

Rezumat

Teza de abilitare prezintă într-o manieră sintetică dezvoltarea mea în carieră împreună cu cele mai relevante contribuții în știință și în planurile viitoare de dezvoltare.

Prima parte a lucrării conține o scurtă prezentare a traseului meu profesional și academic cu accent pe rezultatele în cercetare. În acest sens am fost autor principal sau corespondent pentru nu mai puțin de 10 publicații ISI cu factor de impact (FI), având publicații în reviste de top precum *Clinical Psychology Review* (FI:8.89). Pe linia de cercetare clinică sunt al doilea cel mai publicat (ISI) cercetător din cadrul Departamentului de Psihologie al Universității din București.

În prezent sunt directorul unui grant de cercetare finanțat la nivel național - PN II-RU-TE-2014-4-2481- și coordonatorul *Laboratorului de Științe Clinice Cognitive*, primul laborator de cercetare clinică al Departamentului de Psihologie, Universitatea din București. În acest scop, conduc o echipă interdisciplinară ce variază de la cercetători la studenți doctoranzi și post doctoranzi, de la programatori la psihologi.

A doua parte a lucrării subsumează valorile și convingerile mele în știință. Ideea centrală pe care o subliniez este că în stadiul actual al psihoterapiei validate științific, nu este o nevoie atât de imperioasă pentru a crea forme noi de intervenție, cât pentru a le optimiza pe cele deja existente, cu centrare pe mecanismele schimbării.

A treia parte a tezei prezintă o selecție a lucrărilor mele științifice anterioare și actuale, cu accent pe contribuțiile științifice de după doctorat. Activitatea mea de cercetare a urmat o abordare programatică a psihopatologiei și psihoterapiei bazate pe dovezi științifice, cu un accent pe Terapia Cognitiv Comportamentală (engl. *CBT*). Contribuțiile mele științifice pot fi rezumate în patru direcții de cercetare, și anume: **(a)** mecanismele de schimbare, **(b)** dezvoltare de tip



validare de concept (engl. *proof of concept*), (c) testarea eficienței și (d) aplicații ale CBT-ului în domeniul conexe. Acestea sunt contribuții teoretice și clinice la psihopatologie și CBT.

Munca mea în cercetare este completată de dezvoltarea unei aplicații de ultimă oră cu elemente de gamificare și medii virtuale 2D și dezvoltată în calitate de director al proiectului PN II-RU-TE-2014-4-2481. Aplicația *SIGMA* (engl. *Self-help, Integrated and Gamified Mobile-phone Application*) este prima intervenție de tip joc terapeutic, validată științific și care este destinată combaterii stilului disfuncțional de gândire și comportament în raport cu alimentația.

A patra parte a tezei sumarizează planurile viitoare de dezvoltare pe trei direcții principale, și anume (a) cercetare, (b) predare și mentorat și (c) contribuții axate pe comunitate. Ca și până acum, cea mai mare parte a cercetărilor mele va fi dedicată dezvoltării CBT-ului prin știință. O linie importantă de dezvoltare o va constitui abordarea recăderii simptomelor de anxietate, o preocupare majoră pentru psihoterapia modernă.

În concluzie, în ultimii șapte ani activitățile mele de cercetare au fost dedicate avansării cunoștințelor actuale în CBT prin intermediul tehnologiei și mecanismelor schimbării. Pe parcursul acestor ani am câștigat experiență în domeniul publicării, am câștigat fonduri pentru cercetare, gestionat proiecte și echipe de cercetare, respectiv am supervizat și mentorat studenți, contribuind la formarea lor în cercetare.