



## CADRU DE REFERINȚĂ

de competențe pentru reintegrarea deținuților și  
noile bariere de reintegrare create de pandemia  
COVID-19

2022



### Parteneri

**ISC - Institut Saumurois de la Communication** (Franța)

**Avaca Technologies** (Grecia)

**O.N.L.U.S. - Linc Societa' Cooperativa Sociale a Responsabilita' Limitata**

(Italia) **DGRSP - Direção-Geral de Reinserção e Serviços Prisionais**

(Portugalia) **Aproximar - Cooperativa de Solidariedade Social - CRL**

(Portugalia)

**Asociatia Vis Juventum** (România)

**MEH - Merseyside Expanding Horizons Limited** (Regatul Unit)

### Autori

Merseyside Extinderea orizonturilor

Stacey Robinson, Cinzia Miatto, Marta Lázaro Echavarren

### Coordonatorul proiectului

**ISC - Institut Saumurois de la Communication** (Franța)

### Data publicării

2022

Numărul acordului: KA227-E7332626E2

Srijinul acordat de Comisia Europeană pentru realizarea acestei publicații nu reprezintă o aprobare a conținutului, care reflectă doar opiniile autorilor, iar Comisia nu poate fi considerată responsabilă pentru orice utilizare care ar putea fi făcută de informațiile conținute în această publicație.

## CUPRINS

04 Introducere

---

06 Nevoile de reintegrare a deținuților și noile bariere în calea reintegrării create de Covid 19

---

57 Indicatori comportamentali

---

66 Concluzii

05 Metodologie

---

15 Competențele necesare pentru reintegrarea deținuților și noile bariere create de Covid-19 pentru a duce o viață respectuoasă a legii după eliberare (în special în primele 6 luni)

---

69 Referințe

# Introducere

Acest Cadru de referință al competențelor pentru reintegrarea deținuților face parte din Self-Design, un proiect Erasmus+ în parteneriat cu Franța, Portugalia, Regatul Unit, Italia, Grecia și România.

Self-Design își propune să dezvolte o metodologie inovatoare care să sporească conștientizarea de către deținuți a nevoilor lor individuale unice de reintegrare și să îmbunătățească performanța profesională a practicienilor din domeniul justiției care lucrează în context penitenciar, oferindu-le noi instrumente și resurse disponibile pentru reabilitarea deținuților.

Acest cadru de referință va ilustra competențele critice pe care deținuții trebuie să le aplice în momentul eliberării (și anume în timpul proceselor de tranziție), cu un accent deosebit pe experiențele recente de eliberare a deținuților la începutul pandemiei.

În sensul cadrului de referință, termenul "competență" este definit ca fiind capacitatea de a mobiliza și de a utiliza valori, atitudini, aptitudini, cunoștințe și/sau înțelegere relevante pentru a răspunde în mod adecvat și eficient la cerințele, provocările și oportunitățile pe care le prezintă un anumit tip de context.

Prezentul cadru de referință este structurat în două părți principale;

- Prima parte este o analiză europeană a situației penitenciarelor din Europa, inclusiv o descriere a sistemului penal din țările partenere implicate în proiect, pentru a oferi o imagine de ansamblu a vieții foștilor deținuți după COVID-19, în ceea ce privește provocările și barierele cu care se confruntă.
- Cea de-a doua parte se concentrează pe competențele cheie, bazate pe interviurile realizate de parteneri, pe care deținuții trebuie să le dezvolte după eliberare.

# Metodologie

Acest cadru de competențe pentru reintegrarea deținuților și noile bariere în calea reintegrării create de pandemia COVID-19 are ca scop să ilustreze competențele critice pe care deținuții trebuie să le aplice după eliberare în timpul proceselor de tranziție, concentrându-se pe experiențele recente de eliberare a deținuților la începutul pandemiei și pe competențele pentru primele șase luni de la întoarcerea în societate.

Conceptul de "competență" a fost definit ca fiind capacitatea de a mobiliza și de a utiliza valori, atitudini, aptitudini, cunoștințe și/sau înțelegere pentru a răspunde în mod adecvat și eficient la cerințele, provocările și oportunitățile prezentate într-un anumit tip de context.


În acest scop, au fost realizate două metodologii, cercetări documentare în fiecare țară (Franța, Grecia, Portugalia, Italia, România și Regatul Unit) cu privire la sistemul penal din fiecare țară. Aceste informații au fost utilizate pentru a evidenția asemănările și diferențele dintre țările partenere; și interviuri semi-structurate, și anume un chestionar. Fiecare partener a realizat 6 interviuri (un total de 42 de interviuri) pentru a colecta vocea foștilor deținuți cu privire la experiența lor de a se întoarce în societate la începutul pandemiei. Interviurile au fost realizate față în față, prin telefon și online.

Întrebările adresate au sondat fiecare subiect de la general la particular și s-au axat pe 5 domenii tematice:

1. Familie și relații
2. Situația locuinței
3. Locuri de muncă
4. Accesul la servicii
5. Impactul Covid-19

Prima întrebare din fiecare domeniu tematic a fost de natură generală, pentru a permite un dialog și pentru a încuraja o abordare primitivă de ascultare activă și empatie care să ajute la înțelegerea deplină a gândurilor, sentimentelor și motivațiilor, subliniind în același timp alegerile făcute de persoana în cauză și înțelegând pe deplin nevoile sale.

Pe baza acestor rezultate, a fost elaborat acest cadru. Această metodologie a permis identificarea capacității deținuților de a face față unor cerințe complexe într-un anumit context.

A young woman with long, light-colored hair is sitting on a black and white striped barrier in a field. She is wearing a dark top and blue jeans. The background is a blurred landscape with trees and a cloudy sky. A yellow rectangular box is overlaid on the image, containing the title text.

# Nevoile de reintegrare a deținuților și noile bariere de reintegrare creat de Covid 19

## Închisorile europene în timpul COVID-19

Potrivit Observatorului European al Penitenciarelor, în Uniunea Europeană, în 2019, peste 584.485 de persoane deținute în institutelor penitenciare.

În medie, o cincime dintre deținuții din Europa sunt cetățeni străini; cu toate acestea, în cadrul țărilor UE există diferențe semnificative. Țările în care procentele sunt peste medie sunt, în general, cele din nordul, centrul și sudul Europei, în timp ce țările din Europa de Est se află la coada listei cu procente extrem de scăzute.

Concluziile Consiliului Europei au arătat că, în timpul perioadei de închidere, rata de încarcerare a rămas stabilă în majoritatea țărilor UE, dar a început să crească în mai multe administrații penitenciare, potrivit unui nou studiu realizat de Universitatea din Lausanne pentru Consiliul Europei.

Studiile și cercetările arată că situația din închisori variază de la o țară la alta. Unele țări înregistrează o scădere a numărului de deținuți.

Scăderea s-a datorat mai multor motive, printre care eliberarea deținuților pentru a preveni răspândirea Covid... 19. COVID-19 a obligat guvernele să pună în aplicare măsuri pentru a reduce populația din închisori și pentru a limita răspândirea virusului.

În Italia, de exemplu, în februarie 2020, în închisori erau 61 230 de deținuți față de 50 931 de locuri disponibile, cu o rată de aglomerare de 120%. Principalul motiv este legat de o scădere datorată reducerii numărului de infracțiuni comise și de o utilizare sporită a măsurilor alternative la detenție de către sistemul judiciar.

În Franța, populația penitenciară a cunoscut o scădere semnificativă și fără precedent în timpul blocajului din primăvara anului 2020, dar numărul deținuților a început să crească din nou.

Această modificare a numărului de deținuți a îmbunătățit condițiile de muncă ale personalului penitenciar și condițiile de cazare a persoanelor condamnate, facilitând totodată punerea în aplicare a măsurilor de prevenire a virusului.

În Portugalia, statisticile oficiale anuale ale sistemului penitenciar portughez arată că, între iulie 2020 și iulie 2021, numărul deținuților aflați în custodie a variat de la 10842 în 2020 (DGRSP, 2020a) la 11385 în 2021, ceea ce relevă o creștere de 1% (DGRSP, 2021c). Cu toate acestea, dacă ne uităm la datele din anul 2020, putem constata o scădere a ratei populației penitenciare însoțită de o creștere a numărului de infractori eliberați.

Și în România situația este foarte asemănătoare cu cea din alte țări, populația penitenciară a înregistrat un trend ascendent în 2020, observându-se o creștere a numărului de deținuți de la 20.578 în 2019 la 21.753 deținuți. Prin urmare, deficitul de locuri de cazare, raportat la un spațiu minim de 4 m<sup>2</sup> pentru fiecare deținut, a crescut de la 2.301 la 3.489 de locuri de detenție.

Ce se întâmplă cu deținuții în caz de pandemie?, o analiză tematică realizată de Inspectoratul Închisorilor din cadrul HM Inspectorate of Prisons, februarie 2021  
Agozino B, Volpe SL. Inegalitățile în materie de sănătate în instituțiile penitenciare: implicații pentru inegalitățile în materie de sănătate în comunitate. Jurnalul de îngrijire a sănătății în penitenciare. 2009;15(4):251-267.



## Nevoi identificate și nevoi apărute în timpul Covid

Înainte de Covid, nevoile deținuților în ceea ce privește reintegrarea socială erau clare: reîntregirea membrilor familiei, tratarea problemelor de abuz, familia, tratamentul abuzului de substanțe și a problemelor de sănătate mintală, accesul la un sistem de sprijin și obținerea unui loc de muncă și a unei locuințe, dezavantajele sociale...etc.

Ieșirea din închisoare este un moment delicat, în care persoana se confruntă cu schimbări personale, cu schimbări de context și cu efectele pe care detenția le-a avut asupra vieții sale. În multe cazuri, revenirea la viața liberă înseamnă să treacă pragul închisorii singur (în absența resurselor) sau cu singurul sprijin al familiei (principalul centru al rețelei relaționale, dacă nu chiar singura resursă disponibilă).

- Vulnerabilitatea economică

Locuință, muncă, finanțe. Vulnerabilitatea economică este adesea rezultatul destabilizării psihologice și al dependenței financiare, deoarece majoritatea foștilor deținuți sunt puternic dependenți de familiile sau instituțiile lor pentru a-și satisface nevoile de bază.

- Stigmatizarea

Unii foști deținuți au subliniat faptul că se simt marginalizați, marginalizați și stigmatizați ca indivizi reduși la detenția lor din trecut. Ca urmare, aceștia se percep ca fiind excluși din lumea muncii, precum și din restul societății, din cauza lipsei de legături sociale.

- Integrare

Acest lucru devine și mai important dacă ne gândim că reintegrarea nu presupune un efort exclusiv al instituțiilor publice, ci necesită un angajament din partea tuturor celor (persoane private, autorități locale, asociații de voluntariat, categorii profesionale, antreprenori) care pot contribui la integrarea socială și profesională a fostului deținut.

- Reședința utilizatorului

## Servicii de sprijin disponibile

Sprijinul acordat foștilor deținuți se schimbă de la o țară la alta.

În general, sprijinul oferit în țările respective se referă la sprijin financiar și la programe de reintegrare pentru a-i ajuta să se integreze în societate.

De obicei, deținutului i se garantează un program special de tratament, orientat spre rezolvarea problemelor specifice legate de viața de familie, de muncă și de condițiile de mediu cu care se va confrunta după ce va părăsi închisoarea. În acest scop, se solicită cooperarea cu centrele de servicii sociale, serviciile teritoriale relevante și organizațiile de voluntariat.

Persoanele externate cu boli fizice sau psihice grave sunt, de asemenea, raportate la autoritățile de sănătate publică pentru asistență.

Adams J, Nowels C, Corsi K, Long J, Steiner JF, Binswanger IA. Riscul HIV după eliberarea din închisoare: un studiu calitativ al foștilor deținuți. Journal of Acquired Immune Deficiency Syndromes: JAIDS. 2011;57(5):429-434. [Articol gratuit PMC] [PubMed]



## Sisteme penale în Europa

### Franța

#### Tribunalul de poliție

Codul penal face distincție între cinci clase de contravenții, în funcție de gravitatea pedepsei aplicate acestora. Aceste contravenții sunt cele mai puțin grave infracțiuni penale, cum ar fi tulburarea liniștii publice, vânătoria fără permis, lovirile și vătămările corporale minore etc. Tribunalul de poliție este cel care judecă cele cinci clase de contravenții. Această instanță se află în cadrul tribunalului de mare instanță și se pronunță întotdeauna ca judecător unic. Acesta este asistat de un grefier.

#### Tribunalul corecțional

Instanța penală judecă infracțiunile (furt, fraudă, abuz de încredere, vătămare corporală gravă etc.) comise de adulți.

#### Curtea de Assize

Curtea de Assize judecă persoanele acuzate de crime, tentative de crime și complicitate la crime: crimă, viol, jaf armat etc.

Aceasta are jurisdicție asupra tuturor infracțiunilor de drept comun comise de adulți.

#### Curtea de Apel

În cazul în care pârâtul nu este de acord cu prima decizie, acesta poate face apel. Instanța de apel analizează faptele și dreptul: aceasta examinează elementele materiale ale cauzei și verifică dacă nu au existat erori de drept.

#### Curtea de Casație

Aceasta este cea mai înaltă instanță din sistemul judiciar. Are sediul la Paris și are jurisdicție pe întreg teritoriul Franței. Aceasta verifică dacă legea a fost aplicată corect și în mod egal de către toate tribunalele și curțile de apel.

### Portugalia

Sistemul penal portughez se află sub responsabilitatea Ministerului Justiției, care își îndeplinește sarcinile prin intermediul Direcției Generale de Reintegrare și Servicii Penitenciare (Direção-Geral de Reinserção e Serviços Prisionais, DGRSP). DGRSP are ca misiune dezvoltarea politicilor de prevenire a criminalității și de reintegrare socială a infractorilor adulți și tineri, precum și gestionarea sistemelor de justiție juvenilă și penitenciare în mod articulată și complementar (articolul 2 din Decretul-lege nr. 215/2012 din 28 septembrie).

În ceea ce privește legislația, sistemul penal portughez este ghidat de următoarele instrumente

- juridice de bază:
- Constituția Republicii Portugheze (Constituição da República Portuguesa, CRP)
  - Codul penal (Código Penal, CP)
  - Codul de executare a pedepselor și măsurilor privative de libertate (Código da Execução das Penas e Medidas Privativas da Liberdade, CEPML)
  - Regulamentul general al unităților penitenciare (Regulamento Geral dos Estabelecimentos Prisionais)

## România

Administrația Națională a Penitenciarelor este serviciul public responsabil de aplicarea regimului de detenție și de asigurarea intervenției de recuperare, în condiții care să garanteze respectarea demnității, facilitând responsabilizarea și reintegrarea în societate a persoanelor private de libertate și contribuind la creșterea gradului de siguranță a comunității, la menținerea ordinii publice și a siguranței naționale.

Activitatea Administrației Naționale a Penitenciarelor și a unităților subordonate este coordonată direct de ministrul justiției. Conducerea Administrației Naționale a Penitenciarelor revine directorului - general, care o reprezintă în relațiile cu Ministerul Justiției și cu instituțiile administrației publice centrale și cu alte autorități, organizații centrale și locale, precum și cu persoane fizice și juridice din țară și din străinătate.

Deținuții și interlopulii execută pedepse privative de libertate și măsuri educative și de libertate în unitățile subordonate Administrației Naționale a Penitenciarelor, organizate după cum urmează: 34 de penitenciare (din care un penitenciar pentru femei); 2 centre educative; 2 centre de detenție; 6 spitale penitenciare. Dintre cele 33 de penitenciare, 8 unități au un rol de coordonare a unităților situate într-o anumită zonă geografică. Misiunile de transport al deținuților și al persoanelor internate între unități, sunt efectuate de către subunitatea de pază și escortă transfer deținuți.

Regimurile de executare a pedepselor privative de libertate aplicabile în penitenciare: Regimul de maximă siguranță (închisoare pe viață și persoanele condamnate la mai mult de 13 ani de închisoare, precum și cele care prezintă un risc pentru siguranța penitenciarului); Regimul închis (persoane condamnate la pedeapsa cu închisoarea de maximum 3 ani, dar care nu depășește 13 ani); Regimul semideschis (persoane condamnate la mai mult de un an de închisoare, dar care nu depășește 3 ani); Regimul deschis (persoane condamnate la pedeapsa cu închisoarea pentru o perioadă care nu depășește un an).

## Regatul Unit

Principala autoritate de urmărire penală din Anglia și Țara Galilor este CPS. CPS este un organism independent responsabil cu urmărirea penală a cazurilor penale care au fost investigate de poliție și de alte organizații de anchetă.

CPS angajează avocați specializați în materie penală care pot oferi consiliere juridică poliției, sunt adesea responsabili de luarea deciziei de a acuza un suspect și sprijină avocații care prezintă cazul în fața instanței.

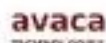
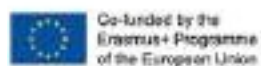
HMCTS (Her Majesty's Courts and Tribunals Service) este agenția executivă responsabilă pentru administrarea instanțelor și tribunalelor din Anglia și Țara Galilor. HMCTS este responsabil de unele aspecte practice ale procedurilor judiciare penale.

Magistrates' courts și Crown Court sunt instanțele de primă instanță în Anglia și Țara Galilor, ceea ce înseamnă că inculpații vor fi audiați mai întâi la una dintre aceste instanțe.

Secția penală a Curții de Apel (Court of Appeal) examinează recursurile împotriva deciziilor Curții Coroanei (Crown Court), în cazul în care apărarea poate stabili motivele de recurs.

Sentencing Council este un organism independent, care nu aparține unui departament și care emite orientări

privind stabilirea sentințelor în Anglia și Țara Galilor.



## Italia

În general, infracțiunile sunt clasificate în două categorii, în funcție de gravitatea lor. Codul penal italian în vigoare în prezent (Codul Rocco), la articolul 17, distinge două tipuri diferite de infracțiuni: infracțiunea (a cărei pedeapsă poate fi detenția pe viață, închisoarea sau o amendă) și contravenția (a cărei pedeapsă poate fi arestul și o amendă).

Printre diferitele clasificări elaborate de doctrină, infracțiunile pot fi considerate comune sau proprii, în funcție de faptul că pot fi comise, respectiv, de oricine sau de cei care dețin anumite calificări sau funcții (funcționari publici, persoane care prestează servicii de utilitate publică și persoane însărcinate cu un serviciu public).

În plus, se face o distincție între infracțiunile din culpă, intenționate și rău intenționate, indiferent dacă sunt comise sau încercate.

## O adevărată "a doua șansă"

Prevenirea criminalității include toate activitățile care contribuie la oprirea sau reducerea criminalității ca fenomen social. Aceste activități sunt întreprinse de toți actorii care sunt susceptibili de a juca un rol preventiv: politicienii locali, agențiile de aplicare a legii și sistemul judiciar, serviciile sociale, sistemul educațional, organizațiile societății civile, industria, băncile, sectorul privat, cercetătorii și oamenii de știință și publicul larg, cu sprijinul mass-media.

Prevenirea criminalității necesită, prin natura sa, o abordare multidisciplinară. Prin urmare, numeroase politici naționale contribuie la prevenirea criminalității: dreptul penal, politica socială, educația, urbanismul, fiscalitatea, autoritățile locale etc. În ceea ce privește criminalitatea generală, cele mai eficiente acțiuni de prevenire ar trebui să aibă loc cât mai aproape posibil de nivelul de bază. Acest lucru este reflectat de apariția unor multiple inițiative locale, practici de "poliție de proximitate", care implică forțele de poliție, autoritățile locale, întreprinderile, asociațiile și cetățenii.

Până în prezent, statele UE au avut responsabilitatea principală în materie de prevenire a criminalității. Odată cu intrarea în vigoare a Tratatului de la Lisabona (articolul 84 din TFUE), UE are acum posibilitatea de a stabili măsuri de promovare și de sprijinire a acțiunilor statelor UE în acest domeniu.

UE se concentrează pe facilitarea schimburilor de experiență și de bune practici pentru a atenua factorii care încurajează criminalitatea și recidiva sau care pun o persoană într-o situație vulnerabilă și pentru a preveni corupția, precum și infiltrarea criminalității în economie și societate. În plus, UE a început să introducă, în mod sistematic, dispoziții preventive solide în inițiativele sale emblematiche, de la politica antidrog la criminalitatea informatică, traficul de persoane și pornografia infantilă.

Din 2001, Rețeaua europeană de prevenire a criminalității (REPC) oferă o platformă la nivelul UE pentru schimbul de bune practici, cercetare și informații privind diferite aspecte ale prevenirii criminalității la nivel local. Deși acoperă toate tipurile de infracționalitate, rețeaua acordă o atenție deosebită domeniilor infracționalității juvenile, urbane și legate de droguri. Site-ul internet al rețelei conține o bogată bază de date privind orientările strategice naționale și proiectele întreprinse în diferite domenii ale criminalității, cum ar fi tâlhăria, criminalitatea în mediul de afaceri, poliția de proximitate, violența în școli și diferite categorii de criminalitate organizată.

Programul pentru prevenirea și combaterea criminalității (ISEC) a alocat un grant de acțiune Belgiei, care găzduiește în prezent secretariatul profesional al REPCN și va continua să dezvolte rețeaua. În plus, ISEC finanțează o gamă largă de proiecte mai mici de prevenire a criminalității. Alte activități de prevenire a criminalității pot fi sprijinite de o serie de instrumente financiare ale UE, cum ar fi Programul Daphne IIICăutați traduceriile disponibile ale linkului anterior, cel de-al 7-lea Program-cadru de cercetare, fondurile structurale și alte programe legate de integrare și educație.

Pentru a combate criminalitatea în mod eficient, autoritățile de justiție penală din țările UE trebuie să colaboreze. În cele din urmă, într-un spațiu european comun al justiției, autoritățile naționale de aplicare a legii și autoritățile judiciare vor putea avea încredere și se vor putea baza unele pe altele.

Acest lucru va spori încrederea oamenilor în corectitudinea procedurilor, știind că drepturile lor sunt protejate atunci când trebuie să se prezinte în fața unei instanțe din altă țară sau dacă sunt victime ale unei infracțiuni.



Acțiunea la nivelul UE în acest domeniu este crucială din mai multe motive:

- Infracțiunile grave de criminalitate organizată sunt adesea comise la nivel transfrontalier. Pentru a preveni crearea de "paradisuri sigure" pentru infractori, legislația țărilor UE ar trebui să fie mai bine armonizată.
- În cazul în care oamenii au încredere că drepturile lor sunt respectate în toate țările UE, dacă sunt suspectați sau acuzați de o infracțiune, este mai probabil să își folosească dreptul de a locui, de a munci sau de a studia într-o altă țară din UE.
- Normele comune consolidează încrederea reciprocă între sistemele judiciare din diferite țări ale UE. Acest lucru facilitează cooperarea și recunoașterea reciprocă a deciziilor în întreaga UE.
- Dreptul penal al UE contribuie la prevenirea și pedepsirea infracțiunilor grave, de exemplu a infracțiunilor împotriva mediului.

În întreaga lume, sistemele de justiție penală sunt principalele surse de încălcări grave ale drepturilor omului, inclusiv execuții extrajudiciare, tortură, detenție arbitrară și discriminare.

Drepturile omului sunt drepturi pe care le avem pentru simplul fapt că existăm ca ființe umane - ele nu sunt acordate de niciun stat. Aceste drepturi universale ne sunt inerente tuturor, indiferent de naționalitate, sex, origine națională sau etnică, culoare, religie, limbă sau orice alt statut. Acestea variază de la cel mai fundamental - dreptul la viață - până la cele care fac ca viața să merite să fie trăită, cum ar fi dreptul la hrană, educație, muncă, sănătate și libertate.

Declarația Universală a Drepturilor Omului (DUDO), adoptată de Adunarea Generală a ONU în 1948, a fost primul document juridic care a stabilit drepturile fundamentale ale omului care trebuie protejate la nivel universal. Declarația Universală a Drepturilor Omului, care a împlinit 70 de ani în 2018, continuă să fie fundamentul tuturor legilor internaționale privind drepturile omului. Cele 30 de articole ale sale oferă principiile și elementele de bază ale convențiilor, tratatelor și altor instrumente juridice actuale și viitoare privind drepturile omului.

Declarația Universală a Drepturilor Omului, împreună cu cele două pacte - Pactul internațional cu privire la drepturile civile și politice și Pactul internațional cu privire la drepturile economice, sociale și culturale - formează Carta Internațională a Drepturilor.

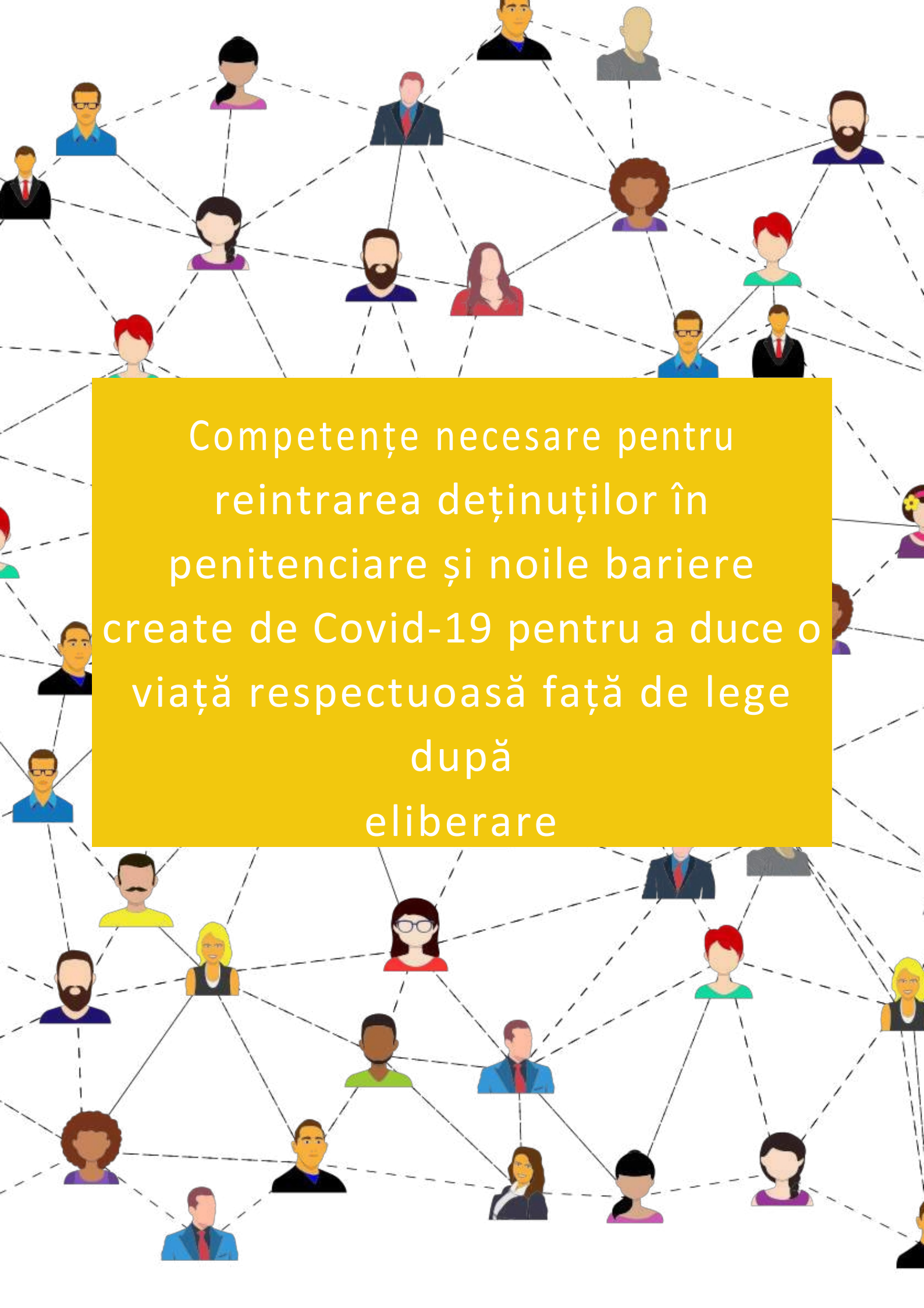
Reintegrarea socială este deseori înțeleasă ca fiind sprijinul acordat infractorilor în timpul reintegrării lor în societate după încarcerare. Cu toate acestea, o definiție mai largă cuprinde o serie de intervenții întreprinse în urma unei arestări pentru a-i îndepărta pe infractori de la sistemul de justiție penală și a-i îndrepta către o măsură alternativă, inclusiv un proces de justiție restaurativă sau un tratament adecvat. Aceasta include impunerea unor sancțiuni bazate pe comunitate în locul încarcerării, în încercarea de a facilita reintegrarea socială a infractorilor în cadrul comunității, în loc de a-i supune la efectele marginalizante și dăunătoare ale încarcerării. Pentru cei care sunt condamnați la închisoare, include programe corecționale în închisoare și intervenții de îngrijire ulterioară (Oficiul Națiunilor Unite pentru Droguri și Criminalitate, 2006). În ultimii ani, componenta de după eliberare, bazată pe comunitate, a acestor intervenții a fost denumită în mod diferit "aftercare", "îngrijire tranzitorie", "reintrare" sau "sprijin pentru reintrare", reintegrare sau reinstalare. Unele intervenții după eliberare pot începe în timp ce infractorul este încă încarcerat, cu intenția de a facilita adaptarea după eliberare.

Foștii infractori sunt expuși riscului de excluziune socială. Politica de coeziune a UE sprijină incluziunea socială a persoanelor cu handicap, a lucrătorilor tineri și în vârstă, a lucrătorilor slab calificați, a migranților și a minorităților etnice, cum ar fi romii, a persoanelor care locuiesc în zone defavorizate și a femeilor pe piața muncii. Ea sprijină Strategia Europa 2020, care are ca obiectiv scoaterea a cel puțin 20 de milioane de persoane din riscul de sărăcie.

Atunci când foștii deținuți părăsesc închisoarea, reintegrarea poate fi dificilă. La Self Design dorim să le oferim sprijin, să-i învățăm valori precum respectul și încrederea în sine, astfel încât să poată avea o a doua viață, o șansă de a se întoarce în societate și să facem societatea mai incluzivă și mai sigură. Proiectul își propune să-i ajute pe foștii deținuți să evite recidiva și să se reintegreze în societate, să lucreze cu mentori pentru a-i instrui pe deținuți în ceea ce privește competențele de bază de care vor avea nevoie la eliberare, pentru a-i ajuta să-și planifice viața în exterior.

După eliberare, în special în primele luni, ar trebui să existe o cooperare cu serviciile sociale, centrele de primire și serviciile penitenciare pentru a-i ajuta în problemele de zi cu zi.

Prevenirea recidivei și reintegrarea socială a infractorilor, 2020, UNODOC  
Jurnalul Oficial al Uniunii Europene, JO C 172, 27.5.2015, p. 17-21 JOIN/2016/029 final.



Competențe necesare pentru  
reintrarea deținuților în  
penitenciare și noile bariere  
create de Covid-19 pentru a duce o  
viață respectuoasă față de lege  
după  
eliberare



# Cadrul de competențe

în raport cu sine...

Sănătate și wellness personal  
Abordarea nevoilor și căutarea de ajutor  
Învățarea de a învăța  
Antreprenoriat  
Capacitatea de angajare

Numerate Tehnică Digitală

în raport cu mediul...

Comunicare și alfabetizare Multilingv  
Cetățenie socială  
Contribuția la societate  
Conștientizarea și exprimarea culturală

în raport cu ceilalți...

A wooden mannequin is shown from the waist down, holding a tablet computer. The mannequin is positioned on the right side of the frame. A large, solid cyan circle is overlaid on the left side of the image, containing the word "Personal" in white, bold, sans-serif font. The background is a soft, out-of-focus light gray.

**Personal**

# Personal



Competența personală este capacitatea de a reflecta asupra propriei persoane, de a gestiona eficient timpul și informațiile, de a lucra cu ceilalți într-un mod constructiv, de a rămâne rezilient și de a-și gestiona propria învățare și carieră. Aceasta include capacitatea de a face față incertitudinii și complexității, de a învăța să învețe, de a-și susține bunăstarea fizică și emoțională, de a-și menține sănătatea fizică și mentală și de a fi capabil să ducă o viață conștientă de sănătate și orientată spre viitor, de a empatiza și de a gestiona conflictele într-un context incluziv și de susținere. Este abilitatea de a ne recunoaște propriile emoții, de a ne motiva și de a ne controla emoțiile, care se îndreaptă spre sine, spre gestionarea lumii emoționale în sine. **Competențe-cheie pentru învățarea pe tot parcursul vieții, Comisia Europeană, 2019**

## Indicatori comportamentali

- ◆ Conștiința de sine (Recunoașterea și înțelegerea propriilor stări de spirit, emoții și impulsuri, precum și a efectului lor asupra celorlalți).
- ◆ Autocontrolul (Controlul impulsurilor negative, sau a stării de spirit proaste, și care ne permite să nu luăm decizii pripite)
- ◆ Motivația (entuziasmul de a face ceva)
- ◆ Responsabilitatea personală (fiți responsabili)
- ◆ toleranța la stres (capacitatea de a fi rezistent și de a face față incertitudinii și stresului). Autoreglementarea (a acționa în conformitate cu regulile).
- ◆ Luarea deciziilor
- ◆ Încredere în sine (încredere în propriile capacități, calități sau judecăți; încredere în sine)
- ◆ Identificarea propriilor capacități și evaluarea punctelor tari și a punctelor slabe
- ◆ Să facă față complexității și obstacolelor
- ◆ Reflecție critică
- ◆ Rezolvarea problemelor

## De ce este necesar?

- ◆ Să ne recunoaștem emoțiile și efectele lor, precum și punctele forte și punctele slabe
  - ◆ Să avem încredere în noi înșine
  - ◆ Pentru autocontrolul emoțional
  - ◆ Pentru a ține sub control emoțiile și impulsurile dăunătoare, capacitatea noastră de a gestiona schimbările și situațiile stresante
  - ◆ Să aibă adaptabilitate, flexibilitate pentru a
  - ◆ gestiona schimbările Să aibă un sentiment de
  - ◆ realizare și motivație
- A fi optimist, perseverența în atingerea obiectivelor în ciuda obstacolelor

## Exemple practice

Competențe emoționale, evaluarea punctelor tari și a punctelor slabe, identificarea propriilor capacități, concentrarea, capacitatea de a face față complexității, reflecția critică și luarea deciziilor, Învățarea și lucrul în colaborare și în mod autonom, organizarea și perseverența în propria învățare, evaluarea și împărtășirea acesteia, capacitatea de a fi rezilient și de a face față incertitudinii și stresului, Rezolvarea problemelor  
Confruntarea cu obstacolele și schimbările...





**Sănătate și wellness**

# Sănătate și wellness



Sănătatea este o stare de deplină bunăstare fizică, mentală și socială și nu doar absența bolii sau a infirmității,  
**OMS 2022**

## Indicatori comportamentali

- ◆ Efectuați orice sarcină sau comision fără
  - ◆ dificultate Mâncați într-un mod sănătos,
  - ◆ organizat și echilibrat Aveți grijă de sănătatea
  - ◆ dumneavoastră fizică și mentală Aveți un
  - ◆ program de somn continuu și controlat Duceți o
  - ◆ viață activă
  - ◆ Prevenirea bolilor și a dependențelor
  - ◆ Atitudine pozitivă față de bunăstarea personală, socială și fizică
  - ◆ Cunoașterea componentelor unei minți, ale unui corp și ale unui stil de viață sănătos
- Să fie conștienți de factorii socio-economici, biologici și de mediu

## De ce este necesar?

- ◆ Pentru că este o componentă integrală și esențială a vieții.
- ◆ Pentru că este mai mult decât absența problemelor, bolilor, tulburărilor sau dizabilităților.
- ◆ Sănătatea mintală este o stare de bine în care un individ își conștientizează propriile abilități, poate face față stresului normal al vieții, poate lucra în mod productiv și este capabil să contribuie la viața comunității sale.
- ◆ Sănătatea este fundamentală pentru capacitatea noastră colectivă și individuală, ca oameni, de a gândi, de a emoționa, de a interacționa unii cu alții, de a ne câștiga existența și de a ne bucura de viață. Pe această bază, promovarea, protecția și restabilirea sănătății mintale pot fi considerate o preocupare vitală a indivizilor, comunităților și societăților din întreaga lume.

## Exemple practice

Dormiți 7-10 ore, mergeți la plimbare, faceți yoga, meditație, mâncați sănătos, mențineți igiena corporală, faceți plajă pentru o vreme în fiecare zi...





**Abordarea nevoilor și  
căutarea de ajutor**

# Abordarea nevoilor și căutarea de



Capacitatea de a recunoaște simptomele și de a recunoaște că aveți o problemă care poate necesita intervenția altcuiva. Această conștientizare trebuie să poată fi articulată sau exprimată în cuvinte care pot fi înțelese de alții, iar persoana care caută ajutor trebuie să se simtă confortabil să facă acest lucru. Sursele de ajutor și de sprijin pentru a face față problemei trebuie să fie disponibile și accesibile, iar persoana care caută ajutor trebuie să înțeleagă unde/cum să obțină acest sprijin. persoana care caută ajutor trebuie să fie dispusă și capabilă să își dezvăluie starea interioară sursei de ajutor. **Young Minds, 2021**

## Indicatori comportamentali

- ◆ Planificarea și anticiparea
- ◆ Evitarea problemelor
- ◆ Evitarea problemelor
- ◆ Căutați oportunitățile și resursele disponibile în materie de educație, formare și carieră. Recunoașterea îndrumării și descoperirea unor facilitatori eficienți
- ◆ pentru a căuta ajutor Căutarea de sprijin, ajutor și îndrumare atunci când este nevoie și când se simte necesar
- ◆ Recunoașterea propriilor limite și identificarea nevoilor Curaj
- ◆ Smerenie
- ◆ Onestitate
- ◆ Onestitate
- ◆ Încrederea în
- ◆ ceilalți
- ◆ Să ne asumăm responsabilitatea
- ◆ Înțelegerea procesului de căutare a ajutorului Pentru a pune întrebări

## De ce este necesar?

- ◆ Pentru că avem nevoie de ceilalți și avem nevoie să ne simțim însoțiți.
- ◆ Pentru că nu sunteți singuri, există mulți oameni în jurul dumneavoastră, gata să vă ajute atunci când aveți nevoie. Pentru că nimeni nu este mai presus de nimeni altcineva

## Exemple practice

Consultați un superior, cereți resurse, cunoașteți ce resurse oferă administrația cetățenilor, întrebați atunci când nevoia este constantă sau sesizabilă în cea mai mare parte a timpului, persistă o perioadă de aproximativ două săptămâni sau mai mult și vă afectează în mod negativ viața de zi cu zi...





# Comunicare și alfabetizare

## Comunicare și alfabetizare



"Alfabetizarea este abilitatea de a identifica, înțelege, exprima, crea și interpreta concepte, sentimente, fapte și opinii atât în formă orală, cât și în scris, folosind materiale vizuale, sonore/audio și digitale în diferite discipline și contexte. Ea implică capacitatea de a comunica și de a se conecta eficient cu ceilalți, într-un mod adecvat și creativ. Dezvoltarea competențelor de citire și scriere constituie baza pentru continuarea învățării și a interacțiunii lingvistice. În funcție de context, competența de alfabetizare poate fi dezvoltată în limba maternă, în limba de școlarizare și/sau în limba oficială a unei țări sau regiuni." **Competențe-cheie pentru învățarea pe tot parcursul vieții, Comisia Europeană, 2019**

### Indicatori comportamentali

- ◆ Citit
- ◆ Scris
- ◆ Vorbind
- ◆ Vorbind
- ◆ Ascultând
- ◆ d
- ◆ Să se exprime, să se facă înțeles, să îi înțeleagă pe ceilalți și să transmită idei O bună
- ◆ înțelegere a informațiilor scrise
- ◆ Au vocabular
- ◆ Cunoașteți gramatica funcțională
- ◆ Cunoașterea funcțiilor lingvistice și a principalelor tipuri de
- ◆ interacțiune verbală Distincția între texte literare și nonliterare
- ◆ să poată distinge principalele trăsături ale diferitelor stiluri și registre ale limbii
- ◆ Disponibilitatea de a se angaja într-un dialog critic și constructiv
- ◆ Aprecierea calităților estetice Interesul
- ◆ pentru interacțiunea cu ceilalți
- ◆ Conștientizarea impactului limbajului asupra celorlalți
- ◆ înțelegerea și utilizarea limbajului într-un mod pozitiv și responsabil din punct de
- ◆ vedere social Adaptarea la diferite audiențe
- ◆ Manipularea limbajului corporal și
- ◆ utilizarea spațiului argumentează și
- ◆ dezbate
- ◆ Formularea de întrebări
- ◆ structurarea propozițiilor
- Menținerea interesului și a atenției receptorului
- Rezumatul
- Nu faceți greșeli gramaticale

### De ce este necesar?

- ◆ Să comunice oral și în scris într-o varietate de situații
- ◆ Să-și controleze și să-și adapteze propria comunicare la cerințele situației.
- ◆ Să distingă și să utilizeze diferite tipuri de surse, să caute, să colecteze și să caute, să colecteze și să prelucereze informații, să utilizeze mijloace auxiliare și să formuleze și să își exprime argumentele orale și scrise într-un mod convingător și adecvat contextului.
- ◆ Pentru gândire critică
- ◆ Să evalueze și să lucreze cu informații



## Exemple practice

Disponibilitatea de a se angaja într-un dialog critic și constructiv, aprecierea calităților estetice, înțelegerea și interacțiunea cu ceilalți, conștientizarea impactului limbajului asupra celorlalți, înțelegerea și limbajul rămană într-un mod pozitiv și responsabil din punct de vedere social, vorbind, citind, prezentarea, susținerea unui interviu, adaptarea la diferite audiențe, manipularea limbajului corporal și delimitarea spațiului, cunoașterea vocabularului, utilizarea diferitelor registre, exprimarea, a se face înțeles și transmiterea ideilor, argumentarea și dezbateră, adresarea de întrebări, structurarea celorlalți, a face oamenii să simtă emoții, a menține interesul și atenția receptorului, a asculta, propozițiilor, înțelegerea rezumând, fără a face greșeli gramaticale...



# Multilingv

# Multilingv



"Această competență definește abilitatea de a utiliza diferite limbi în mod adecvat și eficient pentru comunicare. Ea împărtășește, în linii mari, principalele dimensiuni de competențe ale alfabetizării: se bazează pe capacitatea de a înțelege, exprima și interpreta concepte, gânduri, sentimente, fapte și opinii atât în formă orală, cât și scrisă (ascultare, vorbire, citire și scriere) într-o gamă adecvată de contexte societale și culturale, în funcție de dorințele sau nevoile proprii. Competențele lingvistice integrează o dimensiune istorică și competențe interculturale. Acestea se bazează pe capacitatea de a media între diferite limbi și mijloace de comunicare, așa cum se subliniază în Cadrul european comun de referință. După caz, poate include menținerea și dezvoltarea în continuare a competențelor în limba maternă, precum și dobândirea limbii (limbilor) oficiale a unei țări." **Competențe-cheie pentru învățarea pe tot parcursul vieții, Comisia Europeană, 2019**

## Indicatori comportamentali

- ◆ Aprecierea diversității culturale și a limbilor oficiale ale unei țări
- ◆ Interes și curiozitate față de diferite limbi și de comunicarea interculturală
- ◆ Respectarea profilului lingvistic individual al fiecărei persoane și a limbii materne a persoanelor aparținând minorităților sau provenite din familii de imigranți.
- ◆ Învățarea unei alte limbi străine
- ◆ Plecarea în străinătate și interacțiunea cu
- ◆ vorbitori nativi vorbind, citind și scriind într-o limbă
- ◆ străină Conștientizarea existenței diferitelor accente.

## De ce este necesar?

- ◆ Pentru a înțelege mesajele vorbite
- ◆ Să inițieze, să mențină și să încheie conversații
- ◆ Să citească, să înțeleagă și să redacteze texte, cu diferite niveluri de competență în diferite limbi, în funcție de nevoile individuale.
- ◆ Să utilizeze instrumente adecvate
- ◆ Să învețe limbi străine în mod formal, non-formal și informal pe tot parcursul vieții.

## Exemple practice

Aprecierea diversității culturale și a limbilor oficiale ale unei țări, interesul și curiozitatea față de limbi diferite și comunicarea interculturală, respectarea profilului lingvistic individual al fiecărei persoane și pentru limba maternă a persoanelor aparținând minorităților sau de origine imigrantă, învățarea unei alte limbi străine, plecarea în străinătate și interacțiunea cu vorbitori nativi, schimbul de limbi străine, învățarea să faci greșeli, important este să poți comunica, să înțelegi, să vorbești și să scrii. Într-o limbă străină, conștientizarea existenței unor accente diferite, folosirea hobby-urilor ca mijloc de învățare (televiziune, seriale, filme, lectură, muzică etc.)





**Social**

## Social



Competența socială are ca scop gestionarea relației noastre cu mediul social în care trăim și care ne permite să devenim conștienți de sentimentele, nevoile și preocupările celorlalți. Conștiința socială vă oferă capacitatea de a înțelege și de a răspunde la nevoile celorlalți. **Competențe-cheie pentru învățarea pe tot parcursul vieții, Comisia Europeană, 2019**

### Indicatori comportamentali

- ◆ Să înțeleagă codurile de conduită și normele de comunicare general acceptate în diferite societăți și medii.
- ◆ Gestionați interacțiunile sociale
- ◆ Să comunice constructiv în diferite contexte Să
- ◆ colaboreze în echipă
- ◆ Arată toleranța
- ◆ Exprimarea și înțelegerea diferitelor puncte de
- ◆ vedere Capacitatea de a crea încredere
- ◆ Manifestarea empatiei
- ◆ Atitudine de colaborare
- ◆ Asertivitate și integritate
- ◆ Să respecte diversitatea celorlalți și nevoile lor și să fie pregătiți atât pentru a depăși prejudecățile, cât și pentru a ajunge la acorduri.
- ◆ Rezolvarea conflictelor
- ◆ Stabilirea unor relații constructive (reîntregirea familiei...) Dezvoltarea
- ◆ conceptului de comunități

### De ce este necesar?

- ◆ Să înțeleagă emoțiile, nevoile și preocupările celeilalte persoane.
- ◆ Pentru a crea o legătură între sine și ceilalți
- ◆ Să înțelegem ceea ce trăiesc ceilalți ca și cum am simți noi înșine.
- ◆ Să relaționeze cu ceilalți, să motiveze, să inspire, să conducă, să lucreze în echipă, să colaboreze, să negocieze, să rezolve dezacorduri și conflicte, să creeze echipe eficiente, să convingă, să influențeze, să găsească un partener sau un loc de muncă și să fie capabil să coopereze cu ceilalți.

## Exemple practice

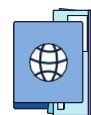
Înțelegerea codurilor de conduită și a normelor de comunicare general acceptate în diferite societăți și medii, gestionarea interacțiunilor sociale, comunicarea constructivă în diferite contexte, colaborarea în echipe, negocierea, toleranța, exprimarea și înțelegerea diferitelor puncte de vedere, capacitatea de a crea încredere, empatie, atitudine de colaborare, asertivitate și integritate, respectul față de diversitatea celorlalți și față de nevoile lor, precum și disponibilitatea de a depăși prejudecățile și de a ajunge la un acord...



# Cetățenie



# Cetățenie



"Competența cetățenească este capacitatea de a acționa ca cetățeni responsabili și de a participa pe deplin la viața civică și socială, pe baza înțelegerii conceptelor și structurilor sociale, economice, juridice și politice, precum și a evoluțiilor globale și a sustenabilității." **Competențe-cheie pentru învățarea pe tot parcursul vieții, Comisia Europeană, 2019**

## Indicatori comportamentali

- ◆ Respectul pentru drepturile omului ca bază a democrației
  - ◆ Atitudine responsabilă și constructivă
  - ◆ Dorința de a participa la procesul decizional democratic la toate nivelurile și la activitățile civice
  - ◆ Sprijin pentru diversitatea socială și culturală, identitate, egalitate de gen, coeziune socială și stiluri de viață durabile (schimbările climatice și demografice globale și cauzele care stau la baza acestora).
  - ◆ Promovarea unei culturi a păcii și a non-violenței
  - ◆ Dorința de a respecta viața privată a celorlalți
  - ◆ Asumarea responsabilității față de mediu
  - ◆ Interes pentru evoluțiile politice și socio-economice, pentru științele umaniste și pentru comunicarea interculturală
  - ◆ Depășirea prejudecăților și acceptarea diferențelor
  - ◆ Realizarea unor obiective comune, acționând și contribuind la un scop mai mare
  - ◆ Asigurarea justiției sociale și a echității
  - ◆ Sprijinirea conștientizării cetățeniei UE și a deschiderii către lume
  - ◆ Voluntariat și solidaritate
  - ◆ Cunoașterea localnicilor și a nevoilor lor
  - ◆ Curățenie și strângere de gunoaie
  - ◆ Fii prietenos și primitor
  - ◆ Participarea la evenimente locale și sărbătorirea festivităților
  - ◆ Să aibă un sentiment de apartenență și angajament față de comunitate, să se implice în comunitate
  - ◆ Să cunoască concepte și fenomene de bază legate de indivizi, grupuri, organizații de muncă, societate, economie și cultură
  - ◆ Să cunoască evenimentele contemporane și evoluțiile cheie din istoria națională, europeană și mondială, obiectivele și valorile mișcărilor sociale și politice.
- Sprijin pentru multiculturalism

## De ce este necesar?

- ◆ Să se angajeze în mod eficient cu alții în interesul comun sau public, inclusiv dezvoltarea durabilă a societății.
- ◆ Să dezvolte gândirea critică
- ◆ Să rezolve probleme într-un mod integrat
- ◆ Să dezvolte argumente
- ◆ Să participe în mod constructiv la activitățile comunitare și la procesul decizional la toate nivelurile, de la cel local și național la cel european și internațional.
- ◆ Să aibă acces la mass-media tradiționale și noi și să înțeleagă rolul și funcțiile mass-media în societățile democratice.

## Exemple practice

Respectul pentru drepturile omului ca bază a democrației, atitudine responsabilă și constructivă, dispoziția la procesul democratic de luare a deciziilor la toate nivelurile și la activități civice, diversitatea culturală, egalitatea de gen, coeziunea socială, stiluri de viață durabile, promovarea pașii de non-violență, dorința de a respecta intimitatea celorlalți, asumarea responsabilității pentru mediul înconjurător, interes pentru evoluțiile politice și socio-economice, științe umaniste și comunicare, depășirea prejudecăților, compromisul acolo unde este necesar, asigurarea justiției sociale, Sprijinirea conștientizării cetățeniei UE, Voluntariat și solidaritate, Deschidere și acceptare a diferențe, Realizarea de obiective comune, Acțiunea și contribuția la un scop mai mare, Deschiderea la alte perspective, Cunoașterea localnicilor, Curățenie și strângerea gunoiului, Zâmbetul, prietenia și primirea, Participarea la evenimente, sărbătorirea festivităților, înscrierea în grupuri de Facebook, cunoașterea nevoilor sentimentul de apartenență.

A photograph showing several volunteers wearing face masks and working with cardboard boxes in a warehouse or storage area. The boxes are labeled with 'Medicine', 'FOOD', and 'AID'. A large purple circle is overlaid on the center of the image, containing the text 'Contribuția la societate'. In the foreground, a sign reads 'CHARITY'.

**Contribuția la societate**

**Medicine**

**AID**

**CHARITY**

## Contribuția la societate



"Este abilitatea de a desfășura activități în beneficiul societății, de bună voie, pentru o cauză non-profit, în beneficiul dezvoltării personale, dedicându-și timpul și energia pentru binele comun. timpul și energia pentru binele comun, fără recompensă financiară." **Educație civică stradală, 2020**

### Indicatori comportamentali

- ◆ Disciplinat, conștient de realitatea sa și de rolul său de cetățean Nu se așteaptă la retribuții financiare
- ◆ Perseverent, caritabil și grijuliu cu ceilalți.
- ◆ Știind că nu întotdeauna se ajută cu obiecte materiale, ci că abordarea umană și schimbul de idei este o modalitate de a ajuta.
- ◆ Ambiția de a construi și de a vedea o lume mai bună, fără a dori să fie în centrul aplauzelor
- ◆ Conștientizarea faptului că rezultatele bune necesită timp și efort zilnic
- ◆ Căutați mereu să vă îmbunătățiți pentru binele comunității
- ◆ Angajamentul și știința de a nu face compromisuri atunci când nu se poate Știind că toți avem ceva de oferit
- ◆ Acțiuni în concordanță cu cuvintele lor,
- ◆ Efectuați o muncă altruistă în funcție de abilitățile proprii, de ceea ce vă place să faceți și de ceea ce puteți face Vă mișcați pentru că creați o schimbare pozitivă
- ◆ Să nu implice probleme personale Să te bucuri de ceea ce faci
- ◆ Nu considerați că a ajuta ca pe o obligație Cunoașterea drepturilor și responsabilităților Serviciu pentru alții și voluntariat Altruism și conceptul de bine comun
- ◆ Cunoașterea programelor locale, naționale, internaționale și ale UE Lucru în echipă
- ◆ Organizare și creativitate
- ◆ Empatie și comunicare interpersonală
- ◆ Stima de sine
- ◆ Capacitate de înclinare

### De ce este necesar?

- ◆ Pentru a realiza reeducarea și reintegrarea socială.
- ◆ Să reeduce și să îmbunătățească posibilitățile de reintegrare
- ◆ Pentru a elimina desocializarea și dezumanizarea individului, mai degrabă decât îndeplinirea unor sarcini specifice
- ◆ Pentru participarea la activități de interes general care să permită interacțiunea cu alte persoane, în general persoane aflate în risc de excludere
- ◆ Pentru că poate deveni o terapie

## Exemple practice

Prietenie/Mentoring, Administrativ/Office Munc Art (Muzică/Drama/Craftu  
Predare/Tutorat/Sprijinirea învățării, Consiliere/Ascultare, Lucru cu tinerii, Evenimente și  
Stewarding, Predare/Tutorat/Sprijinire a învățării, voluntariat la bibliotecă locală, pentru a însoți o excursie, cu o  
non-profit local, la un adăpost de animale, la un centru comunitar, ca salvamar, ca paznic la trecerea de  
social media pentru  
petri, pentru a face  
organizație locală...



Conștientizarea și  
exprimarea  
culturală



## Conștientizarea și exprimarea

culturală



"Competența de conștientizare și exprimare culturală presupune înțelegerea și respectul pentru modul în care ideile și semnificațiile sunt exprimate și comunicate în mod creativ în diferite culturi și prin intermediul unei game de arte și alte forme culturale. Aceasta implică faptul de a fi angajat în înțelegerea, dezvoltarea și exprimarea propriilor idei și a simțului locului sau rolului în societate într-o varietate de moduri și contexte." **Competențe-cheie pentru învățarea pe tot parcursul vieții, Comisia Europeană, 2019**

### Indicatori comportamentali

- ◆ Deschidere de spirit și respect pentru diversitatea expresiilor culturale
- ◆ Abordare etică și responsabilă a proprietății intelectuale și culturale
- ◆ Curiozitate pentru lume
- ◆ Deschiderea de a-și imagina noi posibilități
- ◆ Participă la experiențe culturale
- ◆ Învățarea despre șocul cultural și informarea despre alte culturi
- ◆ Înțelegerea faptului că libertatea de exprimare are limite
- ◆ Leșirea din propria zonă de confort
- ◆ Adaptarea la nou și la necunoscut
- ◆ Multiculturalism
- ◆ Acceptarea faptului că nicio cultură nu este mai bună decât
- ◆ alta
- ◆ Bucuria de cultură și de patrimoniu
- ◆ Interes pentru cultura locală, națională, regională, europeană și mondială (limbi străine, patrimoniu, traduceri, gastronomie...)
- ◆ Dezvoltarea propriei identități
- ◆ Considerarea culturii ca un mod de a vedea, exprima și modela lumea

### De ce este necesar?

- ◆ Să exprime și să interpreteze cu empatie idei, experiențe și emoții figurative și abstracte, într-o gamă largă de arte și alte forme culturale.
- ◆ Să identifice și să exploateze oportunitățile de valoare personală, socială sau comercială prin intermediul artelor și al altor forme culturale.
- ◆ Să se angajeze în procese creative atât individual cât și colectiv



## Exemple practice

Atitudinea deschisă și respectuoasă față de diversitatea expresiilor culturale, abordarea etică și responsabilă a problemei culturale și culturale, curiozitatea față de lume, deschiderea de a imagina noi posibilități, participarea la experiențe culturale, învățarea despre șocul cultural și informarea cu privire la noul cultural înainte de sosire pentru a evita neînțelegerile, libertatea de exprimare și limitele acesteia, zona de confort, adaptarea la program, încercarea de lucruri noi, integrarea într-un grup cultural, negarea faptului că nu există o cultură mai bună decât alta, schimbul de cultură (idei, limbi .....), să ai prieteni și rude în diferite părți ale lumii, să locuiești într-un loc diferit de cel în care ai fost născut, călătorit, mâncat și gătit alimente și produse care provin din diferite părți ale lumii, conducerea de mașini din diferite țări, lucrul într-un mediu multicultural (internațional organizații), care se bucură de pictură, arhitectură, sculptură, artă, muzică, dans, cinema... cunoștințe de cultură contemporană, cunoașterea patrimoniului cultural...



# Numerație

# Numeratie

1

"Competența matematică este abilitatea de a dezvolta și de a aplica gândirea și intuiția matematică pentru a rezolva o serie de probleme în situații cotidiene. Pornind de la o bună stăpânire a noțiunilor de calcul, accentul este pus pe proces și activitate, precum și pe cunoștințe. Competența matematică implică, în grade diferite, capacitatea și dorința de a utiliza moduri matematice de gândire și prezentare (formule, modele, construcții, grafice, diagrame). ." **Competențe-cheie pentru învățarea pe tot parcursul vieții, Comisia Europeană, 2019**

## Indicatori comportamentali

- ◆ Respectul pentru adevăr
- ◆ Dorința de a căuta motive și de a le evalua
- ◆ validitatea Curiozitatea față de lume
- ◆ Înțelegerea originii/bazei lucrurilor
- ◆ Cunoașterea și stăpânirea numerelor, măsurilor și structurilor, a operațiilor de bază, a prezentărilor matematice de bază și a termenilor și conceptelor matematice
- ◆ Curiozitatea în căutarea de răspunsuri

## De ce este necesar?

- ◆ Să aplice principiile și procesele matematice de bază în contexte cotidiene, acasă și la locul de muncă (competențe financiare...).
- ◆ Să urmărească și să evalueze lanțuri de argumente Să raționeze matematic
- ◆ Să înțeleagă demonstrațiile matematice
- ◆ Să comunice în limbaj matematic
- ◆ Să utilizeze mijloace adecvate (date statistice, grafice...).
- ◆ Să înțeleagă aspectele matematice ale digitalizării

## Exemple practice

Respectul față de adevăr, dorința de a căuta motive și motive și evaluarea validității acestora, gestionarea unui buget (Excel, calculator) în funcție de venituri și cheltuieli, calcularea fără calculator și cu calculatorul, bugetarea unui proiect sau a unei case economie, folosind Excel, Reprezentarea grafică a statisticilor, Cumpărarea alimentelor, Interpretarea lumii. Înțelegerea noii monede, Înțelegerea originii/baza lucrurilor, relațiile cu procentelor, Fimd curios în legătura cu banca...





# Tehnic

## Tehnic



"Competența în domeniul științei se referă la capacitatea și dorința de a explica lumea naturală prin utilizarea ansamblului de cunoștințe și a metodologiei utilizate, inclusiv observația și experimentarea, pentru a identifica întrebări și a trage concluzii bazate pe dovezi. Competențele în domeniul tehnologiei și al ingineriei sunt aplicații ale acestor cunoștințe și metodologii ca răspuns la dorințele sau nevoile umane percepute. Competențele în domeniul științei, tehnologiei și ingineriei implică o înțelegere a schimbărilor cauzate de activitatea umană și responsabilitatea în calitate de cetățean individual."

**Competențe-cheie pentru învățarea pe tot parcursul vieții, Comisia Europeană, 2019**

### Indicatori comportamentali

- ◆ Apreciere critică
- ◆ Sprijinirea siguranței, a vieții private și a eticii și moralității progresului și avansului tehnologic în legătură cu sine, familia, comunitatea, activitatea umană, lumea naturală și problemele globale, înțelegând limitele, impactul și riscurile științei.
- ◆ Conștientizarea mediului și a sustenabilității mediului Fiți curioși
- ◆ să cunoașteți lumea
- ◆ Să înțeleagă care surse de informare sunt valide și care nu sunt valide
- ◆ să cunoască instrumentele, produsele, aplicațiile și procesele tehnologice, precum și dispozitivele de zi cu zi necesare în viața de zi cu zi
- ◆ Înțelegerea originii/bazei lucrurilor
- ◆ Cunoștințe esențiale de știință, tehnologie și inginerie, principii de bază ale lumii naturale, concepte științifice fundamentale și teorii, principii și metode științifice.

### De ce este necesar?

- ◆ Să înțeleagă știința ca un proces de investigare prin metodologii, inclusiv observații și experimente controlate.
- ◆ Să utilizeze gândirea logică și rațională
- ◆ Verificarea unei ipoteze și disponibilitatea de a renunța la propriile convingeri atunci când acestea sunt contrazise de noi descoperiri experimentale.
- ◆ Să utilizeze și să manipuleze instrumente științifice, mașini
- ◆ tehnologice și date Pentru a atinge un obiectiv
- ◆ A ajunge la o decizie sau la o concluzie bazată pe dovezi.
- ◆ Să recunoască caracteristicile esențiale ale cercetării științifice
- ◆ Să aibă capacitatea de a comunica concluziile și raționamentele care au condus la ele. care au condus la ele

## Exemple practice

Preocupare pentru problemele etice, Susținerea siguranței tehnologice  
progresul în raport cu sine, familia, comunitatea și problemele globale, Sustenabilitatea mediului,  
Pilotarea unei drone, Fotografiera și înregistrarea video, Curiozitatea față de lume, Conștientizarea  
riscurile legate de utilizarea datelor și de confidențialitate, Înțelegând ce surse de informații sunt  
valide și care nu sunt,  
Să fie conștient de instrumentele de zi cu zi necesare într-o țară nouă (adaptor de curent), Înțelegerea  
de lucru. Folosind diferite  
dispozitive...

The image features a hand pointing towards a grid of digital icons. The background is a dark blue with a pattern of binary code (0s and 1s) and a grid of light blue lines. The icons include a Facebook 'f', YouTube logo, a person icon, a gear, a microphone, a speaker, a Wi-Fi symbol, an envelope, and a key. A large green circle is overlaid on the center of the grid, containing the word 'Digital' in white text.

**Digital**



## Digital



"Competența digitală implică utilizarea încrezătoare, critică și responsabilă a tehnologiilor digitale și implicarea în acestea pentru învățare, la locul de muncă și pentru participarea în societate. Aceasta include competențe în domeniul informației și al datelor, comunicare și colaborare, competențe media, crearea de conținut digital (inclusiv programare), siguranță (inclusiv bunăstarea digitală și competențe legate de securitatea cibernetică), întrebări legate de proprietatea intelectuală, rezolvarea problemelor și gândirea critică." **Competențe-cheie pentru învățarea pe tot parcursul vieții, Comisia Europeană, 2019**

### Indicatori comportamentali

- ◆ Comunicare, creativitate și inovare
- ◆ Cunoașterea oportunităților, limitărilor, efectelor și riscurilor sale
- ◆ Cunoașterea principiilor generale, a mecanismelor și a logicii care stau la baza acestora
- ◆ Funcționarea și utilizarea de bază a diferitelor dispozitive și rețele software
- ◆ să adopte o abordare critică a validității, fiabilității și impactului informațiilor și datelor disponibile prin intermediul mijloacelor digitale.
- ◆ Implicarea în tehnologiile și conținutul digital
- ◆ Atitudine reflexivă și critică, curioasă, deschisă și orientată spre viitor în evoluția lor
- ◆ Abordare etică, sigură și responsabilă în utilizarea acestor instrumente.

### De ce este necesar?

- ◆ Să utilizeze tehnologiile digitale pentru a-și sprijini cetățenia activă și incluziunea socială, colaborarea cu ceilalți și creativitatea pentru a-și atinge obiectivele personale, sociale sau comerciale.
- ◆ să utilizeze, să acceseze, să filtreze, să evalueze, să creeze, să programeze și
- ◆ să partajeze conținut digital să gestioneze și să protejeze informațiile,
- ◆ conținutul, datele și identitățile digitale
- ◆ Să recunoască și să interacționeze eficient cu software, dispozitive de inteligență artificială sau roboți

## Exemple practice

angajament față de tehnologii și conținut digital, atitudine reflexivă și critică, curioasă, deschisă și orientate spre viitor, spre evoluția lor, abordarea etică, sigură și responsabilă în utilizarea acestor diferite programe, realizează videoclipuri, încarcă fotografiile, trimite un e-mail, își salvează spații de depozitare, Creați un blug, Căutați informații, Fiți la curent cu știrile, Identificați ținta audiență, fiți mai aproape de ei, înțelegeți-le nevoile. Aveți o rază de acțiune mai mare, Traduceți, Fiți la curent cu vremea, viața lor socială, să creeze o listă de instrumente, să asculte muzică, să facă o programă, Accesati dosarul de sănătate, Căutați un loc de muncă, Căutați un loc de muncă, Proceduri medicale, Notați, Meminereb relația cu școala, universitatea (notarea, comunicarea cu profesorii), Formare online, Utilizarea telefon, Utilizarea rețelelor sociale, Crearea de conținut online, Marketing, Crearea unui CV, Crearea unui site web, Utilizarea unui motor de căutare pentru a afla care este consensul științific actual pe un subiect, Cășirea unor surse de încredere, Cunoașterea riscurilor de securitate cibernetică, Crearea unui eveniment online, Crearea unei baze de date...

A young girl with long red hair and glasses is sitting on a wooden floor, reading a large book. She is wearing a light blue dress and white tights with brown shoes. A stack of books is visible on the floor to her left. A large green circle is overlaid on the image, containing the text "Să înveți să înveți".

**Să înveți să înveți**

## Să înveți să înveți



"A învăța să înveți" este capacitatea de a urmări și de a persista în învățare, de a organiza propria învățare, inclusiv prin." **Competențe-cheie pentru învățarea pe tot parcursul vieții, Comisia Europeană, 2019**

### Indicatori comportamentali

- ◆ Să depășești provocările și să nu-ți fie teamă să faci greșeli, să le accepți și să înveți din ele
- ◆ Puneți-vă în medii noi și provocatoare, ieșiți din zona de confort pentru a vă cunoaște pe voi înșivă
- ◆ Luați-vă timp pentru a vă analiza propriile experiențe, evaluați-vă înainte, în timpul și după
- ◆ Gândiți-vă critic la voi înșivă și doriți să vă îmbunătățiți
- ◆ Fii deschis la critici constructive
- ◆ Căutați noi resurse de învățare și analizați tipul de învățare care vi se potrivește cel mai bine (online, față în față, la distanță, individual, în grup...).
- ◆ Ascultați oamenii
- ◆ Să se adapteze la diferite contexte și medii sociale
- ◆ Analiza și reflecția asupra dezvoltării personale, cunoașterea nevoilor de dezvoltare a competențelor proprii Gestionarea eficientă a propriei cariere
- ◆ Învățarea pe tot parcursul vieții
- ◆ Să învețe și să lucreze atât în colaborare, cât și în mod autonom Să organizeze și să persevereze în propria învățare, să o evalueze și să o împărtășească

### De ce este necesar?

- ◆ Să identifice și să își stabilească obiective, să se motiveze și să își dezvolte rezistența și încrederea în sine pentru a continua și a reuși în învățarea pe tot parcursul vieții.
- ◆ Să aplice învățarea anterioară și experiențele de viață și curiozitatea de a căuta oportunități de a învăța și de a se dezvolta în diverse contexte de viață Contexte de viață Contexte de viață



# Antreprenoriat



# Antreprenoriat



"Competența antreprenorială se referă la capacitatea de a acționa asupra oportunităților și ideilor și de a le transforma în valori pentru alții. Ea se bazează pe creativitate, gândire critică și rezolvarea problemelor, pe spiritul de inițiativă și perseverență și pe capacitatea de a lucra în colaborare pentru a planifica și gestiona proiecte cu valoare culturală, socială sau financiară." **Competențe-cheie pentru învățarea pe tot parcursul vieții, Comisia Europeană, 2019**

## Indicatori comportamentali

- ◆ Inițiativă și inițiativă, proactivitate, viziune, curaj și perseverență
- ◆ Conceperea unui plan de afaceri, găsirea de idei și luarea de decizii
- ◆ Să aibă încredere și să creadă
- ◆ în sine Gândirea inovatoare
- ◆ Capacitatea de a coopera și de a avea încredere în colegi și de a lucra în echipă
- ◆ Identificarea și valorificarea oportunităților pentru sine sau pentru alții
- ◆ Învățați din experiență și învățați în mod autonom
- ◆ Acceptarea responsabilității prin adoptarea unor abordări etice pe tot parcursul procesului
- ◆ Conducerea unei echipe, existența propriei companii, fără a vă teme să vă exprimați ideile
- ◆ Înțelegerea cererii și a ofertei
- ◆ Diferite contexte și oportunități de transformare a ideilor în acțiuni (cum apar acestea)
- ◆ Activități personale, sociale și profesionale
- ◆ Abordări de planificare și management de proiect (procese și resurse)
- ◆ Cunoștințe de economie și principiile etice ale acesteia
- ◆ Provocările dezvoltării durabile
- ◆ Punctele forte și punctele slabe ale fiecăruia
- ◆ Asumarea riscurilor

## De ce este necesar?

- ◆ Să fie creativi, cu imaginație și gânditori strategici
- ◆ Să rezolve probleme
- ◆ Să reflecteze critic și constructiv în cadrul proceselor creative și inovatoare pentru a lucra atât individual, cât și în colaborare în cadrul echipelor.
- ◆ Pentru a mobiliza resurse (oameni și lucruri)
- ◆ Pentru a menține activitatea
- ◆ Să ia decizii financiare legate de costuri și valoare
- ◆ Să comunice și să negocieze eficient cu ceilalți
- ◆ Să facă față incertitudinii, ambiguității și riscului ca parte a unui proces decizional în cunoștință de cauză.

## Exemple practice

Inițiativă și inițiativă, proactivitate, viziune, curaj și perseverență, spirit de perspectivă, curaj, perseverența în urmărirea obiectivelor, motivarea celorlalți și valorizarea ideilor lor, empatia, grija oamenilor și a lumii, precum și acceptarea responsabilității prin adoptarea unor abordări etice ale creativității, oferind fiecăruia posibilitatea de a-și dezvolta propriile obiective, motivându-i pe ceilalți și valorizarea ideilor lor, empatie, grijă față de oameni și de lume și acceptarea responsabilității prin abordări etice pe tot parcursul procesului, creativitate, oferind fiecăruia posibilitatea de a-și dezvolta propria metodă, conceperea unui plan de afaceri, venirea cu idei și luarea de decizii, încrederea și să crezi în tine, să gândești în afara cutiei, să realizezi un proiect personal și profesional, să descoperi schimbarea pe care o poți face în lume, capacitatea de a coopera și de a avea încredere în colegi și de să identifici și să profiți de oportunități pentru tine sau pentru alții, să iei inițiative, să strângi fonduri, să înveți de la alții, să înveți în mod autonom, să satisfaci nevoile, să fii căpitanul propriei tale nave, să ai propriile idei, să conduci o echipă, să ai propria companie, să nu-ți fie teamă să-ți exprimi ideile, să și crezi în ele, să organizeze evenimente, să ofere consultanță, să respecte termenele...





## Capacitatea de angajare

## Capacitatea de angajare



Competențele de angajare reprezintă combinația de cunoștințe, aptitudini, atitudini, valori și comportamente care conduc la performanțe de succes la un loc de muncă și care pot fi dobândite prin practică, învățare, formare și pregătire **Rețeaua Știință, Tehnologie, Inginerie și Matematică, 2020**

### Indicatori comportamentali

- ◆ Luarea deciziilor
- ◆ Expertiza profesională și tehnică Leadership
- ◆ Analiză și rezolvare de probleme
- ◆ Preocupare pentru calitate
- ◆ Muncă în echipă și cooperare
- ◆ Reziliență
- ◆ Comunicare
- ◆ Adaptabilitate
- ◆

### De ce este necesar?

- ◆ Pentru a identifica nevoile individuale și a planifica managementul carierei
  - ◆ Să înțeleagă cerințele postului și standardele de performanță așteptate
  - ◆ Să găsească de lucru în vederea reintegrării
  - ◆ Să-i sprijine în procesul de căutare a unui loc de muncă
  - ◆ Să știe cum să scrie un CV sau o scrisoare de intenție
  - ◆ Să treacă cu succes un interviu de angajare
  - ◆ Să-și cunoască punctele forte și punctele slabe
  - ◆ Să-și cunoască vocația profesională
  - ◆ Să se orienteze pe piața muncii
- Pentru a ști ce opțiuni aveți la dispoziție

### Exemple practice

Elaborarea unui CV, cursuri de angajabilitate, test de competențe profesionale, exersarea interviurilor de angajare, interviuri de grup, scrierea de e-mailuri, scrierea unei scrisori de motivație, prezentarea orală, să știi cum să te adresezi șefului, să știi cum să vorbești cu clienții...



The image features a background of white interlocking puzzle pieces. A central square area is missing, revealing a solid black background. A horizontal yellow banner is positioned across the upper middle of the image, containing the text "Indicatori comportamentali" in white. The puzzle pieces are arranged in a grid-like pattern, with some pieces slightly offset from their neighbors.

# Indicatori comportamentali

### Indicator comportamental: Auto-management

Descriere	De ce este necesar?
<p>Auto-managementul este capacitatea de a controla gândurile, sentimentele și acțiunile proprii în diferite situații, de a controla impulsurile negative sau starea de spirit proastă și care ne permite să nu luăm decizii pripite.</p> <p>(Adaptat din Collaborative for Academic, Social, and Emotional, Learning, 2020).</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Să-și gestioneze emoțiile</li><li>• Să identifice și să utilizeze strategii de gestionare a stresului</li><li>• La expune autodisciplină și auto-motivare</li><li>• Să stabilească obiective personale și colective</li><li>• Să utilizeze abilitățile de planificare și organizare</li><li>• Să dea dovadă de curaj pentru a lua inițiativa</li><li>• Să demonstreze agenție personală și colectivă</li></ul>

### Indicator comportamental: Conștiința de sine

Descriere	De ce este necesar?
<p>Conștiința de sine este abilitatea de a ne recunoaște și înțelege propriile stări de spirit, emoții și impulsuri, precum și efectul lor asupra celorlalți.</p> <p>(Dietrich, C. (2010). "Luarea deciziilor: Factors that Influence Decision Making, Heuristics Used, and Decision Outcomes". Student Pulse, 2(02). Accesat pe de pe pe <a href="http://www.studentpulse.com/a?id=180">http://www.studentpulse.com/a?id=180</a> )</p>	<p>Cunoașterea de sine este cheia care permite:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Să ne recunoaștem emoțiile și efectele lor</li><li>• Recunoașteți noastră punctele forte și punctele slabe</li><li>• Încrederea în sine</li></ul>

### Indicator comportamental: Empatie

Descriere	De ce este necesar?
-----------	---------------------

<p>Empatia este înțelegerea modului în care cealaltă persoană emoții, nevoi și preocupări.</p> <p>(Știința empatiei - Helen Riess, 2017)</p>	<p>Este un element cheie al inteligenței emoționale, legătura dintre sine și ceilalți, pentru că este modul în care noi, ca indivizi, înțelegem ceea ce trăiesc ceilalți, ca și cum am fi simțit-o noi.</p> <p>noi înșine.</p>
--	--

### Indicator comportamental: Abilități sociale

Descriere	De ce este necesar?
<p>Competențe sociale, care vizează gestionarea relației noastre cu mediul social în care trăim și care ne permit să devenim conștienți de sentimentele, nevoile și preocupările celorlalți. Conștiința socială vă oferă capacitatea de a înțelege și de a răspunde nevoilor celorlalți.</p> <p>(Ghidul practicianului pentru măsurile empirice ale abilităților sociale DW Nangle, DJ Hansen, CA Erdley, PJ Norton - 2009)</p>	<p>Competențele sociale ne permit să relaționăm cu ceilalți, să motivăm, să inspirăm, să convingem, să influențăm, să găsim un partener sau un loc de muncă și să fim capabili să cooperăm cu alții, să negociem și să rezolvăm conflicte.</p>

### Indicator comportamental: Responsabilitate personală

Descriere	De ce este necesar?
-----------	---------------------

Este convingerea că ești pe deplin responsabil pentru propriile acțiuni și consecințe. Este o alegere, o mentalitate și o expresie a integrității. Unii indivizi o manifestă mai mult decât alții, dar poate și ar trebui să fie învățată, deoarece nu este doar fundamentul unei vieți de succes, ci și o condiție prealabilă pentru fericire. Este valoarea de a fi conștient de acțiunile tale și de consecințele acestora. Responsabilitatea personală presupune să ai grijă de tine însuși și de angajamentele pe care le dobândești față de ceilalți, se referă, de asemenea, la respectarea regulilor, la utilizarea bunului simț și la evaluarea lucrurilor.

(Jim Rohn, 2019)

- Să decidă care sunt cele mai potrivite acțiuni pentru a ne atinge obiectivele.
- Asumarea consecințelor deciziilor pe care le luăm
- Să decidem cum ne folosim timpul și efortul și cui dedicăm acest timp și acest efort.
- Modul și claritatea cu care ne exprimăm ideile și le înțelegem pe cele ale celorlalți
- Menținerea unei stime de sine ridicate

### Indicator comportamental: Încredere în sine

Descriere	De ce este necesar?
<p>Încrederea în sine poate fi definită pur și simplu ca fiind încrederea în propriile capacități. Încrederea în sine se referă la așteptările individului în ceea ce privește performanța și la autoevaluarea abilităților și a performanțelor anterioare (Lenney, 1977).</p> <p>Se referă atât la o abilitate care poate fi învățată, cât și la o emoție care poate fi făcută în fiecare zi și în fiecare moment. Astfel, ea apare atât ca o alegere cerebrală, cât și ca o abilitate emoțională de a dezvolta încrederea. Încrederea în sine este o abilitate învățată de a se baza pe resursele interioare ale unei persoane (de exemplu, resursele emoționale, mentale și fizice) pentru a naviga în lume.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Creșterea sentimentului de valoare de sine</li><li>• Câștigarea energiei și a motivației pentru a acționa</li><li>• Reducerea gândurilor negative</li><li>• Un succes mai mare. Sentimentul de apreciere</li><li>• Fericire. Performanța socială</li></ul>

### Indicator comportamental: Adaptabilitate, flexibilitate în gestionarea toleranței la schimbare.

Descriere	De ce este necesar?
<p>Flexibilitatea este abilitatea de a-ți ajusta emoțiile, gândurile și comportamentul la situații și condiții în schimbare. Capacitatea de a te adapta la circumstanțe necunoscute, imprevizibile și dinamice.</p> <p>(Bar-On, 2006)</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Să fim conștienți de modul în care trăim într-o anumită situație</li><li>• Să știm cum să ne gestionăm emoțiile (în special frica) pentru a ne menține o minte clară și deschisă</li></ul> <p>Flexibilitatea poate fi definită ca o combinație de abilități:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Învățarea de a crea noi perspective care ne inspiră și ne motivează</li></ul>



### Indicator comportamental: Toleranța la stres

Descriere	De ce este necesar?
<p>Este pragul la care o persoană poate face față și gestiona eficient și constant situațiile stresante. Stresul este o reacție biochimică normală care apare atunci când cortexul prefrontal al creierului secretă și reglează un hormon al stresului numit dopamină. Nivelurile ridicate de stres pot afecta funcția cognitivă (de exemplu, concentrarea), pot interfera cu relațiile de acasă și/sau de la locul de muncă și pot duce la probleme de sănătate viitoare dăunătoare. Cu toate acestea, o cantitate mică de stres poate fi benefică pentru o persoană prin creșterea concentrării asupra sarcinilor de rutină și/sau prin declanșarea unor avertismente împotriva unor potențiale amenințări.</p> <p>(Beasley, N. (2019, 2 ianuarie). Cele trei stadii ale stresului - Ce trebuie să căutați. Retrieved de la <a href="https://www.betterhelp.com/advice/stress/the-three-stages-ofstress-what-to-look-for/">https://www.betterhelp.com/advice/stress/the-three-stages-ofstress-what-to-look-for/</a>.)</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Să abordezi și să preiei controlul problemelor una câte una, în loc să te lași pradă panicii</li></ul>

### Indicator comportamental: Comunicare

Descriere	De ce este necesar?
<p>Este acțiunea de a transfera informații dintr-un loc în altul. Procesul de comunicare interpersonală nu poate fi privit ca un fenomen care pur și simplu "se întâmplă", ci ar trebui privit ca un proces care implică participanții care își negociază rolul în acest proces, fie în mod conștient sau inconștient.</p> <p>("Abilități de comunicare eficientă". Raksha Mehta. UEL, MAREA BRITANIE)</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Schimbul de idei, de informații sau transmiterea de mesaje verbale și nonverbale.</li></ul>

### Indicator comportamental: Rezolvarea conflictelor

Descriere	De ce este necesar?
<p>Rezolvarea conflictelor este un set de tehnici și abilități care sunt puse în practică pentru a găsi cea mai bună soluție la o problemă.</p> <p>Rezolvarea problemelor a fost definită ca o activitate de ordin superior. cognitiv de ordin superior cognitiv de nivel cognitiv superior și funcție intelectuală de ordin superior care necesită modularea și controlul unor abilități mai de rutină sau fundamentale. (COMPETENȚA - luarea deciziilor Rezolvarea problemelor Sursa: Goldstein F. C., &amp; Levin H. S. (1987).</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• La negocia și soluționarea dezacordurilor</li><li>• Pentru a asigura acuratețea</li><li>• Pentru a dezvolta soluții alternative</li><li>• Pentru a obține un rezultat dorit</li><li>• Să fie asertiv, proactiv și deschis la minte</li></ul>

### Indicator comportamental: Luarea deciziilor

Descriere	De ce este necesar?
<p>Procesul de gândire care constă în selectarea unei alegeri logice dintre opțiunile disponibile. Atunci când încearcă să ia o decizie bună, o persoană trebuie să cântărească aspectele pozitive și negative ale fiecărei opțiuni și să ia în considerare toate alternativele. Pentru a lua o decizie eficientă, o persoană trebuie să fie capabilă să prevadă și rezultatul fiecărei opțiuni și, pe baza tuturor acestor elemente, să determine care este cea mai bună opțiune pentru situația respectivă.</p> <p>(Dietrich, C. (2010). "Luarea deciziilor: Factorii care influențează luarea deciziilor, euristica utilizată și rezultatele deciziilor").</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Să înțeleagă prejudecățile personale și limitele emoționale</li><li>• Pentru a crește autocontrolul</li><li>• Pentru a îmbunătăți conștiința de sine</li></ul>

### Indicator comportamental: Motivație

Descriere	De ce este necesar?
<p>Factori interni și externi care stimulează dorința și energia oamenilor de a fi în permanență interesați și dedicați unui loc de muncă, rol sau subiect, sau de a încerca să atingă un obiectiv. Motivația rezultă din interacțiunea unor factori atât conștienți, cât și inconștienți, cum ar fi intensitatea dorinței sau a nevoii, valoarea stimulativă sau de recompensă a obiectivului și așteptările individului și ale colegilor săi. Acești factori reprezintă motivele pe care le are o persoană pentru a se comporta într-un anumit fel.</p> <p>(Woolley &amp; Fishbach, 2016, 2017.)</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pentru a muta</li><li>• Creșterea competențelor dumneavoastră</li><li>• Să vă puteți face mai bine munca</li><li>• Crearea de rețele în diferite domenii și contexte</li><li>• Dezvoltarea inteligenței emoționale</li></ul>

### Indicator comportamental: Managementul timpului

Descriere	De ce este necesar?
<p>Este procesul de organizare și planificare a modului în care vă împărțiți timpul între anumite activități. Dacă nu reușiți să vă gestionați timpul vă afectează eficiența și vă provoacă stres. O bună gestionare a timpului vă permite să lucrați mai inteligent - nu mai greu - astfel încât să faceți mai multe în mai puțin timp, chiar și atunci când timpul este scurt și presiunile sunt mari.</p> <p>(cartea lui Stephen R. Covey, Cele 7 obiceiuri ale oamenilor foarte eficienți)</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pentru a economisi timp</li><li>• Pentru a reduce stresul</li><li>• Pentru a funcționa eficient</li><li>• Pentru a crește producția noastră</li><li>• Pentru a avea mai mult control asupra responsabilităților noastre</li><li>• Vă ajută să vă stabiliți prioritățile</li><li>• Faceți mai multe în mai puțin timp</li><li>• Mai multă muncă de calitate</li><li>• Ajută la disciplinarea noastră</li><li>• Asigurați-vă că livrați ceea ce ați promis</li></ul>

### Indicator comportamental: Autoreglare

Descriere	De ce este necesar?
<p>Este capacitatea de a acționa în interesul tău pe termen lung, în concordanță cu valorile cele mai profunde ale fiecărei persoane. Din punct de vedere emoțional, autoreglarea este capacitatea de a vă calma atunci când sunteți supărat și de a vă înveseli atunci când sunteți deprimat.</p> <p>(Daniel Goleman)</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pentru a ține sub control emoțiile și impulsurile dăunătoare, capacitatea noastră de a gestiona schimbările și situațiile stresante.</li></ul>

### Indicator comportamental: Asertivitate

Descriere	De ce este necesar?
<p>Este o formă de comportament caracterizată printr-o declarație sau afirmare încrezătoare a unei afirmații, fără a fi nevoie de dovezi; aceasta afirmă drepturile sau punctul de vedere al persoanei, fără a amenința în mod agresiv drepturile altei persoane (asumându-și o poziție de dominație) sau permițând în mod supus ca o altă persoană să ignore sau să nege drepturile sau punctul de vedere.</p> <p>("Perry, A., &amp; Potter, P. Clinical nursing skills &amp; Tehnici, ed. 6, Missouri, 2006, Mosby".)</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Să comunicăm cu respect și să ne înțelegem reciproc</li><li>• Pentru a găsi o soluție la această problemă</li></ul>

## Indicator comportamental: Lucrul în echipă și colaborarea

Descriere	De ce este necesar?
<p>Atunci când un grup de oameni lucrează împreună în mod coerent, în vederea atingerii unui obiectiv comun, creând o atmosferă de lucru pozitivă și sprijinindu-se reciproc pentru a-și combina punctele forte individuale în vederea îmbunătățirii performanței echipei.</p> <p>(Daniel Goleman)</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pentru a construi echipe eficiente.</li></ul>

# Concluzii

## Ce rămâne în spatele gratiilor?

Majoritatea deținuților din Europa se vor întoarce în societate. Având în vedere acest lucru, timpul petrecut în închisoare ar trebui să fie folosit pentru a-i pregăti pe deținuți pentru o viață respectuoasă a legii și autonomă, pentru a evita recidiva și pentru a crește incluziunea socială. Cu toate acestea, la eliberarea din închisoare, majoritatea deținuților se confruntă cu probleme de integrare socială, la diferite niveluri. Aceste bariere includ restabilirea legăturilor de familie, gestionarea abuzului de substanțe și a problemelor de sănătate mintală, accesul la un sistem de sprijin și obținerea unui loc de muncă și a unei locuințe. Din cauza crizei COVID-19, din martie 2020 au fost instituite noi bariere în calea reintegrării foștilor deținuți.

Acest cadru al competențelor de reintegrare a deținuților și noile bariere în calea reintegrării create de pandemia COVID-19 are ca scop investigarea competențelor pe care deținuții trebuie să le aplice după eliberare, în timpul proceselor de tranziție, concentrându-se pe experiențele recente de eliberare a deținuților la începutul pandemiei.

Acest cadru oferă o resursă cuprinzătoare pentru a sprijini planificarea și punerea în aplicare a programelor din închisori, oferă îndrumări practice pentru a ajuta practicienii să conceapă și să dezvolte programe de reabilitare în închisori pentru a rafina programele de învățământ în conformitate cu realitatea și contribuie la reforma penitenciară, promovând o abordare multidisciplinară pentru a obține un impact durabil al programelor și politicilor de reabilitare prin încurajarea unei coordonări strânse între instituțiile de justiție penală și organizațiile societății civile.

Deținuții recent eliberați se confruntă cu numeroase provocări care pot fi amplificate de condițiile preexistente, cum ar fi dezavantajul social. Ținând cont de faptul că, pe durata pedepsei cu închisoarea, trebuie să se ofere sprijin individual pentru a pregăti deținutul pentru eliberare, chiar și știind că aceste condiții preexistente continuă să existe, acest cadru (care ține cont de vocea foștilor deținuți) oferă sprijin și consiliere profesioniștilor din domeniul justiției (personalul penitenciar, ofițerii de probațiune).

Materialul teoretic arată diferite moduri de a concepe închisoarea de-a lungul istoriei și a funcției sociale în fiecare dintre aceste etape. În prezent, instituția pare a fi o instituție în scopul moralizării și socializării condamnaților, influențată de sistemul progresiv de pedeapsă. Datele indică faptul că pușcăria dispune de unele instrumente de reintegrare socială, deși nu este posibil să se definească ceea ce toate părțile interesate și, la rândul său, denotă că toate cazurile au particularități care le influențează.

Pentru a confirma dacă închisoarea și serviciul penitenciar îndeplinesc cu adevărat rolul de reintegrare socială a persoanelor aflate în detenție, ar trebui obținute mai multe informații, extinzând numărul de interviuri și timpul de cercetare.

Cu toate acestea, cu ajutorul datelor obținute, se pare că este posibil să se ajungă la anumite concluzii. Din interviuri reiese clar că fiecare dintre persoanele intervievate are opinii diferite cu privire la problema în cauză. Prin analiza interviurilor și prin examinarea materialului bibliografic, am putut ajunge la concluzia că în această problemă a reintegrării sociale sunt implicați mai mulți actori, care adesea împiedică dezvoltarea și schimbarea personală a deținuților.

Acești actori ne includ pe noi toți ca societate, rolul statului, rolul serviciului penitenciar și, în cele din urmă, rolul deținuților sau foștilor deținuți, având în vedere singularitatea fiecăruia dintre ei.

Problema persoanelor private de libertate și reintegrarea ulterioară sau nu a acestora în societatea din care fac deja parte este un subiect vizibil și dezbătut în mass-media.

"Le-am făcut ceea ce am știut să fac. Acum, că știu mai multe, o fac mai bine" MAYA ANGELOU, dar pentru a trăi pe deplin această a doua șansă, această reintegrare, deținuții trebuie să fie însoțiți în procesul de descoperire a lor și a capacităților lor.

În cadrul proiectului "Self Design", scopul nostru prin acest Cadru de competențe este de a ajuta deținuții și, în special, profesioniștii și autoritățile locale să înțeleagă cele cincisprezece competențe cheie și necesare pe care le vor dobândi în timpul încarcerării pentru o reintegrare socială deplină și reală ulterioară.

Profesioniștii din penitenciare au un impact decisiv asupra realizărilor și motivațiilor deținuților lor și, în consecință, asupra dezvoltării competențelor acestora.

Prin urmare, este foarte important să sprijinim dezvoltarea acestor competențe și să le încurajăm să colaboreze cu autoritățile în procesul continuu de dezvoltare a acestor competențe. Este esențial ca profesioniștii să fie capabili să înțeleagă aceste competențe pentru a sprijini reintegrarea deținuților.

Cu sprijinul adecvat al acestui Cadru de competențe, practicienii pot oferi cele mai bune experiențe și se pot asigura că toți beneficiarii lor își ating rezultatele învățării. Competențele-cheie sunt necesare pentru împlinirea și dezvoltarea personală, capacitatea de inserție profesională, incluziunea socială și cetățenia activă.

Sprijinirea practicienilor, precum și evaluarea și validarea acestor competențe oferă oportunități de dobândire de noi cunoștințe, abilități și atitudini și influențează indivizii și progresul acestora în ceea ce privește autonomia, implicarea și încrederea în sine. Aceste competențe vor fi esențiale în căutarea de noi oportunități de învățare sau de angajare și în procesul de luare a deciziilor.

În plus, dezvoltarea competențelor este îmbunătățită atunci când are loc în medii de învățare diverse și în colaborare cu diferite părți interesate.

Aceste competențe sunt esențiale pentru cetățeni în ceea ce privește împlinirea personală, un stil de viață sănătos și durabil, capacitatea de inserție profesională, cetățenia activă și incluziunea socială. Acesta stabilește o înțelegere comună a competențelor necesare în prezent și în viitor pentru ca toate persoanele să își atingă potențialul maxim la ieșirea din închisoare.

Datorită acestui manual, deținuții vor putea evalua competențele pe care le au deja, le vor putea alege pe cele pe care doresc să le dobândească, iar noile competențe pot fi aprobate.

Fără îndoială, foștii deținuți au nevoie de multă concentrare și determinare pentru a reuși să se reintegreze în comunitate. Statisticile arată că aproximativ jumătate dintre foștii deținuți se întorc la închisoare în termen de cinci ani de la eliberare. Mulți foști deținuți au o educație și aptitudini profesionale inadecvate și puține opțiuni de cazare. Ei se luptă adesea cu dependențele de droguri și cu datoriile.

Dar studiile arată, de asemenea, că atunci când persoanele încarcerate participă la programe de reintegrare, acestea au mai multe șanse de a învinge șansele și de a se întoarce cu succes în comunitate. Iar serviciile care sprijină reintegrarea foștilor infractori în societate sunt mult mai puțin costisitoare decât reînchisoarea.



## Referințe

- ♦ <http://www.prisonobservatory.org/upload/Prisons%20in%20Europe.%202019%20report.pdf>
- ♦ <https://researchbriefings.files.parliament.uk/documents/CBP-9331/CBP-9331.pdf>
- ♦ <https://researchbriefings.files.parliament.uk/documents/CBP-9331/CBP-9331.pdf>
- ♦ <https://adice.asso.fr/wp-content/uploads/2019/02/Skils-portfolio.pdf>  
[https://ec.europa.eu/info/policies/justice-and-fundamental-rights/criminal-justice/eu-strategy-criminal-justice\\_en](https://ec.europa.eu/info/policies/justice-and-fundamental-rights/criminal-justice/eu-strategy-criminal-justice_en)
- ♦ Jurnalul Oficial al Uniunii Europene, JO C 172, 27.5.2015, p. 17-21 319 JOIN/2016/029 final
- ♦ [https://ec.europa.eu/culture/node\\_en](https://ec.europa.eu/culture/node_en)
- ♦ [https://ec.europa.eu/programmes/creative-europe/media\\_en](https://ec.europa.eu/programmes/creative-europe/media_en)
- ♦ <https://ec.europa.eu/programmes/creative-europe/>
- ♦ <https://ec.europa.eu/programmes/creative-europe/>
- ♦ [https://ec.europa.eu/culture/policy/strategic-framework/european-coop\\_en](https://ec.europa.eu/culture/policy/strategic-framework/european-coop_en)
- ♦ [https://ec.europa.eu/culture/news/2014/0616-call-cities-regions\\_en](https://ec.europa.eu/culture/news/2014/0616-call-cities-regions_en)
- ♦ [https://ec.europa.eu/culture/library\\_en](https://ec.europa.eu/culture/library_en)  
<http://ec.europa.eu/eurostat/web/culture/overview>
- ♦ <http://bookshop.europa.eu/en/cultural-awareness-and-expression-handbook-pbNC0116125/>
- ♦ Erasmus pentru tinerii antreprenori <https://www.erasmus-entrepreneurs.eu/index.php>
- ♦ Jurnalul Oficial al Uniunii Europene, JO C 463, 23.12.2014, p. 4-14.
- ♦ [https://ec.europa.eu/info/strategy/european-semester/framework/europe-2020-strategy\\_en](https://ec.europa.eu/info/strategy/european-semester/framework/europe-2020-strategy_en) [http://portal.unesco.org/en/ev.php-URL\\_ID=31038&URL\\_DO=DO\\_TOPIC&URL\\_SECTION=201.html](http://portal.unesco.org/en/ev.php-URL_ID=31038&URL_DO=DO_TOPIC&URL_SECTION=201.html) Jurnalul Oficial al Uniunii Europene, JO C 172, 27.5.2015, p. 13-16.
- ♦ Universitatea Afaceri Forum [http://ec.europa.eu/education/policy/higher-education/university-businesscooperation\\_en](http://ec.europa.eu/education/policy/higher-education/university-businesscooperation_en)
- ♦ HEInnovate <https://heinnovate.eu/en>
- ♦ Rețeaua europeană de educație antreprenorială (EE-HUB) <http://www.ee-hub.eu/>
- ♦ Centrul sud-est european pentru învățare antreprenorială <http://www.seecel.hr/>
- ♦ Clusterul de inovare pentru educație antreprenorială <http://icee-eu.eu/>
- ♦ Youth Start - provocări antreprenoriale <http://www.youthstartproject.eu/>
- ♦ JADE- Confederația Europeană a Întreprinderilor Junior <http://www.jadenet.org/>
- ♦ Comisia Europeană, Competențe-cheie pentru învățarea pe tot parcursul vieții, 2019 <https://op.europa.eu/en/publication-detail/-/publication/297a33c8-a1f3-11e9-9d01-01aa75ed71a1/language-en>
- ♦ REZULTATUL SESIUNII CONSILIULUI, Cea de a 3617-a reuniune a Consiliului Educație, Tineret, Cultură și Sport, Bruxelles, 22 și 23 mai 2018 <http://www.consilium.europa.eu/media/35296/st09078-en18.pdf>
- ♦ Propunere de recomandare a Consiliului privind competențele-cheie pentru învățarea pe tot parcursul vieții, Comitetul Reprezentanților Permanenți, Bruxelles, 2 mai 2018, <http://data.consilium.europa.eu/doc/document/ST-8299-2018-INIT/en/pdf>
- ♦ DOCUMENT DE LUCRU AL PERSONALULUI COMISIEI, care însoțește documentul
- ♦ Propunere de RECOMANDARE A CONSILIULUI privind competențele-cheie pentru învățarea pe tot parcursul vieții, ianuarie 2018, Comisia Europeană

- ◆ Colaborarea în vederea consolidării capitalului uman, a capacității de inserție profesională și a competitivității; {SWD(2016) 195 final}; comunicare a Comisiei către Parlamentul European, Consiliu, Comitetul Economic și Social European și Comitetul Regiunilor ; O nouă agendă a competențelor pentru Europa
- ◆ RECOMANDARE A PARLAMENTULUI EUROPEAN ȘI A CONSILIULUI din 18 decembrie 2006 privind principalele competențe pentru învățarea pe tot parcursul vieții
- ◆ Competențe-cheie pentru învățarea pe tot parcursul vieții, 2018[TK1]
- ◆ Studiu în rândul angajatori pe solicitate competențe pentru participanților în mobilitate proiecte <https://adice.asso.fr/wp-content/uploads/2019/04/WEB-EN-1203-BrochureCompetences-1-1.pdf>; Competențe + Proiect (KA2)
- ◆ Portofoliu de competențe: <https://adice.asso.fr/wp-content/uploads/2019/02/Skils-portfolio.pdf>
- ◆ Euroopan-Key-competences-and-labour-market: <https://adice.asso.fr/wp-content/uploads/2019/02/Euroopan-Key-competences-and-labour-market.pdf> (PC Impress project) [TK1]
- ◆ Macedo Font, A. V. El sistema penitenciario y la asistencia médica en el marco del tratamiento penitenciario [en línea]. Campus virtual: pensamiento penal, 2011 [Fecha de consulta: 6 Septiembre 2013]. El sistema penitenciario: su historia y evolución.
- ◆ Foucault, M. (1975) Vigilar y castigar: nacimiento de la prisión Buenos Aires: Siglo XXI Editores Argentina. Goffman, E. (2004) Sobre las características de las instituciones totales. En Internados (pp.60-80). Buenos Aires: Amorrortu. Goffman, E. (1963) Estigma. La identidad deteriorada. Buenos Aires: Amorrortu.
- ◆ Marí, E. (1993). Raționalidad e imaginario social en el discurso del orden. Buenos Aires: Biblos.



# Self.*design*



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