

INFORMAȚII PERSONALE

Theodora Ioana Oprîș

📍 str. Traian Lalescu, nr. 18, bl.PB43, et.1, ap.06, 410420 Oradea (România)

📞 0771639439

✉ opris.theo@gmail.com

Sexul Feminin | Data nașterii 04/08/1990 | Naționalitatea română

POZIȚIA

REPREZENTAT CONVENTIA NATIONALA

EXPERIENȚA PROFESIONALĂ

2016–Prezent **Psihoterapeut Cognitiv-Comportamental**
PUȘCAȘ & OPRÎȘ - Societate civilă profesională de psihologie, Oradea (România)

2016–Prezent **Psiholog Clinician**
SC Elias Invest Medimage SRL, Oradea (România)

2015–Prezent **Psiholog in Psihologia muncii și organizațională**
PUȘCAȘ & OPRÎȘ - Societate civilă profesională de psihologie, Oradea (România)

21/08/2015–Prezent **Psiholog clinician**
Centrul Medical Grandmed, Oradea (România)

2015–Prezent **Psiholog clinician**
PUSCAS & OPRIS - Societate civilă profesională de psihologie, Oradea (România)

2015–Prezent **Instructor-Trainer**
FasTrackKids, Oradea (România)

2012–Prezent **Voluntar**
Asociația Autism Transilvania, Cluj Napoca (România)

2009–2012 **Membru voluntar Dep. Finanțe**
ASPR - Asociația Studenților Psihologi din România, Cluj Napoca (România)

2010–2011 **National Coordinator - Exchange Project**
COGNOSIS - Federația Asociațiilor Studenților la Psihologie și Științele Educației din România, Cluj Napoca (România)

2011–2012 **Coordonator Fabrica de Zâmbete**
ASPR-Asociația Studenților Psihologi din România (România)

01/07/2012–25/09/2012

Membru în echipa de organizare

Federația COGNOSIS - Congresul Național al Studenților la Psihologie, Ediția a II-a, Cluj Napoca (România)

EDUCAȚIE ȘI FORMARE

2013–2015

Diploma Master în Tehnici Psihologice de Control al Comportamentului și Dezvoltarea Potențialului Uman

Facultatea de Psihologie și Științele Educației, Universitatea Babeș-Bolyai, Cluj Napoca (România)

2009–2012

Diplomă de licență în Psihologie

Facultatea de Psihologie și Științele Educației, Universitatea Babeș-Bolyai, Cluj Napoca (România)

2005–2009

Diplomă de absolvire a liceului, Diplomă de Bacalaureat, Certificat de calificare profesională nivel 3

Colegiul Economic Partenie Cosma, Oradea (România)

02/2017

Curs formare continuă: Conferința Națională de Psihologie a Sexualității: Abordarea psihiatrică-medicino-legală și psihologică în sexologie Ediția a VII

Institutul de Sexologie Cluj Napoca, Cluj Napoca (România)

11/2016

Curs formare continuă: Counseling couples: Practical and innovative interventions

International Association of Cognitive Behavioral Coaching, Cluj Napoca (România)

2016

Curs formare continuă: Construirea și menținerea legăturilor de atașament - viziunea terapiei centrate pe emoții

Facultatea de Psihologie și Științe ale Educației - Univ. Alexandru Ioan Cuza din Iași, Cluj Napoca (România)

2014

Curs formare continuă: Dezvoltarea inteligenței emoționale a copiilor și adolescenților prin educație rațional-emoțivă

Asociația de Psihoterapii cognitive și comportamentale din România, Cluj Napoca (România)

COMPETENȚE PERSONALE

Limba(i) maternă(e)

Română

Alte limbi străine cunoscute

	ÎNȚELEGERE		VORBIRE		SCRIERE
	Ascultare	Citire	Participare la conversație	Discurs oral	
Engleză	B2	B2	B2	B2	B2
Franceză	A2	A2	A2	A2	A2

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

Sociabilă, empatică, bun coechipier, simt al responsabilității foarte bine dezvoltat, punctualitate. Munca

în echipă, capacități de socializare dobândite pe parcursul liceului, în cadrul Firmei de Exercițiu, cu care am participat la Târguri Naționale și Internaționale, în care am ocupat postul de contabil și membru în dep.HR.

Competențe organizaționale/manageriale

Competențe în management-ul echipei, abilități de lider, abilități de vorbit în public, abilități de negociere, comunicare asertivă, capacitatea de scriere a unui proiect. Competențe în business management ca titular al Societății Civile Profesionale de Psihologie PUSCAS & OPRIS

Competență digitală

AUTOEVALUARE				
Procesarea informației	Comunicare	Creare de conținut	Securitate	Rezolvarea de probleme
Utilizator independent	Utilizator experimentat	Utilizator experimentat	Utilizator independent	Utilizator independent

Competențele digitale - Grilă de auto-evaluare

Alte competențe

Participare la numeroase Training-uri și Workshop-uri de formare profesională și personală

Permis de conducere

B

INFORMAȚII SUPLIMENTARE

Prezentări

Atitudinea societății privind violența domestic, ELSA DAY, 2014 (Speaker)
 Formele sclaviei moderne, ELSA Oradea, 2014 (Speaker)

Conferințe

TEDxCluj Napoca, 2013;
 Conferința Națională „Psihologia Infractorului”, 2013;
 Conferința Națională a Studentului la Psihologie, 2013, 2012;
 Congresul Național al Studenților la Psihologie, 2012, Cluj Napoca (membru al comisiei de organizare);
 Congresul Național al Studenților la Psihologie, 2011, Cluj Napoca;