



Proiect: UPDATE – Actualizarea competențelor angajaților la tehnologiile și condițiile economice în schimbare
Cod mysmis: 317648
Finanțat prin: Programul Educație și Ocupare (PEO) 2021-2027

Material electronic de informare 40 (articol):

Învățarea continuă și încrederea în sine - beneficii mai puțin evidente

Iunie 2026

Formarea profesională este asociată cel mai des cu dobândirea unor competențe noi, cu adaptarea la cerințele angajatorilor sau cu șanse mai bune de evoluție în carieră. Toate acestea sunt beneficii importante, dar există și efecte mai puțin vizibile, care pot influența semnificativ modul în care o persoană se raportează la propriul loc de muncă și la viitorul profesional.

Unul dintre acestea este **creșterea încrederii în propriile capacități**.

Atunci când înveți ceva nou și reușești să aplici acele cunoștințe în practică, apare sentimentul că poți face față mai bine schimbărilor și situațiilor necunoscute. În timp, această încredere poate deveni la fel de valoroasă precum competența tehnică în sine.

Învățarea reduce teama de schimbare

Schimbările profesionale pot genera nesiguranță chiar și în cazul persoanelor cu multă experiență.

Introducerea unei aplicații noi, schimbarea unui proces intern, utilizarea inteligenței artificiale sau trecerea la un alt mod de lucru pot produce întrebări firești: „Oare voi reuși să mă adaptez?”, „Voi înțelege suficient de repede?”, „Ce se întâmplă dacă ceilalți se descurcă mai bine?”.



Uneori, aceste temeri îi determină pe oameni să evite schimbarea înainte să încerce măcar să o înțeleagă.

Formarea profesională continuă poate schimba această reacție.

Atunci când o persoană participă periodic la cursuri, învață să intre în contact cu informații noi și să accepte faptul că este normal să nu știe totul de la început. În loc să perceapă noutatea ca pe o amenințare, începe să o privească drept ceva ce poate fi înțeles treptat.

Această schimbare de perspectivă este extrem de importantă pentru adaptarea profesională.

Fiecare competență nouă poate deveni o dovadă că „pot să fac și asta”

Încrederea profesională nu apare doar din încurajările celor din jur. Ea se construiește mai ales prin experiențe concrete.

Un angajat care învață pentru prima dată să folosească un instrument digital și reușește apoi să îl aplice într-o sarcină reală are o dovadă personală că poate învăța lucruri noi.

Același lucru se întâmplă atunci când cineva înțelege un concept pe care înainte îl considera prea tehnic, finalizează un program de formare sau descoperă că poate rezolva o sarcină într-un mod mai eficient decât înainte.

Aceste mici reușite se acumulează.

În timp, persoana nu mai pornește de la ideea „nu știu dacă pot”, ci mai degrabă de la „nu știu încă, dar pot să învăț”.

Diferența pare mică, însă poate schimba foarte mult comportamentul profesional.



Proiectul UPDATE oferă acces la competențe care pot părea dificile la început

Proiectul **UPDATE** – cod **SMIS 317648** contribuie la dezvoltarea competențelor persoanelor eligibile din regiunile **Sud-Muntenia, Sud-Est și Nord-Est**, prin programe de formare adaptate unor domenii relevante pentru activitatea profesională actuală.

Unele dintre temele abordate pot părea, la prima vedere, rezervate specialiștilor foarte tehnici.

De exemplu, expresii precum **inteligență artificială generativă, Big Data, cloud** sau **transformare digitală** pot crea impresia că este nevoie de cunoștințe avansate pentru a le înțelege.

În realitate, multe dintre aceste competențe pot fi dezvoltate gradual și pot avea aplicații foarte concrete.

Prin cursul de **Inteligență artificială generativă**, participanții pot înțelege cum pot utiliza anumite instrumente pentru organizarea informațiilor, redactarea unor materiale, generarea de idei sau eficientizarea unor activități repetitive.

Programul de **Big Data, Cloud și Securitate** ajută participanții să înțeleagă mai bine mediul digital în care lucrează, modul în care sunt utilizate datele și importanța protejării informațiilor.

Prin **Marketing digital și economie verde**, cursanții pot descoperi modalități mai eficiente de promovare, comunicare și înțelegere a clienților.

Iar programul de **Managementul transformării digitale** contribuie la înțelegerea schimbărilor pe care digitalizarea le poate produce în activitatea unei organizații.



Pentru cineva care nu a mai avut contact cu aceste domenii, simplul fapt că începe să le înțeleagă poate avea un efect important asupra încrederii profesionale.



Încrederea îi ajută pe angajați să participe mai mult

Un angajat care are încredere în propriile competențe este, de regulă, mai dispus să își exprime ideile.

Poate propune o soluție, poate pune întrebări atunci când ceva nu este clar și poate accepta mai ușor să se implice într-o activitate nouă.

În schimb, lipsa de încredere poate face ca o persoană competentă să rămână în plan secund chiar și atunci când ar avea ceva valoros de spus.



Formarea profesională poate contribui indirect la reducerea acestei situații.

Atunci când o persoană dobândește cunoștințe noi, are un punct de sprijin mai solid pentru opiniile sale. Nu mai vorbește doar din intuiție, ci se poate baza și pe metode, instrumente sau concepte pe care le-a învățat.

Acest lucru poate crește participarea în cadrul echipei și poate încuraja angajații să își asume treptat responsabilități mai mari.

Învățarea continuă poate reduce senzația de stagnare

Un alt beneficiu mai puțin discutat al formării profesionale este faptul că poate combate senzația de stagnare.

După mai mulți ani în același domeniu sau pe același post, activitatea poate deveni predictibilă. Uneori, persoana poate ajunge să simtă că nu mai evoluează sau că nu mai are perspective noi.

Participarea la un curs poate introduce un element diferit în această rutină.

Un concept nou, o metodă diferită de lucru sau contactul cu un instrument necunoscut poate readuce curiozitatea profesională.

De exemplu, un angajat care desfășoară de ani de zile activități administrative poate descoperi printr-un curs de inteligență artificială modalități prin care anumite sarcini pot fi realizate mai rapid.

O persoană implicată în vânzări poate înțelege prin marketing digital mai bine traseul clientului și poate privi activitatea sa dintr-o perspectivă diferită.

Astfel, învățarea nu oferă doar informații noi. Poate reda și sentimentul de progres.



Încrederea profesională nu înseamnă să crezi că știi totul

Există o diferență importantă între încredere și supraevaluarea propriilor capacități.

O persoană cu adevărat încrezătoare profesional nu este cea care consideră că știe deja răspunsul la orice întrebare. Dimpotrivă, este adesea persoana care poate spune fără teamă: „Nu știu încă, dar pot afla.”

Formarea continuă încurajează tocmai această atitudine.

Participând constant la activități de învățare, oamenii descoperă că fiecare domeniu are lucruri noi de explorat și că actualizarea cunoștințelor este normală la orice nivel de experiență.

Această perspectivă poate fi foarte sănătoasă într-o organizație.

Oamenii devin mai deschiși la feedback, mai dispuși să pună întrebări și mai puțin preocupați să demonstreze că au întotdeauna dreptate.

Angajatorii beneficiază de angajați mai siguri pe competențele lor

Efectele dezvoltării încrederii profesionale nu se limitează la nivel individual.

Pentru un angajator, o echipă în care oamenii au încredere că pot învăța și se pot adapta poate fi mai ușor de pregătit pentru schimbări.

Atunci când organizația introduce un proces sau un instrument nou, reacția angajaților contează foarte mult.

Dacă aceștia au trecut deja prin experiențe de formare și au văzut că pot dobândi competențe noi, vor fi mai puțin tentați să respingă schimbarea din start.



În plus, angajații care se simt mai siguri pe propriile competențe pot manifesta mai multă inițiativă, pot comunica mai bine și pot contribui cu idei.

De aceea, sprijinirea participării la formare profesională continuă poate reprezenta pentru angajatori și o investiție în cultura organizațională.



Efectele apar atât pe termen scurt, cât și pe termen lung

Pe termen scurt, un curs poate oferi unei persoane instrumentele necesare pentru a realiza mai bine o anumită activitate.

Poate învăța să utilizeze o aplicație, să înțeleagă un concept sau să rezolve mai eficient o problemă.

Pe termen lung, beneficiile pot fi și mai importante.



Persoana acumulează experiențe care îi demonstrează că poate continua să se dezvolte. Devine mai deschisă către noi provocări și mai puțin vulnerabilă la sentimentul că schimbările din piața muncii o vor depăși.

Această capacitate de adaptare poate contribui inclusiv la o mai mare siguranță profesională.

Nu pentru că un anumit loc de muncă va rămâne neschimbat, ci pentru că persoana are încredere că își poate actualiza competențele atunci când situația o cere.

Învățarea devine o resursă pentru întreaga carieră

Formarea profesională continuă nu trebuie privită doar ca o soluție pentru o nevoie imediată.

Ea poate deveni un obicei profesional.

O persoană care continuă să învețe își dezvoltă treptat nu doar competențele, ci și capacitatea de a învăța mai ușor. Știe mai bine cum să caute informații, cum să testeze un instrument și cum să transforme cunoștințele în rezultate.

Pentru participanții din regiunile **Sud-Muntenia, Sud-Est și Nord-Est**, programele oferite prin proiectul UPDATE reprezintă o oportunitate de a dezvolta competențe relevante pentru domenii aflate în plină evoluție, dar și de a câștiga mai multă încredere în propria capacitate de adaptare.

Iar acest beneficiu este uneori mai greu de măsurat decât un certificat sau o nouă abilitate tehnică, dar poate avea efecte asupra întregii cariere.

A învăța continuu înseamnă, în cele din urmă, nu doar să știi mai multe, ci și să ai mai multă încredere că vei putea face față lucrurilor pe care încă nu le știi.



Înscrie-te în proiectul UPDATE!

Dacă vrei să afli dacă îndeplinești condițiile pentru a beneficia de oportunitățile de formare oferite prin proiectul UPDATE și să descoperi programele disponibile, poți consulta informațiile și te poți înscrie pe www.inscriere-update.ro.

Completează formularul de la pagina de mai sus și te vom contacta în cel mai scurt timp posibil cu detalii!

Proiectul UPDATE este implementat de Patronatul Tinerilor Întreprinzători din România (PTIR), în parteneriat cu Centrul de Consultanță și Studii Europene SRL (CCSE), în perioada (01.11.2024 – 31.10.2026) (24 luni).

Proiectul este realizat prin fonduri Europene și susține persoanele angajate din Regiunile Sud-Muntenia, Nord-Est și Sud-Est în participarea la consiliere profesională și dezvoltarea de competențe cerute pe piața muncii prin participarea la cursuri de formare profesională gratuite în diverse domenii.

Detalii despre proiectul UPDATE:

- <https://ptir.ro/proiecte-in-desfasurare/update/>
- <https://www.facebook.com/update.peo>

Întocmit de:

Coordonator informare
Ștefan Adrian-Cosmin