

## INFORMAȚII PERSONALE

Amalia- Raluca Stepan



📍 Str. Calea București, nr. 107 H, Căminul Studențesc nr. 6, et. 1, sala 100, Craiova (România)

☎ 0251/563269

✉ ccop\_craiova@yahoo.com

🌐 <http://ccop.ucv.ro/>

## EXPERIENȚA PROFESIONALĂ

01/12/2013–Prezent

### Psiholog

Centrul de Consiliere și Orientare Profesională, CCOP, Universitatea din Craiova, Craiova (România)

- Consiliere psihologică/consiliere în carieră (evaluarea și testarea psihologică a studenților universității folosind teste de evaluare a aptitudinilor cognitive, inventare de personalitate, chestionare de evaluare a intereselor personale);
- Organizarea de grupuri de dezvoltare personală pentru facilitarea autocunoașterii studenților și dezvoltarea abilităților interpersonale;
- Susținerea de workshopuri și grupuri de lucru în vederea pregătirii studenților pentru viața post-absolvire având ca obiective: antrenarea abilităților de comunicare, lucrul în echipă, dezvoltarea creativității și a flexibilității;
- Aplicarea de teste psihologice elevilor/studenților/absolvenților
- Asistență individuală pentru planificarea carierei: căutarea unui loc de muncă, întocmirea CV-ului sau a scrisorii de intenție, pregătirea în vederea participării la interviul pentru angajare, tehnici de prezentare, lucrul în echipă și statutul asumat)
- Participarea și organizarea proiectelor realizate în cadrul centrului de consiliere ( „ **Caravana învățământului oltean**”, „ **Pași spre o carieră de succes**”, „ **Zilele porților deschise**”, „ **Voluntar azi, antreprenor mâine**” etc.)

Tipul sau sectorul de activitate Educație

01/08/2014–Prezent

### Psiholog

Universitatea din Craiova, Craiova (România)

Proiect POSDRU, ID 139411- „**Program de orientare, consiliere profesională și pregătire la locul de muncă pentru studenții din domeniul socio-uman din regiunea Sud- Vest Oltenia**”. Atribuțiile principale sunt următoarele:

- Facilitarea inserției pe piața muncii a 700 de studenți de la specializări din domeniul socio-uman (științe juridice, științe administrative, științe politice, istorie și relații internaționale prin intermediul serviciilor de orientare și consiliere profesională;
- Suport pentru înființarea si funcționarea unui Birou de orientare, formare si consiliere profesionala în domeniul socio-uman;

-Desfășurarea de activități de consiliere și orientare profesională care permit o decizie informată a studenților privind continuarea studiilor sau dobândirea unui loc de muncă inclusive elaborarea de materiale care să vină în sprijinul activității de consiliere și orientare profesională.

Tipul sau sectorul de activitate Educație/ Cercetare

25/03/2013–01/07/2013 Expert activități specifice de ocupare/ formare

SC ACZ Consulting, Craiova (România)

**Activități desfășurate în cadrul proiectului** ” *Studiu de prognoză privind trendul și evoluția dezvoltării sectorului de producție construcții în regiunile Centru și Vest*”. Responsabilitățile principale au fost următoarele:

- Dezvoltarea unui set de instrumente și metode specifice folosite pentru prognoza privind trendul și evoluția dezvoltării sectorului de producție construcții
- Pilotarea instrumentelor la nivelul celor 10 SPO din regiunile Centru și Vest
- Aplicare instrumente specifice la nivelul a minim 40 societăți comerciale din sectorul construcțiilor, din cele două regiuni ;
- Aplicare instrumente specifice la nivelul a minim 20 societăți comerciale din sectorul producției materialelor de construcții , din cele două regiuni ;
- Conferință de diseminare a rezultatelor obținute în elaborarea studiului– 60 de participanți din SPO
- Elaborarea Raportului de cercetare.

Tipul sau sectorul de activitate Accesare fonduri structurale, scriere proiecte, achiziții și licitații publice

01/06/2013–01/10/2014 Colaborator extern- Expert Asistență Tehnică 1

SC ACZ Consulting, Craiova (România)

Proiect transnațional- „**Servicii de asistență tehnică în vederea identificării și implementării soluțiilor de integrare socioeconomică a seniorilor (+50) în comunități urbane durabile, în cadrul proiectului Silver City – Strategii inovatoare urbane și planuri de acțiune pentru creșterea rolului economic și social al seniorilor**”. Atribuțiile principale au fost următoarele:

- Selectarea proiectului pilot și elaborarea unui plan de implementare pentru proiectul-pilot pe baza metodologiei comune pentru proiectele pilot;
- Stabilirea grupului țintă și a părților direct implicate;
- Evaluarea și monitorizarea rezultatelor proiectului-pilot,
- Participarea la Panelul Consultativ Transnational (PCT);
- Participarea la workshop-urile tematice transnaționale și pregătirea documentelor necesare;
- Elaborarea rapoartelor de evaluare calitativă a rezultatelor proiectului;

Tipul sau sectorul de activitate Accesare fonduri structurale, scriere proiecte, achiziții și licitații publice

25/05/2013–01/08/2013    **Responsabil consiliere- orientare**

SC ACZ Consulting, Craiova, Craiova (România)

Consiliere în carieră, individuală și de grup, în cadrul a doua proiecte POSDRU: „**VIRGILIO**/108/2.3/G/79695-*Creșterea nivelului de calificare a angajaților din sectorul turismului prin informare, formare profesională continuă, orientare și consiliere în vederea creșterii adaptabilității și competitivității la locul de muncă*” și „**GO FOR IT** /108/2.3/G/80667 – *Angajați calificați și competitivi într-o economie bazată pe cunoaștere- FPC în domeniul IT*”. Activitatea de consiliere a constat în:

- Identificarea relației dintre viața personală și cea profesională;
- Identificarea aptitudinilor și abilităților în vederea orientării și dezvoltării profesionale prin teste și instrumente specifice ( Inventarul Holland, Analize SWOT, fereastra Johari, etc.);
- Conturarea planului de carieră și informare asupra posibilităților de dezvoltare personală și profesională;
- Eliberarea de recomandări pentru a utiliza competențele dobândite în urma parcurgerii sesiunilor de orientare și consiliere în carieră.

**Tipul sau sectorul de activitate** Accesare fonduri structurale, scriere proiecte, achiziții și licitații publice

18/01/2011–01/03/2013    **Psiholog- Psihopedagog**

World Vision, Craiova (România)

Asistarea beneficiarilor proiectului strategic POSDRU, ID 50467,, **Centrul multifuncțional- o șansă pentru viitorul copiilor și tinerilor cu dizabilități fizice, psihice și sociale din regiunea Nord- Vest, Sud- Vest, Sud- Est Oltenia**”, prin:

-Organizarea și susținerea întâlnirilor de orientare și consiliere vocațională pentru beneficiarii proiectului-**tineri cu vârste cuprinse între 16 și 25 de ani, elevi și studenți, aflați în căutarea unui loc de muncă**- al căror obiectiv a fost acela de a ajuta tinerii în a- și clarifica drumul în carieră, prin însușirea primilor pași pentru reușită: realizarea CV- ului, a scrisorii de intenție și a modalității de prezentare la un interviu de angajare.

-Toate grupurile au avut ca și direcții de lucru consolidarea și atingerea unui nivel de maturitate cât mai înalt în carieră sau în ceea ce privește alegerea acesteia, și au fost desfășurate pornind de la premisa că o dezvoltare personală optimă facilitează toate celelalte alegeri. Fiecare participant a avut ocazia să se cunoască mai bine pe sine, să- și dezvolte abilitățile de comunicare ( mai ales a unui stil de comunicare activ și asertiv), și să aibă un feedback din partea altui participant sau a grupului, și-au putut găsi soluții inovatoare și insight- uri cu privire fie la propriul lor drum profesional, fie, în oglindă, la al celorlalți.

-Lucrul în vederea dobândirii acestor achiziții a fost facilitat în baza jocului de rol și al câtorva teme și fișe de lucru, care constituie partea provocativă, punctul de la care pornește discuția. Am folosit brainstorming- ul, regula catenei, timpul echilibrat împărțit între toți participanții și securizarea afectivă în comunicare, ca și feedback- ul oferit constant, atât pe orizontală, cât și pe verticală. Între temele în

baza cărora s-au desfășurat aceste întâlniri am folosit : Analize de nevoi ( analiza SWOT, tehnica fishboning, metoda „ copacului cu erori”) ; Motivație și performanță; Autoeficacitate și succes, Autoprezentare vs. Întrebări adresate angajatorilor; OV în funcție de cunoașterea stilului de comunicare/ învățare/ trăsăturile de temperament/ de atitudinile morale care guvernează alegerile și conduitele individuale ale fiecărui participant la întâlnire și altele, Angajat vs. Angajator; Stilul de învățare predominant ( vizual, auditiv, tactil sau kinestezic) ; Definierea unor atitudini morale și bune conduite; Stabilirea obiectivului personal de atins în prezent; fișe de autoanaliză și autocunoaștere: „ Cine sunt eu?” sau „ Eul în oglindă ”, „ Harta inimii ” sau ce înseamnă confidențialitatea, cât și care sunt limitele acesteia, până unde ne este confortabil să împărtășim despre noi, dar și unde ne blocăm, etc.;

-Am implicat și coordonat tinerii ( elevi și studenți cu vârste cuprinse între 16- 25 de ani) beneficiari ai proiectului în numeroase activități de fundraising și voluntariat ( de exemplu, în cadrul Campaniei de Crăciun sau a târgurilor „ Bazaar-Bazaar”, flash- mob, 2 %) care au contribuit la îndeplinirea obiectivelor de promovarea ale proiectului și fundației.

Tipul sau sectorul de activitate ONG, Social

01/02/2010–01/12/2010

Psiholog

Asociația P.A.V.E.L. (asociația părinților care au sau au avut un copil bolnav de cancer), cu punct de lucru în Institutul Oncologic București,, București (România)

Asistarea copiilor beneficiari ai asociației PAVEL. Am lucrat ca și comoderator în ședințe de terapie prin joacă și în cadrul grupurilor suport pentru părinți. Am participat la campanii de strângere de fonduri.

Tipul sau sectorul de activitate ONG, Social

20/01/2009–27/02/2009

Psiholog, Tutore ABA

Centrul Horia Moțoi, București (România)

Lucrul prin intermediul analizei comportamentale aplicate cu copiii din centrul "Horia Moțoi"- centru destinat ajutorării copiilor autiști, Terapie ABA

Tipul sau sectorul de activitate ONG, Social

10/10/2008–18/01/2009

Psiholog stagiar

D.G.A.S.P.C., Sector 1, București (România)

Asistarea și consilierea copiilor din centrul rezidențial Chiajna

Tipul sau sectorul de activitate Asistență socială și protecția copilului

17/02/2007–20/05/2007

Psiholog stagiar

Spitalul Clinic de Psihiatrie „Alexandru Obregia”, București (România)

Asistarea persoanelor cu boli psihice sub îndrumarea prof. dr. Simona Trifu în

cadrul Spitalului Clinic de Psihiatrie „Alexandru Obregia”

Tipul sau sectorul de activitate Psihiatrie

## EDUCAȚIE ȘI FORMARE

25/07/2010–Prezent	<p>Atestat de liberă practică în Psihologie Clinică - Atestat de liberă practică în Psihoterapie - Atestat de liberă practică în Consiliere Psihologică - Atestat de liberă practică în Psihologia Muncii - Atestat de liberă practică în Psihologia Transporturilor. - Atestat de liberă practică în Psihologie Educațională, Consiliere Școlară și Vocațională</p> <p>Colegiul Psihologilor din România, Registrul unic al psihologilor cu drept de liberă practică, București (România)</p> <p>Evaluare psihologică</p> <p>Intervenție psihologică:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- optimizare, dezvoltare și autocunoaștere</li> <li>- în probleme psihologice, psihopatologice și în situații de risc</li> <li>- în menținerea sănătății și confruntarea cu condiția de boală</li> <li>- de optimizare a proceselor de cuplu, familie, grup, organizații</li> </ul> <p>Cercetare</p> <p>Educație și training</p> <p>Optimizarea comportamentului profesional și managementul stresului pentru diverse tipuri de organizații</p>	Nivelul 7 CEC	7
25/10/2014–26/10/2014	<p>• Curs de formare continuă în Psihologie Organizațională și în Psihologia Transporturilor</p> <p>Colegiul Psihologilor din România, COPSI, București (România)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Psihologie Organizațională</li> <li>- Psihologia Transporturilor</li> </ul>	Nivelul 7 CEC	7
17/01/2014–17/01/2014	<p>Certificat de licența CAS</p> <p>COGNITROM, Cluj- Napoca (România)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluare psihologică individuală</li> <li>- Evaluare și selecție de personal.</li> </ul>	Nivelul 7 CEC	

15/11/2014–17/11/2014	Certificat de Trainer socio- educativ	Nivelul 7 CEC
	SOS Satele Copiilor, București (România) - Educație non- formală	
07/04/2013–20/04/2013	Certificat Europass Mobility	Nivelul 7 CEC
	SC ACZ CONSULTING SRL, București (România) - <b>Certificat Europass Mobility</b> - Stagiul de practică în domeniul social- managementului proiectelor sociale- prin <b>SMART</b> - proiect finanțat în cadrul programului <i>Leonardo da Vinci, People in the Labour Market</i> , Italia- Lucca.	
01/12/2012–20/12/2012	Certificat de Competențe în Afaceri ECB*L, nivel B	Nivelul 7 CEC
	Asociația EUROED, București (România) - Curs de <b>Competențe în Afaceri, ECB*L, nivel B</b> , acreditat de CNFPA.	
01/10/2012–20/10/2012	Certificat de „Manager de proiect”	Nivelul 7 CEC
	Asociația EUROED, București (România) - Curs de „ <b>Manager de proiect</b> ”, acreditat de CNFPA.	
01/05/2012–20/05/2012	Certificat de „Competențe în Afaceri. ECB*L, nivel A”	Nivelul 7 CEC
	Asociația EUROED, București (România) - Curs de „ <b>Competențe în Afaceri. ECB*L, nivel A</b> ”, acreditat de CNFPA.	
01/03/2012–20/03/2012	Certificat de „ Competențe antreprenoriale”	Nivelul 7 CEC
	Asociația EUROED, București (România) - Curs de „ <b>Competențe antreprenoriale</b> ”, acreditat de CNFPA	
01/10/2011–20/10/2011	Certificat de „ Formator”	Nivelul 7 CEC
	Asociația Dominou, Craiova (România) - Curs de „ <b>FORMATOR</b> ”, cod COR- 241205, însumând un cumul de 108 ore de pregătire teoretică și practică acreditat de CNFPA	

01/02/2011–20/02/2011	<p>Certificat de „Consilier de orientare și informare privind cariera”</p> <p>Asociația E- training, București (România)</p> <p>- Curs de „<b>Consilier de orientare și informare privind cariera</b>”, cod COR-241208, însumând un cumul de 80 de ore de pregătire teoretică și practică, organizat de E- Training, acreditat de CNFPA</p>	<p>Nivelul 7 CEC</p>
01/10/2008–15/06/2010	<p>Diploma de Master, Studii universitare de masterat în Psihologie, programul de studii „Psihodiagnostic și Psihoterapie”</p> <p>Facultatea de Psihologie și Științele Educației, Universitatea din București, București (România)</p> <p>Psihodiagnostic și Psihoterapie Experiențială Unificatoare</p>	<p>Nivelul 7 CEC</p>
01/10/2008–15/06/2010	<p>Studii universitare de masterat în Psihologie, programul de studii „Psihologie Organizațională și Resurse Umane”</p> <p>Facultatea de Psihologie și Științele Educației, Universitatea din București, București (România)</p> <p>Psihodiagnostic organizațional, Evaluarea și selecția personalului, Training organizațional, etc.</p>	<p>Nivelul 7 CEC</p>
01/10/2005–15/06/2010	<p>Certificat de absolvire a Modulului Psihopedagogic- nivelul I și II, Departamentul pentru Pregătirea Cadrelor Didactice.</p> <p>Facultatea de Psihologie și Științele Educației, Departamentul pentru Pregătirea Cadrelor Didactice, Universitatea din București, București (România)</p> <p>Psihologia Educației, Fundamentele Pedagogiei</p>	<p>Nivelul 6 CEC</p>
01/10/2005–15/06/2008	<p>Diploma de Licență în Psihologie</p> <p>Facultatea de Psihologie și Științele Educației, Secția Psihologie, Universitatea din București, București (România)</p> <p>Fundamentele psihologiei</p>	<p>Nivelul 6 CEC</p>
15/09/2001–15/06/2005	<p>Diplomă de Bacalaureat</p> <p>Colegiul Național „Frații Buzești”, Craiova (România)</p> <p>Profil Matematică- Informatică</p>	<p>Nivelul 5 CEC</p>



## COMPETENȚE PERSONALE

Limba(i) maternă(e) română

Alte limbi străine cunoscute

	ÎNȚELEGERE		VORBIRE		SCRIERE
	Ascultare	Citire	Participare la conversație	Discurs oral	
engleză	C2	C2	C2	C2	C2
	• Certificat Europass Mobility				
franceză	A1	A1	A1	A1	A1

Niveluri: A1/A2: Utilizator elementar - B1/B2: Utilizator independent - C1/C2: Utilizator experimentat

Cadrul european comun de referință pentru limbi străine

Competențe de comunicare

- Abilități de comunicare scrisă și verbală, autonomie, responsabilitate, atenție la detalii și orientare spre rezultate, bune abilități de gestionare a conflictului, ascultarea și implicarea membrilor unui grup, abilitatea de a cataliza insight-uri în discuțiile cu aceștia, toleranță, integritate, dorința de a învăța, implicare, valorizarea celorlalți; pasiune pentru ceea ce fac.

Competențe  
organizaționale/manageriale

Abilități de organizare, planificare, capacitatea de a îndeplini obiective și a respecta termene limita, rezolvare rapidă a problemelor, capacitate de asimilare, spirit de echipă, inițiativă și autonomie.

Competențe dobândite la  
locul de muncă

- Alte competențe dobândite on-the-job organizatorice: moderarea și facilitarea grupurilor de lucru, planificarea și organizarea unor evenimente, capacitate de analiză critică și coordonare.

Competențe informatice

- Cunoștințe operare PC (Microsoft Office ), utilizarea resurselor Internet



INFORMAȚII  
SUPLIMENTARE

---

- Afilieri**
- Membru SPER ( Societatea de Psihoterapie Experiențială Română)
  - Membru COPSI ( Colegiul Psihologilor din România)

- Conferințe**
- **Februarie 2010, Societatea de Psihoterapie Experiențială Română, Universitatea București, Colegiul Psihologilor din România**  
„ Conferința națională de Psihoterapie Experiențială și Dezvoltare Personală Unificatoare" (Organizator și moderator)
  - **Iunie 2011, Societatea de Psihoterapie Experiențială Română, Universitatea București**  
„ Zilele Personale Unificatoare" (Organizator și moderator)