

**UNIVERSITATEA PEDAGOGICĂ DE STAT
„ION CREANGĂ” DIN CHIȘINĂU**

Cu titlu de manuscris
C.Z.U: 159.942.5-053.4/.6(043.2)

RACU IULIA

**PSIHOLOGIA ANXIETĂȚII
LA COPII ȘI ADOLESCENȚI**

**511.02. PSIHOLOGIA DEZVOLTĂRII ȘI
PSIHOLOGIA EDUCAȚIONALĂ**

Rezumatul tezei de doctor habilitat în psihologie

CHIȘINĂU, 2020

Teza a fost elaborată în cadrul catedrei de Psihologie a Universității Pedagogice de Stat „Ion Creangă” din Chișinău

Componența Comisiei de susținere a tezei (aprobată prin Ordinul nr. 191 din 07.09.2020):

Jelescu Petru, președinte, doctor habilitat în psihologie, profesor universitar, UPS „Ion Creangă”, Chișinău

Losîi Elena, secretar științific, doctor în psihologie, conferențiar universitar, UPS „Ion Creangă”, Chișinău

Bolboceanu Aglaida, membru, doctor habilitat în psihologie, profesor cercetător, IȘE, Chișinău

Borozan Maia, membru, doctor habilitat în pedagogie, profesor universitar, UST, Chișinău

Bucun Nicolae, membru, doctor habilitat în psihologie, profesor universitar, IȘE, Chișinău

Ciorbă Constantin, membru, doctor habilitat în pedagogie, profesor universitar, UPS „Ion Creangă”, Chișinău

Constantin Ticu, membru, doctor în psihologie, profesor universitar, UAIC, Iași

Guțu Vladimir, membru, doctor habilitat în pedagogie, profesor universitar, USM, Chișinău

Platon Carolina, membru, doctor habilitat în pedagogie, profesor universitar, USM, Chișinău

Susținerea va avea loc la 6 noiembrie 2020, ora 12:00 în ședința Comisiei de susținere a tezei de doctor habilitat din cadrul Universității Pedagogice de Stat „Ion Creangă” din Chișinău, adresa: str. I. Creangă, nr. 1, bl. 2, sala Senatului.

Teza de doctor habilitat și rezumatul pot fi consultate la Biblioteca Științifică a Universității Pedagogice de Stat „Ion Creangă” din Chișinău și la pagina web a ANACEC (www.cnaa.md).

Rezumatul a fost expediat la 2 octombrie 2020.

Secretar științific al Comisiei de susținere a tezei
doctor în psihologie, conferențiar universitar

Losîi Elena

Autor

doctor în psihologie, conferențiar universitar

Racu Iulia

© Racu Iulia, 2020

REPERE CONCEPTUALE ALE CERCETĂRII

Actualitatea și importanța temei abordate. În secolul în care trăim crește semnificativ importanța studierii anxietății. Complexitatea problemelor pe care le impune studierea anxietății sunt multiple și sunt din ce în ce mai mult semnalate și evidente atât la nivel global, cât și la nivel național.

O realitate îngrijorătoare a momentului conform Organizației Mondiale a Sănătății este numărul mare de persoane afectate de manifestări din spectrul anxietății și depresiei care se află în creștere. Experții de la OMS menționează că „o problemă de proporții” în ceea ce privește creșterea semnificativă în viitor a adulților cu probleme de sănătate mintală va apărea dacă nu se iau măsuri urgente pentru a ajuta copiii și adolescenții care astăzi prezintă manifestări de anxietate [19, 20].

Studiile metaanalitice sugerează că anxietatea în rândul populației generale a crescut semnificativ în ultimii 40 de ani. Rezultatele expuse sunt valabile și pentru populația reprezentată de copii și adolescenți. Astfel, cu toate cele expuse în ultimii ani un obiectiv prioritar al politicilor de sănătate mentală pe mapamond este starea de bine emoțională și socială a copiilor și adolescenților [19].

Prezența anxietății precum și dezechilibrele la nivelul stării de bine și a sănătății mentale a omului sunt determinate de *noile realități*: schimbările profunde și importante în viața societății și a omului în particular: dezvoltarea tehnologiilor moderne, computerizarea, excesul de informații, impactul mass-mediei, al internetului și al rețelelor sociale [12, 13, 17].

Pe lângă transformările deja evidențiate, în Republica Moldova mai există și alte fenomene foarte larg răspândite care sunt considerate o dramă a timpurilor moderne – migrația masivă a populației tinere la muncă peste hotare – ceea ce duce la dezintegrarea familiei și la creșterea considerabilă a numărului de divorțuri și respectiv, al familiilor monoparentale. Totodată schimbările întâlnite acum afectează și familia completă. Problemele cu care se confruntă părinții sunt multiple și din ce în ce mai grave: dezorientarea și/sau confuzia, trăirea acută a stărilor de singurătate și deprimare, insecuritatea socială, situațiile limită, dificultățile de relaționare, conflictualitatea frecventă între soți, violența verbală și fizică [13, 14]. Consecințele fenomenelor descrise implică creșterea numărului de copii și adolescenți privați de afectivitate, dragoste, protecție și securitate parentală declanșând, o dezvoltare nefavorabilă a afectivității. În aceste condiții, nu este de mirare că asistăm la o creștere fără precedent a problemelor de sănătate mintală și psihosociale, inclusiv anxietatea [17].

Anxietatea debutează în copilărie și este prezentă pe parcursul întregii vieți. La copii și adolescenți anxietatea se manifestă diferit față de adulți [22]. Anxietatea este una din problemele emoționale cel mai frecvent întâlnite la copii și adolescenți, reprezentând de asemenea, și principala cauză pentru care copiii și familiile acestora solicită ajutor în cadrul serviciilor de sănătate mintală [10].

Dintre toate trăirile negative ale copilului și adolescentului, anxietatea ocupă un loc aparte, deseori ducând la inhibarea comportamentului, la subminarea resurselor proprii, la scăderea capacității de învățare, a productivității activității, la dificultăți în comunicare și a funcționării sociale [17]. Mai mult de atât la copiii și adolescenții cu anxietate, adesea, se evidențiază și alte probleme de sănătate emoțională și comportamentale: tulburări de deficit de atenție, hiperactivitate și depresie, etc.

Cursul dezvoltării anxietății nu este unul încurajator, există dovezi empirice care susțin ideea că anxietatea manifestată în copilărie și adolescență continuă și persistă de cele mai multe ori și la vârsta adultă. Este important să evidențiem și să intervenim timpuriu în cazul anxietății aceasta fiind benefic pentru funcționarea adulților. Anxietatea netratată la timp, se poate intensifica și va fi prezentă ca manifestare clinică și cel mai frecvent va condiționa și apariția depresiei.

Descrierea situației în domeniul de cercetare și identificarea problemei de cercetare.

Problema anxietății tot mai frecvent devine subiect de cercetare în cadrul științelor contemporane cum ar fi: medicina, fiziologia, filosofia, sociologia, psihiatria și psihologia. În psihologie, problema anxietății a suscitat interesul multor cercetători și anume: A. Adler, B. M. Астапов, D. Ausubel, D. Barlow, R. Cattell, C. Ciofu, Б. И. Кочубей, R. Doron, A. Freud, S. Freud, E. Fromm, Г. Ш. Габдреева, K. Goldstein, Ю. Л. Ханин, I. Holdevici, K. Horney, C. Izard, M. Ю. Колпакова, G. Kelly, H. Liddell, R. Martens, R. May, I. Mitrofan, E. B. Новикова, F. Parot, И. П. Павлов, F. Perls, P. Popescu-Neveanu, A. M. Прихожан, W. Reich, F. Robinson, V. Robu, C. Rogers, Ch. Spielberger, H. Sullivan, B. B. Суворова, U. Șchiopu, J. Watson, J. Wolpe și A. И. Захаров, ș. a. [13, 14].

Tot mai frecvente în psihologia contemporană sunt cercetările cu referire la anxietatea caracteristică copiilor și adolescenților. Contribuții importante și valoroase în acest domeniu reprezintă investigațiile realizate de B. M. Астапов, A. Vacus, E. Bourne, Б. И. Кочубей, J. Eckersleyd, A. Iordan, D. Keating, A. B. Микляева, I. Mitrofan, A. Munteanu, M. Neagoe, E. B. Новикова, D. Papalia, G. Pănișoară, A. M. Прихожан, L. Reid, П. В. Румянцева, U. Șchiopu, E. Verza, A. И. Захаров ș.a. [13, 14, 17].

Rezultatele studiilor consacrate anxietății în copilărie și adolescență sunt incontestabile. Majoritatea investigațiilor din domeniu sunt orientate spre stabilirea nivelului de anxietate la copii și adolescenți (G. Adams, M. Berzonsky, D. Keating, A. B. Микляева, A. M. Прихожан, П. В. Румянцева). Unele cercetări reprezintă fragmentar tipurile de manifestare a anxietății la copii și adolescenți (B. M. Астапов, M. Boza, F. Golu, Б. И. Кочубей, E. B. Новикова, G. Pănișoară, D. Petrovăi, A. M. Прихожан, L. Reid, V. Robu, Ch. Spielberger, R. Vrasti) și doar episodic descriu implicațiile anxietății în alte variabile psihologice (predictori temperamental, aptitudinile intelectuale, emoții, autoaprecierea și nivelul de aspirații) (I. Holdevici, R. Holic, I. Țincaș, L. Vasilescu) și particularitățile de personalitate ale copiilor și adolescenților anxioși (R. Duskin Feldman, J. Eckersleyd, P. Galimard, D. Papalia, A. M. Прихожан, L. Reyd, S. Wendkos Olds) [13, 14].

Deși în literatura de psihologie internațională, anxietatea este în atenția cercetătorilor încă de la începutul secolului trecut, în preocupările cercetătorilor din țara noastră a pătruns relativ recent. Propria teză de doctor „Anxietatea la preadolescenții contemporani și modalități de diminuare” cuprinde: analiza dinamicii, a specificului, a tipurilor și surselor anxietății preadolescenților din Republica Moldova, evidențiază particularităților de personalitate a preadolescenților cu anxietate accentuată, precum și un program complex de intervenție psihologică orientat spre diminuarea anxietății școlare la copiii de 10 – 12 ani. Demersul experimental realizat a permis conturarea unui portret psihologic complex al preadolescentului anxios care este binevenit în asigurarea procesului de dezvoltare armonioasă a acestuia [14].

În Republica Moldova anxietatea a fost investigată de N. Toma, în teza de doctor „Particularități ale interacțiunii anxietate academică – stiluri cognitive la studenți”, autoarea prezintă și stabilește particularitățile interacțiunii anxietate academică și stilurile cognitive la studenți, precum propune și descrie modalitățile de diminuare / reglare a anxietății prin mecanisme psihologice și educaționale [21].

Totodată în studiile realizate de autorii P. Jelescu au fost identificate și descrise alte dimensiuni ale anxietății cum ar fi: neliniștea apare în contextul complexului negării la copil [5], iar A. Verdeș menționează că anxietatea ridicată a preadolescenților este condiționată de specificul comunicării și interacțiunii preadolescentului cu adultul din familia temporar dezintegrată, precum și de modul de educație și interacțiune autoritară din școala internat [23].

Urmărind cele expuse, constatăm insuficient investigată problema anxietății în copilărie și adolescență *în contextul noilor realități sociale*. Cele expuse generează **problema cercetării** care constă în formularea răspunsului la următoarea întrebare: *Cum poate fi fundamentată*

teoretic și experimental anxietatea și diminuarea acesteia la diferite etape de vârstă în contextul noilor realități sociale?

Scopul cercetării constă în *fundamentarea teoretică și experimentală a fenomenului anxietății la diferite etape de vârstă în contextul noilor realități sociale, precum și configurarea unui model nou de intervenții psihologice orientat la diminuarea anxietății la preșcolari prin prisma implicațiilor asupra factorilor care o condiționează și cu posibilitate de extindere a acestuia și la alte vârste.*

Scopul cercetării și-a găsit reflectare în următoarele **obiective**:

1. analiza și studierea literaturii de psihologie cu privire la anxietate, la metodele și instrumentele de diagnosticare a anxietății și corelatelor acesteia și la tehnicile, procedeele și modalitățile de diminuare a anxietății;
2. evidențierea diferențelor de gen și de vârstă în manifestarea anxietății și a tipurilor de anxietate la copii și adolescenți;
3. stabilirea caracteristicilor de gen și de vârstă în manifestarea anxietății școlare / anxietății academice și factorilor anxietății școlare la elevii mici, preadolescenți și adolescenți;
4. identificarea factorilor psihosociali (componența familiei și climatul familial) și a celor individuali (autoapreciere, încredere în sine, curajul social, inițierea contactelor sociale) determinanți ai anxietății în preșcolaritate, în școlaritatea mică, în preadolescență și adolescență;
5. identificarea trăsăturilor de personalitate caracteristice școlarilor mici, preadolescenților și adolescenților cu nivele distincte de anxietate;
6. elaborarea, implementarea și evaluarea eficienței programului de intervenții psihologice în vederea diminuării anxietății la preșcolari;
7. elaborarea concepției științifice cu referire la dezvoltarea anxietății la copii și adolescenți în contextul noilor realități sociale.

Suportul teoretic al cercetării vizează: *teoriile privind anxietatea* (B. M. Астапов, R. Cattell, I. Holdevici, A. M. Прихожан, Ch. Spielberger); *teoriile privind tipurile de anxietate* (R. Cattell, Ю. Л. Ханин, А. В. Микляева, В. Phillips, A. M. Прихожан, V. Robu, П. В. Румянцева, Ch. Spielberger); *concepțiile psihologice privind particularitățile și specificul vârstei preșcolare, școlare mici, preadolescente și adolescente* (A. Bacus, E. Badea, F. Golu, D. Papalia, G. Pănișoară, I. Racu, U. Șchiopu, E. Verza, F. Verza, Л. С. Выготский) și *investigațiile cu privire la anxietate în preșcolaritate, școlaritatea mică, preadolescență și*

adolescență (G. Adams, M. Berzonsky, P. Gallimard, B. M. Астапов, J. Eckersleyd, L. Mitrofan, G. Pănișoară, A. M. Прихожан, L. Reid, U. Șchiopu, A. Verdeș).

Metodologia cercetării științifice derivă din scopul și obiectivele demersului constativ și formativ și se constituie din metode teoretice (analiza și sinteza literaturii de specialitate; metoda ipotetico-deductivă pentru interpretarea și explicarea rezultatelor obținute în cercetare); metode empirice (observația, convorbirea, testul, inventarul și chestionarul, experimente de constatare și de control, intervenții psihologice); metode matematice și statistice (metoda calculării coeficientul de corelație liniară Pearson, testul U Mann–Whitney, testul χ^2 , testul T – Student și testul Wilcoxon).

Noutatea și originalitatea rezultatelor cercetării constă în:

1. fundamentarea teoretică și experimentală a fenomenului anxietății la diferite etape de vârstă în contextul noilor realități sociale axată pe investigarea diferențelor de gen și de vârstă în manifestarea anxietății (anxietății școlare / anxietății academice), a factorilor psihosociali și individuali determinanți ai acesteia și a trăsăturilor de personalitate ale copilului și adolescentului anxios;
2. edificarea unei definiții cu caracter integrator al conceptului de anxietate dedus din analiza abordărilor și explicațiilor existente menite să realizeze o reconsiderare a tuturor definițiilor;
3. stabilirea caracterului specific al anxietății, redimensionarea modalităților de manifestare a anxietății (anxietatea situațională și anxietatea ca trăsătură), evidențierea interacțiunii integrative a factorilor determinanți ai acesteia și a particularităților modelării trăsăturilor de personalitate în contextul dezvoltării de la preșcolaritate la adolescență;
4. conceptualizarea unui model psihodiagnostic pentru studiul integrat și profund al anxietății și a corelatelor acesteia la diferite etape ale dezvoltării;
5. prospectarea unui portret psihologic al copilului și adolescentului cu anxietate bazat pe o abordare integrativă a legităților și mecanismelor constitutive ale anxietății și corelatelor acesteia.
6. conceperea și validarea unui nou model de intervenții psihologice orientat la diminuarea anxietății la preșcolari prin prisma implicațiilor asupra factorilor care o condiționează și cu posibilitate de extindere a acestuia și la alte vârste.

Rezultatele științifice care au condus la dezvoltarea unei noi direcții de cercetare constau în aceea că în premieră a fost fundamentată o viziune holistică a anxietății în contextul noilor realități sociale dedusă din abordarea de vârstă, de gen și a factorilor determinanți ai acesteia (factori psihosociali și cei individuali). Am elucidat complex fenomenul anxietății prin

integrarea caracteristicilor de gen și de vârstă distincte în evoluția și natura acesteia. De asemenea am fundamentat anxietatea prin prisma investigației modului distinct de manifestare a acesteia (anxietatea situațională: neliniști, temeri și frici la preșcolari și școlarii mici, anxietatea școlară / anxietate academică la elevii mici, preadolescenți și adolescenți și anxietatea – trăsătură la preadolescenți și adolescenți). Am stabilit și caracterul specific al anxietății în contextul integrativ a interacțiunii factorilor familiali (structura familiei și climatul familial) și a componentelor personalității (autoaprecierea, încrederea în sine, curajul social și inițierea contactelor sociale). Din categoria rezultatelor noi mai face parte și elaborarea portretului psihologic al copilului și adolescentului cu anxietate care constituie criteriile de recunoaștere a anxietății la aceștia. Un loc aparte l-a avut proiectarea, organizarea și desfășurarea modelului inovativ de intervenții psihologice în vederea diminuării anxietății orientat la factorii psihosociali și individuali care o condiționează prin includerea adulților importanți din viața preșcolarului: părinți și educatori în sesiuni informative și dezvoltative și favorizarea dezvoltării componentelor personalității preșcolarului (conștiința de sine: autoaprecierea și încrederea în sine). Originalitatea rezultatelor obținute în cadrul prezentei cercetări au determinat crearea unei direcții științifice noi: ***Abordarea integrată a cercetării anxietății la diferite etape de vârstă.***

Semnificația teoretică a investigației este relevată de:

- fundamentarea unei teorii a anxietății care are la bază: definirea și conceptualizarea holistică a acesteia de la preșcolaritate la adolescență din perspectivă de gen, de vârstă, a modalităților distincte de manifestare, a sintezei factorilor determinanți (psihosociali și individuali) și a modificărilor în trăsăturile de personalitate;
- conceptualizarea fenomenului anxietății prin prisma legităților și mecanismelor explicative ale acesteia ca parte integrantă a dezvoltării sferei afective și a personalității copiilor și adolescenților;
- fundamentarea demersului de dezvoltare a afectivității și a elementelor cheie ale personalității preșcolarului orientat la diminuarea anxietății cu extinderea acestuia și la vârstele ulterioare de dezvoltare;
- dezvoltarea unei noi teorii cu privire la anxietate la copii și adolescenți împreună cu modelul psihodiagnostic și cel de intervenții psihologice propuse pentru evaluarea și diminuarea anxietății completează și îmbogățesc bazele teoretice ale științei psihologice cu cunoștințe ample.

Valoarea aplicativă a lucrării este desemnată de:

- conceptualizarea unei metodologii de diagnosticare și examinare a anxietății ce poate fi extinsă și în investigarea sferei afective și cea a personalității aplicabilă la nivel individual și de grup la copii și adolescenți;
- validarea modelului de intervenții psihologice bazat pe implicațiile asupra factorilor condiționali ai anxietății constituit din tehnici expresiv-creative și exerciții de relaxare, meditații și alte tipuri de practici de tip mindfulness pentru diminuarea într-o manieră originală și inovativă atât a anxietății cât și a diverselor probleme în aria sferei afective și cea a personalității la preșcolari și copiii de altă vârstă;
- posibilitatea, demonstrată experimental, de valorificare în sistemul național de asistență psihologică a modelului psihodiagnostic și cel de intervenții psihologice în vederea studiului și diminuării anxietății la diferite etape de vârstă;
- evidențierea particularităților anxietății și a problematicii corelate cu aceasta permite determinarea direcțiilor esențiale de optimizare a dezvoltării emoționale și a personalității copiilor și adolescenților;
- formularea unui set de recomandări pentru părinți și cadre didactice cu referire la diminuarea anxietății și a problemelor adiacente la copii și adolescenți;
- rezultatele experimentale și concluziile cercetării pot fi utilizate la reconsiderarea ideilor și concepțiilor existente cu privire la dezvoltarea sferei afective la diferite etape de vârstă precum și elaborarea compartimentelor Dezvoltarea psihică și formarea personalității în preșcolaritate, școlaritatea mică, preadolescență și adolescență în contextul disciplinei Psihologia dezvoltării și a standardelor privind examinarea anxietății și diminuarea acesteia în instituțiile de învățământ.

Rezultatele științifice principale înaintate spre susținere:

1. Anxietatea este frecvent întâlnită la copii și adolescenți și cunoaște o dezvoltare particulară în funcție de vârstă, gen și schimbări în factorii psihosociali și individuali și este însoțită de configurări în trăsăturile de personalitate, cu manifestări mai accentuate în preșcolaritate și o incidență mai mare în rândul fetelor.
2. Anxietatea la copii și adolescenți se manifestă în două dimensiuni: anxietatea situațională și anxietatea ca trăsătură. Întâlnim anxietatea situațională la preșcolari, școlari mici, preadolescenți și adolescenți, iar anxietatea ca trăsătură apare și se manifestă în preadolescență și adolescență. Anxietatea situațională este comună în preșcolaritate și școlaritatea mică și ia forma neliniștilor, temerilor și fricilor distincte existente la aceste vârste și este determinată de situații, circumstanțe și evenimente noi și schimbătoare.

Prezența anxietății situaționale în preșcolaritate, școlaritatea mică și începutul preadolescenței condiționează dezvoltarea anxietății ca trăsătură la preadolescenți și adolescenți.

3. Anxietatea școlară / anxietatea academică este comună pentru elevii mici, preadolescenți și adolescenți. Caracterul specific al anxietății școlare / anxietății academice este conturat de gen, vârstă și situația socială de dezvoltare. AȘ prezintă o intensitate mai ridicată la elevii mici și cu o prevalență mai mare în rândul fetelor. Creșterea anxietății școlare este condiționată de implicațiile factorilor psihosociali (trăirea stresului social, frica de a nu corespunde exigențelor celor din jur și problemele și relațiile cu profesorii) și factorilor individuali (frustrarea necesității de atingere a succesului, frica de autoafirmare, frica de situațiile de verificare a cunoștințelor și rezistența fiziologică joasă la stres).
4. Anxietatea la copii și adolescenți este determinată de o serie de factori aflați într-o interdependență dinamică: factorii psihosociali (componența familiei și climatul familial) și factorii individuali (autoapreciere, încredere în sine, curajul social, inițierea contactelor sociale).
5. Nivelul anxietății la copii și adolescenți este dependent de o paletă extrem de largă de factori, particularități și condiții: familia temporar dezintegrată, familia monoparentală, caracteristicile climatului familial (situația socială de dezvoltare), transformările în conținutul componentelor personalității (autoapreciere, încredere în sine, curajul social) și experiența de comunicare cu semenii.
6. Prezența anxietății la copii și adolescenți produce modificări în personalitate generând următoarele trăsături distincte: rezervă, rigiditate, încordare, frustrare, agitație, iritare, surmenaj, caracter emotiv, dependență și imaturitate afectivă, nestatornicie, impresionabilitate, sensibilitate, prudență excesivă, timiditate, atitudine timorată, sentimente de inferioritate, neîncredere în forțele proprii, exprimare nesigură și reținută, sensibilitate exagerată, necesitatea aprobării grupului, supunere și modestie.
7. Intervențiile psihologice special organizate în mediul educațional pot să influențeze pozitiv asupra dezvoltării afectivității preșcolarului favorizând dezvoltarea deprinderilor emoționale pozitive, elementelor cheie ale conștiinței de sine, dezvoltarea comportamentului independent, activ, încrezător și curajos, eliminarea inhibițiilor și prin aceasta să contribuie la reducerea anxietății.

Implementarea rezultatelor științifice. Rezultatele teoretico-experimentale au fost implementate în cadrul programelor de stat și proiectelor naționale *Aspecte psihosociale ale*

securității psihologice și manifestările ei în plan social la copii (2020 –), Formarea inițială și continuă a psihologilor în domeniul protecției copilului față de violență (2015 – 2019) și Formarea competențelor de ordin psihologic în procesul de instruire inițială și continuă a psihologilor (2011 – 2014), în cadrul programelor de mobilitate internațională Erasmus + (Universitatea din Granada, Spania, 2018, Universitatea Kingston din Londra, Marea Britanie, 2019), în procesul didactic de pregătire și formare a studenților, masteranzilor și doctoranzilor la facultățile de psihologie din instituțiile superioare de învățământ, în cadrul cursurilor de formare continuă și în cadrul seminarelor științifico-metodice cu psihologii, consilierii școlari și cadrele didactice.

Aprobarea rezultatelor cercetării. Rezultatele cercetării au fost discutate și aprobate în cadrul ședințelor Catedrei Psihologie a Universității Pedagogice de Stat „Ion Creangă” din Chișinău. Valoarea științifică a studiului a fost prezentată și confirmată la conferințele internaționale și naționale: Conferință științifică *Probleme actuale ale Științelor Socioumanistice și Modernizării Învățământului*, Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă”, (2011, 2012, 2013, 2015, 2016, 2017, 2019, 2020) Chișinău, Moldova; Conferința științifică internațională *Institutul de Științe ale Educației: istorie, performanțe, personalități*, IȘE, 20 – 21 octombrie 2016, Chișinău, Moldova; Conferința internațională E-TEAM PSYCHOLOGY *Împărtășirea ideilor și a experienței studențești cu privire la viitorul cercetării*, Universitatea „Alexandru Ioan-Cuza” din Iași, 8 – 11 decembrie 2016, Iași, România; Conferința științifico-practică internațională dedicată aniversării de 26 de ani de la fondarea Universității de Stat din Comrat *Știință, educație, cultură*, Universitatea de Stat din Comrat, 10 februarie 2017, Comrat, Moldova; Simpozionul interjudețean *Singur acasă*, Ediția a IV-a, Centrul școlar de educație incluzivă, 9 iunie 2017, Suceava, România; Simpozionul Național cu participare internațională *KREATIKON: Creativitate-Formare-Performanță*, Iași, Chișinău (2013, 2015, 2017, 2018) Iași, România, Chișinău, Moldova; Conferința științifică internațională *Perspectivelor și problemele integrării în Spațiul European al Cercetării și Educației*, Universitatea de Stat „Bogdan Petriceicu Hajdeu” din Cahul, 7 iunie 2018, Cahul, Moldova; Conferința științifico-practică națională cu participare internațională *Formarea Continuă și inițială a psihologilor în domeniul protecției copilului față de violență*, Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău, 26 octombrie 2018, Chișinău, Moldova; Conferința națională științifico-practică *Tendințe moderne în psihologia practică modernă*, Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă”, 8 decembrie 2018, Chișinău, Moldova; Conferința științifică internațională *Psihologia în mileniul III: provocări și soluții*, Universitatea de Stat „Alecu Russo” din Bălți, 25 octombrie

2019, Bălți, Moldova; Conferința științifică națională cu participare internațională *Integrare prin cercetare și inovare*, USM, 7 – 8 noiembrie 2019, Chișinău, Moldova.

Publicațiile la tema tezei: 74 de lucrări științifice: dintre care: 2 monografii, 1 capitol în monografie, 8 articole în ediții științifice internaționale, 11 articole în reviste științifice, 43 articole în lucrările conferințelor și altor manifestări științifice, 1 manual, 2 suporturi de curs și 6 ghiduri.

Volumul și structura tezei. Teza cuprinde adnotările, lista abrevierilor, introducere, șapte capitole, concluzii generale și recomandări, bibliografie din 276 de titluri, anexe și este perfectată pe 256 pagini, inclusiv 84 de figuri și 57 tabele.

Cuvinte-cheie: anxietate, tipurile de anxietate, anxietate școlară / anxietate academică, familie, climat familial, autoapreciere, încredere în sine, trăsături de personalitate, vârsta preșcolară, vârsta școlară mică, vârsta preadolescentă și vârsta adolescentă.

CONȚINUTUL TEZEI

În **INTRODUCERE** se argumentează actualitatea și importanța temei de cercetare, sunt formulate scopul, obiectivele și ipotezele investigațiilor, sunt explicate și fundamentate suportul teoretic conceptual și metodologic al cercetării și se prezintă o caracterizare succintă a lucrării.

Capitolul 1 intitulat „**ANXIETATEA: CADRU TEORETIC**” prezintă fundamentarea teoretică a anxietății prin: examinarea delimitărilor conceptuale ale anxietății și teoriilor explicative considerate relevante problematicii, sinteza principalelor modificări ce însoțesc anxietatea pe plan biosomatic, fiziologic și psihologic, descrierea nivelelor de intensitate și a tipurilor de manifestare ale anxietății. De asemenea, în același capitol am realizat sinteza privind caracteristicile anxietății la preșcolari, școlarii mici, preadolescenți și adolescenți integrând aspecte referitoare dezvoltării domeniului fizic, cognitiv și psihosocial.

Sinteza literaturii științifice de ultimă oră reflectă că anxietatea reprezintă un fenomen complex și dinamic gravat de neliniște, agitație, tensiune, frică, nesiguranță, îngrijorare nejustificată, care se manifestă fie ca stare ce apare în anumite circumstanțe de obicei de o durată limitată de timp, ce se poate întâlni în viața fiecărui om, fie ca trăsătură de personalitate ce este relativ constantă, stabilă și nu depinde de factorii și circumstanțele vieții exterioare [12, 14, 17].

Analiza amplă a concepțiilor cu privire la transformările care se produc în organismul celui care resimte anxietatea evidențiază următoarele modalități și nivelele de manifestare ale acesteia. Prezența anxietății trădează un număr de transformări la nivel biologic, afectiv, cognitiv și comportamental. Din modalitățile de manifestare a anxietății se evidențiază stările subiective care includ sentimentul de neajutorare, neîncrederea în sine, lipsa energiei în fața factorilor

externi care apar ca exagerați și amenințători, teama difuză față de un pericol real sau imaginar, așteptarea unui insucces etc. și manifestările comportamentale ce cuprind activitate dezorganizată, performanțe diminuate față de cele obișnuite și tendințe de a depăși disconfortul prin „mecanisme de apărare”. Nivelele de manifestare ale anxietății sunt: anxietate redusă, anxietatea moderată și nivel ridicat de anxietate [12, 13, 14, 17].

Cele mai importante clasificări privind tipurile de anxietate reliefează: anxietatea – stare, anxietatea – trăsătură, anxietatea școlară / anxietatea academică [26, 30, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39].

Demersul științific cu privire la anxietatea la copii și adolescenți, indică faptul că anxietatea reprezintă una dintre cele mai frecvente probleme emoționale la copii și adolescenți, cu consecințe negative, dificil de perceput imediat, asupra stării de bine a copilului și asupra funcționării lui de zi cu zi [1, 9, 15, 24]. Cele mai evidente consecințe negative ale anxietății care interferează cu calitatea vieții copilului sunt nivelul de autonomie în activitățile de zi cu zi, este afectată negativ performanța școlară, implicarea în oportunități de dezvoltare, școlare și extra-școlare, încrederea în sine, capacitatea de a dezvolta relații de prietenie, precum și satisfacția cu privire la propria viață [9, 14, 21].

Abordarea și examinarea cursului ontogenetic al anxietății prezintă că anxietatea se întâlnește încă din primul an de viață al copilului, iar tipurile de manifestare ale anxietății se modifică de la o vârstă la alta. Bebelușii trăiesc anxietatea de străini și de separare. Aceste tipuri de anxietate se păstrează și la copiii mai mari. Preșcolarii manifestă alte tipuri de anxietate, griji și preocupări ce țin de animale, întuneric, doctori, creaturi și anumite situații particulare. La elevii mici se întâlnește frica și fobia școlară. Situații cum ar fi: divorțul părinților, separarea de părinți, precum și diverse răniri și pericole fizice determină prezența anxietății la școlarii mici. Și transformările prin care trec preadolescenții generează anxietate. Astfel preadolescenții trăiesc anxietatea produsă de modificările fizice, dezvoltarea identității, comunicarea și relațiile pe care le au cu părinții, semenii, colegii și preadolescenții de sex opus. Anxietatea adolescenților este legată de aspectul fizic, dezvoltarea și constituirea identității, școală, viitor, relațiile cu părinții, cu alți adolescenți și interacțiunea cu sexul opus [1, 9, 10, 17, 22].

Investigarea literaturii de psihologie scoale în evidență că nivelele ridicate ale anxietății relaționează cu o etiologie pluridimensională ce cuprinde carențe la nivelul interrelațiilor existente în familie și cu particularitățile componentelor personalității care sunt în proces de dezvoltare pe parcursul copilăriei și adolescenței [14, 17].

Capitolul 2 intitulat „**METODOLOGIA STUDIULUI ANXIETĂȚII LA COPII ȘI ADOLESCENȚI**” cuprinde prezentarea scopului, obiectivelor, ipotezelor și eșantionul de cercetare, precum și descrierea detaliată a testelor și inventarelor administrate la copii și adolescenți.

Eșantionul de cercetare a cuprins **792 de copii** de diferită vârstă dintre care: **152 de preșcolari** cu vârsta cuprinsă între 4 și 7 ani, **170 de școlari mici** cu vârsta cuprinsă între 7 și 11 ani, **320 de preadolescenți** cu vârsta cuprinsă între 10 și 15 ani și **150 de adolescenți** cu vârsta cuprinsă între 16 ani și 18 ani.

Pentru experimentul de constatare lansăm următoarea ipoteză generală: *Manifestarea și nivelele anxietății la copii și adolescenți sunt determinate de gen, de vârstă, de condițiile sociale de dezvoltare, influențează particularitățile personalității și își au specificul lor pentru fiecare etapă de vârstă.*

Pentru investigațiile derivate din scopul, obiective și ipoteza lansate pentru experimentul de constatare am ales o serie de teste, inventare și chestionare care să examineze și să aprecieze cât mai autentic anxietatea și corelatele acesteia la copii și adolescenți: Testul de anxietate pentru copii R. Temml, V. Amen și M. Dorca, Testul propoziții neterminate (А. И. Захаров), Scala de manifestare a anxietății la copii, Scala fobiilor pentru copii Ollendick, Scala de manifestare a anxietății Taylor, Inventarul de expresie a anxietății ca stare și ca trăsătură, Tehnica de diagnosticare a nivelului anxietății școlare Phillips, Chestionarul de evaluare a anxietății academice de Alpert – Harber, Testul Desenul familiei, Tehnica „Scărița” В. Шыр, Tehnica de studiere a autoaprecierii la preadolescenți Дембо-Рубинштейн (variante А. Прихожан), Testul de studiere a încrederii în sine (В. Помек), Chestionarul pentru copii CPQ și Chestionarul 16 PF Cattel (Forma C).

Capitolul 3 „**STUDIUL ANXIETĂȚII LA PREȘCOLARI**” fundamentează anxietatea la preșcolari prin evidențierea caracteristicilor anxietății (neliniștilor și temerilor) la preșcolarii în dependență de gen și de vârstă, precum și a factorilor psihosociali (componența familiei, climatul familial) și individuali (autoaprecierea) ce determină anxietatea în preșcolaritate.

În intenția de a conceptualiza anxietatea la preșcolari prin punerea în lumină a caracterului specific al acesteia în dependență de gen și vârstă am administrat **Testul de anxietate pentru copii R. Temml, V. Amen și M. Dorca**. Rezultatele obținute pentru nivelele anxietății la preșcolari sunt ilustrate în figura 1.

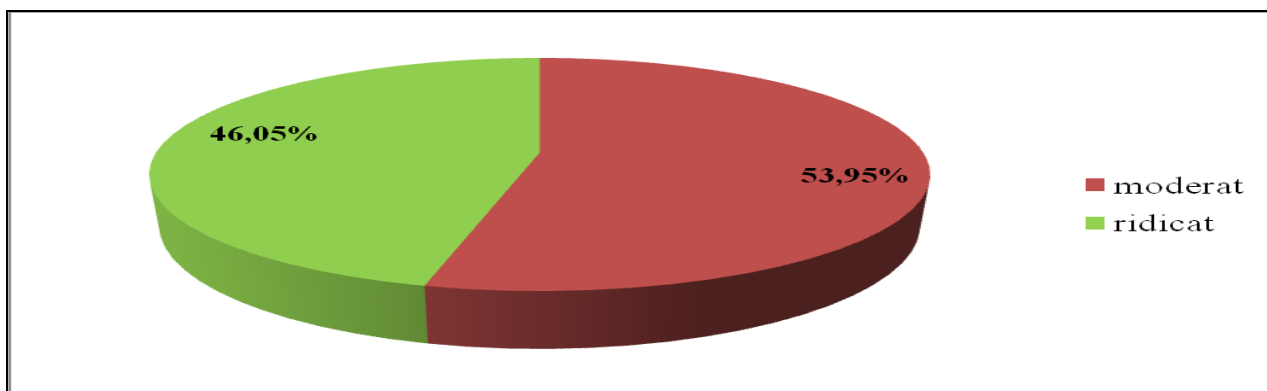


Fig. 1. Frecvențele pe nivele pentru anxietate la preșcolari

46,05% din preșcolarii investigați au obținut scoruri mari pentru anxietate, demonstrând nivel ridicat de anxietate. Vom afirma că preșcolarii cu nivel ridicat de anxietate trăiesc stări de neliniște, tensiune, frustrare și nervozitate permanente, manifestă fatigabilitate psihică, supărare, hipersensibilitate și neatenție. Combinată cu gestionarea defectuoasă a propriilor trăiri și emoții, adesea asistăm și la evitarea comunicării și socializării cu alții copii. Băieții și fetele înregistrează scoruri ridicate pentru anxietate (53,85% și 37,83%). Vom menționa că nu evidențiem diferențe de gen clare în manifestarea anxietății la preșcolari. Vom interpreta acest lucru că atât băieții cât și fetele sunt la fel de predispuși să resimtă anxietatea. Manifestarea anxietății la preșcolari se caracterizează prin conținut și sfere distincte. Băieții prezintă anxietate accentuată condiționată de vulnerabilitatea emoțională a acestora în contextul relațiilor cu părinții și a activităților cotidiene. Fetele prezintă disfuncționalități emoționale în situațiile ce țin de comunicarea cu semenii. Trăirea distinctă a experiențelor emoționale împreună cu procesul de identificare și diferențiere sexuală care continuă în preșcolaritate fundamentează lipsa diferențelor de gen în anxietate în această etapă. În plus, un posibil motiv al anxietății ridicate în aceeași măsură la băieți și fete, semnalat în baza observațiilor noastre, se dovedesc a fi schimbările ce țin de educația și componența familiei a fiecărui preșcolar, toate acestea combinate cu avansurile tehnologice afectează calitatea atașamentului și dezvoltarea emoțională și socială la preșcolari. Frecvența cea mai mare pentru nivelul ridicat de anxietate o observăm la preșcolarii de 6 ani și preșcolarii de 4 ani (47,05%, $U=110$, $p \leq 0,01$ și 45,94%, $U=78$, $p \leq 0,01$), fiind urmați de preșcolarii de 5 ani (41,81%) și preșcolarii de 7 ani (66,67% – 6 preșcolari). Preșcolarii de 4 ani și cei de 6 ani trăiesc cel mai ridicat nivel de anxietate. Nivelul anxietății denotă pe de o parte fragilitatea și labilitatea dezvoltării sferei afective și a personalității preșcolare la începutul vârstei, precum și a creșterii complexității lumii înconjurătoare și a extinderii și intensificării activităților în care sunt implicați preșcolarii mai mari. Vom explica anxietatea preșcolarilor și ca

manifestare vis-a-vis de unele modele și cerințe pe care nu reușesc să le cunoască, să le înțeleagă și să le accepte.

Fundamentăm anxietatea la preșcolari prin prisma modului ei de manifestare și anume AS fiind cauzată de circumstanțe și evenimente noi și schimbătoare. AS în preșcolaritate ia forma unor neliniști și temeri distincte. Examinarea neliniștilor și temerilor la preșcolari s-a realizat prin **Testul Propoziții neterminate (A. И. Зaxapов)**. Anxietățile, neliniștile și temerile pentru întregul eșantion precum și evoluția acestora în dependență de gen și de vârstă sunt prezentate în tabelul 1.

Tabelul 1. Anxietățile, neliniștile și temerile preșcolarilor

Anxietatea, neliniștea și teama	Frecvența						
	Total	Gen		Vârstă			
		Băieți	Fete	4 ani	5 ani	6 ani	7 ani
Teama de scene groaznice din filme	78,31	70,51	86,48	70,27	70,90	86,27	77,77
Teama de întuneric (teama de noapte)	75,65	76,92	74,32	81,08	67,27	80,39	77,77
Teama de a rămâne singur (teama de singurătate)	46,71	42,30	51,35	35,13	43,63	60,78	33,33
Teama de părinți / pedeapsa părinților	42,76	52,56	32,43	37,83	47,27	45,09	66,66
Teama de animale	38,81	37,17	40,54	35,13	45,45	39,21	11,11
Teama de a fi certat de părinți (în special de mama)	36,18	32,05	40,54	32,43	49,09	27,45	22,22
Teama de bătaie, lovituri și pișcături	34,21	34,61	33,78	29,72	34,54	37,25	33,33
Teama și neliniștea în situațiile certurilor între părinți	26,97	21,79	32,43	18,91	16,36	41,17	44,44
Teama de sunete stridente, de gălăgie, țipete și strigăte	22,36	24,25	20,27	32,43	20	19,60	11,11
Teama de coșmaruri și vise urâte	9,21	10,25	8,10	5,40	12,72	8,80	0
Teama de monștri	8,55	5,12	12,16	13,51	5,45	7,84	11,11
Teama de rău, răutate, oameni răi și copii răi	7,23	8,97	5,40	0	10,90	7,84	11,11
Anxietatea de separare (în special de mama)	6,57	7,69	5,40	2,70	9,09	7,84	0
Teama de medic, durere, injecții, medicamente	6,57	7,69	5,40	5,40	7,06	5,88	11,11
Teama de a sta în ungher	5,92	6,41	5,40	18,91	3,53	0	0
Teama de grădiniță, educatoare	5,92	8,97	2,70	8,01	5,45	3,92	11,11
Neliniștea și teama că nu se joacă nimeni cu copilul	3,28	2,56	4,05	0	3,53	1,96	22,22
Teama de fantome	3,28	6,41	0	5,40	5,45	0	0
Teama de a răspunde la activitățile de la grădiniță	2,63	3,84	1,35	2,70	1,81	3,92	0
Neliniște atunci când părinții sunt	2,63	1,28	4,05	0	0	5,88	11,11

neliniștiți (în special mama)							
Teama de furtună, zăpadă, vânt și foc	2,63	3,84	1,35	0	3,53	1,96	11,11
Teama de tristețe	1,97	2,56	1,35	0	0	5,88	0
Teama de frig	1,97	1,28	2,70	2,70	1,81	1,96	0
Teama de înălțime	1,31	2,56	0	0	0	1,96	11,11
Teama de tunel	1,31	2,56	0	0	0	3,92	0
Teama de cureaua lui tata	0,65	1,28	0	0	1,81	0	0
Teama de excavator	0,65	1,28	0	0	1,81	0	0
Teama de poliție	0,65	1,28	0	0	1,81	0	0
Teama de roboți	0,65	1,28	0	2,70	0	0	0

Perioada preșcolarității este marcată de anumite anxietăți, neliniști și temeri specifice. Copiii între 4 și 7 ani se confruntă frecvent cu următoarele anxietăți, neliniști și temeri: teama de scene groaznice din filme (78,31%), teama de întuneric (teama de noapte) (75,65%), teama de a rămâne singur (teama de singurătate) (46,71%), teama de părinți / pedeapsa părinților (42,46%), teama de animale (38,81%), teama de a fi certat de părinți (în special de mama) (36,18%) și teama de bătaie, lovituri și pișcături (34,21%). Băieții și fetele de vârstă preșcolară diferă în ceea ce privește anxietățile, neliniștile și temerile manifestate. La băieți prevalează teama de întuneric (teama de noapte) (76,92%), teama de părinți / pedeapsa părinților (52,56%, $\chi^2=6,2878$, $p\leq 0,05$), teama de bătaie, lovituri și pișcături (34,71%) și teama de sunete stridente, de gălăgie, țipete și strigăte (24,25%), în timp ce fetele trăiesc teama de scenele groaznice din filme (86,48%, $\chi^2=6,7394$, $p\leq 0,01$), teama de a rămâne singură (teama de singurătate) (51,35%), teama de animale, teama de a fi certat de părinți (în special de mama) (40,54%) și teama și neliniștea în situațiile certurilor de părinți (32,43%). Caracterul distinct al anxietăților, neliniștilor și temerilor în preșcolaritate se explică prin faptul că băieții și fetele manifestă comportamente încărcate de trăiri intense și descărcări emoționale, de explorare a realității a lumii adulților în mod diferit. Anxietățile, neliniștile și temerile de care dau dovadă preșcolarii sunt în corespundere cu vârsta acestora. Copiii de 4 ani trăiesc cel mai intens teama de întuneric (teama de noapte) (81,08%), teama de sunete stridente, de gălăgie, de țipete și strigăte (32,43%), și teama de a sta ungher (18,91%, $\chi^2=5,8336$, $p\leq 0,05$). Copiii de 5 ani se tem cel mai mult de a fi certați de părinți (în special de mama) (49,09%, $\chi^2=5,2246$, $p\leq 0,05$), teama de părinți / pedeapsa părinților (47,27%), teama de animale (45,45%) și teama de coșmaruri și vise urâte (12,72%). Preșcolarii de 6 ani prezintă frecvent teama de scene groaznice din filme (86,27%, $\chi^2=3,4241$, $p\leq 0,10$), teama de a rămâne singur (teama de singurătate) (60,78%, $\chi^2=5,628$, $p\leq 0,05$), teama și neliniștea în situațiile certurilor între părinți (41,17%, $\chi^2=4,8967$, $p\leq 0,05$, $\chi^2=8,0289$, $p\leq 0,01$) și teama de bătaie, lovituri și pișcături (37,25%). Odată cu schimbările, salturile și achizițiile noi în gândirea,

comportamentele și personalitatea preșcolarului identificăm și modificări în anxietățile, neliniștile și temerile copiilor.

Anxietatea la preșcolari a fost abordată integrativ prin evidențierea factorilor psihosociali (componența familiei și climatul familial (situația familială favorabilă, anxietate în familie, conflict în familie, simțul inferiorității și ostilitate în familie)) precum și celor individuali (autoaprecierea) care o condiționează. Inițial vom prezenta nivelele anxietății la preșcolarii din diferite tipuri de familie ca componență (familie completă, familie temporar dezintegrată și familie monoparentală).

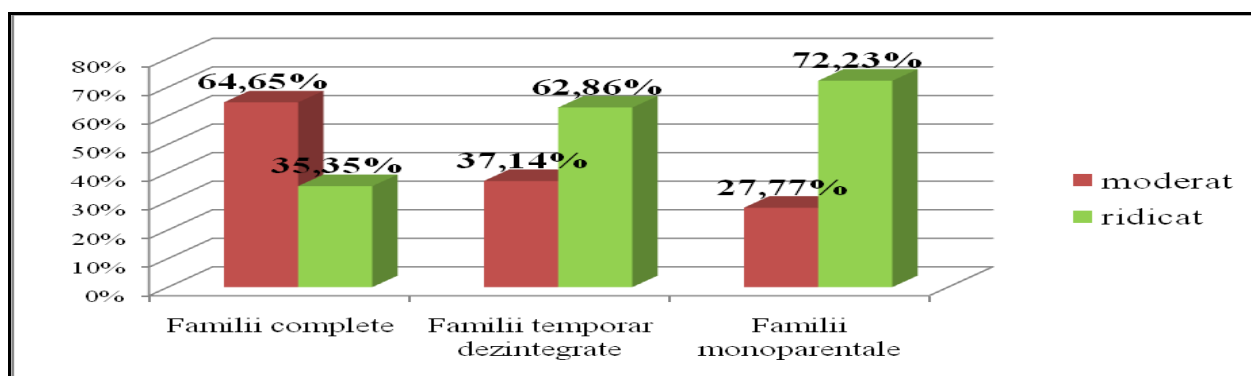


Fig. 2. Frecvențele pe nivele pentru anxietate la preșcolarii din diferite tipuri de familie

Preșcolarii din familii temporar dezintegrate (62,86%, $\chi^2=8,0024$, $p\leq 0,01$) și preșcolarii din familii monoparentale (72,23%, $\chi^2=8,5569$, $p\leq 0,01$) demonstrează anxietatea mai ridicată. Modificările din componența familiei atât de frecvente și spectaculare în ultimii ani afectează și schimbă modul și practicele de creștere și educație a copiilor pe mai multe dimensiuni. Preșcolarii studiați ce provin din familii temporar dezintegrate și familii monoparentale se confruntă cu riscul de a dezvolta diferite probleme, printre care: dificultăți de comunicare, relații slabe cu alți copii, neîncredere în sine, agresivitate, vulnerabilitate, neliniște și anxietate. Copiii preșcolari resimt mai puternic separarea de părinți și demonstrează o anxietate mai ridicată comparativ cu școlarii mici, preadolescenții și adolescenții incluși în studiu. Cu toate că familia temporar dezintegrată și familia monoparentală sunt factori determinanți a anxietății ridicate în preșcolaritate și în familii complete a fost identificat un număr mare de preșcolari cu anxietate ridicată, ceea ce ne permite să afirmăm că apariția anxietății nu întotdeauna depinde de componența structurală a familiei.

Alături de structura familiei, cele mai importante influențe exercitate de mediul familial asupra dezvoltării copilului vin din atmosfera căminului. Un factor care contribuie la atmosfera din familie constă în măsura în care aceasta este iubitoare și sprijinitoare sau măcinată de

conflicte. Interrelațiile între anxietate și caracteristicile climatului familial (**Testul Desenul familiei**) sunt ilustrate în tabelul 2.

Tabelul 2. Studiul corelației între anxietate și caracteristicile climatului familial după Pearson

Variabilele	Coeficientul de corelații	Pragul de semnificații
Anxietate / situația familială favorabilă	$r=-0,5722$	$p\leq 0,01$
Anxietate / conflict în familie	$r=0,4446$	$p\leq 0,01$

Anxietatea preșcolarilor este condiționată de climatul familial, atmosfera spirituală, interrelațiile ce se stabilesc între membrii adulți ai familiei (părinte – părinte), între adulți și copii (părinți – copii) și copii – copii și modul de comunicare care predomină. Nu toate familiile pot oferi un climat echilibrat, cald și afectiv preșcolarilor. Familia contemporană este caracterizată printr-un conglomerat de probleme și de situații care deseori sunt în detrimentul sufletului fragil al copilului și care pot condiționa anxietatea preșcolarilor. Mai mult decât atât, caracteristicile enumerate ale climatului familial inevitabil contribuie la apariția anumitor anxietăți, neliniști și temeri la preșcolari: teama de părinți / pedeapsa părinților, teama de a fi certat de părinți (în special de mama), teama de bătaie, lovituri și pișcături, teama și neliniștea în situațiile certurilor între părinți, teama și neliniștea atunci când părinții sunt neliniștiți (în special mama), teama de a sta în ungher și teama de cureaua lui tata.

Dezvoltarea anxietății la preșcolari poate fi explicată prin modificările în componentele personalității și anume în autoapreciere. La preșcolari cu nivel ridicat de anxietate predomină o autoapreciere foarte înaltă (50%, **Tehnica „Scărița” B. Илѣ**). Autoaprecierea foarte înaltă este influențată de nivelul slab de dezvoltare a reflexiei și compararea socială permanentă cu alți copii. Din felul cum se descriu preșcolarii reiese că ei mereu tind să se autoaprecieze astfel încât să fie ca ceilalți copii. Raportarea permanentă la alți copii poate potența creșterea anxietății în preșcolaritate.

Capitolul 4 **„STUDIUL ANXIETĂȚII LA ȘCOLARII MICI”** conceptualizează anxietatea la școlarii mici prin descrierea particularităților anxietății (neliniștilor, temerilor și fricilor) la școlarii mici în dependență de gen și vârstă, manifestarea anxietății școlare la elevii claselor primare în dependență de gen și de vârstă, sursele anxietății în școlaritatea mică și portretul de personalitate a școlarului mic cu nivel ridicat de anxietate.

Am fundamentat anxietatea la școlarii mici prin urmărirea și evidențierea particularităților acesteia în dependență de dimensiunile de gen și vârstă prin administrarea **Scalei de manifestare a anxietății la copii**. Nivelele anxietății la școlarii mici sunt ilustrate în figura 3.

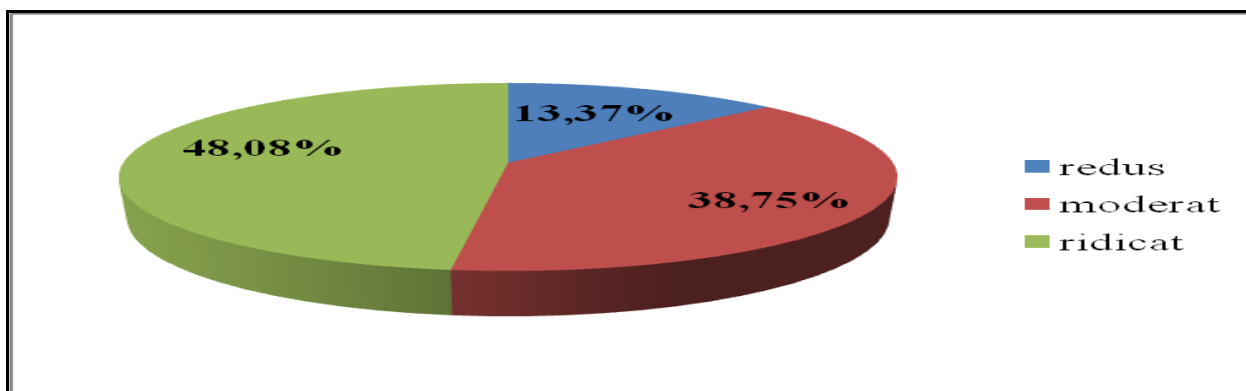


Fig. 3. Frecvențele pe nivele pentru anxietate la școlarii mici

Școlarii mici studiați în număr mare, ating scoruri înalte pentru anxietate care corespund nivelului ridicat de anxietate (48,08%). Școlarii mici cu nivel ridicat de anxietate dau dovadă de așa caracteristici cum ar fi: tensiuni în corp, emoții sau dureri de stomac, dureri de cap, au dificultăți de adormire, probleme de atenție și concentrare, sentimente de singurătate, îngrijorare, dependență de adulți, refuz de a merge la școală și neîncredere în sine. Se configurează faptul că băieții (47,04%) și fetele (50%, $U=353$, $p \leq 0,05$) de vârstă școlară mică manifestă nivel ridicat de anxietate. Fetele sunt mai predispuse spre anxietate. Prevalența anxietății la fete poate fi explicată printr-o anumită influență a sistemului nervos, susceptibilitatea mai mare a acestora în fața interacțiunii părinte-copil (stilul de comunicare, educația), starea psihologică a părinților în special a mamei (probleme emoționale, anxietate, depresie), precum și prin dificultățile și provocările din școală și a relațiilor cu semenii. În plus, băieții tind mai mult să nege că simt anxietate sau frică. Această diferență se accentuează și se menține și în perioadele ulterioare de dezvoltare, preadolescență și adolescență. Școlarii mici de 8 ani (49,02%, $U=77,5$, $p \leq 0,05$, $U=29,5$, $p \leq 0,05$) și cei de 9 ani (58,34%, $U=134$, $p \leq 0,01$) prezintă anxietate crescută comparativ cu școlarii mici de 10 ani (32,25%) și cei de 11 ani (62,50% – 5 școlari mici). Copiii la începutul școlarității mici se caracterizează prin incapacitatea de a percepe și înțelege în totalitate experiențele pe care aceștia le trăiesc și care par a fi amenințătoare, ceea ce conduce la intensificarea și accentuarea problemelor de anxietate. În plus, vom menționa faptul că copiii mici încă mai dau dovadă de abilități sociale și de coping inadecvate. Pe măsură ce înaintează în vârstă, școlarii mici, prin dezvoltarea gândirii și autoreglarea emoțională, pot lua în calcul mai multe aspecte ale situațiilor și pot reacționa mai rațional și mai adecvat la circumstanțele cotidiene. Ei deja învață ce le provoacă anxietatea și cum reacționează adulții la emoții de acest fel, și învață să se poarte în consecință.

Pentru a completa concepția anxietății la școlarii mici cu cunoștințe noi, am investigat fobiile caracteristice vârstei care vin să contureze prezența AS. Frecvențele pentru fobii (**Scala fobiilor pentru copii Ollendick**) la școlarii mici ani sunt prezentate în tabelul 3.

Tabelul 3. Fricile școlarilor mici

Fricile	Frecvența					
	Total	Băieți	Fete	9 ani	10 ani	11 ani
Moartea sau persoane decedate	75,64	76,92	74,35	76,35	73,52	62,50
Focul, fobia de a fi ars	66,66	66,66	66,66	66,66	61,76	62,50
A fi lovit de o mașină sau camion	60,25	35,89	84,61	52,94	67,64	75
A te molipsi de o boală gravă	55,12	58,97	51,28	43,58	58,82	62,50
A cădea de la înălțime	50	28,20	46,15	46,15	44,11	75
A auzi părinții certându-se	50	43,58	56,41	51,28	44,11	50
A te sufoca	48,71	38,46	58,97	48,71	47,05	37,50
Un hoț intrând în casă	47,43	33,33	61,53	38,46	44,11	87,50
A fi tăiat sau rănit	46,15	38,46	53,84	35,89	50	62,50
A avea rezultate joase la școală	43,58	43,58	43,58	33,33	44,11	75
Coșmarurile	39,74	33,33	46,15	48,71	26,47	37,50
A fi electrocutat	39,74	35,89	43,58	41,02	32,35	50
A te pierde într-un loc necunoscut	37,17	35,89	38,46	25,64	38,23	75
Armele	35,89	41,02	30,76	46,15	11,76	75
Urșii și lupii	35,89	20,51	51,28	25,64	41,17	50
Atacurile aeriene	34,61	28,20	41,02	30,76	41,17	12,50
Șopârle și șerpi	32,30	17,94	66,66	35,29	47,05	62,50
Păianjeni	30,76	28,20	30,76	38,46	20,58	25
Guzgani sau șoareci	29,48	10,25	51,28	30,76	26,47	25
A-ți tăia părul	28,20	10,25	46,15	20,51	38,23	12,50
A fi criticat de părinți	28,20	20,51	35,89	35,89	17,64	25
A fi pedepsit	26,92	20,51	33,33	41,02	8,82	25
Câini necunoscuți sau cu înfățișare agresivă	26,92	23,07	30,76	10,25	44,11	25
A fi trimis la director	24,35	10,25	33,33	17,94	20,58	37,50
A fi obligat să port hainele altora	21,79	38,46	10,25	17,94	23,52	50
Apa adâncă sau marea	21,79	15,38	28,20	28,20	14,70	12,50
A dansa în fața unui public	20,51	10,25	28,20	25,64	11,76	25
A părea nebun	19,23	20,51	17,94	15,38	20,58	25
Cimitirele	19,23	5,12	33,33	25,64	11,76	12,50
Persoane bizare	19,23	10,25	28,20	20,51	11,76	37,50
Viermi sau melci	17,94	2,56	33,33	17,94	17,64	12,50
Lilieci sau păsările	16,66	7,69	25,64	20,51	8,82	25
A susține un examen	15,38	15,38	15,38	15,38	14,70	12,50
A-ți fi rău în mașină	14,10	7,69	20,51	10,25	14,70	25
A nu susține un examen	14,10	7,69	20,51	7,69	17,64	25
A face greșeli	14,10	10,25	17,94	12,82	14,70	12,50
A fi înțepat de o albină	12,82	12,82	12,82	10,25	11,76	25
A vedea sânge	12,82	2,56	23,07	15,38	8,82	12,50
A fi interogat fără a fi prevenit de profesor	12,82	20,51	5,12	15,38	5,88	25
Obiecte ascuțite	12,82	2,56	23,07	20,51	0	25

A merge la medic sau dentist	11,53	2,56	20,51	7,69	11,76	25
Spații închise	11,53	12,82	10,25	10,25	11,76	12,50
Odăile întunecoase	11,53	7,69	15,38	10,25	11,76	12,50
A face injecții	10,25	5,12	15,38	10,25	5,88	25
Zgomotul de sirene	8,97	7,69	10,25	10,25	2,94	25
Furnicile și scarabeii	6,41	0	12,82	5,12	5,88	12,50
A fi reținut la școală	6,41	5,12	7,69	7,69	5,88	0
A fi necăjit	5,12	7,69	2,56	7,69	2,94	0
A fi bolnav la școală	5,12	2,56	7,69	5,12	5,88	0
A te afla în mulțime	5,12	2,56	7,69	7,69	0	12,50
A fi implicat într-o învălmășeală	3,84	5,12	2,56	0	0	37,50
A mânca ceva ce nu îți place	3,84	5,12	2,56	5,12	2,94	0
A fi obligat să mergi la școală	2,56	2,56	2,56	0	5,88	0
Cutremur	2,56	0	5,12	0	2,94	12,50
A face ceva nou	1,28	0	2,56	2,56	0	0
Furtuni	1,28	0	2,56	2,56	0	0
A merge la spital	1,28	0	2,56	0	0	12,50
Fantome sau stafii	1,28	0	2,56	0	2,94	0

Odată cu înaintarea în vârstă la copiii între 9 și 11 ani nu se mai regăsesc anxietățile, neliniștile și temerile particulare pentru preșcolari și școlarii mici de 7 și 8 ani. Se păstrează doar fricile: de a auzi părinții certându-se (50%), de coșmaruri (39,74%), de animale (35,89%, 29,48%, 26,92%), a fi pedepsit (26,92%), a merge la medic sau la dentist și de odăile întunecoase (11,53%), de furtună și de fantome și stafii (1,28%). Școlarii mici dezvoltă frici despre lumea mai mare, dincolo de mediul lor imediat. În acest stadiu de vârstă, copiii manifestă fricile de: moarte sau persoane decedate (75,64%), foc, fobia de a fi ars (66,66%), a fi lovit de o mașină sau camion (60,25%), a te molipsi de o boală gravă (55,12%), a te sufoca (48,71%), a fi tăiat sau rănit (46,15%), a fi electrocutat (39,74%), a te pierde într-un loc necunoscut (37,17%), etc. Esența fenomenului anxietății la școlarii mici va fi exhaustivă doar prin abordarea acestuia și prin prisma fricilor noi evidențiate în această etapă de dezvoltare. Cadrul școlar și învățarea duc la apariția următoarelor frici: rezultate joase la școală (43,58%), a fi trimis la director (24,35%), a susține un examen (15,38%), a nu susține un examen (14,10%), a fi interogat fără a fi prevenit de un profesor (12,82%), a fi reținut la școală (6,41%), a fi obligat să mergi la școală (2,56%). Vom considera temerile enumerate ca elemente componente ale AȘ. Odată cu înaintarea în vârstă constatăm aceeași legitate ca și la școlarii mici de 7 și 8 ani, fetele prezintă mult mai multe frici. Fricile băieților pot fi conceptualizate în legătură cu amenințarea integrității fizice și situațiile școlare. La cele enunțate fricile fetelor apar în relațiile cu părinții și / sau pot fi provocate de imaginație și gândurile proprii neavând o temelie reală. În cazul băieților identificăm mai proeminent următoarele frici: frica de moarte sau persoane decedate (76,92%), frica de foc, fobia de a fi ars (66,66%), frica de a te molipsi de o boală gravă (58,97%) și frica de a avea rezultate

joase la școală (43,58%), în timp ce în rândul fetelor se configurează mai multe frici, dintre cele mai intense constatăm: frica de a fi lovită de o mașină sau camion (84,61%, $\chi^2=19,326$, $p\leq 0,05$), frica de foc și fobia de a fi ars și frica de șopârle și șerpi (66,66%, $\chi^2=18,9616$, $p\leq 0,05$), frica ca un hoț intrând în casă (61,53%, $\chi^2=6,2215$, $p\leq 0,05$), frica de a te sufoca (58,97%), frica de a auzi părinții certându-se (56,41%), frica de a fi tăiată sau rănită (53,84%), frica de urși și lupi (51,28%, $\chi^2=8,0229$, $p\leq 0,05$) și frica de păianjeni (30,76%, $\chi^2=15,4074$, $p\leq 0,01$).

Schimbările survenite în perioada școlarității mici determină experimentarea noilor trăiri emoționale, printre care și apariția AȘ. Legitățile și mecanismele evidențiate pentru AȘ la elevii mici conceptualizează anxietatea în această etapă de dezvoltare. AȘ este pronunțată în mica școlaritate (23,08%, **Tehnica de diagnosticare a nivelului anxietății școlare Phillips**). Elevii mici cu AȘ deseori manifestă temeri că o să întârzie, c-o să uite să îndeplinească o anumită sarcină, că n-o să știe la test, c-o să fie evaluat și apreciat sau că o să fie agresați de copiii bătauși. Se poate să se teamă să nu își dezamăgească sau să-și supere învățătoarea sau părinții. Teama de respingere sau de ridicol, pot deveni trăiri foarte intense. Unii din copiii cu AȘ au un simț al responsabilității și îndatoririi foarte dezvoltat. Ei simt că trebuie să fie perfecți, să nu facă niciodată vreo greșală, să nu provoace învățătoarei, colegilor și părinților vreo supărare. Considerăm că AȘ a elevilor claselor primare poate fi explicată prin modificarea situației sociale de dezvoltare, trecerea la un nou fel de activitate (învățarea), vulnerabilitatea psihologică a copilului la contextele de viață și evenimentele stresante. Fetele prezintă AȘ mai accentuată comparativ cu băieții (25,64% și 20,51%, $U=333$, $p\leq 0,05$). Vom explica această diferență, cel mai probabil prin diferențele în dezvoltare precum maturizarea mentală și cea socio-morală. Fetele tind să își facă mai multe griji, tind să fie mai timide, să se îndoiască de ele și să fie preocupate excesiv de îndeplinirea așteptărilor învățătoarei și părinților. Ele caută aprobare și au nevoie de asigurări constante, și îngrijorările lor par a fi independente de performanțele școlare sau de părerea altora despre ele. AȘ este o problemă cu care se confruntă mai intens copiii de 9 ani (27,78%, $U=5,5$, $p\leq 0,05$). Susceptibilitatea elevilor mici poate fi condiționată de familie (un membru al familiei anxios, îngrijorat, depresiv, stresat, o educație supraprotectoare sau indiferentă) sau de învățătoare (reproșuri, ridiculizarea copilului când greșește, învățătoarea crește ostilitatea între copii sau grupuri de copii).

Creșterea AȘ la elevii mici își găsește origine în implicațiile dinamice și integrative a factorilor psihosociali (trăirea stresului social, frica de a nu corespunde exigențelor celor din jur și problemele și relațiile cu profesorii) și factorilor individuali (frustrarea necesității de atingere a succesului, frica de autoafirmare, frica de situațiile de verificare a cunoștințelor și rezistența

fiziologică joasă la stres. Frecvențele pentru nivelele de intensitate a acestor factori la elevii mici sunt prezentate în tabelul 4.

Tabelul 4. Frecvențele pentru nivelul ridicat la factorii anxietății școlare la elevii mici în dependență de gen și de vârstă

Factorii anxietății școlare	Frecvența					
	Total	Băieți	Fete	9 ani	10 ani	11 ani
Trăirea stresului social	17,95	17,95	17,95	19,44	14,70	25
Frustrarea necesității de atingere a succesului	10,25	10,25	10,25	8,33	8,82	25
Frica de autoafirmare	35,89	38,46	33,33	33,34	29,42	75
Frica de situațiile de verificare a cunoștințelor	43,60	35,89	51,28	55,56	29,42	50
Frica de a nu corespunde expectanțelor celor din jur	26,92	25,64	28,20	30,55	11,76	75
Rezistența fiziologică joasă la stres	47,44	46,16	48,72	55,56	38,23	50
Problemele și temerile în relațiile cu profesorii	23,07	23,08	23,08	33,34	11,76	25

O pondere mai mare în explicarea AȘ o au: rezistența fiziologică joasă la stres (47,44%), frica de situațiile de verificare a cunoștințelor (43,60%) și frica de autoafirmare (35,89%). O analiză mai detaliată a factorilor AȘ indică faptul că scorurile intense a AȘ a băieților pot fi asociate cu rezistența fiziologică joasă la stres (46,16%), frica de autoafirmare (38,46%) și frica de situațiile de verificare a cunoștințelor (35,89%), pe când AȘ a fetelor se datorează influenței acelorași factori, doar ca ierarhia acestora este distinctă: frica de situațiile de verificare a cunoștințelor (51,28%), rezistența fiziologică joasă la stres (48,72%) și frica de nu corespunde expectanțelor celor din jur (33,33%). Rezultatele elevilor mici de 9 ani indică o dominanță în AȘ a fricii de situațiile de verificare a cunoștințelor și rezistenței fiziologice joasă la stres (55,56%), frica de autoafirmare și problemele și temeri în relațiile cu profesorii (33,34%). Factorii enumerați la elevii mici de 9 ani condiționează AȘ și la elevii mici de 10 ani. Rezistența fiziologică joasă la stres (38,23%), frica de autoafirmare și frica de situațiile de verificare a cunoștințelor (29,42%) sunt de referință în explicarea AȘ. Frica de autoafirmare și frica de a nu corespunde expectanțelor celor din jur (75%), frica de situațiile de verificare a cunoștințelor și rezistența fiziologică la stres (50%) explică dezvoltarea AȘ la elevii mici de 11 ani.

Abordarea holistică a anxietății la școlarii mici s-a centrat pe identificarea factorilor definitorii ale acesteia. Inițial am investigat factorii psihosociali (componenta familiei și caracteristicile climatului familial) care favorizează prezența anxietății. Nivelele anxietății la școlarii mici din familii complete, din familii temporar dezintegrate și din familii monoparentale sunt ilustrate în continuare.

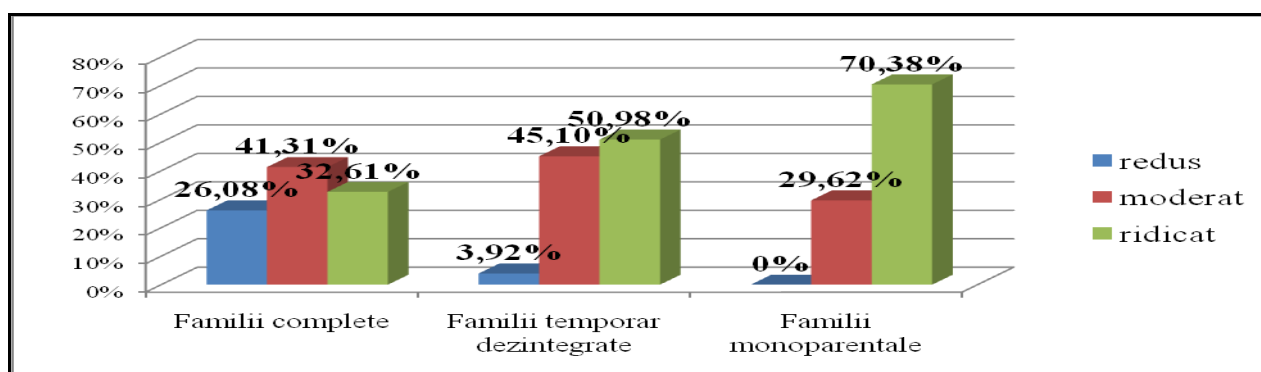


Fig. 4. Frecvențele pe nivele pentru anxietate la școlarii mici din diferite tipuri de familie

Școlarii mici din familii monoparentale (70,38%, $\chi^2=9,3692$, $p\leq 0,01$ și $\chi^2=2,7193$, $p\leq 0,10$) au anxietate mai ridicată comparativ cu școlarii mici din familii temporar dezintegrate (50,98%) și cei din familii complete (32,61%). Pentru școlarii mici evidențiem aceeași tendință ca și la preșcolari familia temporar dezintegrată și familia monoparentală declanșează dezvoltarea anxietății la școlarii mici.

Pe lângă componența familiei am investigat la școlarii mici și caracteristicile climatului familial. Asocierile dintre anxietate și caracteristicile climatului familial (**Testul Desenul familiei**) sunt evidențiate în tabelul 5.

Tabelul 5. Studiul corelației între anxietate și caracteristicile climatului familial după Pearson

Variabilele	Coeficientul de corelații	Pragul de semnificații
Anxietate / situația familială favorabilă	$r=-0,676$	$p\leq 0,01$
Anxietate / anxietate în familie	$r=0,4921$	$p\leq 0,01$
Anxietate / conflict în familie	$r=0,6466$	$p\leq 0,01$
Anxietate / simțul inferiorității	$r=0,5607$	$p\leq 0,01$
Anxietate / ostilitate în familie	$r=0,6618$	$p\leq 0,01$

Anxietatea școlarilor mici este determinată de climatul familial, atmosfera și interrelațiile dintre părinți, între părinți și copii, între copii și copii și stilul de comunicare existent. Un factor care contribuie la dezvoltarea armonioasă a copilului este atmosfera familială plină de căldură, încurajare, sensibilitate și afecțiune față de copil. Mulți școlari mici cresc în familii cu un climat impregnat de ostilitate, opoziție, insecuritate, respingere, neimplicare și conflicte, care poate condiționa riscul de a dezvolta probleme comportamentale cât și de a internaliza anxietatea, teama, supărarea, agresivitatea și autoaprecierea scăzută. Caracteristicile nefavorabile ale climatului familial creează condiții pentru dezvoltarea la școlarii mici: teama de pedeapsă, teama de bătaie, teama de a fi certat de părinți, teama de a auzi părinții certându-se și teama de a fi criticat de părinți.

Dezvoltarea anxietății la școlarii mici este condiționată și de factorii individuali (autoapreciere ca componentă fundamentală a personalității). La școlarii mici de 7 ani se păstrează aceeași interrelație între anxietate și autoapreciere ca și în preșcolaritate. Școlarii mici de 7 ani cu nivel ridicat de anxietate prezintă o autoapreciere foarte înaltă (29,34%, $r=0,3426$, $p\leq 0,01$, **Tehnica „Scărița” B. Illyp**). În ansamblu, copiii de vârstă școlară mică au judecăți și aprecieri despre sine mai conștiente, mai realiste și mai echilibrate. Autoaprecierea școlarilor mici se fundamentează pe rezultatul școlar și confruntarea și compararea zilnică și în diverse situații cu cei de aceeași vârstă. Autoaprecierea foarte înaltă a copiilor investigați poate fi explicată prin lipsa în clasele primare a evaluării și notării rezultatelor învățării prin note și realizarea acestora prin atribuirea de calificative. Astfel nu toți școlarii mici sunt conștienți de propria valoare în raport cu colegii de clasă fapt ce poate condiționa sentimente de inferioritate, neliniște și anxietate.

Abordarea integrată a anxietății este posibilă prin prisma studiului modificărilor în trăsăturile de personalitate. Pentru a studia și evidenția trăsăturile de personalitate la școlarii mici am administrat **Chestionarul pentru copii CPQ**. Mediile pentru trăsăturile de personalitate la școlarii mici cu diferite nivele de anxietate sunt evidențiate în figura 5.

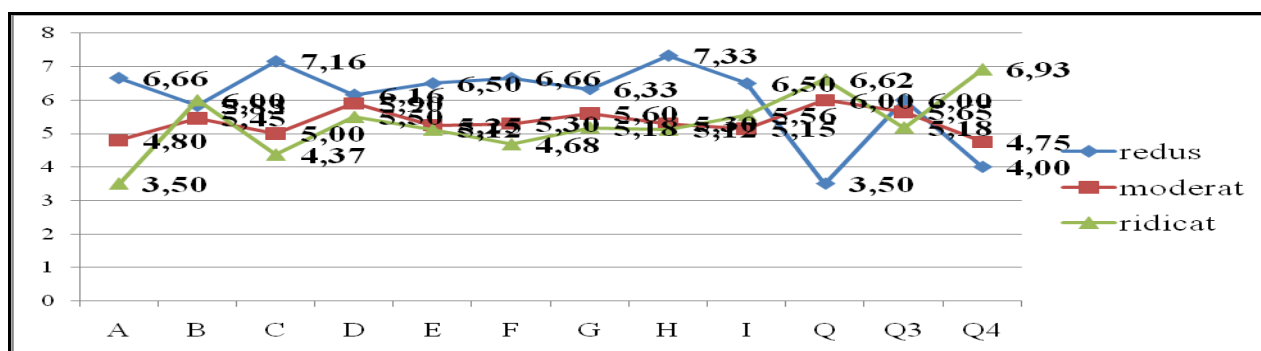


Fig. 5. Mediile pentru trăsăturile de personalitate la școlarii mici cu diferite nivelele de anxietate

Prezența anxietății la școlarii mici este asociată cu factorii de personalitate: factorul A: *schizotimie – ciclotimie* ($r=-0,5024$, $p\leq 0,01$), factorul C: *instabilitate emoțională – stabilitate* ($r=-0,3934$, $p\leq 0,01$), factorul F: *expansivitate – nonexpansivitate* ($r=-0,4856$, $p\leq 0,01$), factorul H: *timiditatea – îndrăzneala* ($r=-0,5606$), factorul Q: *încredere – tendință spre culpabilitate* ($r=0,4845$, $p\leq 0,01$) și factorul Q4: *tensiune ergică slabă și tensiune ergică ridicată* ($r=0,6797$, $p\leq 0,01$).

Capitolul 5 „**STUDIUL ANXIETĂȚII LA PREADOLESCENȚI**” elucidează abordarea integrativă a anxietății la preadolescenți. Sunt descrise următoarele: manifestarea anxietății

(anxietății – stare, anxietății – trăsătură) la preadolescenți de diferit gen și vârstă, caracteristicile anxietății școlare la preadolescenți și preadolescente de diferită vârstă, factorii ce condiționează anxietatea în preadolescență și trăsăturile de personalitate la preadolescenții cu nivel ridicat de anxietate.

Fundamentarea anxietății la preadolescenți a pornit de la investigarea particularităților de gen și vârstă în manifestarea acestora prin **Scala de manifestare a anxietății la copii** și **Scala de manifestare a anxietății Taylor**. Nivelele anxietății la preadolescenți sunt ilustrate în figura 6.

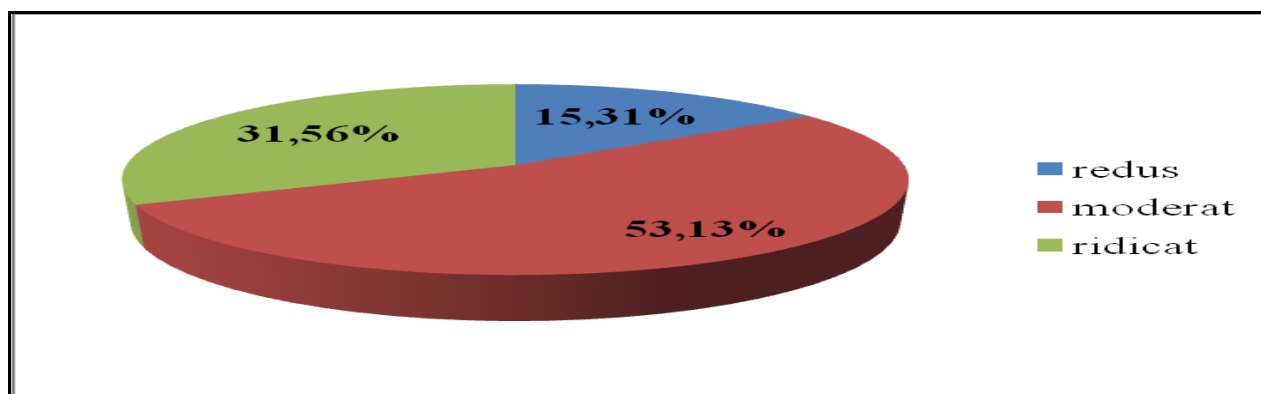


Fig. 6. Frecvențele pe nivele pentru anxietate la preadolescenți

Datele arată din nou o incidență ridicată a anxietății în preadolescență (31,56%). Anxietatea provoacă la preadolescenți: bătaii puternice de inimă, respirație superficială, tremurături și transpirație, convingeri pesimiste și îngrijorări, o stare emoțională de alarmă, teamă, tendință de a percepe lumea ca amenințătoare, timiditate, indecizie și încercare de a controla mediul în care se află. Diferențele de gen în manifestarea anxietății stabilite în școlaritatea mică se păstrează și în preadolescență (preadolescenți: 29,14% și preadolescente: 33,72%, $T=2,9$, $p \leq 0,01$). Constatările pentru diferențele între preadolescenți și preadolescente legate de anxietate, la care am făcut referire în școlaritatea mică, pot fi preluate și pentru explicarea rezultatelor pe care le-am obținut la preadolescenți. La aceste explicații trebuie să adăugăm și tensiunea psihologică accentuată a preadolescentelor în fața schimbărilor biologice ale pubertății. Alți factori posibili sunt felul în care sunt socializate fetele și vulnerabilitatea mai mare a acestora la stresul din relațiile sociale. Preadolescenții de 12 ani (31,15%, $U=29,5$, $p \leq 0,01$), 13 ani (30,44%, $U=13$, $p \leq 0,01$), 14 ani (32,86%, $U=8,5$, $p \leq 0,01$) și 15 ani (32,76%, $U=12$, $p \leq 0,01$) prezintă anxietate mai ridicată comparativ cu preadolescenții de 10 ani (33,33%) și cei de 11 ani (29,51%). La 12 ani anxietatea preadolescenților este generată de noutatea creșterii și a schimbărilor fizice și a modificării locului și rolului preadolescentului în familie, școală și comunitate. Anxietatea preadolescenților de 13 ani este condiționată de manifestarea crizei pubertane. Dezvoltarea intensă a conștiinței de sine, creșterea aspirațiilor de independență,

de autonomie duc la o serie de trăiri nu întotdeauna pozitive: furie, negativism, agresivitate și anxietate. Perioada preadolescenței ce cuprinde vârstele de 14 și 15 ani este un prag de tranziție, stresant și tumultuos spre adolescență ce cuprinde o serie de caracteristici specifice, un ansamblu de modificări biologice, psihice și sociale. Schimbările enunțate accentuează neliniștea, tensiunile, frământările, agitația și anxietatea.

Modul nou de manifestare al anxietății, pe lângă AS, începând cu preadolescența este AT. AT este un element al personalității care prefigurează modul permanent de a răspunde cu anxietate la fenomenele exterioare cât și la cele interioare. Îngrijorător este faptul că deja la 41,57% din preadolescenți întâlnim nivelul ridicat de AT (**Inventarul de expresie a anxietății ca stare și ca trăsătură**). AT este o caracteristică de personalitate, preadolescenții care trăiesc stările de anxietate la un nivel mai intens, pe durate mai lungi de timp și într-o arie mai largă de circumstanțe. Preadolescentele prezintă AT mai ridicată (48,53%, $T=5,9$, $p \leq 0,01$). Predominanța AT la preadolescente este condiționată de numărul mare de AS caracteristice fetelor în etapele premergătoare de dezvoltare. Vom consemna aici și delicatețea preadolescentelor în fața dimensiunilor psihosociale și individuale care cauzează anxietatea. AT accentuată prevalează la preadolescenții de 11 ani (44,27%, $U=45$, $p \leq 0,05$), 12 ani (47,55%, $U=27$, $p \leq 0,01$), 13 ani (43,48%, $U=30$, $p \leq 0,01$) și cei de 15 ani (43,11%). Cadrul definitoriu al AT accentuate la preadolescenții mai mari cuprinde implicațiile caracteristicilor și schimbărilor de vârstă și de gen.

Conceptualizăm anxietatea la preadolescenți prin investigarea factorilor psihosociali și individuali care contribuie la dezvoltarea acesteia. În continuare vom scoate în evidență nivelele anxietății la preadolescenții din familii complete, la preadolescenții din familii temporar dezintegrate și cei din familii monoparentale.

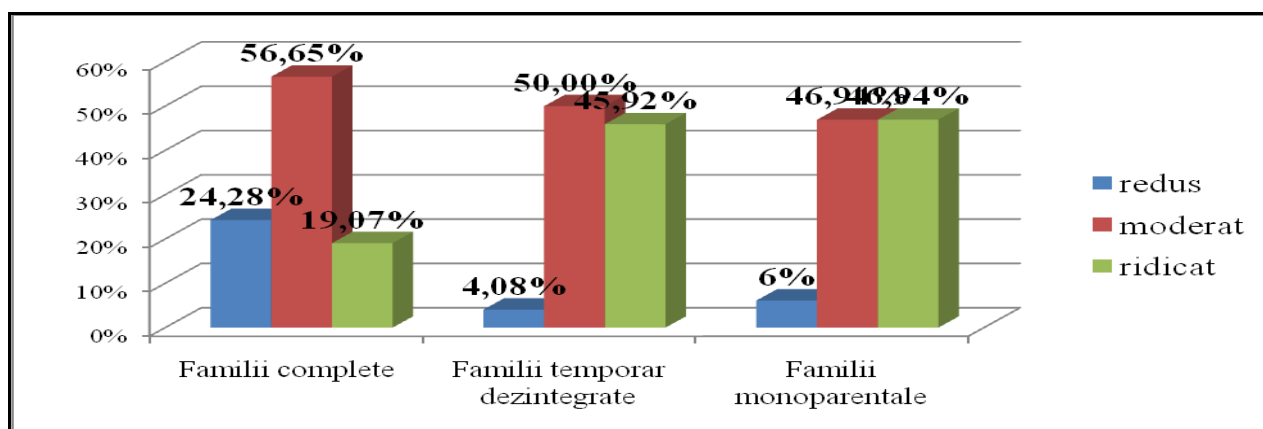


Fig. 7. Frecvențele pe nivele pentru anxietate la preadolescenții din diferite tipuri de familie

Preadolescenții din familii temporar dezintegrate (45,92%, $\chi^2=22,5756$, $p\leq 0,01$) și preadolescenții din familii monoparentale (46,94%, $\chi^2=15,7172$, $p\leq 0,01$) sunt mai anxioși decât preadolescenții din familii complete. Așa cum am constatat în preșcolaritate și în școlaritatea mică familia temporar dezintegrată și familia monoparentală are influențe importante în dezvoltarea anxietății la preadolescenți.

Studiul familiei a cuprins identificarea caracteristicilor climatului familial ce pot influența prezența anxietății la preadolescenți. Implicațiile și natura interacțiunii între caracteristicile climatului familial (**Testul Desenul familiei**) și anxietate sunt ilustrate în tabelul 6.

Tabelul 6. Studiul corelației între anxietate și caracteristicile climatului familial după Pearson

Variabilele	Coeficientul de corelații	Pragul de semnificații
Anxietate / situația familială favorabilă	$r=-0,3829$	$p\leq 0,01$
Anxietate / anxietate în familie	$r=0,4928$	$p\leq 0,01$
Anxietate / conflict în familie	$r=0,3865$	$p\leq 0,01$
Anxietate / simțul inferiorității	$r=0,6025$	$p\leq 0,01$
Anxietate / ostilitate în familie	$r=0,4865$	$p\leq 0,01$

Ca și copiii mai mici preadolescenții sunt sensibili la atmosfera psihologică din familie. O situație socială de dezvoltare nefavorabilă și dezavantajoasă impregnată de lipsa dragostei, de antipatie, dușmănie, neacceptare, neîncredere, neînțelegere reciprocă între soți, de relații afective și spirituale marcate de emoții negative, de instabilitate, de o atmosferă de frică, de tensiune, îngrijorare, încordare, insecuritate și stres determină statornicirea anxietății în preadolescență.

În afara contextului familial, în preadolescență, surse ale anxietății țin de transformările în conținutul conștiinței de sine (autoaprecierea scăzută – 40%, $r=0,3038$, $p\leq 0,01$, **Tehnica de studiere a autoaprecierii la preadolescenți Дембо-Рубинштейн (varianta А. Прихожан)**, încrederea în sine scăzută – 50%, $r=-0,3241$, $p\leq 0,01$, **Testul de studiere a încrederii în sine (В. Ромек)**) și de experiența de comunicare a preadolescentului cu semenii și grupul de referință (inițierea contactelor sociale scăzut, 58,93%, $r=-0,4385$, $p\leq 0,01$). Producerea profundelor transformări în planul dezvoltării elementelor centrale – conturează tabloul psihologic al preadolescentului. Perceperea și evaluarea propriilor capacități, aptitudini, trăsături fizice și de caracter, emoții, sentimente, gânduri și judecăți permite inițierea formării imaginii de sine. În preadolescență autoaprecierea și încrederea în sine sunt lipsite de precizie, incomplete, nestatornice și de multe ori negative. Astfel de particularități ale autoaprecierii și încrederii în sine au un impact asupra stării emoționale a preadolescentului generând nemulțumire, agresivitate, neliniște sufletească, temeri și anxietate. Respingerea și dezaprobarea preadolescentului, interrelaționarea distantă, rezervată și neprietenoasă dintre colegi, limitarea

sau lipsa comunicării în colectivul de elevi duc la închiderea, retragerea și însingurarea preadolescentului. Izolarea preadolescentului statornicește trăirea sentimentelor de sensibilitate, neliniște, susceptibilitate, neîncredere, insecuritate și anxietate evidentă.

Interrelațiile anxietății cu trăsăturile de personalitate completează tabloul legităților și mecanismelor explicative ale anxietății la preadolescenți. Rezultatele obținute pentru trăsăturile de personalitate (**Chestionarul 16PF Cattell Forma C**) la preadolescenții cu diferite nivele de anxietate sunt prezentate în figura 8.

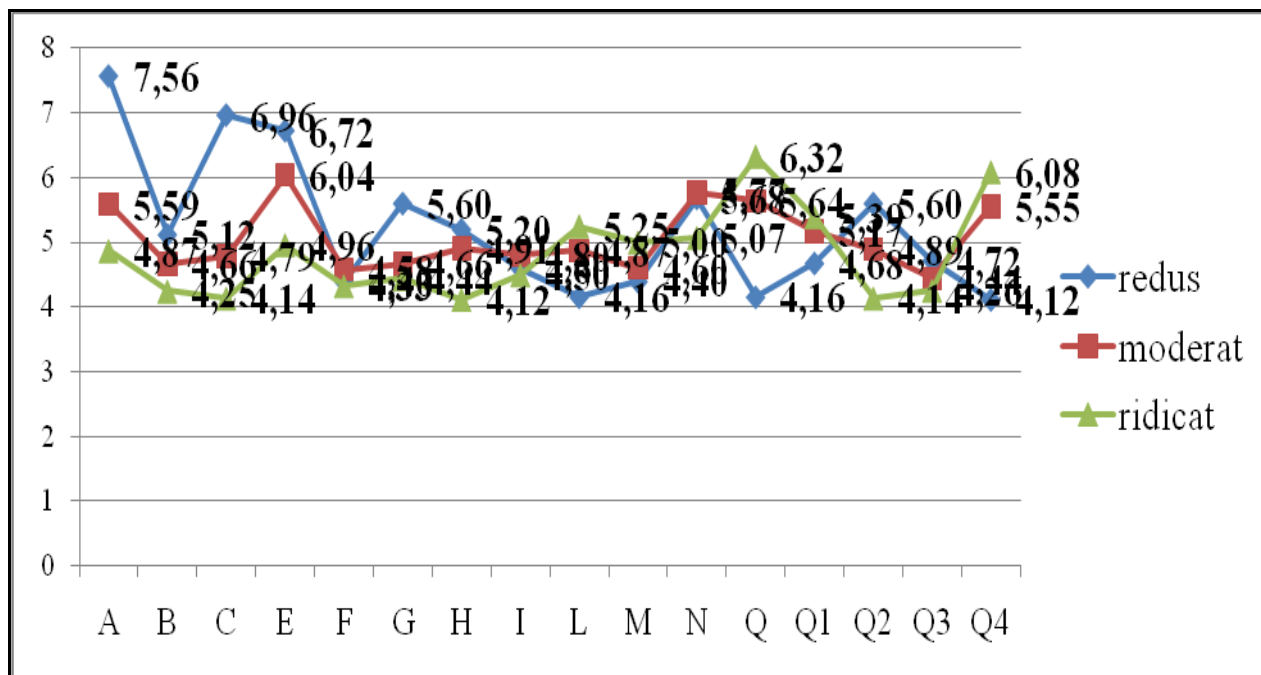


Fig. 8. Mediile pentru trăsăturile de personalitate la preadolescenții cu diferite nivelele de anxietate

Trăsăturile de personalitate caracteristice preadolescenților anxietate ridicată sunt: factorul A: *schizotimie – ciclotimie* ($r=-0,597$, $p\leq 0,01$), factorul C: *instabilitate emoțională – stabilitate emoțională* ($r=-0,6416$, $p\leq 0,01$), factorul E *supunere – dominanță* ($r=-0,6652$, $p\leq 0,01$), factorul G *supraeu slab – forța supraeului* ($r=-0,3927$, $p\leq 0,01$), factorul H: *timiditatea – îndrăzneala* ($r=-0,4706$, $p\leq 0,01$), factorul L *atitudine încrezătoare – suspiciune* ($r=0,4216$, $p\leq 0,01$), factorul Q *încredere – tendință spre culpabilitate* ($r=0,5628$, $p\leq 0,01$), factorul Q2 *atitudinea de dependență – independență față de grup* ($r=-0,4722$, $p\leq 0,01$), și factorul Q4: *tensiune ergică slabă și tensiune ergică puternică* ($r=0,3763$, $p\leq 0,01$).

Capitolul 6 „STUDIUL ANXIETĂȚII LA ADOLESCENȚI” descrie dezvoltarea anxietății la adolescenți și cuprinde evidențierea următoarelor aspecte: specificul anxietății, (anxietății – stare, anxietății – trăsătură) la adolescenți și adolescente de diferită vârstă, particularitățile anxietății academice la adolescenți în dependență de gen și de vârstă, sursele care

modelează anxietatea la adolescenți și trăsăturile de personalitate caracteristice adolescenților cu nivel ridicat de anxietate.

Anxietatea la adolescenți a fost conceptualizată pornind de la studiul caracteristicilor acesteia condiționate de dimensiunile gen și vârstă prin administrarea **Scalei de manifestare a anxietății Taylor**. Nivele anxietății la adolescenți sunt ilustrate în figura 9.

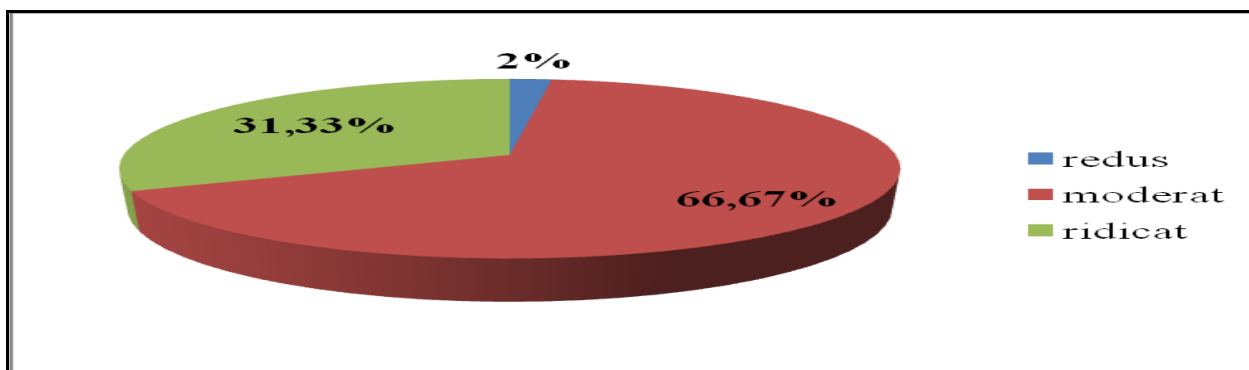


Fig. 9. Frecvențele pe nivele pentru anxietate la adolescenți

Adolescenții prezintă nivel ridicat al anxietății (31,33%). Adolescenții anxioși manifestă: dureri de cap și de stomac, puls accelerat, respirație rapidă, mâini reci, gânduri repetitive, imagini mentale înfricoșătoare, griji, neliniște, nervozitate și evitare. Diferențele de gen în ceea ce privește anxietatea se păstrează și în adolescență (adolescenți: 23,88% și adolescente: 37,34%, $T=3,1$, $p\leq 0,01$). Anxietatea adolescentelor derivă din explicațiile menționate în școlaritatea mică și preadolescență. Și provocările adolescenței pot determina anxietatea. Modificările corporale, sexualitatea, dezvoltarea identității personale, problemele de viață adevărată: dragostea, relațiile cu sexul opus, conflictul cu părinții, alegerile cu referire la viitor devin copleșitoare pentru adolescenți și pot cauza stres, confuzie, tensiuni, neliniște și anxietate. Adolescenții de 17 ani (39,58%) și adolescenții de 18 ani (32,31%, $U=41$, $p\leq 0,05$) dau dovadă de anxietate mai ridicată comparativ cu cei de 16 ani. Intensificarea și accentuarea importanței viitorului (personal, profesional și social) precum și studiul pentru examenele din liceu și posibil cele de admitere în universitate pot crește anxietatea adolescenților.

Ca și în preadolescență la adolescenți fundamentăm anxietatea prin prisma evidențierii și examinării AT (30,66%). Adolescenții cu AT prezintă o serie de dificultăți la nivel emoțional, psihosocial și diminuarea performanțelor. AT prevalează la adolescente (42,17%, $U=117$, $p\leq 0,05$). Adolescencele dau dovadă de o vulnerabilitate accentuată la modificările fizice și psihosociale. În plus vom menționa că însăși adolescența cu caracteristicile și provocările sale poate provoca stres, presiuni, neliniști și confuzie ceea ce va statornici AT ca element stabil al personalității. Adolescenții de 17 (33,33%, $U=12$, $p\leq 0,05$) și 18 ani (37,50%) manifestă nivel

mai intens de AT. AT ajunge formațiune stabilă și durabilă de personalitate la finele adolescenței, care conturează modul de expresie a personalității.

Dezvoltarea anxietății la adolescenți este asociată cu următorii factori de influență (psihosociali și individuali). Cele trei nivele de intensitate a anxietății la adolescenții din diferite tipuri de familie ca componentă sunt ilustrate în figura 10.

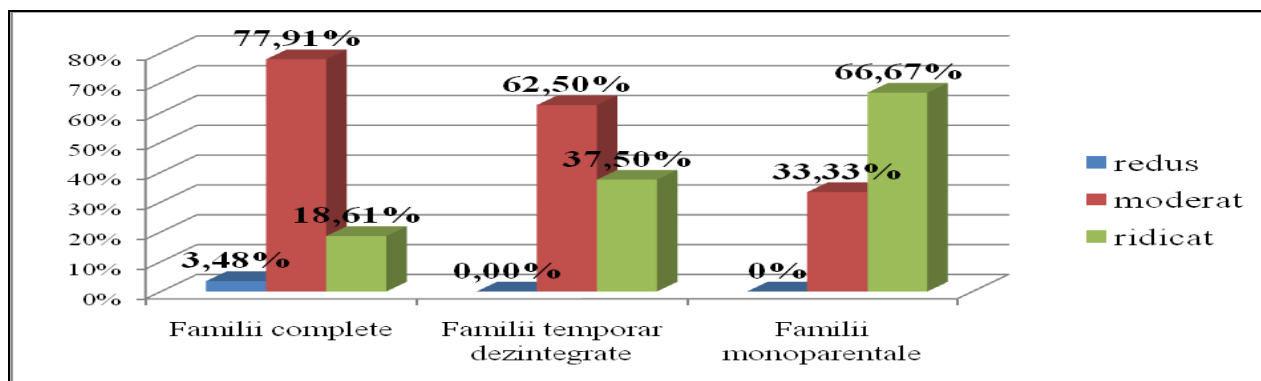


Fig. 10. Frecvențele pe nivele pentru anxietate la adolescenții din diferite tipuri de familie

Anxietatea ridicată manifestată în adolescență este condiționată de tipul de familie din care provine adolescentul: familia temporar dezintegrată (37,50%, $\chi^2=5,2548$, $p\leq 0,05$) și familia monoparentală (66,67%, $\chi^2=21,0117$, $p\leq 0,05$). Ca și în perioadele anterioare de dezvoltare vom menționa că familia temporar dezintegrată și familia monoparentală are implicații în instaurarea anxietății în adolescență.

Cadru explicativ al anxietății la adolescenți își găsește reflectare în evidențierea interrelațiilor între anxietate și caracteristicile climatului familial (**Testul Desenul Familiei**).

Tabelul 7. Studiul corelației între anxietate și caracteristicile climatului familial după Pearson

Variabilele	Coeficientul de corelații	Pragul de semnificații
Anxietate / situația familială favorabilă	$r=-0,5242$	$p\leq 0,01$
Anxietate / anxietate în familie	$r=0,4697$	$p\leq 0,01$
Anxietate / conflict în familie	$r=0,6581$	$p\leq 0,01$
Anxietate / simțul inferiorității	$r=0,3118$	$p\leq 0,01$
Anxietate / ostilitate în familie	$r=0,6718$	$p\leq 0,01$

Elementul central în problemele de anxietate la adolescenți este climatul fiecărei familii în parte, ca situație concretă de dezvoltare. Adolescenții ce provin dintr-o familie în care climatul este plin de lipsă de afectivitate, instabilitate emoțională, anxietate, depresie, negativism, lipsă de suport, imprevizibilitate, umilință, critică, amenințări, ostilitate vor manifesta anxietate.

Abordarea multiaspectuală a determinantelor anxietății în adolescență a cuprins și investigarea factorilor individuali ce țin de componentele cheie ale personalității adolescenților care continue să se cristalizeze și să se definească în această etapă de vârstă. Anxietatea la

adolescenți este în legătură cu încrederea în sine (nivel scăzut: 31,91%, $r=-0,3922$, **Testul de studiere a încrederii în sine (B. Pomek)** și curajul social (nivel scăzut: 65,96%). Încrederea în sine la adolescenți este puternic influențată de imaginea corporală, precum și dezvoltarea și definirea propriei identități. Nemulțumirea de imaginea corporală și eșecul în dobândirea unei identități ferme, confortabile și durabile are ca rezultat difuziunea rolului sau un simț al confuziei despre ceea ce este și cine este adolescentului ce se reflectă și în neîncredere în sine. Toate acestea pot cauza dezorientare, disperare și anxietate puternică. Circumstanțele legate de conturarea identității adolescenților poate submina curajul acestora și ca consecință determina prezența anxietății.

O direcție importantă în demersul nostru de fundamentare a anxietății a fost investigarea asocierii între anxietate și trăsăturile de personalitate la adolescenți. Trăsăturile de personalitate la adolescenți au fost investigate prin administrarea **Chestionarului 16 factori primari 16PFQ Forma C**. Rezultatele obținute prin intermediul testului sunt prezentate în figura 11.

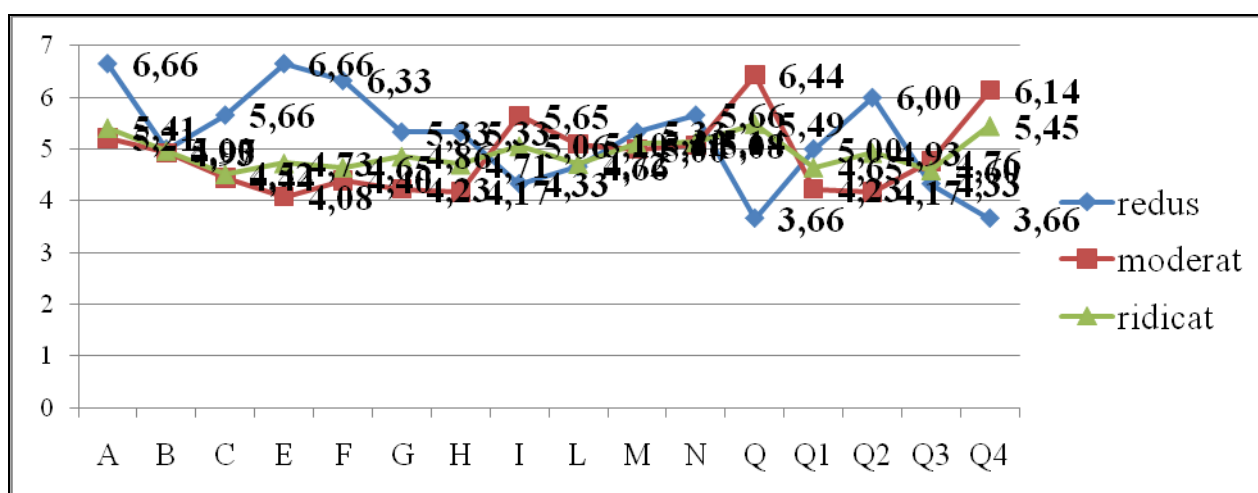


Fig. 11. Mediile pentru trăsăturile de personalitate la adolescenții cu diferite nivelele de anxietate

Anxietatea ridicată a adolescenților este în interrelații cu următorii factorii de personalitate: factorul E *supunere* – dominanță ($r=-0,5188$, $p\leq 0,01$), factorul G *supraeu slab* – forța supraeului ($r=-0,333$), factorul H: timiditatea – îndrăzneala ($r=-0,3648$, $p\leq 0,01$), factorul I raționalitatea – *afecțiunea* ($r=0,3817$, $p\leq 0,01$), factorul Q încredere – *tendență spre culpabilitate* ($r=0,4599$, $p\leq 0,01$), factorul Q2 *atitudinea de dependență* – independență față de grup ($r=-0,4731$, $p\leq 0,01$) și factorul Q4: *tensiune ergică slabă* și *tensiune ergică ridicată* ($r=0,4756$, $p\leq 0,01$).

Fundamentarea și conceptualizarea anxietății ne-a permis să elaborăm un model nou complex al portretului psihologic pentru copilul și adolescentul anxios.

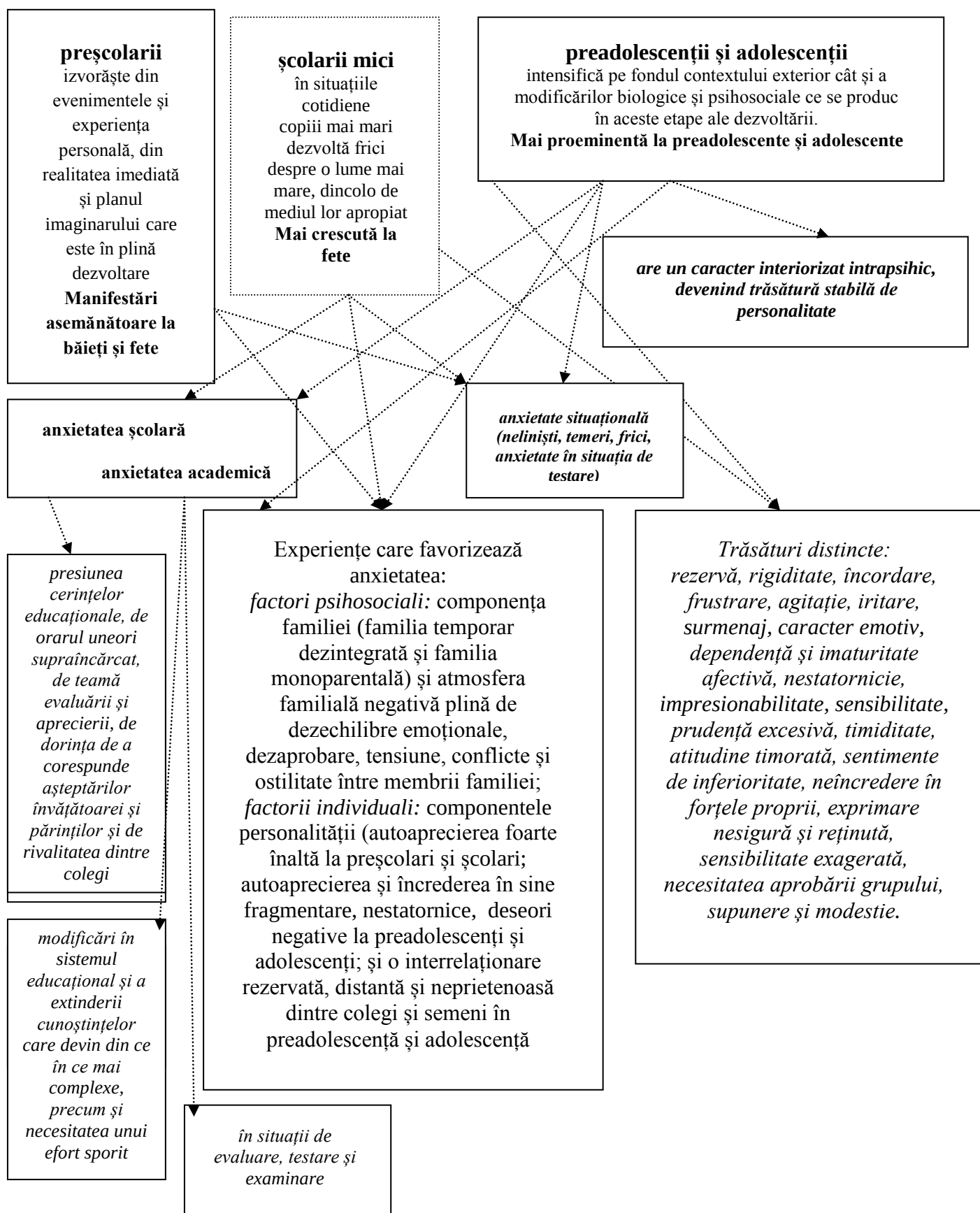


Fig. 12. Portretul psihologic al copilului și adolescentului anxios

În capitolul 7 „STUDIUL DIMINUĂRII ANXIETĂȚII LA PREȘCOLARI” se face referire la caracteristicile generale a experimentului formativ: sunt descrise obiectivele, principiile programului de intervenții psihologice, tehnicile, procedeele și metodele de influență psihologică, structura metodologică a demersului dezvoltativ, etapele activităților de grup, tot aici prezentăm eficiența programului elaborat și implementat de noi prin compararea și evidențierea diferențelor obținute între preșcolarii din grupul experimental test și preșcolarii grupul experimental retest, preșcolarii din grupul de control test și preșcolarii din grupul de control retest, preșcolarii din grupul experimental retest și preșcolarii din grupul de control retest.

Pentru experimentul formativ lansăm următoare ipoteză: *presupunem că intervențiile psihologice special organizate în mediul educațional pot să influențeze pozitiv asupra dezvoltării afectivității preșcolarului favorizând dezvoltarea deprinderilor emoționale pozitive, elementelor cheie ale conștiinței de sine, dezvoltarea comportamentului independent, activ, încrezător și curajos, eliminarea inhibițiilor și prin aceasta să contribuie la reducerea anxietății.*

Plecând de la natura, caracteristicile și factorii individuali implicați în apariția anxietății, neliniștilor și temerilor preșcolarilor am determinat următoarele obiective de bază pentru experimentul formativ: 1. dezvoltarea autoaprecierii și a încrederii în sine, prin crearea unui climat favorabil de comunicare și interacțiune; depășirea blocajelor și inhibițiilor prin dezvoltarea și optimizarea deprinderilor emoționale și a comportamentului independent, activ, îndrăzneț și curajos, a unei atitudini fericite, pozitive și optimiste; dezvoltarea comunicării verbale și non-verbale, dobândirea și dezvoltarea capacităților de relaționare și integrare socială și dezvoltarea creativității și spontaneității; 2. înlăturarea încordării și tensiunii psihomusculare și emoționale prin exersarea și practicarea tehnicilor de relaxare și meditație.

Principiile fundamentale care au stat la baza elaborării programului de intervenții psihologice sunt: *principiul unității corecției și diagnosticării, principiul utilizării unui set de metode în cercetarea psihologică, principiul considerării copilului ca un întreg și individualitate, principiul valorificării jocului, principiul diversității contextelor de diminuare a anxietății și atitudinea binevoitoare, de încurajare, stimulare și apreciere față de copil* [2, 3, 8, 17, 25].

În activitățile de intervenții psihologice implementate, am practicat o diversificare de stiluri de comunicare, de tehnici, de procedee și modalități de lucru elaborate în conformitate cu orientările psihologice de bază dintre care vom enumera: 1. *Tehnicile expresiv-creative* și 2. *exerciții de relaxare, meditație și alte practici de tip mindfulness* [2, 4, 6, 7, 13, 14, 17, 25, 27, 28, 29, 31, 32].

În experimentul formativ au fost incluși 24 de preșcolari a câte 12 în grupul în grupul experimental și 12 în grupul de control. Intervențiile psihologice au fost realizate cu o frecvență de două ori pe săptămână, în decurs de trei luni, astfel numărul total a constituit 24 de activități. Durata unei activități a oscilat între 40 și 60 de minute.

Investigarea eficienței programului de intervenții psihologice de diminuare a anxietății a fost realizată în următoarele direcții: compararea și evidențierea diferențelor obținute de preșcolarii GE test și GE retest; de preșcolarii din GC test și GC retest și de preșcolarii din GE retest și GC retest.

Inițial vom prezenta rezultatele la anxietate (**Testul de anxietate pentru copii R. Temml, V. Amen și M. Dorca**) pentru preșcolarii din GE test și GE retest, GC retest și GE retest și GC retest și GE retest. Mediile preșcolarilor pot fi vizualizate în figura 13.

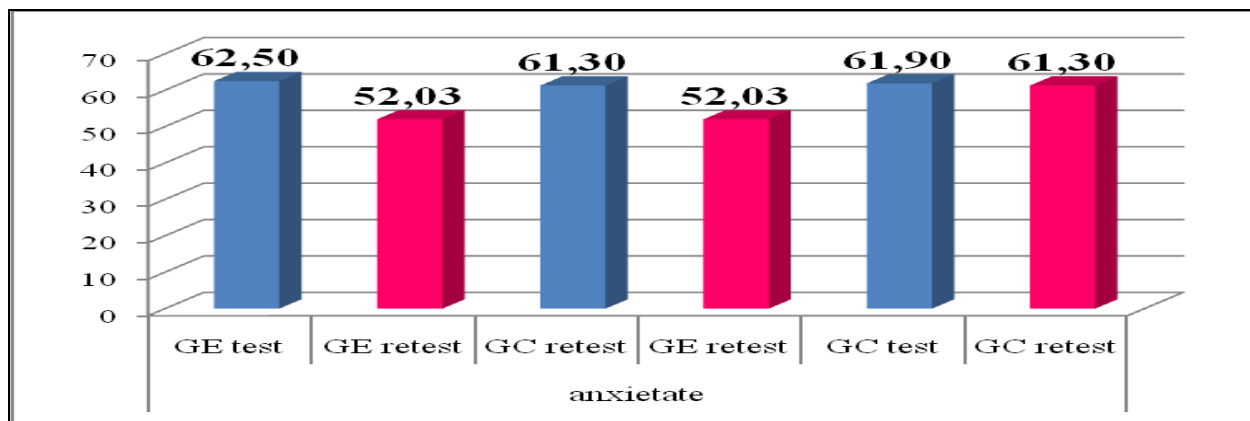


Fig. 13. Mediile pentru anxietate la preșcolarii din GE test și GE retest / GC test și GC retest / GE retest și GC retest

Prezentarea grafică a rezultatelor experimentale ilustrează desosebiri între mediile preșcolarilor din GE test și preșcolarii din GE retest. Pentru preșcolarii din GE test este caracteristică media – 62,50 (u.m.), în timp ce pentru preșcolarii din GE retest – 52,03 (u.m.). După testul Wilcoxon consemnăm diferențe statistice semnificative între rezultatele preșcolarilor din GE test și celor din GE retest ($W=3$, $p \leq 0,01$) cu rezultate mai mici pentru preșcolarii din GE retest. De asemenea remarcăm schimbări substanțiale pentru anxietate la preșcolarii din GE retest și preșcolarii din GC retest. Media cea mai mică o întâlnim la preșcolarii din GE retest (52,03 u.m.), o medie mai mare este particulară preșcolarilor din GC retest (61,30 u.m.). Statistic după testul U Mann-Whitney identificăm diferențe semnificative între rezultatele preșcolarilor din GE retest și celor din GC retest ($U=39$, $p \leq 0,05$) cu rezultate mai mici pentru preșcolarii din GE retest. Preșcolarii din GE retest devin mai liniștiți, mai calmi și mai temperați. În situațiile cotidiene, precum și în cele dificile și noi, ei demonstrează mai multă încredere în sine și

încearcă să-și controleze emoțiile, îngrijorarea și incertitudinea pe care le resimt, prin transformarea trăirilor negative în stări emoționale pozitive. Schimbările survenite se datorează tehnicilor de dezvoltare a modelelor de comportament independent, activ, îndrăzneț și curajos, precum și celor de înlăturare a încordării psihoemoționale. Deși se înregistrează progrese semnificative, acestea nu sunt reacții constante și uneori au un caracter situativ. Analiza comparativă a rezultatelor ne permite să menționăm că mediile preșcolarilor din GC test și celor din GC retest sunt apropiate (61,90 u.m. și 61,30 u.m.). Statistic după testul Wilcoxon nu se evidențiază diferențe între rezultatele preșcolarilor din GC test și GC retest.

Mediile pentru anxietate conform **Testului Propoziții neterminate (A. И. Захаров)** pentru preșcolarii din GE test și GE retest, GC retest și GE retest și GC retest și GE retest sunt prezentate în figura 14.

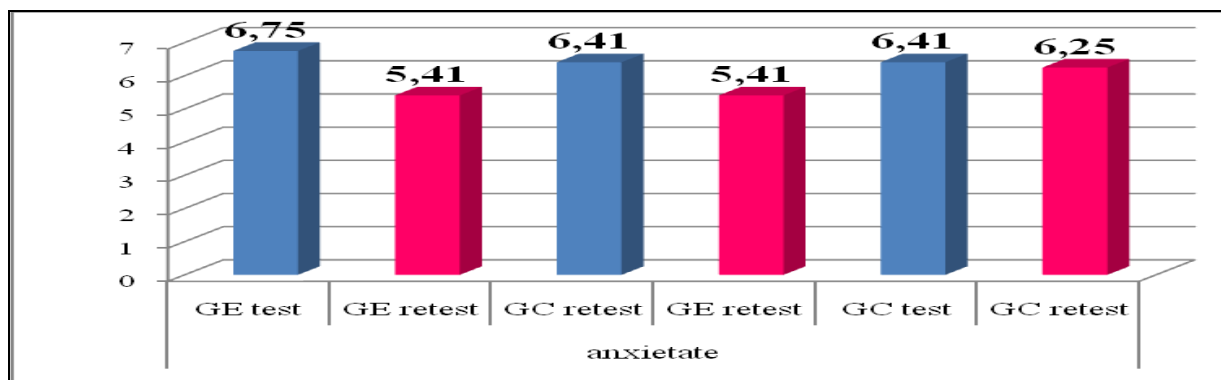


Fig. 14. Mediile pentru anxietate la preșcolarii din GE test și GE retest / GC test și GC retest / GE retest și GC retest

Compararea rezultatelor ne permite să constatăm deosebiri de medii: preșcolarii din GE test 6,75 (u.m.) și preșcolarii din GE retest 5,41 (u.m.). Statistic după testul Wilcoxon obținem diferențe semnificative între rezultatele preșcolarilor din GE test și celor din GE retest ($W=7$, $p \leq 0,01$) cu rezultate mai mici pentru preșcolarii din GE retest. Compararea valorilor medii pentru preșcolarii din GE retest și GC retest pentru anxietate, ne demonstrează că media preșcolarilor din GE retest descrește (5,41 u.m.) spre deosebire de media preșcolarilor din GC retest (6,41 u.m.). După testul U Mann-Whitney observăm diferențe semnificative statistic între rezultatele preșcolarilor din GE retest și GC retest ($U=41,5$, $p \leq 0,05$) cu rezultate mai mici pentru preșcolarii din GE retest. Vom remarca că programul de intervenție psihologică are un impact pozitiv și produce modificări în nivelul anxietății la preșcolari, prin trăirea stărilor afective pozitive, sentimentul unității cu ceilalți membri ai grupului, satisfacerea necesității de comunicare cu semenii și stimulare a încrederii în sine. Analiza comparativă a rezultatelor ne permite să menționăm că mediile preșcolarilor din GC test și preșcolarilor din GC retest sunt

apropiate (61,90 u.m. și 61,30 u.m.). Statistic după testul Wilcoxon nu se evidențiază diferențe între rezultatele preșcolarilor din GC test și GC retest.

CONCLUZII GENERALE ȘI RECOMANDĂRI

Demersul investigațional vizează fundamentarea teoretică și experimentală a fenomenului anxietății la diferite etape de vârstă în contextul noilor realități sociale, precum și configurarea unui model nou de intervenții psihologice orientat la diminuarea anxietății la preșcolari prin prisma implicațiilor asupra factorilor care o condiționează și cu posibilitatea de extindere a acestuia și la alte vârste.

Valorile științifice cele mai importante ale investigațiilor realizate sunt sintetizate de următoarele concluzii generale:

1. Anxietatea este definită în lucrare prin prisma abordării sistemice care fundamentează un model multidimensional de înțelegere a acesteia. Definim anxietatea fie ca o stare relaționată de anumite circumstanțe sau situații limitate în timp care este caracteristică fiecărui individ, fie ca o trăsătură stabilă de personalitate care se manifestă constant și nu depinde de circumstanțele și situațiile cotidiene, este o predispoziție individuală de a răspunde cu anxietate.
2. A fost fundamentat un model psihodiagnostic prin care se poate investiga anxietatea și corelatele acesteia la diferite etape ale dezvoltării umane într-o manieră integrată. Considerăm că metodologia prezentată și descrisă creează condiții favorabile și pentru alți specialiști (psihologi și consilieri școlari) în evaluarea anxietății, precum și în înțelegerea legităților de dezvoltare a sferei afective și a personalității la copii și adolescenți.
3. Am elaborat și fundamentat o nouă viziune științifică cu privire la anxietate la diferite etape de vârstă în contextul noilor realități sociale din Republica Moldova. Aceasta cuprinde următoarele contribuții și concepții valoroase: mecanismele generale ale anxietății, specificul anxietății și a modalităților de manifestare a anxietății la copii și adolescenții de diferit gen și vârstă, caracteristicile AȘ / AA, factorii psihosociali și individuali care condiționează anxietatea, trăsăturile de personalitate definitorii pentru copiii și adolescenții cu anxietate. Toate cele expuse sunt criteriile de recunoaștere a anxietății la copii și adolescenți.
4. A fost conceptualizată anxietatea la copii și adolescenți prin esențializarea unui șir de legități și mecanisme: Anxietatea se întâlnește de la preșcolaritate la adolescență. Am stabilit că anxietatea la copii și adolescenți are atât caracteristici comune cât și trăsături distincte. Am demonstrat că dintre toate categoriile de vârste investigate anxietatea este mai intensă la preșcolari. Am evidențiat anxietate ridicată atât la băieții cât și fetele preșcolare. Am

demonstrat că pentru școlarii mici, preadolescenți și adolescenți sunt comune diferențele de gen în manifestarea anxietății. Fetele de vârstă școlară mică, preadolescentă și adolescentă sunt mai anxioase. Am constatat că la copii și adolescenți anxietatea este mai proeminentă la începutul și finele vârstei.

5. Definitiv pentru copii și adolescenți este faptul că anxietatea este exprimată prin următoarele dimensiuni: AS și AT. AS este caracteristică pentru preșcolari, școlari mici, preadolescenți și adolescenți. În plus la AS la preadolescenți și adolescenți evidențiem și AT. AS în preșcolaritate și școlaritatea mică este determinată de evenimente, situații și circumstanțe noi și se manifestă prin neliniști, temeri și frici distincte. Prezența AT la preadolescenți și adolescenți în mare parte este condiționată de AS persistentă în etapele anterioare de dezvoltare.
6. Un tip important de anxietate ce se manifestă în contextul educațional este AȘ / AA. Această dimensiune a anxietății este una importantă în abordarea complexă a anxietății. Am stabilit că AȘ este mai proeminentă la elevii mici. Am obținut că fetele de vârstă școlară mică, preadolescentă și adolescentă prezintă AȘ / AA mai accentuată. Inovativ în concepția AȘ / AA a fost și investigarea surselor ce o favorizează, oferind noi idei, concepte și deschideri de cercetare în domeniul diminuării AȘ. Determinantele psihosociale ale AȘ sunt: trăirea stresului social, frica de a nu corespunde exigențelor celor din jur și problemele și relațiile cu profesorii. Din factorii individuali am evidențiat: frustrarea necesității de atingere a succesului, frica de autoafirmare, frica de situațiile de verificare a cunoștințelor și rezistența fiziologică joasă la stres.
7. Abordarea multiaspectuală a factorilor psihosociali și individuali responsabili de anxietate scoate în evidență că prezența anxietății este explicată prin noile realități sociale: condițiile și modificările din familia temporar dezintegrată și familia monoparentală, și prin situația socială de dezvoltare: climatul familial, atmosfera spirituală existentă între adulții din familie, între adulți și copii și între copii și copii. O atmosferă familială nefavorabilă, unde lipsește dragostea și afecțiunea, iar dominante sunt antipatia, neacceptarea, neîncredere, neînțelegerile, emoțiile negative, tensiunea, îngrijorarea și stresul condiționează anxietatea. Am demonstrat experimental și influența componentelor personalității în instaurarea anxietății. Autoaprecierea foarte înaltă la preșcolari și școlari mici care presupune nivelul slab de dezvoltare a reflexiei și compararea socială permanentă cu alți copii condiționează anxietatea. Autoaprecierea și încrederea în sine fragmentare, instabile și de multe ori negative la preadolescenți și adolescenți pot favoriza neliniște și anxietate. O interrelaționare

rezervată, distantă și neprietenoasă dintre colegi și semeni în preadolescență și adolescență determină o anxietate accentuată. A fost fundamentat că anxietatea este un răspuns multidimensional la condițiile psihosociale și / sau la dimensiunile psihologice individuale. Cu cât mai mare este numărul factorilor care acționează asupra copilului și adolescentului cu atât mai mare este probabilitatea apariției anxietății.

8. Au fost obținute dovezi științifice care consemnează modificările ce se produc în personalitatea școlarilor mici, preadolescenților și adolescenților cu anxietate. În temeiul investigațiilor evidențiem următoarele trăsături de personalitate specifice pentru copii și adolescenții cu anxietate: rezervă, rigiditate, încordare, frustrare, agitație, iritare, surmenaj, caracter emotiv, dependență și imaturitate afectivă, nestatornicie, impresionabilitate, sensibilitate, prudență excesivă, timiditate, atitudine timorată, sentimente de inferioritate, neîncredere în forțele proprii, exprimare nesigură și reținută, sensibilitate exagerată, necesitatea aprobării grupului, supunere și modestie. Ca urmare am elaborat portretul psihologic al copilului și adolescentului cu anxietate.
9. Metodologia inovațională propusă pentru diminuarea anxietății la preșcolari cuprinde principii, direcții, tehnici, procedee și modalități integrate din diferite orientări psihologice bine organizate și dezvoltate benefice pentru preșcolarul anxios. Asigurarea eficienței modelului de intervenții psihologice a fost realizată prin orientarea la factorii psihosociali (implicarea adulților importanți din viața copilului în activități informative și formative) și factorii individuali (dezvoltarea componentelor personalității care favorizează anxietatea: dezvoltarea deprinderilor emoționale pozitive, elementelor cheie ale conștiinței de sine, dezvoltarea comportamentului independent, activ, încrezător și curajos și eliminarea inhibițiilor, dezvoltarea comunicării verbale și non-verbale, dobândirea și dezvoltarea capacităților de relaționare și integrare socială și dezvoltarea creativității și spontaneității). Prin dezvoltarea afectivității și a personalității preșcolarilor am contribuit la diminuarea anxietății acestora.
10. Preșcolarii incluși în programul de diminuare anxietății au fost învățați cum să-și gestioneze anxietatea, neliniștea, temerile și emoțiile negative cu care se confruntă în prezent, de asemenea au însușit și tehnici expresiv-creative, exerciții de relaxare, meditații și alte practici de tip mindfulness pe care le pot utiliza în situațiile cotidiene pentru a controla, reduce și înlătura diverse stări emoționale.
11. Programul de intervenții psihologice favorizează relații de colaborare între educatori și părinți și oferă deschideri de perspectivă în dezvoltarea acestor colaborări. Demersul formativ desfășurat adevărește premisele cercetării și demonstrează că aplicarea programului complex de

intervenții psihologice în vederea diminuării anxietății este recomandabilă cu începere de la vârsta preșcolară și poate fi continuată în școlaritatea mică, preadolescență și adolescență.

12. Rezultatele investigațiilor certifică soluționarea problemei științifice și întemeiază o nouă direcție de cercetare în psihologie – *Abordarea integrată a cercetării anxietății la diferite etape de vârstă.*

Recomandări pentru implementare:

Pentru instituțiile educaționale:

1. Crearea unui cadru tematic de cercetări în domeniul Psihologiei anxietății.
2. Cu scopul optimizării formării specialiștilor în psihologie se impune imperios necesitatea de a continua implementarea rezultatelor cercetării în procesul educațional în învățământul universitar la facultățile de psihologie (licență, masterat, doctorat și formare continuă) prin diversificarea conținuturilor disciplinelor și prin organizarea și desfășurarea meselor rotunde, activităților practice, etc., cu privire la diverse aspecte ale anxietății, ale dezvoltării sferei afective și a personalității copilului și adolescentului.
3. Considerăm important extinderea rezultatelor teoretice, metodologice și practice obținute în instituțiile preșcolare și școlare, astfel încât psihologii, consilierii școlari și cadrele didactice să le poată utiliza în procesul dezvoltării și formării unei personalități armonioase.

Pentru centrele psihologice:

4. Racordarea activităților de consiliere și psihoterapie la fundamentarea integrativă a anxietății în contextul noilor realități sociale.
5. Formarea specialiștilor în domeniul dezvoltării afectivității și personalității copilului și adolescentului prin prisma familiarizării cu rezultatele investigațiilor, instrumentariul psihodiagnostic propus, programul complex de intervenții psihologice pentru rezolvarea problemei anxietății la copii și adolescenți.

Pentru factorii de decizie:

1. Fundamentarea clară a politicilor de dezvoltare în sănătatea mintală a populației în cadrul direcțiilor strategice naționale.
2. Formarea specialiștilor în domeniul psihologiei.

Pentru cercetări:

1. Demersul investigațional realizat înaintează probleme și direcții noi dintre care vom menționa următoarele: Psihologia anxietății în copilăria precocă, Psihologia anxietății la adulți, Fundamentele modalităților de diminuare a anxietății la vârsta adultă.

BIBLIOGRAFIE

1. ECKERSLEYD, J. *Copilul anxios. Adolescentul anxios*. tr. de B. Chircea. Prahova: Antet XX Press. 2005. 111 p. ISBN 973-636-195-0.
2. GELDARD, D., GELDARD, K., YIN FOO, R. *Consilierea copiilor. O introducere practică*. ed. a II-a. tr. M. Andreescu. Iași: Polirom. 2019. 472 p. ISBN 978 734678655.
3. *Ghidul cadrelor didactice pentru educația timpurie și preșcolară*: Chișinău: Ministerul Educației și Tineretului RM. 2008. 248 p. ISBN 978-9975-66-079-2.
4. HOLDEVICI, I. *Psihoterapia anxietății*. București: Dual Tech. 2002. 400 p. ISBN 973-85535-2-4.
5. JELESCU, P. *Geneza negării la copii în perioada preverbală. Studiu teoretico-experimental*. Chișinău: Museum. 1999. 248 p. ISBN 9975-905-27-7.
6. KADUSON, H., SCHAEFER, C. *101 tehnici favorite ale terapiei prin joc*. tr. O. Muntenau. București: TREI. 2015. 568 p. ISBN 978-606-719-148-6.
7. KOLPAKOVA, M. *Depășirea anxietății. Cum se naște pacea în suflet*. tr. de A. Tănăsescu-Vlas. București: Sophia. 2016. 166 p. ISBN 973-136-551-0.
8. LANDRETH, G. *Terapia prin joc. Artă relaționării*. tr. de A. Datcu. București: For You. 2017. 389 p. ISBN 978-606-639-151-1.
9. PAPALIA, D., WENDKOS OLDS, S., DUSKIN FIELDMAN, R. *Dezvoltarea umană*. tr. de A. Mîndrilă-Sonetto. București: TREI. 2010. 644 p. ISBN 978-973-707-414-0.
10. PETROVĂI, D. *Tulburările de anxietate la copii și adolescenți. Ghid de psihoeducație pentru profesioniști din domeniul sănătății*. București: Speed Promotion. 2009. 104 p. ISBN 978-973-8942-78-3.
11. RACU, IU. Anxietatea în preadolescență: diferențe de gen. În: *Revista Psihologie Pedagogie specială Asistență socială*. Chișinău: UPS „Ion Creangă”. nr. 3 (24). 2011. p. 68 – 71. ISSN 1857-0224.
12. RACU IU. *Anxietatea la preadolescenți: abordări teoretice, diagnostic, modalități de diminuare: ghid pentru studenți și masteranzi*. Chișinău: Totex-Lux SRL. 2013. 154 p. ISBN 978-9975-4201-8-1.
13. RACU, IU. *Anxietatea la preadolescenți și modalități de diminuare. Monografie*. Chișinău: UPS „Ion Creangă”. 2019. 291 p. ISBN 978-9975-46-425-3.
14. RACU, IU. *Anxietatea la preadolescenți și modalități de diminuare*. Teză de doctor. Chișinău. 2011. 328 p. CZU 159.923:37.015.3 (043.3).
15. RACU, IU. Anxietatea la preșcolari: caracteristici și determinanțe În: *Revista Psihologie Pedagogie Specială Asistență socială*. Chișinău: UPS „Ion Creangă” nr. (3) 56. 2019. p. 39 – 54. ISSN 1857-0224.
16. RACU, IU. Determinantele psihologice ale anxietății în adolescență. În: *Revista Psihologie Pedagogie Specială Asistență socială*. Chișinău: UPS „Ion Creangă” nr. (2) 55. 2019. p. 3 – 17. ISSN 1857-0224.
17. RACU, IU. *Psihologia anxietății la copii și adolescenți. Monografie*. Chișinău: UPS „Ion Creangă”. 2020. 331 p. ISBN 978-9975-46-433-8.
18. RACU, IU. Studiul anxietății la școlarii mici. În: *Revista Psihologie Pedagogie Specială Asistență socială*. Chișinău: UPS „Ion Creangă” nr. (4) 57. 2019. p. 28 – 42. ISSN 1857-0224.
19. *Rezoluția Parlamentului European referitoare la promovarea egalității de gen în sănătatea mintală și în cercetarea clinică*. 2017. 18 p.

20. STÂNCULEANU, D. *Aproape întotdeauna, în preajma unui copil cu anxietate vom descoperi rapid un adult semnificativ care se confruntă cu dificultăți similare* [citat pe 1.07.20]. Disponibil pe <https://republica.ro/psihologul-diana-stanculeanu-zaproape-intotdeauna-in-preajma-unui-copil-cu-anxietate-vom-descoperi-rapid>
21. TOMA, N. *Particularități ale interacțiunii anxietate academică – stiluri cognitive la studenți*. Teză de doctor în psihologie. Chișinău: 2018. 183 p. CZU 159.9:378 (043.3).
22. ȚINCAȘ, I. *Anxietatea pe parcursul dezvoltării. Predictorii temperamentalii, strategii de reglare emoțională și mecanisme atenționale*. Rezumatul tezei de doctorat. Cluj-Napoca. 2010. 86 p.
23. VERDEȘ, A. *Dezvoltarea afectivității la preadolescenți educați în situații sociale de dezvoltare diferite*. Teza de doctor în psihologie. Chișinău. 2009. 185 p. CZU:159.922/.923 (043.2).
24. VERZA, E., VERZA, F.. *Psihologia copilului*. București: TREI. 2017. 556 p. ISBN 978-606-40-0237-2.
25. WILSON, J. *Terapia centrată pe copil*. tr. de C. Koblicica. Iași: Polirom. 2011. 228 p. ISBN 978-973-46-1890-3
26. АСТАПОВ, В. *Тревожные расстройства в детском и подростковом возрасте*. Москва: МОДЭК. 2011. 368 с. ISBN 878-5-9770-0530-2.
27. БИТЯНОВА, М. *Практикум по психологическим играм с детьми и подростками*. Санкт-Петербург: Питер. 2007. 304 с. ISBN 987-5-94723-432-9.
28. ГАРБУЗОВ, В. *Практическая психотерапия или как вернуть ребенку и подростку уверенность в себе, истинное достоинство и здоровье*. Санкт-Петербург: Сфера. 1994. 160 с. ISBN 5-88250-008-7.
29. *Детская и подростковая психотерапия*. Под ред. Д. Лейна, Э. Миллера. пер. с англ. Н. Мухиной. Санкт-Петербург: Питер. 2001. 438 с. ISBN 5-318-00034-7.
30. МИКЛЯЕВА, А., РУМЯНЦЕВА, П. *Школьная тревожность: диагностика, коррекция, развитие*. Санкт-Петербург: Речь. 2004. 328 с. ISBN 5-9268-0300-4.
31. ИСТРАТОВА, О. *Практикум по детской психокоррекции: игры, упражнения, техники*. Ростов-на-Дону: Феникс. 2007. 350 с. ISBN 978-5-222-11691-3.
32. ПРИХОЖАН, А. *Психокоррекционная работа с тревожными детьми В: Активные методы в работе школьного психолога*. Москва: АПН СССР. 1989. с. 32 – 56.
33. ПРИХОЖАН, А. *Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст*. 2-е изд. Санкт – Петербург: Питер. 2007. 192 с. ISBN 978-5-469-01499-7.
34. ПРИХОЖАН, А. *Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика*. Воронеж: НПО МОДЭК. 2000. 304 с. ISBN 5-89502-089-5.
35. *Тревога и тревожность*. Хрестоматия. Сост. и общая ред. В. Астапова. Москва: ПЕР СЭ. 2008. 240 с. ISBN 978-5-9292-0167-7.
36. CATTEL, R. *The scientific analysis of personality*. Chicago: Aldine Pub. Co., 2007. 399 p. ISBN 978-0202309156.
37. SPIELBERGER, C. Trait-State anxiety and motor behaviour. In: *Journal Motor Behaviour*. 1971. vol. 3. p. 265 – 279.
38. SPIELBERGER, C., RICKMAN, R. Assessment of State and Trait Anxiety. In: *Anxiety: Psychobiological and clinical perspectives*. N. Satorius (Eds.). Washington: Hemisphere / Taylor and Francis. 1991. p. 69 – 83.
39. SPIELBERGER, C., RITTERBAND, L., SYDEMAN, S. Assessment of Emotional States and Personality Traits: Measuring Psychological Vital Signs. In: *Clinical Personality Assessment: Practical Approaches*. J. Butcher (Ed.). New York: Oxford University Press. 1995. p. 42 – 58.

LISTA LUCRĂRILOR ȘTIINȚIFICE LA TEMA TEZEI

Cărți de specialitate:

1. **RACU, IU.** Strategii de diminuare a anxietății la copii și adolescenți. În: *Formarea competențelor de rezolvare a problemelor psihologice în procesul instruirii inițiale și continue a psihologilor*. coord. I. Negură. Chișinău: UPS „Ion Creangă”. 2014. p. 112 – 145. ISBN 978-9975-46-211-2.
2. **RACU, IU.** *Anxietatea la preadolescenți și modalități de diminuare*. Chișinău: UPS „Ion Creangă”. 2019. 291 p. ISBN 978-9975-46-425-3.
3. **RACU, IU.** *Psihologia anxietății la copii și adolescenți*. Chișinău: UPS „Ion Creangă”. 2020. 331 p. ISBN 978-9975-46-433-8.

Articole în ediții științifice internaționale:

1. **RACU, IU.** Perspective teoretice ale anxietății. În: *Revista de studii psihologice*. Nr. 2. București: Hyperion. 2015. p. 62 - 72. ISSN 2360-3690.
2. **RACU, I., RACU, IU.** Cercetarea experimentală a anxietății la preadolescenți. În: *KREATIKON Creativitate. Formare. Performanță. Materialele simpozionului național cu participare internațională*. Ediția a X-a. Iași: PIM. 2013. p. 52 – 58. ISSN 2068-1372.
3. **RACU, I., RACU, IU.** Anxietatea în contextul școlar. În: *KREATIKON Creativitate. Formare. Performanță. Simpozionul național cu participare internațională*. Ediția a XI-a. Iași: PIM. 2014. p. 37 – 41. ISSN 2068-1372.
4. **RACU, I., RACU, IU.** Tehnici de diminuare a anxietății la școlari. În: *KREATIKON. CREATIVITATE – FORMARE – PERFORMANȚĂ. Simpozionul Național cu participare internațională*. Ediția a XII-a. Iași: PIM. 2015. p. 49 – 54. ISSN 2068-1372.
5. **RACU, IU., RACU, J.** Diminuarea anxietății la preadolescenți prin exerciții de conștientizare corporală. În: *Identitate bucovineană în diversitatea europeană la un veac de unitate națională: Simpozion național cu participările internațională*. Câmpulung Moldovenesc: George Tofan. 2018. p. 139 – 146. ISBN 978-606-625-358-1.
6. **LOSÎL, E., RACU, IU.** Caracteristicile psihologice ale copilului anxios În: *Identitate bucovineană în diversitatea europeană la un veac de unitate națională Simpozion național cu participările internațională*. Câmpulung Moldovenesc: George Tofan. 2018. p. 146 – 154. ISBN 978-606-625-358-1.
7. **ПАКУ, Ж., ПАКУ, Ю.** Развитие самооценки старшего дошкольника в образовательной среде детского сада. В: *Детский сад будущего: ориентир на качество дошкольного образования: сборник научных статей по материалам межрегиональной научно-практической конференции с международным участием*. Санкт-Петербург: СПб АППО. 2018. С. 94 – 97. ISSN 2307-5058.
8. **ПАКУ, Ю., ПАКУ, Ж.** Профилактика тревожности дошкольника как фактор успешности воспитательного процесса в детском саду В: *Детский сад будущего: ориентир на успех каждого ребенка: сборник статей по материалам межрегиональной научно-практической конференции с международным участием*. Санкт-Петербург: АППО, 2019. с. 139 – 145. ISSN 2307-5058.

Rezumate ale comunicărilor științifice editate în străinătate:

1. **RACU, I., RACU, IU.** Anxietatea la adolescenți dependenți de computer. În: *Simpozionul Național KREATIKON Creativitate Formare Performanță*. Volum de rezumate. Iași: PIM. 2017. p. 11.

Articole în reviste științifice:

1. **RACU, IU.** Tipuri distincte de anxietate în preadolescență. În: *Revista Psihologie Pedagogie specială Asistență socială*. Nr. 2 (23). Chișinău: UPS „Ion Creangă”. 2011. p. 1 – 16. ISSN 1857-0224.
2. **LOSÎL, E., RACU, IU.** Anxietatea școlară la preadolescenți. În: *Revista de Psihologie*. Nr. 3. 2011. p. 3 – 7. ISSN 2559-0782
3. **RACU, IU.** Anxietatea în preadolescență: diferențe de gen. În: *Revista Psihologie Pedagogie specială Asistență socială*. Nr. 3 (24). Chișinău: UPS „Ion Creangă”. 2011. p. 68 – 71. ISSN 1857-0224.
4. **RACU IU.** Anxietatea de autoapreciere la preadolescenți. În: *Revista Psihologie Pedagogie Specială Asistență Socială*. Nr.1 (26). Chișinău: UPS „Ion Creangă”. 2012, p. 30 – 35. ISSN 1857-0224.

5. **RACU, IU., TARAN, I.** Un model de diminuare a anxietății la adolescenți. În: *Revista Psihologie Pedagogie Specială Asistență Socială*. Nr. 1 (34). Chișinău: UPS „Ion Creangă”. 2014. p. 68 – 78. ISSN 1857-0224.
6. **RACU, J., RACU, IU.** Personalitatea preadolescentului anxios. În: *Studia Universitatis. Seria Științe ale Educației*. Nr. 5. (75). Chișinău: CEP USM. 2014. p. 111 – 120. ISSN 1857-2103.
7. **RACU, IU., RACU, J.** Studiul încrederii în sine la adolescenți. În: *Studia Universitatis Moldavie. Seria Științe ale Educației*. Nr. 9. (119). Chișinău: USM. 2018 p. 259 – 264. ISSN 1857-2103.
8. **RACU, IU.** Determinantele psihologice ale anxietății în adolescență. În: *Revista Psihologie Pedagogie specială Asistență socială*. Nr. 2 (55). Chișinău: UPS „Ion Creangă”. 2019. p. 3 – 17. ISSN 1857-0224.
9. **RACU, IU.** Anxietatea la preșcolari: caracteristici și determinante. În: *Revista Psihologie Pedagogie Specială Asistență Socială*. Nr. 5 (56). Chișinău: UPS „Ion Creangă”. 2019. p. 39 – 54. ISSN 1857-0224.
10. **RACU, IU.** Anxietățile, neliniștile și temerile preșcolarilor. În: *Revista Psihologie Pedagogie Specială Asistență Socială*. Nr.1 (58). Chișinău: UPS „Ion Creangă”. 2020. p.119 – 130. ISSN 1857-0224.
11. **RACU, IU.** Manifestarea și evoluția anxietății la copii și adolescenți în contextul noilor realități sociale. În : *Revista Psihologie Pedagogie Specială Asistență Socială*. Nr.3 (60). Chișinău: UPS „Ion Creangă”. 2020. p.74 – 82. ISSN 1857-0224.

Articole în lucrările conferințelor și altor manifestări științifice

1. **RACU, IU.** Anxietatea interpersonală la preadolescenți: abordări teoretice și strategii de intervenție. În: *Integrarea psihologiei și medicinei în sistemul învățământului în secolul XXI: provocări și perspective: Materialele conf. șt. intern.* Chișinău: Reclama. 2011. p. 111 – 120. ISBN 978-9975-105-61-3.
2. **RACU, I., RACU, IU.** Contextul familial și anxietatea în preadolescență. În: *Pledoarie pentru educație – cheia creativității și inovării: Materialele conf. șt. intern.* Chișinău: IȘE. 2011. p. 73 – 75. ISBN 978-9975-56-010-8.
3. **RACU, IU.** Anxietatea și conștiința de sine în preadolescență. În: *Asistența psihologică, psihopedagogică și socială ca factor al dezvoltării societății. Materialele conf. șt. intern.* Ediția a II-a. V. I. Chișinău: UPS „Ion Creangă”. 2011. p. 121 – 126. ISBN 978-9975-46-107-8.
4. **RACU, I., RACU, IU.** Managementul anxietății la preadolescenți. În: *Creșterea impactului cercetării și dezvoltarea capacității de inovare: conf. șt. intern.* Chișinău: USM. 2011. p. 180 – 183. ISBN 978-9975-71-151-7.
5. **RACU, IU.** Interrelația anxietate – nivel de aspirații la preadolescenți. În: *Probleme ale științelor socioumane și modernizării învățământului. conf. șt. anuală*. V. I. Chișinău: UPS „Ion Creangă”. 2011. p. 35 – 43. ISBN 978-9975-46-094-1.
6. **BABĂLĂU, A., RACU, IU.** Analiza surselor anxietății în preadolescență. În: *Probleme actuale ale științelor socio-umane: conf. șt. a studenților*. Chișinău: UPS „Ion Creangă”. 2011. p. 5 – 14. ISBN 978-9975-46-102-3.
7. **RACU, IU.** Tehnici utile de reducere a anxietății la studenți. В: *Современные проблемы подготовки специалистов в области психопедагогики и театрального искусства: Материалы и тезисы участников Междунар. науч.-практ. конф.* Кишинэу: Славянский Университет. 2012. с. 271 – 276. ISBN 978-9975-4315-1-4.
8. **RACU, IU.** Studiu privind diminuarea anxietății școlare la preadolescenți. În: *Optimizarea învățământului în contextul societății bazate pe cunoaștere: Materialele conf. șt. intern.* Chișinău: Print-Caro. 2012. p. 351 – 354. ISBN 978-9975-56-072-6. ISBN 978-9975-4442-0-0.
9. **RACU, IU., BABĂLĂU, A.** Comunicarea non-violentă în relații părinți-copii. În: *Diminuarea violenței în sistemul educațional realitate sau ficțiune: Materialele conf. șt. intern.* Chișinău: Garomot-Studio. 2012. p. 244 – 253. ISBN 978-9975-4442-0-0.
10. **RACU, IU.** Familia temporar dezintegrată ca factor declanșator al anxietății în preadolescență. În: *Aspecte psihologice ale familiei contemporane și problemele educației copilului: Materialele conf. a VIII-a a psihologilor practicieni cu participare internațională*. Chișinău: Reclama. 2012. p. 68 – 74. ISBN 978-9975-4337-2-3.

11. **RACU, IU.** Anxietatea socială la preadolescenți: abordări teoretice și modalități de intervenție. În: *Paradigmele inteligenței în psihologia contemporană: Materialele conf. șt.-pr. a psihologilor*. Chișinău: Sirius. 2012. p. 199 – 204. ISBN 978-9975-57-045-9.
12. **RACU, IU.** Abordarea anxietății și manifestarea comportamentului anxios la preadolescenți. În: *Universitatea Agrară de Stat din Moldova. Lucrări științifice: materialele conf. șt. naț. Tendințe moderne de dezvoltare economică și financiară a spațiului rural*. Chișinău: UASM. 2012. p. 677 – 685. ISBN 978-9975-125-8.
13. **RACU, IU.** Anxietatea mistică la preadolescenți. În: *Probleme ale științelor socioumane și modernizării învățământului: conf. de totalizare a mun. șt. și șt.-did. a corpului profesoral-didactic*. Chișinău: UPS „Ion Creangă”. 2012. p. 106 – 110. ISBN 978-9975-46-093-4.
14. **RACU, I., RACU, IU.** Implicațiile psihologice ale școlii în diminuarea problemelor comportamentale la preadolescenți. În: *Aspecte psihosociale ale tinerilor delincvenți. Materialele conf. șt. naț.* Chișinău: UPS „Ion Creangă”. 2012. p. 183 – 193. ISBN 978-9975-46-136-8.
15. **RACU, IU., TARAN, I.** Anxietatea la adolescenți. În: *Profilaxia tulburărilor comportamentale la minori: inovații, provocări și tendințe în educația modernă. Materialele conferinței internaționale științifice-practice a psihologilor*. Chișinău: Reclama. 2013. p. 170 – 175. ISBN 978-9975-4454-8-1.
16. **RACU, IU., TARAN, I.** Aspecte ale anxietății la adolescenții școlari. În: *Educația pentru dezvoltare durabilă: inovație, competitivitate, eficiență. Materialele conferinței științifice internaționale*. Chișinău: Print-Caro. 2013. p. 270 – 274. ISBN 978-9975-4454-8-1.
17. **RACU, IU.** Anxietatea la preadolescenți: perspective teoretice. În: *Relația sărăcie – persoane în dificultate: aspecte psiho-sociale: Conf. șt. cu participare inter.* Chișinău: UPS „Ion Creangă”. 2013. p. 126 – 128. ISBN 978-9975-46-114-6.
18. **RACU, IU.** Relația dintre atitudinea parentală și anxietate la preadolescenți. În: *Probleme ale științelor socio-umane și modernizării învățământului: Materialele conferinței de totalizare a muncii științifice și științifico-didactice a corpului profesoral-didactic pentru anul 2012. V. I.* Chișinău: CEP UPS „Ion Creangă”. 2013. p. 81 – 87. ISBN 978-9975-46-145-0.
19. **RACU, I., RACU, IU.** Aspecte privind interrelația anxietate – autoapreciere și anxietate – nivel de aspirații. În: *Perspectivelor și problemele integrării în Spațiul European al Învățământului superior. Materialele conferinței științifico-practice internaționale*. Cahul: CP Universitatea de Stat „Bogdan Petriceicu Hașdeu”. 2014. p. 259 – 265. ISBN 978-9975-71-342-3.
20. **RACU, J., RACU, IU.** Contextul social și anxietatea în preadolescență. În: *Învățământul postmodern: eficiență și funcționalitate. Materialele conferinței științifice internaționale*. Chișinău: CEP: USM. 2014. p. 418 – 423. ISBN 978-9975-71-513-3.
21. **RACU, I., RACU, IU.** Anxietatea la preadolescenți: manifestări, cauze, modalități de intervenție. În: *Parteneriatul socio-pedagogic pentru dezvoltarea educației incluzive. Materialele Forumului Național*. Chișinău: Metrompaș. 2014. p. 5 – 14. ISBN 978-9975-4455-7-3.
22. **RACU, I., RACU, IU.** Anxietatea la copiii de diferită vârstă. În: *Perspectivelor și problemele integrării în Spațiul European al Cercetării și Educației. Materialele conferinței științifice internaționale. V. II.* US Cahul: „Centrografic”. 2015. p. 251 – 254. ISBN 978-9975-914-98-7.
23. **RACU, I., RACU, IU.** Mediul școlar – sursa de anxietate în preadolescență. În: *Fenomenul sărăciei în condițiile societății în tranziție. Culegere de articole*. Chișinău: Garamont-Studio. 2015. p. 142 – 147. ISBN 978-9975-115-69-8.
24. **RACU, IU., COMENDANT, A.** Familia ca sursa de anxietate la elevii din ciclul primar. În: *Probleme ale științelor socio-umanistice și modernizării învățământului. conf. st. anuală. Materialele conferinței științifice anuale a profesorilor și cercetătorilor. . Vol. I.* Chișinău: UPS „Ion Creangă” 2015. p. 75 – 83. ISBN 978-9975-46-239-6.
25. **RACU, IU., BABALAU, A.** Studiu privind diminuarea anxietatii la școlarii mici în condiții experimentale. În: *Practica psihologică modernă: conf. practico-șt. cu part. intern.* Chișinău: UPS „Ion Creangă”. 2015. p. 59 – 65. ISBN 978-9975-46-231-0.
26. **RACU, IG., RACU, IU.** Diferențe de gen în anxietate. În: *Perspectivelor și problemele integrării în spațiul european al cercetării și educației, conf. șt. pr. intern.* Cahul: US „B. P. Hajdeu”: Centrografic. 2016. p. 240 – 244. ISBN 978-9975-88-011-4.

27. RACU, I., RACU, IU. Moduri de abordare ale anxietății. În: *Știința, educație, cultura: Materialele conferinței științifico-practice internaționale*. Vol. I. Comrat: USC. Tipografia „A&V Poligraf”. 2016. p. 366 – 370. ISBN 978-9975-83-911-9. ISBN 978-9975-83-911-9.
28. RACU, I., **RACU, IU.** Școala și anxietatea la preadolescenți. În: *Institutul de Științe ale Educației: Istorie, Performanțe, Personalități: Materialele conferinței științifice internaționale*. Chișinău: ISE (Tipografia „Impressum”). 2016. p. 22 – 24. ISBN 978-9975-48-104-5.
29. **RACU, IU.** Anxietatea și statutul social la preadolescenți. În: *Relevanța și calitatea formării universitare: competențe pentru prezent și viitor: conferința științifică internațională (2015; Bălți)*. Vol. II. Bălți: S. n., (Tipografia Universității de Stat „Alec Russo” din Bălți). 2016. p. 71 – 75. ISBN 978-9975-50-178-1.
30. **RACU, IU.** Tulburările emoționale la școlarii mici. În: *Probleme ale științelor socioumanistice și modernizării învățământului. conf. st. anuală. Materialele conferinței științifice anuale a profesorilor și cercetătorilor*. Vol. I. Chișinău: UPS „Ion Creangă”. 2016. p. 85 – 89. ISBN 978-9975-46-239-6.
31. RACU, J., RACU, IU. Familia ca sursă de anxietate în preadolescență. În: *Integrarea prin cercetare și inovare: rezumate ale comunicărilor. Științe socioumaniste*. Vol. II. Chișinău: CEP USM. 2016. p. 21 – 25. ISBN 978-9975-71-818-9.
32. **RACU, IU.,** RACU, J. Abordări moderne ale anxietății în psihologie. În: Școala internațională de metodologie în științe socio-umane. Materialele Conferinței Științifice Internaționale. Ediția a doua. 17-18 noiembrie, 2016. Chișinău: CEP USM. 2016. p. 44 – 45. ISBN 978-9975-71-854-7.
33. **RACU, IU.,** SOLTAN, L. Studiul anxietății la adulți. În: *Probleme ale științelor socioumanistice și modernizării învățământului: Materialele conferinței științifice anuale a profesorilor și cercetătorilor*. Chișinău: UPS „Ion Creangă”. 2017. p. 86 – 94. ISBN 978-9975-46-334-8.
34. **ПАКУ, Ю.,** ДУДУКАЛ, С. Исследование тревожности у детей младшего школьного возраста. În: *Tendințe moderne în psihologia practică. Conferința științifico-practică națională cu participare internațională*. Chișinău: UPS „Ion Creangă”. 2017. c. 73 – 83. ISBN 978-9975-46-370-6.
35. **RACU, IU.,** CIOBANU, L. Abordări și modele ale stresului. În: *Mediu social contemporan între reprezentare, interpretare și schimbare: Materialele conferinței științifice internaționale*. Vol. II. Bălți: Universitatea de Stat „Alec Russo” din Bălți. 2018. p. 140 – 144. ISBN 978-9975-50-221-4.
36. **RACU, IU.,** SUHAN, E. Particularitățile sferei afective la preadolescenții din diferite tipuri de familie. În: *Mediu social contemporan între reprezentare, interpretare și schimbare: Materialele conferinței științifice internaționale*. Vol. I. Bălți: Universitatea de Stat „Alec Russo” din Bălți. 2018. p. 57 – 61. ISBN 978-9975-50-221-4.
37. **RACU, IU.,** CÂRLAN, E. Accepțiuni și delimitări conceptuale ale stresului. În: *Perspectivelor și Problemele Integrării în Spațiul European al Cercetării și Educației, conferință științifică internațională* Cahul: US Cahul. 2018. Vol. II. p. 137 – 140. ISBN 978-9975-88-042-8.
38. **RACU, IU.** Experiența anxietății la preadolescenți și adolescenți. În: *Perspectivelor și problemele integrării în spațiul european al cercetării și educației*. Vol. VI. P. II. Cahul: USC. 2019. p. 72 – 75. ISSN 2587-3563.
39. BIVOL, R., **RACU, IU.** Determinantele psihologice ale tulburărilor alimentare la adolescente. În: *Probleme actuale ale științelor socio-umane: conf. șt. a studenților și masteranzilor*. Chișinău: UPS „Ion Creangă”. 2019. p. 46 – 61. ISBN 978-9975-3370-6-9.
40. **RACU, IU.** Cursul ontogenetic al anxietății la copii. În: *Probleme actuale ale Științelor Socioumanistice și Modernizării Învățământului. Conferința științifică anuală a profesorilor și cercetătorilor UPS „Ion Creangă”*. Chișinău: UPS „Ion Creangă”. 2019. p. 55 – 65. ISBN 978-9975-3370-1-4.
41. **RACU, IU.** Anxietatea față de testare: delimitări conceptuale și caracteristici. În: *Integrare prin cercetare și inovare: rezumate ale comunicărilor conferinței științifice naționale cu participare internațională*. USM: CEP USM. 2019. p. 178 – 182. ISBN 978-9975-149-50-1.
42. **RACU, IU.** Determinantele psihologice ale anxietății la școlarii mici. În: *Psihologia în mileniul III: provocări și soluții, conferință științifică internațională*. Bălți: Tipografia Universității de Stat „Alec Russo” din Bălți. 2020. P. 189 – 195. ISBN 978-9975-50-246-7.

Manuale:

1. RACU, I., **RACU, IU.** *Psihologia dezvoltării*. Chișinău: CEP USM. 2013. 212 p. ISBN 978-0075-71-478-5.

Suporturi de curs:

1. ПАКУ, Ж., **ПАКУ, Ю.** *Клиническая психология: учеб. пособ. для студентов.* Кишинэу: Totex-Lux. SRL. 2012. 172 c. ISBN 978-9975-4201-5-0.
2. **RACU, IU.** *Teoriile psihologice ale dezvoltării: suport de curs.* Chișinău: Totex-Lux. SRL. 2013. 84 p. ISBN 978-9975-4458-1-8.

Ghiduri:

1. **RACU, IU.** *Anxietatea la preadolescenți: abordări teoretice, diagnostic, modalități de diminuare: ghid pentru studenți și masteranzi.* Chișinău: Totex-Lux. SRL. 2013. 154 p. ISBN 978-9975-4201-8-1.
2. **RACU, IU.** *Anxietatea la preadolescenți: simptome, niveluri, tipuri, surse și modalități de diminuare.* În: *Particularitățile adaptării școlare a elevilor din clasele gimnaziale. Ghid metodologic.* Chișinău: Sirius. 2014. p. 60 – 66. ISBN 978-9975-57-146-3.
3. *Activitatea psihopedagogului cu elevii de vârstă școlară și preadolescentă* / coord.: E. Losîi, **Iu. Racu.** – Chișinău: Tipografia UPS „Ion Creangă”. 2015. 138 p. ISBN 978-9975-46-252-8.
4. *Organizarea activității psihologului școlar cu preadolescenții.* coord.: E. Losîi, **Iu. Racu.** Chișinău: Tipografia UPS „Ion Creangă”. 2016. 191 p. ISBN 978-9975-46-252-8.
5. LOSÎI, E., **RACU, IU.** *Activitatea psihologului cu copiii și adulții.* Chișinău: UPS „Ion Creangă”. 2018. 183 p. ISBN 978-9975-46-381-2.
6. LOSÎI, E., **RACU, IU.** *Ghid de practică ciclul II masterat.* Chișinău: UPS „Ion Creangă”. 2019. 265 p. ISBN 978-9975-46-405-5.

ADNOTARE

Racu Iulia. Psihologia anxietății la copii și adolescenți. Teză de doctor habilitat în psihologie, Chișinău, 2020

Structura tezei. Teza cuprinde adnotările, lista abrevierilor, introducere, șapte capitole, concluzii generale și recomandări, bibliografie din 276 de titluri, anexe și este perfectată pe 256 pagini, inclusiv 84 de figuri și 57 tabele. Rezultatele obținute sunt publicate în 74 lucrări științifice.

Cuvinte cheie: anxietate, tipurile de anxietate, anxietate școlară / anxietate academică, familie, climat familial, autoapreciere, încredere în sine, trăsături de personalitate, vârsta preșcolară, vârsta școlară mică, vârsta preadolescentă și vârsta adolescentă.

Scopul cercetării: fundamentarea teoretică și experimentală a fenomenului anxietății la diferite etape de vârstă în contextul noilor realități sociale, precum și configurarea unui model nou de intervenții psihologice orientat la diminuarea anxietății la preșcolari prin prisma implicațiilor asupra factorilor care o condiționează și cu posibilitate de extindere a acestuia și la alte vârste. **Obiectivele cercetării:** analiza și studierea literaturii de psihologie cu privire la anxietate, la metodele și instrumentele de diagnosticare a anxietății și corelatelor acesteia și la tehnicile, procedeele și modalitățile de diminuare a anxietății; evidențierea diferențelor de gen și de vârstă în manifestarea anxietății și a tipurilor de anxietate la copii și adolescenți; stabilirea caracteristicilor de gen și de vârstă în manifestarea anxietății școlare / anxietății academice și factorilor anxietății școlare la elevii mici, preadolescenți și adolescenți; identificarea factorilor psihosociali (componența familiei și climatul familial) și a celor individuali (autoapreciere, încredere în sine, curajul social, inițierea contactelor sociale) determinanți ai anxietății în preșcolaritate, în școlaritatea mică, în preadolescență și adolescență; identificarea trăsăturilor de personalitate caracteristice școlarilor mici, preadolescenților și adolescenților cu nivele distincte de anxietate; elaborarea, implementarea și evaluarea eficienței programului de intervenții psihologice în vederea diminuării anxietății la preșcolari; elaborarea concepției științifice cu referire la dezvoltarea anxietății la copii și adolescenți în contextul noilor realități sociale.

Noutatea și originalitatea rezultatelor cercetării constă în: fundamentarea teoretică și experimentală a fenomenului anxietății la diferite etape de vârstă în contextul noilor realități sociale axată pe investigarea diferențelor de gen și de vârstă în manifestarea anxietății (anxietății școlare / anxietății academice), a factorilor psihosociali și individuali determinanți ai acesteia și a trăsăturilor de personalitate ale copilului și adolescentului anxios; edificarea unei definiții cu caracter integrator al conceptului de anxietate dedus din analiza abordărilor și explicațiilor existente menite să realizeze o reconsiderare a tuturor definițiilor; stabilirea caracterului specific al anxietății, redimensionarea modalităților de manifestare a anxietății (anxietatea situațională și anxietatea ca trăsătură), evidențierea interacțiunii integrative a factorilor determinanți ai acesteia și a particularităților modelării trăsăturilor de personalitate în contextul dezvoltării de la preșcolaritate la adolescență; conceptualizarea unui model psihodiagnostic pentru studiul integrat și profund al anxietății și a corelatelor acesteia la diferite etape ale dezvoltării; prospectarea unui portret psihologic al copilului și adolescentului cu anxietate bazat pe o abordare integrativă a legităților și mecanismelor constitutive ale anxietății și corelatelor acesteia; conceperea și validarea unui nou model de intervenții psihologice orientat la diminuarea anxietății la preșcolari prin prisma implicațiilor asupra factorilor care o condiționează și cu posibilitate de extindere a acestuia și la alte vârste.

Noua direcție de cercetare: *Abordarea integrată a cercetării anxietății la diferite etape de vârstă.*

Semnificația teoretică a lucrării: fundamentarea unei teorii a anxietății care are la bază: definirea și conceptualizarea holistică a acesteia de la preșcolaritate la adolescență din perspectivă de gen, de vârstă, a modalităților distincte de manifestare, a sintezei factorilor determinanți (psihosociali și individuali) și a modificărilor în trăsăturile de personalitate; conceptualizarea fenomenului anxietății prin prisma legităților și mecanismelor explicative ale acesteia ca parte integrantă a dezvoltării sferei afective și a personalității copiilor și adolescenților; fundamentarea demersului de dezvoltare a afectivității și a elementelor cheie ale personalității preșcolarului orientat la diminuarea anxietății cu extinderea acestuia și la vârstele ulterioare de dezvoltare; dezvoltarea unei noi teorii cu privire la anxietate la copii și adolescenți împreună cu modelul psihodiagnostic și cel de intervenții psihologice propuse pentru evaluarea și diminuarea anxietății completează și îmbogățesc bazele teoretice ale științei psihologice cu cunoștințe ample. **Valoarea aplicativă a lucrării:** conceptualizarea unei metodologii de diagnosticare și examinare a anxietății ce poate fi extinsă și în investigarea sferei afective și cea a personalității aplicabilă la nivel individual și de grup la copii și adolescenți; validarea modelului de intervenții psihologice bazat pe implicațiile asupra factorilor condiționali ai anxietății constituit din tehnici expresiv-creative și exerciții de relaxare, meditații și alte tipuri de practici de tip mindfulness pentru diminuarea într-o manieră originală și inovativă atât a anxietății cât și a diverselor probleme în aria sferei afective și cea a personalității la preșcolari și copiii de altă vârstă; posibilitatea, demonstrată experimental, de valorificare în sistemul național de asistență psihologică a modelului psihodiagnostic și cel de intervenții psihologice în vederea studiului și diminuării anxietății la diferite etape de vârstă; evidențierea particularităților anxietății și a problematicii corelate cu aceasta permite determinarea direcțiilor esențiale de optimizare a dezvoltării emoționale și a personalității copiilor și adolescenților; formularea unui set de recomandări pentru părinți și cadre didactice cu referire la diminuarea anxietății și a problemelor adiacente la copii și adolescenți.

Implementarea rezultatelor cercetării. Rezultatele teoretico-experimentale au fost implementate în cadrul programelor stat și proiectelor naționale, în cadrul programelor de mobilitate internațională Erasmus +, în procesul didactic de pregătire și formare a studenților, masteranzilor și doctoranzilor la facultățile de psihologie din instituțiile superioare de învățământ din Republica Moldova, în cadrul cursurilor de formare continuă și în cadrul seminarelor științifico-metodice cu psihologii școlari, educatorii și cadrele didactice.

АННОТАЦИЯ

Раку Юлия. Психология тревожности у детей и юношей. Диссертация на соискание ученой степени доктора habilitat в психологии. Кишинэу, 2020

Структура диссертации. Диссертация состоит из аннотаций, списка сокращений, введения, семи глав, общих выводов и рекомендаций, библиографии из 276 названий, приложений, 256 страниц основного текста и включает 84 рисунков и 57 таблиц. Результаты исследования опубликованы в 74 научных работах.

Ключевые слова: тревожность, виды тревожности, школьная тревожность / академическая тревожность, семья, семейный климат, самооценка, уверенность в себе, черты личности, дошкольный, младший школьный, подростковый и юношеский возраста.

Цель исследования: теоретическое обоснование и экспериментальное изучение феномена тревожности на разных возрастных этапах в контексте новых социальных реалий, а также разработка и апробирование новой модели психологической интервенции, направленной на снижение тревожности у дошкольников, которая воздействует на факторы, ее обуславливающие, а также возможности использования и применения авторской модели в других возрастных группах. **Задачи исследования:** анализ и изучение психологической литературы по тревожности, методов и техник диагностики тревожности и ее видов, а также приемов и способов снижения тревожности; выделение гендерных и возрастных различий в проявлении тревожности и ее видов у детей, подростков и юношей; установление гендерных и возрастных характеристик в проявлении школьной / академической тревожности и факторов школьной тревожности у младших школьников, подростков и старшеклассников; выявление психосоциальных факторов (состав семьи и семейный климат) и индивидуальных детерминант тревожности (самооценка, уверенность в себе, социальная смелость, установление социальных контактов) в дошкольном, младшем школьном, подростковом и юношеском возрасте; выявление личностных черт, характерных для младших школьников, подростков и юношей с высоким уровнем тревожности; разработка, апробирование и оценка эффективности авторской программы психологической интервенции с целью снижения тревожности у дошкольников; разработка научной концепции развития тревожности у детей, подростков и юношеском возрасте в контексте новых социальных реалий.

Новизна и оригинальность результатов исследования заключаются в теоретическом и экспериментальном обосновании феномена тревожности на разных возрастных этапах в контексте новых социальных реалий, которое было направлено на изучение гендерных и возрастных различий в проявлении тревожности и ее видов (школьная тревожность / академическая тревожность), психосоциальных и индивидуальных детерминант тревожности, а также установлении черт личности тревожного ребенка, подростка и старшеклассника; создание интегративного и концептуального понятия тревожности, которое опирается на анализ существующих подходов и научных объяснительных трактовок, обеспечившее дальнейшее углубление научного определения феномена; установление специфического характера тревожности и изменение способов ее проявления в зависимости от вида (ситуативная тревожность и тревожность как черта), выделение интегративного взаимодействия ее детерминант и особенностей моделирования личностных черт личности ребенка на протяжении развития от дошкольного до юношеского возраста; концептуализация психодиагностической модели для комплексного и глубокого изучения тревоги и ее коррелятов на разных этапах развития; разработка психологических портретов тревожного ребенка и старшеклассника, основанных на интегративном подходе, обобщении закономерностей и базовых механизмов тревожности и ее коррелятов; разработка и апробирование новой модели психологической интервенции, направленной на снижение тревожности у дошкольников через воздействие на факторы, ее обуславливающие, а также возможности распространения авторской модели на другие возрасты.

Новое направление исследований: *Комплексный и интегративный подход к изучению тревожности на разных возрастных этапах.*

Теоретическая значимость исследования: создание теории тревожности, основанной на ее целостном и концептуальном понимании на разных возрастных этапах от дошкольного до подросткового и юношеского возраста с точки зрения гендера, различных вариантов и способов проявления, синтеза детерминант (психосоциальных и индивидуальных) и специфики личностных черт; осмысление феномена тревожности через призму ее закономерностей и механизмов как важной составляющей развития аффективной сферы и личности детей, подростков и юношей; теоретическое обоснование подхода к развитию аффективности и ключевых элементов личности дошкольника, ориентированных на снижение тревожности и возможности его применения на других возрастных этапах; разработка новой теории тревожности у детей и юношей, а также предложены психодиагностическая модель для оценивания и авторская модель психологической интервенции для снижения тревожности, которые обогащают и комплектуют теоретические основы психологической науки новыми обширными знаниями.

Практическое значение исследования: концептуализация методологии диагностики и оценивания тревожности, которая может быть распространена на изучение аффективной сферы и личности, применимой на индивидуальном и групповом уровне к детям и старшеклассникам; валидация авторской модели психологической интервенции, основанной на влиянии на факторы тревожности и состоящей из экспрессивно-творческих техник и упражнений на расслабление, медитаций и других практик осознанности для снижения оригинальным и новаторским способом, как тревоги, так и решения различных проблем в области аффективной сферы и личности дошкольников и детей старшего возраста; экспериментально продемонстрирована возможность использования моделей психодиагностики и психологической интервенции для изучения и снижения тревожности на разных возрастных этапах в системе национальной психологической помощи и образовательном пространстве, в целом; выделение особенностей тревожности и связанных с ней проблем позволило определить главные направления оптимизации эмоционального развития и личности детей и юношей; разработка комплекса рекомендаций для родителей и дидактических кадров по снижению тревожности и проблем, связанных с ней у детей и юношей.

Внедрение результатов исследования. Теоретико-экспериментальные результаты: нашли отражение в государственных программах; были использованы в национальных проектах, а также в программах международной мобильности Erasmus+; были включены в учебные курсы в процессе обучения и подготовки студентов, магистрантов и докторантов на факультетах психологии в вузах Молдовы; были представлены дидактическим кадрам на курсах непрерывного обучения и повышения квалификации и школьным психологам, воспитателям и учителям в рамках научно-методических семинаров.

ANNOTATION

Racu Iulia. Psychology of anxiety in children and adolescents. Habilitated Doctor of Psychology Thesis. Chişinău, 2020

Thesis structure. The thesis comprises the annotations, the list of abbreviations, an introduction, seven chapters, general conclusions and recommendations, a bibliography of 276 titles, annexes, and consists of 256 pages, including 84 figures and 57 tables. The obtained results are published in 74 scientific works.

Keywords: anxiety, types of anxiety, school anxiety/academic anxiety, family, family climate, self-appreciation, self-confidence, personality traits, preschool age, junior school age, preadolescent age and adolescent age.

The purpose of the research: theoretical and experimental grounding of the phenomenon of anxiety at different age levels in the context of new social realities, as well as the configuration of a new psychological intervention model oriented to anxiety reduction in preschoolers through the prism of implications on its conditioning factors with the possibility of its extension to other ages as well. **Research objectives:** analysis and study of specialized literature regarding anxiety, the methods and instruments of anxiety and its correlates diagnosis, and the techniques, procedures and ways of anxiety reduction; underlining gender and age differences in anxiety manifestation and anxiety types in children and adolescents; establishing gender and age features in manifesting school/academic anxiety and school anxiety factors at junior students, preadolescents and adolescents; identification of psycho-social factors (family composition and climate) and of the individual ones (self-assessment, self-confidence, social courage, initiation of social contacts) determining anxiety at preschool, early school, preadolescence and adolescence periods; identification of personality traits typical to junior schoolchildren, preadolescents and adolescents with distinct levels of anxiety; elaboration, implementation and evaluation of the psychological intervention program effectiveness regarding anxiety reduction in preschoolers; elaboration of the scientific concept regarding the development of anxiety in children and adolescents in the context of new social realities.

Novelty and originality: of research results consists in: theoretical and experimental grounding of the anxiety phenomenon at different age levels in the context of new social realities based on the investigation of gender and age differences in anxiety manifestation (school anxiety/academic anxiety), of psychosocial and individual factors determining it and of personality traits of the anxious child and adolescent; building a definition with integratory character of the concept of anxiety deduced from the analysis of existing approaches and explanations aimed at realizing a reconsidering of all the definitions; establishing the specific character of anxiety, re-dimensioning the ways of anxiety manifestation (situational anxiety and anxiety as a trait), underlining integrative interaction of its determining factors and of the features of personality traits modelling in the context of development from preschool stage to adolescence; conceptualizing a psycho-diagnosis model for integrated and deep study of anxiety and its correlates at different development stages; prospecting a psychological portrait of the child and adolescent with anxiety, based on an integrative approach of constructive regularities and mechanisms of anxiety and its correlates; conceiving and validation of a new psychological interventions model oriented to diminishing anxiety in preschoolers through the prism of the implications on the conditioning factors and with the possibility of extending it to other ages.

New research direction: The integrated approach to anxiety research at different age stages.

Theoretical significance of the work: grounding a theory of anxiety based on: holistic definition and conceptualizing of it from preschool to adolescence level from the perspective of gender, age, distinct ways of manifestation, of synthesis of determining factors (psycho-social and individual) and of modifications in personality traits; conceptualization of the anxiety phenomenon through the prism of its explanatory lawfulness and mechanisms as an integrated part of the affective sphere and of the personality of the child and adolescent development; grounding the approach of development of affectivity and preschooler's personality key elements oriented to anxiety diminishing with its extension to subsequent ages of development; the development of a new theory regarding anxiety in children and adolescents together with the psycho-diagnostic model and that of psychological interventions suggested for the assessment and diminishing of the anxiety complete and enrich the theoretical fundamentals of the psychological science with ample knowledge. **The applicative value of the work:** conceptualizing a methodology of diagnostic and examination of the anxiety which can also be extended in the investigation of the affective sphere and that of the personality applicable at individual and group level to children and adolescents; the validation of the psychological intervention model based on the implications on anxiety conditioning factors, constituted of expressive-creative techniques and relaxation exercises, meditations and other types of practices like mindfulness for diminishing in an original and innovative manner both anxiety and different problems from the area of affective sphere and that of the personality at preschoolers and children of other ages; the possibility, experimentally proved, by the valorization in the national system of psychological assistance/support of the psycho-diagnostic and psychological intervention models regarding study and diminishing anxiety at different age; underlining the features of the anxiety and of the problems correlated with it allows the determination of the essential directions for the optimization of emotional and personality development of children and adolescents; formulating a set of recommendations for parents and academic staff referring to diminishing anxiety and related problems at children and adolescents.

Implementation of research results: The theoretic-experimental results have been implemented within state programs and national projects, within Erasmus+ international mobility program, within the didactic process while training and forming Bachelor, Master and Doctoral students from the Psychology faculties of higher education institutions, within continuous training courses, within scientific-methodological seminars for school psychologist and counselors and teaching staff.

RACU IULIA

PSIHOLOGIA ANXIETĂȚII LA COPII ȘI ADOLESCENȚI

Rezumatul tezei de doctor habilitat în psihologie
Specialitatea 511.02 – psihologia dezvoltării și psihologia educațională

Aprobat spre tipar: 25.09.20

Formatul hârtiei 60x84 1/16

Hârtie offset. Tipar offset.

Tirajul 50 ex.

Coli de tipar 3,59

Comanda Nr

Rezumatul a fost tipărit la Tipografia UPS „Ion Creangă” din Chișinău,
str. Ion Creangă, 1