

**INSTITUTUL DE ȘTIINȚE ALE EDUCAȚIEI**

Cu titlu de manuscris

C.Z.U.: 316.613,4;37,091(043.2)

**CERLAT RAISA**

**PARTICULARITĂȚI PSIHOSOCIALE  
ALE STABILITĂȚII EMOȚIONALE A CADRELOR DIDACTICE  
DIN ÎNVĂȚĂMÂNTUL PRIMAR**

**511.03 – PSIHLOGIE SOCIALĂ**

**Autoreferatul tezei de doctor în psihologie**

**CHIȘINĂU, 2019**

Teza a fost elaborată în cadrul Sectorului *Asistența Psihologică în Educație*  
al Institutului de Științe ale Educației

**Conducător științific:**

**BUCUN Nicolae**, doctor habilitat în psihologie, profesor universitar

**Referenți oficiali:**

1. **JELESCU Petru**, doctor habilitat în psihologie, profesor universitar, Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă”
2. **POTÂNG Angela**, doctor în psihologie, conferențiar universitar, Universitatea de Stat din Moldova

**Componența Consiliului Științific Specializat:**

1. **RACU Jana**, *președinte*, doctor habilitat în psihologie, profesor universitar
2. **PALADI Oxana**, *secretar științific*, doctor în psihologie, conferențiar universitar
3. **BOLBOCEANU Aglaida**, doctor habilitat în psihologie, profesor cercetător
4. **BOROZAN Maia**, doctor habilitat în pedagogie, profesor universitar
5. **COJOCARU Natalia**, doctor în psihologie, conferențiar universitar
6. **GONȚA Victoria**, doctor în psihologie, conferențiar universitar

Susținerea va avea loc la 18 februarie 2019, ora 13.00, în ședința Consiliului Științific Specializat D 511.03-22, din cadrul Institutului de Științe ale Educației, mun. Chișinău, str. Doina 104, sala 212.

Teza de doctor și autoreferatul pot fi consultate la biblioteca Institutului de Științe ale Educației și pe pagina web a ANACEC ([www.cnaa.md](http://www.cnaa.md)).

Autoreferatul a fost expedit la 17 ianuarie 2019.

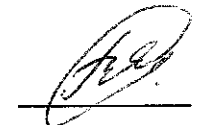
**Secretar științific al Consiliului Științific Specializat,**  
**Paladi Oxana**, doctor în psihologie, conferențiar universitar



**Conducător științific,**  
**Bucun Nicolae**, doctor habilitat în psihologie, profesor universitar

M. Bucun

**Autor**  
**Cerlat Raisa**



© Cerlat Raisa, 2019

## REPERE CONCEPTUALE ALE CERCETĂRII

### Actualitatea și importanța problemei abordate

Societatea informațională contemporană, axată pe performanță și pe viteza executării sarcinilor, impune cerințe avansate personalității umane, generând amplificarea trăirilor emoționale. Importanța emoțiilor capătă un contur științific tot mai definit, astfel de subiecte precum inteligența emoțională, stabilitatea emoțională și reglarea emoțională, numărându-se printre cele mai prolifiche domenii de cercetare ale psihologiei din ultimele două decenii. Plasate la nivel sociocultural, emoțiile pot avea un rol adaptativ, potențând activitatea de cunoaștere sau, dimpotrivă, pot fi disfuncționale. În asemenea condiții, stabilitatea emoțională – indiciu al maturității afective – asigură armonizarea personalității și adaptarea ei eficientă și oportună la ambianța socială. Astfel, nevoia dezvoltării stabilității emoționale se face resimțită, lăsându-și amprenta asupra tuturor manifestărilor personalității, constituindu-se ca factor de eficiență profesională și productivitate acțională, contribuind la susținerea energico-stimulatoare a activității [16, p. 13].

Presiunea din ce în ce mai mare, pe care ritmul de viață alert o exercită asupra omului modern, constituie o sursă de stres notabilă. O multitudine de studii din literatura de specialitate evidențiază consecințele stresului asupra activității de muncă și demonstrează faptul că, în mediul profesional, angajații experimentează frecvent trăiri emoționale negative, stări de instabilitate emoțională, sentimente de nesiguranță, anxietate etc. Printre profesiile puternic afectate de stres, potrivit studiilor, cea de *cadru didactic* deține o poziție remarcabilă. Drept surse semnificative ale stresului educațional pot servi: suprasolicitarea zilnică, dezacordul dintre consumul energico-intelectual și recompensele morale și materiale, responsabilitatea sporită pentru fiecare elev, conflictele de rol, schimbările frecvente ale standardelor educaționale, necesitatea implementării educației incluzive etc. Feminizarea profesiei didactice mai adaugă aici suprasolicitarea cu munci casnice și grija permanentă pentru membrii familiei. Remunerarea insuficientă și statutul social relativ scăzut al pedagogilor constituie, la fel, factori cu impact emoțional, capabili să provoace instabilitate emoțională [22, p. 146].

În țara noastră, munca educațională se desfășoară într-o permanentă schimbare de cerințe și condiții, iar pentru realizarea lor cu succes, cadrul didactic trebuie să demonstreze nu doar inteligență și măiestrie profesională, ci și un înalt nivel al stabilității emoționale. În activitatea didactică, stabilitatea emoțională are rolul de reglare și stabilizare, contribuind la menținerea echilibrului emoțional interior. La fel, un nivel înalt al stabilității emoționale permite adaptarea flexibilă și oportună la schimbările survenite, facilitând atingerea unei eficiențe maximale în situații anxiogene [21, p. 46].

## Descrierea situației în domeniul cercetat și identificarea problemei de cercetare

Problematica dezvoltării stabilității emoționale este foarte actuală în știința psihologică contemporană, fiind considerată una dintre cele mai importante caracteristici personale și profesionale. În pofida abordărilor epistemologice și praxiologice prezentate de cercetători din diverse domenii de-a lungul timpului, subiectul dat oferă – în continuare – posibilitatea și necesitatea unor noi deschideri analitice și investigative, care să conducă spre dezvoltarea unui nivel funcțional optimal al stabilității emoționale.

Drept repere ale cercetării teoretico-empirice desfășurate, ne-a servit convergența cercetărilor psihologice, dar și antropologice, sociologice, pedagogice și filosofice, realizate în diverse arii geografice, vizând subiecte precum: stabilitatea emoțională, inteligența emoțională, reglarea emoțională, stresul ocupațional în mediul didactic, sindromul *burnout* etc. Printre numeroșii cercetători care au abordat aceste aspecte, au fost: J. Gross [28], G. Eysenck [20, 27], J. Guilford, R. Cattell, В. Мильман, V. Norakidze [25], О. Черникова, В. Бойко, Я. Рейковский, D. Goleman, C. Maslach [30], P. Ekman, M. Brillon, S. Chelcea [11], D. David, M. Roco, Zlate M. etc. În Republica Moldova, tematica stabilității emoționale a fost abordată în lucrările cercetătorilor N. Bucun, O. Coroi „Reglarea emoțională la educatori” [4], A. Bolboceanu, I. Baxan „Particularități ale afectivității cadrului didactic” [1], M. Cojocaru-Borozan „Cultura emoțională a cadrelor didactice” [16, 17], V. Gorincioi, C. Platon „Studiul sindromului arderii emoționale la cadrele didactice universitare din perspectiva de gen” [19], T. Șova „Stresul ocupațional al cadrelor didactice”.

În pofida semnificației sale teoretice și practice, impactul psihosocial al stabilității emoționale în activitatea profesională a cadrelor didactice din învățământul primar nu și-a găsit încă justificarea științifică corespunzătoare în spațiul nostru sociocultural, fapt ce ne indică **problema de cercetare** a demersului investigativ. Soluționarea ei va scoate în evidență sfera de influență a stabilității emoționale în activitatea profesională a cadrelor didactice din R. Moldova.

**Scopul cercetării** rezidă în determinarea particularităților psihosociale ale stabilității emoționale și evidențierea modalităților de optimizare a acesteia, la cadrele didactice din învățământul primar.

Pentru realizarea scopului au fost delimitate următoarele **obiective generale**:

1. Analiza literaturii de specialitate cu referire la problematica stabilității emoționale și a rolului acesteia în mediul educațional;
2. Identificarea influenței vechimii în muncă, a vârstei și mediului de trai asupra dinamicii stabilității emoționale a cadrelor didactice din învățământul primar;
3. Determinarea impactului psihosocial al stabilității emoționale în activitatea profesională a cadrelor didactice din învățământul primar;

4. Conceptualizarea profilurilor psihosociale ale cadrelor didactice stabile/instabile emoțional și caracteristica lor prin prisma diferențelor semnificative înregistrate;
5. Elaborarea, implementarea și validarea experimentală a *Programului de optimizare a nivelului funcțional al stabilității emoționale*.

**Noutatea științifică a rezultatelor obținute.** Pentru prima dată în Republica Moldova, a fost efectuată analiza impactului psihosocial al stabilității emoționale, prin prisma elucidării particularităților psihologice și sociale ale acesteia, în contextul activității profesionale a cadrelor didactice din învățământul primar. A fost evidențiată modalitatea în care vechimea în muncă și mediul de trai influențează dinamica stabilității emoționale. Au fost conceptualizate profilurile psihosociale ale cadrelor didactice stabile/instabile emoțional și s-a efectuat caracteristica lor prin prisma diferențelor semnificative înregistrate. A fost validată posibilitatea optimizării stabilității emoționale prin elaborarea și implementarea demersului formativ.

**Problema științifică soluționată în cercetare** constă în stabilirea particularităților psihosociale ale stabilității emoționale, fapt ce a contribuit la determinarea impactului său în activitatea profesională a cadrelor didactice din învățământul primar, în vederea elaborării și implementării programului formativ de optimizare a stabilității emoționale.

**Semnificația teoretică a cercetării** este justificată de completarea cadrului teoretico-științific cu informații sintetizate, privind particularitățile psihosociale ale stabilității emoționale a cadrelor didactice din învățământul primar: stabilirea rolului determinantilor interni și externi în dezvoltarea stabilității emoționale; elucidarea componentelor și a funcțiilor stabilității emoționale; evidențierea rolului stabilității emoționale în prevenirea sindromului *burnout* și prezentarea profilurilor psihosociale ale cadrelor didactice stabile/instabile emoțional.

**Valoarea aplicativă a lucrării** constă în evidențierea sferei de influență a stabilității emoționale în activitatea profesională a cadrelor didactice din învățământul primar, precum și în elaborarea, implementarea și validarea unui program formativ de optimizare a stabilității emoționale a cadrelor didactice.

**Rezultatele științifice principale înaintate spre susținere:**

- Cadrele didactice stabile emoțional se caracterizează printr-un nivel mai înalt al adaptării social-psihologice, comparativ cu cadrele didactice instabile emoțional;
- Stabilitatea emoțională are un impact homeostatic în mediul educațional, astfel încât cadrele didactice instabile emoțional denotă un nivel mai scăzut al controlului emoțional în mediul profesional, demonstrând și o incidență *burnout* mai înaltă, comparativ cu cadrele didactice stabile emoțional;
- Vechimea în munca didactică și mediul de trai al cadrelor didactice din învățământul primar influențează dinamica stabilității lor emoționale;

- Stabilitatea emoțională și satisfacția în muncă stabilesc o relație de influență reciprocă, iar cadrele didactice stabile emoțional au un nivel mai înalt al satisfacției în muncă, comparativ cu cele instabile emoțional.

**Aprobarea rezultatelor științifice.** Rezultatele investigației au fost analizate și aprobate în cadrul ședințelor Sectorului *Asistență psihologică în educație*, precum și în cadrul Seminarului Științific de profil al Institutului de Științe ale Educației. La fel, rezultatele demersului științific au fost confirmate în timpul întrunirilor Consiliului Științifico-Didactic al IȘE în perioada 2013-2017, fiind diseminate la 8 conferințe naționale și internaționale, precum și în 14 publicații științifice.

## CONȚINUTUL TEZEI

În **Introducere** este argumentată actualitatea și importanța temei de cercetare; sunt relevate reperele epistemologice ale cercetării; sunt formulate problema cercetării, scopul și obiectivele; sunt reliefate valoarea teoretică și aplicativă a demersului științific; este elucidată noutatea științifică a investigației particularităților psihosociale ale stabilității emoționale a cadrelor didactice din învățământul primar.

În **Capitolul 1, Repere teoretico-conceptuale ale stabilității emoționale a cadrelor didactice**, sunt prezentate aspecte epistemologice, axate pe investigarea genezei conceptului de stabilitate emoțională; sunt elucidate paradigmele esențiale în conceptualizarea problematicii stabilității emoționale, fiind încadrate într-un tabel generalizator al contribuțiilor diversilor cercetători din domeniu; sunt caracterizate funcțiile stabilității emoționale și componentele acestora la cadrele didactice din învățământul primar, fiind evidențiați și factorii determinanți ai stabilității lor emoționale. Tot aici sunt analizate relațiile dintre stabilitatea emoțională și reglarea emoțională, inteligența emoțională, cultura emoțională și sindromul *burnout* în mediul educațional.

Urmare logică a sintetizării studiilor reprezentative din domeniu, în opinia noastră, *stabilitatea emoțională este o caracteristică funcțională, dinamică și integrativă a personalității, ce contribuie la realizarea optimală a obiectivelor în situații afectogene și ne permite să reacționăm flexibil, păstrându-ne echilibrul emoțional.*

Stabilitatea emoțională, ca o caracteristică integrativă a personalității, are o structură nivelară formată din componente emoționale, volitive, intelectuale și motivaționale care interacționează între ele, condiționând manifestarea și dinamica stabilității emoționale. Componenta dominantă, care determină și asocierea celorlalte componente într-un sistem, este cea emoțională.

Analiza funcțiilor stabilității emoționale scoate în evidență faptul că stabilitatea emoțională are două funcții de bază: cea homeostatică, de reglare și menținere a echilibrului emoțional interior și cea adaptativă, de adaptare la schimbările survenite. În realizarea funcțiilor stabilității emoționale, un rol important îi revine reflexiei, ca factor de legătură, de eficientizare și optimizare funcțională.

Explorarea substanțială a conceptului de *stabilitate emoțională* a trasat necesitatea investigării teoretice a factorilor săi determinanți. Analizându-i, am urmărit evidențierea impactului fiecărei categorii, fără veleitatea ierarhizării lor. Astfel, conform literaturii de specialitate, nivelul stabilității emoționale este influențat de două mari categorii de factori: interni (în care se includ și cei biologici) și externi. Drept factori interni, sunt considerați: tipul sistemului nervos, temperamentul, particularitățile afective caracteristice persoanei, caracteristicile volitive, factorii motivaționali, dar și nivelul dezvoltării intelectuale/profesionale. În categoria factorilor externi se includ: situația socioeconomică, sistemul valorilor sociale, nivelul crescut al stresului psihoemoțional al vieții moderne, lipsa prestigiului profesiei didactice, subestimarea importanței profesiei date, anturajul social preponderent feminin la serviciu etc. Analiza surselor științifice denotă faptul că în cele mai timpurii cercetări ale stabilității emoționale, se acorda o importanță majoră determinanților biologici, iar cercetările contemporane, fără a neglija rolul determinanților biologici, accentuează impactul crescut al determinanților socioculturali în consolidarea stabilității emoționale. Există o dispută cu referire la rolul determinant al factorilor interni sau externi în stabilitatea emoțională, însă ea se dovedește a fi neîntemeiată, fiindcă se bazează pe eroarea, conform căreia, genele noastre și mediul sunt independente unele de altele. Este ca și cum am încerca să calculăm aria unui dreptunghi, eliminându-i lungimea sau lățimea. La fel, potrivit schemei interacționist-circulare, pe măsură ce se formează și se consolidează, diferitele verigi sau componente psihice se includ în mulțimea condițiilor interne, participând activ la procesarea influențelor externe ulterioare. Noi considerăm determinanții interni un soi de presetare, de „normă de răspuns”, ei stabilind anumite limite posibile ale nivelului stabilității emoționale. Iar poziționarea între aceste limite este condiționată de contextul sociocultural. Limitele însă fiind destul de largi, factorilor externi le revine un rol important în dezvoltarea stabilității emoționale.

Dezvoltarea stabilității emoționale, propulsată de nevoia de optimizare și valorificare, acționează ca factor de echilibrare a conduitei, orientând și susținând individul în vederea realizărilor personale și performanțelor profesionale. Importanța și necesitatea dezvoltării conștiente a stabilității emoționale a cadrelor didactice, implică orientarea demersului investigativ spre precizarea și integrarea în structura stabilității emoționale a dimensiunilor sale inter-relaționale, în contextul fenomenelor psihosociale. Prin urmare, în cele ce urmează, ne-am propus elucidarea interferențelor stabilității emoționale și a reglării emoționale, inteligenței emoționale, a culturii emoționale și sindromului *burnout*. Analizând relația dintre *stabilitate emoțională* și *reglarea emoțională*, remarcăm că stabilitatea emoțională are o sferă mai largă, implicând reglarea emoțională, dar și alte componente (motivaționale, intelectuale), menite să asigure „funcționarea eficientă în situații afectogene”. Stabilitatea emoțională presupune reglarea emoțiilor până la un nivel optimal al intensității lor, favorabil realizării obiectivelor propuse și nu suprimarea lor totală,

sau controlul excesiv. Ca și reglarea emoțională defectuoasă, stabilitatea emoțională excesivă poate căpăta, în timp, o conotație negativă, traducându-se prin rigiditate emoțională, apatie, lipsa emoțiilor. Stabilitatea emoțională ca stare (și nu ca trăsătură) recurge frecvent la metode de reglare a emoțiilor. Dacă reglarea este incorectă (aceleași metodă de reglare utilizată permanent, suprimare excesivă etc.) pot apărea diverse tulburări comportamentale sau chiar psihice. Stabilitatea emoțională însă, presupune menținerea stărilor bazate pe emoții funcționale (în dependență de situația concretă) și nu neapărat pozitive. O persoană stabilă emoțional se caracterizează prin maturitate emoțională [20, p. 202], adică acea stare, în care reactivitatea emoțională a unei persoane este considerată potrivită/normală pentru un adult într-o societate dată; prin urmare, de multe ori nici nu este necesară reglarea emoțională. În ceea ce privește **inteligența emoțională**, deși are o sferă mult mai extinsă, implicând-o pe cea a stabilității emoționale, profilul psihologic al unei femei inteligente emoțional este asemănător celui al unei femei stabile emoțional (Ne referim doar la femei, deoarece eșantionul din cercetarea noastră este unul în exclusivitate feminin). Astfel, fiecare dintre caracteristicile unei persoane inteligente emoțional, poate fi atribuită în egală măsură, conform profilului stabilit de H. Eysenck [27, p. 168] și unei persoane stabile emoțional. Fiind o componentă esențială a **culturii emoționale**, stabilitatea emoțională are o sferă mai restrânsă, punând pe prim plan persoana și confortul său funcțional, ancorat într-un context sociocultural concret. Caracterizată drept indiciu al maturității afective, stabilitatea emoțională indică prezența controlului de sine, precum și însușirea modalităților adaptative la situațiile cu care ne confruntăm. Reiese de aici importanța și contribuția determinantilor externi, socioculturali, în structura atât a stabilității emoționale, cât și a culturii emoționale. În relația cu **sindromul burnout**, menționăm că ambele au funcții de protecție: stabilitatea emoțională împiedică creșterea necontrolată a tensiunii emoționale până la nivelul dezorientării, având rolul de reglare și stabilizare, și permite menținerea echilibrului emoțional interior; chiar dacă la prima vedere poate părea paradoxal, și sindromul *burnout* reprezintă un mecanism de apărare al organismului, deoarece impune dozarea și distribuirea cu economie a resurselor energetice. Dacă stabilitatea emoțională presupune adaptarea flexibilă, optimală, la schimbările survenite; atunci în cazul *burnout*-ului, situația este dramatică alta – persoana epuizată emoțional face față cu dificultate schimbărilor survenite, preferând mai curând să fugă din calea dificultăților întâlnite. Unul dintre predictorii *burnout*-ului și mai ales a epuizării emoționale, este considerat neuroticismul sau instabilitatea emoțională. Stabilității emoționale îi revine un rol important în prevenirea sindromului *burnout* la locul de muncă prin realizarea funcțiilor sale homeostatică și adaptativă. În cazul în care cadrul didactic a dezvoltat sindromul *burnout*, un nivel ridicat al stabilității emoționale ar putea contribui la ameliorarea simptomaticei, prin antrenarea activă a tuturor componentelor sale: emoțională, motivațională, volitivă și intelectuală.



În *Capitolul 2, Demersul experimental al cercetării particularităților psihosociale ale stabilității emoționale a cadrelor didactice din învățământul primar*, sunt prezentate: scopul și obiectivele generale ale cercetării, etapele experimentului constatativ, instrumentele psihodiagnostice utilizate, indicate fiind și caracteristicile eșantionului cercetării. Sunt expuse și analizate calitativ, cantitativ și statistic rezultatele experimentului de constatare. Astfel, este evidențiată influența pe care o poate exercita vechimea în muncă și mediul de trai asupra dinamicii stabilității emoționale a cadrelor didactice din învățământul primar. Sunt elucidate domeniile de implicare psihosocială a stabilității emoționale în cadrul activității didactice și sunt reliefate profilurile psihosociale ale cadrelor didactice stabile emoțional și ale celor instabile emoțional, fiind caracterizate prin prisma diferențelor semnificative înregistrate.

În această ordine de idei, scopul demersului investigativ rezidă în *determinarea particularităților psihosociale ale stabilității emoționale a cadrelor didactice din învățământul primar*. Fundamentarea praxiologică a scopului cercetării s-a întemeiat pe următoarele obiective generale: identificarea influenței vechimii în muncă, a vârstei și a mediului de trai asupra dinamicii stabilității emoționale a cadrelor didactice din învățământul primar; determinarea impactului psihosocial al stabilității emoționale în activitatea lor profesională; conceptualizarea profilurilor psihosociale ale cadrelor didactice stabile/instabile emoțional și caracterizarea lor prin prisma diferențelor semnificative înregistrate.

Analiza epistemologică a caracteristicilor stabilității emoționale specifice cadrelor didactice a servit drept punct de plecare pentru formularea următoarelor *ipoteze*, ce au stat la baza studiului constatativ:

1. Ținând cont de determinanții stabilității emoționale, am presupus că asemenea variabile generale ca vârsta, vechimea în muncă și mediul de trai, prezintă influențe semnificative asupra dinamicii stabilității emoționale a cadrelor didactice din învățământul primar;
2. Analizând stabilitatea emoțională prin prisma funcției sale adaptative, presupunem că cadrele didactice stabile emoțional vor prezenta un nivel mai înalt al adaptării social-psihologice, comparativ cu cadrele didactice instabile emoțional;
3. Cercetând impactul homeostatic al stabilității emoționale, considerăm că cadrele didactice instabile emoțional vor prezenta un nivel mai scăzut al controlului emoțional în mediul profesional, demonstrând și o incidență *burnout* mai înaltă, comparativ cu cadrele didactice stabile emoțional.

Demersul investigativ privind particularitățile psihosociale ale stabilității emoționale a cadrelor didactice s-a bazat pe o strategie complexă de cercetare, îmbinând metode cantitative și calitative de cercetare. *Instrumente de cercetare* utilizate în respectivul demers investigativ sunt: Chestionarul de Personalitate Eysenck, Chestionarul de diagnosticare a adaptării social-psihologice,

Chestionarul de diagnosticare a toleranței în comunicare, Chestionarul Comportamentul cotidian, Inventarul Burnout Maslach, Chestionarul de determinare a satisfacției în muncă și Chestionarul stresului organizațional MacLin.

Pentru identificarea nivelului stabilității emoționale, precum și a impactului său în activitatea profesională, a fost efectuată cercetarea empirică, la care au participat 210 de cadre didactice din învățământul primar, selectate în mod aleatoriu. Genul respondenților a fost în exclusivitate feminin, vârsta a fost cuprinsă între 21 și 63 ani; vechimea în muncă s-a încadrat în intervalul 1–44 ani. Mediul în care locuiesc și își desfășoară activitatea profesională a fost în 54% dintre cazuri – urban, iar în 46% – rural. În vederea conturării unei viziuni de ansamblu a fenomenului stabilității emoționale în mediul didactic, am investigat nivelul stabilității emoționale și la cadrele didactice ce activează în învățământul liceal sau gimnazial din țara noastră. Astfel, a fost cercetată stabilitatea emoțională la 50 de profesori din mediul rural și urban și efectuată o analiză comparativă cu stabilitatea emoțională a cadrelor didactice din învățământul primar. Pentru o abordare complexă a influențelor mediului profesional asupra stabilității emoționale, ne-am propus investigarea acesteia și la 59 de studenți din ultimul an de studiu, care se pregătesc să devină cadre didactice în învățământul primar. Prin urmare, numărul total al respondenților implicați în cercetarea particularităților psihosociale ale stabilității emoționale a fost 319 de persoane. Menționăm că participarea la cercetare a tuturor cadrelor didactice a fost în exclusivitate una voluntară, iar eșantionul respectiv întrunește toate condițiile necesare pentru a fi considerat reprezentativ.

În cercetarea noastră, abordând un eșantion feminin, implicând caracteristicile specifice sferei afective feminine, am obținut următoarele valori ale stabilității emoționale (figura 1):

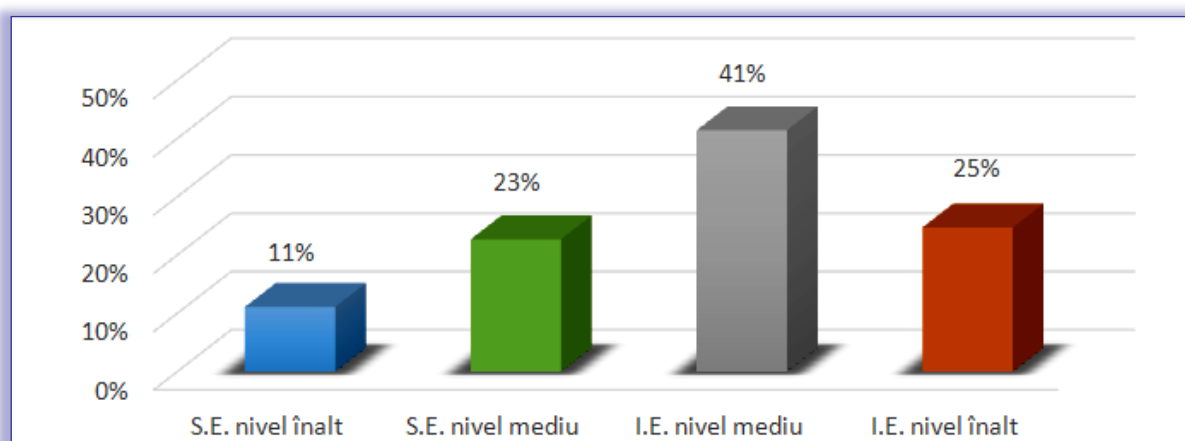


Fig. 1. Stabilitatea emoțională a cadrelor didactice din învățământul primar

Astfel, 11% din eșantion o constituie cadrele didactice cu un nivel înalt al stabilității emoționale, ceea ce înseamnă, conform concepției cercetătorilor H. Eysenck și M. Eysenck: comportament organizat, concentrare conjuncturală ridicată, atât în situațiile obișnuite, cât și în cele

cu un grad de emotivitate crescut. Persoana stabilă emoțional se caracterizează prin maturitate emoțională, adaptabilitate, lipsa rigidității și a anxietății, dar și prin prezența calităților de lider, sociabilitate [20, p. 202]. La celălalt pol, cu 25% (adică a patra parte din eșantion) se situează cadrele didactice cu un nivel înalt al instabilității emoționale. Un scor înalt al instabilității emoționale indică hipersensibilitate emoțională și dificultăți în restabilirea echilibrului emoțional în situații stresante. Persoanele cu un grad crescut de instabilitate emoțională, se plâng frecvent de dereglări somatice difuze cum ar fi: dureri de cap, tulburări digestive, insomnii, amețeli. Pe plan psihic, acuză o stare de anxietate, sunt preocupați de tot felul de griji și sentimente neplăcute. Reacțiile emoționale puternice ale persoanei instabile emoțional interferează cu adaptarea sa slabă, conducându-l spre răspunsuri iraționale, uneori – rigide. Aceste persoane sunt predispuse tulburărilor nevrotice în cazul unei suprasolicitări (stres), dar Eysenck atenționează asupra erorii de a confunda aceste predispoziții cu adevărata depresiune nervoasă. Astfel, este posibil ca o persoană cu un nivel înalt al instabilității emoționale să se adapteze corespunzător la locul de muncă, în familie și în societate.

Ceilalți, 64% din eșantion, au obținut valori mai apropiate celor medii, 23% dintre ei caracterizându-se printr-un nivel mediu al stabilității emoționale, iar 41% – printr-un nivel mediu al instabilității emoționale.

Analiza comparativă a nivelului stabilității emoționale a cadrelor didactice din învățământul primar și a celor ce activează în gimnazii și licee, scote în evidență următoarele: prin stabilitate emoțională se caracterizează 42,5% cadre didactice gimnaziale și liceale, versus 34% ce activează în învățământul primar, iar preponderent instabili emoțional sunt 57,4% profesori *versus* 66% învățători. Cu toate că diferențele procentuale sunt evidente în această comparație, înclinând substanțial balanța în favoarea celor ce activează în învățământul liceal/gimnazial, comparația statistică a respectivelor eșantioane a demonstrat lipsa diferențelor semnificative la capitolul *Stabilitate emoțională* ( $t=-1.49$ ,  $p=0.141$ ). Astfel, diferențele procentuale înregistrate pot fi explicate, inclusiv și prin particularitățile de vârstă ale elevilor și argumentează opțiunea noastră de cercetare în cadrul respectivului demers științific, a particularităților psihosociale ale stabilității emoționale anume la eșantionul de cadre didactice din învățământul primar.

Cercetarea stabilității emoționale la diferite etape ale vârstei cronologice a cadrelor didactice demonstrează grafic că cel mai înalt nivel al stabilității emoționale (45%) îi corespunde tinereții (22-34 ani), urmând apoi, în descreștere, perioada 35-44 ani (SE=30%); perioada 55-65 ani (SE=28%) și perioada 45-54 ani, în care stabilitatea emoțională constituie 24%, fiind și cel mai scăzut nivel al stabilității emoționale specific eșantionului respectiv (figura 2):

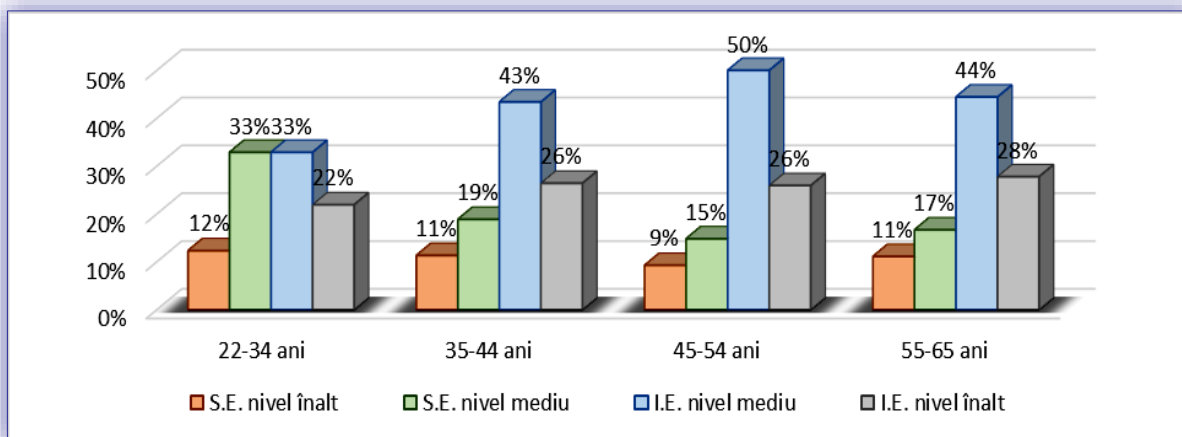


Fig. 2. Stabilitatea emoțională în relație cu vârsta cronologică a cadrelor didactice

Analiza statistică a variabilelor *stabilitate emoțională* și *vârsta* (în general) denotă lipsa unei relații de interdependență reciprocă semnificativă ( $r=0.135$ ,  $p=0.059$ ). Astfel, variabila *vârsta cronologică* nu este unul dintre factorii apti să influențeze considerabil modificarea nivelului stabilității emoționale. Putem explica diferențele observate în reprezentarea grafică a nivelului stabilității emoționale pentru fiecare perioadă cronologică, nu atât prin *vârsta* în sine, cât prin tipul fundamental de activitate și tipul de relații implicate, care au stat la baza efectuării acestei clasificări.

Analiza stabilității/instabilității emoționale – la diferite etape de vechime în munca didactică – demonstrează că cel mai înalt nivel al stabilității emoționale (41%) îi corespunde perioadei adaptative (1-4 ani), urmând, în descreștere, perioada de 5-25 ani (SE=36%) și perioada 25+ ani, unde SE= 28%, fiind și cel mai scăzut nivel al stabilității emoționale raportat la vechimea în muncă (figura 3):

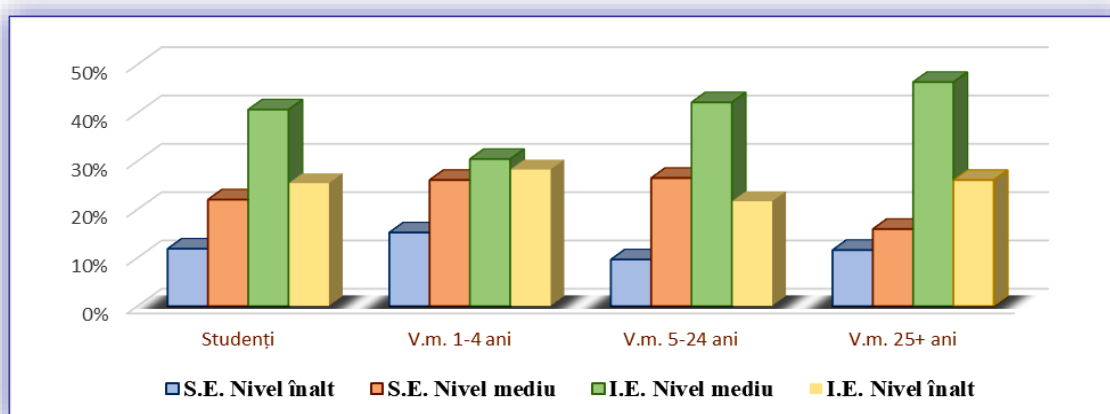


Fig. 3. Stabilitatea emoțională în relație cu vechimea în muncă

Nivelul stabilității emoționale al studenților pedagogi absolvenți, prezintă valori apropiate cu cele ale eșantionului de cadre didactice, ceea ce ne conduce la conștientizarea necesității efectuării unei cercetări (de perspectivă), în vederea determinării profilului caracterial al absolvenților de

liceu, care optează pentru continuarea studiilor la facultățile pedagogice. Analiza statistică a variabilelor *stabilitate emoțională* și *vechime în muncă* scoate în evidență existența unei corelații pozitive, semnificative statistic ( $r=0.155$ ,  $p=0.02$ ), astfel încât, creșterea vechimii în muncă contribuie la creșterea instabilității emoționale. Această contribuție însă este slabă ca intensitate și dependentă de contextul sociocultural.

Cercetând influența mediului de trai asupra dinamicii stabilității emoționale a cadrelor didactice din învățământul primar, constatăm diferențe semnificative privind modul de repartizare al învățătorilor pe niveluri ale stabilității/instabilității emoționale în mediul rural și cel urban. Cadrele didactice din mediul urban se caracterizează printr-un nivel mai înalt al stabilității emoționale (SE=37%) comparativ cu cadrele didactice din mediul rural (SE=29%), rezultatele fiind reflectate în figura 4:

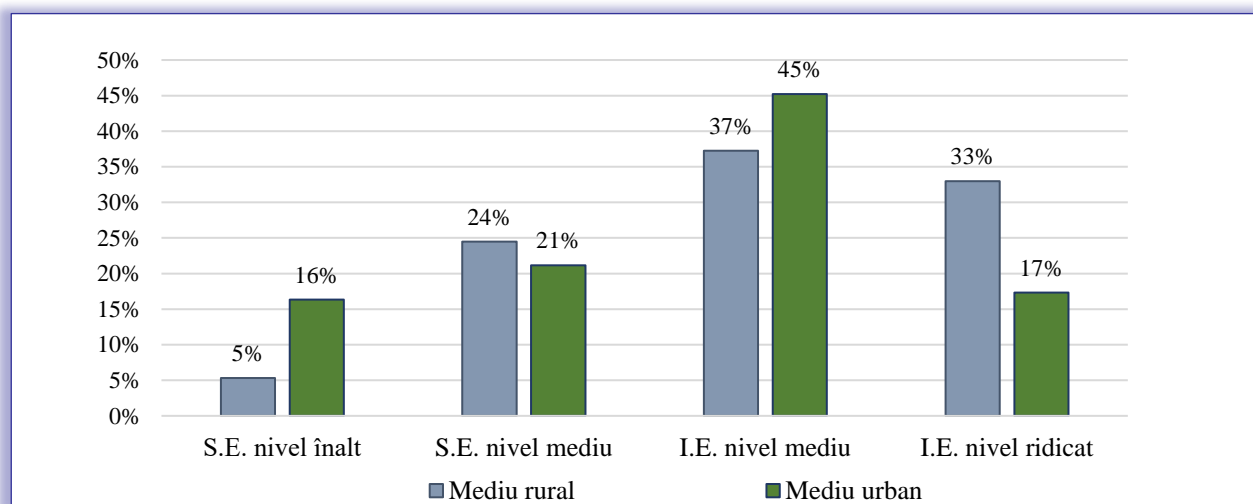


Fig. 4. Nivelul stabilității emoționale al cadrelor didactice din mediul rural și urban

Nivelul scăzut al stabilității emoționale specific cadrelor didactice din mediul rural poate fi explicat prin caracteristicile socioculturale și materiale ale satului moldovenesc contemporan.

Având drept scop determinarea interferențelor psihologice și sociale ale stabilității emoționale în profesia didactică, am considerat oportun să continuăm studiul nostru constatativ cu evidențierea ariilor de implicare a stabilității emoționale, în conformitate cu funcțiile sale de bază: homeostatică și adaptativă. Astfel, am urmărit evidențierea diferitor particularități psihosociale ale stabilității emoționale și implicarea sa funcțională în activitatea profesională a cadrului didactic din învățământul primar. Inițial, am cercetat funcția homeostatică a stabilității emoționale care, având rol de reglare și stabilizare, permite menținerea echilibrului emoțional interior, împiedică creșterea necontrolată a tensiunii emoționale până la nivelul dezorientării, al dezorganizării activității și al trăirilor emoționale frustrante. Pentru evidențierea modalității de realizare a acestei funcții, am investigat toleranța la stresul profesional, sindromul *burnout* și controlul emoțiilor în mediul profesional al cadrelor didactice; am determinat și corelațiile statistice ale acestor variabile cu

stabilitatea emoțională, precum și analiza lor diferențiată în funcție de nivelul stabilității emoționale al cadrelor didactice.

Analizând impactul psihosocial al stabilității emoționale în prevenirea stresului profesional și a sindromului *burnout* al cadrelor didactice din învățământul primar, putem conchide următoarele:

◆ Între variabilele *stres organizațional* și *instabilitate emoțională* există o relație de interdependență reciprocă, dar slabă ca intensitate ( $r=0.175$ ,  $p=0.014$ ); ◆ Între cadrele didactice cu patternuri comportamentale diferite (A, AB, B) există diferențe semnificative statistic la scala de stabilitate/instabilitate emoțională ( $p=0.008$ ); ◆ Cadrele didactice cu un nivel ridicat al stabilității emoționale prezintă un nivel mai înalt al toleranței la stres în domeniul *Activitate și productivitate*. În celelalte domenii ale stresului organizațional nu au fost constatate diferențe semnificative, ambele grupuri demonstrând un nivel similar al toleranței la stres, încadrat în limita valorilor medii. ◆ Între variabilele *instabilitate emoțională* și *epuizare emoțională*, *depersonalizare* și *valori totale ale burnout-ului* există o relație de interdependență semnificativă statistic. Astfel, putem afirma că creșterea nivelului instabilității emoționale influențează intensificarea epuizării emoționale, a depersonalizării și a sindromului *burnout* în general (tabelul 1):

Tabelul 1. Corelația statistică stabilitate emoțională – componente ale sindromului *burnout*

		Epuizare emoțională	Depersonalizare	Reducerea realiz. pers.	Valori totale
Stabilitate/ instabilitate emoțională	r Pearson	0.254	0.277	-0.071	0.320
	p	<0.001	<0.001	0.32	<0.001

La fel, există o diferență semnificativă statistic între cadrele didactice stabile emoțional și cele instabile emoțional, în ceea ce privește epuizarea emoțională, depersonalizarea și valorile totale ale *burnout*-ului. În fiecare dintre cazuri, cei instabili emoțional au înregistrat valori mai înalte. Între variabilele instabilitate emoțională și reducerea realizărilor personale nu există o corelație statistică semnificativă, ceea ce înseamnă că instabilitatea emoțională a cadrului didactic din clasele primare nu constituie un impediment în domeniul realizărilor profesionale. Persoanele instabile emoțional demonstrează o incidență *burnout* mai mare decât cele stabile emoțional. Așadar, nivelul scăzut al stabilității emoționale favorizează instituirea nivelului înalt sau mediu al sindromului *burnout*. Totuși, această influență este mediată de diferiți factori socioculturali. În corelație cu tipul A de personalitate, instabilitatea emoțională poate contribui la dezvoltarea unui nivel mediu sau înalt al sindromului *burnout*. Această influență însă nu este una decisivă, drept dovadă constituind cele 2,3% dintre persoanele instabile emoțional, cu un pattern comportamental de tip A care demonstrează un nivel scăzut a caracteristicilor *burnout*-ului (figura 5). Sinteza rezultatelor investigative denotă faptul că, stabilitatea emoțională împreună cu patternul comportamental de tip

B stabilesc o corelație inversă cu sindromul *burnout*, fapt ce confirmă ipoteza înaintată. Toate cadrele didactice cu asemenea caracteristici au demonstrat un nivel scăzut al *burnout*-ului.

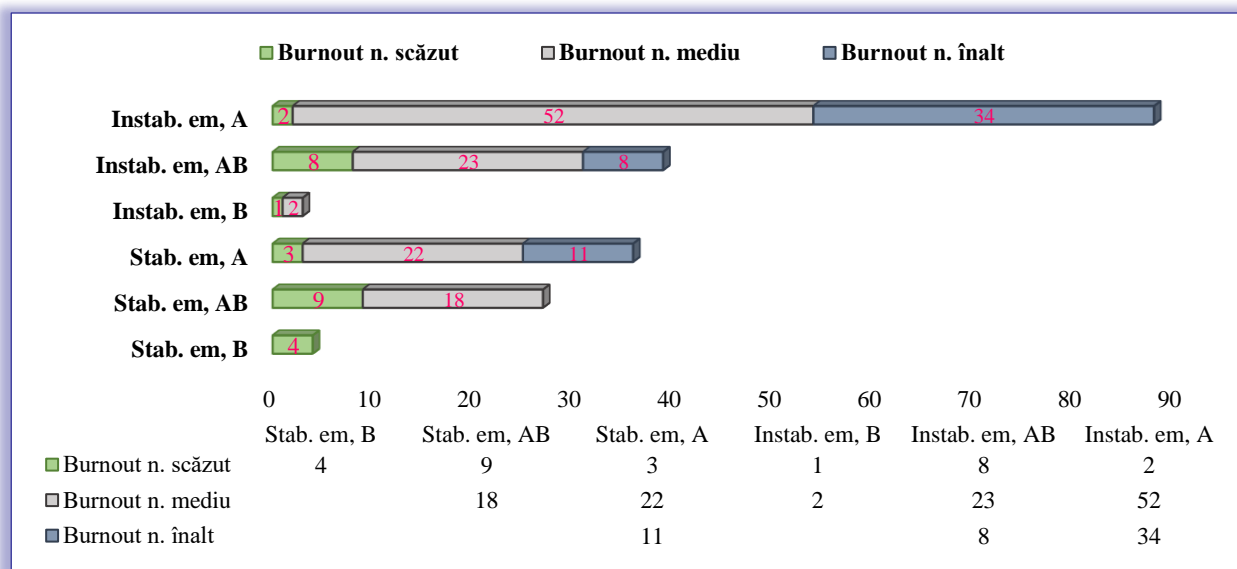


Fig. 5. Relația *stabilitate emoțională – stres – burnout*

Abordând stabilitatea emoțională prin prisma funcției sale homeostatice, menționăm, că printre parametrii săi de bază, se numără: capacitatea reflexivă de apreciere a propriei stări emoționale, reflectarea deciziei cu referire la modalitățile de acțiune într-o situație emoțional tensionantă, nivelul autocontrolului, autoaprecierea și încrederea în sine, tipul emoțiilor dominante. În această ordine de idei, am considerat oportună cercetarea influenței stabilității emoționale asupra dinamicii controlului emoțional al cadrelor didactice, precum și determinarea corelației statistice dintre aceste două variabile. Am presupus, cu statut de ipoteză, că cadrele didactice stabile emoțional vor prezenta un nivel mai înalt al controlului emoțional în mediul profesional comparativ cu cadrele didactice a căror nivel al stabilității emoționale este scăzut. În această ordine de idei, cercetând influența stabilității emoționale a cadrelor didactice asupra controlului reacțiilor emoționale în mediul profesional, menționăm că modificările fiziologice declanșate de emoții se prezintă drept un mecanism automat ce scanează mediul în vederea detecției rapide a stimulilor anxiogeni. În cazul unui nivel scăzut al manifestărilor fiziologice, individul nu percepe situația ca fiind amenințătoare, demonstrând un nivel înalt al controlului emoțional. Cele mai intense emoții, cu echivalentul lor fiziologic, se atestă la respondenți atunci când este necesară demonstrarea competențelor profesionale unor experți în domeniu, fiind urmate de conflicte relaționale. Cel mai slab declanșator emoțional, de ordin material s-a dovedit a fi *întârzierea salariului*. Între *stabilitatea/instabilitatea emoțională* și *intensitatea manifestării reacțiilor emoționale la nivel fiziologic* există relații de interdependență semnificative statistic, dar slabe ca intensitate. Corelația lor este mediată de caracteristicile motivaționale, volitive și intelectuale ale persoanei. La fel, a fost

constată o diferență semnificativă între distribuția cadrelor didactice stabile emoțional și a celor instabile emoțional în funcție de nivelul controlului emoțional. Grupul de cadre didactice stabile emoțional a demonstrat un nivel mai înalt al controlului emoțional, fapt ce confirmă ipoteza înaintată. Controlul emoțiilor, însă, nu depinde doar de factorii fiziologici, importanți firește, dar nu determinanți. Contextul sociocultural și mediul profesional influențează reglarea emoțională, chiar dacă există o mare variabilitate individuală în manifestarea trăirilor emoționale.

Pentru investigarea realizării funcției adaptative a stabilității emoționale în cadrul activității profesionale, a fost cercetat nivelul adaptării social psihologice a cadrelor didactice, fiind efectuate corelațiile statistice între adaptare și stabilitate emoțională, precum și caracteristica indicatorilor integrali ai adaptării social psihologice, în dependență de nivelul stabilității emoționale a cadrelor didactice. Funcția adaptativă a stabilității emoționale presupune acomodarea flexibilă, funcțională, la schimbările survenite, fără consecințe negative cauzate de reactivitatea emoțională excesivă. În contextul investigativ dat, am presupus, în calitate de ipoteză, că cadrele didactice cu un nivel înalt al stabilității emoționale vor prezenta valori procentuale crescute ale adaptării social-psihologice și invers, cele instabile emoțional vor demonstra și un nivel al adaptării social-psihologice mai scăzut. Rezultatele cercetării a scos în evidență faptul, că există relații de interdependență statistic semnificative între instabilitatea emoțională și: inadaptabilitate, falsitate, neacceptarea altora, disconfort emoțional, control intern, control extern, supunere și escapism. Astfel, creșterea nivelului instabilității emoționale va contribui la amplificarea acestor manifestări psihosociale, diminuând nivelul adaptării cadrelor didactice. Între cele două grupuri de cadre didactice (stabile/instabile emoțional) au fost înregistrate diferențe semnificative în ceea ce privește: inadaptabilitatea, falsitatea, neacceptarea altora, disconfortul emoțional, controlul extern, supunere și escapism. În fiecare dintre cazuri, cadrele didactice instabile emoțional au înregistrat valori numerice crescute, ceea ce denotă un nivel scăzut al adaptării lor social-psihologice (figura 6):

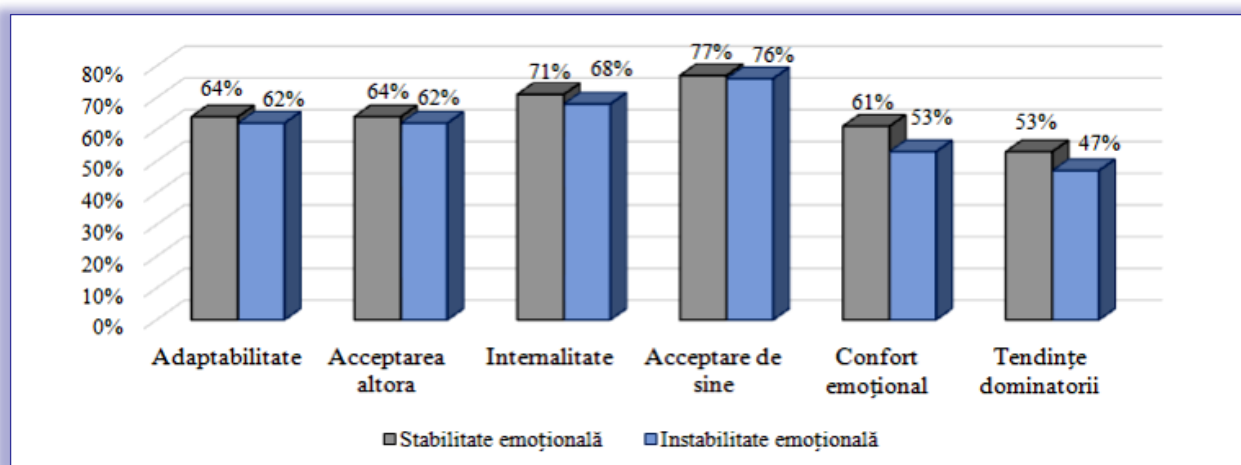


Fig. 6. Indicatorii integrali ai adaptării social-psihologice a cadrelor didactice din învățământul primar, în dependență de nivelul stabilității lor emoționale



Au fost stabilite corelații negative semnificative statistic pentru instabilitatea emoțională și 5 dintre cei 6 indicatori integrali ai adaptării social-psihologice. Astfel, creșterea nivelului instabilității emoționale va influența negativ, diminuând: confortul emoțional ( $r=-0,370$ ,  $p<0.001$ ), adaptabilitatea ( $r=-0.250$ ,  $p<0.001$ ), internalitatea ( $r=-0.255$ ,  $p<0.001$ ), tendințele dominatorii ( $r=-0,216$ ,  $p=0.002$ ) și acceptarea altora ( $r=-0.178$ ,  $p=0.012$ ). Așadar, ipoteza, potrivit căreia stabilitatea emoțională contribuie la creșterea nivelului adaptării social-psihologice a fost confirmată.

Procesul de învățământ se realizează prin și pentru comunicare, fiind, în ultimă instanță, un act de comunicare. Pentru transmiterea eficientă a mesajului didactic, în clasele primare este imperios necesară prezența *toleranței în comunicare*, care implică în structura sa prezența mai multor componente ale stabilității emoționale. În general, cadrele didactice din învățământul primar manifestă o toleranță în comunicare încadrată în limitele valorilor medii (40-60%). Excepție face doar *tolerarea disconfortului partenerului*, domeniu în care învățătorii prezintă cel mai înalt nivel al toleranței – 71%. Între stabilitatea emoțională și toleranța în comunicare există corelații semnificative statistic ( $r=0.270$ ,  $p<0.001$ ). În același context, au fost stabilite relații de interdependență semnificative statistic între instabilitatea emoțională și: neacceptarea altora ( $r=0.29$ ,  $p,0.001$ ); aprecierea subiectivă a celorlalți ( $r=0.23$ ,  $p<0.001$ ); conservatism în aprecierea celorlalți ( $r=0.27$ ,  $p<0.001$ ); manifestarea impresiilor neplăcute în comunicarea cu ceilalți ( $r=0.15$ ,  $p=0.03$ ); neiertarea ( $p=0.26$ ,  $p<0.001$ ). Astfel, creșterea nivelului instabilității emoționale va influența intensificarea intoleranței în comunicare în domeniile sus menționate. Între cadrele didactice stabile emoțional și cele instabile emoțional există diferențe semnificative în ceea ce privește: neacceptarea altora ( $t=-2.08$ ,  $p=0.039$ ), aprecierea subiectivă a celorlalți ( $t=-2.18$ ,  $p=0.031$ ), conservatism în aprecierea celorlalți ( $t=-2.59$ ,  $p=0.011$ ), neiertarea ( $t=-1.87$ ,  $p=0.050$ ), adaptarea dificilă la alții ( $t=-2.87$ ,  $p=0.005$ ) și nivelul general al toleranței în comunicare ( $t=-2.64$ ,  $p=0.009$ ). În fiecare dintre cazuri, cadrele didactice instabile emoțional prezintă valori numerice mai ridicate, corespunzătoare unui nivel scăzut al toleranței în comunicare.

În virtutea specificului profesional, cadrele didactice din învățământul primar sunt încadrate o bună parte a timpului în desfășurarea sau pregătirea diferitor activități educaționale. În asemenea condiții, am considerat că relația dintre stabilitatea emoțională și satisfacția în muncă este una de influență reciprocă și am presupus în demersul nostru investigativ, că cadrele didactice stabile emoțional vor prezenta un nivel mai înalt al satisfacției (fațetare, dar și generale) în muncă, comparativ cu cadrele didactice cu un nivel al instabilității emoționale crescut. Analiza interacțiunii psihosociale a stabilității emoționale și satisfacției în munca didactică, denotă faptul că, deși condițiile obiective de muncă ale respondenților sunt similare, satisfacția lor este diferită. Predominantă însă rămâne a fi insatisfacția în munca profesională, întâlnită la 55% dintre cadrele

didactice. Sursa majoră a insatisfacției o constituie remunerarea muncii și posibilitățile de promovare la serviciu, domeniu în care 70% dintre cadrele didactice din învățământul primar se declară insatisfăcuți. Totuși, acesta nu este un factor capabil să influențeze semnificativ stabilitatea lor emoțională. Există o corelație negativă semnificativă între nivelul instabilității emoționale și cel al satisfacției generale în muncă, fiind însă, slabă ca intensitate ( $r=-0.225$ ,  $p=0.011$ ). Astfel, creșterea instabilității emoționale, influențează diminuarea satisfacției în muncă. Nivelul efectului însă nu este foarte puternic, fiind unul de stabilire a limitelor, iar poziționarea între limite este determinată de contextul sociocultural. În aceeași ordine de idei, există o diferență semnificativă între eșantioanele de învățători stabili emoțional și instabili emoțional, în ceea ce privește satisfacția în munca profesională, la scalele: *Organizare și comunicare* ( $t=2.86$ ,  $p=0.005$ ), *Conducere și relații interpersonale* ( $t=2.5$ ,  $p=0.042$ ) și *Satisfacție generală* ( $t=1.95$ ,  $p=0.050$ ); cei stabili emoțional declarându-se mai satisfăcuți. În ceea ce privește *Remunerarea și promovarea la serviciu*, satisfacția ambelor eșantioane este aceeași (figura 7):

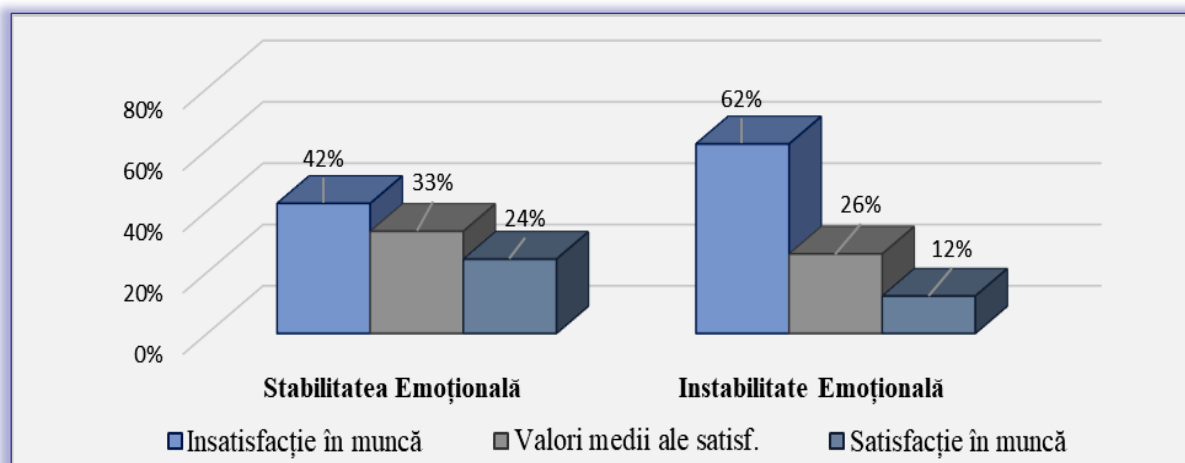


Fig. 7. Satisfacția în muncă a cadrelor didactice stabile/instabile emoțional

Analiza rezultatelor experimentale a constituit o premisă oportună pentru conceptualizarea profilurilor psihosociale a cadrelor didactice stabile/instabile emoțional și a caracteristicii acestora prin prisma diferențelor semnificative înregistrate. Astfel, stabilitatea emoțională implică: ♦ *Un nivel optimal al adaptării social-psihologice*. În condițiile transformărilor sociale, marcate de frecvente reforme educaționale, când învățământul primar este considerat o verigă educațională fundamentală, un nivel înalt al ASP al cadrului didactic va asigura racordarea învățământului la cerințele societății, implementarea principiilor învățării pe tot parcursul vieții și desigur comunicarea eficientă cu discipoli; ♦ *Un nivel înalt al toleranței în comunicare*, care înseamnă: „o viziune largă” (George Eliot), „un semn de putere” (Dalai Lama) și, desigur, evitarea multor conflicte interpersonale. Aceste calități sunt foarte importante în profesiile ce presupun interacțiunea umană permanentă. ♦ *Nivelul ridicat al confortului emoțional* specific cadrelor didactice stabile emoțional se transmite, de obicei, și elevilor, iar ei vin cu plăcere la școală. În

consecință, crește succesul școlar, iar părinții sunt mai liniștiți/satisfăcuți, ♦ Un cadru didactic stabil emoțional este *autentic și deschis către acceptarea altora*, el este capabil să înfrunte, să depășească situațiile stresante și nu evită greutățile întâmpinate; ♦ Cadrul didactic stabil emoțional deține *mecanisme de control ale epuizării emoționale și depersonalizării*, nepermițându-le să-i acapareze personalitatea, dar și munca didactică. Evident, în asemenea condiții și succesele profesionale vor fi mult mai mari; ♦ Nivelul mediu și înalt al controlului emoțional al cadrului didactic stabil emoțional, presupune posibilitatea utilizării diverselor modalități de gestiune emoțională în diferite situații profesionale, atât sub aspect didactico-metodologic, cât și comunicațional-relațional; ♦ Stabilitatea emoțională contribuie la prevenirea sindromului *burnout*, asigurând astfel bunăstarea profesională, dar și sănătatea fizică a cadrelor didactice; ♦ Un cadru didactic stabil emoțional poate lăsa problemele la serviciu. El pleacă acasă liniștit, echilibrat și, de obicei, nu-și împovărează familia cu dificultățile profesionale. Deci, poate fi un bun familist. ♦ În condițiile în care educația este percepută drept „instrumentul crucial de creștere a competitivității economice și a calității vieții personale și sociale” [15], un nivel optimal al stabilității emoționale a cadrului didactic, are repercusiuni pozitive asupra calității vieții discipolilor săi și a familiilor acestora, contribuind astfel la bunăstarea socială și economică a țării.

În **Capitolul 3, Cadrul formativ al optimizării stabilității emoționale a cadrelor didactice din învățământul primar**, sunt prezentate strategiile psihologice de dezvoltare a stabilității emoționale, implicând scopul, obiectivele și ipoteza demersului experimental; sunt descrise principiile științifice și metodele psihologice utilizate. Sunt elucidate modulele de intervenție în cadrul curriculumului de activități și este prezentată structura ședințelor trainingului. Este evaluată eficiența programului de dezvoltare a stabilității emoționale a cadrelor didactice din învățământul primar prin analiza rezultatelor testării și re-testării efectuate în grupul experimental, comparativ cu cel de control.

Analiza rezultatelor cercetării empirice a stabilității emoționale a cadrelor didactice din învățământul primar a relevat numărul mare de respondenți (66%) cu un nivel mediu sau ridicat al instabilității emoționale, dar și impactul pozitiv al stabilității emoționale în performanțele profesionale. Investigarea particularităților psihosociale ale stabilității emoționale a confirmat posibilitatea dezvoltării sale pe parcursul întregii vieți, fapt ce-a constituit un indiciu formativ relevant. **Scopul** demersului formativ rezidă în elaborarea, implementarea și validarea experimentală a *Programului de optimizare a nivelului funcțional al stabilității emoționale a cadrelor didactice*. **Ipoieza de lucru** în cadrul demersului formativ este: *Presupunem că implementarea programului formativ va contribui la optimizarea stabilității emoționale a cadrelor didactice din învățământul primar*. Totuși, ținând cont de ponderea determinantilor interni în formarea stabilității emoționale, de specificul cultural educativ al țării noastre, de lipsa programelor școlare/universitare de formare a competențelor emoționale; toate acestea analizate fiind prin

prisma psihologiei sociale, dar și evoluționiste, am considerăm că diferențele obținute nu vor fi foarte mari. Putem însă afirma cu certitudine că cunoștințele și abilitățile acumulate pe parcursul programului formativ, vor contribui în timp, la bunăstarea emoțională, profesională și socială a fiecăruia dintre cadrele didactice participante la training.

Tematica trainingului a fost structurată în 12 ședințe a câte 2 ore, desfășurate în perioada 1 noiembrie 2016 – 10 ianuarie 2017. La ședințe au participat 14 cadre didactice din învățământul primar, cu vârsta cuprinsă între 25-62 ani și stagiul de muncă de 3-41 ani. În scopul evaluării obiective a rezultatelor, a fost selectat și un grup de control, incluzând 14 cadre didactice din învățământul primar, caracterizate printr-un nivel mediu sau înalt al instabilității emoționale. Analiza statistică, utilizând *testul Mann-Whitney U* pentru compararea a două eșantioane independente, a confirmat faptul că între grupul experimental și cel de control nu există diferențe statistice semnificative.

În rezultatul participării la programul formativ „*Optimizarea stabilității emoționale a cadrelor didactice din învățământul primar*”, cadrele didactice din grupul experimental au înregistrat o creștere statistic semnificativă a nivelului stabilității emoționale: 13 dintre cele 14 persoane au urcat o treaptă în ierarhia stabilității emoționale, iar o persoană – chiar două trepte (din cele 3 posibile). Așadar, rezultatele re-testării prezintă 10 cadre didactice cu un nivel mediu al stabilității emoționale, 1 cadru didactic stabil emoțional și 3 – având un nivel mediu al instabilității emoționale. Menționăm că un nivel înalt al instabilității emoționale nu a fost depistat la niciunul dintre membrii grupului experimental (figura 8):

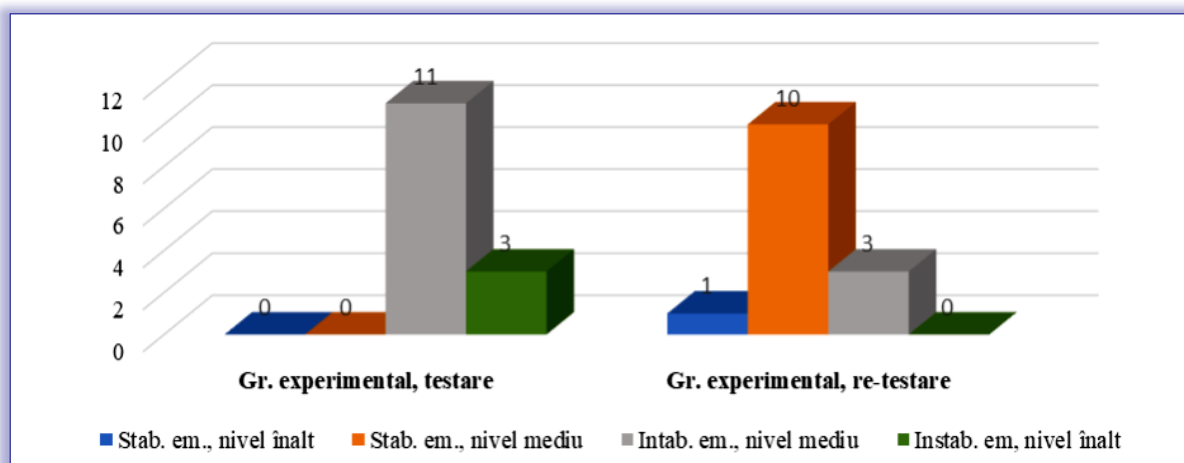


Fig. 8. Nivelul stabilității emoționale în grupul experimental, etapa testare și re-testare

În grupul de control nu au fost consemnate diferențe ale nivelului stabilității emoționale la etapa testării și re-testării. Programul formativ a avut repercusiuni pozitive și asupra altor fenomene psihosociale, congruente cu stabilitatea emoțională. Astfel, în grupul experimental a fost identificată creșterea semnificativă a mediilor variabilelor aflate în corelație cu stabilitatea emoțională și diminuarea celor ce corelează cu instabilitatea emoțională. Mai exact, s-au înregistrat valori mai

mici la etapa re-testare pentru: inadaptabilitate, falsitate, neacceptarea altora, disconfort emoțional, control extern, lipsa toleranței în comunicare, epuizare emoțională, stres profesional. La toate celelalte variabile (adică adaptabilitate, internalitate, confort emoțional și stabilitate emoțională), au fost înregistrate creșteri valorice evidente.

Între grupul experimental și cel de control există diferențe semnificative înregistrate la etapa re-testării. Astfel, cadrele didactice din grupul experimental au un nivel mai înalt al stabilității emoționale; acceptă mai ușor individualitatea altor persoane; atribuie mai frecvent comportamentului său o cauzalitate internă; tind să fie mai obiective în aprecierea oamenilor cu care interacționează; au un nivel al epuizării emoționale mai scăzut; își controlează mai bine emoțiile în diferite domenii ale activității profesionale; dau dovadă de un nivel mai înalt al flexibilității comportamentale și de un nivel ridicat al toleranței la stresul organizațional.

Astfel, stabilitatea emoțională nu este un fenomen izolat, ci se află într-o interacțiune permanentă cu diferite caracteristici psihosociale ale personalității cadrului didactic din învățământul primar. Creșterea nivelului stabilității emoționale are influențe pozitive semnificative asupra adaptării social-psihologice, a nivelului toleranței în comunicare, a reducerii epuizării emoționale, a controlului emoțional și a rezistenței la stresul profesional. Fără a neglija sau minimaliza importanța determinantilor interni ai stabilității emoționale, demersul formativ a demonstrat posibilitatea dezvoltării semnificative a nivelului stabilității emoționale, prin intermediul determinantilor externi, confirmându-și statistic eficiența. Potrivit schemei interacționist-circulare, pe măsură ce se formează și se consolidează, diferitele verigi sau componente psihice se includ în mulțimea condițiilor interne, participând activ la procesarea influențelor externe ulterioare. De aceea, considerăm că rezultatele obținute, consolidate în timp, pot fi menținute, interiorizate și chiar amplificate.

## **CONCLUZII GENERALE ȘI RECOMANDĂRI**

Sinteza studiilor teoretice și analiza rezultatelor demersurilor investigativ și formativ au fundamentat formularea următoarelor concluzii:

1. Stabilitatea emoțională este o caracteristică funcțională, dinamică și integrativă a personalității, ce contribuie la realizarea optimală a obiectivelor în situații emoțional solicitante și ne permite să reacționăm flexibil, păstrându-ne echilibrul intern [9, p. 293]. Stabilitatea emoțională are o structură nivelară formată din componente emoționale, volitive, intelectuale și motivaționale, care interacționează între ele. Caracterul și dinamica stabilității emoționale sunt condiționate de particularitățile dezvoltării componentelor sale. Componenta dominantă, care determină asocierea celorlalte într-un sistem, este cea emoțională [8, p. 496-499]. Funcțiile de bază ale stabilității emoționale sunt: homeostatică

(de reglare și stabilizare, de menținere a echilibrului emoțional) și adaptativă (de adaptare flexibilă, optimală, la schimbările survenite, fără consecințe perturbatoare determinate de reactivitatea emoțională) [7, p. 75-79];

2. Printre determinanții stabilității emoționale, capabili să-i influențeze dinamica, se remarcă mediul în care locuiesc și își desfășoară activitatea profesională cadrele didactice și vechimea în muncă. Astfel, cadrele didactice din mediul urban se caracterizează printr-un nivel mai înalt al stabilității emoționale, comparativ cu cadrele didactice din mediul rural. În ceea ce privește vechimea în muncă, au fost înregistrate corelații semnificative pozitive între creșterea acesteia și instabilitatea emoțională. Această influență, însă, este slabă ca intensitate și dependentă de contextul sociocultural [3, p. 82-95];
3. Rezultatele studiului constatativ au relevat particularitățile psihosociale ale stabilității emoționale, reliefând impactul funcțional al acesteia în mediul educațional. Realizarea funcției homeostatice a stabilității emoționale deține o influență semnificativă pozitivă asupra controlului stresului profesional, a epuizării emoționale și a depersonalizării, contribuind astfel la prevenirea sindromului *burnout* al cadrelor didactice [2, p. 73;11, p. 125];
4. Particularitățile adaptative ale stabilității emoționale influențează creșterea statistic semnificativă a confortului emoțional al cadrelor didactice din învățământul primar, a nivelului adaptabilității acestora, a locului controlului intern, a tendințelor de a prelua conducerea în rezolvarea sarcinilor și a acceptării individualității altor persoane [6, p. 149-156];
5. Impactul psihosocial al stabilității emoționale în mediul didactic implică și contribuția acesteia la intensificarea satisfacției în munca profesională și la amplificarea toleranței în comunicare, ca calitate profesională importantă [12, p. 426-431];
6. Identificarea particularităților psihosociale ale stabilității emoționale a condiționat conceptualizarea profilurilor cadrelor didactice stabile/instabile emoțional, elucidând impactul său constructiv la nivel intrapersonal și interpersonal [6, p. 152]. Caracteristica cadrelor didactice stabile emoțional și instabile emoțional prin prisma diferențelor semnificative înregistrate, a scos în evidență impactului pozitiv al stabilității emoționale în activitatea educațională [13].
7. Determinarea impactului psihosocial al stabilității emoționale a cadrelor didactice din învățământul primar a constituit premisa elaborării și implementării demersului formativ, având drept scop optimizarea stabilității emoționale în mediul educațional [5, p. 20-30];
8. Programul formativ desfășurat și-a confirmat statistic eficiența în dezvoltarea nivelului stabilității emoționale a cadrelor didactice din învățământul primar, având repercusiuni

pozitive și asupra altor caracteristici psihosociale interferente cu stabilitatea emoțională: adaptarea social-psihologică, toleranța în comunicare, reducerea epuizării emoționale, controlul emoțional și rezistența la stresul profesional [13];

9. Rezultatele demersului științific au confirmat ipotezele înaintate, fiind în concordanță cu cele prezentate în alte cercetări vizând interferențe ale stabilității emoționale în contextul fenomenelor psihosociale și elucidând contribuția funcțională a stabilității emoționale în activitatea didactică.

**Problema științifică soluționată în cercetare** constă în determinarea particularităților psihosociale ale stabilității emoționale, fapt ce a contribuit la stabilirea impactului său în activitatea profesională a cadrelor didactice din învățământul primar, în vederea elaborării și implementării programului de optimizare a stabilității emoționale.

Rezultatele demersului științific servesc drept premisă importantă pentru formularea următoarelor **recomandări**:

- **Cadrelor didactice:** Optimizarea stabilității emoționale, ca caracteristică integrativă a personalității, prin eficientizarea tuturor componentelor sale: dezvoltarea componentei emoționale; dinamizarea componentei volitive; stimularea motivațională, ca filtru al influențelor exterioare și pârghie a autoreglării individuale; și implicarea activă a componentei intelectuale, în scopul deblocării focarelor emoționale și selectării strategiilor eficiente de soluționare a dificultăților întâlnite [5, 8, 13].
- **Factorilor decizionali responsabili de cadrul educațional:** Elaborarea standardelor de formare inițială și continuă a cadrelor didactice din perspectiva optimizării stabilității emoționale, gestionarea elementelor socioprofesionale capabile să condiționeze instabilitate emoțională, asigurarea parteneriatului educațional *școală–familie–comunitate*.
- **Psihologilor școlari:** Crearea unui climat emoțional, favorabil menținerii stabilității emoționale în mediul educațional, oferirea suportului psihologic cadrelor didactice instabile emoțional, aplicarea etapizată, în scop formativ și de consolidare, a *Programului de optimizare a stabilității emoționale* [5, 13].

#### **Limite și studii viitoare:**

Nu există limite majore față de cele inerente oricărui demers științific. În perspectivă, ar putea fi extins eșantionul și încadrat într-o cercetare longitudinală și comparativă a stabilității emoționale a reprezentanților mai multor profesii sociale. Rezultatele obținute ar putea fi comparate cu particularitățile psihosociale ale stabilității emoționale a reprezentanților profesiilor ce nu presupun interacțiunea umană. La fel, ar putea fi studiate și alte interferențe ale stabilității emoționale în cadrul activității profesionale a cadrelor didactice, care – din cauza complexității

fenomenului – n-au putut fi profilate aici. Studiile viitoare ar putea întări sau nuanța forța validității concluziilor prezentului demers științific.

## BIBLIOGRAFIE

1. Bolboceanu A., Baxan Iu. Particularități ale anxietății cadrului didactic contemporan. În: Didactica Pro, 2001, nr. 5, p. 49-52.
2. Bucun N., Cerlat R. Influențe ale stabilității emoționale în diminuarea stresului profesional și în prevenirea sindromului *burnout* al cadrelor didactice din învățământul primar. În: Univers Pedagogic, 2017, nr. 3(55), p. 64-74.
3. Bucun N., Cerlat R. Nivelul stabilității emoționale a cadrelor didactice din învățământul primar în funcție de vârstă, vechime în muncă și mediul de trai. În: Univers Pedagogic, 2017, nr. 2 (54), p. 82-95.
4. Bucun N., Coroi O. Efectele reglajului emoțional pentru activitatea didactică. În: Materialele Conferinței științifice Internaționale. Institutul de Științe ale Educației: Istorie, Performanțe, Personalități. Chișinău: IȘE (Tipogr. „Impressum”), 2016, p. 13-16.
5. Cerlat R. Demersul formativ al optimizării stabilității emoționale a cadrelor didactice. În: Psihologie, revistă științifico-practică, nr. 1-2 (32). Chișinău, 2018, p. 20-30.
6. Cerlat R. Adaptarea social-psihologică a cadrelor didactice stabile/instabile emoțional. În: Studia Universitatis, 2018, Nr. 5 (115) 2018, p. 149-156
7. Cerlat R. Caracteristici funcționale ale stabilității emoționale a cadrelor didactice din învățământul primar. În: Materialele conferinței științifice internaționale. Perspectivele și problemele integrării în Spațiul European al Cercetării și Educației. Cahul: Centrografic, 2016, p. 75-79.
8. Cerlat R. Componentele stabilității emoționale și rolul lor în activitatea de succes a învățătorului din școala primară. În: Tehnologii didactice moderne. Materialele Simpozionului Pedagogic Internațional. Institutul de Științe ale Educației. Chișinău: IȘE (Tipogr. „Cavaioli”), 2016, p. 496-499.
9. Cerlat R. Conceptualizarea stabilității emoționale a cadrelor didactice din învățământul primar. În: Eficientizarea învățământului – vector al politicilor educaționale moderne. Materialele Conferinței Științifice Internaționale. Institutul de Științe ale Educației. Chișinău: IȘE (Tipogr. „Cavaioli”), 2014, p. 290-294.
10. Cerlat R. Factori determinanți ai stabilității emoționale a cadrelor didactice din învățământul primar. În: Univers Pedagogic, 2016, nr. 1 (49), p. 80-86.
11. Cerlat R. Interferențe ale sindromului *burnout* și satisfacției în muncă în mediul educațional. În: Studia Universitatis, 2018, nr. 9 (119), p. 124-129.
12. Cerlat R. Interferențe psihosociale ale stabilității emoționale și satisfacției în muncă la cadrele didactice din învățământul primar. În: Evaluarea în sistemul educațional: deziderate actuale. Materialele Conferinței Științifice Internaționale. Institutul de Științe ale Educației. Chișinău: IȘE (Tipogr. „Print Caro”), 2017, p. 426-431.



13. Cerlat R. Stabilitatea emoțională a cadrelor didactice: modalități de optimizare. Ghid metodologic. Chișinău: Lyceum, 2018. 96 p.
14. Chelcea S. Psihosociologie: Teorii, cercetări, aplicații. Iași: Polirom, 2008. 420 p.
15. Codul educației al Republicii Moldova. În: Monitorul Oficial al Republicii Moldova. În: Monitorul Oficial al Republicii Moldova, 24.10.2014, nr. 319-324. Data intrării în vigoare: 23.11.2014.
16. Cojocaru-Borozan M. Metodologia cercetării culturii emoționale. Chișinău: Editura Universității Ion Creangă, 2012. 208 p.
17. Cojocaru-Borozan M. Tehnologia dezvoltării culturii emoționale. Chișinău: Editura Universității Ion Creangă, 2012. 240 p.
18. Eysenck H., Eysenck M. Descifrarea comportamentului uman. București: Teora, 1998. 256 p.
19. Platon C., Gorincioi V. Stresul și sindromul arderii emoționale la profesorii universitari. În: Studia Universitatis: Seria Științe ale educației. 2012, nr. 9 (59), p. 224-228.
20. Айзенк Г, Айзенк М. Исследования человеческой психики. М.: ЭКСМО Пресс, 2002. 480 с.
21. Ашихмина О. Эмоциональная устойчивость психологов системы образования на разных этапах профессионализации. Москва, 2010. 272 с.
22. Водопьянова Н., Старченкова Е. Синдром выгорания. СПб.: Питер, 2008. 334 с.
23. Долгова В., Буслаева М. Формирование эмоциональной устойчивости. Челябинск: Изд-во РЕКПОЛ. 2010. 205 с.
24. Изард К. Психология эмоций. СПб: Издательство Питер, 1999. 464 с
25. Митина Л. Психологическая диагностика эмоциональной устойчивости учителя. Учебное пособие для практических психологов. М.: Психологический институт, 1992. 323 с.
26. Семёнова Е. Тренинг эмоциональной устойчивости педагога: Учебное пособие. М.: Психотерапия, 2006. 256 с.
27. Eysenck H., Eysenck S. Manual of the Eysenck Personality Questionnaire. London: Hodder and Stoughton, 1975. 375 p.
28. Gross J., Thompson R. Emotion Regulation: Conceptual Foundations. In: Handbook of Emotional Regulation. New York: The Guilford Press, 2007. p. 12-35.
29. Lowman R. Personnel Screening for Emotional Stability. Washington: American Psychological Association. 2006. 316 p.
30. Maslach C., Leiter M. The Truth about Burnout. San Francisco: Jossey-Bass Publishers, 1997. 320 p.

## ADNOTARE

**Cerlat Raisa. *Particularități psihosociale ale stabilității emoționale a cadrelor didactice din învățământul primar. Teză de doctor în psihologie. Chișinău, 2019.***

**Structura tezei:** Teza este alcătuită din introducere, 3 capitole, concluzii generale și recomandări, bibliografie din 238 titluri, 3 anexe, 145 pagini text de bază, 44 tabele, 35 figuri. Rezultatele obținute sunt publicate în 14 lucrări științifice.

**Cuvinte-cheie:** stabilitate emoțională, instabilitate emoțională, cadre didactice, adaptare social-psihologică, reglare emoțională, stres profesional, sindromul *burnout*, satisfacție în muncă.

**Domeniul de cercetare:** psihologia competențelor socio-emoționale.

**Scopul cercetării** rezidă în determinarea particularităților psihosociale ale stabilității emoționale și evidențierea modalităților de optimizare a acestora la cadrele didactice din învățământul primar.

**Obiectivele cercetării vizează:** – Analiza literaturii de specialitate cu referire la problematica stabilității emoționale și a rolului acesteia în mediul educațional; – Identificarea influenței vechimii în muncă, a vârstei și mediului de trai asupra dinamicii stabilității emoționale a cadrelor didactice din învățământul primar; – Determinarea impactului psihosocial al stabilității emoționale în activitatea profesională a cadrelor didactice din învățământul primar; – Conceptualizarea profilurilor psihosociale ale cadrelor didactice stabile/instabile emoțional și caracteristica lor prin prisma diferențelor semnificative înregistrate; – Elaborarea, implementarea și validarea experimentală a *Programului de optimizare a nivelului funcțional al stabilității emoționale*.

**Problema științifică soluționată în cercetare** constă în stabilirea particularităților psihosociale ale stabilității emoționale, fapt ce a contribuit la determinarea impactului său în activitatea profesională a cadrelor didactice din învățământul primar, în vederea elaborării și implementării programului formativ de optimizare a stabilității emoționale.

**Noutatea și originalitatea științifică:** Pentru prima dată în Republica Moldova, a fost efectuată analiza impactului psihosocial al stabilității emoționale, prin prisma elucidării particularităților psihologice și sociale ale acesteia, în contextul activității profesionale a cadrelor didactice din învățământul primar. A fost evidențiată modalitatea în care vechimea în muncă și mediul de trai influențează dinamica stabilității emoționale. Au fost conceptualizate profilurile psihosociale ale cadrelor didactice stabile/instabile emoțional și s-a efectuat caracteristica lor prin prisma diferențelor semnificative înregistrate. A fost validată posibilitatea optimizării stabilității emoționale prin elaborarea și implementarea demersului formativ.

**Semnificația teoretică a cercetării** este justificată de completarea cadrului teoretico-științific cu informații sintetizate, privind particularitățile psihosociale ale stabilității emoționale a cadrelor didactice din învățământul primar: stabilirea rolului determinantilor interni și externi în dezvoltarea stabilității emoționale; elucidarea componentelor și a funcțiilor stabilității emoționale; evidențierea rolului stabilității emoționale în prevenirea sindromului *burnout* și prezentarea profilurilor psihosociale ale cadrelor didactice stabile/instabile emoțional.

**Valoarea aplicativă a lucrării** constă în evidențierea sferei de influență a stabilității emoționale în activitatea profesională a cadrelor didactice din învățământul primar, precum și în elaborarea, implementarea și validarea unui program formativ de optimizare a stabilității emoționale a cadrelor didactice.

**Implementarea rezultatelor științifice.** Rezultatele științifice au fost aplicate în desfășurarea programului formativ de optimizare a stabilității emoționale, servind drept punct de sprijin și în activitatea de consiliere a cadrelor didactice. Materialele prezentate în lucrare au fundamentat editarea ghidului metodologic „Stabilitatea emoțională a cadrelor didactice: modalități de optimizare”. Rezultatele demersului științific pot constitui surse importante de diseminare a materialelor cu caracter formativ în cadrul Platformei on-line „Epistemologia și praxeologia asistenței psihologice a învățării pe tot parcursul vieții” și în cadrul Cursurilor de Psihologie, predate la Universitatea de Stat din Moldova.

## ANNOTATION

**Cerlat Raisa. *Psychosocial features of emotional stability of teaching staff from primary education.* Doctoral thesis in psychology. Chisinau, 2019.**

**Thesis's structure:** Thesis consists from introduction, 3 chapters, general conclusions and recommendations, bibliography of 238 titles, 3 appendixes, 145 pages base text, 44 tables, 35 figures. The obtaining results are published in 14 scientific work papers.

**Key-words:** emotional stability, emotional instability, teaching staff, social-psychological adaptability, emotional adjustment, professional stress, syndrome *burnout*, work satisfaction.

**The domain of research:** psychology of socio-emotional skills.

**The aim of research:** consists in determination the psychosocial peculiarities of emotional stability and highlighting ways of optimization to teaching staff from primary education.

**The objectives of the research target:** – The literature review, with reference to the issue of emotional stability and its role in the educational environment; – Identification the influence of the seniority, age and the living environment on the dynamics of the emotional stability of teaching staff from primary education; – Determination of the psychosocial impact of emotional stability in professional activity of teaching staff from primary education; – Conception of the psychosocial profiles of teaching staff emotional stable/unstable and their characteristic through the prism of the recorded significantly differences; – Elaboration, implementation and experimental validation of the *Program of optimization of the functional level of emotional stability*.

**The solved scientific problem in the research** consists in establishing the psychosocial peculiarities of emotional stability, which it contributed to determination of its impact in professional activity of teachers from primary education, in view of elaboration and implementation the formative program of optimization at the emotional stability.

**The novelty and scientific originality:** For the first time in the Republic of Moldova was effected the analysis of psychosocial impact of the emotional stability in context of teachers professional activity from primary education. It was established the way in which the seniority and the specific of living environment can influence the dynamic of the emotional stability. The psychosocial profiles of the teachers emotional stable/unstable were conceptualized and their feature was performed through the prism of the obtained significantly differences. The optimization possibility of emotional stability was validated through elaboration and implementation of the formative approach.

**Theoretical significance** of the research is justified by: the completing of theoretical – scientific framework, with synthesized information's, concerning the intern and external determinations in development of the emotional stability; elucidation of the emotional stability components and functions; highlighting the role of emotional stability in prevention of *burnout* syndrome and presentation of the psycho-social profile of emotional stable/unstable teachers.

**Applicable value of the research** consists in highlighting the sphere of influence the emotional stability in teachers professional activity from primary education, as well as in elaboration, implementation and validation a formative program of optimization at the emotional stability of teachers.

**Implementing scientific results.** The scientific results were applied in the unfolding of formative program of optimization at the emotional stability, serving as a support point also in counseling activity of the teaching staff. The presented materials in the research have grounded the editing of the methodological guide „The emotional stability of teachers: optimization ways”. The results of the scientific approach can be important sources of dissemination of the materials with formative character within the on-line Platform „Epistemology and praxeology of psychological assistance of lifelong learning” and within courses of Psychology, taught at the State University from Moldova.

## АННОТАЦИЯ

**Черлат Раиса. Психосоциальные особенности эмоциональной стабильности учителей начальных классов. Диссертация на соискание ученой степени доктора психологии. Кишинев, 2019.**

**Структура диссертации:** Работа состоит из введения, трех глав, общих выводов и рекомендаций, библиографии из 238 наименований, 3 приложений, 145 страниц основного текста, включает 44 таблицы и 33 фигуры. Полученные результаты опубликованы в 14 научных статьях.

**Ключевые слова:** эмоциональная стабильность, невротизм, учителя начальных классов, социально-психологическая адаптация, эмоциональный контроль, профессиональный стресс, эмоциональное выгорание, удовлетворенность работой.

**Область исследований:** психология социо-эмоциональных компетенций.

**Цель научной работы:** определить психосоциальные особенности эмоциональной стабильности и выделить пути ее оптимизации у учителей начальных классов.

**Задачи исследования:** - анализ библиографических источников по проблеме эмоциональной стабильности, в контексте образовательной среды; – выявление влияния возраста, стажа работы и места жительства на динамику эмоциональной стабильности учителей начальных классов; – определение специфики психосоциальных воздействий на эмоциональную стабильность учителей начальных классов в профессиональной деятельности; – концептуализация психосоциальных профилей эмоционально стабильных/нестабильных учителей и их характеристика с точки зрения значимых различий; разработка, – внедрение и экспериментальная валидация *Программы оптимизации функционального уровня эмоциональной стабильности*.

**Решенная в исследовании научная проблема** заключается в установлении психосоциальных особенностей эмоциональной стабильности, что способствовало определению ее влияния на профессиональную деятельность учителей начальных классов с целью разработки и реализации формирующей программы по оптимизации их эмоциональной стабильности.

### **Научная новизна и оригинальность.**

Впервые в Республике Молдова было проанализировано психосоциальное влияние эмоциональной стабильности, путем выяснения ее психологических и социальных особенностей, в контексте профессиональной деятельности учителей начальных классов. Определено, как возраст и место жительства влияют на динамику эмоциональной стабильности. Были концептуализированы социально-психологические профили эмоционально стабильных/нестабильных учителей и выявлены характеристики их значимых различий. Была подтверждена возможность оптимизации эмоциональной стабильности путем разработки и внедрения формирующего подхода.

**Теоретическая значимость** исследования заключается в дополнении теоретико-научной области синтезированной информацией о психосоциальных особенностях эмоциональной стабильности учителей начальных классов: установление роли внутренних и внешних детерминант в развитии эмоциональной стабильности; выяснении ее компонентов и функций; определении роли эмоциональной стабильности в предотвращении эмоционального выгорания у педагогов и в презентации психосоциальных профилей эмоционально стабильных/нестабильных учителей.

**Практическая ценность исследования** состоит в выявлении сферы влияния эмоциональной стабильности в профессиональной деятельности учителей начальных классов, а также в разработке, реализации и валидации формирующей программы для оптимизации эмоциональной стабильности педагогов.

**Внедрение научных результатов.** Научные результаты были использованы в формирующей программе для оптимизации эмоциональной стабильности учителей начальных классов, выступая в качестве ориентиров и в их психологическом консультировании. Материалы, представленные в диссертации, взяты за основу при публикации методического руководства „Эмоциональная устойчивость педагогов: пути оптимизации”. Результаты научного подхода являются важными источниками формирующих материалов онлайн-платформы „Эпистемология и праксиология психологической поддержки обучения взрослых на протяжении жизни”, а также используются в рамках психологических дисциплин, преподаваемых в Государственном Университете Молдовы.

**CERLAT RAISA**

**PARTICULARITĂȚI PSIHOSOCIALE  
ALE STABILITĂȚII EMOȚIONALE A CADRELOR DIDACTICE  
DIN ÎNVĂȚĂMÂNTUL PRIMAR**

**511.03 – PSIHLOGIE SOCIALĂ**

Autoreferatul tezei de doctor în psihologie

---

Aprobat spre tipar: 15.01.2019

Hârtie offset. Tipar digital.

Coli de tipar: 2

Tipografia Print-Caro

Formatul hârtiei – A4

Tiraj - 50 ex.

Comanda nr. 3

Strada Columna 170, Chișinău

---