

INFORMAȚII PERSONALE



NĂSTASĂ LAURA-ELENA

 Str. Nicolae Bălcescu, 56, Brașov, România
 +040268/ 416184  Scrieți numărul de telefon mobil
 lauranastase@unibv.ro

DOMENIUL OCUPAȚIONAL

Educație academică

EXPERIENȚA PROFESIONALĂ

Perioada	01.10.2015 – prezent
Funcția sau postul ocupat	Conferențiar universitar Universitatea Transilvania Brașov, Facultatea de Psihologie și Științele Educației, https://psihoedu.unitbv.ro/ro/
Tipul sau sectorul de activitate	- Coordonatorul programului de studii Psihologie clinică, consiliere psihologică și psihoterapie - titular de curs pentru disciplinele: Gestionarea emoțiilor în consilierea psihologică și în psihoterapie, Consilierea psihologică a copilului și adolescentului, Psihoterapie experiențială unificatoare (copil, adolescent, adult), Consilierea psihologică a familiei, Psihoterapia cuplului și a familiei (master) și Psihologia familiei, Introducere în psihoterapie (licență)
Perioada	27.02.2008 – 31.09.2015
Funcția sau postul ocupat	Lector universitar Universitatea Transilvania Brașov, Facultatea de Psihologie și Științele Educației, https://psihoedu.unitbv.ro/ro/
Tipul sau sectorul de activitate	titular de curs pentru disciplinele: Dezvoltare personală și profesională, Consilierea psihologică a copilului și adolescentului, Consilierea psihologică a familiei (master) și Practica de specialitate (coordonarea activității studenților), Psihologia familiei, Introducere în Psihopedagogie specială, Psihoterapie, Educația emoțională și artistică (licență)
Perioada	01.10.2004 – 26.02.2008
Funcția sau postul ocupat	Asistent universitar Universitatea Transilvania Brașov, Facultatea de Psihologie și Științele Educației, https://psihoedu.unitbv.ro/ro/
Tipul sau sectorul de activitate	seminariile disciplinelor: Psihologia educației, Consiliere psihopedagogică, Psihopedagogie specială, Didactica psihologiei, Psihologia învățării la adulți
Perioada	01.09.2000 – 31.08.2002
Funcția sau postul ocupat	Coordonator – profesor psiholog Centrul Județean de Asistență Psihopedagogică Brașov

Tipul sau sectorul de activitate

- coordonarea metodologică a activității de asistență psihopedagogică a profesorilor din CIAP prin inițierea și conducerea grupului de super/ intervizare
- coordonarea și susținerea profesorilor din CIAP în vederea perfecționării curente și prin grade didactice
- coordonarea activității de cercetare științifică cu tematică psihopedagogică realizată de CJAP
- realizarea rapoartelor solicitate de MEN și CJRAE

Perioada

01.09.2000 – 30.09.2004 și 01.09.1997 – 31.08.2000

Funcția sau postul ocupat

Profesor psiholog

Școala generală Nr. 15 Brașov – Cabinetul Interșcolar de Asistență Psihopedagogică

Tipul sau sectorul de activitate

- evaluarea, diagnoza, consilierea școlară și vocațională a elevilor, părinților și profesorilor
- consilierea și intervenția educațională în instituții, organizații și comunitate

Experiență în domeniul ID/IFR

Calitatea	Denumirea și perioada activității	Instituția organizatoare / formatorul
Coordonator de disciplină	Elaborare suport curs, materiale didactice auxiliare, pregătire tutoriale / din anul 2014 – prezent: Psihologia familiei, curs pentru anul III, sem. I	Facultatea de Psihologie și Științele Educației
Participant la instruiți în tehnologia ID	1. Instruiți (bi)semestriale organizate de coord. / resp. de platformă al programului de studii	1. Facultatea de Psihologie și Științele Educației, lector dr. Marius Bazgan

EDUCAȚIE ȘI FORMARE

Perioada

2005 – 2009

Calificare / diploma obținută

Diplomă de doctor - Domeniul de doctorat: Psihologie

Universitatea București, Facultatea de Psihologie și Științele Educației

- Titlul tezei de doctorat: Dezvoltarea inteligenței emoționale a studenților de la psihologie prin intermediul grupului experiențial

Perioada

1999-2003

Calificare / diploma obținută

Consilier psihologic principal și psihoterapeut principal acreditat CPR

Universitatea București și Centrul SPER

- Programul de specializare postuniversitară, specializarea Consiliere și Psihoterapie Experiențială a Unificării

Perioada

1999-2001

Calificare / diploma obținută

Diploma de Master – specializarea Informare și consiliere privind cariera

Universitatea București

- Master Politici publice și administrație publică

Perioada

1991 – 1996

Calificare / diploma obținută

Licență în psihopedagogie

Universitatea "Babeș-Bolyai" Cluj - Napoca, Facultatea de Istorie și Filosofie - domeniul Psihopedagogie

COMPETENȚE PERSONALE

Limba(i) maternă(e) Română

Limbi străine cunoscute

	INTELEGERE		VORBIRE		SCRIERE
	Ascultare	Citire	Participare la conversație	Discurs oral	
Engleză	B1	B1	B1	B1	B1
Germană	A2	A1	A2	A2	A2

Niveluri: A1/2: Utilizator elementar - B1/2: Utilizator independent - C1/2: Utilizator experimentat
Cadrul european comun de referință pentru limbi străine

Competențe de comunicare

- bune competențe de comunicare dobândite prin experiența proprie de cadru didactic și psihoterapeut

Competențe organizaționale/manageriale

- bune abilități de comunicare și organizare, implicare și entuziasm, empatie, asertivitate, bună cooperare în activități de echipă și fermitate (în prezent, sunt coordonatorul programului de studii Psihologie clinică, consiliere psihologică și psihoterapie)

Permis de conducere

- B

INFORMATII SUPLIMENTARE

- Proiecte
- Participări în proiecte naționale și internaționale
- Cercetător în proiectul Digital Well-Being in Higher Education, <https://digi-well.unitbv.ro/> Erasmus + Project, no 2021-1-RO01-KA220-HED-000032023 (2022 –2024)
 - Cercetător în Proiectul Privind Învățământul Secundar (ROSE), Program de Suport Educațional pentru STUDENȚI, acronim PSE-STUDENT, Acord grant 373/15.09.2020. (2020-2023)
 - Membru (psiholog și activități de consiliere profesională și orientare în carieră) în echipa Proiectului MAnagementul RIȘcului de Abandon în primul an de studii de licență pentru studenții Facultății de Silvicultură și Exploatare Forestiere (MARISA) din cadrul Proiectului privind Învățământul Secundar (ROSE) (2017-2020)
 - Membru cercetător în echipa Proiectului *Au-delà' de l'Apprentissage Formel*, ADAF, LLP-LDV/TOI/10/IT/499 - în programul Leonardo da Vinci (2010-2012)
 - Membru formator în echipa Proiectului COMPAS – Profesionalizarea carierei didactice - noi competen e pentru actori ai schimbărilor în educa ie din jude ele Harghita și Neam , POSDRU/87/1.3/S/62468 (2010-2013)
 - Membru formator în echipa Proiectului BACOVIA – *Profesionalizarea carierei didactice – noi competen e pentru actori ai schimbărilor în educa ie din jude ele Bacău și Covasna*, POSDRU/87/1.3/S/62339 (2010-2012)
 - Membru cercetător în echipa Proiectului TEORO – Terapia Ocupa ională și ingineria aplicată în echipamente pentru reabilitare și tehnologie asistivă – specializări universitare europene, nou introduse în România, pentru o societate bazată pe cunoaștere și egalitate de șanse, POSDRU/86/1.2/S/63545 (2010-2011)
 - Membru cercetător în echipa Proiectului Evaluare și microviolen ă în mediul școlar. Rela ii, preven ie și interven ie – EMMS, Contract nr. 4GR/28.05.2007, tema 16/943 (2007-2009)
 - Membru turore în echipa *Proiectului pentru învă ământ rural - PIR* Proiect guvernamental, Contract nr. 720/04.10. 2005 cu MEHC-UMPIR (2005-2008)
 - Membru cercetător în echipa Proiectului *WBT WORLD – Building A Web-Based Trainers' Wide Open Resource For Learning And Development* Pilot Project RO/02/B/F/ PP 141053 - în programul Leonardo da Vinci (2004-2006)

Publicații

Cărți și capitole în cărți

- Năstasă, L. E. (2010). Dezvoltarea inteligenței emoționale a studenților de la psihologie prin intermediul grupului experiențial. în I. Mitrofan (coord.). Studii de validare și cercetări aplicative ale psihologiei și psihoterapiei unificării (în educație, dezvoltare personală și clinică). București: Ed. Universității din București.
- Năstasă, L. E. (2011). Muzica în educația specială. Brașov: Ed. Universității Transilvania.
- Năstasă, L. E. (2013). Training de abilitare profesională în paradigma psihoterapiilor creative – meloterapie. Brașov: Ed. Universității Transilvania.
- Năstasă, L. E., & Cazan, A. M. (2014). A training focused on developing master students' emotional intelligence. In M. Milcu (ed.), Modern research in health, education and social sciences. București: Editura Universitară.
- Năstasă, L. E. (2015). Specificul comunicării în relația psihoterapeutică. In M. Pavalache-Ilie (coord.), Mozaicul comunicării. Cluj-Napoca: Presa Universitară Clujană.
- Năstasă, L. E. (2015). Consilierea psihologică a familiei aflate în impas. In L. E. Năstasă, (coord.), Consilierea familiei aflate în impas – o abordare psihologică și educațională. București: Ed. Eikon.
- Năstasă, L. E. (2015). Consilierea cuplului privind etapele dezvoltării partenerilor pentru depășirea dificultăților emoționale ale membrilor familiei. In L. E. Năstasă, (coord.), Consilierea familiei aflate în impas – o abordare psihologică și educațională. București: Ed. Eikon.
- Năstasă, L. E. (2015). Dezvoltarea emoțională a familiei. In L. E. Năstasă, (coord.), Consilierea familiei aflate în impas – o abordare psihologică și educațională. București: Ed. Eikon.
- Năstasă, L. E. (2015). Integrarea emoțiilor în procesul de dezvoltare a membrilor în cadrul familiei. In L. E. Năstasă, (coord.), Consilierea familiei aflate în impas – o abordare psihologică și educațională. București: Ed. Eikon.
- Năstasă, L. E. (2015). Suportul emoțional al familiei în fața provocării de a crește un copil sau adolescent cu cerințe educative speciale. In L. E. Năstasă, (coord.), Consilierea familiei aflate în impas – o abordare psihologică și educațională. București: Ed. Eikon.
- Năstasă, L. E., Stroe, E., & Sandu, M. (2017). Managing emotions of specialists who interact with the social services beneficiaries. In M. Milcu, M. Stevens, & I. Dahl (eds.), Modern research in health, education and social sciences. From evaluation to intervention. București: Editura Universitară.
- Năstasă, L. E. (2019). Intervenția consilierului școlar în cazul violului. In V. Enea, (coord.), Intervenții psihologice în școală. Manualul consilierului școlar. Iași: Ed. Polirom.
- Năstasă, L. E. (2019). Integrarea emoțiilor în procesul de reabilitare. In A.D. Fărcaș, (coord.), Bolile cardiovasculare. Aspecte psihosociale. Cluj-Napoca: Ed. Casa Cărții de Știință.
- Năstasă, L.E., & Fărcaș, A.D. (2019). Direcții de abordare a competențelor și abilităților emoționale. In R. Maier, (coord.), Dimensiuni ale consilierii educaționale. Cluj-Napoca: Presa Universitară Clujană.
- Năstasă, L.E., & Fărcaș, A.D. (2019). Emoția – resursă valoroasă în activitatea psihologilor școlari. In R. Maier, (coord.), Dimensiuni ale consilierii educaționale. Cluj-Napoca: Presa Universitară Clujană.
- Năstasă, L. E., & Popa, O. (2021). Designed to connect! Building a secure base for a resilient and satisfactory life. In D. Rad, V. E. Balas, V. Marineanu & R. Maier (eds.). Digital Wellbeing. Implications for Psychological Research. (pp.59-80). Peter Lang Berlin.
- Năstasă, L. E. (2024). Modalități de intervenție pentru reglarea emoțională a studenților. In A.M. Cazan, C. Truța, M.M. Stan & C.I. Maican (coord.), Adaptarea academică: teorii, cercetări și intervenții. București: Ed. TREI.

Lucrări indexate ISI (cu factor de impact)

- Cocoradă, E., Curtu, A. L., Năstasă, L. E., & Vorovencii, I. (2021). Dropout Intention, Motivation and Socio-Demographics of Forestry Students in Romania. Forests, 12(5):618.
- Năstasă, L. E., Zărnescu, Ș. A., Iliescu, D., & Fărcaș, A. D. (2021). Improving emotional intelligence in adolescents: An experiential learning approach. Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02132-5>.

Publicații

- Henter, R. & Năstasă, L. E. (2021). Parents' Emotion Management for Personal Well-Being When Challenged by Their Online Work and Their Children's Online School. *Frontiers in Psychology*, 12, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.751153>.
- Năstasă, L. E., Cocoradă, E., Vorovencii, I., & Curtu, A. L. (2022). Academic Success, Emotional Intelligence, Well-Being and Resilience of First-Year Forestry Students. *Forests*, 13(5): 758
- Cazan, A. M., David, L. T., Truța, C., Maican, C. I., Henter, R. & Năstasă, L. E., Nummela, N., Vesterinen O., Rosnes A. M., Tungland, T. , Gudevold, E., Digernes, M., Unz, D., Witter, S., Pavalache-Ilie, M. (2024). Technostress and time spent online. A cross-cultural comparison for teachers and students *Frontiers in Psychology*, 15, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1377200>.

Lucrări indexate ISI (fără factor de impact)

- Năstasă, L.E., Sala, K. (2012). Adolescents' emotional intelligence and parental styles. *Procedia of Social and Behavioral Sciences*, 33, 478-482.
- Năstasă, L.E., Fărcaș, A.D. (2012). Family test used as an experientialist method focused on emotional intelligence development. *Procedia of Social and Behavioral Sciences*, 33, 483-487.
- Năstasă, L. E., & Cazan, A.-M. (2013). Personal and professional development of beginner psychologists. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 84(9), 781-785.
- Năstasă L.E., & Farcaș A.D. (2015). The Effect of Emotional Intelligence on Burnout in Healthcare Professionals. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. 187, 78-82.
- Năstasă L.E., & Ionescu, E. (2015). Favorite Musical Styles, Emotional Intelligence and Adolescent' Personality. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. 187, 83-87.
- Cazan, A.M., & Năstasă L.E. (2015). Emotional Intelligence, Satisfaction with Life and Burnout among University Students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 180(5), 1574-1578.
- Farcaș A. D., Năstasă L. E., & Tîrhaș, C.A. (2018). Is religiosity helpful for patients with heart failure? Implications for medical ethics. *Studia Universitatis Babes-Bolyai Philosophia*. 63(2), 115 – 122.
- Farcaș A. D., Năstasă L. E., Anton, F. P, Stoia, M. A. Goidescu, C. M., Hognogi, M. D. L, Mocan, M., Vonica, C. L., & Vida-Simiti, L. A. (2018). Quality of life – an important parameter of cardiac rehabilitation in heart failure patients. *Balneo Research Journal*. 9(3). 288-290.

Articole publicate în reviste BDI, minim 3 baze de date internaționale

- Fărcaș, A. D., & Năstasă, L. E. (2011). Coping in patients with heart failure. *Bulletin of the Transilvania University of Brașov. Series VII: Social Sciences – Law*. 4 (53), 65-72.
- Năstasă, L. E. (2013). Personal and profesional development of future melootherapists. *Journal of Experiential Psychotherapy*, 16, 2(62), 3-11.
- Năstasă, L. E. (2014). Decorating the doll - art-therapy experience focused on developing emotional intelligence. *Journal of Experiential Psychotherapy*. 17, 4(68), 3-12.
- Moldovan, A. M., & Năstasă, L.E. (2015). Art Therapy Workshops for Preschoolers, Centered on Creativity Development. *Journal of Experiential Psychotherapy*. 18, 3 (71), 39-55.
- Năstasă, L. E. (2016). What Do the Cards Tell Me about – Melo-Therapeutic Experience Focused on Developing Emotional Intelligence. *Journal of Experiential Psychotherapy*. 19, 2(74), 3-13.
- Năstasă, L. E., & Mindu, S. (2016). Emotional support for teachers who interact with disabled children's families. *Bulletin of the Transilvania University of Brașov. Series VII: Social Sciences – Law*. 9 (59), 2, 53-64.
- Mîndru, M. A., & Năstasă, L. E. (2017). The relation between emotional intelligence, sexual identity and sexual orientation. *Bulletin of the Transilvania University of Brașov. Series VII: Social Sciences – Law*. 10 (59), 2, 155-164.
- Belean, R. D., & Năstasă, L. E. (2017). The relationship between parental style, parental competence and emotional intelligence. *Bulletin of the Transilvania University of Brașov. Series VII: Social Sciences – Law*. 10 (59), 2, 181-190.
- Mindu, S., & Năstasă, L. E., (2018). Emotional management of the elderly during their ongoing self development process. *Journal Plus Education. Special Issue*, 217-225.
- Năstasă, L. E., Cîmpu, M., & Fărcaș, A. D. (2018). Parents' emotional support during the integration process of children with special educational needs. *Journal Plus Education. Special Issue*, 21, 246-255.
- Hosu, R. I, & Năstasă, L. E., (2020). Marital Adjustment and Emotional Regulation between Personal Choices and Family Legacy. *Journal of Experiential Psychotherapy*, 23, 4(92), 22-33.

Acreditării CPR

- Psihoterapeut principal, supervizor și formator în Psihoterapie experiențială și a unificării centrată pe adult-copil-cuplu-familie
- Consilier principal, supervizor și formator în Consiliere psihologică – evaluarea și consilierea experiențială a copilului, adultului, cuplului și familiei
- Premiul Alma Mater, acordat de Școala de Psihoterapie Experiențială a Unificării pentru merite deosebite în cercetarea științifică, validarea și dezvoltarea metodei P.E.U. și a aplicațiilor sale, precum și pentru practicarea și implementarea învățământului formativ experiențial universitar (martie 2014)
- Psihoterapeut specialist în Psihoterapie adleriană
- Formare competențe în Psihoterapia centrată pe emoții (EFT, EFFT, și EFIT)
- Expert PAX în Metode online de preven ie și psihoterapie a anxietă ii (Asociația de Consiliere și Psihoterapie Online din România)
- Formare competențe în Programul de dezvoltare socio-emoțională SELF KIT (Consult Plus)
- Psiholog principal, supervizor și formator în Psihologie educațională, consiliere școlară și vocațională
- Psiholog principal în Psihologia aplicată în servicii

ANEXE

Conf. univ. dr. Laura-Elena NĂSTASĂ,

Data: 25.11.2025