

INFORMAȚII PERSONALE

Balan Raluca



EXPERIENȚA PROFESIONALĂ

Martie 2021- Prezent

Asistent de cercetare

Facultatea de Psihologie și Științe ale Educației, Universitatea Babeș-Bolyai, Cluj-Napoca, proiectul PN-III-P4-ID-PCE2020-2417 - Mecanisme ale victimizării în bullying: profile specifice și psihoterapie personalizată online

- Dezvoltarea unui protocol de intervenție psihoterapeutică personalizată, destinat adolescenților victime ale bullying-ului
- Dezvoltarea de conținut și materiale psiho-educative multi-media, interactive (audio, video) pentru platforma de intervenție personalizată
- Conceperea design studiului, procesare de date, incluzând introducerea de date, curățare și analiză
- Redactarea de manuscrise științifice și rapoarte de activitate

Tipul sau sectorul de activitate Public

Asistent de cercetare

Facultatea de Psihologie și Științe ale Educației, Universitatea Babeș-Bolyai, Cluj-Napoca, proiectul PN-III-P4-ID-PCE-2016-0861, <http://emad.granturi.ubbcluj.ro/echipadeproiect.html>

- Dezvoltarea unui protocol de intervenție psihoterapeutică, destinat adolescenților cu vârste cuprinse între 10-16 ani, cu tulburări de anxietate și afective, bazat pe principiile terapiei cognitiv-comportamentale
- Dezvoltarea de conținut și materiale psiho-educative multi-media, interactive (audio, video) pentru platforma de e-health destinată adolescenților
- Livrarea programului online și follow-up telefonic cu părinții
- Procesare de date, incluzând introducerea de date, curățare și analiză
- Redactarea de manuscrise științifice și rapoarte de activitate

Tipul sau sectorul de activitate Public

Ianuarie-Aprilie 2019

Asistent de cercetare

Facultatea de Psihologie și Științe ale Educației, Universitatea Babeș-Bolyai, Cluj-Napoca, proiectul de ROBOTERAPIE DREAM [Development of Robot-Enhanced therapy for children with Autism spectrum disorders]

- Evaluarea aspectelor clinice relevante pentru tulburarea de spectru autist
- Colectare de date prin observare, video cu copii 3-10 ani și interviuri telefonice cu părinți și cadre didactice
- Facilitarea de activități terapeutice asistate de robot cu copii cu tulburare de spectru autist, în vederea dezvoltării abilităților socio-emoționale
- Redactarea de rapoarte de activitate.

Tipul sau sectorul de activitate Public

Martie 2017 –Iulie 2020

Cadru didactic asociat

Facultatea de Psihologie și Științe ale Educației, Universitatea Babeș-Bolyai, Cluj-Napoca

- Activități didactice la disciplinele „Psihodiagnostic”, „Psihologia familiei”, Practică

Tipul sau sectorul de activitate Public

- Mai-Septembrie 2013 **Voluntar Activități psihoterapeutice**
 Cabinet Individual de Psihologie Rad Ernestina Maria P-ta M. Viteazu, Nr. 28, ap. 6, Cluj- Napoca, jud. Cluj
- Organizarea de workshop-uri pe teme relevante în domeniul psihologiei- Dependența de jocuri de noroc, Stress, Tulburare obsesiv-compulsivă
 - Întocmirea de rapoarte de evaluare psihologică
- Tipul sau sectorul de activitate Intership
- Octombrie-Decembrie 2011 **Voluntar Campanie anti-drog „Calul Troian”**
 Asociația Preventis Cluj-Napoca
- Activități interactive de psihoeucație pentru prevenirea consumului de etnobotanice în licee
- Tipul sau sectorul de activitate Voluntariat

EDUCAȚIE ȘI FORMARE

- 2016-Prezent **Studii doctorale**
 Școala Doctorală „Psihodiagnostic și Intervenții Psihologice Validat Științific”, Facultatea de Psihologie și Științe ale Educației, Universitatea Babeș- Bolyai Cluj-Napoca (coordonator științific Prof. Univ. Dr. Anca Dobrea)
- Sinteze ale literaturii de specialitate cu privire la fenomenul de bullying în școală în rândul pre-adolescenților
 - Planificarea și conducerea de cercetări cantitative în domeniul comportamentului de bullying în rândul tinerilor
 - Dezvoltarea și livrarea în școală a unui program cu implicare parentală, de dezvoltare a rezilienței copiilor cu vârste cuprinse între 10 și 12 ani, în fața victimizării prin bullying
 - Contactarea participanților, menținerea updatată a contactelor și a bazei de date
 - Colectare, procesare și analiză statistică cantitativă de date
 - Redactarea de manuscrise științifice
- 2014-2016 **Master în Psihologie , programul de studii Psihologie Clinică, Consiliere Psihologică și Psihoterapie**
 Facultatea de Psihologie și Științe ale Educației, Universitatea Babeș- Bolyai, Cluj-Napoca
- Materii studiate: Psihoterapii individuale și de grup, Evaluare psihologică a copilului școlar și preșcolar; Științe cognitive aplicate, Psihoterapii cognitiv-comportamentale, Metode avansate de cercetare
- 2011-2014 **Licențiat în Psihologie**
 Facultatea de Psihologie și Științe ale Educației, Universitatea Babeș- Bolyai, Cluj-Napoca
- Psihologie Clinică și Psihoterapie, Psihodiagnostic, Psihologia Familiei, Psihologia Dezvoltării, Modificări Cognitiv-Comportamentale, Psihodiagnostic și Intervenție la Copii și Adolescenți, Psihologie Organizațională, Psihologie Experimentală
- 2003-2007 **Diplomă de Bacalaureat**
 Colegiul Național " Petru Rareș " Suceava, profil uman, specializare filologie
- Limba și literatura română, Limbă și comunicare, Literatură universală, Lb. Franceză, Lb. Engleză, Lb. spaniolă, Psihologie

COMPETENTE PERSONALE

Limba(i) maternă(e) Limba română

Alte limbi străine cunoscute

	INTELEGERE		VORBIRE		SCRIERE
	Ascultare	Citire	Participare la conversație	Discurs oral	
Limba engleză	C1	C1	C1	C1	C1
Limba franceză	C1	C1	C1	C1	C1

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

Competențe de comunicare

- Capacitatea de a comunica constructiv în situații sociale diferite, abilități de ascultare activă și comunicare asertivă

Competențe organizaționale/manageriale

- Aptitudini de leadership, capacitatea de a elabora și implementa un proiect, abilitatea de a coordona echipe de lucru, capacitatea de inițiativă, capacitatea de a răspunde pozitiv în situații de criză, abilități de rezolvare de probleme

Competențe dobândite la locul de muncă

- Dezvoltarea și implementarea de programe validate științific de prevenție sau intervenție psihoterapeutice destinate copiilor și adolescenților
- Gândire analitică, creativitate, atenție la detalii, abilități de argumentare, dobândite în cadrul activității didactice și de cercetare, abilități de multi-tasking
- Capacitatea de a crea relații bazate pe încredere și empatie, dobândite în cadrul activităților psihoterapeutice desfășurate ca asistent de cercetare și a activităților desfășurate în cadrul echipelor de cercetare
- Flexibilitate și atitudine pozitivă față de schimbare
- Abilități de documentare, sinteză, raportare și prezentare a datelor
- Abilități de realizare a studiilor de cercetare
- Abilități scriptice - redactarea de rapoarte anuale de activitate, redactarea de aplicații pentru proiecte finanțate național (ex. PED) și internațional (EEA- granturi norvegiene), redactarea de manuscrise științifice – dobândite în cadrul activităților derulate ca asistent de cercetare și a studiilor doctorale

Competențe digitale

AUTOEVALUARE				
Procesarea informației	Comunicare	Creare de conținut	Securitate	Rezolvarea de probleme
Experimentat	Experimentat	Independent	Independent	Independent

Niveluri: Utilizator elementar - Utilizator independent - Utilizator experimentat

- o bună stăpânire a pachetului Microsoft Office, Wordpress,
- o bună stăpânire a softurilor statistice IBM SPSS, CMA
- O bună stăpânire a programelor de editare Canva și Vimeo

INFORMATII SUPLIMENTARE

Publicații Cristea, I.A., **Balan, R.**, & Dobrean, A. (2021). Letter: Methodologic and Reporting Issues in Published Meta-analysis. Accepted manuscript at *JAMA Pediatrics*.

Balan, R., Dobrean, A., Balazsi, R., Parada, R. H., & Predescu, E. (2020). The Adolescent Peer Relations Instrument- Bully/Target: Measurement Invariance Across Gender, Age, and Clinical Status. *Journal of interpersonal violence*, Advance online publication. <https://doi.org/10.1177/0886260520922350>

Balan, R., Dobrean, A., Balazsi, R. (2018). Indirect effects of parental and peer attachment on bullying and victimization among adolescents: The role of negative automatic thoughts. *Aggressive Behaviour*, 44 (6), 561-570. <https://doi.org/10.1002/ab.21775>

Balan, R., Dobrean, A., Roman, G.D., Balazsi, R. (2017). Indirect Effects of Parenting Practices on Internalizing Problems among Adolescents: The Role of Expressive Suppression. *Journal of Child and Family Studies*, 26 (1), pp. 40-47.

Conferințe

- Balan, R., Dobrean, A. Eficiența programelor de prevenție pentru comportamentul de tip bullying și cyberbullying: o meta-analiză a studiilor clinice randomizate. Lucrare participantă în cadrul simpozionului „Tulburările mentale ale copiilor: măsurare, prevenție și intervenție”. A XIII-a Conferință Națională a Asociației Psihologilor din România, Cluj-Napoca, ca, 22-24 noiembrie, 2019.
- Balan, R., Dobrean, A., & Balazi, R. (2019, Iulie). Indirect effects of parental attachment on bullying among adolescents: the role of negative automatic thoughts. Prezentare orală la Al 9-lea Congress de Terapii Cognitive și Comportamentale, Germania, Berlin, 17-20 Iulie 2019.
- Balan, R., Dobrean, A., & Balazi, R. (2017, Iunie-Iulie). Indirect effects of parental attachment on bullying among adolescents: the role of negative automatic thoughts. Poster prezentat la Al 9-lea Congres Internațional de Psihoterapii Cognitive, Romania, Cluj-Napoca, Iunie-Iulie 2017.
- Balan, R., Dobrean, A., Roman, G.D., Balazsi, R. Practicile parentale, supresia expresivă și problemele de internalizare la adolescenți: un model de mediere. A XII-a Conferință Națională de Sănătate Mintală a Copilului și Adolescentului, București, 8-9 octombrie 2015.

