

## INFORMAȚII PERSONALE Alexandru Ciobanu



 (Republica Moldova)



 alexandrupsyociobanu@gmail.com

Sexul Masculin | Data nașterii 04/02/1980 | Naționalitatea MDA

## EXPERIENȚA PROFESIONALĂ

13/11/2007–16/01/2011 **Medic psihiatru**

IMSP Spitalul Raional Cimișlia, Cimișlia (Republica Moldova)

02/01/2008–31/11/2014 **Medic psihoterapeut**

Centrul de Sănătate Prietenos Tinerilor "Tineri pentru Tineri", Cimișlia (Republica Moldova)

01/02/2011–31/07/2014 **Medic psihoterapeut & Specialist în promovarea sănătății**

IMSP Centrul de Sănătate Cimișlia, Cimișlia (Republica Moldova)

2011–2015 **Expert local și național în nediscriminare**

Coaliția NeDiscriminare (Republica Moldova)

2012–2015 **Formator național în sănătatea adolescenților**

Proiectul Moldo-Elvețian "Generație Sănătoasă" (Republica Moldova)

03/2013–07/2014 **Medic kinetoterapeut al Echipei Mobile**

Direcția de Asistență Socială, Cimișlia (Republica Moldova)

01/08/2014–Prezent **Coordonator și medic psihoterapeut**

Centrul Comunitar de Sănătate Mintală, Cimișlia (Republica Moldova)

2015–2017 **Formator național în sănătatea mintală**

Proiectul Moldo-Elvețian "Mensana", IP Trimbos Moldova

03/04/2017–Prezent **Formator în sănătatea mintală, dizabilități psiho-sociale și intelectuale, lucrul cu trauma și arderea profesională**

Institutul Național de Justiție, Chișinău (Republica Moldova)

## EDUCAȚIE ȘI FORMARE

1998–2004 **Diploma de medic generalist**

USMF "N.Tstemițanu", Chișinău (Republica Moldova)

2004 **Certificat de Masor**

Îi "Ana Gherman", Chișinău (Republica Moldova)

- 2004–2007 **Diploma de medic psihiatru**  
USMF "N. Testemițanu", Chișinău (Republica Moldova)
- 2008 **Certificat de instruire în esrgo-socioterapie**  
Centrul de Ergo-SocioTerapie, Lausanne (Elveția)
- 2008–2011 **Diplomă de instruire inițială în psihoterapia psihanalitică**  
Asociația de Psihoterapie Psihanalitică (Republica Moldova)
- 2011–2012 **Formare de formatori în sănătatea adolescenților și interviul motivațional**  
Proiectul Moldo-Elvețian "Generație Sănătoasă" (Republica Moldova)
- 2011–2013 **Formare de multiplicatori și experți în domeniul nediscriminării**  
Coaliția NeDiscriminare (Republica Moldova)
- 2015–2016 **Formare de formatori în sănătatea mintală și psihiatria comunitară**  
Proiectul Moldo-Elvețian "Mensana" (RM, România, Olanda, Elveția)

## COMPETENȚE PERSONALE

Limba(i) maternă(e) română

## Limbile străine

|          | ÎNȚELEGERE |        | VORBIRE                    |              | SCRIERE |
|----------|------------|--------|----------------------------|--------------|---------|
|          | Ascultare  | Citire | Participare la conversație | Discurs oral |         |
| engleză  | B2         | B2     | B1                         | B1           | A2      |
| franceza | B1         | B2     | A2                         | A2           | A2      |
| rusă     | C2         | C2     | C2                         | C2           | C2      |

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 - abilități excelente de comunicare în rezultatul activității mele ca psihiatru psihoterapeut

## Competențe organizaționale/manageriale

- ca manager pot gestiona echipe de 3-9 colaboratori
- posed capacități de organizare și efectuare a superviziei și interviziei
- pot lucra eficient în echipă

## Competențe dobândite la locul de muncă

- am abilități de formator (instruirea formală și non-formală)
- pot predă în limba română și rusă pentru grupuri de copii, adolescenți și adulți
- am capacitatea de a instrui grupuri omogene și heterogene (după criteriu de vârstă, specialitate, etc.)

## Competențele digitale

| AUTOEVALUARE           |            |                    |            |                        |
|------------------------|------------|--------------------|------------|------------------------|
| Procesarea informației | Comunicare | Creare de conținut | Securitate | Rezolvarea de probleme |

| Utilizator<br>experimentat | Utilizator<br>experimentat | Utilizator<br>independent | Utilizator<br>experimentat | Utilizator<br>independent |
|----------------------------|----------------------------|---------------------------|----------------------------|---------------------------|
|----------------------------|----------------------------|---------------------------|----------------------------|---------------------------|

Competențele digitale - Grilă de auto-evaluare

- Alte competențe**
- duc un mod sănătos de viață
  - practic sportul (alergări, ciclism, gimnastică, drumeții) și arte marțiale (karate, capoeira, kobudo)
  - cânt la chitară și fluier
  - sunt pasionat de lectură, origami, papercrafting, croșetat, macrameu, modelare, cultura și limba japoneză

**Permis de conducere** B