțurile și emoțiile pentru a crea un vizual puternic în mintea cititorului, în timp ce alte forme de scriere îl lasă pe cititor doar cu fapte și informații în loc de intrigi emoționale. [Aici](#) găsești 8 sugestii pentru a face primii pași.

### Tipurile de scriere creativă includ:

- Poezie
- Joacă
- Scenarii de film și televiziune
- Ficțiune (romane și nuvele)
- Cântece
- Discursuri
- Memorii
- Eseuri personale

## Storytelling

Storytelling - sau arta de a spune povești - este o manieră interactivă a utilizării cuvintelor și acțiunilor pentru a dezvălui elementele și imaginile unei povești încurajând în același timp imaginația ascultătorului.



## Storytellingul are următoarele caracteristici:

- Interactivitate. Storytellingul implică o interacțiune bidirecțională între un povestitor și unul sau mai mulți ascultători. Răspunsurile ascultătorilor influențează povestirea.
- Folosește cuvinte. Povestirea folosește limbajul, fie că este vorba de o limbă vorbită sau de o limbă manuală. Utilizarea limbajului distinge povestirea de majoritatea formelor de dans și mimică.
- Storytellingul prezintă o poveste. Storytellingul implică întotdeauna prezentarea unei povești - o narațiune. Fiecare cultură are propria sa definiție a poveștii.
- Povestirea folosește acțiuni precum vocalizarea, mișcarea fizică și / sau gestul. Aceste acțiuni sunt părți ale limbajului, altele decât cuvintele. Unii povestitori folosesc comunicarea nonverbală mai mult în timp ce alții o folosesc puțin sau deloc.
- Storytellingul încurajează imaginația activă a ascultătorilor. În povestiri, ascultătorul își imaginează povestea.

## Resurse suplimentare:

- [Aici](#) găsești o mulțime de videoclipuri despre Storytelling.
- [Aici](#) poți urma un curs introductiv, dar complex despre storytelling.
- [Acesta](#) este un articol care conține 9 exerciții introductive în scrierea creativă.
- În [acest video](#) Stephen King ne împărtășește câteva sfaturi despre scrierea creativă.
- Dacă vrei să afli cum poți și tu să devii mai creativ, poți urmări [acest video](#).





# COMPETENȚE CHEIE PENTRU LICEENI

[www.Gutenberg.ro](http://www.Gutenberg.ro)  
[www.facebook.com/GutenbergVerein](https://www.facebook.com/GutenbergVerein)