

## INFORMAȚII PERSONALE



## COSTINA-RUXANDRA PĂSĂRELU

Sexul Feminin | Data nașterii 11/12/1988 | Naționalitatea română

## EXPERIENȚA PROFESIONALĂ

- 01/10/2016 - prezent **Personal didactic asociat**  
Universitatea Babeș-Bolyai, Cluj-Napoca (România)  
Susținerea seminarilor la disciplina Psihodiagnostic Clinic și Intervenții la Copii, în cadrul Facultății de Psihologie și Științe ale Educației, Universitatea Babeș-Bolyai
- 29/10/2015–04/12/2015 **Colaborator extern**  
International Association of Cognitive Behavioral Coaching, Cluj-Napoca (România)  
Proiect "Skills for Jobs", POSDRU/160/2.1/S/141384, Agenția Județeană pentru ocuparea forței de muncă din Cluj (AJOFM Cluj)  
Dezvoltarea abilităților emoționale și de orientare în carieră ale adolescenților din clasele X-XII  
Tipul sau sectorul de activitate Proiecte de cercetare colaborative
- 06/11/2015–20/11/2015 **Specialist extern**  
S.C. Institutul Român pentru Evaluare și Strategie (IRES S.R.L.), Cluj-Napoca (România)  
Proiect colaborare IRES și Fundația Transilvania College  
Evaluare psihologică a dificultăților emoționale și a stării de bine a copiilor din clasa I, participarea la traininguri de profil în vederea evaluării impactului corporativ a programului AfterSchool  
Tipul sau sectorul de activitate Proiecte de cercetare colaborative
- 2014–Prezent **Asistent de cercetare științifică**  
Universitatea Babeș-Bolyai, Cluj-Napoca (România)  
Proiect PN-II-PT-PCCA-2011-3.1-1500 "Eficiența unei platforme web validate empiric pentru reducerea anxietății la copii și adolescenți: iDare", Coordonator proiect: Prof. Univ. Dr. Anca Dobrea  
Evaluare și intervenție psihologică pentru copiii și adolescenții cu tulburări de anxietate  
Tipul sau sectorul de activitate Proiecte de cercetare colaborative
- 2013–Prezent **Psiholog clinician și psihoterapeut**  
Clinica Universitară de Psihologie Babeș Bolyai – PSYTECH, Cluj-Napoca (România)  
Grant acordat de Institutul Albert Ellis, New York, „*Rational emotive and cognitive-behavior therapy versus Cognitive therapy versus Acceptance and commitment therapy in the treatment of generalized anxiety disorder*„  
Evaluare și consiliere psihologică, optimizare și dezvoltare personală  
Tipul sau sectorul de activitate Servicii către comunitate
- 2013–Prezent **Psiholog clinician și psihoterapeut**  
Asociația de Scleroză Multiplă, Bistrița (România)  
Evaluare și consiliere psihologică, optimizare și dezvoltare personală a pacienților cu scleroză multiplă

Tipul sau sectorul de activitate Servicii către comunitate

- 2013–Prezent **Psiholog clinician și psihoterapeut**  
Cabinet individual de psihologie Costina Păsărelu, Cluj-Napoca (România)  
Evaluare psihologică, consiliere psihologică, optimizare și dezvoltare personală  
Tipul sau sectorul de activitate Sector privat
- 2013–Prezent **Tutore psihodiagnostic și evaluare clinică**  
Universitatea Babeș-Bolyai, Cluj-Napoca (România)  
Activități de supervizare a studenților masteranzi în cadrul practicii clinice la Spitalul de Psihiatrie Infantilă, Cluj-Napoca

## EDUCAȚIE ȘI FORMARE

---

- 2016 **Certificat de manager de proiect acreditat ANC**  
Universitatea Babeș-Bolyai, Cluj-Napoca (România)  
Proiect POSDRU 132400M  
Planificare proiecte, Tipuri de proiecte, Plan de activități, Managementul riscurilor, Bugetul proiectului, Monitorizare, Raportare, Indicatori, Sustenabilitate
- 2014 **Atestat de formare în psihoterapie rațional emotivă și cognitiv-comportamentală**  
Institutul Albert Ellis, New York (Statele Unite ale Americii)  
A primary Training Course in Rational-Emotive & Cognitive-Behavioral Theory and techniques, Albert Ellis Institute  
Advanced Training Course in Rational-emotive & Cognitive-Behavioral Theory and techniques
- 2013-prezent **Studii doctorale**  
Institutul de Studii Doctorale, Universitatea Babeș-Bolyai, Cluj-Napoca (România)  
Școala doctorală: Psihodiagnostic și intervenții psihologice validate științific  
Titlul tezei: "Intervenții transdiagnostic livrate prin intermediul tehnologiei", Conducător științific: Prof. Univ. Dr. Anca Dobrea  
Metode generale de cercetare și metodică elaborării de lucrări științifice, Psihodiagnostic și psihoterapii validate științific, Activarea potențialului intelectual, Psihologie culturală: implicații psihoistorice, Istoria psihologiei
- 2015 **Certificat de absolvire a nivelului 2 al studiilor psihopedagogice**  
Institutul de Pregătire Didactică a Universității Babeș-Bolyai, Departamentul pentru Pregătirea Personalului Didactic, Cluj-Napoca (România)  
Practică pedagogică (în învățământul liceal, postliceal și universitar)
- 2011–2013 **Masterat Psihologie Clinică, Consiliere Psihologică și Psihoterapie**  
Facultatea de Psihologie și Științe ale Educației, Universitatea „Babeș-Bolyai”, Cluj-Napoca (România)  
Masterat Psihologie Clinică, Consiliere Psihologică și Psihoterapie  
Psihologie clinică, Psihoterapii cognitiv-comportamentale, Psihologie Judiciară Clinică, Consiliere Genetică, Etică, Evaluarea Copilului și a adolescentului, Psihologia Personalității: personalitate și diagnoză, Psihologia Sănătății Clinice, Psihologie Pozitivă

- 2011–2013 **Atestat liberă practică în Psihologie Judiciară - Evaluarea comportamentului simulat prin tehnica poligraf**  
Asociația Română de Psihologie Judiciară, Cluj-Napoca (România)  
Bazele psihofiziologice ale comportamentului simulat, Etapa pretest a examinării poligraf, Etapa intest și de stabilire a diagnosticului poligraf, Practica de specialitate
- 2008–2011 **Licență în psihologie**  
Facultatea de Psihologie și Științe ale Educației, Universitatea „Babeș-Bolyai”, Cluj-Napoca (România)  
Specializarea Psihologie  
Introducere în psihologie, Statistică și analiza datelor, Neuroștiințe, Psihiatrie, Psihologia Personalității, Psihologie Judiciară, Psihologie Clinică, Psihoterapii Cognitiv-comportamentale, Genetica Umană
- 2008–2011 **Certificat de absolvire a nivelului 1 al studiilor psihopedagogice**  
Institutul de Pregătire Didactică, Universitatea "Babeș-Bolyai", Departamentul pentru Pregătirea Personalului Didactic, Cluj-Napoca (România)  
Psihologia educației, Teoria și Metodologia instruirii, Teoria și metodologia evaluării, Didactica specialității, Practică pedagogică în învățământul preuniversitar obligatoriu, Managementul clasei de elevi
- 2004–2008 **Diplomă de Bacalaureat**  
Colegiul Național „Liviu Rebreanu” Bistrița, Bistrița (România)  
Profil Filologie  
Limba și literatura română, Literatură universală, Istorie, Geografie, Limba Engleză, Limba Franceză, Limba Germană, Limba Latină, Psihologie, Filozofie, Logică

COMPETENȚE PERSONALE

Limba(i) maternă(e) română

Alte limbi străine cunoscute

	ÎNȚELEGERE		VORBIRE		SCRIERE
	Ascultare	Citire	Participare la conversație	Discurs oral	
engleză	C1	C1	C1	C1	C1
franceză	B1	B1	B1	B1	B1

Niveluri: A1 și A2: Utilizator elementar - B1 și B2: Utilizator independent - C1 și C2: Utilizator experimentat  
Cadrul european comun de referință pentru limbi străine

Competențe de comunicare Bună capacitate de comunicare și cooperare cu ceilalți, abilități de negociere

Competențe organizaționale/manageriale Spirit organizatoric, spirit de inițiativă, atenție la detalii, disciplină, spirit practic

Competență digitală

AUTOEVALUARE				
Procesarea informației	Comunicare	Creare de conținut	Securitate	Rezolvarea de probleme

Utilizator experimentat	Utilizator experimentat	Utilizator experimentat	Utilizator experimentat	Utilizator experimentat
-------------------------	-------------------------	-------------------------	-------------------------	-------------------------

Competențele digitale - Grilă de auto-evaluare

O bună stăpânire a instrumentelor Microsoft Office™ (Word™, Excel™ și PowerPoint™);  
 Cunoștințe ale aplicațiilor statistice în SPSS  
 Cunoștințe elementare ale aplicațiilor de grafică pe calculator PhotoShop™

Permis de conducere B

INFORMAȚII SUPLIMENTARE

Afilieri Membră a Colegiului Psihologilor din România  
 Membră a Asociației Române de Psihologie Judiciară

Stagii de cercetare, mobilități Stagiu de cercetare Universitatea Linköping, Suedia, sponsorizat prin proiectul POSDRU/159/1.5/S/132400 (01.05.2015 – 30.06.2015)  
 Participare Școala Internațională de Primăvară "Advanced Practical Training for the Treatment of OCD in children and in adults", Assisi, Italia (11-13.05.2014)

Publicații **Păsărelu, C. R., & Dobrean, A.** (in press). Parental involvement in remotely-delivered CBT interventions for anxiety problems in children and adolescents: a systematic review. In *New Acquisitions in Anxiety Disorders*. Intech Open Access Publisher, ISBN 978-953-51-4900-2 (capitol carte)

Dobrean, A., & **Păsărelu, C.R.** (in press). Impact of social media on social anxiety: a systematic review. In *New Acquisitions in Anxiety Disorders*. Intech Open Access Publisher, ISBN 978-953-51-4900-2 (capitol carte)

**Păsărelu, C. R.,** Andersson, G., Bergman Nordgren, L., & Dobrean, A. (2016). Internet-delivered transdiagnostic and tailored cognitive behavioral therapy for anxiety and depression: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Cognitive Behaviour Therapy*, 1–28. <https://doi.org/10.1080/16506073.2016.1231219> (indexat ISI)

**Păsărelu, C. R.,** Dobrean, A., Balazsi, R., Predescu, E., Șipos, R., & Lupu, V. (2016). The Penn State Worry Questionnaire for Children: Age, Gender and Clinical Invariance. *Child Psychiatry & Human Development*, 1–11. <http://doi.org/10.1007/s10578-016-0663-2>. (indexat ISI)

**Păsărelu, C. R.,** Dobrean, A., Predescu, E., Șipos, R., & Lupu, V. (2015). Intergenerational transmission of worry a transdiagnostic factor in child internalizing symptomatology. *Romanian Journal of Child & Adolescent Psychiatry*, 3(1). (indexat BDI)

**Păsărelu, C. R., & Dobrean, A.** (2015). Child's negative automatic thoughts as a mediator in the relationship between mother's and child's social anxiety symptoms. *Erdelyi Pszichologiai Szemle= Transylvanian Journal of Psychology*, 16(2), 163. (indexat BDI)

David, D., Dobrean, A., **Păsărelu, C. R.,** Matu, S. A., & Comsa, M. (2015). The national psychological/intelligence profile of Romanians: An in depth analysis of the regional national intelligence profile of Romanians. *Erdelyi Pszichologiai Szemle= Transylvanian Journal of Psychology*, 16(2), 123. (indexat BDI)

Pantis, E., Robe, A., **Păsărelu, C. R.,** Dobrean, A., & Micluția, I. (2015). Accuracy of the Multidimensional Anxiety Scale for Children as a screening tool for anxiety disorders. *Romanian*

*journal of psychopharmacology*, 15, 185-195. (indexat BDI plus)

- Conferințe **Păsărelu, C.R.**, & Dobrean, A. *The Efficacy of a Technology Enhanced Group Transdiagnostic REBT/CBT Prevention Program Delivered in a School Setting for Children and Adolescents*, 46th Annual EABCT Congress CBT: Roots and present branches of CBT, Stockholm, August, 2016
- Păsărelu, C.R.**, & Dobrean, A. *The Efficacy of a Group Transdiagnostic REBT/CBT Intervention for young football players with sport anxiety performance*, 46th Annual EABCT Congress CBT: Roots and present branches of CBT, Stockholm, August, 2016
- Dobrean, A., & **Păsărelu, C.R.**, *Eficiența intervențiilor cognitiv-comportamentale adresate problemelor de anxietate în context școlar*, Al V-lea congres de psihiatrie a copilului și adolescentului și a XIII-a Conferință națională de sănătate mintală a copilului și adolescentului, Brașov, 2-4 iunie, 2016
- Păsărelu, C.R.**, Podină, I., Mogoșe, C., Balazsi, R., & Dobrean, A. *The intergenerational transmission of worry: the mediating role of child's interpretation biases*, 45<sup>th</sup> Annual EABCT Congress CBT: A road to hope and compassion for people in conflict, Ierusalim, August, 2015
- Dobrean, A., & **Păsărelu, C.R.** *Impactul tehnologiei asupra dezvoltării*, Cea de-a V-a ediție a Conferinței Naționale a Psihologilor Școlari, Oradea, 30-31 octombrie 2015
- Păsărelu, C.R.**, & Dobrean, A. *The clinical significance of transdiagnostic interventions delivered online: a systematic review*, Conferință organizată în cadrul proiectului POSDRU/159/1.5/S/132400 Cluj-Napoca, România, 22 - 26 septembrie, 2015
- Păsărelu, C.R.**, Podină, I., Mogoșe, C., & Dobrean, A. *The intergenerational transmission of worry and interpretative biases: the mediating role of children's anxious cognitions*, 1<sup>st</sup> International Congress of Cognitive Behavioral Coaching, Cluj-Napoca, 2014
- Păsărelu, C. R.**, Dobrean, A. *Relationship between worry, perfectionism, and academic achievement in children. Implications for parenting*, 1<sup>st</sup> International Congress of Cognitive Behavioral Coaching, Cluj-Napoca, 2014
- Proiecte Membru echipă grant PN-II-PT-PCCA-2011-3.1-1500, 81/2012, *Eficiența unei platforme web în tratamentul anxietății la copii (iDARE)*. Director proiect: Conf. dr. Anca Dobrean (2014-prezent)
- Bursă doctorală finanțată de către POSDRU în baza proiectului POSDRU/159/1.5/S/132400 cu titlul „Tineri cercetători de succes – dezvoltare profesională în context interdisciplinar și internațional” (2014-2016)
- Cursuri Curs de Formare Profesională Continuă - Workshop "Tehnici Moderne de psihoterapii cognitive și comportamentale" (2014)
- Curs de Formare Profesională Continuă - Workshop "Advanced Topics in Hypnotherapy" (2014)
- Curs de Formare Profesională Continuă - Workshop "Raven Progressive Matrices: Uses and abuses of intelligence, education and measurement" (2014)
- Curs de Formare Profesională Continuă - Workshop "Dezvoltarea inteligenței emoționale a copiilor și adolescenților prin educație rațională motivațională" (2014)
- Referințe Referințele pot fi furnizate la cerere.