

Curriculum vitae Europass

Informatii personale

Nume/Prenume

Bara Ioan Cosmin

Adresa

Telefon

Fax

E-mail

bara_cosmin@yahoo.com

Cetatenia

Română

Data nasterii

Sex

Locul de munca vizat / Aria ocupationala

Cadru didactic la Universitatea „1 Decembrie 1918”, Alba Iulia

Experienta profesionala

Perioda

1997 – 2022

Funcția sau postul ocupat

Cadru militar

Principalele activități și
responsabilități

Perioda

2008 -2011

Funcția sau postul ocupat

Lector universitar

Principalele activități și
responsabilități

Universitatea Vasile Goldiș, Arad

Perioda

2020 - prezent

Funcția sau postul ocupat

Psiholog, Psihoterapeut integrativ

Principalele activități și
responsabilități

Bara Ioan Cosmin Cabinet Individual de Psihologie

Perioda

2021- prezent

Funcția sau postul ocupat

Lector universitar

Principalele activități și
responsabilități

Universitatea „1 Decembrie 1918” Alba Iulia

Perioda

2025-prezent

Funcția sau postul ocupat

Formator

Principalele activități și
responsabilități

Asociația Română de Psihoterapie Integrativă

Educatie si formare

Perioda	2017-2022
Calificarea / diploma obtinuta	Formare profesionala in specialitatea PSIHOTERAPIE INTEGRATIVĂ
Domenii principale studiate / competente dobindite	Dezvoltarea personală (terapie individuală și de grup, inteligență emoțională, imaginea de sine, comunicare și abilități sociale), formare în TCC, Gestalt, Analiza Tranzacțională, terapie corporală relațională, integrarea psihoterapiilor., neuropsihologie
Numele si tipul institutiei de invatamint / furnizorului de formare	ASOCIAȚIA ROMÂNĂ DE PSIHOTERAPIE INTEGRATIVĂ
Nivelul de clasificare a formei de învățământ/formare	PSIHOTERAPEUT PRACTICANT AUTONOM
Perioda	1993-1997
Calificarea / diploma obtinuta	Psihosociolog
Domenii principale studiate / competente dobindite	
Numele si tipul institutiei de invatamint / furnizorului de formare	INSTITUTUL NAȚIONAL DE INFORMAȚII, FACULTATEA DE PSIHOSOCIOLOGIE
Nivelul de clasificare a formei de invatamint / formare	LICENȚIAT ÎN PSIHOSOCIOLOGIE
Perioda	1997-1998, Studii postuniversitare în Psihologia Muncii și Organizațională, Universitatea Babeș Bolyai, Cluj Napoca;
Calificarea / diploma obtinuta	
Domenii principale studiate / competente dobindite	
Numele si tipul institutiei de invatamint / furnizorului de formare	
Perioda	2000-2005
Calificarea / diploma obtinuta	Licentiat in științe juridice
Domenii principale studiate / competente dobindite	
Numele si tipul institutiei de invatamint / furnizorului de formare	Universitatea 1 Decembrie 1998, Alba Iulia, Facultatea de Drept și Științe Sociale
Perioda	2003-2011
Calificarea / diploma obtinuta	Doctor în științe militare
Domenii principale studiate / competente dobindite	
Numele si tipul institutiei de invatamint / furnizorului de formare	Universitatea Națională de Apărare „Carol I”, București
Nivelul de clasificare a formei de învățământ/formare	

Limba materna

ROMÂNĂ

Limbi straine cunoscute

Autoevaluare

Nivel european (*)

Limba

Limba

Comprehensiune		Vorbit		Scris
Abilitati de ascultare	Abilitati de citire	Interactiune	Exprimare	
B2 (engleză)	B2 (engleză)	B2 (engleză)	B2(engleză)	B2 (engleză)
B2 (franceză)	B2 (franceză)	B2 (franceză)	B2 (franceză)	B2 (franceză)

(*) Cadrului european de referință pentru limbi

Cărți publicate:

1. Analiza unității Națiunii. Aspecte teoretice și metodologice. Editura Techno Media, Sibiu, 2022
2. Biblioterapia. Ghid de psihoterapie practică pentru fiecare dintre noi, Editura Tritonic, București, 2025

Articole publicate

1. Si totusi, ce sunt natiunile? în Revista Cula -Analize procesuale a existenței sociale a oamenilor, nr.1, martie 2010;
- 2.Studiile de Securitate în secolul XXI- necesitatea unor evaluări epistemologice, Revista Intelligence, 6 martie 2013
- 3.Dimensiunea epistemologică a studiilor de intelligence, Revista Română de Studii de Intelligence nr.10, decembrie 2013
- 4.Pledoarie pentru abordarea holistică a intelligence –ului actual, Revista Intelligence, 4 martie 2014
5. Studii de securitate – limite și perspective, publicat în cadrul conferinței KBO 2007 (Security and National Defence – Conference), Acadmia Forțelor Terestre „Nicolae Bălcescu” Sibiu.
- 6.Epistemological benchmarcks in understanding changes in economic organizations in the current context of the business enviroment în Annales Universitatis Apullensis Series Oeconomica, Universitatea „1 Decembrie 1918” Alba Iulia.
7. Antreneaza-ti mintea să lucreze pentru tine și nu împotriva ta, Viața Bibliotecii nr.3, 2021.

Participare conferințe

1. Cum să gestionăm starea de stres într-o situație de criză – Managementul Carierei –CICOC , Universitatea 1 Decembrie 1918 Alba Iulia, ediția 2020
2. Fitness emoțional. Pași spre o viață împlinită – Managementul Carierei –CICOC, Universitatea 1 Decembrie 1918 Alba Iulia, ediția 2022
3. Summit online de psihoterapie integrativă edițiile 2024, 2025 evenimente organizate de Asociația Română de psihoterapie Integrativă

Alte activități

2021-prezent
 coordonator în cadrul Bibliotecii Județene Lucian Blaga din Alba Iulia a proiectului Biblioterapia – atelier de psihologie practică
 2024-prezent
 Coordonator proiect „Picătura de psihoterapie” – Radio Reîntregirea