



Roxana Pătrașcu

Cetățenie: română

☎ (+40) 0721349765

Data nașterii: 27/04/1985

Gen: Feminin

✉ E-mail: roxana.patrascu@psihoutil.ro

🌐 Site de internet: www.psihoutil.ro

💬 Skype : psiholog.roxana.patrascu

📍 Adresă: Vatra Luminoasă, BUCUREȘTI (România)

DESPRE MINE

Profesez ca psiholog clinician și psihoterapeut de mai bine de 10 ani, fiind atestată de către Colegiul Psihologilor din România. În toți acești ani, am dobândit experiență în afecțiunile anxios-depresive (tulburare de panică cu sau fără agorafobie, anxietate generalizată, nevroză obsesiv-compulsivă, anxietate socială, tulburări depresive, fobii specifice etc.). În plus, unul dintre citatele din care mă inspir în viața personală și cea profesională este: "Nu există niciun motiv suficient de bun pentru a ne opri din dezvoltare și schimbare până în ultima zi a vieții noastre." Karen Horney îmi ascult empatic pacienții, ghidându-i prin tehnici și metode psihoterapeutice către însănătoșire și dezvoltare personală.

EXPERIENȚA PROFESIONALĂ

Psihoterapeut cognitiv-comportamental

Societate Civilă Profesională de Psihoterapie Pătrașcu & Pîrvan – PSIHOUTIL [2013 – În curs]

Localitatea: București

Ședințe de psihoterapie cognitiv-comportamentală la cabinet și/sau online:

- Tratamentul anxietății generalizate, tulburării de panică, fobiilor specifice, fobiei sociale, tulburării de stres posttraumatic, tulburării obsesiv-compulsive, tratamentul depresiei.
- Dezvoltare personală - managementul stresului, managementul timpului, rezolvarea de probleme, adoptarea deciziilor, optimizarea comunicării, tehnici de relaxare.

Psihoterapeut – utilizator și colaborator în platforma de terapie a anxietății

S.C. COGNITROM S.R.L. - Centrul de Psihoterapie [2019 – În curs]

Localitatea: Cluj-Napoca

Servicii online sau la cabinet de evaluare și terapie a anxietății: ședințe de video-terapie; evaluare personalizată; tratament personalizat; module terapeutice etc.

Psihoterapeut – utilizator și colaborator în platforma de terapie a depresiei

S.C. COGNITROM S.R.L. - Centrul de Psihoterapie [2018 – În curs]

Localitatea: Cluj-Napoca

Servicii online sau la cabinet de evaluare și terapie a anxietății: ședințe de video-terapie; evaluare personalizată; module terapeutice; tratament personalizat; etc.

Psihoterapeut – utilizator și colaborator în platforma de terapie a anxietății (prima versiune 2013-2019)

S.C. COGNITROM S.R.L. - Centrul de Psihoterapie [2013 – 2019]

Localitatea: Cluj-Napoca

Evaluare, ședințe de psihoterapie și dezvoltare personală online în tratarea tulburărilor anxioase (anxietate generalizată, tulburare de panică, fobie socială, fobii specifice, nevroză obsesiv-compulsivă, tulburare de stres posttraumatic).

Psihoterapeut cognitiv-comportamental

Cabinet Individual de Psihologie [2011 – 2013]

Localitatea: București

- Ședințe de psihoterapie pentru tratamentul problemelor anxios-depresive, tratarea insomniilor, strategii de relaxare;
- Ședințe pentru dezvoltarea personală - managementul stresului, managementul echilibrului în viața personală și în viața profesională, tratarea timidității, training de comunicare.

Psiholog clinician - voluntar

Spitalul Clinic de Psihiatrie „Dr. Prof. A. Obregia” [2010 – 2011]

Localitatea: București

- Participare la evaluare psiho-comportamentală, somatică etc.;
- Consiliere psihologică pentru pacienții diagnosticați cu tulburări anxios-depresive;
- Creșterea complianței la tratament.

Psiholog

S.C. P.M. Com S.R.L. [2008 – 2011]

Localitatea: București

Activități organizatorice de personal, recrutare, planificare fișa postului.

Practicant - voluntar

Direcția Generală de Asistență Socială și Protecția Copilului Sectorul 1 [2008 – 2009]

Localitatea: București

Practică psihologică în centrul de zi la copiii cu autism, inițiere în Terapia Comportamentală Aplicată ABA.

EDUCAȚIE ȘI FORMARE PROFESIONALĂ

Certificat de licență cu dreptul de utilizare a platformei terapie a anxietății

Cognitrom - Centrul de Psihoterapie și A.C.P.O.R. [10/2019]

Adresă: Cluj-Napoca

Curs "Terapia anxietății în secolul 21. Noi proceduri și tehnologii: PAXonline".

Cunoștințe despre terapia științifică a anxietății și noile tehnologii terapeutice (e-therapy).

Certificat de licență cu dreptul de utilizare a platformei de terapie a depresiei

Centrul de Psihoterapie Cognitrom și A.C.P.O.R. [11/2018]

Adresă: Cluj-Napoca

Curs "Terapia depresiei în secolul 21. Noi proceduri și tehnologii: DEPRETER".

Cunoștințe despre terapia științifică a depresiei și noile tehnologii terapeutice (e-therapy).

Atestat de liberă practică, treapta psiholog practicant autonom, în psihoterapii cognitiv-comportamentale.

Colegiul Psihologilor din Romania. (2013) [02/2013 – În curs]

Adresă: București

Psihoterapia tulburărilor emoționale, comportamentale, de personalitate, dezvoltare personală etc.

Curs "Metode online de promovare a sănătății mintale"

Asociația de Consiliere și Psihoterapie Online din Romania - Prof. univ. dr. Mircea Miclea [06/2013]

Adresă: Cluj-Napoca

Tulburările anxioase și tratamentul acestora. Fundamentarea științifică și arhitectura platformei Paxonline

Drept de utilizare în Platforma Paxonline.

Modul Psihopedagogic

Facultatea de Psihologie și Științele Educației, Universitatea din București [2012 – 2013]

Adresă: București

Clasificare națională: Nivelul I

Discipline principale studiate: psihologia educației, pedagogie, didactica specialității, practică psihopedagogică în învățământ preuniversitar, instruire asistată de calculator, managementul clasei de elevi.

Competențe profesionale dobândite: Certificat pentru încadrarea în învățământ.

Supervizare în Psihoterapia Cognitiv-Comportamentală

Asociația de Hipnoterapie și Cognitiv-Comportamentală. Supervisor conf. univ. dr. Dimitriu Odette [2010 – 2012]

Adresă: București

Tehnici cognitiv-comportamentale (150 de ore) și dezvoltare personală (100 ore).

Supervizare în Psihologie Clinică

Asociația de Hipnoterapie și Cognitiv-Comportamentală. Supervisor conf.univ.dr Margareta Dincă [2010 – 2011]

Adresă: București

Evaluare cognitivă, emoțională, comportamentală, dezvoltare psihologică, evaluarea personalității și a mecanismelor de adaptare.

Atestat de liberă practică, treapta practicant sub supervizare, in domeniul psihologie clinică.

Colegiul Psihologilor din Romania [09/2010]

Adresă: București

Evaluare psihologică.

Atestat de liberă practică, treapta psiholog practicant sub supervizare, în psihoterapii cognitiv-comportamentale.

Colegiul Psihologilor din Romania [09/2010]

Adresă: București

Psihoterapia tulburărilor emoționale, comportamentale, de personalitate, dezvoltare personală etc.

Formare profesională și dezvoltare personală

Asociația de Hipnoterapie și Psihoterapie Cognitiv-Comportamentală. Prof. univ. dr. Irina Holdevici [2008 - 2010]

Adresă: București

Comunicare asertivă, managementul conflictelor, inteligență emoțională.

Formare inițială (602 ore) și dezvoltare personală (150 ore).

MASTER - Psihoterapii cognitiv-comportamentale

Universitatea Titu Maiorescu - Facultatea de Psihologie [2008 - 2010]

Adresă: București

Strategii și tehnici cognitiv-comportamentale, psihanaliză, statistică psihologică, comunicare terapeutică, psihodiagnostic, psihiatrie etc.

LICENȚĂ în Psihologie

Universitatea Hyperion - Facultatea de Psihologie [2005 - 2008]

Adresă: București

Istoria psihologiei, fundamentele psihologiei, psihologia religiei, psihologie socială, psihologia reclamei, psihologie judiciară, psihologia muncii și organizațională, consiliere psihologică, statistică psihologică, psihanaliză, psihodiagnostic, neuropsihologie etc.

COMPETENȚE LINGVISTICE

Limbă(i) maternă(e):

română

Altă limbă (Alte limbi):

engleză

COMPREHENSIUNE ORALĂ B2 CITIT B2 SCRIS B1

EXPRIMARE SCRISĂ B1 CONVERSAȚIE B1

spaniolă

COMPREHENSIUNE ORALĂ B2 CITIT B2 SCRIS B1

EXPRIMARE SCRISĂ B1 CONVERSAȚIE B1

REȚELE ȘI AFILIERI

Afilieri

2010 - Prezent, membru al Colegiului Psihologilor din România.

2008 - Prezent, membru al Asociației de Hipnoterapie și Psihoterapie Cognitiv Comportamentală.

CURSURI

Cursuri

◦ Septembrie 2012 - Curs „Metode online de promovare a sănătății mintale.”
COGNITROM împreună cu CNSMLA și COPSI

Prof. univ. dr. Mircea Miclea

Proiectul „Metode online de promovare a sănătății mintale la locul de muncă și de armonizare a activității profesionale cu viața de familie”

◦ Noiembrie 2011- Curs de formare profesională continuă
Asistență și suport pentru integrarea socială a tinerilor

Cordonator prof. univ. Shulamith Kreitler

Tema: “Tehnici și metode cognitiv comportamentale în tulburările de anxietate, atacuri de panică, fobii specifice și tulburări de tip borderline”

◦ Noiembrie 2011 - Seminarul „Noțiuni introductive în Psiho-Oncologie. Importanța psihologiei în oncologie”

Congresul Internațional al Organizațiilor de Medicină Integrativă

Dr. Marco Romeo, PhD

◦ Mai 2010 Curs de formare profesională continuă „DIAGNOSTIC și EVALUARE CLINICĂ.”
Asociația de Psihoterapii Cognitive și Comportamentale din România

Prof. univ. dr. psih. Daniel David

◦ Aprilie 2010 Curs „Evaluarea Psihologică a Personalului”.
Agenția Regională de Consultanță în Managementul Resurselor Umane

Prof.univ. dr. Ticu Constantin

◦ Mai 2010 -Programul de OPTIMIZARE PERSONALĂ 50 de ore
Psiholog Marinoiu Daniela

◦ Octombrie 2008 A III-a Conferință Natională de Psihosomatică Aplicată și Medicină Comportamentală din România

Prof. univ. dr. Nicolae Mitrofan și prof. univ. dr. Ioan Bradu Iamandescu

Tema: "Normalitatea psihică/Psihosomatica bolilor cardiovasculare"

◦ Iunie 2007 - Program de Dezvoltare Personală
Psiholog Bădoi Alina

Gestalt Terapie 50 de ore