

Memoriu de activitate

Nume și prenume: Despina Diana-Maria

Universitatea din București, Facultatea de Sociologie și Asistență Socială, Școala Doctorală de Sociologie

Domeniul: Sociologie

Titlul tezei: *Echilibrul muncă flexibilă – viață personală și familială la tinerii din București în context pandemic*

Coordonator științific: prof. univ. dr. Popescu Raluca

Perioada studiilor doctorale: 2020 – 2025

1. Formare academică și activitate științifică

Parcursul meu academic s-a conturat în domeniile sociologiei și resurselor umane. După absolvirea Colegiului Național „Matei Basarab” din București, profilul Științe Sociale (2010–2014), am urmat programul de licență în Sociologie, specializarea Resurse Umane la Facultatea de Sociologie și Asistență Socială, Universitatea din București (2014–2017). Ulterior, am continuat studiile universitare de masterat în Managementul Resurselor Umane (2017–2019) în cadrul aceleiași facultăți. În această perioadă am început să explorez teme precum cultura organizațională, echilibrul dintre viața profesională, personală și familială, inegalitățile de gen în contexte socio-profesionale, formele flexibile de muncă sau satisfacția profesională a angajaților.

Din anul 2020 sunt doctorandă în cadrul Școlii Doctorale de Sociologie a Facultății de Sociologie și Asistență Socială, Universitatea din București, sub coordonarea doamnei prof. univ. dr. Raluca Popescu. Procesul de cercetare și redactare a tezei a fost ghidat și de recomandările comisiei de îndrumare: prof. univ. dr. Laura Grünberg, conf. univ. dr. Mara Stan, conf. univ. dr. Cosmin Toth, c. s. I Simona Stănescu.

De asemenea, pe parcursul studiilor doctorale am participat activ la seminariile organizate de Școala Doctorală, beneficiind de sprijinul cadrelor didactice și al cercetătorilor care mi-au oferit modele de bune practici în activitatea științifică.

Lucrarea mea de doctorat a analizat tematica echilibrului muncă flexibilă – viață personală și familială la tinerii din București în contextul pandemiei COVID-19, precum și debaterile din mediul digital românesc privind echilibrul sferelor vieții în perioada de criză sanitară. Am adoptat o abordare metodologică calitativă, exploratorie, bazată pe un design metodologic mixt, care a inclus:

- Analiza de conținut a discursurilor din comunitățile digitale (Facebook) din perioada martie 2020 – aprilie 2023.
- Anchetă sociologică prin interviuri semi-structurate cu tineri angajați din București, desfășurate în perioada decembrie 2023 – august 2024.

Derularea cercetării în contextul pandemiei și post-pandemiei COVID-19 mi-a oferit lecții importante despre reacțiile societății la fenomene de transformare profundă și adaptare la condiții imprevizibile. Experiența cercetării doctorale mi-a consolidat competențele metodologice, analitice și interpretative, precum și abilitățile de utilizare a softurilor de analiză a datelor (de exemplu, ATLAS.ti).

În perioada stagiului doctoral am publicat lucrări de specialitate și am participat la conferințe științifice în cadrul cărora am susținut prelegeri legate de temele cercetării mele.

Articole / studii publicate în volume colective:

- Despina, Diana (2022), „Work – between tradition and innovation in Romania. New perspectives on work during the Covid-19 pandemic”, în volumul conferinței Entrepreneurship and Research Conference: Digital Transformation (28–30 martie 2022), Presa Universitară Clujeană.

Articole publicate în reviste științifice:

- Despina, Diana (2020), „Și deșteaptă, și frumoasă, și ingineră IT? Studiu exploratoriu privind inegalitatea de gen percepută în mediul IT / Smart, beautiful and IT engineer? An exploratory study on gender inequality as perceived in the IT field”, în Revista Română de Sociologie, Institutul de Sociologie al Academiei Române.

Participări la conferințe internaționale (cu lucrări / prezentări):

- Despina, Diana (2022), „Work – between tradition and innovation in Romania. New perspectives on work during the Covid-19 pandemic”, în cadrul Entrepreneurship and Research Conference: Digital Transformation (28–30 martie 2022).
- Despina, Diana (2021), „Inegalități de gen în echilibrul viață personală–viață profesională la tinerii din București. O perspectivă intra-pandemică și parțial post-pandemică”, în cadrul conferinței Social Inequality and Quality of Life, organizată de Institute for Research on Quality of Life și Romanian Sociological Association (15–19 noiembrie 2021).

2. Activitate profesională și formare continuă

Activitatea mea profesională s-a desfășurat în mediul academic și de cercetare. În prezent, ocup funcția de referent de specialitate în resurse umane la Universitatea din București (din anul 2021), după o perioadă de patru ani în care am făcut parte din echipa administrativă a Institutului de Fizică și Inginerie Nucleară „Horia Hulubei” (2017–2021). Evaluările performanțelor mele profesionale au fost constant de nivel foarte bun. Mi-am îndeplinit cu seriozitate și profesionalism toate atribuțiile și am contribuit în mod constant la dezvoltarea mediilor de lucru în care am activat.

Parcursul profesional mi-a oferit o perspectivă directă asupra dinamicii organizaționale și a modului în care politicile de resurse umane pot susține echilibrul, motivarea și satisfacția angajaților, teme pe care le-am aprofundat și în cadrul cercetării doctorale.

De-a lungul anilor am urmat cursuri, seminarii și workshopuri dedicate dezvoltării profesionale, academice și de cercetare:

- Atelier practic „Time Management”, 18-19 Septembrie 2025, formator Camelia Rădulescu, Unibuc Peer Learning, Universitatea din București
- Curs „Multi-generational workforce” 16 Iulie 2025, Empower IQ
- Curs „Conflict management” 16 Iulie 2025, Empower IQ
- Curs „Echipa invizibilă: cum să-ți creezi o armată de asistenți AI în sarcinile administrative”, 22-23 Mai, 29-30 Mai 2025, formator Mădălina Cocea, Unibuc Peer Learning, Universitatea din București
- Seminarul de resurse umane „Noul REGES online. Legislația muncii în anul 2025”, 24 Aprilie 2025, Brum Interpret Partners SRL
- Atelier „Proiect ATHENA - Planul de egalitate de gen în Universitatea din București”, 21 Martie 2024, cu directoare proiect, prof.univ.dr.Laura Grünberg și coordonatoare cercetare cantitativă și platforma pentru studii de gen, lect.univ.dr. Corina Ilinca
- Webinar „Legislația muncii și HR”, 28 Noiembrie 2024, Colorful HR
- Curs „Cum creștem reziliența și starea de bine la locul de muncă?”, 28-29 Noiembrie 2024, formator Maria Cristina Ghiță, Unibuc Peer Learning, Universitatea din București
- Programul de perfecționare profesională cu tema „Resursele umane în învățământ. Legislația muncii și Revisal în anul 2024”, 17-18 Iunie 2024, Brum Interpret Partners SRL

- Curs „Capcane moderne - cum scăpăm de frica de a utiliza tehnologia?", 12, 18, 21, 25 Iunie 2024, formator Andrei Liviu Pribac, Unibuc Peer Learning, Universitatea din București
- Workshop „Laborator de cercetare. Practici și metode de cercetare", 17, 24, 31 Mai, 7, 14, 21, 28 Iunie, 5, 12, 19 Iulie 2024, facilitat de către Branea Viorica-Silvia, Valentina Marinescu, Ramona Marinache, Bianca Fox, Centrul de Dezvoltare și Formare în Învățământul Superior (CDFIS), Centrul de învățare al Universității din București
- Curs „Inteligența artificială și Microsoft 365 în eficientizarea activității administrative - ADMIN-AI", 29-31 Mai 2024, formatori Anca Ileana, Cristina Rînciog-Savin, Unibuc Peer Learning, Universitatea din București
- Curs „Echilibru viață personală, viața de familie și cea profesională: de la teorii la practica cotidiană", 26 Mai 2023, formator Laura Grünberg, Universitatea din București
- Curs „Bune practici digitale pentru optimizarea proceselor administrative", 21, 22, 24 Mai 2024, formatori Anca Ileana, Camelia Mucică, Unibuc Peer Learning, Universitatea din București
- Workshop „Cum publicăm lucrări științifice de calitate", 2, 9, 14 Martie 2023, formator Vlad Eugen Dincă, Unibuc Peer Learning, Universitatea din București
- Curs „Microsoft 365 Excel nivel avansat", 14-21 Noiembrie 2022, Unibuc Peer Learning, Universitatea din București
- Curs „MS 365 - Software de prezentare diapozitive Power Point - nivel mediu", 31 Octombrie - 4 Noiembrie 2022, formatori Anca Ileana, Cristina Rînciog-Savin, Unibuc Peer Learning, Universitatea din București
- Curs „Gestionarea conflictelor prin metoda provenienței", 25-27 Octombrie 2022, formator Anca Tudoricu, Unibuc Peer Learning, Universitatea din București
- Curs „Microsoft 365 aplicația Word nivel mediu", 24-28 Octombrie 2022, formatori Anca Ileana, Cristina Rînciog-Savin, Unibuc Peer Learning, Universitatea din București
- Curs „Microsoft 365 aplicația PowerPoint nivel avansat", 24-28 Octombrie 2022, Unibuc Peer Learning, Universitatea din București
- Curs „Managementul proiectelor - scrierea și implementarea proiectelor" 17-21 Octombrie 2022, formatori Anca Ileana, Alina Georgescu, Unibuc Peer Learning, Universitatea din București

- Curs „Elemente avansate de calcul tabelar - Excel mediu-avansat”, 19-26 Septembrie 2022, formator Silviu-Laurențiu Vasile, Unibuc Peer Learning, Universitatea din București
- Curs „Tehnici de prezentare în Microsoft Word și PowerPoint nivel mediu și avansat”, 2, 9, 16, 23 Iunie 2022, formator Bianca Alecu, Unibuc Peer Learning, Universitatea din București
- Curs „Aplicația Microsoft Teams nivel mediu și avansat”, 22-24, 27-28 Iunie 2022, formatori Anca Ileana, Florin Gheorghiu, Unibuc Peer Learning, Universitatea din București
- Curs „Comunicare performantă”, 6, 14, 20 Iunie 2022, formator Eugen Istodor, Unibuc Peer Learning, Universitatea din București
- Curs „Utilizarea platformelor de Intranet, Sharepoint și Excel Online”, 2, 7, 9, 16, 21 Iunie 2022, formatori Anca Mihai, Gabriel Majeri, Unibuc Peer Learning, Universitatea din București
- Curs „Egalitate, diversitate și incluziune: dincolo de stereotipuri și prejudecăți în mediul universitar”, 9 Iunie 2022, formator Irina Costache, Unibuc Peer Learning, Universitatea din București
- Workshop „Cum găsim armonia între carieră și viața personală?”, Martie 2022, Centrul de Învățare al Universității din București
- Workshop „Feel free to speak your mind! Simte-te liber să exprimi ceea ce gândești!”, Martie 2022, Centrul de Învățare al Universității din București
- Curs „Inspector Resurse Umane”, 2021, Absolute Pro Training
- Seminar „Orange Presentation Skills”, 2019, formator Oana Nicolaescu

De asemenea, am fost implicată în proiecte universitare și colaborări:

- Responsabil resurse umane pentru programele de Internship ale Universității din București – atragerea și integrarea tinerilor în mediul profesional universitar, analize statistice privind gradul de satisfacție atins de coordonatorii programelor și de interni (2023–2025)
- Responsabil resurse umane în proiectul „APOLLO - Un pas mic pentru student, un salt uriaș pentru educație”, Cod SMIS: 327777 PEO/291/PEO_P6/OP4/ESO4.6/PEO_A40, finanțat prin Programul Operațional Educație și Ocupare (PEO) 2021-2027 (2025-2028)

- Responsabil resurse umane în proiectul „Consolidarea integrării nodului românesc METROFOOD-RO în infrastructura europeană de cercetare METROFOOD-RI”, acronim METROFOOD-Evolve, Cod SMIS 2021+309287, finanțat prin Programul creștere inteligentă, digitalizare și instrumente financiare 2021-2027 (2025-2027)
- Responsabil resurse umane în proiectul „Reabilitarea și creșterea performanței energetice pentru căminele studențești G3-G4 din Campusul studențesc Măgurele, strada Fizicienilor, nr. 1-9, oraș Măgurele, Ilfov”, proiect finanțat din Componenta C15: Educație, Investiția 17. Asigurarea infrastructurii universitare (cămine, cantine, spații de recreere) din Planul Național de Redresare și Reziliență (2024-2025)
- Referent de specialitate în proiectul „Atragerea talentelor, dezvoltarea potențialului uman și creșterea retenției angajaților valoroși, prin consolidarea brandului de angajator al UB”, finanțat din fondul proiectelor de cercetare-dezvoltare „Granturi pentru Creșterea Performanței Instituționale și a Competențelor în Domenii Prioritare ale Universității din București” – competiția 2023 (2023-2024)
- Absolventă a Școlii de Vară HR Club Next Generation Ediția XIII-a, organizată de Asociația HR Management Club București, 2019
- Stagiul de practică în resurse umane la Institutul de Fizică și Inginerie Nucleară „Horia Hulubei”, 2019
- Operator sondaj de opinie în cadrul Târgului Internațional de carte Gaudeamus, 2018
- Participare la Sesiunea de Comunicări Științifice a Studenților Facultății de Sociologie și Asistență Socială din cadrul Universității din București, 26 Mai 2017
- Stagiul de practică în cercetare sociologică la IMAS Marketing și Sondaje, 2017

Întregul meu parcurs academic, de cercetare științifică și profesional reflectă o formare consecventă în domeniile sociologiei și resurselor umane. Experiența cercetării doctorale, expertiza profesională și participarea constantă la programe de formare continuă au consolidat un stil de lucru bazat pe competență, creativitate, sensibilitate sociologică și spirit critic.

Data
12.11.2025

Drd. Despina Diana-Maria