



## **RAPORT DE ACTIVITATE – OCTOMBRIE 2025**

În perioada 01.10.2025 – 31.10.2025, conform contractului Contract Nr. 69/21.11.2023, încheiat între: Cabinet Individual de Psihologie Moldovan Gabriela Iuliana și Universitatea Bogdan Vodă din Cluj-Napoca, s-au desfășurat următoarele activități:

- a) Atelier tematic: Descoperirea carierei potrivite, având ca obiectiv identificarea intereselor profesionale, aptitudinilor și valorilor personale ale studenților în vederea stabilirii unei direcții profesionale.  
Număr participanți: 8 studenți
- b) Ședințe individuale de consiliere și orientare în carieră: În cadrul lunii octombrie 2025 au fost realizate un număr de 8 ședințe individuale de consiliere și orientare profesională pentru studenți, având următoarele obiective; elaborarea planului individual de carieră; identificarea competențelor profesionale; clarificarea obiectivelor profesionale; orientare profesională și educațională.
- c) Ședințe de consiliere psihologică Au fost realizate 3 ședințe de consiliere psihologică, având ca teme: gestionarea stresului academic și dezvoltarea echilibrului emoțional și personal.

Concluzii;

Activitățile desfășurate au contribuit la creșterea nivelului de autocunoaștere profesională și personală a studenților, precum și la dezvoltarea abilităților necesare integrării pe piața muncii.

Reprezentant,  
Psiholog Moldovan Gabriela Iuliana

Reprezentant Universitatea Bogdan Vodă Cluj-Napoca,  
Prof. Nicolae Paun



## **RAPORT DE ACTIVITATE – NOIEMBRIE 2025**

În perioada 01.Noieembrie – 31.Noieembrie, conform contractului Contract Nr. 69/21.11.2023, încheiat între: Cabinet Individual de Psihologie Moldovan Gabriela Iuliana și Universitatea Bogdan Vodă din Cluj-Napoca, s-au desfășurat următoarele activități:

1. **Atelier tematic: Descoperirea carierei potrivite**, având ca obiectiv identificarea intereselor profesionale, aptitudinilor și valorilor personale ale studenților în vederea stabilirii unei direcții profesionale.

Număr participanți: 10 studenți

2. **Ședințe individuale de consiliere și orientare în carieră:** În cadrul lunii Noiembrie 2025 au fost realizate un număr de 5 ședințe individuale de consiliere și orientare profesională pentru studenți, având următoarele obiective: elaborarea planului individual de carieră; identificarea competențelor profesionale; clarificarea obiectivelor profesionale; orientare profesională și educațională.
3. **Ședințe de consiliere psihologică:** Au fost realizate 2 ședințe de consiliere psihologică, având ca teme gestionarea stresului academic și dezvoltarea echilibrului emoțional și personal.

### **Concluzii:**

Activitățile desfășurate au contribuit la creșterea nivelului de autocunoaștere profesională și personală a studenților, precum și la dezvoltarea abilităților necesare integrării pe piața muncii.

Reprezentant,  
Psiholog Moldovan Gabriela Iuliana

Reprezentant Universitatea Bogdan Vodă Cluj-Napoca,  
Prof. Nicolae Paun



## **RAPORT DE ACTIVITATE – DECEMBRIE 2025**

În perioada 01.Decembrie – 31.Decembrie, conform contractului Contract Nr. 69/21.11.2023, încheiat între: Cabinet Individual de Psihologie Moldovan Gabriela Iuliana și Universitatea Bogdan Vodă din Cluj-Napoca, s-au desfășurat următoarele activități:

4. **Atelier tematic: CV & scrisoare de intenție eficiente**, având ca obiectiv dezvoltarea competențelor necesare redactării unui CV și a unei scrisori de intenție eficiente.

Număr participanți: 9 studenți

5. **Ședințe individuale de consiliere și orientare în carieră**: În cadrul lunii Decembrie 2025 au fost realizate un număr de 9 ședințe individuale de consiliere și orientare profesională pentru studenți, având următoarele obiective: elaborarea planului individual de carieră; identificarea competențelor profesionale; clarificarea obiectivelor profesionale; orientare profesională și educațională.
6. **Ședințe de consiliere psihologică**: Au fost realizate 1 ședințe de consiliere psihologică, având ca teme gestionarea stresului academic și dezvoltarea echilibrului emoțional și personal.

### **Concluzii:**

Activitățile desfășurate au contribuit la creșterea nivelului de autocunoaștere profesională și personală a studenților, precum și la dezvoltarea abilităților necesare integrării pe piața muncii.

Reprezentant,  
Psiholog Moldovan Gabriela Iuliana

Reprezentant Universitatea Bogdan Vodă Cluj-Napoca,  
Prof. Nicolae Paun



## **RAPORT DE ACTIVITATE – IANUARIE 2026**

În perioada 01.Ianuarie – 31.Ianuarie, conform contractului Contract Nr. 69/21.11.2023, încheiat între: Cabinet Individual de Psihologie Moldovan Gabriela Iuliana și Universitatea Bogdan Vodă din Cluj-Napoca, s-au desfășurat următoarele activități:

7. **Atelier tematic: Tehnici de interviu de succes**, având ca obiectiv pregătirea studenților pentru participarea la interviuri și dezvoltarea abilităților de comunicare profesională.

Număr participanți: 16 studenți

8. **Ședințe individuale de consiliere și orientare în carieră:** În cadrul lunii Ianuarie 2026 au fost realizate un număr de 10 ședințe individuale de consiliere și orientare profesională pentru studenți, având următoarele obiective: elaborarea planului individual de carieră; identificarea competențelor profesionale; clarificarea obiectivelor profesionale; orientare profesională și educațională.
9. **Ședințe de consiliere psihologică:** Au fost realizate 4 ședințe de consiliere psihologică, având ca teme gestionarea stresului academic și dezvoltarea echilibrului emoțional și personal.

### **Concluzii:**

Activitățile desfășurate au contribuit la creșterea nivelului de autocunoaștere profesională și personală a studenților, precum și la dezvoltarea abilităților necesare integrării pe piața muncii.

Reprezentant,  
Psiholog Moldovan Gabriela Iuliana

Reprezentant Universitatea Bogdan Vodă Cluj-Napoca,  
Prof. Nicolae Paun



## **RAPORT DE ACTIVITATE – FEBRUARIE 2026**

În perioada 01.Februarie – 31.Februarie, conform contractului Contract Nr. 69/21.11.2023, încheiat între: Cabinet Individual de Psihologie Moldovan Gabriela Iuliana și Universitatea Bogdan Vodă din Cluj-Napoca, s-au desfășurat următoarele activități:

**Atelier tematic: Comunicare & managementul timpului**, având ca obiectiv dezvoltarea abilităților de comunicare eficientă și organizare a timpului.

Număr participanți: 4 studenți

**Ședințe individuale de consiliere și orientare în carieră:** În cadrul lunii Februarie 2026 au fost realizate un număr de 7 ședințe individuale de consiliere și orientare profesională pentru studenți, având următoarele obiective: elaborarea planului individual de carieră; identificarea competențelor profesionale; clarificarea obiectivelor profesionale; orientare profesională și educațională.

**Ședințe de consiliere psihologică:** Au fost realizate 4 ședințe de consiliere psihologică, având ca teme gestionarea stresului academic și dezvoltarea echilibrului emoțional și personal.

### **Concluzii:**

Activitățile desfășurate au contribuit la creșterea nivelului de autocunoaștere profesională și personală a studenților, precum și la dezvoltarea abilităților necesare integrării pe piața muncii.

Reprezentant,  
Psiholog Moldovan Gabriela Iuliana

Reprezentant Universitatea Bogdan Vodă Cluj-Napoca,  
Prof. Nicolae Paun



## **RAPORT DE ACTIVITATE – MARTIE 2026**

În perioada 01.Martie – 31.Martie, conform contractului Contract Nr. 69/21.11.2023, încheiat între: Cabinet Individual de Psihologie Moldovan Gabriela Iuliana și Universitatea Bogdan Vodă din Cluj-Napoca, s-au desfășurat următoarele activități:

**10. Atelier tematic: Gestionarea stresului și anxietății**, având ca obiectiv dezvoltarea tehnicilor de gestionare a stresului academic și emoțional.

Număr participanți: 10 studenți

**11. Ședințe individuale de consiliere și orientare în carieră:** În cadrul lunii Martie 2026 au fost realizate un număr de 14 ședințe individuale de consiliere și orientare profesională pentru studenți, având următoarele obiective: elaborarea planului individual de carieră; identificarea competențelor profesionale; clarificarea obiectivelor profesionale; orientare profesională și educațională.

**12. Ședințe de consiliere psihologică:** Au fost realizate 0 ședințe de consiliere psihologică, având ca teme gestionarea stresului academic și dezvoltarea echilibrului emoțional și personal.

### **Concluzii:**

Activitățile desfășurate au contribuit la creșterea nivelului de autocunoaștere profesională și personală a studenților, precum și la dezvoltarea abilităților necesare integrării pe piața muncii.

Reprezentant,  
Psiholog Moldovan Gabriela Iuliana

Reprezentant Universitatea Bogdan Vodă Cluj-Napoca,  
Prof. Nicolae Paun



## **RAPORT DE ACTIVITATE – APRILIE 2026**

În perioada 01.Aprilie – 31.Aprilie, conform contractului Contract Nr. 69/21.11.2023, încheiat între: Cabinet Individual de Psihologie Moldovan Gabriela Iuliana și Universitatea Bogdan Vodă din Cluj-Napoca, s-au desfășurat următoarele activități:

**13. Atelier tematic: Brand personal online**, având ca obiectiv construirea unei imagini profesionale și dezvoltarea prezenței online.

Număr participanți: 19 studenți

**14. Ședințe individuale de consiliere și orientare în carieră:** În cadrul lunii Aprilie 2026 au fost realizate un număr de 9 ședințe individuale de consiliere și orientare profesională pentru studenți, având următoarele obiective: elaborarea planului individual de carieră; identificarea competențelor profesionale; clarificarea obiectivelor profesionale; orientare profesională și educațională.

**15. Ședințe de consiliere psihologică:** Au fost realizate 1 ședințe de consiliere psihologică, având ca teme gestionarea stresului academic și dezvoltarea echilibrului emoțional și personal.

### **Concluzii:**

Activitățile desfășurate au contribuit la creșterea nivelului de autocunoaștere profesională și personală a studenților, precum și la dezvoltarea abilităților necesare integrării pe piața muncii.

Reprezentant,  
Psiholog Moldovan Gabriela Iuliana

Reprezentant Universitatea Bogdan Vodă Cluj-Napoca,  
Prof. Nicolae Paun



## **RAPORT DE ACTIVITATE – MAI 2026**

În perioada 01.Mai – 31.Mai, conform contractului Contract Nr. 69/21.11.2023, încheiat între: Cabinet Individual de Psihologie Moldovan Gabriela Iuliana și Universitatea Bogdan Vodă din Cluj-Napoca, s-au desfășurat următoarele activități:

1. Atelier tematic: Antreprenoriat & gândire inovatoare, având ca obiectiv dezvoltarea spiritului antreprenorial și a creativității în proiecte profesionale.

Număr participanți: 3 studenți

2. Ședințe individuale de consiliere și orientare în carieră: În cadrul lunii Mai 2026 au fost realizate un număr de 7 ședințe individuale de consiliere și orientare profesională pentru studenți, având următoarele obiective: elaborarea planului individual de carieră; identificarea competențelor profesionale; clarificarea obiectivelor profesionale; orientare profesională și educațională.

3. Ședințe de consiliere psihologică: Au fost realizate 1 ședințe de consiliere psihologică, având ca teme gestionarea stresului academic și dezvoltarea echilibrului emoțional și personal.

Concluzii:

Activitățile desfășurate au contribuit la creșterea nivelului de autocunoaștere profesională și personală a studenților, precum și la dezvoltarea abilităților necesare integrării pe piața muncii.

Reprezentant,

Psiholog Moldovan Gabriela Iuliana

Reprezentant Universitatea Bogdan Vodă Cluj-Napoca,

Prof. Nicolae Paun