

CERCETĂRI PSIHOLOGICE ALE AFECTIVITĂȚII ADOLESCENȚILOR DIN REPUBLICA MOLDOVA

Mariana Batog, Cercetător științific, Institutul de Cercetare, Inovare și Transfer Tehnologic¹

Rezumat. Conceptul de afectivitate este prezentat deseori ca fiind un construct psihologic integrator al stărilor afective elementare, emoțiilor, dispozițiilor, sentimentelor și pasiunilor. Acest articol pune în evidență cele mai recente cercetări științifice și studii psihologice realizate în Republica Moldova cu referire la afectivitatea adolescenților. În acest context, sunt menționate cercetări psihologice ce abordează particularitățile afectivității adolescenților, problemele afective ce apar la această vârstă sau problemele emoționale ce sunt generate de condițiile și provocările sociale actuale; în articol sunt elucidate informații și date cu referire la anxietate, emoții negative, anxietatea academică, depresie, empatie, toleranță, sentimentul de gratitudine, sentimentul de singurătate la adolescenți etc. De asemenea, sunt propuse modalități eficiente de depășire a problemelor emoționale și de dezvoltare a afectivității pozitive la elevii din acea categorie de vârstă.

Psychological research of adolescent affectivity in the REPUBLIC OF MOLDOVA

Abstract. The concept of affectivity is often presented as an integrative psychological construct of elementary affective states, emotions, moods, feelings and passions. This article highlights the latest scientific research and psychological studies conducted in the Republic of Moldova on adolescent affectivity. In this context, psychological research is mentioned that addresses the peculiarities of adolescent affectivity, affective problems that occur at this age or emotional problems that are generated by current social conditions and challenges; in the article are elucidated information and data with reference to anxiety, negative emotions, academic anxiety, depression, empathy, tolerance, feeling of gratitude, feeling of loneliness in adolescents, etc. Also, effective ways to overcome emotional problems and develop positive affectivity in students of this age category are proposed.

Key words: affectivity, adolescence, psychological research, affective problems, ways of developing positive affectivity.

Adolescenții din Moldova sunt mai predispuși la anxietate, depresie, insomnie comparativ cu media Uniunii Europene, iar rata violenței psihologice (bullying) este mare și în creștere în Moldova, ceea ce adaugă provocări legate de sănătatea mintală a copilului și adolescentului (Sandu, V., BIRTHA, M., IANACHEVICI, M., 2022, p.11) – sunt unele din constatările studiului complex „*Analiza situației copiilor și adolescenților din Moldova*”, realizat de membrii Biroului UNICEF din Republica Moldova (2022).

Același studiu atestă faptul că pandemia COVID-19 a avut un impact negativ asupra bunăstării mintale a copiilor și adolescenților, din cauza nivelului ridicat de stres, anxietății, izolării sociale și expunerii mai mari la violență domestică (UNICEF). Bunăstarea emoțională a fost afectată negativ de pandemie și de măsurile de carantină atât în rândul adulților, cât și al copiilor. Tensiunea generală a crescut riscul violenței domestice, a violenței împotriva copiilor și adolescenților, în special a copiilor din medii vulnerabile.

Adolescența reprezintă o perioadă semnificativă, dinamică și complexă în dezvoltarea personalității. Această perioadă mai este numită în unele surse bibliografice – *perioada*

¹ Cercetător științific, Institutul de Cercetare, Inovare și Transfer Tehnologic din cadrul Universității Pedagogice de Stat „Ion Creangă”, doctorandă Universitatea Liberă Internațională din Moldova, Chișinău, Republica Moldova. batog.mariana@gmail.com

școlarului mare și denotă anumite caracteristici ale afectivității: dispoziția devine schimbătoare, apar numeroase conflicte în plan emoțional și stări de nesiguranță, apare prima dragoste, se accentuează nevoia de afecțiune și validare, crește incidența stărilor de singurătate și a celor depresive etc. Unii savanți indică faptul că în această perioadă exprimarea personalității poate fi împiedicată datorită percepției mult mai pregnante a agenților stresori (apud Nicolaescu, 2022, p.17). Studiile atestă în același timp, că în adolescență apar și își au debutul mai multe tulburări psihice (Iacob A., 2023, p.1).

Abordarea psihologică a *afectivității adolescenților* este prezentată în lucrări științifice complexe, atribuite diverselor specialități psihologice (psihologia pedagogică, psihologia dezvoltării și psihologia educațională, psihologia socială), expuse în formă de teze de doctor și doctor habilitat în psihologie. Printre cercetările psihologice ample realizate în cadrul național menționăm următoarele: *Psihocorecția sferei afective a adolescenților*. Teză de doctor în psihologie, autor Angela Calancea (2002); *Diferențe de gen în stările depresive la vârsta adolescentină*. Teză de doctor în psihologie, autor Zinaida Bolea (2008); *Formarea toleranței personalității la adolescenți*. Teză de doctor în psihologie, autor V. Adascalită (2009); *Formarea la adolescenți a sentimentului de gratitudine față de părinți*. Teză de doctor în psihologie (2013), autor Natalia Daniliuc (Teze psihologie, 2023).

Cercetările științifice în psihologie realizate la etapa actuală în context național cu referire la afectivitatea adolescenților implică diverse aspecte, cum ar fi: anxietate, anxietate academică, stres perceput, emoțiile negative, precum și modalități de diminuare și intervenție psihologică. Evidențiem tezele de doctor și cele de doctor habilitat susținute în Republica Moldova pe acest domeniu:

- *Particularități ale interacțiunii anxietate academică - stiluri cognitive la studenți*. Teză de doctor în psihologie, autor Natalia Toma (2018).
- *Psihologia anxietății la copii și adolescenți*. Teză de doctor habilitat în psihologie, autor Iulia Racu (2020).
- *Determinarea stresului perceput în pregătirea competițională a sportivilor adolescenți prin tehnici de relaxare*. Teza de doctor în psihologie, elaborată de Nicolaescu Alexandra Cristina (2022).
- *Emoțiile negative la adolescenți și modalități de diminuare*, Teză de doctor în psihologie, autor Mirela Stanciu (2023).

Prezintă interes cercetarea ce visează tematica *stresului perceput în pregătirea competițională a sportivilor adolescenți prin tehnici de relaxare* (Nicolaescu A, 2022, p.5). În cadrul acesteia au fost proiectate și aplicate în practica psihologică noi fundamente teoretice privind stresul competițional și un *Program de intervenție psihologică* ce creează premise reale pentru gestionarea anxietății prin tehnici de relaxare, care diminuează stresul perceput al sportivilor adolescenți sporind stima de sine a acestora în context precompetițional. Cercetarea reprezintă, la nivel național, una din primele lucrări psihologice care oferă o viziune unitară asupra principiilor, condițiilor și metodelor prin descrierea caracteristicilor psihologice ale sportivilor adolescenți, necesare pentru controlul stresului, atingerea performanței sportive și care fac posibilă adoptarea programului într-o strategie eficientă de autogestionare a stresului precompetițional. Informațiile și datele obținute pot fi utilizate în consilierea psihologică a sportivilor, implementate la cursurile de formare inițială și continuă a psihologilor, pot fi diseminate la seminare și treninguri cu specialiștii din domeniul psihologiei.

Este de menționat valoarea științifică a lucrării *Emoțiile negative la adolescenți și modalități de evaluare*, elaborate de M. Stanciu (2023) prin intermediul căreia s-a fundamentat un model psihodiagnostic pentru investigarea emoțiilor negative, a corelatelor lor psihologice și a trăsăturilor de personalitate la adolescenți; s-a identificat modul de manifestare și evoluție a emoțiilor negative pe tot parcursul vârstei adolescente; s-a stabilit caracterul specific al emoțiilor negative și a corelatelor lor psihologice la adolescenți; au fost evidențiate relațiile între emoțiile negative, corelatele lor psihologice și trăsăturile de personalitate; a fost elaborat și verificat experimental un model de intervenții psihologice orientat la diminuarea emoțiilor negative și a corelatelor psihologice ale acestora la adolescenți (Stanciu M., 2023, p.12)

Cercetările psihologice realizate la *Institutul de Cercetare, Inovare și Transfer Tehnologic* din Chișinău, în cadrul Laboratorului „Asistența Psihologică în educație” preconizează o direcție de cercetare la tema „Asigurarea activității psihologice în sistemul de învățământ general din perspectiva abordărilor societale contemporane cu privire la afectivitatea elevilor”. Prin urmare, au fost realizate cercetări științifice cu privire la particularitățile afectivității elevilor din ciclul primar, gimnazial și liceal în contextul noilor provocări sociale și propuse metode și tehnici psihologice de prevenție, evaluare/diagnoză, consiliere psihologică, dezvoltare personală/emoțională a elevilor din învățământul general (Batog M., 2021, 2022). În cadrul acestor cercetări au fost stabilite instrumentele psihologice ce pot fi utilizate de psihologii din sistemul educațional în activitatea de evaluare/psihodiagnostic cu adolescenții, dar și de cercetătorii științifici în promovarea cercetărilor sale.

Astfel, enumerăm instrumentele de psihodiagnostic destinate elevilor de vârstă adolescentină: Chestionarul de evaluare a stării de bine (fericire) Oxford de P. Hills și M. Argyle; Scalele diferențiale ale emoțiilor după K. Izard; Chestionarul de determinare a stărilor depresive Beck (BDI); Scala de depresie pentru copii CDI (Child Depression Inventory); Scala Multidimensională de Anxietate pentru Copii (MASC), Scala de Depresie și Anxietate / Depression and Anxiety in Youth (DAY); Testul „Determinați-vă nivelul de stres” (A. Schwartz și R. Schweppe); Percepția stresului (Cohen, Williamson); Scala de manifestare a anxietății Taylor; Examinarea expresă a empatiei; Testul de culori al atitudinilor, Proba de autoevaluare a sentimentelor „7 cuvinte” (apud Daniliuc N., 2013); Scala evenimentelor stresante pentru adolescenți și tineri (Holmes-Rare); Scala nivelului anxietății reactiv situative și stabil personalizate (C. Spilberg; Ю. Ханин); Diagnosticarea autoaprecierii stărilor psihice (H.J. Eysenck), Chestionarul COPE (Carver et al.); Testul proiectiv „Desenul Familiei”; Scala „Inteligenței Emoționale” (Schutte, Malouff et. al.); Chestionarul „Autoaprecierea adaptabilității emoționale” (Н.П. Фетискин); Scala de percepție a stresului Levenstein; Chestionar destinat elevilor cu referire la problemele emoționale (M. Batog); Metoda autoaprecierii stării psihice (SAN); Chestionar de reglare cognitivă a emoțiilor (CERQ); Chestionarul de măsurare a reglării emoționale (ERQ); Chestionarul „Maturizarea emoțională” (după Friedman).

Relația dintre anxietate și percepția stresului la adolescenți a fost elucidată în cercetările promovate de Șaitan Viorica, doctor în psihologie, lector universitar la Universitatea de Stat din Moldova, care sa desfășurat în perioada de criză COVID-19 (Șaitan V., 2021, p.155). Cercetarea a fost realizată pe un grup de adolescenți cu vârstă cuprinsă între 15-17 ani - 70 subiecți, elevi din cadrul unor licee teoretice din mun. Chișinău. Metodele utilizate în cercetare

au fost: *Scala anxietății generalizate*, elaborată de Taylor și *Scala de percepție a stresului* elaborată de Levenstein și colaboratorii.

Rezultatele studiului atestă că adolescenții care la începutul perioadei pandemiei COVID - 19 au trecut la desfășurarea orelor online, sunt mai stresați și manifestă un nivel mai înalt de anxietate comparativ cu adolescenții investigați până la situația de criză, perioada obișnuită de studii. Odată cu trecerea desfășurării programului de studii în format online, s-au produs numeroase situații tensionante, confuze, stresante la adolescenți având un impact asupra reușitei școlare, asimilării programului de studii, relațiilor interpersonale cu părinții, cadrele didactice, colegi etc, determinând un nivel înalt de anxietate ce se manifestă prin neliniște, griji, tensiuni. Astfel, s-a constatat o corelație semnificativ pozitivă dintre anxietate și percepția stresului la adolescenții participanți la studiu. Anxietatea la adolescenți poate fi condiționată de situațiile percepute ca fiind stresante, sau cu cât crește nivelul percepției stresului la adolescenți, cu atât ei devin mai anxioși și invers (Șaitan V., 2021, p.162).

Conform datelor altui studiu, realizat de *Catedra de Psihologie* a Universității Pedagogice de Stat „Ion Creangă”, fiecare al doilea copil din Moldova este abuzat psihologic în familie (Sanduleac S., 2023, p.1). Potrivit cercetării sociologice, aproape 60 la sută dintre copiii care au răspuns la întrebări sunt supuși abuzului. Cel mai des, copiii reclamă faptul că sunt neglijăți în familie. Urmează abuzul emoțional și pedeapsa fizică. Jumătate dintre copiii chestionați s-au plâns că nu se simt protejați psihologic nici la școală.

Prezintă interes în acest context și datele unui studiu realizat în Olanda cu privire la emoțiile din viața cotidiană trăite de adolescenți. Anne Margit Reitsema, împreună cu colegii săi de la University of Groningen, University of Tilburg și Katholieke Universiteit Leuven au promovat o cercetare la care au participat 246 adolescenți (A.M. Reisma, B.F. Jeronimus et al., 2022). Cercetătorii au explorat dinamica emoțiilor în funcție de experiențe sociale cum ar fi: a te simți confortabil, acceptat, judecat sau amenințat în compania altor persoane. De asemenea, cercetătorii au atras atenția la dinamica emoțiilor și simptomele depresive, nivelul de neuroticism și extraversiune.

Astfel, au fost reliefate următoarele constatări:

- Adolescenții care au fost mai frecvent implicați social și s-au simțit confortabil sau acceptați au raportat un nivel mai ridicat al emoțiilor pozitive.
- Cu cât adolescenții se simțeau mai confortabil și mai acceptați în situații sociale diferite, cu atât nivelul stabilității emoționale era mai ridicat.
- Adolescenții care se simțeau amenințați și judecați în diferite situații sociale, aveau un nivel mai ridicat al emoțiilor negative.
- Nivelul ridicat al emoțiilor negative și o instabilitate a acestora a corelat cu un nivel ridicat de neuroticism și simptome depresive și cu un nivel scăzut de extraversiune.
- Nivelul ridicat al emoțiilor pozitive, pe de altă parte, a fost asociat cu un nivel scăzut de neuroticism și simptome depresive.
- În contexte sociale diferite, majoritatea adolescenților s-au simțit de cele mai multe ori confortabil și au simțit că sunt acceptați, nu că sunt judecați și amenințați (2022).

Date valoroase prezintă studiu realizat de Maria Pleșca, doctor în psihologie, conferențiar universitar, s-a axat pe cercetarea mecanismelor psihologice de apărare și strategiile de coping la adolescenți (Pleșca M., 2021, pp.50-55). Instrumentele de cercetare, ce au permis examinarea

autentică a variabilelor supuse cercetării au fost: Chestionarul Indexul stilului de viață (Life Style Index, LSI); Testul Controlul stării de stres; Coping testul (Lazarus și Folkman). Cercetarea empirică a cuprins un eșantion format din 120 de respondenți cu vârsta cuprinsă între 16 - 18 ani. Datele obținute dovedesc nivel scăzut al controlului la 26,67% (32 adolescenți), nivel mediu de control al stresului la 51,67% (62 adolescenți), nivel înalt la 21,66% (26 adolescenți). Deci, putem ușor identifica că predomină nivelul mediu de control al stresului, iar nivelul înalt a înregistrat cele mai joase frecvențe (Pleşca M., 2021, p.51).

Datele obținute în cadrul studiului demonstrează faptul că la adolescenți mecanismele de apărare psihică *regresia*, *hipercompensarea*, *substituția*, *negarea* au frecvențe cele mai înalte. Regresia denotă că adolescenții, ciocnindu-se cu probleme existențiale își doresc să revină la etapele anterioare, pentru a primi emoții pozitive fără consum psihic. Negarea, de asemenea indică refuzul adolescentului de a accepta realitatea. Substituția reflectă capacitatea adolescentului de a se gândi și a avea alte emoții decât cele reale. De asemenea, studiul a arătat că majoritatea adolescenților, în situații dificile apelează la strategii concentrate emoțional pentru a face față situațiilor stresante, care sunt exprimate în reevaluări pozitive și control crescut asupra reacțiilor emoționale.

Este de remarcat importanța modalităților de dezvoltare a sferei afective la adolescenți. Cercetările realizate de M. Stanciu (2023) au contribuit la elaborarea și implementarea unui *Program de diminuare a emoțiilor negative și a corelatelor lor psihologice la adolescenți* (Stanciu M., 2023, p.168), care este constituit din 16 ședințe și include subiecte ce țin de: cunoaștere și înțelegere a emoțiilor proprii și ale altor persoane, stabilirea problemelor întâlnite în acest sens, explorarea dorințelor adolescenților, activități de învățare a comunicării eficiente, activități de gestionare a stresului, activități de relaxare, modalități de realizare a activităților preferate, autocunoaștere și inter-cunoaștere, prietenie, gestionare a timpului său, fortificare a încrederii în sine etc. Rezultatele obținute în cadrul cercetărilor științifice, realizate de M. Stanciu confirmă faptul că administrarea programului de diminuare a emoțiilor negative la adolescenți are efecte benefice, favorabile, prielnice și propice asupra dezvoltării sferei emoționale a personalității adolescentului în întregime.

Propunem unele recomandări psihologice pe care le considerăm utile pentru dezvoltarea afectivității pozitive a adolescenților:

- Sporirea evenimentelor pozitive din viața adolescenților și implicarea în activități creative, de muncă, întrajutorare și dezvoltare personală.
- Reconfigurarea metodelor psihologice utilizate de psihologii școlari în concordanță cu noile provocări societale.
- Psihologii din instituțiile educaționale vor fi instruiți cum să le asigure copiilor securitatea psihologică în instituțiile de învățământ (Sanduleac S., 2023, p.1).
- Susținerea și extinderea cercetărilor științifice cu referire la afectivitatea elevilor în condițiile noilor realități.

În cele din urmă, tragem următoarele **concluzii**:

Afectivitatea adolescenților în societatea contemporană este influențată de condițiile de pandemie COVID 19, violența în familie, violența psihologică (bullying) ce este în creștere în societate și alte provocări sociale actuale. Toți acești factori au contribuit la creșterea nivelului de stres, de anxietate, temeri, tensiune, depresie în rândul adolescenților, a altor emoții negative și

a corelatelor acestora, în special în comparație cu datele studiilor realizate în UE. Condițiile sociale, politice, economice, dar și numeroase provocări ale timpului au un impact deosebit asupra dezvoltării sferei afective a adolescenților. Cercetările științifice fundamentale și aplicative promovate în cadrul național în domeniul psihologiei, vin cu soluții eficace și propun modalități de intervenție psihologică sigure pentru a face față problemelor ce țin de afectivitatea adolescenților din instituțiile educaționale.

Notă: Articolul este elaborat în cadrul Proiectului *Bazele teoretice și metodologice ale asigurării activității psihologice în sistemul de învățământ general din perspectiva abordărilor societale contemporane*. Cifru: 20.80009.1606.10. **Bibliografie**

1. BATOG, M. (2022). *Asigurarea suportului metodologic la dimensiunea afectivă pentru învățământul primar și gimnazial*. Ghid metodologic. Ministerul Educației și Cercetării al Republicii Moldova, Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă”. Chișinău: S. n., CEP UPSC), 129 p. ISBN 978-9975-46-662-2.
2. BATOG, M. (2021). Problemele afective ale elevilor din instituțiile de învățământ general: opinii și constatări. În: *Cercetări privind asigurarea activității psihologice în sistemul de învățământ general din Republica Moldova*. Monografie colectivă / A. Bolboceanu, O. Paladi, A. Potâng [et al.]; coord. șt.: O. Paladi, A. Potâng. Ministerul Educației, Culturii și Cercetării, Universitatea de Stat din Moldova, Institutul de Științe ale Educației. Chișinău: CEP USM, 211 p. ISBN 978-9975152-16-7.
3. DANILIU, N. (2013). *Formarea la adolescenți a gratitudinii față de părinți*. Teză de doctor în psihologie. Chișinău, 211 p.
4. IACOB, A. (2023). Adolescenții acceptați social au parte de mai multe emoții pozitive, ne confirmă un nou studiu. [accesat: 02.05.2023]. Disponibil: <https://www.paginadepsihologie.ro/adolescentiiacceptati-social-au>
5. NICOLAESCU, A. (2022) *Determinarea stresului perceput în pregătirea competițională a sportivilor adolescenți prin tehnici de relaxare*. Teza de doctor în psihologie. Chișinău, 2022, 216 p.
6. PLEȘCA, M. (2021). Mecanisme de apărare și strategii de coping în adolescență. În: „*Asistența psihologică la etapa contemporană: realități și perspective*” Materialele Conferinței Științifice Internaționale, Ediția a 2-a, 21-22 octombrie 2021. Bălți: „Centrul editorial universitar”, 2021, pp.50-55. ISBN 978-9975-50-269-6.
7. RACU, I. (2020). *Psihologia anxietății la copii și adolescenți*. Teză de doctor habilitat în psihologie. Chișinău, 351 p.
8. SANDU, V., BIRTHA, M., IANACHEVICI, M., PREMROV, T., KAHLERT, L. et al. (2022). *Analiza situației copiilor și adolescenților din Moldova*. Biroul UNICEF în Moldova. Viena: 99 p. [accesat: 15.04.2023]. Disponibil: <https://www.unicef.org/moldova/media/8356/file/Analiza%20situa%C8%9Biei%20copiilor%20C8%99i%20adolescen%C8%9Bilor%20din%20Republica%20Moldova.pdf>
9. SANDULEAC, S., (2023). Studiu: Fiecare al doilea copil din Moldova este abuzat psihologic în familie. [accesat: 18.03.2023]. Disponibil: https://www.publika.md/studiu-fiecare-al-doilea-copildin-moldova-este-abuzat-psihologic-in-familie_3135039.html?fbclid=IwAR1
10. STANCIU, M. (2023). *Emoțiile negative la adolescenți și modalități de diminuare*. Teză de doctor în psihologie. Chișinău, 236 p.
11. ȘAITAN, V. Relația dintre anxietate și percepția stresului la adolescenți. În: *Psihologia aplicată din perspectiva abordărilor societale contemporane*. Materialele Conferinței științifice naționale cu participare internațională din 03 decembrie 2021. USM, IȘE. Chișinău: S.n., Primex – Com SRL, 2021, p.155-163. ISBN: 978-9975-159-01-2.
12. *Teze Psihologie*. CNAA. (2021). [accesat: 14.04.2023]. Disponibil: <http://www.cnaa.md/theses/psychology/>

13. REITSEMA, A. M., JERONIMUS, B. F., van DIJK, M., CEULEMANS, E., van ROEKEL, E., KUPPENS, P., & de JONGE, P. *Distinguishing dimensions of emotion dynamics across 12 emotions in adolescents' daily lives.* „*Emotion*”, 2022.