europass



ALEXANDRA CAMELIA TODOR

Cetățenie: română | **E-mail:** camelia.todor@e-uvt.ro

DESPRE MINE

Doctorand, Psiholog Clinician în supervizare și Psihoterapeut Cognitiv-Comportamental în formare.

Interes deosebit pentru prevenția tulburărilor și problemelor emoționale la tineri, cât și pentru dezvoltarea timpurie a abilităților de reglare emoțională și funcționare socială.

Experiență dovedită în zona clinică și de psihodiagnostic și evaluare, cât și în zona de dezvoltare de abilități și consiliere psiho-emoțională a tinerilor.

EDUCAȚIE ȘI FORMARE

01/10/2026 - În curs - TIMIȘOARA, ROMÂNIA

DOCTORAND- ȘCOALA DOCTORALĂ DE PSIHOLOGIE, UNIVERSITATEA DE VEST

10/2023 - 06/2025 - CLUJ-NAPOCA

ABSOLVENTĂ A MASTERULUI DE PSIHOLOGIE CLINICĂ, CONSILIERE PSIHOLOGICĂ ȘI PSIHOTERAPIE, DEPARTAMENTULUI DE PSIHOLOGIE CLINICĂ AL FACULTĂȚII DE PSIHOLOGIE ȘI ȘTIINȚE ALE EDUCAȚIEI,- UNIVERSITATEA „BABEȘ-BOLYAI”

- tehnici de evaluare psihologică și diagnostic
- tehnici integrate de coaching, consiliere și psihoterapie cognitiv-comportamentală, Schema Therapy, DBT, ACT, tehnici din sfera umanistă și somatică
- cunoștințe aprofundate despre profesia de psiholog din punct de vedere etic, deontoloic, teoretic, practic și juridic

Diplomă finală: 10 | **Lucrare de diplomă:** Un training online autoghidat de Reglare Emoțională pentru Furia Dezadaptativă și Impulsivitate. Un studiu clinic controlat

10/2020 - 07/2023

LICENȚIATĂ ÎN PSIHOLOGIE, FACULTATEA DE PSIHOLOGIE ȘI ȘTIINȚE ALE EDUCAȚIEI DIN CADRUL UNIVERSITĂȚII „BABEȘ-BOLYAI”, CLUJ-NAPOCA

Diplomă finală: 10 | **Lucrare de diplomă:** Terapia bazată pe Compasiune (CFT) în diminuarea simptomelor Tulburării de Stres Post-Traumatic după abuz sexual.

2020

DIPLOMĂ DE BACALAUREAT

Diplomă finală: 9,71

06/2016 - 06/2020 - ARAD

ABSOLVENTĂ A PROFILULUI FILOLOGIE BILINGV LA COLEGIUL NAȚIONAL „ELENA GHIBA BIRTA”, ARAD, ȘEF DE PROMOȚIE

EXPERIENȚA PROFESIONALĂ

17/09/2025 - ÎN CURS - TIMIȘOARA, ROMÂNIA

PSIHOLOG CLINICIANUNIVERSITATEA DE VEST DIN TIMIȘOARA - UVT

- Evaluarea clinică și consiliere psiho-emoțională pentru studenți în cadrul Serviciului de Consiliere și Sprijin pentru Studenți (SCSS)
- Organizare ateliere educaționale și de dezvoltare de abilități

18/12/2024 - ÎN CURS

PSIHOLOG CLINICIANCABINET INDIVIDUAL DE PSIHOLOGIE TODOR ALEXANDRA CAMELIA

- cabinet individual de psihologie
- evaluări clinice pentru încadrare în grad de handicap (demențe), rapoarte de evaluare în vederea diagnosticului (ADHD, tulburări depresive, tulburări de anxietate și stres, funcționarea personalității), evaluare psihologică pentru autocunoaștere
- consiliere clinică de scurtă durată

20/10/2024 - 01/06/2025

MEMBRU ÎN CADRUL LABORATORULUI DE REGLARE EMOȚIONALĂ, DEPARTAMENTUL DE PSIHOLOGIE CLINICĂ ȘI PSIHOTERAPIE, CLUJ-NAPOCA

- promovarea laboratorului și a intervențiilor psihologice validate științific în mediul online
- realizarea de webinarii pe teme de reglare emoțională în relații și tulburări de personalitate
- colectare de date, analiza datelor și scrierea de articole științifice în cadrul proiectelor laboratorului

09/2024 - 30/06/2025

INTERN CLINICA UNIVERSITARĂ PSYTECH

- Activități de cercetare științifică în cadrul proiectelor clinicii
- Ședințe de coaching cognitiv-comportamental cu studenții implicați în proiectele clinicii folosind protocolul unificat și training-uri de abilități de reglare emoțională

06/2022 - 09/2022

HOSPITALITY STAFF - SUN VALLEY RESORT, IDAHO PRIN PROGRAMUL WORK AND TRAVEL

- Gestionare a ospitalității în cadrul evenimentelor (conferințe, cine de afaceri)

- Atribuții de ospătar, barman

06/2022 - 09/2022

DAYCARE ASSISTANT - SUN VALLEY RESORT, IDAHO

- Atribuții în cadrul grădiniței, lucru cu grupa de copii, organizare activități recreative și educaționale pentru copii

- Supravegherea grupului în cadrul deplasărilor în afara grădiniței

- Discuții cu părinți legat de comportamentul copiilor, adaptare la mediul social și de grup, probleme întâmpinate (tamtrums, refuz de la participa la activități etc)

COMPETENȚE LINGVISTICE

Limbă(i) maternă(e): **ROMÂNĂ**

	COMPREHENSIUNE		VORBIT		SCRIS
	Comprehensiune orală	Citit	Producerea de mesaje orale	Conversație	
ENGLEZĂ	C1	C1	C1	C1	C1

PERMIS DE CONDUCERE

Permis de conducere: B

EXPERIENȚĂ DE PRACITICĂ CLINICĂ ÎN DOMENIU

15/03/2025 - 01/06/2025
Stagiu de practică la Spitalul Municipal Dej, Cluj - Secția Psihiatrie

- Evaluare psihologică a pacienților internați în cadrul secției de Psihiatrie - evaluarea demențelor, a schizofreniei și altor tulburări psihotice, evaluarea personalității, evaluarea depresiei și a riscului suicidar, evaluarea simptomelor somatice și neuropsihiatrice
- Aplicarea, scorarea și interpretarea instrumentelor de evaluare și psihodiagnostic, colectarea istoricului și anamneza - BDI, PANS, BAI, MINI, Columbia Suicide Risk Assesment, MMSE, PID-5, Hamiltom Depression/Anxiety Scale, GAF - Scala de funcționare, SCID-5, SCID-5-PD
- Monitorizarea pacienților sub tratament, analizarea cazurilor împreună cu psihologul principal și medicii psihiatrii

07/2023 - 09/2023
Practică în Evaluare Clinică la Cabinet Individual de Psihologie Claudiu Rotund, Arad

Familiarizarea cu procesul de evaluare psihologica atât în zona personalității cât și a proceselor și tulburărilor psihice

Aplicare teste psihologice precum: BDI, MMSE, MILLON, GAF, SCID

Analiza rapoartelor psihologice și a documentelor medicale ale pacienților

07/2022 - 09/2022
Practică în Evaluare Clinică la Cabinet Individual de Psihologie Claudiu Rotund, Arad

Familiarizarea cu procesul de evaluare psihologica atât în zona personalității cât și a proceselor și tulburărilor psihice

Aplicare teste psihologice precum: BDI, MMSE, MILLON, GAF, SCID

Analiza rapoartelor psihologice și a documentelor medicale ale pacienților

03/2021 - 05/2021
Stagiu facilitare ședințe individuale de psihoterapie la Clinica de Psihoterapie Terra-Pi

Familiarizarea cu aplicarea proceselor ACT în diadă (lucru cu valori, acțiune angajată - Choice Point, difuzie etc)

Dezvoltarea abilităților de bază verbale și non-verbale și a abilităților de analiză funcțională a comportamentului

Integrare feedback in ceea ce privește conducerea unei ședințe individuale

10/2020 - 02/2021
Participare la grupul de Self-Practice and Self-Reflection ACT organizat de Clinica de psihoterapie Terra-Pi, Cluj-Napoca

6 luni de practicare și auto-reflecție în paradigma ACT

Familiarizare și aplicarea a exercițiilor specifice ACT pe propria persoană

Dezvoltarea cunoștințelor și abilităților ce țin de terapia de grup, în special în Terapia prin Acceptare și Angajament

Autodezvoltare personală

EXPERIENȚĂ PROFESIONALĂ PRIN VOLUNTARIAT

11/2023 - ÎN CURS

Voluntar în cadrul Alianței Române Antisuicid (ARPS)

Training în intervenția în criză suicidară prin mijloace telefonice

Gărzi în cadrul liniei telefonice Antisuicid

10/2023 - 15/10/2025

Voluntar activ în cadrul Asociației Inocenții, Cluj-Napoca

Activități de suport în Clinica de Psihiatrie pediatrică, Cluj-Napoca

Activități de autocunoaștere și psihoeducatie, jocuri și activități de destindere pentru copiii internați pe secție

Activități de conștientizare a importanței sănătății mentale în școli din Cluj- Napoca

Susținere de workshopuri pe temele: depresie, anxietate și strategii de coping, reglare emoțională, importanța sănătății mintale a adolescenților

Gestionare conflicte de opinie ce apar in clasă, parafrazare a informațiilor pe înțelesul copiilor

11/2020 - 07/2023

Voluntar la Asociația Studenților Psihologi din România, Cluj-Napoca

Departamentele PR și Științific

Creare de conținut vizual de promovare a campaniilor de psihoeducatie

Coordonare campanie de promovare a zilelor Facultății de Psihologie drept reprezentat PR în 2022

Crearea de texte originale cu scopul psihoeducatiei care să fie cât mai accesibile pentru publicul larg, să fie bazate pe dovezi științifice și să fie folositoare și educative

Negociere și formare de parteneriate și colaborări

Membru al echipei CISP 2022 prin departamentul Științific - implicare în crearea de materiale de promovare a conferinței, organizare a tematicilor prezentate în conferința împreună cu echipa, contribuție în căutarea și contactatea speakerilor

11/2021 - 01/2022

Voluntar în Proiectul Rethink Emotions

Contactare, recrutare și monitorizare a progresului participanților în activitățile de cercetare

Promovarea importanței programelor psihoterapeutice ce vizează reglarea emoțională pentru starea de bine, în școli din Cluj-Napoca

Acordare de suport tehnic și administrativ și muncă de teren în școli cu copii între 8 și 16 ani

Familiarizarea cu procesul de cercetare în ceea ce privește gestionarea participanților, a etapelor studiului și a introducerii de date

11/2020 - 12/2020

Voluntar în Proiectul Sharpen your mind, Cluj-Napoca, în colaborare cu Facultatea de Medicină „Carol Davila", București

Conceperea și livrarea a 4 prezentări online pe tematici de sănătatea mintală la adolescenți și elevi de gimnaziu

Lucru în echipă, integrarea perspectivelor din medicină cu cele din psihologie pentru o abordare holistică a tematicilor

Adaptarea conținutului pentru nevoile specifice ale elevilor, în funcție de etapa de vârstă la care se aflau.

07/2019 - 10/2019

Voluntar la Asociația „Ajungem Mari", Arad

Realizarea de activități pentru copii din centrele de plasament cu scopul de a dezvolta abilități și o percepție pozitivă asupra educației

Asigurarea formării și menținerii unei relații bune cu copiii

Dezvoltarea de strategii și activități menite să ajute copiii să își atingă potențialul și să se adapteze mai bine activităților școlare

2018 - 2020
Voluntar al asociației „Copii diamante neșlefuite”

Dobândirea de valori precum: toleranță, pozitivitate, responsabilitate, adaptabilitate, răbdare și înțelegere
Crearea de conexiuni cu copii din familii defavorizate într-un program de tip „Big brother, Big Sister”

OLIMPIADE, CONCURSURI ȘI CONFERINȚE:

Participare la EABCT 56th annual Congress, 16-19 September, 2026, Brussels

Participare la Conferința Internațională „The Future of Higher Education”, 16-17 Mai, 2025, Cluj-Napoca

Prezentarea lucrării intitulate: „An Emotion Regulation Training for Maladaptive Anger and Impulsivity. A protocol for a Randomized Controlled Trial”

01/11/2024 - 15/07/2025
Câștigătoarea a bursei de cercetare științifică în cadrul concursului organizat de Universitatea-Babeș-Boyiai

- Realizarea unui proiect de cercetare pe tema training-ului de reglare emoțională în furia dezadaptativă și impulsivitate
- Traducerea și adaptarea unei platforme creată de Mennin și Fresco - Columbia University pentru Training-ul de Reglare Emoțională (ERT - Emotion Regulation Therapy)
- Adaptarea videoclipurilor, crearea chestionarelor de evaluare și screening pre-intervenție, crearea chestionarelor și adaptarea instrumentelor de evaluare a proceselor de reglare emoțională, înregistrarea meditațiilor ghidate din cadrul training-ului, crearea și adaptarea exercițiilor de monitorizare a participanților
- Colectarea și evaluarea rezultatelor
- Redactarea raportului final și a articolului științific trimis spre publicare

08/05/2021 - 09/05/2021
Conferința Națională ACT

28/04/2018 - 06/05/2018
Youth Exchange în Cankiri, Turcia prin Erasmus Plus

Dezvoltarea de abilități interculturale

COMPETENȚE ȘI ABILITĂȚI

Examen Cambridge Advanced, 204/210 puncte (Nivel C2)

Competențe și abilități organizatorice

Abilități de lidership, gândire analitică, gândire orientată spre scop
Perseverență, capacitatea de a respecta deadline-uri
Abilități de negociere, organizarea unei echipe, noțiuni de antreprenoriat, economie și scriere de proiecte, abilități de organizare și etică a muncii
Pragmatism și atenție la detalii

Competențe și abilități interpersonale

Spirit de echipă, adaptabilitate și flexibilitate în situații dificile, rezolvare de probleme, gândire critică

Abilitatea de a vorbi în public, comunicare
Dinamism, dedicare, respect, întelegere, ascultare activă, empatie
Răbdare în lucrul cu oamenii, optimism și entuziasm
Competențe interculturale

Competențe și aptitudini de utilizare a calculatorului

Cunoștințe avansate a instrumentelor Microsoft Office (Word, Exell, Acess, PowerPoint)
Cunoștințe medii a programelor grafice (Photoshop, Canva), de editare video (Premier, DaVinci)
Cunoștințe avansate a programelor de analiză de date (SPSS, JASP)