

# Newsletter COGNOSIS

FEDERAȚIA STUDENȚILOR LA PSIHLOGIE ȘI ȘTIINȚELE EDUCAȚIEI DIN ROMÂNIA

NUMARUL I

MARTIE 2009

## CUPRINS PSIHOLOGIC

Gata sesiunea! Vine concediul! 1

Grup de dezvoltare personală 1

Ce facem? 2

Tabără de psihosexologie 2

EFPSA și al ei Congres 3

ZFPSE 3

Școala de HR 3

## Gata sesiunea! Vine concediul!

Cam așa se poate caracteriza viața de student. Dacă e să facem o diferență între viața de licean și cea de student, putem clar să observăm cum toate se modifică. În liceu erai nevoit să mergi la ore, te știau profesorii, îți puneau absențe, aveai teme săptămânal și multe altele. Acum la facultate, vorba aia, nu-

ți mai are nimeni grija. Singura perioadă de maxim efort e sesiunea, care tocmai s-a încheiat. În rest stai liniștit, faci ce vrei, cu un program flexibil și multe alte varietăți de activități, în viața de student.

Acest număr îl dedicăm exclusiv activităților de mare interes, studenților de la psihologie, în afara

cursurilor. Pentru relaxare, divertisment sau pur și simplu să învățăm ceva nou.

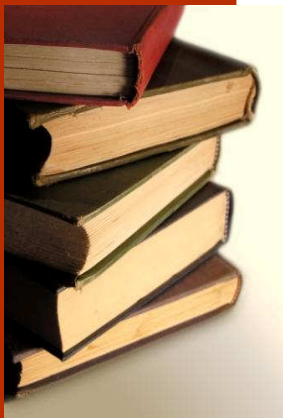
## Grup de dezvoltare personală

Asociația de Hipnoterapie și Psihoterapie Cognitiv-Comportamentală organizează grupuri de dezvoltare personală adresate studenților de la psihologie care doresc să devină psihoterapeuți. Un grup va începe pe 24 martie, iar înscrierile se fac până în 15

martie, telefonic sau pe mail. Va fi urmată de un interviu de selecție susținut de Madălina Petrescu, psihologul formator al cursului. La final, participanții vor primi o diplomă recunoscută de Colegiul Psihologilor.

Telefon: 0212102565

E-mail: [contact@terapiam.ro](mailto:contact@terapiam.ro)



Poate că uneori e mai bine să învățăm să învățăm înainte să învățăm.

Soluția există și e la îndemână.

De ce ne îndrăgostim?



## Ce facem?

Ultimul an de facultate. Examene. Restanțe. Stres cu licența. Las' că trece și asta, de la anu', gata. Mă angajez pe postul pe care îl vreau încă din anul I, o să fac ce îmi place și or să mă și plătească pentru asta. Sună bine, nu-i așa?

Din păcate, studenții care gândesc așa sunt mulți, iar posturile, puține. Iar în prag de angajare, diferența între "nu am luat postul" și "am luat postul" o poate face aparent neînsemnata... experiență. Dar de unde să ai experiență, dacă nimeni nu îți oferă un post în lipsa ei? Simplu: ca student, ai, pe lângă o mulțime de cursuri aranjate haotic în orar, cluburi de vizitat, beri de băut, examene nesuferite și fete de plimbat de mână sub clar de lună, destul de mult timp liber pe care, cum-necum, în fața interviewerului care te chestionează insistent despre ce știi să faci, realizezi că l-ai... pierdut... Asta nu mai sună atât de grozav, nu?

Ei bine, soluția există și e la îndemână. Ca student, ai acces la o mulțime de cărți, cursuri, organizații studențești, conferințe, festivaluri din care poți afla cum se aplică exact ce-ai învățat până acum, dar și mai important, poți să pui în practică fără teama că dacă greșești vei fi concediat. Poți să pui întrebări, să clarifici lucruri și să o iei de la capăt.

Ca student, ai acces la o vastă bibliotecă universitară, cu ramificații internaționale, pe care o poți aborda selectiv, apelând la ajutorul propriilor tăi profesori. Deși par din altă lume, pentru că știi multe lucruri și au dreptul să dea note, sunt oameni, ca și tine. Adesea, adevărate enciclopedii umblătoare, sunt o resursă de cunoștințe prea des ignorată - falsa credință că unica relație posibilă între studenți și profesori este "eu asta predau - tu asta înveți" este tocmai, falsă. Întrebă, cere părerea, nu te teme să vrei mai mult.

Ai parte, ca student, de reduceri substanțiale la teatru, concerte, expoziții. Trupe de renume, artiști recunoscuți, care ajung rar în țară, darămite în orașul tău, la prețul unei ieșiri în club, joi seara. Profită. Ia-ți gașca și dați buzna la casa de bilete. Nu vei știi cât de vastă, adâncă și plină de culoare e lumea pe care o ascund până nu vei pășii pragul. Îndrăznește, o să constăți că merită din plin!

De asemenea, ai intrare "studențească" la conferințe pe teme de interes pentru viitoarea ta carieră. Organizațională? Clinică? Socială? Tu, studentul la psiho, față în față cu oamenii de care ai auzit doar din cărțile de curs, pe care ai fi vrut să îi întrebi, în prag de examen, pe ce și-au bazat afirmația aceea, de ce au formulat așa teoria, cum au ajuns la acel rezultat. Acum ai ocazia. Cine a spus că numai studenții învață de la profesori? Si la anul, de ce nu, poți să participi cu lucrări realizate de tine.

Organizațiile studențești, multe și mărunte, ca ciupercile după ploaie. Să alegi să fi membru? De ce ai face muncă neplătită? Și, dacă da, în care dintre ele? Ei bine, răspunsul e chiar la tine. Informează-te. Caută.. Întrebă. Mergi la întâlniri, pune întrebări. Dacă îți place ce auzi, dacă simți că ești printre oamenii potriviți, rămâi. O să descoperi că munca asta neplătită ascunde multe realizări, prieteni pe viață, experiențe de neuitat. Într-un astfel de loc poți să-ți valorifici cunoștințele, poți să acumulezi altele noi, poți să muncești jucându-te, să descoperi lucruri noi despre tine, oameni noi, noi locuri, o altă lume. Iar în final, să te numeri printre cei care "au luat postul". Noi, foștii și viitorii colegi de breaslă, îți urăm succes! :)

## Tabără de psihosexologie

De ce ne îndrăgostim? Cât de atrăgători suntem noi pentru celelalte persoane? Din punct de vedere sexual ce găsim atrăgător la ceilalți? Acestea sunt numai câteva întrebări care își vor găsi răspunsul în această

tabără. Tema centrală este dragostea și tipurile de dragoste, atracția sexuală. Cum comunicăm, cum ne atașăm, de ce devenim geloși, ce fantezii avem sau care și cum ne este senzualitatea.

Perioada de desfășurare este 9 — 14 martie, deci grăbiți-vă să vă înscrieți. Locuri sunt

limitate la un număr de 20 de persoane. Tabăra este condusă de dr. Oana Maria Popescu.

Dacă vă interesează subiectul accesați site-ul și mergeți.

[www.sistempsi.ro](http://www.sistempsi.ro)

# EFPSA și al ei Congres



Cine este EFPSA, ce face ea și cum ne ajută? Pe românește e Federația Europeană a Asociațiilor Studenților de la Psihologie și are 21 de ani. S-a născut în Portugalia în timpul primului Congres Internațional de Psihologie. Acum are 25 de

## Locația unde se va desfășura Congresul

psihologie.

Cel mai important eveniment organizat de EFPSA este Congresul anual pe teme legate de psihologie. Una dintre rarele ocazii în care se întâlnesc studenți din toate colțurile Europei. Ei se adună pentru a împărtăși idei, informații, lucruri

specifice propriei culturi și chiar personale. Reprezintă o grozavă oportunitate pentru a-ți lărgi orizonturile și mai ales pentru a te cunoaște și a învăța într-o manieră informală.

Cel de-al 23-lea Congres se desfășoară anul acesta în Germania iar tema centrală este "Diversity Unites". Iată un cel mai bun exemplu de cum putem să ne petrecem concediul bine meritat de după sesiune. Bis bald!

**Cel mai important eveniment organizat de EFPSA este Congresul anual pe teme legate de psihologie.**

## ZFPSE

În perioada 23-29 martie au loc Zilele Facultății de Psihologie și Științe ale Educației din cadrul UBB Cluj-Napoca. ZFPSE este organizat de către Asociația Studenților Psihologi din România (ASPR) în colaborare cu Consiliul Reprezentanților Studenților (CRS) și cu cadrele didactice ale acestei facultăți.

Acest eveniment este unul socio-cultural menit să ofere studenților sansa de a participa la prelegeri, workshop-uri, concursuri și nu în ultimul rând petreceri. Toate acestea au rolul de a facilita relațiile între studenți, între cadrele didactice și studenți, și de a permite tinerilor să-și pună în valoare o serie de competențe și abilități

ce nu sunt suficient evidențiate în cadrul procesului formal de învățământ.

## Școala de HR

"Școala de HR" înseamnă "Școala de resurse umane", adică...scurt și la obiect...cadrul adecvat în care poți să înveți și să te dezvolți în resurse umane. Acesta este un departament nou al ASPSE-ului (București) care vine în întâmpinarea studenților la psihologie și nu numai. Concret, Școala de HR se desfășoară sub forma unor întâlniri săptămânale care durează în jur de 4 ore în care oameni interesați de resurse umane vin să învețe și să se informeze. Noi facem legătura între studenți și traineri sau oameni specializați în resurse umane.

Obiectivele noastre sunt:

- să creăm un dialog deschis între studenții cu pasiuni comune, permițând un schimb de informații.
- Sa facilităm un dialog între studenții dornici să lucreze în acest domeniu și persoane cu experiență care lucrează deja și își pot spune povestea, ce poate fi un model demn de urmat pentru studenți.
- să punem la curent studenții cu cele mai noi metode, tehnici, concepte care se vehiculează în resurse umane, prin întâlnirile cu persoane care reprezintă acest sector economic.

Nu punem absențe, sau note proaste, nu sancționăm și nu tragem de urechi, ci oferim suport studenților interesați să pornească pe un drum nou și gata de exploatat.



**Noi facem legătura între studenți și traineri sau oameni specializați în resurse umane.**



**Federația Studenților la Psihologie și Științele Educației din România**

Ediție realizată de voluntarii COGNOSIS:

Andra Magda

Dana Dumulescu

Diana Muntean

[www.cognosis.ro](http://www.cognosis.ro)

Contact:

[news@cognosis.ro](mailto:news@cognosis.ro)

COGNOSIS își propune să faciliteze comunicarea, schimbul de experiență și de cultură între tineri și să se implice în dezvoltarea lor personală și profesională.

COGNOSIS reprezintă studenții PSE din România iar pe viitor ne propunem să fim o federație reprezentativă pentru studenții din domeniul socio-uman.

Scopul nostru este acela de a susține și promova inițiativele asociațiilor și ale studenților în Psihologie și Științele Educației cât și ale tinerilor din România în general.

**Din COGNOSIS fac parte:**



## Urmează SDV

Pe scurt SDV, înseamnă Școala de Vara Cognosis. Eveniment care se realizează anual de către studenți voluntari de la psihologie din toată țara. Se desfășoară în luna iulie. Tema centrală fiind psihoterapia. Mai multe detalii despre acest eveniment în numerele viitoare.

