

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

Cu titlu de manuscris  
**CZU:159.923-055.2(043.3)**

**ROTARU-SÎRBU NATALIA**

**FORMAREA SENTIMENTULUI SECURITĂȚII PSIHOLOGICE PRIN  
INTERMEDIUL ACTIVĂRII RESURSELOR PERSONALE ALE FEMEILOR SUPUSE  
ABUZULUI ÎN COPILĂRIE**

**SPECIALITATEA 511.02 – PSIHOLOGIA DEZVOLTĂRII ȘI PSIHOLOGIA  
EDUCAȚIONALĂ**

Teză de doctor în psihologie

Conducător științific:

**Groza (Verdeș) Angela**, dr. psihologie, conf. univ.

Autor:

**Rotaru-Sîrbu Natalia**

**CHIȘINĂU, 2022**

© Rotaru-Sîrbu Natalia, 2022

## CUPRINS

<b>ADNOTARE</b>	5
<b>АННОТАЦИЯ</b>	6
<b>ANNOTATION</b>	7
<b>LISTA ABREVIERILOR</b>	8
<b>LISTA FIGURILOR</b>	9
<b>LISTA TABELELOR</b>	13
<b>INTRODUCERE</b>	15
<b>1. ABORDĂRI TEORETICE ALE SENTIMENTULUI SECURITĂȚII PSIHLOGICE LA FEMEILE ABUZATE ÎN COPILĂRIE</b>	28
1.1. Concepte teoretice privind sentimentul securității psihologice	28
1.2. Abuzul și consecințele lui pe termen lung la femei	
1.3. Resursele personale ale femeilor abuzate în copilărie	49
1.4. Concluzii la capitolul 1	57
<b>2. CERCETAREA EXPERIMENTALĂ A SENTIMENTULUI SECURITĂȚII PSIHLOGICE ȘI A RESURSELOR PERSONALE LA FEMEILE ABUZATE COPILĂRIE</b>	60
2.1. Metodologia cercetării	60
2.2. Prezentarea și interpretarea rezultatelor experimentului de constatare	71
2.3. Studiul relației dintre tipul de atașament și resursele personale ale femeilor abuzate în copilărie	95
2.4. Concluzii la capitolul 2	98
<b>3. DEZVOLTAREA SENTIMENTULUI SECURITĂȚII PSIHLOGICE PRIN ACTIVAREA RESURSELOR PERSONALE LA FEMEILE ABUZATE ÎN COPILĂRIE</b>	101
3.1. Metodologia și organizarea programului de dezvoltare a sentimentului securității psihologice la femeile abuzate în copilărie prin activarea resurselor personale Caracteristica generală a programului de intervenție psihologică	101
3.2. Prezentarea și interpretarea rezultatelor experimentului formativ privind dezvoltarea securității psihologice prin activarea resurselor personale ale femeilor abuzate în copilărie	113
3.3. Concluzii la capitolul 3	143
<b>CONCLUZII GENERALE ȘI RECOMANDĂRI</b>	146
<b>BIBLIOGRAFIE</b>	148

<b>ANEXE</b>	172
Anexa 1. Teste și scale administrate în vederea culegerii datelor	168.
Anexa 2. Statistica descriptivă la variabilele studiate	192
Anexa 3. Statistica descriptivă la variabilele cercetate în cadrul experimentului formativ	227
Anexa 4. Program de intervenție privind dezvoltarea și fortificarea securității psihologice	244
<b>DECLARAȚIA PRIVIND ASUMAREA RĂSPUNDERII</b>	304
<b>CV-UL AUTORULUI</b>	306

## ADNOTARE

Natalia Rotaru-Sîrbu

### Formarea sentimentului securității psihologice prin intermediul activării resurselor personale ale femeilor supuse abuzului în copilărie Teză de doctor în psihologie, Chișinău, 2022

**Structura tezei:** Prezenta cercetare cuprinde adnotările în limbile română, rusă și engleză, introducere, trei capitole, concluzii generale și recomandări, bibliografie din 278 de titluri, 45 figuri, 34 tabele, 3 anexe. Textul de bază cuprinde 161 de pagini. Rezultatele studiului au fost publicate în 10 lucrări științifice.

**Cuvinte-cheie:** securitate psihologică, atașament, violență, abuz, traumă, resurse personale, femei supuse abuzului, strategii cognitiv-emoționale și comportamentale.

**Domeniul de studiu:** Cercetarea se plasează la confluența unor domenii de cercetare precum psihologia socială, psihologia familiei și a victimei, psihologia vârstelor.

**Scopul cercetării** constă în studierea sentimentului securității psihologice la femeile supuse abuzului în copilărie, dar și al resurselor personale ca factori de impact asupra securității, elaborarea și implementarea programului pentru fortificarea sentimentului de securitate psihologică și activarea resurselor personale la femeile abuzate în copilărie.

**Obiectivele cercetării:** determinarea prezenței abuzului în copilărie și a tipurilor de abuz la care au fost supuse femeile în copilărie; studierea sentimentului securității psihologice la femeile abuzate și neabuzate în copilărie prin determinarea tipului de atașament; analizarea comparativă a tipului de atașament, în funcție de formele de abuz; stabilirea accentuărilor de personalitate și a resurselor personale (stimă de sine, reziliență, ostilitate, strategii de coping); elaborarea și implementarea programului pentru fortificarea sentimentului de securitate psihologică și activarea resurselor personale la femeile supuse abuzului în copilărie.

**Rezultatele obținute care contribuie la soluționarea problemei științifice importante:** determinarea specificului sentimentului securității la femeile abuzate și neabuzate în copilărie, al resurselor personale și al impactului implementării programului de intervenție psihologică prin fortificarea sentimentului securității și activarea resurselor personale la femeile abuzate.

**Noutatea și originalitatea științifică** rezidă în faptul că, pentru prima dată, la nivel național, au fost studiate consecințele abuzului (fizic, emoțional, neglijare și sexual) din copilărie la femeile adulte, trăsăturile de personalitate, nivelul stimei de sine, de reziliență și de ostilitate, dar și capacitatea acestora de a-și reactiva resursele; totodată, contrastiv, a fost evaluată situația femeilor care nu au fost supuse violenței în copilărie, a fost elaborat și implementat un program de intervenție psihologică orientat spre antrenarea sentimentului securității și activarea resurselor personale.

**Semnificația teoretică a lucrării:** reprezintă un studiu pluridisciplinar, care a contribuit la clarificarea cadrului teoretic privind termenul de securitate psihologică și factorii care îl determină, evidențiind că situațiile de abuz în copilărie au un impact puternic asupra formării personalității și influențează calitatea vieții în perioada adultă atât în cadrul familiei, cât și în afara ei.

**Valoarea aplicativă a lucrării** constă în faptul că rezultatele obținute servesc drept bază pentru elaborarea unui ghid de bune practici, prin dezvoltarea, implementarea și validarea programului de intervenție psihologică pentru încurajarea exprimării sentimentelor, facilitarea acceptării experiențelor trăite și susținerea femeilor abuzate în copilărie în procesul de activare a resurselor pentru adaptarea la schimbare.

**Implementarea rezultatelor științifice.** Rezultatele acestui studiu sunt utilizate în procesul de pregătire și formare a viitorilor psihologi și profesori, reprezentând un reper la elaborarea altor cercetări. Totodată, rezultatele au fost discutate în articole și comunicări științifice la nivel național și internațional. Teza reprezintă o contribuție temeinică la îmbogățirea literaturii științifice naționale, iar datele obținute pot fi utilizate la elaborarea unor politici sociale privind violența în familie.

## АННОТАЦИЯ

**Наталья Ротару-Сырбу. Формирование чувства психологической безопасности при активации личных ресурсов у женщин, подвергшихся насилию в детстве.**

**Диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук  
Кишинэу, 2021**

**Структура диссертации.** Диссертация состоит из аннотаций на румынском, английском и русском языках; списка сокращений; введения; трех глав, общих выводов и рекомендаций; библиографии 278; 45 рисунков; 34 таблиц и 3 приложений. Основной текст диссертации изложен на 161 страницах. Результаты были опубликованы в 10 научных статьях.

**Ключевые слова:** психологическая безопасность, привязанность, насилие, жестокое обращение, травма, личные ресурсы, женщины – жертвы насилия.

**Областью исследования настоящей работы является:** социальная психология, психология развития, возрастная психология, изучение психосоциальных навыков, отцовской идентичности и психосоциальной адаптации.

**Цель работы** заключается в изучении чувства психологической безопасности и личных ресурсов у женщин, подвергшихся насилию в детстве.

**Задачи исследования:** определение наличия и видов жестокого обращения с женщинами, подвергшихся насилию в детстве; изучение чувства психологической безопасности у женщин, подвергшихся насилию в детстве и у тех которые не стали жертвами насилия в детстве, путем детерминации типа привязанности; сравнительный анализ типа привязанности в зависимости от формы жестокого обращения; установление акцентуаций личности у женщин, подвергшихся насилию в детстве; определение уровня самооценки у этих женщин, по сравнению с теми, кто не подвергались насилию; определение враждебности, жизнестойкости у женщин, подвергшихся насилию в детстве; оценка стратегий выживания часто используемых экспериментальными субъектами.

**Научная новизна и оригинальность:** впервые на национальном уровне мы исследовали последствия у женщин, подвергшихся насилию в детстве, их личностные качества, самооценку, и враждебность, а также их способность повторно активировать свои ресурсы; на основе сравнительного анализа, мы оценили ситуацию женщин, не подвергавшихся насилию в детстве и тех которые подвергались детскому насилию; разработали и внедрили программу психологического вмешательства, направленную на формирование чувства защищенности и активизацию личных ресурсов.

**Важная решенная научная проблема:** посредством анализа чувства безопасности у подвергшихся насилию и не подвергшихся насилию женщин в детстве было установлено, что подвергшиеся насилию женщины в детстве могут повторно активировать свои личные ресурсы, путем обоснования и реализации программы психологического вмешательства.

**Теоретическая значимость работы:** представляет междисциплинарную работу, аспекты из социальной интегративной и семейной психологии, психотерапии, психологии отношений, арт-терапии, эмпирической психологии, когнитивно-поведенческой психотерапии, групповой психотерапии, психотерапии тревожных расстройств.

**Практическое значение работы** заключается в применении предложенного практического руководства по разработке и внедрению программы психологического вмешательства и реализации программы психологической интервенции для поддержки женщин, подвергшихся насилию в детстве и для активации собственных ресурсов.

**Внедрение результатов исследований.** Результаты могут быть использованы в процессе обучения и подготовки психологов и послужат отправной точкой для разработки курсовых и магистерских диссертаций. А также, эти результаты были представлены на национальных и международных конференциях, а полученные данные могут быть использованы для разработки социальной политики по вопросам домашнего насилия.

## ANNOTATION

### **Natalia Rotaru-Sîrbu. The development of the psychological security sense by activating the personal resources of women abused in childhood**

**PhD Thesis in Psychology, Chisinau, 2021**

**Structure of Dissertation:** The present research includes annotations in Romanian, English and Russian; the list of abbreviations; Introduction; three chapters; General Conclusions and Recommendations; Bibliography 278; 45 figures; 34 tables and 3 appendices. The main text contains 161 pages. The obtained results were published in 10 scientific articles.

**Key words:** psychological security, attachment, violence, abuse, trauma, personal resources.

**Area of study:** the research is at the confluence of certain research domains, such social psychology, developmental psychology, age psychology, the study of psychosocial skills, paternal identity and psychosocial adaptation.

**Purpose of the thesis:** consists in analyzing the sense of psychological security and personal resources in women abused in childhood, battered women.

**Objectives of the thesis:** identifying the presence of childhood abuse and the types of abuse to which women were subjected during their childhood; studying the sense of the psychological security in abused and non-abused women in childhood by determining the type of attachment; and making an contrastive analysis of the type of attachment, taking into consideration the forms of abuse; personality characteristics in women abused in childhood; identifying the level of self-esteem in women abused in childhood in comparison to those who were not abused; determining the level of hostility in women included in the research; establishing the level of the resilience in abused and non-abused women in childhood; assessment of coping strategies - frequently used by experimental subjects.

**Scientific novelty and originality** consist in the fact that for the first time, at the national level, were investigated the consequences of the childhood abuse, the personality traits of the women who were abused in childhood, their level of the self-esteem, resilience and hostility and the ability to reactivate their personal resources. At the same time, the situation of women who were not subjected to violence in childhood was assessed.

**The important scientific problem solved.** Due to the analyzing the sense of psychological security in abused and non-abused women in childhood, it was established that abused women in childhood can reactivate their personal resources, including by substantiating and implementing a psychological intervention program.

**The theoretical significance of the study** stems from the relevance of the researched subject. The PhD thesis represents a multidisciplinary work which combines the aspects of social psychology, family and couple psychology and psychotherapy, relationship psychology, integrative psychology, art therapy, humanistic-experiential psychology, cognitive-behavioral psychotherapy, group psychotherapy, anxiety psychotherapy. We consider that the thesis contributed with new researches to the area of study concerning the terms of psychological security and personal resources, highlighting that the childhood abuse has a strong impact on the development of accentuated personality traits that influence the quality of adult's life within and outside the family.

**The applied value of the research** consists in the possibility to draw up a guide of good practice and a complex program of psycho-pedagogical intervention in the activity of school psychologists, practitioners, counselors, teachers by implementing and validating the psychological intervention program in order to encourage and facilitate the acceptance of past experiences and support women which were abused in childhood in the process of activating their resources.

**Implementation of the research results.** The results of this study are used in training and professional education of psychologists. This thesis represents a solid contribution to the enrichment of the national scientific literature.

## **LISTA ABREVIERILOR**

AAS – Adult Attachment Scale

CERQ – Chestionar de coping cognitiv-emoțional

SACS – Scala de abordare strategică a copingului

GC – Grup de control

GE – Grup experimental

$M_1$  – Media aritmetică la grupul de control

$M_2$  – Media aritmetică la grupul experimental

SD – Abaterea standard

U – Valoarea semnificației diferenței după U Mann-Whitney

P – Pragul de semnificație

Z – Semnificația diferenței la testul Wilcoxon



## LISTA FIGURILOR

Fig. 1.1. Modelul securității psihologice	29
Fig. 1.2 Triunghiul lui Karpman	46
Fig. 1.3 Triunghiul dramatic al lui J. Kemple	47
Fig. 2.1. Nivelul de studii al femeilor din lotul de constatare	63
Fig. 2.2. Mediul de trai al femeilor din eșantionul de cercetare	64
Fig. 2.3. Statutul social al femeilor din eșantionul de cercetare	64
Fig. 2.4. Procentajul femeilor abuzate sau neabuzate în copilărie	72
Fig. 2.5. Repartizarea femeilor neabuzate/abuzate, după formele de abuz	72
Fig. 2.6. Valorile medii ale atașamentului la femeile abuzate/neabuzate în copilărie	73
Fig. 2.7. Valorile medii ale tipului de atașament la femeile neabuzate/abuzate, în funcție de tipul de abuz	75
Fig. 2.8. Valorile medii ale trăsăturilor de personalitate la femeile neabuzate/abuzate în copilărie	82
Fig. 2.9. Valorile medii ale stimei de sine la femeile abuzate/neabuzate	85
Fig. 2.10. Valorile medii ale ostilității la femeile abuzate/neabuzate în copilărie	86
Fig. 2.11. Valorile medii ale formelor de ostilitate la femeile neabuzate/abuzate în copilărie	87
Fig. 2.12. Valorile medii ale rezilienței la femeile neabuzate/abuzate în copilărie	90
Fig. 2.13. Valorile medii ale scalelor copingului cognitiv-emoțional la femeile neabuzate/abuzate în copilărie	91
Fig. 2.14. Compararea valorilor medii la scalele SACS în cazul femeilor abuzate/neabuzate în copilărie	94
Fig. 3.1 Valorile medii ale variabilelor atașamentului din GC și GE – test	113
Fig. 3.2. Valorile medii ale stimei de sine din GC și GE – test	114
Fig. 3.3. Valorile medii la reziliență din GC și GE – test	115
Fig. 3.4. Valorile medii ale ostilității din GC și GE – test	116

Fig. 3.5. Valorile medii la formele de ostilitate din GC și GE – test	116
Fig. 3.6. Valorile medii la strategiile de coping cognitiv-emoțional (CERQ) GC și GE – test	116
Fig. 3.7. Valorile medii la strategiile de coping comportamental din GC și GE –test	118
Fig. 3.8. Valorile medii cu privire la atașament, din GC și GE – retest, conform testului AAS	119
Fig. 3.9. Valorile medii ale stimei de sine din GC și GE – retest	120
Fig. 3.10. Valorile medii ale rezilienței din GC și GE – retest	121
Fig. 3.11. Valorile medii ale nivelului de ostilitate din GC/retest și GE/retest	122
Fig. 3.12. Valorile medii ale formelor de ostilitate din GC/retest și GE/retest, conform Testului ostilității	122
Fig. 3.13. Valorile medii ale strategiilor de coping cognitiv-emoțional la GC/retest și GE/retest, conform CERQ	124
Fig. 3.14. Valorile medii la strategiile de coping comportamental la GC/retest și GE/retest, conform SACS	126
Fig. 3.15. Valorile medii la variabila „atașament”, în baza AAS, din GE test și GE/retest	128
Fig. 3.16. Valorile medii la variabila „stima de sine”, în cazul GE/test și GE/retest	129
Fig. 3.17. Valorile medii la variabila „reziliență” la GE/test și la GE/retest	130
Fig. 3.18. Valorile medii la nivelul de ostilitate pentru GE/test și GE/retest, în baza scalei ostilității	131
Fig. 3.19. Valorile medii ale formelor de ostilitate pentru GE/test și GE/retest, conform testului ostilității	131
Fig. 3.20. Valorile medii ale strategiilor de coping cognitiv-emoțional pentru GE/test și GE/retest conform CERQ	133
Fig. 3.21. Valorile medii la strategiile de coping comportamental pentru GE/test și GE/retest conform SACS	135
Fig. 3.22. Valorile medii ale variabilei „atașament” la GC/test și GC/retest	136
Fig. 3.23. Valorile medii ale stimei de sine la GC/test și GC/retest	137
Fig. 3.24. Valorile medii la variabila „reziliență” la GC/test și GC/retest	138

Fig. 3.25. Valorile medii la scala ostilității la GC/test și GC/retest	139
Fig. 3.26. Valorile medii la formele de ostilitate pentru GC/test și GC/retest	139
Fig. 3.27. Valorile medii ale strategiilor de coping cognitiv-emoțional pentru GC / test și GC / retest	141
Fig.3.28. Valorile medii ale strategiilor de coping comportamental pentru GC/test și GC/retest	142

## LISTA TABELELOR

Tabel 1.1. Consecințele traumei asupra formării transgeneraționale a atașamentului	35
Tabel 2.1. Nivelul de studii al femeilor din lotul de cercetare	63
Tabel 2.2. Locul de trai al femeilor din lotul de cercetare	64
Tabel 2.3. Statutul social al femeilor din lotul de cercetare	65
Tabel 2.4. Numărul de copii ai femeilor din lotul de cercetare	65
Tabelul 2.5. Analiza de varianță Anova în funcție de forma de abuz	77
Tabelul 2.6. Matricea de corelație la variabilele atașamentului și la stima de sine în cazul femeilor abuzate în copilărie	89
Tabelul 2.7. Matricea corelației la variabilele tipurilor de atașament și de agresivitate	96
Tabelul 2.8. Matricea corelației la variabilele tipurilor de atașament și ale strategiilor de coping cognitiv-emoțional CERQ	97
Tabelul 2.9. Matricea corelației la variabilele tipurilor de atașament și ale strategiilor de coping comportamental (SACS)	98
Tabelul 3.1. Semnificația diferenței, după testul U (Mann-Whitney), în experimentul de control la variabilele de cercetare: atașament, reziliență, ostilitate	114
Tabelul 3.2. Semnificația diferenței, după testul U (Mann-Whitney), în experimentul de control la variabilele de cercetare pentru stima de sine	115
Tabelul 3.3. Semnificația diferenței, după testul U (Mann-Whitney), în experimentul de control la variabila de cercetare – reziliența	115
Tabelul 3.4. Semnificația diferenței după testul U (Mann-Whitney) în experimentul de control la variabila „ostilitate” și a formelor ei	115
Tabelul 3.5. Semnificația diferenței după testul U (Mann-Whitney) în experimentul de control la variabilele strategiilor de coping cognitiv-emoțional – CERQ	117
Tabelul 3.6. Semnificația diferenței după testul U (Mann-Whitney) în experimentul de control la variabilele de cercetare privind strategiile de coping comportamental – SACS la etapa test	118
Tabelul 3.7. Semnificația diferenței după testul U (Mann-Whitney) în experimentul de control la variabilele de cercetare pentru atașament – retest	120

Tabelul 3.8. Semnificația diferenței după testul U (Mann-Whitney) în experimentul de control la variabila privind stima de sine – retest	122
Tabelul 3.9. Semnificația diferenței după testul U (Mann-Whitney) în experimentul de control la variabila de cercetare privind reziliența – retest	122
Tabelul 3.10. Semnificația diferenței, după testul U (Mann-Whitney), în experimentul de control la variabila de cercetare privind ostilitatea și formele ei – retest	123
Tabelul 3.11. Semnificația diferenței, după testul U (Mann-Whitney), în experimentul de control pentru GC/retest, GE/retest, la variabilele strategiilor de coping cognitiv-emoțional – CERQ	125
Tabelul 3.12. Semnificația diferenței după testul U (Mann-Whitney) în experimentul de control la GC / retest și GE/retest pentru variabilele de cercetare a strategiilor de coping comportamental – SACS	126
Tabelul 3.13. Semnificația diferenței (GE/test, GE/retest), după testul Wilcoxon, în experimentul de control la variabila de cercetare – atașamentul	128
Tabelul 3.14. Semnificația diferenței (GE/test, GE/retest) după testul Wilcoxon în experimentul de control la variabila de cercetare – stima de sine	129
Tabelul 3.15. Semnificația diferenței (GE/test, GE/retest), după testul Wilcoxon, în experimentul de control la variabila de cercetare – reziliența	129
Tabelul 3.16. Semnificația diferenței (GE/test, GE/retest) după testul Wilcoxon în experimentul de control la variabilele de cercetare – ostilitatea și formele ei	132
Tabelul 3.17. Semnificația diferenței (GE/test, GE/retest) după testul Wilcoxon în experimentul de control la variabila de cercetare – strategiile de coping cognitiv-emoțional	134
Tabelul 3.18. Semnificația diferenței (GE/test, GE/retest) după testul Wilcoxon în experimentul de control la variabila de cercetare – strategiile de coping comportamental	135
Tabelul 3.19. Semnificația diferenței (GC/test, GC/retest) după testul Wilcoxon în experimentul de control la variabila de cercetare „atașamentul”	137
Tabelul 3.20. Semnificația diferenței (GC/test, GC/retest) după testul Wilcoxon în experimentul de control la variabila de cercetare – stima de sine	137
Tabelul 3.21. Semnificația diferenței (GC/test, GC/retest), după testul Wilcoxon, în experimentul de control la variabila de cercetare – reziliența	138

Tabelul 3.22. Semnificația diferenței (GC/test, GC/retest) după testul Wilcoxon în experimentul de control la variabilele de cercetare – ostilitatea și formele ei	140
Tabelul 3.23. Semnificația diferenței (GC/test, GC/retest) după testul Wilcoxon în experimentul de control la variabila de cercetare – strategiile de coping cognitiv-emoțional	141
Tabelul 3.24. Semnificația diferenței (GC/test, GC/retest) după testul Wilcoxon în experimentul de control la variabila de cercetare – strategiile de coping comportamental	143

## INTRODUCERE

### **Actualitatea temei**

Securitatea psihologică a femeilor care au fost abuzate în copilărie reprezintă un fenomen sociocultural care trebuie abordat multiaspectual, în contextul în care ține de o serie de configurații ale vieții cotidiene și se referă atât la femeie ca individ, cât și la societate, per ansamblu. În acest sens, ratificarea Convenției de la Istanbul de către autoritățile Republicii Moldova, la un deceniu de la adoptare, devine un instrument puternic pentru prevenirea eficientă a violenței împotriva femeilor și presupune implementarea unor practici pentru îmbunătățirea situației privind egalitatea de gen, protejarea victimelor, combaterea stereotipurilor referitor la rolul femeii și al bărbatului în societate, dar și pedepsirea actelor de violență împotriva femeilor.

Pornind de la această perspectivă, devine important să cercetăm conceptul securității psihologice în cazul femeilor abuzate în copilărie într-o manieră complexă, având la bază abordările diferitor școli psihologice.

De cele mai multe ori, copiii sunt martori, dar și victime ale unor conflicte care au loc în familie. Cercetările efectuate pun în evidență faptul că, din cauza neglijării, dar și a abuzului, copiii pot avea o stimă de sine scăzută ori pot manifesta comportamente riscante și de autovătămare, fapt care generează probleme sociale și emoționale [184]. De altfel, situațiile de abuz produse în copilărie, care nu sunt discutate, precum și traumele care nu sunt reabilite influențează direct formarea personalității.

Gravitatea consecințelor abuzului depinde de o serie de factori precum: vârsta, nivelul de dezvoltare și trăsăturile de personalitate ale copilului, relația cu abuzatorul, durata și frecvența actelor violente, reacția altor persoane, viziunea colectivității (o anumită formă de abuz poate fi privită de comunitate drept o modalitate de disciplinare a copilului) ș.a.

Adesea, copiii care au crescut într-o familie sau într-o comunitate violentă deprind anumite modele de comportament și, respectiv, au tendința de a copia modelul de abuz din propria familie. Astfel, copiii acasă învață ce este impulsivitatea, pe care ajung, ulterior, să o manifeste în societate prin agresivitate crescută sau prin anxietate și schimbări în modul de relaționare și de socializare. Din păcate, în societatea noastră, abuzul, deseori, este considerat o problemă de ordin intern, care ține doar de o anumită familie, și este acceptat de ceilalți membri ai comunității, deoarece nu este văzut drept o formă gravă de violență. În acest context, vorbim și de influența experienței acumulate de generații, adică de moștenirea unor comportamente și viziuni pe care, în prezent, le acceptăm drept normă și care pot cauza apariția situațiilor de violență la generațiile următoare.

În cazul femeilor abuzate în copilărie, evenimentele din trecut le influențează puternic relația pe care o au cu partenerul. Deși și-ar dori o legătură plină de afecțiune cu soțul și cu copiii, acestea, deseori, pot manifesta comportamente confuze, care oscilează de la teamă, nesiguranță,

ezitare și neliniște la agitație și tensiune. Aceste femei rămân blocate în trecutul lor și nu pot uita întâmplările care le-au rămas fixate în memorie. Calitatea vieții femeilor abuzate în copilărie este afectată puternic, ele sunt mereu în căutarea unui suport emoțional pe care nu l-au avut atunci când erau mici, iar apariția unor situații de conflict în viața lor de adult le reamintește de evenimentele traumatizante trăite și, drept urmare, ele uneori nu sunt capabile să găsească soluții potrivite și nu pot să-și activeze propriile resurse pentru a face față traumelor din trecut.

Potrivit Organizației Mondiale a Sănătății, la nivel global, aproape o treime dintre femeile care au fost într-o relație de cuplu au fost victime ale violenței fizice și/sau sexuale din partea partenerului și aproximativ 7% dintre fetele cu vârsta de 15 ani și mai mult au suferit de pe urma violenței sexuale din partea unui non-partener [106]. Totodată, UNICEF estimează că șase din 10 copii din întreaga lume, cu vârsta cuprinsă între 2 și 14 ani, au fost victime ale unor abuzuri psihologice; șapte din 10 copii au fost victime ale unor pedepse fizice; o fată din 10, cu vârsta de până la 18 ani, a fost victimă a abuzului sexual [106]. De asemenea, femeile sunt cele care mai des devin victime ale abuzului și pot experimenta niveluri mai ridicate de frică, fiind mai susceptibile de a fi supuse unor comportamente coercitive și de control, comparativ cu bărbații [228, p.19].

Din aceste considerente, tema cercetării prezintă interes în contextul în care violența față de copii și femei rămâne a fi o problemă dureroasă pentru majoritatea țărilor, inclusiv pentru Republica Moldova. Potrivit datelor din 2014, în Republica Moldova, 76% dintre copiii cu vârsta între 2 și 14 ani au fost supuși disciplinării violente, 48% dintre care – pedepsei fizice, efectele căreia sunt la fel de grave și puternice ca și ale abuzului sexual, iar 69% – agresiunii psihologice [204, pp.71-73]. În 2020, în conformitate cu datele oferite de Inspectoratul General al Poliției, în Republica Moldova au fost înregistrați 935 de copii – victime ale abuzului, comparativ cu 2019, când au fost înregistrați 1304 copii [69].

Totodată, Ministerul Sănătății, Muncii și Protecției Sociale al Republicii Moldova a realizat, în 2019, un sondaj despre prevalența și contextele violenței sexuale în Republica Moldova, prin evidențierea a patru forme de violență sexuală: atingere sexuală nedorită, tentativă de sex forțat și nedorit, sex constrâns sau facilitat de alcool și sex forțat fizic. Astfel, în rândul tinerilor cu vârsta cuprinsă între 18–24 de ani, circa o fată, din șapte, și un băiat, din 20, au fost expuși violenței sexuale până la 18 ani. În ceea ce privește violența sexuală în rândul copiilor de 13-17 ani, numai în ultimul an au fost supuși violenței sexuale 7,6% de fete și 5,4% de băieți. De asemenea, a fost analizat gradul de intensitate și contextele violenței fizice și emoționale împotriva copiilor și a tinerilor: spre exemplu, în rândul celor de 18-24 de ani, circa una din patru fete și unul din trei băieți au fost supuși violenței fizice până la 18 ani și 10,6% de fete și 8,9% de băieți până



la vârsta de 18 ani au fost supuși violenței emoționale din partea unui părinte, îngrijitor adult sau rudă adultă [208].

Potrivit studiului „Corelația dintre abuzul sexual în copilărie și comportamentul sexual riscant ulterior”, realizat de Centrul Național de Prevenire a Abuzului față de Copii (CNPAC) în colaborare cu Centrul de Investigații și Consultanță „SocioPolis”, în 2016, abuzul sexual în copilărie determină o serie de consecințe, printre care: comportamentul hipersexualizat, preocupările anxioase și incapacitatea de a construi relații intime durabile, interiorizarea comportamentului de victimă la alegerea unui partener de viață, problemele în relațiile sexuale; comportamentul rebel – în calitate de mecanism de autoapărare – pe care îl dezvoltă, apariția unor probleme grave de sănătate, transmiterea comportamentului de victimă și copiilor proprii, practicarea prostituției, frica de a deveni mamă ș.a. – toate, în funcție de personalitatea victimei, dar și de alți factori circumstanțiali [204, pp.71-73]. În mod comparativ, în cercetarea noastră ne-am axat pe evaluarea consecințelor tuturor formelor de abuz, nu doar ale abuzului sexual – în cazul femeilor ajunse la maturitate.

Deși există o serie de studii cu privire la violența femeilor, actualitatea cercetării noastre constă în analizarea comportamentului femeii abuzate în copilărie și evidențierea necesității realizării unor programe viabile pentru asemenea femei, cu scopul de a le oferi sprijin emoțional și de a le ajuta să-și rezolve traumele din copilărie. Acest deziderat reprezintă o exigență vitală, dacă ne dorim o comunitate și o societate sănătoasă. Or într-un asemenea context social, desfășurarea unui program de recuperare psihologică pentru scăderea consecințelor abuzului din copilărie, axarea spre activarea resurselor personale și formarea sentimentului de securitate la etapa de adult nu este doar motivată, ci și absolut necesară.

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

Sentimentul securității psihologice este un fenomen introdus recent în domeniul psihologic. Totuși el stă la baza dezvoltării fiecărei persoane, începând de la o vârstă fragedă. Consecințele formării acestui sentiment influențează calitatea vieții adultului și relațiile lui cu alte persoane.

Conceptul de securitate psihologică și de protecție a identității personalității și a mediului a fost studiat de mai mulți autori: K. Horney [118] – în psihologia feministă; K. Rogers [270] – în psihologia umanistă; M. Ainsworth [6, 7], J. Bowlby [36, 37], M. Main [105] – în teoria atașamentului; A. Maslow – în teoria trebuințelor umane [146, p. 151-152], E. Erikson – în teoria dezvoltării sociale [276]. Cercetătoarea A. Bolboceanu [29], în lucrările sale, a relevat ideea că securitatea psihologică depinde de imaginea eului, pe când E. Raffauf [168] a considerat că securitatea psihologică depinde de stima de sine; iar T.V. Eksakusto și N.A. Lâz [274] au menționat despre echilibrul dinamic al subiectului și influența acțiunilor din mediul extern și intern, care îi permit persoanei să își păstreze integritatea. Pe de altă parte, potrivit opiniei lui P.T.

Davies și E.M. Cummings [57, 70], securitatea este influențată de modul de exprimare a emoțiilor de către părinți, I. B. Iamandescu [119] evidențiind, în acest sens, importanța comportamentului grijuliu al părinților față de copii. Pentru I.A. Baeva și N.N. Baev [239, 240, 241], securitatea psihologică s-ar referi la căutarea și obținerea stabilității, care poate să dispară la primul pericol, conform afirmațiilor lui H. Friedrich [270].

Psihologul canadian W. E. Blatz a accentuat că toate comportamentele individului pot fi analizate din punctul de vedere al securității psihologice, definind securitatea drept „sentimentul care face o persoană să se simtă în siguranță și în afara pericolului” [248, 244]. Importanța acesteia a fost subliniată și de renumitul cercetător A. Maslow, în teoria trebuințelor umane, care a plasat trebuința de securitate înaintea celei de dragoste și apartenență, considerând, astfel, că în situațiile de stres va domina nevoia de securitate, care e mai puternică decât cea de dragoste [146].

De asemenea, L. Hiell [272] și D. Zigler [248, 272], în teoriile personalității, au reliefat că părinții sunt cei care, prin afecțiune și grijă, îl vor putea ajuta pe copil să se adapteze la realitățile sociale și să dezvolte un puternic sentiment al securității psihologice. S.K. Roșin a evidențiat legătura acestui termen cu satisfacția de prezent și încrederea în viitor [263], iar G.P. Serov a făcut referire la interesele, poziția și idealurile persoanei [248]. Alți autori, precum T.S. Kabacenko, [249], S.Iu. Reșetina, T.Ia. Smolean [271], A.N. Suhov [268], au pus accent pe posibilitatea/capacitatea dezvoltării personale.

Deseori, securitatea psihologică este determinată de climatul emoțional al familiei în care crește și se dezvoltă copilul. Suntem obișnuiți să privim familia drept un cămin plin de iubire și liniște, însă, uneori, relațiile conflictuale și tensiunile dintre membrii familiei pot lăsa sechele profunde unui copil. Astfel, evenimentele percepute de copil drept stresante sau abuzive, acțiunile și comportamentele de disciplinare ale părinților deseori au un impact puternic asupra sentimentului de securitate în perioada adultă. Caracteristicile mentale, care se formează, în mare parte, în familie, anume în copilărie, depind de atitudinea părintelui, dar și de propria viziune asupra lumii.

În prima etapă a copilăriei, copilul își dezvoltă emoțiile prin cunoașterea a ceea ce se întâmplă în jurul lui. O mare parte din această cunoaștere o reprezintă interacțiunea cu părinții și relația dintre aceștia. Potrivit lui E. Erikson, dezvoltarea mentală a copilului este influențată de contactul său emoțional cu cei apropiați și de caracteristicile acestei legături [202, 276].

Astfel, părinții au un rol mult mai mare decât cel al satisfacerii nevoii de supraviețuire a copilului. Autoritatea lor este reflectată prin obiceiurile comportamentale, sănătatea mintală și dezvoltarea emoțională a acestuia.

În acest sens, autorii P.T. Davies și E.M. Cummings au subliniat că există o legătură directă între securitatea psihologică a copilului și emoțiile părinților. Spre exemplu, modul de exprimare

al acestora în situații de conflict ori exprimarea emoțiilor negative de către părinți au drept rezultat reducerea sentimentului de securitate al copiilor [70]. De aceea, stabilirea unei legături emoționale între părinte și copil este definitivă și influențează semnificativ viața copilului. Atașamentul determină copilul să caute la părinți susținere, apărare și siguranță în situații de pericol. Din primele luni de viață, copiii vor forma relații de atașament cu persoanele din anturajul lor, aceasta fiind o condiție unică de a supraviețui. O legătură sigură de atașament, care satisface nevoia copilului de securitate și de înțelegere permite dezvoltarea optimă a sistemului nervos al copilului. Maturizarea copilului poate avea drept rezultat o conștientizare de sine sănătoasă, un nivel înalt de empatie, dar și de încredere în sine și în ceilalți. Cercetătorul J. Bowlby a indicat că atașamentul dintre mamă și copil are un impact puternic asupra dezvoltării potențialului copilului. Deși copilul formează o relație de atașament cu părinții sau cu persoanele de referință, calitatea emoțională a acesteia este în strictă corelație cu gradul de sensibilitate al adultului față de semnalele pe care le transmite copilul. O interacțiune afectuoasă între părinte și copil va avea drept rezultat dezvoltarea unui atașament sănătos [36, p. 67]. Adultul trebuie să fie receptiv la toate experiențele copilului, să perceapă și să înțeleagă ceea ce simte și ce își dorește copilul [230, p. 143].

Pe de altă parte, teoria atașamentului oferă explicații diferite asupra cauzelor comportamentelor violente ale adultului, în contextul în care unii copii cresc în medii ostile sau de abuz și nu au parte de afecțiuni, iar situațiile de violență îi marchează pe tot parcursul vieții.

M. Ainsworth, în studiile sale, a vorbit despre atașamentul *securizant*, care este rezultatul disponibilității emoționale și fizice a părinților care răspund prompt la nevoile copiilor; atașamentul *anxios* – cauzat de comportamentul imprevizibil al părinților și atașamentul *evitant* – în acest caz, copiii au fost victime ale neglijenței părinților [7, p.78]. Totodată, M. Main a vorbit și despre existența unui atașament *dezorganizat* – de obicei, mamele copiilor cu un asemenea atașament au suferit traume sau pierderi majore înainte sau după naștere [105]. De altfel, oamenii toată viața învață, conștient sau inconștient, cum să se adapteze cât mai rapid și eficient la condițiile generate de viața reală.

Relația abuzivă dintre părinți și copii a fost cercetată de către mai mulți cercetători. Aceștia s-au axat pe studiul abuzului față de copil (sub diferite forme) și pe consecințele imediate sau de lungă durată ale abuzului, atât în perioada copilăriei, cât și în perioada vieții de adult. S.B. Karpman a descris, în cadrul triumphiului dramatic, rolurile dramatice pe care oamenii le joacă în viața de zi cu zi, responsabilitatea personală și forța conflictelor [3, 6, 89]. J. Hearn [110] și K. Killen au evidențiat că un copil supus abuzului suferă nu doar din cauza unei singure forme de abuz fizic, ci și de pe urma unui abuz emoțional din partea părinților, cauzat de droguri, divorț, violență în cuplu [129, 134]. Această problemă a fost abordată și de S. Freud [91], A. Adler [72], M. Klein [131], W. Reich [68] în *teoria psihanalistă*, de A. Bandura [17, 220] – în *teoria învățării*

*sociale* și de M. E. Seligman [197], S. F. Maier [141], R. J. Gelles [39] – în *teoria neajutorării învățate*.

Formarea relațiilor de încredere și de atașament, care influențează sentimentul de securitate personală, a fost observată de mai multe curente de terapie, punându-se accent pe studierea relației dintre client și terapeut, client și alte persoane de referință din mediul de trai al clientului din terapie. Astfel, în cadrul programului de activare a resurselor personale, cu scopul de a forma și a consolida atașamentul persoanei adulte, care influențează sentimentul de securitate psihologică, am făcut referință la practicile din următoarele curente psihologice: psihoterapia centrată pe client – C. Rogers [82]; psihanaliză – S. Freud, C. Jung, S. Stark [82, 91, 118]; gestalt terapie – F. Perls, L. Perls, P. Goodman, D. Mann [82, 100]; comunicare nonviolentă – M. B. Rosenberg [176], psihoterapie integrativă – R. G. Erskine [81], A. C. Bohart [28], L. S. Greenberg [102], I. Dafinoiu [66, 67].

Cercetări incontestabile s-au făcut și în ceea ce privește orientarea neurobiopsihologică, fundamentată pe relația dintre creier și psihic [119] și în teoria localizărilor cerebrale ale vieții emoționale (și, implicit, ale ostilității și ale dușmăniei), denumite de D. Goleman drept „magazine ale emoțiilor” [66]. În acest sens, amintim și cercetările realizate de J. F. Le Doux, L. Brothers, W. Hirst, N. Herman, G. Rizzolatti [82, 119], L. Brizendine [43] ș.a.

J. Walker, în *teoria ciclicității violenței*, a subliniat etapele importante prin care trece un cuplu care se confruntă cu probleme de violență [209, 220]. Iar L.Y. Abramson [1, 220] și J. D. Teasdale [231, 233] au subliniat că un copil poate să nu fie pe potriva așteptărilor părinților, fapt care poate cauza apariția unor situații de abuz. *Aspectul violenței ca acțiune a frustrărilor interioare ale persoanei* a fost evidențiat de J. Dollard, N. E. Miller, L. W. Doob, O. H. Mowrer și R. R. Sears [42, 127]; despre *violența ca reacție de neadaptare la crizele de familie, care sunt lipsite de armonie conjugală în timpul tranzițiilor de la o etapă la alta*, au vorbit A. Hadley, B. Carter și M. McGoldrick [207]. Subiectul privind *consilierea și reabilitarea victimelor și a agresorilor sexuali* a fost abordat de către N. Godbout, D.G. Dutton, Y. Luissier [31], iar S. Sabourin a precizat că un copil care a fost supus violenței în copilărie poate prelua *comportamentul abuziv la maturitate* [31, 33]. M. Whitman, E. R. Mouilso și K.S. Calhoun consideră că *violul este săvârșit de persoane cu patologii psihice* [25, 149, p.p. 16-27]; L.R. Brecklin [41] și S.E. Ullman [40, pp.3-21] descriu abuzatorii sexuali drept *persoane care sunt sub efectele consumului de alcool*; P. Johnson [150, 220] a descris *patru tipuri de violență în cuplu*, iar C. Wenar, P. Kerig, B. Spilsbury [31] au relevat rezultatul abuzului asupra unui copil prin *prisma reacțiilor emoționale și comportamentale în caz de stres puternic, traumă*; T. Hanks și M. Rosenbaum [220] au menționat despre *preluarea modelului de părinte*, iar V.S. Rotenberg, V.V. Arshavskii, M. Seligman [20, 196], în cercetările lor, s-au axat pe *concepția activității de căutare și de adaptare*.

Recuperarea consecințelor abuzului din copilărie și activarea resurselor personale, în cazul femeilor abuzate în copilărie, ca problemă, au fost analizate în mai multe teorii, concepții și idei din domeniul *psihologiei vârstelor*, al *psihologiei sociale și sistemice de cuplu și familie* – M. Nichols, R. Schwartz [194], V. Satir [190], Bowen [35, 44], Bonchiș E. [31] ori al *psihoterapiei familiei* – I. Mitrofan, Cristina Denis Stoica [47, 149]; din domeniul *umanist-experiențial* – I. Mitrofan, E. Anghel, E. Vladislav, D. Vasile, G. Cucu-Ciuhan, F. Golu și C. Ionită [31, 152, 222], al *psihoterapiei cognitiv-comportamentale* – I. Holdevici, D. David, O. Benga [66, 114], din sfera *art-terapiei* – V. Olărescu, J. Rubin [229], Alain de Botton, Carol M. Davis, David, Edwards [82]; din domeniul *psihoterapiei de grup* – I. Yalom, I. Dafinoiu, Raymond A. Levy, J. Stuart Ablon, H. Kachele [65, 66, 67, 82, 138] sau prin intervenția în *psihoterapia tulburărilor anxioase și depresive* – Iu. Racu [160, 162], G. Andrews [13], Z. Bolea [30], A. Calancea [49], A. Verdeș [223, 226] sau prin *psihoterapia integrativă* – I. Dafinoiu, J. Moursund, R. G. Erskine, Kenneth R. Evans și Maria C. Gilbert [65, 66, 67], ș.a.

În acest context, este important de explicat care este modul de identificare și de activare a resurselor existente la nivel de personalitate umană, relațiile cu alte persoane, dar și resursele care ajută la restabilirea psihologică după o situație de stres sau abuz.

Resursele personale pot fi activate atunci când persoana deține diverse abilități, strategii de coping, care pot fi preluate de la persoanele de referință și pot fi manifestate pe parcursul întregii vieți sau în cazul în care resursele pot fi într-o stare ascunsă și nu ar putea fi manifestate în comportament. Resursele umane pot fi activate în ședințele de terapie pentru a îmbunătăți calitatea vieții și capacitatea de adaptare la mediul extern.

Conceptul identificării și activării resurselor personale a fost studiat ca *strategii de coping* de către S. Folkman și R. S. Lazarus [133, 134], C. M. Aldwin [10], N. Y. Guildford [269], S.L. Solovieva [266, 267] și S. E. Dunahoo [115]. *Resursele psihosociale și potențialul personalității* au fost evidențiate de către S. E. Hobfoll [113, 114, 262], P.B. Baltes [92], E.H. Diener [71], C.J. Holahan, R.H. Moos, R. Cronkite [116, 117], S.E. Taylor [2, 220], S.C. Kobasa [151], C.B. Lam, S.R. Maddi [140], A. Shirom [200, 220]. Despre *resursele personale, sentimentul de control și suportul social* au vorbit G. Kaplan [112], S.Cohen, G. McKay, R.J. Cobb [60, 211]; *resursele mentale* – S.A. Hazova [270], *resursele interne* – I.A. Baeva [239, 262], N. Baev [239, 262], K. Muzdâbaev [258], L.V. Kulikov, D.A. Leontiev [254, 262], S.T. Posohova [247], N.E. Iablonski [250]; cu referire la resursa determinării *puterii mentale și capacitatea de a spune „nu”* – V. Frankl [269]; despre resursa *de control* a persoanei – L. I. Pearlin și C. Schooler [158]; despre *stima de sine* – R. Rosenberg [97, 107, 173], W. Friederich, A. J. Urquiza, R. L. Beike, A. Yates, L. Jampole, M.K. Weber [189, 267], T. Constantin [220, 221], S.L. Solovieva [266, 267]; *abilitatea de a activa resurse* – M. Rosenbaum și C. Smira [175]; *strategiile de comportament pentru*

*prevenirea și ameliorarea stresului* – V.A. Bodrov [229], *combinația dintre cogniție și comportament* – B. Parkinson, F. Jermann și P. Totterdell [157].

Menționăm totuși că problema a fost abordată indirect de către cercetători, punându-se accent pe stilurile de atașament, cauzele și consecințele lipsei unei legături afectuoase între părinte și copil. Această situație a generat **problema științifică** care este determinată de contradicția care denotă, pe de o parte, insuficiența studierii sentimentului securității psihologice la femeile abuzate în copilărie, iar pe de alta – nevoia elaborării unui program de intervenție psihologică orientat spre activarea resurselor personale și antrenarea securității la aceste femei.

Astfel, prin prezenta lucrare, ne propunem drept **scop** studierea sentimentului securității psihologice la femeile supuse abuzului în copilărie și a resurselor personale ca factori de impact asupra securității și elaborarea programului pentru consolidarea sentimentului de securitate psihologică și activarea resurselor personale la femeile supuse abuzului.

#### **Obiectivele cercetării vizează:**

- determinarea prezenței abuzului și a tipurilor de abuz la care au fost supuse femeile în copilărie;
- studierea sentimentului securității psihologice la femeile abuzate/neabuzate în copilărie prin determinarea tipului de atașament;
- analizarea, în mod comparativ, a tipului de atașament, în funcție de formele de abuz;
- stabilirea accentuărilor de personalitate la femeile abuzate în copilărie;
- identificarea nivelului stimei de sine în cazul femeilor abuzate în copilărie, comparativ cu cel al femeilor neabuzate;
- determinarea nivelului de ostilitate la femeile incluse în cercetare;
- stabilirea rezilienței la femeile abuzate/neabuzate în copilărie;
- evaluarea strategiilor de coping, frecvent utilizate de către subiecții experimentali;
- elaborarea și implementarea unui program de consolidare a sentimentului de securitate psihologică prin activarea resurselor personale la femeile supuse abuzului în copilărie;
- formularea concluziilor experimentului de constatare și de formare.

**Ipoteza cercetării:** femeile abuzate în copilărie utilizează, într-o măsură mai mică, resursele lor interne, în vederea depășirii stărilor de insecuritate psihologică, în raport cu cele neabuzate.

**Metodologia cercetării științifice** a fost stabilită în baza temei de cercetare și în conformitate cu ipotezele de lucru, obiectivele cercetării fiind constituite prin utilizarea următoarelor metode:

*Metode teoretice:* analiza și sinteza literaturii de specialitate; metoda ipotetico-deductivă pentru interpretarea și explicarea rezultatelor obținute în cercetare;

*Metode empirice:* observația, conversația, chestionarul, testul, experimentele de constatare și de control, intervențiile psihologice; *Scala pentru depistarea abuzului în copilărie* (autori: B. Sanders și E. Becker-Lausen); *AAS – Adult Attachment Scale*; Chestionarul de depistare a atașamentului elaborat (autori: N. L. Collins și S. J. Read); *Chestionarul de personalitate* (autori: H. Leongard și H. Schmieschek); *RSS – Scala Rosenberg a stimei de sine* (autor: Morris Rosenberg – Self-Esteem Scale – RSES); *Inventarul de ostilitate* (autori: Arnold H. Buss și Ann Durkee); *Testul de măsurare a nivelului de reziliență* (tradus și adaptat de Monica David); *CERQ – Chestionar de Coping Cognitive Emotional* (elaborat de N. Garnefski, V. Kraaij, P. Spinhoven); *SACS – scala de abordare strategică a copingului* (construit de Stevan E. Hobfoll, Carla L. Dunahoo, J. Monnier, Michael R. Hulsizier și Robert Johnson).

*Metode matematice și statistice:* programul computerizat *SPSS* (Statistical Package for Social Sciences), versiunea 21, ilustrarea datelor fiind realizată prin intermediul programului *Microsoft Excel*. Rezultatele cercetării sunt prezentate prin date de interval, cu o distribuție simetrică, fapt care a permis utilizarea metodelor parametrice de prelucrare statistică a informațiilor: testul *T student* pentru eșantioane independente; analiza de varianță *ANOVA* – utilizată pentru evaluarea diferenței la nivel de ranguri între mai mult de două eșantioane independente; calcularea coeficienților de corelație *Pearson* – pentru stabilirea mărimii relației dintre două variabile; testul *Kolmogorov-Smirnov*; testul de omogenitate *Levene*; *analiza Post-Hoc* (Games-Howell și Turkey HSD); testul *Mann-Whitney* – pentru testarea ipotezelor referitoare la diferențele dintre două eșantioane independente și testul *Wilcoxon* – pentru comparația între eșantioanele perechi.

Studiul doctoral a fost realizat pe un **eșantion** de circa 175 de femei, cu vârsta cuprinsă între 20 și 35 de ani, media de vârstă a grupului fiind de 27,4 ani. Eșantionul de cercetare a fost împărțit în două grupe: femei neabuzate în copilărie (78 de femei) și femei abuzate în copilărie (97 de femei).

**Noutatea științifică și originalitatea** constă în faptul că, pentru prima dată la nivel național, au fost studiate consecințele abuzului din copilărie (abuzul fizic, sexual, emoțional și prin neglijare) la femeile mature privind sentimentul securității psihologice, trăsăturile de personalitate, nivelul stimei de sine, de reziliență și de ostilitate, strategiile de coping cognitiv-emoțional și comportamental și capacitatea acestor femei de a-și reactiva resursele care facilitează fortificarea sentimentului securității psihologice.

Pentru prima dată în Republica Moldova s-a efectuat un studiu comparativ pentru identificarea diferențelor dintre femeile abuzate în copilărie și cele care nu au trăit experiențe de

abuz în copilărie. A fost elaborat și implementat un program de intervenție psihologică orientat spre dezvoltarea sentimentului securității prin activarea resurselor personale.

**Problema științifică importantă soluționată** constă în relevarea naturii sentimentului de securitate psihologică la femeile abuzate în copilărie și identificarea resurselor lor interne, care să fie activate printr-un program special de intervenție, pentru depășirea deficiențelor de securitate sau a insecurității psihologice.

Studierea subiecților de cercetare din perspectiva diferențelor de vârstă, a statutului social, a mediului de proveniență și a studiilor ne-a ajutat să ne creăm o imagine de ansamblu privind femeile abuzate și cele care nu au trăit în copilărie experiențe de abuz.

Consecințele abuzului din copilărie sunt de lungă durată și influențează semnificativ calitatea vieții femeilor ajunse la maturitate. Evenimentele abuzive au un impact major asupra formării securității psihologice și a atașamentului. Acest fapt denotă că femeile abuzate în copilărie au un profil de personalitate diferit față de cel al femeilor neabuzate în copilărie.

Totodată, potrivit experimentelor, datorită reactivării resurselor personale, femeia abuzată în copilărie își poate consolida calitatea vieții prin construirea unor relații afectuoase cu cei din jur, dar și prin asumarea de responsabilități și dezvoltarea unui nivel de flexibilitate și acceptare a realității.

**Importanța teoretică a cercetării.** Considerăm că prin această lucrare am contribuit cu cercetări noi la domeniul de studiu în ceea ce privește tipul de atașament/nivelul stimei de sine, reziliență, ostilitate, strategiile de coping în cazul femeilor abuzate în copilărie și resursele personale ale acestora comparativ cu cele care nu au trăit experiențe similare în copilărie. Astfel, lucrarea contribuie, în plan teoretic, la complementarea studiilor psihologice, dar și a celor interdisciplinare, axate pe conceptul de securitate psihologică, atașament, traumă, abuz și resurse personale.

**Valoarea aplicativă a lucrării.** Datele obținute în urma acestui studiu sunt utilizate la elaborarea unor politici sociale privind violența în familie. Rezultatele cercetării sunt incluse în programul de studiu al studenților drept material practic pentru cursurile de asistență socială de la Universitatea Liberă Internațională din Moldova, la disciplinele de studiu „Prevenirea violenței în familie: politici și strategii” și „Asistența sistemică a cazurilor de violență în familie”, pentru ciclul I, licență. La ciclul II, masterat, în domeniul managementului serviciilor sociale și de sănătate au fost incluse informații pentru cursurile: „Consilierea și terapia de familie” și „Asistența complexă a cazurilor de violență în familie”, precum și pentru unele seminare și dezbateri cu privire la violența în familie, securitatea psihologică și atașamentul.

De asemenea, unele date au fost prezentate la Conferința din 26 octombrie 2018, care a avut loc la Chișinău: „*Formarea inițială și continuă a psihologilor în domeniul protecției copilului*”



*față de violență*”. Informațiile prezintă interes atât pentru studenți, cât și pentru specialiștii din domeniul practic: psihologi, asistenți sociali, juriști ș.a.

Programul de intervenție psihologică poate servi drept bază pentru elaborarea altor programe de intervenție psihologică în cazul femeilor abuzate în copilărie, iar rezultatele studiului pot fi utile pentru o serie de specialiști precum: psihologi, consilieri psihologici, psihoterapeuți, profesori, asistenți sociali, juriști, reprezentanți ai ONG-urilor și ai Asociațiilor de protecție a persoanelor în situații de risc, ai Direcțiilor de protecție a drepturilor copiilor și ai Direcțiilor de asistență socială și de protecție a familiilor.

### **Aprobarea rezultatelor**

Rezultatele investigației realizate au fost discutate și aprobate în cadrul ședințelor de supervizare și evaluare a comisiei de îndrumare, ca urmare a activităților de consiliere psihologică oferite femeilor abuzate. De asemenea, acestea au fost dezbătute în cadrul unor conferințe științifico-practice la nivel național și internațional și au fost abordate în timpul diverselor seminare, workshopuri, conferințe științifice organizate de Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău, Universitatea Liberă Internațională din Moldova, Universitatea de Stat din Moldova și Universitatea „Alexandru Ioan Cuza” din Iași, România.

Unele aspecte importante ale studiului au fost prezentate la următoarele conferințe: Conferința științifică „Prevenirea hărțuirii: realitate și soluții legislative” din 26 – 27 noiembrie 2021, organizată de Facultatea de Drept a USM, în colaborare cu UN Women Moldova; Conferința „Educația privind drepturile copilului: experiențe și perspective în învățământul preșcolar și primar”, organizată de UPS „Ion Creangă” – Facultatea de Științe ale Educației și Informatică, „Clasa Viitorului”, „Save the Children”, CIDDC, ERIKS, din 26 noiembrie 2021; Conferința „Aspecte psihosociale ale securității psihologice și manifestările ei în plan social la copii”, Chișinău, Moldova, 29 octombrie 2021; Conferința „The Contemporary Issues of the Socio-Humanistic Sciences: International Scientific Conference, 11th-12th Edition”; Conferința Științifică Internațională „Preocupări contemporane ale științelor socioumane”, dedicată aniversării a 20 de ani de la fondarea Facultății de Științe Sociale și ale Educației”, Chișinău, 5-6 decembrie, 2019; Conferința „Formarea inițială și continuă a psihologilor în domeniul protecției copilului față de violență”, Chișinău, Moldova, 26 octombrie 2018.

**Sumarul compartimentelor tezei.** Teza de doctorat include: adnotarea în limbile română, engleză și rusă, lista abrevierilor, o introducere, trei capitole, concluzii generale și recomandări, bibliografie, figuri, tabele, anexe, declarația privind asumarea răspunderii și CV-ul autorului.

Prezenta lucrare este structurată pe trei capitole, care sunt divizate în subcapitole.

În **Introducere** este formulată actualitatea și importanța temei abordate prin relevarea scopurilor, obiectivelor și a noutății științifice. Totodată, este evidențiat aspectul teoretic care a stat la baza valorii aplicative a lucrării.

În **Capitolul I – Abordări teoretice ale sentimentului securității psihologice la femeile abuzate în copilărie**, se face o prezentare complexă a teoriilor privind sentimentul securității psihologice, atașamentul, stima de sine ș.a. prin intermediul celor trei secțiuni: *Concepte teoretice privind sentimentul securității psihologice*, *Abuzul și consecințele lui pe termen lung la femei* și *Resursele personale ale femeilor abuzate în copilărie*. De asemenea, sunt descrise cercetările existente în domeniu și diversitatea de păreri științifice care descriu procesul de formare a sentimentului securității psihologice, importanța atașamentului în formarea securității psihologice, prezentarea formelor de abuz și a consecințelor imediate și de lungă durată – la etapa matură, analizarea circuitului violenței și a triunghiului lui Karpman.

În **Capitolul II – Cercetarea experimentală a sentimentului securității psihologice și a resurselor personale la femeile abuzate în copilărie**, este prezentată metodologia cercetării. În acest capitol sunt descrise testele (cu mai multe întrebări) care au permis evaluarea prezenței sau absenței abuzului în copilărie, a tipului de atașament predominant în cazul femeilor abuzate/neabuzate în copilărie și au arătat care sunt resursele personale ale femeilor abuzate/neabuzate în copilărie (în mod activ sau pasiv exprimate în comportamentul lor și în viața cotidiană). A fost analizat profilul personalității femeilor abuzate/neabuzate în copilărie, nivelul stimei de sine, de reziliență la stres și de ostilitate și formele acesteia, fiind, totodată, studiate strategiile de coping cognitiv-emoțional și comportamental. În scopul evaluării acestor dimensiuni, a fost important să implementăm un set de 8 teste, apoi să colectăm datele într-un tabel de date Excel, ca, ulterior, acestea să fie prelucrate statistic prin intermediul programelor computerizate, precum SPSS (*Statistical Package for Social Sciences*), versiunea 21.

**Capitolul III – Dezvoltarea sentimentului securității psihologice prin activarea resurselor personale la femeile abuzate în copilărie** cercetează posibilitatea de a activa resursele personale și de a învăța strategii de coping adaptative privind securitatea psihologică la femeile abuzate în copilărie și evidențiază eficacitatea programului de intervenție psihologică. Programul de recuperare psihologică a avut la bază intervențiile multiaspectuale ale diverselor școli și curente din domeniul psihologiei generale, al psihologiei familiei ori din sfera psihologiei vârstelor și a psihologiei sociale.

În **Concluzii generale** am sintetizat datele obținute în baza experimentului constatativ și a celui formativ, ca urmare a implementării programului de intervenție psihologică privind fortificarea sentimentului de securitate psihologică la femeile abuzate în copilărie, prin activarea resurselor personale. Datele obținute au fost corelate cu tema, cu ipotezele, scopul și obiectivele

tezei și prezintă contribuțiile personale, limitele rezultatelor obținute, precum și recomandările privind utilizarea rezultatelor în practica de recuperare după abuzul din copilărie atât la persoanele adulte, cât și la copiii care încă mai sunt nevoiți să trăiască experiențe de abuz. Informațiile din cercetare sunt legate de tema abordată, având la bază sinteza rezultatelor științifice obținute.

# 1. ABORDĂRI TEORETICE ALE SENTIMENTULUI SECURITĂȚII PSIHOLOGICE LA FEMEILE ABUZATE ÎN COPILĂRIE

## 1.1. Concepte teoretice privind sentimentul securității psihologice

Nevoia de securitate este o trebuință fundamentală a existenței umane, ea apărând odată cu nașterea persoanei și fiind constantă de-a lungul întregii sale vieți.

*Dicționarul explicativ al limbii române* definește termenul de *securitate* drept „stare de siguranță, lipsă de primejdie; de protecție, de apărare, faptul de a fi la adăpost de orice pericol; sentiment de încredere și de liniște pe care îl dă cuiva absența oricărui pericol” [73], iar cuvântul *sigur* provine de la latinescul „*securum*”, adică fără grijă, fără anxietate, fără teamă și fără incertitudine. *Dicționarul de psihologie Larousse* evidențiază *securitatea* drept o trebuință fundamentală a omului și o condiție importantă a sănătății sale mintale, o „pace a spiritului datorată convingerii că individul nu are a se teme de nimic” [201, p.280].

**Securitatea psihologică** a prezentat interes pentru o serie de școli psihologice. Fondatoarea psihologiei feministe, K. Horney, a analizat acest termen din punct de vedere psihanalitic, punând bazele unor studii științifice în acest sens. Conform autoarei, relațiile sociale stau la baza încălcării securității psihologice a copilului și a dezvoltării ostilității generale. Comportamentul unui copil care nu se simte în siguranță, în primul rând, în familie, este ghidat de sentimente de neputință, frică, vinovăție și agresivitate, care se manifestă în toate relațiile copilului cu alte persoane, atât în prezent (copilărie), cât și în viitor (viața adultă). Totodată, K. Horney a relevat existența, în perioada copilăriei, a „două nevoi universale: *cea de securitate* (fundamentală în formarea siguranței și dezvoltarea personalității sănătoase, din punct de vedere psihic) și *de satisfacție* (nevoia de îndeplinire a trebuințelor fiziologice fundamentale)” [apud 272, p.167]. K. Rogers și A. Maslow, reprezentanți ai psihologiei umaniste, au constatat că securitatea reprezintă o nevoie fundamentală și au evidențiat faptul că sentimentul securității interne este o trebuință separată și independentă a individului care necesită o „cultivare sistematică din partea unor persoane de referință pentru deplina adaptare psihologică la realitățile societății” [272, p.321]. De asemenea, A. Maslow, în teoria trebuințelor umane, stabilește clar ierarhia acestora, plasând trebuința de securitate înaintea celei de dragoste și apartenență, considerând că în situațiile frustrante pentru ambele va domina cea de securitate, fiind mai puternică decât cea de dragoste [146, p.p. 151-152]. În cazul în care nevoia de securitate nu este satisfăcută, persoana poate deveni anxioasă, tensionată, mai puțin mulțumită de viață și nu se poate concentra pe trebuințele superioare și pe satisfacerea acestora.

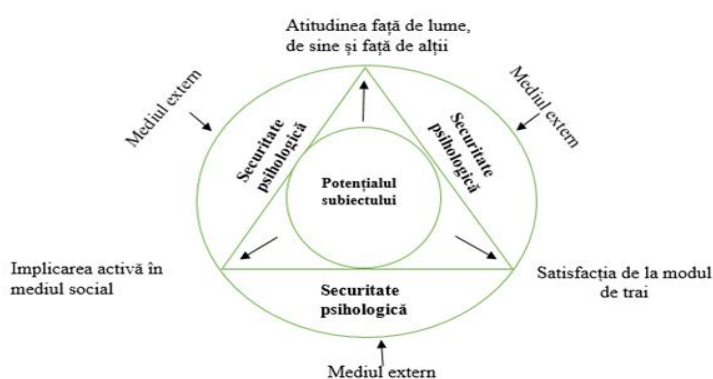
Autorul teoriei dezvoltării sociale a ființelor umane, E. Erikson, a evidențiat că, în primul stadiu de dezvoltare psihosocială (de la naștere până la un an), se formează sentimentul de

încredere versus neîncredere în ceilalți. Copilul, prin îngrijire și afecțiune, va putea dezvolta un simț al încrederii. Nesatisfacerea acestor nevoi existențiale va avea un impact puternic asupra dezvoltării sentimentului de neîncredere, insecuritate, suspiciune și teamă de viitor. Conform teoriei ericksoniene, la vârsta copilăriei mici, persoanele care oferă copilului un mediu sigur sunt părinții. Aceasta este modalitatea prin care poate fi dezvoltată „starea de siguranță/securitate psihologică, mediul de încredere, or aceștia sunt factori absolut necesari pentru ca în viitor copilul să depășească stările de criză sau traumatice ce pot surveni” [276, p.38].

Conceptul de securitate psihologică este tratat în mod diferit de către diferiți autori, spre exemplu, S.K. Roșin a relevat legătura acestui termen cu satisfacția de prezent și cu încrederea în viitor; G.P. Serov – cu interesele, poziția și idealurile persoanei; T.K. Kabacenko, N.A. Lâz, S.Iu. Reșetina, T.Ia. Smolean, A.N. Suhov – cu posibilitatea/capacitatea dezvoltării personale [274, p. 87].

Cercetătoarea A. Bolboceanu pune accent pe *eu* și pe imaginea proprie, afirmând că „oamenii se simt în securitate psihologică atunci când nu le este amenințat eu” și nu sunt criticați cu răutate, adică există condiții de viață necesare pentru echilibrul sufletesc și dezvoltare. [29, p 47]. Pe de altă parte, psihologul I. Kondakova definește securitatea psihologică prin starea de spirit pozitivă a persoanei, care presupune „satisfacerea conștientă a nevoilor de bază pentru o funcționare stabilă, o soluționare cu succes a oricărei situații de criză și o dezvoltare personală continuă prin utilizarea resurselor personale și a celor sociale” [250, p.125].

Autorii T.V. Eksakusto și N.A. Lâz descriu modelul securității psihologice drept o stare de „echilibru dinamic al subiectului (față de lume, de sine și față de alții); influența acțiunilor mediului extern și intern îi permit subiectului să-și păstreze integritatea, tendința de autodezvoltare pentru a-și realiza propriile scopuri”, prin implicare activă în mediul social și obținere a satisfacției din activitățile cotidiene (Figura 1.1.) [274, p. 88].



**Fig. 1.1. Modelul securității psihologice [274, p. 88]**

Există diverse opinii cu referire la păstrarea sentimentului de securitate psihologică. Cercetătorul H. Friedrich este de părere că „sentimentul de siguranță/securitate psihologică dispare la primul pas în lumea cea neprietenoasă și nu se mai întoarce niciodată”. De altă părere este

autoarea E. Raffauf, care consideră că acest sentiment rămâne viu și că oamenii îl poartă cu sine o viață întreagă, ca fundament pentru stima lor de sine: „Eu am valoare, acest sentiment contează și pot să mă bazez pe el” [168, p. 44].

Cercetătorii I.A. Baeva și N.N. Baev au prezentat securitatea psihologică, pe de-o parte, drept proces de securitate, element care ține de o anumită situație, iar, pe de altă parte, drept proces de identificare și cercetare a unor particularități ale oamenilor, ca etape de dobândire stabilității.

Securitatea presupune crearea unui mediu în care nivelul de stres perceput de copil să fie minim, acestuia oferindu-i-se posibilitatea de explorare pozitivă și cu interes a lumii înconjurătoare și de stabilire a unei legături de atașament sigur, prin experiențe repetitive, care creează anumite scheme comportamentale în mintea copilului [241, p. 4].

În ceea ce privește structura securității psihologice, I.A. Baeva vorbește despre securitatea psihologică a mediului și securitatea psihologică a individului [239, p. 49]. Autoarea consideră că individul, de la naștere, trăiește într-un anumit mediu de viață și într-o permanentă interacțiune, iar societatea reprezintă un sistem în cadrul căruia poate stabili conexiuni cu ceilalți, această relație cu lumea fiind una esențială. De asemenea, a mai subliniat ideea că mediul social influențează nu doar formarea trăsăturilor psihologice ale personalității, ci determină și dezvoltarea proceselor psihice. Totodată, caracteristicile psihologice ale mediului educațional vor fi incomplete dacă nu se vor fi crea condițiile necesare pentru dezvoltarea multilaterală a lumii interioare a individului [239, p. 140].

În cercetarea noastră, ne-am axat pe studierea celui de-al doilea aspect, și anume securitatea psihologică a persoanelor, în special, a femeilor abuzate în copilărie.

În explicarea termenului privind securitatea psihologică, distingem două componente: *externă* și *internă* sau personală, percepute drept un potențial psihologic dezvoltat al individului, care îi oferă încredere în depășirea dificultăților din mediul extern sau social, adică a acelor circumstanțe sociale reale, în care persoana există și acționează. Astfel, formarea securității psihologice solicită prezența atât a laturii interne de personalitate, cât și a celei externe, iar armonizarea componentei externe/sociale este determinată de dezvoltarea celei interne [264, p. 13].

Procesul de formare a securității psihologice în ontogeneză a fost descris de autorul O.V. Logvenok, care susține că „inițial, securitatea psihologică se manifestă ca o stare a unei persoane, iar în procesul de dezvoltare poate să atingă un potențial maxim și să devină o trăsătură de personalitate” [256, p. 9]. Astfel, potrivit *Dicționarului de psihologie Larousse*, securitatea psihologică se formează pe parcursul dezvoltării personalității:

- copilul înțelege că un mediu sigur înseamnă prezența afectuoasă a părinților, crearea condițiilor de existență și a unei discipline obișnuite pentru educația sa. Astfel, el își

formează o poziție, se acomodează cu rolul său și, simțindu-se protejat, avansează cu încredere în viață;

- adolescentul se simte în siguranță mai dificil: nemaifiind copil, dar nici adult, el nu are un statut clar;
- maturul își păstrează securitatea datorită conformismului social. Multe persoane se țin de modă și de tiparele societății pentru a nu se deosebi de cei din jur. Însă o persoană care a atins maturitatea psihologică nu va avea frica să-și afirme individualitatea [201, p.280].

Despre rolul considerabil al părinților în oferirea unei securități psihologice copilului au vorbit și P.T. Davies și E. M. Cummings, care au subliniat că securitatea psihologică a copilului este influențată direct de trăirile părinților și de modul de exprimare a emoțiilor [70, p.31]. aceștia susțin că manifestarea unei atitudini ostile în relația cu copilul lor va avea drept rezultat apariția unui sentiment de insecuritate la copil, fapt care va influența capacitatea acestuia de a-și găsi echilibrul emoțional și de a se adapta la noile condiții de viață în perioada maturității [25, p. 201]. În același context, I. B. Iamandescu evidențiază rolul comportamentului părinților. Cercetătorul consideră că un copil acceptat de părinți va reuși să se simtă „în siguranță pe termen lung” (își va păstra integritatea fizică și psihică, prestigiul social, confortul psihosocial de diferite nivele), or formarea sentimentului de securitate psihologică depinde de *homeostaza familiei*, adică de tendința sistemelor și a subsistemelor familiei spre o stare de echilibru relativ [119, p. 29]. În cercetările sale, O.V. Logvenok a folosit un termen mai amplu – *persoană de referință*, stabilind că, în prima perioadă de viață a copilului, legătura cu aceste persoane este esențială pentru dezvoltarea, pe tot parcursul vieții, a securității umane [256, p. 50].

W. Blatz a calificat securitatea psihologică drept un sentiment care oferă copilului siguranță. La vârsta copilăriei timpurii, el trebuie să se simtă în afara oricărui pericol, pentru a putea să-și dezvolte curajul și să exploreze lumea înconjurătoare [248, p. 80]. Astfel, sentimentul securității psihologice se formează în experiențele timpurii: încrederea copilului în persoana care are grijă de el îi formează o **securitatea dependentă**. De aceea, capacitatea părinților de a-și încuraja copilul să descopere lumea, să ia decizii și să-și asume riscuri și responsabilități este un factor important care îi permite copilului să-și dezvolte acel sentiment de încredere în propriile puteri, adică să-și formeze o **securitatea independentă**. Astfel, M. Ainsworth, în teoria atașamentului, a precizat că legătura dintre mamă/persoana de referință și copil este esențială în dezvoltarea sentimentului de securitate, funcționând ca un model pentru relațiile care vor urma [6, p. 710]. Referindu-se la legătura inițială dintre mamă și copil, J. Bowlby a explicat că „prezența afectivă a unei persoane, de obicei, a mamei, are un impact puternic asupra dezvoltării potențialului copilului, deoarece îi oferă încredere și siguranță” [36, p. 58]. Această idee o atestăm și în *Dicționarul de psihologie Larousse*, unde atașamentul este definit drept ansamblu de legături

reciproce dintre un nou-născut și mama sa, el începând cu senzațiile și percepțiile sugarului [201, p.36].

Conform teoriei lui J. Bowlby, efectele calității atașamentului continuă pe toată durata vieții și explică diferențele individuale prin modul diferit de a face față tulburărilor interioare și de a-și regla relațiile interpersonale. Sentimentul de căldură, încredere și securitate, rezultat din atașamentul sigur, îi deschide copilului calea spre o acțiune psihologică adaptativă în stadiile ulterioare de creștere [198, p. 230]. J. Bowlby a mai subliniat că atașamentul este o „bază sigură” care are drept rol esențial asigurarea securității și protecției pentru copil [37, p. 173]. În situații de criză, atât interne, cât și externe, anume sistemul comportamental bazat pe atașament îi oferă persoanei posibilitatea să supraviețuiască [36, p. 162]. În acest sens, atașamentul poate fi considerat o formă de comportament, prin intermediul căruia individul își menține proximitatea față de o altă persoană, pe care o consideră a fi mai capabilă de a se confrunța cu dificultățile vieții [20, p. 5].

Studierea atașamentului a fost abordată de mai mulți autori: în Statele Unite – M. Ainsworth, C. Blehar, E. S. Wall, M. Main, N. Kaplan, J. Cassidy și J. Sroufe; în Germania – Karin Grossmann, B. Schwan, F. Schneider, K. Braunwald, V. Carlson, D. Cicchetti, P. Crittenden, B. Naeslund și R. Goldwyn [37, pp. 12-20].

Și J. Belsky, N. Barends și R. Parke au accentuat că părinții și resursele personale ale acestora acționează puternic asupra creșterii copilului și a dezvoltării lui la maturitate [50, p. 8]. Pe de altă parte, copilul înțelege instinctiv că are nevoie de independență pentru a putea descoperi lumea, iar acest lucru este în corelație cu tipul de atașament manifestat. Un copil cu atașament sigur, comparativ cu copilul cu atașament anxios, are curajul să descopere obiecte și să intre în contact cu alte persoane [187, pp.56- 57]. După vârsta de 3 ani, apar alți factori importanți pentru dezvoltarea personalității copilului – stabilirea unor relații emoționale cu alte persoane, jocul cu semenii ș.a. [37, pp.196-197]. Un alt cercetător, K. Grossman susține că valorificarea potențialului și a resurselor de personalitate ale ambilor părinți determină starea de siguranță a copiilor. Totodată, el subliniază rolul tatălui, care poate să-i ofere copilului exemple de atitudine adecvată: să-i dezvolte interesul și sensibilitatea prin diferite jocuri interactive [apud 34, pp.10-11]. Potrivit opiniei lui R. Franz, lipsa de protecție din partea părinților sau a persoanelor de referință poate cauza „complicații simbiotice”, comportamente adictive, anxioase sau chiar schizofrenice [186, p. 61].

În studiile sale cu privire la dezvoltarea copiilor, I. Bretherton a atestat constanța unor tipare de atașament în relația dintre părinți și copil și în relațiile copilului cu alte persoane [187, p. 58]. Copiii pot stabili relații puternice și cu alte persoane care răspund nevoilor lor (atașamente



multiple) [apud 9, p. 67]. În perioada preadolescentă, relațiile de atașament dintre părinte/persoana de referință și copil depind de influența semenilor asupra acestuia [50, p. 8].

Comportamentul de atașament iese în evidență în situațiile de criză existențială prin care trece o persoană la maturitate, iar rolul biologic al atașamentului este de a oferi protecție și a garanta supraviețuirea. Astfel, persoana care îi asigură copilului „apropiere preferențială, dezinteresată și inconștientă, manifestată prin sensibilitate, disponibilitate față de problemele sale” și îi oferă acestuia securitate și încredere [20, p.2].

Relațiile de atașament trăite în timpul vieții cu părintele sau cu o persoană de referință au o influență majoră și asupra formării sentimentului de încredere în sine [20, p. 8]. Potrivit lui S. M. Johnson, senzația de conectare cu cei din jur ne creează echilibrul emoțional de care avem nevoie pentru „construirea unor universuri coerente și adaptative”. Din aceste considerente, adultul care are încredere în sine motivează relațiile care sunt întemeiate pe siguranță „și construiește senzația de competență” [124, p. 73].

Totodată, legătura apropiată cu persoana de atașament este un „refugiu sigur” în situațiile de insecuritate, de primejdie, de stres, de anxietate, de oboseală sau de boală, după cum descriu K. Bartholomew și J. Shanna, care au analizat atașamentul la vârsta adultă tânără. Maturii au nevoie de atașament, pe care îl stabilesc cu ființa cu care au creat o conexiune emoțională puternică și dezvoltă o „bază sigură”, „cu o conotație pozitivă sau negativă”. Datorită acestei legături, ei pot, în activitățile de rutină, să descopere lumea în mod independent [37, pp.126-127].

Astfel, nevoia de atașament a unei persoane adulte este necesară pentru stabilirea mecanismelor de adaptare, iar, odată cu evocarea și retrăirea experiențelor emoționale anterioare, pot fi dezvoltate noi experiențe atât emoționale, cât și relaționale, întemeiate pe siguranță.

În literatura de specialitate există mai multe clasificări și sistematizări ale tipurilor de atașament. J. Bowlby și M. Ainsworth, în baza unor situații neordinare „strange situation” au determinat trei tipuri de atașament: *sigur* (cu un grad înalt de independență), *anxios* (cu comportament imprevizibil la stări de frustrare, cu agresivitate și mânie) și *evitant* (inflexibil) [7, p.78]. Ulterior, M. Main, E. Hesse și J. Solomon au adăugat un al patrulea tip de atașament – *dezorganizat* (spre exemplu, copilul aleargă spre mama și, brusc, se poate opri/îngheța (freezing), fapt care se referă la unele comportamente stereotipice de mișcare și traume nerezolvate).

K. H. Brisch, K. Grossmann și L. Köhler au definit trei forme de atașament în cazul copiilor de la 3, la 4 ani: *sigur* (dezvoltare pozitivă la nivel spiritual și comportamental-social), *ambivalent-nesigur* (dezvoltarea unor tulburări de comportament social) și *nesigur de evitare* (dezvoltare spirituală încetinită) [187, p.57]. În cazul adultului, D. Cosman a descris trei tipuri de atașament: *adultul atașat autonom* (independent) – persoana își exprimă clar experiențele proprii de atașament, integrează trecutul cu evenimentele dureroase în experiențele actuale, prin creativitate

și flexibilitate, oferind siguranță copiilor și adulților din cercul său social; *adultul cu atașament dezinteresat* (indiferent) – rigid la schimbări, evită relațiile sociale, își amintește incoerent copilăria, stabilește o relație cu părinții, chiar dacă în copilărie nu se simțea protejat și îngrijit; *adultul cu atașament preocupat* – povestește despre amintirile dureroase, iar, în situații frustrante, manifestă acțiuni imprevizibile, exprimate prin frustrare, mânie și imită modelul abuziv al părinților săi; *adultul cu atașament dezorganizat* – cu dureri și traume nerezolvate; corespunde atașamentului dezorganizat din copilărie: persoana este imprevizibilă și dezorganizată în relația cu alte persoane [apud 222, pp. 38-40].

O. Maydeless extinde perspectiva atașamentului, prezentând câteva tipare de comportament în relația de cuplu: *securizant* – relația de cuplu va semnifica fericire, încredere, prietenie, toleranță față de partener și acceptarea acestuia; *insecurizant-evitant* – persoana manifestă mai puțină încredere în partener, iar în dragoste este mai puțin fericit. De obicei, este prietenos și tolerant față de partener, dar se îndrăgostește greu și îi este frică să se apropie de el; *insecurizant-ambivalent* – persoana se îndrăgostește greu și îi este frică de o apropiere mai mare față de partener [152, p. 66].

Alți cercetători precum: E. Waters, S. Merrick, D. Treboux, J. Crowell și L. Albersheim au constatat că atașamentul, în cazul a 70-80% dintre persoane, nu cauzează schimbări pe parcursul vieții [16, pp. 247- 261].

În contextul în care, de la naștere, copilul este predispus să dezvolte o relație de atașament cu mama, comportamentul și sensibilitatea acesteia la semnalele și reacțiile lui sunt foarte importante în dezvoltarea sentimentului de securitate. Problema prezintă un interes deosebit și în situația în care această legătură are un impact puternic asupra dezvoltării emoționale și comportamentale.

În lucrarea noastră, având în vedere problema atașamentului la femeile abuzate în copilărie, vom reliefa rolul relației dintre mamă și fiică. De cele mai multe ori, mama este cea care se poate transpune cel mai bine în manifestarea rolului de femeie pentru fiică, iar fiica, la rândul ei, este cea care poate înțelege și cunoaște sufletul și comportamentul mamei, proiectându-l, la maturitate, în relația sa cu soțul sau cu copiii [187, p. 63].

Modelul de atașament mamă – fiică evidențiază consecințele emoționale și relaționale, ca ființe de sex „inferior”, după cum l-a numit Simone de Beauvoir. Totodată, transpune viața femeilor și relația dintre mamă și fiică în contextul lor social și cultural și realizează o conexiune între experiența de generații a femeilor de a fi tăcute și neglijate din punct de vedere emoțional și consecințele comportamentale și relaționale ale acestor experiențe traumatice. Din acest considerent, traumele de atașament au consecințe de lungă durată și pot fi transmise din generație în generație (Tabel 1.3) [187, p. 257].

**Tabel 1.1. Consecințele traumei asupra formării transgeneraționale a atașamentului**

Tipul traumei	Consecințele traumei		
	Pentru mama afectată în relațiile ei cu copilul	Pentru copilul unei femei traumatate în copilărie	Pentru copiii din a treia generație
Traumă de pierdere	Durere splitată/suprimată de pierdere, depresie, lipsă de energie, abilități emoționale scăzute de a face față situațiilor dificile	Depresie latentă, criză depresivă bruscă, adicție la medicamente, ideeație, suicid	Depresie, ideeație suicidară latentă
Traumă de atașament fără experiența altei traume	Gol interior, incapacitatea de a se atașa de copil sau de a forma relații	Tulburare de personalitate narcisistă, histrionică	Forme ușoare de tulburări de personalitate
Traumă de atașament cu experiențe de abuz sexual	Tulburare de personalitate borderline, respingerea propriilor copii, mama nu vede când are loc abuzul propriilor copii	Tulburare de personalitate borderline, dependență puternică de droguri	Forme extreme de hiperactivitate, tulburare de personalitate borderline, bulimie, spălat compulsiv
Trauma de atașament cu experiențe de violență	Teamă clivată, furie și durere, multiple simptome fizice, violență față de propriii copii	Tulburare de personalitate antisocială	Tulburare de personalitate antisocială

În psihotraumatologia multigenerațională, problemele psihice au un rol esențial în provocarea tulburărilor de atașament în cazul relației dintre copil și mamă, iar în ceea ce privește relația dintre copil și tată sunt complementare [187, p. 43].

Teoria atașamentului explică și cauzele comportamentelor violente ale partenerului, în contextul în care acesta se simte amenințat de comportamentul celuilalt partener sau simte că nu mai deține controlul asupra celuilalt [152, p.65]. În cazul în care există un atașament securizant, evitant sau ambivalent/rejectant, cu siguranță, nu poate fi evitată violența față de partener.

Astfel, securitatea psihologică la vârsta adultă este bazată pe legăturile de atașament formate în copilăria precoce, fiind, ulterior, transpuse și dezvoltate în relațiile cu alte persoane de referință. Apropierea fizică și emoțională cu primii îngrijitori permit persoanelor adulte să își dezvolte resurse personale pentru de a depăși situațiile dificile. Datorită comportamentelor de apropiere, care au fost manifestate în copilărie, cresc șansele de supraviețuire, dar și de dezvoltare sănătoasă la maturitate.

## 1.2. Abuzul și consecințele lui pe termen lung la femei

Cercetătorul F. Hebbel a descris copilăria drept o etapă din viața omului în care afecțiunea cu care acesta este înconjurat poate influența dezvoltarea unui sentiment puternic de siguranță [168, p. 44]. Din păcate, unii copii cresc într-un mediu violent și agresiv, fapt care le afectează

dramatic dezvoltarea pe parcursul vieții și echilibrul psihic la maturitate. De altfel, după cum am menționat anterior, modelul părinților este foarte important, deoarece copiii deprind regulile de conviețuire socială anume de la ei, iar în situațiile de stres au nevoie de protecția acestora pentru a putea forma acel sentiment de siguranță și de securitate psihologică [119, p. 29].

Problema familiilor violente este una socială, și nu una izolată sau care ține doar de o singură persoană sau familie. Este o situație complexă, care prezintă felul de a gândi și de a se comporta al oamenilor. Din cauza fricii de stigmatizare socială, această situație din cadrul familiei este, de multe ori, ascunsă de ochii lumii pentru o lungă perioadă, dar care are consecințe grave asupra sănătății individului (inclusiv prin dezvoltarea unor afecțiuni), a familiei ori a societății. [126, p.1935].

Pe parcursul anilor, cercetătorii și specialiștii care au studiat situațiile respective au dat o serie de definiții violenței. Prin acest termen se poate înțelege puterea utilizată în mod greșit de către o persoană adultă în relația pe care o are cu altă persoană (copil sau adult) pentru a o domina și a o controla prin frică, violență și alte forme de abuz. Totodată, violența poate fi manifestată printr-o agresiune fizică, abuz psihologic, social, financiar sau chiar sexual.

Clarificarea noțiunilor de „violență”, „abuz”, „maltratare” este una necesară, deoarece, deseori, sunt privite drept sinonime, deși există unele diferențe esențiale.

În *Dicționarul de sinonime*, Gh. Bulgăr explică noțiunea de **abuz** prin următoarele sinonime: „exces, necumpătare, surplus, abatere, infracțiune, ilegalitate, samavolnicie” [45, p. 12], noțiunea de **violență** echivalează cu „vehemență, dezlănțuire, impulsivitate, nestăpânire, agresivitate, brutalitate, duritate, abuz, siluire” [45, p. 372], iar verbul **a maltrata** este sinonim cu „a chinui, a brutaliza, a martiriza, a bate, a lovi, a răni” [45, p. 207].

În a. 2002, Organizația Mondială a Sănătății (OMS) a înaintat următoarea definiție cu privire la violență: „folosirea intenționată a forței fizice sau a puterii ori amenințarea cu aplicarea acestora față de sine, față de o altă persoană, un grup, care fie duce la rănire, deces, vătămare psihologică, subdezvoltare sau privări, fie are o mare probabilitate de a duce la aceste comportamente și trăiri”. Potrivit unui raport al OMS, din 2003, maltratarea copilului este considerată drept un abuz fizic, sexual sau emoțional și/sau privarea și neglijarea copilului ori exploatarea comercială sau de altă natură, care poate duce, în cazuri severe, la omor [199, p.13]. Acest fapt înseamnă că un copil maltrat este victimă a violențelor fizice ori a abuzurilor sexuale, emoționale și a neglijențelor grave, cu consecințe asupra dezvoltării psihice și fizice.

Mai târziu, în 2006, OMS a evidențiat că violența este „orice formă de maltratare fizică și/sau psihică, abuz sexual, neglijare, tratare neglijentă sau exploatare în scopuri comerciale sau orice alt tip de exploatare care poate cauza daune efective sau potențiale pentru sănătatea, supraviețuirea,

dezvoltarea sau demnitatea copilului în contextul unei relații de responsabilitate, încredere sau autoritate” [56, p.3].

Fenomenul violenței, de asemenea, a fost analizat, ca noțiune, și de Convenția de la Istanbul (2011), fiind prezentat ca o încălcare a drepturilor omului și o formă de discriminare împotriva femeilor, evidențiindu-se toate acțiunile de violență de gen care rezultă în sau care sunt probabile a rezulta în vătămarea sau suferința fizică, sexuală, psihologică sau economică cauzată femeilor, inclusiv amenințările cu asemenea acțiuni, coerciția sau privarea arbitrară de libertate, indiferent dacă survine în public sau în viața privată [156, p.13].

Violența împotriva femeilor și violența în familie sunt printre cele mai periculoase probleme cu care se confruntă societatea noastră, iar aceasta reprezintă o violare a drepturilor la viață, la securitate, la demnitate și la integritate fizică și mentală [63, p.48]. Astfel, violența, în sine, ține de o mulțime de probleme: omor, vătămare, lovire, viol, șantaj, denigrare, umilire, ignorare, abandon, izolare, insultă, amenințare și privare de mijloace și bunuri vitale [137, p.81].

În ceea ce privește „maltratarea”, aceasta reprezintă un tratament inadecvat, o formă voluntară de acțiune sau inacțiune care este în dezavantajul copilului, deoarece copilul nu poate să se apere și nu percepe care este diferența dintre rău și bine pentru identificarea soluțiilor și solicitarea de sprijin. Astfel de tratamente reflectă o serie de comportamente caracterizate prin influențări și condiționări traumatice între părinți sau persoana de referință și copiii aflați în îngrijirea acestora ori între străini și copiii aflați în situația unor contacte cazuale [19, p.8].

Totodată, este distinctiv faptul că maltratarea poate fi analizată din perspectiva a două aspecte: cea activă, adică cea care este comisă în mod voluntar și cea pasivă, care presupune neglijare sau omiterea acordării unei atenții adecvate copilului [19, p.9].

Varianta activă a maltratării este abuzul, care poate fi interpretat drept o manifestare a violenței prin producerea repetată a unor traume fizice și emoționale, fiind, deseori, corelată cu noțiunea de putere, iar termenul de „violență” – cu acțiunile care presupun forță, constrângere și încălcare a normelor și drepturilor celuilalt și însumează acele comportamente de impunere a puterii (de ordin fizic, psihologic sau sexual) și de abuz activ sau pasiv [48, p 9].

Referitor la „violență”, teoriile psihanalitice explică apariția actelor de violență, ținând cont de conflictele intrapsihice, tulburările de personalitate, mecanismele de negare, deficiențele de dezvoltare sau slăbiciunea eului, narcisismul, traumele din copilărie, masochismul etc. [110, p. 29]. S. Freud, spre exemplu, a subliniat că prin violență se impune o forță care nu poate fi controlată, care dezorganizează și divide. A. Adler a evidențiat că acțiunile de violență sunt cauzate de sentimentul de inferioritate și dorința de putere a persoanei. M. Klein a vorbit despre conflictul iubire – ură, care se formează în relația dintre copil și adulți în prima copilărie, iar W. Reich a descris agresivitatea ca rezultat al frustrărilor sexuale [220, pp. 47-49]. Totodată, A. Bandura, în

teoria învățării sociale, a explicat că acțiunile violente țin de conduitele imitate, comportamentul învățat de la persoana de referință [220, pp. 47-49]. Astfel, conform teoriei neajutorării învățate, care a fost înaintată de M. E. Seligman, S. F. Maier, R. J. Gelles, J. Walker, L. J. Abrahamson și J. D. Teasdale, mecanismele comportamentale și atitudinale ale femeii supuse violenței, în ceea ce privește depresia, reprezintă o înclinație pasivă, obținută în timp și care a fost provocată de către agresor [220, p. 51].

Conform teoriei legăturilor traumatice, care a fost propusă de D. G. Dutton și S. Painter, există o serie de factori care ajută să persiste relația dintre partenerii abuzivi, spre exemplu: atașamentele emoționale puternice și loialitatea față de comportamentul abuzatorului, din cauza inexistenței unui echilibru de putere în cuplu. Drept urmare, pe termen lung, aceste legături de atașament, după separarea de partenerul abuziv, cauzează victimei o scădere a stimei de sine.

Cercetătorii L.W. Miller, J. Dollard, O.H. Mowrer, L.W. Doob și R. R. Sears au subliniat rolul frustrării – violența fiind văzută drept acțiune a frustrărilor interioare ale persoanei [74, p. 33]. A.Hadley, B. Carter și M. McGoldrick au vorbit despre apariția actelor de violență în familie în timpul tranzițiilor de la o etapă la alta, inclusiv în momentele de criză care au loc în dezvoltarea familiei și în cazurile în care lipsește comunicarea și înțelegerea conjugală [220, p. 35].

Referitor la abuz, cercetătorul K. Kemple a fost primul care a definit acest termenul de drept „sindromul copilului bătut” [129, p. 25]. Abuzul poate afecta în mod îndelungat viața unei persoane, generând emoții, gânduri și comportamente care îl vor urmări până la maturitate. Din păcate, mulți părinți nu înțeleg rolul negativ al violenței asupra percepției copilului.

Impactul abuzului poate fi analizat și prin prisma studierii complexității sale. Astfel, acesta poate fi clasificat în funcție de mai multe criterii:

**1. După tipul abuzatorului:**

- *Abuz intrafamiliar* – situațiile de abuz au loc în cadrul familiei: între soți, părinți-copii, frați-surori, rude de gradul I și II etc.
- *Abuz extrafamiliar* – maltratarea are loc în afara familiei și de către persoane străine – cunoscute (prieteni, colegi, profesori, vecini etc.) sau necunoscute și străine copilului. E. Raffauf a indicat că abuzatorii se apropie de copiii prietenoși și deschiși, deoarece se bazează pe încrederea acestor copii în adulți [168, pp. 42-43].

**2. După timpul desfășurării abuzului:**

- *Abuz/expunere recentă* – persoana a fost supusă abuzului în ultimul an.
- *Abuz/expunere în trecut, adică în copilărie* – include istoria actelor de violență pe care copilul, puberul sau adolescentul le-a experimentat în traseul propriei creșteri și socializări.

**2. După forma de manifestare:**

- *Abuz fizic;*
- *Abuz emoțional;*
- *Abuz prin neglijare;*
- *Abuz sexual.*

*Abuzul fizic* este orice maltratare care duce la umilirea copilului din punct de vedere fizic, prin constrângere, brutalitate, lovituri cu palma, cu pumnul, cu picioarele sau cu alte obiecte, trasul de păr, răsucirea brațelor, aruncarea cu diverse obiecte ș.a. [122, p. 26].

Cercetătorul A. J. Zolotor afirmă că odată cu creșterea copilului, există o probabilitate mai mare că părinții să-l bată [apud, 99, p. 253]. Rata agresiunii fizice asupra copiilor este surprinzător de înaltă. În 2020, conform informațiilor prezentate de Inspectoratul General al Poliției din Republica Moldova, 349 de copii au suferit ca urmare a abuzului fizic, în 2019 numărul cazurilor de abuz fizic față de copii era 297 [69]. Potrivit datelor din 2014, 76% dintre copiii cu vârsta între 2 și 14 ani au fost supuși disciplinării violente, dintre care 48% – pedepsei fizice, iar 69% – agresiunii psihologice [204]. Evidențiem faptul că, în Republica Moldova, nu există un studiu de ansamblu asupra acestei probleme anume din punctul de vedere al complexității consecințelor abuzului din copilărie la maturitate.

*Abuzul emoțional* se referă la lezarea și înjosirea sentimentelor copilului printr-un model de comportament continuu și stabil față de acesta. După cum a observat J. Bowlby, copilul este terorizat prin amenințări cu pedeapsa, utilizare de înjurături, ignorare, șantaj, ironie, gelozie, intimidări și amenințări cu părăsirea sau alungarea, care-i dezvoltă sindromul Cenușăresei, printr-o atitudine de respingere sau de tipul „micul ghinionist” ș.a. [apud 129, p. 33]. Alți cercetători, precum M. Hershorn, A. Rosenbaum, L. Silvern, L. Kaersvang, K. Killen, au analizat comportamentul copiilor ai căror părinți sunt violenți unii cu alții [111, pp. 260-266]. Astfel, s-a conchis că în relațiile cu persoanele din jur, copiii care au fost supuși violenței emoționale vor prezenta dificultăți de comunicare și nu vor reuși să fie empatici și să ofere dragoste.

De asemenea, G. Irimescu a realizat o analiză a *abuzului emoțional la femei*, descriind șase componente importante: frica, depersonalizarea, privarea, supraîncărcarea cu responsabilități, degradarea și distorsionarea realității [153, pp. 154-155]. În acest sens, abuzul emoțional ține și de insulte, critici și acuzații, victimei fiindu-i distrusă astfel stima de sine, fapt care este la fel de dăunător ca violența fizică. Amenințările cu abuz emoțional pot afecta la fel de mult ca și cele ce se referă la abuzul sexual și fizic, deoarece victima se blochează în frica de a nu se putea apăra.

*Abuzul prin neglijare* omite asigurarea nevoilor biologice, emoționale și educaționale ale copiilor, punând, astfel, în pericol dezvoltarea lor fizică, emoțională, cognitivă și socială [184, p. 79]. Abuzul prin neglijare poate avea mai multe forme: carențe de creștere și dezvoltare, neglijare educațională, neglijare alimentară, medicală, vestimentară și de igienă, emoțională, abandon sau

supraveghere inadecvată [153, pp. 158-159]. Drept urmare, lipsa de securitate și dragoste, prezența ostilității în relația cu copilul cauzează apariția sentimentelor de neîncredere și lipsa de valoare personală.

*Abuzul sexual* este implicarea unui copil într-o activitate sexuală pe care el nu o percepe, deoarece nu are capacitatea de a-și da încuviințarea informată, pentru care nu este pregătit din punctul de vedere al dezvoltării sau care încalcă legile și tabuurile sociale. El conține în sine elementele abuzul fizic și emoțional. M. Whitman, terapeut american, care s-a ocupat de consilierea victimelor și a agresorilor sexuali ai copiilor, susține că fiecare al patrulea copil a suferit o formă de abuz sexual, iar cea mai mare incidență a abuzurilor apare la vârsta de 4-11 ani [apud 94, p. 253].

În conformitate cu datele statistice prezentate de OMS în 2013, victime ale abuzului sexual, numai în Europa, erau 18 milioane de copii (13,4% fete și 5,7% băieți) [67]. Dacă e să facem referire la Republica Moldova, potrivit datelor oferite de Inspectoratul General al Poliției, în 2020, 302 copii au fost victime ale abuzului sexual, comparativ cu a. 2019, când au suferit de pe urma abuzului sexual 404 copii [69]. Din păcate, abordarea critică a comportamentelor agresorilor, dar și toleranța societății sunt premise care ar putea influența în continuare formele de manifestare a violenței [152, p.65].

Cea mai gravă formă a abuzului sexual este *violul* și presupune un raport sexual impus, care are loc fără consimțământul persoanei.

Observăm că, în literatura de specialitate, cercetătorii s-au axat mai mult pe descrierea abuzatorilor și a violatorilor. Spre exemplu, E. R. Mouilso și K.S. Calhoun consideră că violul este săvârșit de către persoane cu patologii psihice [150, pp. 16-27], iar L.R. Brecklin și S.E. Ullman consideră că acestea sunt persoanele care se află sub efectele consumului de alcool [40, pp. 3-21].

Alte forme ale abuzului sexual la copii se referă la molestarea sexuală (atingerea organelor genitale ale copilului), pornografia (impunerea copilului de a urmări împreună cu adulții filme sau filmarea lui), incestul (relațiile sexuale dintre rude), voyerismul (contemplarea copilului gol), exhibiționismul (expunerea organelor sexuale în fața copilului), masturbarea în fața copilului sau impunerea copilului să se masturbeze, penetrarea orală, anală, vaginală a corpului copilului.

Dacă e să ne referim la cuplu, cercetătorul J. H. Michalski, citându-l pe M. P. Johnson, a evidențiat patru tipuri de violență individuală: *violența situațională de cuplu* – neînsoțită de tendința de control din partea partenerului de cuplu; *rezistența violentă* – violența cu scopul de a controla coercitiv/constrâns și în exces acțiunile partenerului de cuplu; *terorismul intim* – violența care însoțește controlul exercitat față de partenerul violent sau care nu manifestă violență, care nu are un comportament de control și *controlul violent reciproc* – violența cu prezența controlului din partea ambilor parteneri de cuplu [152, p. 69].



În acest context, subliniem faptul că echilibrul psihic al copilului poate fi puternic afectat și de legătura violentă dintre soți sau ca urmare a prezenței sale la certurile, situațiile de furie și agresiune ale părinților.

Scala de severitate a consecințelor abuzului depinde de o serie de factori precum: vârsta, nivelul de dezvoltare și trăsăturile de personalitate ale copilului, relația cu violatorul (părinte, rudă, persoană străină), durata de expunere la situațiile de abuz, frecvența și severitatea actelor violente, reacția altor persoane la situațiile de abuz comise asupra copilului și prezența unei persoane de referință care să stopeze repetarea situațiilor abuz.

Violența însoțită de durere și vătămare are consecințe mult mai grave. Formele de abuz sexual, cum ar fi actul sexual (oral, anal sau vaginal) sunt cele mai traumatizante. Efectele acestei forme de abuz sunt mult mai severe în cazul în care abuzatorul este o persoană apropiată copilului. Lipsa suportului afectiv din partea familiei și a persoanelor de referință înseamnă pentru copil consecințe grave la maturitate.

În cazul intervenirii unei persoane pentru a stopa abuzul, copiii se pot confrunta cu efecte imediate (care se manifestă la etapa copilăriei), iar, cu vârsta, pot apărea și consecințele de lungă durată (care se pot manifesta la etapa adultă). În acest sens, R. Summit menționează despre modificarea conștiinței copilului abuzat sexual în mod repetat (disociere) cu scopul de a evada din propria minte, unde sentimentele de iubire și furie sunt distorsionate [apud 138, p.61].

D. Cicchetti, în termeni de patologie relațională, a descris abuzul drept rezultat al unui atașament dezorganizat la adultul lipsit de siguranță și care a trăit situații de abuz în copilărie [222, p. 38]. Alți cercetători precum C. Wenar și P. Kerig au remarcat că rezultatul abuzului, prin reacțiile emoționale și comportamentale de stres puternic și de adaptare, reprezintă un punct de referință în relația dintre comportamentul normal și cel patologic [apud 138, p.73]. Psihologul și expertul în abuzuri G. Deegener a menționat: „Cu cât sunt mai multe deficite în domeniul siguranței, apropierii, aprecierii, dragostei și căldurii manifestate de părinți față de copil, cu atât mai mare este pericolul ca respectivul copil să devină victimă a exploatării sexuale” [168, p. 42].

Conform teoriei neosociaționismului, creșterea numărului și a varietății de comportamente antisociale se bazează pe observarea portretelor repetitive ale violenței. Teoria excitației subliniază implicarea sau transferul stărilor fiziologice și neurofiziologice (de tipul excitabilității) în realizarea unor comportamente (impulsive) sau a unor mișcări automate (kinetice, parazite, ritmice, ambulatorii etc.) [220, pp. 6-7].

Perceperea unui control mai scăzut al pericolului cu privire la siguranța personală a copilului se asociază cu un nivel mai sever al simptomelor traumei, afirma B. Spilsbury [apud 31, p.328], de aceea, impactul unui eveniment traumatic poate să difere de la copil la copil, fiecare putând să îl perceapă în mod echivoc.

Dacă un copil este neglijat de către părinți sau de persoanele de referință, atunci va avea o stimă de sine scăzută, neîncredere în sine, un sentiment de inferioritate sau poate dezvolta *complexul de superioritate ca mecanism de supracompensare*. Astfel, situațiile de abuz din copilărie împiedică dezvoltarea unei stime de sine și a abilităților sociale, fapt care duce la crearea unui model parental negativ și distructiv la maturitate [20, p. 4]

Potrivit autorilor T. Hanks și M. Rosenbaum, preluarea modelului de părinte sau de relație maritală în propria căsnicie este una dintre consecințele de lungă durată ale abuzului din copilărie. [220, p.55] Astfel, un părinte blocat emoțional într-o traumă din copilărie provoacă distanțarea copilului de sine și apropierea de celălalt părinte.

Alți cercetători precum: N. Godbout, D.G. Dutton, Y. Luissier și S. Sabourin afirmă că, în cazul persoanei expuse abuzului în copilărie, crește riscul – de la 3 până la 10 ori – de a deveni un partener abuziv la maturitate. Acest fapt este legat, de cele mai dese ori, de prezența atașamentului anxios și a fricii de respingere și de abandon [apud 31, p.324].

Potrivit teoriei lui J. Gould, violența din copilărie influențează abilitățile parentale, deoarece aceștia nu au resursele necesare de cunoaștere a abilităților pedagogice de disciplinare a copiilor [220, p. 56]. Copiii, victime ale abuzurilor, deseori, nu au încredere în capacitatea și disponibilitatea părinților de a-i ajuta și de a le satisface nevoile. La maturitate, în relația de cuplu, ei vor transfera lipsa responsabilității părinților asupra partenerului. În acest context, autoarea A. Miller arată că suferințele copilului și consecințele violenței sunt prea puțin cunoscute.

Anxietatea, depresia, comportamentul violent, abuzul de substanțe, tulburările de personalitate, comportamentele autodistructive sunt unele dintre efectele pe termen lung ale abuzului asupra sănătății și siguranței copilului.

Un copil supus abuzului trece prin următoarele etape psihologice:

1. Acceptă abuzul ca pe un fapt firesc, agresiunile pe care le suferă nimeni nu le consideră agresiuni;
2. nu reacționează la durere prin mânie;
3. manifestă recunoștință pentru așa-numitele bune intenții;
4. uită totul;
5. ajuns la vârsta maturității își descarcă asupra altor oameni mânia acumulată sau o întoarce împotriva propriei persoane, chiar dacă amintirea evenimentelor din copilărie și a modului de comportament al părinților la acea etapă nu a mai rămas în conștiință [148, pp. 151-152, p. 326].

Adultul neglijat sau abuzat în copilărie va forma cu greu o relație de afecțiune intimă cu cineva, va fi izolat din punct de vedere social și va avea „tendința de a reproduce ciclul transgenerațional al maltratării” [222, pp. 38-39]. O’Dougherty enunță că maltratarea emoțională

și prin neglijare va diminua, va discredita și va compromite dezvoltarea unui atașament securizant. În consecință, adulții vor avea „simptome de anxietate și depresie, mediate prin schemele de vulnerabilitate la răniri, rușine și autosacrificii. Neglijarea emoțională ține de simptomele ulterioare de disociere, mediate tot prin intermediul schemelor de vulnerabilitate la răniri și rușine” [155]. Autorii P. Riedesser și G. Fisher afirmă că traumatizarea psihică trebuie considerată o categorie *etiologică* de sine stătătoare în medicina psihologică [152, p. 115].

Referitor la cauzele tulburărilor psihice, trebuie să fie luați în considerare trei factori de influență: *suprasocializarea* (de exemplu, educația prea severă și rigidă), *subsocietizarea* (răsfățul sau neglijența), precum și *factorii genetici*, înnăscuți sau dobândiți foarte timpuriu [171 p. 20].

I. Kondakova afirmă că abuzul din copilărie duce la formarea tendinței de victimizare la perioada adultă și influențează alegerea strategiilor de reacționare în situații periculoase și de tranziție [250, p.45]. Totodată, din cauza lipsei reabilitării abuzului din copilărie, vor fi create unele mecanisme de apărare, manifestate în viața de adult, care pot să provoace apariția violenței în cuplu. L. Walker a inventat sintagma *ciclul violenței* pentru a explica menținerea relațiilor cu partenerii abuzivi, prin descrierea ciclului relațiilor de violență, care este format din trei faze: de acumulare/tensiune, faza acută, în timpul căreia are loc incidentul violent; faza liniștită, afectuoasă și nonviolentă [193, p. 69]. Potrivit cercetătorului, victimele nu denunță agresorul în mod deschis, deoarece le este teamă că totul ar putea fi mai grav, în special dacă depind financiar de agresor. Walker a mai subliniat cât de dificil este pentru o femeie supusă violenței să-și părăsească agresorul. În acest sens, a prezentat câteva etape:

*Faza I – de creștere a tensiunii.* Victima încearcă să-l calmeze pe agresor prin grijă, supunere și anticipare a capriciilor lui. Ea acceptă abuzul ca fiind unul îndreptățit și consideră că poate să prevină mânia acestuia: evită situațiile care ar putea să-l deranjeze și să-l înfurie pe abuzator. În această situație, mecanismul psihologic defensiv se referă la negarea propriei mâinii față de faptul că este „rănită pe nedrept, atât psihologic, cât și fizic; minimalizarea evenimentelor izolate de violență; negarea terorii față de inevitabilitatea bătăii”.

Din păcate, victima nu percepe că, odată cu intensificarea tensiunii, îi va fi mai greu să-și utilizeze mecanismele de coping, fapt care o determină să se retragă [159, p.49]. Această situație va avea un impact puternic asupra propriei modalități de exprimare a mâniei și va alimenta o nouă tensiune. În această fază apar primele mici incidente pe care victima reușește calm să le depășească sau chiar să îl evite pe agresor. Ea consideră că a reușit să reducă tensiunea, negând realitatea. Pe de altă parte, se simte mereu vinovată de comportamentul agresorului. În acest sens, vorbim despre refuzul de a recunoaște realitatea percepției traumei.

În alte situații, victima găsește explicații comportamentului agresorului, motivând că lipsa dispoziției, oboseala, consumul de alcool ar fi cauzele tensiunii dintre ei. Victima crede că îl poate

ajuta și influența să își schimbe comportamentul. Această convingere însă îi oferă agresorului senzația că reacția lui a fost una corectă.

Femeile care sunt agresate de multă vreme înțeleg că aceste situații tensionate vor fi mult mai frecvente, comparativ cu perioada de început, când credeau că pot controla, într-o anumită măsură situația, nu și acțiunile soțului (agresorului) [148, p.87].

Agresorul, prin acceptarea de către victimă a comportamentului lui, fiind încurajat și de stereotipurile cu privire la drepturile bărbatului asupra femeii, nu va mai încerca să își controleze pornirile violente. Drept urmare, agresorul va deveni „mai posesiv, mai brutal, iar umilirile vor deveni mai acute, agresivitatea verbală va crește, toate acestea nemaifiind stopate de soție sau de grupul de suport”. Femeia agresată nu va mai avea puterea de a se apăra și va încerca tot mai des să îl evite pe agresor, acțiune care va fi considerată dușmănoasă și îl va enerva și incita pe abuzator [220, p.105].

*Faza II – evenimentul declanșator* – stadiul acut de bătaie, care se caracterizează printr-o explozie necontrolată de tensiuni, lipsa oricăror rețineri și cauzare de prejudiciu. Agresorul nu vrea să facă public comportamentul lui, îi este frică de faptul că victima ar putea spune ceva și devine mai agresiv. Abuzatorul, de obicei, înaintează explicații și încearcă să-și justifice comportamentul, care presupune o lipsă a predictibilității și a controlului.

Dacă victima se opune, agresorul manifestă o violență și mai puternică. Ea (victima) ar putea să-l provoace pe abuzator pentru a evita senzația de tensiune, înțelegând totuși că este prinsă, psihologic, într-o capcană. Astfel, femeia se simte lipsită de susținere și dorește să se izoleze, fără a apela la un ajutor specializat.

Dacă la început agresorul își justifica comportamentul, în faza a doua nu-și mai poate oferi explicații și reacționează vulcanic la orice. Faza a doua poate dura o zi, o săptămână sau chiar două săptămâni.

*Faza III se caracterizează prin tensiune, lipsa oricăror rețineri și cauzare de prejudiciu, regrete și păreri de rău.*

După ce a fost abuzată, victima este deprimată și lipsită de ajutor. Victima caută să se retragă și uneori să se izoleze pentru a fugi de ochii agresorului. Agresorul la început poate învinui victima pentru toată explozia comportamentală, tinde să se dezvinovățească spunând că, dacă ea (victima) se oprea, atunci el nu ar fi recurs la abuz.

Victima are opinii duble și fluctuează între sentimentul de vină, care este orientat spre sine, și furia orientată spre agresor. Uneori, unele persoane, în special copiii, tind să explice, chiar specialiștilor, că ei au meritat abuzul deoarece nu s-au comportat corespunzător.

*Faza IV – bunătate, remușcări și iubire.* Vorbele dulci și argumentele agresorului o influențează pe victimă, care continuă să creadă că el se poate schimba. Ea își va reaminti cum era

el la începutul relației și crede că îl poate ajuta. În acest context, vorbim de atașamentul adictiv. „Ea își primește acum toate recompensele, pentru că este căsătorită și asta o face complice la bătaia ei, care o determină să se urască și mai mult și să se simtă și mai stânjenită” [6]. Este o fază a „pocăinței” agresorului.

Dacă faza a doua este asociată cu brutalitatea, fazele următoare sunt caracterizate prin afecțiunea pe care agresorul o poate manifesta.

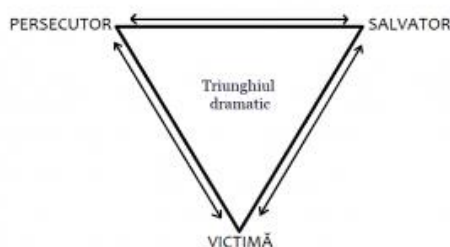
Tensiunea care a fost acumulată în prima fază este eliberată în cea de-a doua, iar în faza a treia, agresorul își cere scuze de comportamentul său și poate apela la susținerea rudelor și a copiilor pentru a o convinge că „a fost pentru ultima dată”.

Dacă în faza a doua victima nu avea încredere în agresor și își dorea să pună capăt relației, la începutul fazei a treia dă crezare vorbelor agresorului și înțelege că devine complice la „propria agresiune”. Durata acestei perioade nu este bine determinată [168, p.106]. Fiecare abuz majorează probabilitatea comiterii unor acte de violență din ce în ce mai grave.

I. Ionescu descrie cercul vicios al violenței conjugale, relevând următoarele etape: *evenimentul/faptul declanșator, escaladarea conflictelor, explozia, abuzul, părerile de rău, regretele, luna de miere*. Cu fiecare ciclu al violenței, victimele își pierd încrederea și stima de sine, fiindcă violența este însoțită de sentimente de culpabilitate, de frică și de rușine. Actele de violență pot afecta victimele timp îndelungat, chiar toată viața. Violența dezechilibrează, provoacă disperare și izolare [120, p.27].

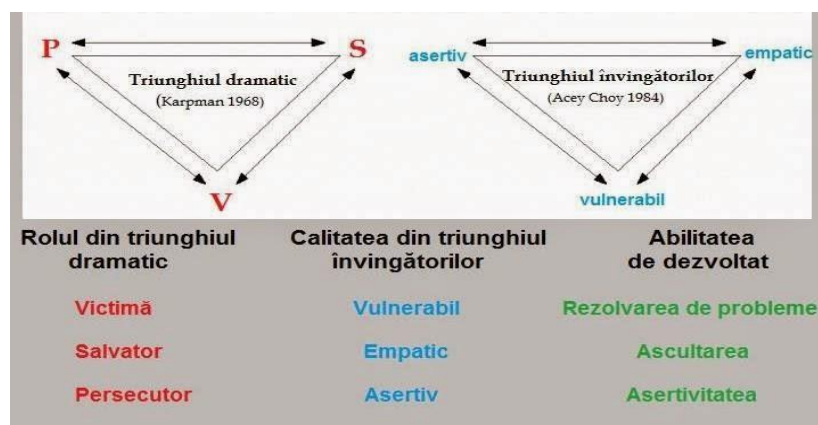
Fetele abuzate în copilărie au tendința de interiorizare: ele se consideră victime ori caută să ofere suport social și control afectiv, iar băieții au tendința de exteriorizare, care se exprimă prin manifestarea unor comportamente abuzive.

Multe dintre femeile care se consideră victime sunt mame și soții și continuă să accepte abuzul ca mod de viață și, astfel, conform teoriei lui S. Karpman, exprimate în „triunghiului dramatic”, ele nu intervin pentru a opri abuzul față de copiii lor sau față de ele înseși, ci preiau „matricea de relaționare manipulatorie, utilizată de majoritatea oamenilor pentru a-și satisface, într-o manieră mai degrabă disfuncțională, diverse nevoi, asumându-și, pe rând, cele trei „roluri” din triunghiul dramatic: *victimă, salvator, persecutor* [4].



**Fig. 1.2. Triunghiul lui Karpman**

Cercetătorii E. Grey și J. Kemple au prezentat două strategii de supraviețuire pe care le folosesc copiii în situațiile de maltratare: *strategia exagerat de bine adaptată* și cea *hiperactivă și distructivă*. Cei care aparțin primului grup se comportă în așa fel, încât să îndeplinească dorințele și așteptările adulților. Ei sunt hipersensibili la semnalele trimise de adulți ori la cele legate de modul în care ar trebui să se comporte. Acești copii folosesc o mare parte din resursele proprii pentru a face față acestor așteptări. Cei care aparțin celui alt grup au un comportament provocator continuu, agresiv, distructiv și hiperactiv [11].



**Fig. 1.3. Triunghiul dramatic al lui J. Kemple**

Astfel, în cazul copilului, adaptarea la anumite situații presupune prezența mai multor resurse care l-ar ajuta să facă față stresului, de cele mai multe ori, acesta apelează la sprijinul social. Identificarea unei strategii de coping este în strânsă corelație cu mediul social în care trăiește copilul, cu vârsta pe care o are, cu repetarea comportamentului abuziv și cu relația dintre victimă și abuzator.

Necesitatea de a găsi persoanele-resurse din mediul social, cărora copilul să le relateze despre vulnerabilitatea sa ori să dezvolte relații de empatie și abilități de comunicare asertivă, îl va ajuta să preia strategiile de coping emoțional-cognitiv și comportamental, drept urmare, copilul își va dezvolta sentimentul de securitate psihologică pentru crearea unor relații emoționale de atașament. Acești copii au nevoie să învețe cum să-și rezolve problemele.

Deseori, persoanele adulte vor da dovadă de același mod de atașament pe care l-au avut în copilărie față de părinții lor ori față de persoanele-resurse.

Un copil care se dezvoltă într-un mediu familial stabil, unde i se oferă dragoste și atenție, va putea să se dezvolte drept o personalitate sigură pe sine, cu un sentiment puternic de securitate psihologică. Femeile care au fost victime ale abuzurilor, care nu au primit suficientă atenție în copilărie și nu au avut parte de un mediu sigur sunt mult mai predispuse unor situații de abuz în afara familiei, cu atât mai mult, cu cât în societatea noastră continuă să persiste stereotipurile care o prezintă pe femeie drept persoană ce trebuie să se supună soțului: „Femeia nebătută este ca o casă nemăturată”, „Te bate înseamnă că te iubește” etc.

Trebuie de remarcat că femeile abuzate în copilărie își doresc totuși o relație sigură și caldă cu partenerul, dar sunt reci sau manifestă comportamente confuze din cauza anxietății și nesigurăței în viitor. Păstrarea unei distanțe emoționale cu partenerul poate fi cauza unor conflicte și situații de abuz. Pe de altă parte, femeile abuzate în copilărie au tendința de a controla totul, inclusiv acțiunile copiilor/soților – fapt ce diminuează nevoia lor de independență.

Analizând literatura de specialitate, am constatat că expunerea copilului la diverse forme de maltratare crește riscul apariției, la maturitate, a tulburărilor psihologice de personalitate și a stărilor depresive ori de anxietate, fapt care poate cauza formarea unor comportamente antisociale sau dezvoltarea unei stări de alertă, a unui sentiment de neputință și lipsă de ajutor, dar și a dependenței de părinți ș.a. Totodată, victimele abuzului din copilărie pot dezvolta sindromul Stockholm (identificarea cu părintele abuziv, din frica de violență sau din frica de a pierde părintele de care este atașat emoțional).

În situații de stres, sub influența amintirilor grele din copilărie, adultul manifestă nesiguranță și suferă din cauza ei. Abuzul din copilărie, rămas netratat, lasă sechele grave asupra personalității adultului. Traumele simbiotice asociate cu momentele de neputință din copilărie duc la imposibilitatea de a alege și de a dezvolta strategii de supraviețuire sau, din contra, provoacă dorința de răzbunare și luptă pentru a-și obține siguranța.

În literatura de specialitate, există opinii că trauma psihică poate fi eliminată din conștient, însă corpul traumatizat conservă momentele reale ale traumei, chiar dacă, în urma procesului de amortizare și al celui de clivaj, durerea, frica, furia, dezgustul sau rușinea nu mai pot trece în experiența conștientă. Corpul femeii mature păstrează informația privind experiențele de viață din copilărie [187, p. 23].

Unele femei expuse unor evenimente traumatizante în copilărie tind să caute explicații ale propriilor comportamente dificile în relațiile de intimitate cu părinții sau chiar în procesul de creștere a copiilor și apelează la serviciile psihologului/psihoterapeutului. Ele vor să-și înțeleagă trăsăturile de personalitate prin analizarea sentimentelor din copilărie, a dependențelor și a sexualității, fiind totodată dornice de vindecare [2, p.18]. Pe de altă parte, femeile care nu au apelat la servicii pentru a-și recupera traumele din trecut pot rămâne blocate la experiențele traumatizante din copilărie. Neînțelegerea, uneori, a propriilor comportamente sau trăirea unor sentimente contradictorii permite adoptarea anumitor tipare comportamentale, atât pozitive, cât și negative [2, p. 19].

T. Brown folosea termenul de *model transteoretic* în cazul schimbării comportamentale, pentru a explica cum procedează victimele ca să depășească abuzul. În acest sens, a evidențiat că schimbarea comportamentului este un proces dinamic și evoluează în câteva stadii: *stadiile schimbării* (pregătirea pentru schimbare), *procesele schimbării* (tehnicile experimentale sau

comportamentale folosite în producerea schimbării) și *cântărirea deciziilor* (cântărirea argumentelor pro sau contra) și *autoevaluarea* (măsurată prin tentațiile care pot duce la recădere). Modelul presupune că schimbarea se caracterizează printr-un aspect cognitiv și emoțional cuantificabil [apud 193, p.75].

Conștientizarea propriei experiențe ne învață că trecutul nu poate fi evitat, însă ne ajută să percepem care au fost acele reacții lipsite de sens sau comportamente improprii ori așteptări absurde și emoții care ne-au cauzat suferință. O persoană matură trebuie să își asume responsabilitatea pentru propriile acțiuni pentru a-și putea oferi șansa unui prezent frumos [227, pp. 52-53].

K. Killen consideră că, în cazul persoanelor care nu sunt capabile să prelucreze experiențele abuzive din copilărie, sentimentele și gândurile asociate acestora vor fi scoase din conștiință. Dacă această metodă de rezolvare a problemelor este permanent utilizată, ea va determina o stare de pasivitate, iar persoana va avea sentimentul că este victima sorții, fără a avea posibilitate de a acționa asupra ei.

Alternativa ar fi să reacționăm la necaz și la crize în așa fel, încât să putem conștientiza durerea și să încercăm să găsim o nouă modalitate de raportare la situația apărută. Crizele și pierderile se află printre cele mai importante experiențe din viața oricărui om. Ele nu pot fi evitate. Ceea ce ne diferențiază este capacitatea noastră de a le depăși, felul propriu de a rezolva problemele și resursele pe care le putem mobiliza pentru acest scop [129, p. 163].

Omul este o ființă socială care își dezvoltă cunoștințe, abilități și deprinderi pe parcursul întregii vieți cu scopul de a se adapta condițiilor de trai și de a interacționa cu alte persoane. Experiențele din copilărie creează un anumit model de comportament pe baza căruia persoana își construiește viața. Din acestea derivă și actualele noastre tipare comportamentale, care seamănă cu viața noastră din trecut, iar dacă nu devenim conștienți de acest lucru, vom tot repeta aceste modele de comportament [217, p.31].

### **1.3. Resursele personale ale femeilor abuzate în copilărie**

La naștere, omul primește suficiente resurse pentru a trăi. Modul de viață preluat ca model și suportul din partea adulților de referință în copilărie sau a persoanelor apropiate permit păstrarea sau pierderea acestor resurse. J. Bowlby susține că un copil iubit și atașat în mod securizant va protesta împotriva separării, iar lipsa anxietății legate de separare poate oferi iluzia stăpânirii de sine și a unui comportament matur; de fapt, aceasta ar denota prezența unor mecanisme defensive [187, p. 29].

S. E. Hobfoll definește resursele drept „obiecte, caracteristici personale, condiții sau energii care sunt evaluate de către individ sau care servesc drept mijloc pentru realizarea propriului



potențial” [112, p. 513]. Autorul, într-un alt studiu, le consideră „entități semnificative pentru o persoană (de exemplu, stima de sine, atașamentul dominant, sănătatea și pacea interioară) sau entități care acționează ca un mijloc de realizare a scopurilor (de exemplu, obținerea suportului social, a statutului social)” [114, p. 309]. El consideră că resursele ajută persoana să se adapteze la situațiile dificile din viață.

Studierea publicațiilor științifice cu privire la resursele personale a permis să observăm că acestea au fost interpretate diferit de diverși autori: *resurse personale de coping* [10], *resurse psihosociale* [apud: 82, 83], *resurse generale de rezistență* [217, p.332], *potențial al personalității* [222], *resurse mentale* [218], *resurse interne* [209, p. 230]. Potrivit lui S. E. Taylor, resursele psihosociale sunt abilități, convingeri, caracteristici individuale, care determină modalitatea de gestionare a situațiilor stresante [164]. Un număr însemnat de autori precum: P. B. Baltes, E. H. Diener, S. E. Hobfoll, C. J. Holahan, R. H. Moos, C. Holahan, R. Cronkite, E. Kaplan ș.a. au analizat problema resurselor psihosociale [apud: 114, p. 308], însă lipsește o abordare unică în definirea sintagmei „resurse personale”.

Abordarea resurselor a fost dezvoltată și în psihologia umanistă de către E. Fromm, care a identificat trei categorii psihologice – desemnate drept resurse personale – în cazul persoanelor care trec prin situații dificile de viață:

1. *speranța*, ce asigură disponibilitatea (gătința) întâlnirii cu viitorul;
2. *credința rațională* – conștientizarea oportunităților și nevoia de a găsi și a utiliza aceste oportunități;
3. *puterea mentală* (curajul) – abilitatea de a opune rezistență situațiilor periculoase și de a spune „nu” [apud 269, p. 8].

G. Kaplan ne atrage atenția asupra existenței a două tipuri de resurse-cheie: unul se referă la resursele personale și al doilea – la cele legate de mediul social, și anume sentimentul de control și suportul social [apud 114, p. 308].

S. E. Hobfoll stabilește mai multe categorii ale resurselor: *materiale* (venit, casă, transport, îmbrăcăminte) și *imateriale* (dorințe, obiective, idei); *variabile externe* (suport social, familie, prieteni, muncă, statut social) și *interne* (stima de sine, abilități profesionale, optimism, autocontrol, valori ale vieții, sistem de credințe etc.) care sunt necesare (direct sau indirect) pentru a supraviețui sau a menține sănătatea în situațiile dificile de viață sau care servesc drept căi de atingere a scopurilor esențiale ale persoanei [apud 262, p. 230].

În demersul teoretic, am identificat și autorii care au evidențiat astfel de resurse, precum *controlul* (mastery) (L. I. Pearlin și C. Schooler) [158, pp. 2-21], *stima de sine* (M. Rosenberg) [176], *abilitatea de a activa resursele* (M. Rosenbaum și C. Smira) [175, pp. 357-364].

Conceptul de resurse în psihologia modernă este abordat și de teoria stresului psihologic. V. A. Bodrov definește resursele astfel: „acele capacități fizice și spirituale ale unei persoane, a căror mobilizare asigură implementarea programului său și a metodelor (strategiilor) de comportament pentru prevenirea sau ameliorarea stresului” [243, pp. 113–122]. Autorul distinge resursele umane în funcție de rolul lor în reglarea proceselor de depășire a stresului: personal, social, psihologic, profesional, fizic și material [243, pp. 113–122].

Conform teoriei conservării resurselor (Conservation of Resources (COR) – elaborate de Stevan E. Hobfoll), în situații de stres și traumă oamenii sunt determinați să își mențină atât resursele actuale, cât și să le activeze pe cele noi [112].

De asemenea, în situații de stres, individul își activează resursele psihologice care facilitează sau împiedică persoana să depășească situațiile extreme de viață prin dezvoltarea comportamentelor de coping [267]. Cercetătorii S. Folkman și R. Lazarus au indicat că una dintre resursele personale este strategia de coping exprimată ca un „ansamblu al eforturilor unei persoane de a face față unor cerințe (condiții de vătămare, amenințare sau diferite provocări) și care sunt evaluate (sau percepute) ca depășind sau suprasolicitând propriile resurse” [134, p.138].

Strategiile de coping adaptative pot servi drept resurse personale și au, drept variabile, acceptarea, refocalizarea pozitivă, refocalizarea pe planificare, reevaluarea pozitivă și punerea în perspectivă. În cazul copingului maladaptativ, variabilele sunt: ruminarea, catastrofarea, autoculpabilizarea și culpabilizarea.

Unele strategii sunt implementate la nivel cognitiv (prin gândire), în timp ce altele implică intervenții comportamentale (prin acțiune) ori depind de o combinație între cogniție și comportament, după cum considera B. Parkinson, F. Jermann și P. Totterdell.

În această ordine de idei, se pare că indivizii diferă în ceea ce privește utilizarea strategiilor de reglare a emoțiilor și că aceste diferențe individuale au anumite consecințe afective, cognitive și sociale [93, pp. 126–131].

În acest context, S.E. Dunahoo și S. E. Hobfoll descriu modelul de coping în baza a trei axe: activă/pasivă, prosocială/antisocială și directă/indirectă. Prima dimensiune de coping este utilă în condiții stresante, deoarece micșorează exprimarea nivelului de anxietate și depresie. Strategiile de coping antisociale și cele indirecte duc la acumularea de emoții negative, mânie și explozii de furie, fapt care poate cauza apariția situațiilor abuzive. Prin *acțiunile active/pasive* sunt descrise acțiunile de comunicare asertivă și de evitare. Comunicarea asertivă, constructivă și argumentată a nevoilor personale permite soluționarea conflictelor dintre persoane, iar evitarea acesteia crește nivelul de rigiditate, ostilitate, agresiune verbală și conflict între parteneri [153, p. 135]. Drept acțiuni *prosociale/antisociale* sunt considerate relațiile sociale cu alte persoane, căutarea suportului social, acțiunile prudente, instinctive, antisociale și cele agresive, *suportul*

*social* este definit ca o resursă pe care individul o primește din partea unei rețele sociale atunci când acesta se confruntă cu un eveniment stresant, alături de semnalele care îi indică faptul că membrii rețelei îl acceptă în cadrul acesteia, îl apreciază și sunt dispuși să aibă grijă de el (S. Cohen, G. McKay, 1984, R. J. Cobb, 1976) [211, p. 198].

S. Cohen și G. McKay sunt de părere că suportul social se va activa numai în acele momente în care individul se va confrunța cu unele evenimente negative de viață sau cu acele provocări care depășesc capacitatea lui de adaptare și va acționa ca un amortizator, protejându-l de consecințele negative, în termen de *distres* [211, p. 200]. Totodată, suportul social este caracterizat prin acceptarea socială și prin dorința de rezolvare a problemelor comunității, fapt care presupune formarea unor mecanisme adaptative. De asemenea, suportul social admite crearea unui echilibru psihoemoțional și dezvoltarea unor abilități de interrelaționare. În acest sens, sociologul francez Emile Durkheim descrie suportul social ca o „componentă de bază a sistemului social (rețeaua socială, interacțiunea socială, suportul instrumental și perceperea sportului social), prin care rețeaua socială depune efort pentru a susține individul, creând diverse servicii ce corespund nevoilor acestuia” [apud 142, p. 28].

O altă resursă este stima de sine. Aceasta reprezintă componenta evaluativă a sinelui și ține de emoțiile pe care le trăiește individul atunci când se referă la propria persoană [62]. Abuzul în copilărie afectează stima și imaginea de sine a copilului. Cercetătoarea S. Solovieva este de părere că resursele personale extind domeniul de activitate a persoanei și au o influență puternică asupra stimei de sine, dar și asupra nivelului de apreciere din partea altor persoane [267].

Stabilitatea sau instabilitatea componentei afective a sinelui depinde de certitudinea pe care indivizii o au despre ceea ce sunt ei. Persoanele care prezintă o stimă de sine scăzută au tendința de a accepta eșecul, pe când indivizii cu stimă de sine crescută vor face tot posibilul să lupte împotriva nereușitei [124, p.2].

K.J. Authier, J. Conte, J.K. Schuerman, D. Finkelhor, R. Freeman-Longo, A. Fritz, K. Stoll, N. Wagner, C. Spring, R.J. Jones, K.J. Gruber, M.H. Freeman, R. May, T.S. Hoier, J. Showers, E.D. Farber, J.A. Joseph, L. Oshins, C.F. Johnson, R. Summitt, L. Terr consideră că atunci când tabuurile care au împiedicat recunoașterea incidenței și a prevalenței abuzului sexual din copilărie au început să dispară, serviciile de protecție a copilului au recunoscut că anume comportamentul sexual al unui copil ar putea fi un semn al unei experiențe de abuz, iar terapeuții au devenit îngrijorați de modul în care experiența abuzului sexual ar putea afecta dezvoltarea ulterioară, imaginea de sine și acțiunile copilului. Alți cercetători, spre exemplu, W.N. Friedrich, A.J. Urquiza, R.L. Beike, A. Yates, L. Jampole, M.K. Weber, V.V. Wolfe, D.A. Wolfe, V. Quinsey s-au referit la o „acțiune sexuală majoră” în cazul copiilor care au fost abuzați sexual, subliniind că agresorii sexuali ai copiilor își acceptă rolul și o fac demonstrativ, având o gândire diferită despre

ei înșiși comparativ cu agresorii sexuali care își ascund intențiile. M.D. Abel, N. Harlow, D. Fisher, A. Beech, K. Browne, S. Garos, K.M. Bleckley, J.K. Beggan, J. Frizzell, W.L. Marshall, H.E. Barbaree, H.E. Fernandez, E. Ramano, R.V. De Lucca descriu prima categorie drept niște agresori care par să aibă o stimă de sine scăzută, dificultăți de răspuns empatic și cunoștințe fantastice deviante [96, p. 52].

V. Frankl este de părere că o persoană adultă, dependentă de respectul pe care i-l poartă alții, tinde să fie distrusă emoțional și își formează o stimă de sine joasă [90, p. 9]. E. Fromm consideră că „cel care nu se iubește și nu se aprobă pe sine este într-o permanentă anxietate cu privire la sine însuși. El nu are siguranță psihologică, care poate exista numai pe baza iubirii și afirmării autentice. De asemenea, este preocupat de sine însuși și avid să obțină totul pentru sine, deoarece îi lipsește, în mod fundamental, siguranța și satisfacția [93, pp. 105-106]. Cercetătorul W. James consideră stima de sine drept rezultatul unei autoevaluări a performanței, care a fost realizată prin „calculul matematic al fracției dintre succesul obținut raportat la aspirațiile inițiale ale persoanei” [142, p. 29]. Astfel, abuzul pe termen lung asupra copiilor duce la reducerea stimei de sine și a încrederii în sine ori în alte persoane și față de lume, în general [250].

În același context, V. Satir afirmă că un copil are nevoie să se respecte pe sine în două domenii: cel al abilităților și cel sexual. El va dezvolta stima de sine ca o persoană puternică, dacă cel puțin un părinte îi validează dezvoltarea [190, p. 91].

Ana Munteanu și Anca Munteanu consideră că „un succes într-un anumit domeniu al vieții poate conduce, printr-un mecanism de compensare, la remedierea sau depășirea slăbiciunii din alte domenii. Factorul important în această situație îl reprezintă conduita de succes, care înseamnă o bună imagine de sine construită în domeniul în care s-a realizat. Un copil cu rezultate școlare foarte bune va reuși să depășească mai ușor atmosfera violentă din familie și să-și dezvolte o atitudine conștientă de autoprotecție” [152, p. 270].

Nevoia de stimă, respectul de sine, aprecierea, respectul din partea celorlalți, încrederea, competența sunt pe al patrulea nivel în piramida lui Maslow. Nesatisfacerea acestora generează sentimente de inferioritate și poate duce la centrarea pe nivelurile inferioare de satisfacere a nevoilor: obsesia față de siguranță, bani/resurse, refugiul în activitatea profesională etc. În vârful piramidei nevoilor se află nevoia de autoactualizare, nevoile de cunoaștere, înțelegere și acceptare, care reprezintă fructificarea propriilor abilități și talente în scopul evoluției și devenirii personale: moralitate, creativitate, spontaneitate, acceptare, spiritualitate. Cunoașterea acestor nevoi ne ajută să definim cu precizie ceea ce ne lipsește și să identificăm căi de a ni le satisface [227, pp. 47-48].

P. Martin-Breen și J.M. Anderies consideră că o altă resursă esențială în depășirea abuzului este reziliența, care se formează ca urmare a utilizării strategiei de coping adaptativ pe termen lung și are un rol esențial în modelarea unei stări afective [apud 64].

M.L. Smith, M. Carver, R. Tusaie, F.J. Dyer descriu reziliența drept capacitatea unei persoane de a se adapta la stres, de a depăși situațiile dificile (de a-și menține funcționarea normală a sistemelor fizice și psihologice), în pofida adversităților semnificative, abilităților de a funcționa „peste normă” ori din cauza stresului [172, p.110].

Reziliența este descrisă de C. Leith ca „totalitatea de valori și resurse interne ale individului, din viața și din mediul acestuia, care facilitează abilitatea de adaptare și permit „revenirea” după o adversitate” [58, p. 9].

A. Bohar și M. Tallman insistă pe faptul că procesul de reziliență și de creștere posttraumatică confirmă existența unui potențial de autovindecare în cazul anumitor persoane [121, p.41].

În cartea sa, A. Munteanu scrie că J. Bowlby a utilizat pentru prima dată, figurativ, termenul de reziliență, insistând pe rolul atașamentului în construirea acesteia și definind-o drept „resort moral, calitatea unei persoane de a nu se lăsa descurajată, a nu se da bătută” [apud 144, p.15]. Potrivit teoriei atașamentului, reziliența este o construcție permanentă, care ține de dezvoltarea umană – E. Carlson, L.A. Sroufe. S-a descoperit că acei copii care sunt rezilienți în fața stresului sau care își revin în urma eforturilor au beneficiat precoce de o îngrijire și de un sprijin adecvat sau au fost susținuți în perioada de recuperare. Astfel, reziliența este, mai degrabă, un proces decât o trăsătură, iar calitatea atașamentului este văzută ca parte integrantă a acestui proces numit reziliență [apud, 152, p. 244].

Pe parcursul vieții, oamenii mereu se confruntă cu diverse situații în care simt un nivel mai jos sau mai ridicat de stres. Cu cât mai dese sunt situațiile stresante sau mai puternice, față de potențialul copilului de a-și forma un nivel mai înalt de reziliență, cu atât mai grave sunt consecințele abuzului la maturitate.

A. Miller s-a exprimat că „nu e ușor să descrii abuzurile săvârșite asupra copiilor fără să deviezi într-un discurs moralizator. Revolta împotriva adulților care își bat copiii și mila pentru copiii neajutorați sunt atât de firești, încât, oricât de profund cunoști natura umană, ești întotdeauna tentat să-l judeci și să-l condamni pe adult pentru cruzimea și brutalitatea sa” [148, p. 150].

Scopul formării rezilienței este de a dezvolta abilități pentru ca persoana să reflecteze, să se bucure, să simtă fericire și să relaționeze armonios cu ceilalți.

M. Siegel consideră că formarea rezilienței ține de câteva principii directoare:

1. comunicarea verbală și nonverbală emoțională cu persoana;
2. dialogul reflexiv în scopul exprimării opiniilor personale, fără a oferi soluții și ordine;
3. repararea rupturilor și formarea sprijinului emoțional din partea rețelei sociale prin valorizarea și păstrarea acesteia;
4. colaborarea și dezvoltarea deprinderii de a lua decizii și de a le implementa;

5. prezența unei narațiuni coerente a poveștii de viață, orientată în timp și spațiu [152, pp. 298-302].

Dacă e să ne referim la manifestările anxietății legate de separare, atunci acestea sunt complet sau, aproape complet, absente. Copilul poate oferi iluzia stăpânirii de sine și a unui comportament matur, în realitate fiind vorba, după Bowlby, de punerea în funcțiune a unor mecanisme defensive. Un copil care se simte iubit și care este deci atașat, de obicei, va devia oarecum „între” cele două extreme, protestând împotriva separării, dar nu la fel de intens ca în primul caz [187, p. 29].

Femeile supuse abuzului în copilărie manifestă un nivel de anxietate ridicat. A. Verdeș a descris anxietatea drept o stare de teamă, nesiguranță, ezitare, neliniște, agitație, tensiune, de căutare a unei soluții, impregnată de așteptare, de dorința siguranței și de starea de bine [171, p. 101] ori o stare de neliniște, de teamă, chiar frică, nemotivată de existența unui pericol real, identificabil („teama fără obiect”) [119, p. 24].

Potrivit psihologului P. Popescu-Neveanu, teama este ca o stare sau un proces emoțional negativ ce presupune insecuritate, neliniște, alarmă, agitație și tendință de evitare în legătură cu un pericol iminent sau îndepărtat [161, p.57], care apare din cauza pericolelor în adresa eului [162, p. 19] ori ca urmare a impulsurilor sexuale (S. Freud), ostile (K. Horney) și poate fi centrul dinamic al tuturor nevrozelor [118, p.125].

Femeile supuse abuzului în copilărie pot evalua situațiile cu un potențial stresant și reacționează la nivel emoțional prin anxietate, iar la nivel cognitiv și volitiv – prin tendința către o acțiune de răspuns, cu caracter adaptativ [119, p. 30].

Totodată, tendința femeilor abuzate în copilărie de a vedea un pericol în situațiile de criză nu poate fi controlată. Ele manifestă o „anxietate de separare – caracteristică prezentă la copiii în cazul cărora maltratarea a dus la tulburarea atașamentului și care acuză simptome somatice premergătoare separării sau în momentul acesteia: dureri de stomac, de cap, grețuri și vărsături” [222, p.79].

Teoriile cognitive și cele umaniste sunt relevante pentru că depășesc teoria psihanalistă și pe cea a învățării de a explica anxietatea prin introducerea modelului de pattern cognitiv; astfel, persoana are tendința de a supraestima gradul de pericol al unei anumite situații și, în același timp, de a-și subaprecia abilitatea și capacitatea de a face față acelei amenințări fizice sau psihice percepute [162, p.22].

B. Rothschild scrie că „nu este deloc neobișnuit ca mecanismele de adaptare să își reducă eficiența – sau chiar să înceteze să funcționeze – atunci când o persoană își concentrează atenția asupra evenimentelor traumatizante din trecut. Astfel, orice întoarcere la amintirile traumatiche duce la destabilizarea persoanei respective” [185, p. 76], iar A.Vulpescu și G. Dumitriu consideră

că „genele și experiența de viață conlucrează pentru a determina ceea ce copiii devin ca adulți, experiențele de atașament reprezentând, din acest punct de vedere, un fundament al personalității ulterioare. În primul rând, ne dezvoltăm capacitatea de asumare a răspunderii personale pentru majoritatea acțiunilor, comportamentelor, relațiilor și contextelor în care ne aflăm, astfel încât scenariile disfuncționale de viață se ameliorează” [227, pp. 98 -99].

Analizând definițiile și tipurile resurselor personale, putem concluziona că impactul resurselor este diferit, prin oferirea de modele de adaptare variate și de căi alternative în depășirea situațiilor existențiale dificile. Copiii supuși abuzului din partea părinților pot dezvolta atașamente nesigure și ambivalente. Totodată, persoanele-resurse din familie sau din mediul lor social îi pot ajuta la formarea unui sentiment de securitate psihologică. Resursele personale, precum stima de sine, tendința de reziliență după starea de stres, exprimarea emoțională și strategiile de coping preluate de la persoanele de referință au un rol important în depășirea situațiilor dificile.

#### **1.4. Concluzii la capitolul 1**

Analiza multidimensională și multiaspectuală a noțiunilor, dar și a aspectelor teoretice propuse de mai mulți autori cu privire la sentimentul de securitate psihologică, la resursele personale și la fenomenul violenței ne-a permis să formulăm următoarele concluzii:

1. Noțiunea de securitate se află într-o corelație directă cu termenul de atașament. Necesitatea de securitate este fundamentală anume din copilărie, deoarece poate avea un impact deosebit asupra formării personalității copilului. În acest sens, membrii familiei sau persoanele de referință au un rol esențial în dezvoltarea atașamentului copilului, deoarece comportamentul și exprimările lor la răspunsurile emoționale ale copilului creează premise pentru formarea unui sentiment de securitate sau de insecuritate.

2. Fenomenul abuzului asupra copilului este unul complex, determinat de diverse cauze și poate avea mai multe forme de manifestare (fizic, emoțional, sexual sau prin neglijare). Consecințele imediate și nerecuperate ale acestuia devin consecințe pe termen lung, care afectează viața adultului.

Totodată, copiii abuzați de către părinți sau de către alte persoane de referință trăiesc emoții complexe. Neputința de a se proteja în copilărie duce la apariția unui dezechilibru emoțional, fapt care influențează direct personalitatea copiilor, modul de exprimare și de exteriorizare emoțională, reziliența la stres, cauzând consecințe pe plan relațional, de limbaj ori handicap social, care, la rândul lor, se vor răsfrânge asupra construirii identității și adaptării la noile condiții de trai în perioada de maturitate sau vor cauza preluarea comportamentelor prin diverse strategii de coping maladaptative.

3. Femeile neabuzate în copilărie sunt încrezătoare, folosesc mai multe strategii de adaptare pentru a căuta sprijinul altor persoane și pentru a face față atât traumelor, cât și situațiilor cotidiene, care necesită adaptarea rapidă la mediul ostil sau schimbător. Ele își păstrează identitatea în relațiile cu persoanele de referință, drept urmare, aceste relații sunt sigure și de lungă durată.

4. Femeile abuzate în copilărie pot forma conexiuni cu persoanele din jurul lor și relații de atașament cu persoanele-resurse din mediul familiei biologice (frați/surori) și al celei extinse (bunici, unchi, mătuși) sau cu alte persoane din mediul lor de dezvoltare (profesori, colegi, prieteni). De asemenea, femeile supuse abuzului în copilărie au un comportament ambivalent și, deseori, utilizează strategii axate pe emoții, iar persoanele evitante sau anxioase tind să acceseze mai multe strategii de distanțare. Relațiile pe care le formează femeile abuzate în copilărie sunt instabile, uneori confuze, alteori – cu tentă de dependență.

5. Copiii abuzați cresc și preiau, la maturitate, comportamentele abuzive/de victimă, prin copierea inconștientă a patternurilor maternale/paternale. Persoanele adulte nu se depărtează de experiența socială și de mecanismele sociale de reglare a comportamentului, ci le absorb (interiorizează) și își construiesc propria lume.

6. Prezența situațiilor de abuz în copilărie influențează formarea unor trăsături accentuate de personalitate, stări de tristețe profundă, ceea ce cauzează micșorarea nivelului de reziliență la stres și influențează calitatea vieții în perioada adultă, atât în cadrul familiei, cât și în afara ei.

Potrivit studiilor cercetate, expunerea copilului la diverse forme de abuz crește riscul dezvoltării unor probleme precum: stimă de sine scăzută la maturitate, tulburări de personalitate, agresivitate, ostilitate și reziliență mică la stres.

7. Analiza literaturii de specialitate ne-a permis să constatăm absența unei abordări unice în studierea și definirea fenomenului resurselor personale. Cercetările sunt axate pe examinarea următoarelor resurse: potențialul personalității și resursele mentale, resursele interne, psihosociale, de rezistență și strategiile de coping.

Totodată, activarea resurselor personale oferă adaptabilitate variată și căi alternative în depășirea situațiilor existențiale dificile la etapa matură. Situațiile de maltratare în copilărie și diversele forme de abuz au un rol esențial în construirea unui sentiment de securitate psihologică la maturitate.



## 2. CERCETAREA EXPERIMENTALĂ A SENTIMENTULUI SECURITĂȚII PSIHOLOGICE ȘI A RESURSELOR PERSONALE LA FEMEILE ABUZATE ÎN COPILĂRIE

### 2.1. Metodologia cercetării

După documentarea teoretică și delimitarea cadrului conceptual și metodologic al studiului, am selectat instrumentele potențialului diagnostic pentru etapa constatativă, care ne permit măsurarea sentimentului securității psihologice studiate prin intermediul atașamentului femeilor abuzate în copilărie și analizarea resurselor personale ale acestora.

Cercetarea experimentală a fost efectuată în perioada anilor 2017 – 2018, pe un lot de 175 de femei, cu vârsta cuprinsă între 20 și 35 de ani, din zonele rurale și urbane. Media de vârstă a grupului fiind de 27,4 de ani.

Rezultatele cercetării de constatare au stat la baza elaborării programului formativ, reflectat în capitolul 3.

**Scopul experimentului de constatare** ține de studiul sentimentului securității psihologice la femeile supuse abuzului în copilărie și analiza resurselor interne pe care acestea le utilizează în situațiile de insecuritate.

**Obiectivele de cercetare pentru demers experimental constatativ** care au fost urmărite prin acest demers experimental sunt:

1. Determinarea prezenței abuzului în copilărie și a tipurilor de abuz la care au fost supuse femeile în copilărie;
2. Studiarea sentimentului securității psihologice la femeile abuzate/neabuzate în copilărie prin determinarea tipului de atașament;
3. Determinarea, din punct de vedere comparativ, a tipului de atașament după formele de abuz;
4. Stabilirea accentelor de personalitate la femeile abuzate în copilărie;
5. Identificarea nivelului stimei de sine la femeile abuzate în copilărie și la cele neabuzate;
6. Determinarea ostilității la femeile incluse în cercetare;
7. Stabilirea rezilienței în cazul femeilor abuzate și al celor neabuzate în copilărie;
8. Evaluarea strategiilor de coping care sunt frecvent utilizate de subiecții experimentali;
9. Formularea concluziilor pentru experimentul de constatare.

În cadrul experimentului de constatare, am înaintat următoarea **ipoteză generală**: femeile abuzate utilizează, într-o măsură mai mică, resursele lor interne pentru depășirea stărilor de insecuritate psihologică în raport cu cele neabuzate.

### **Ipoteze operaționale:**

1. Presupunem că există diferențe privind tipul atașamentului la femeile abuzate în copilărie comparativ cu cel al femeilor neabuzate;
2. Considerăm că profilul de personalitate al femeilor abuzate diferă de cel al femeilor neabuzate;
3. Estimăm că nivelul stimei de sine este mai scăzut la femeile supuse abuzului în copilărie în raport cu cel al femeilor care nu au trăit astfel de experiențe;
4. Presupunem că femeile neabuzate în copilărie sunt, la maturitate, mai reziliente la stres, comparativ cu cele abuzate în copilărie.
5. Admitem că femeile supuse abuzului în copilărie au un nivel de ostilitate mai ridicat, comparativ cu cel al femeilor neabuzate;
6. Presupunem că femeile supuse abuzului în copilărie utilizează strategii de coping cognitiv-emoțional și comportamental maladaptativ, iar femeile neabuzate aplică strategii de coping adaptative.
7. Estimăm existența unei relații între sentimentul securității psihologice (stabilit prin atașament) în cazul femeilor abuzate în copilărie și influența acestuia asupra următoarelor resurse personale: stima de sine, reziliența, tipurile de ostilitate, asupra strategiei de coping cognitiv-emoțional și a celei de comportament.

### ***Variabilele experimentale***

*Variabila dependentă* este reprezentată de stările de insecuritate psihologică în copilărie și este exprimată prin tipul de atașament format.

### ***Variabilele independente:***

1. Stima de sine;
2. Reziliența;
3. Ostilitatea și formele ei;
4. Strategiile de coping cognitiv-emoțional și comportamental.

Au fost formulate câteva întrebări, pentru a obține date științifice oportune discutării ipotezelor avansate, în vederea confirmării sau respingerii lor:

- Care este tipul de atașament predominant în cazul femeilor abuzate/neabuzate în copilărie?
- Care este diferența dintre atașamentul femeilor abuzate și al femeilor neabuzate în copilărie?
- Cum influențează tipul de abuz asupra formei de atașament la femeile abuzate în copilărie?

- Care sunt diferențele dintre resursele personale (trăsăturile de personalitate, stima de sine, reziliența, ostilitatea și formele ei, strategiile de coping cognitiv-emoțional și comportamental) la femeile abuzate și la cele neabuzate în copilărie?
- Cum influențează atașamentul accesarea resurselor personale în cazul femeilor abuzate în copilărie și cât de diferit sunt acestea activate la femeile neabuzate?

**Descrierea eșantionului cercetării.** Pentru a determina care este nivelul securității psihologice la femeile abuzate în copilărie, ne-am propus să cercetăm, în baza mai multor metode, un eșantion de circa 175 de femei, cu vârsta cuprinsă între 20 și 35 de ani, media de vârstă a grupului fiind de 27,4 de ani. Eșantionul de cercetare a fost împărțit în două grupuri:

- **Lot I – femei neabuzate în copilărie – 78 de persoane;**
- **Lot II – femei abuzate în copilărie – 97 de persoane.**

Femeile abuzate în copilărie au fost repartizate conform tipului de abuz:

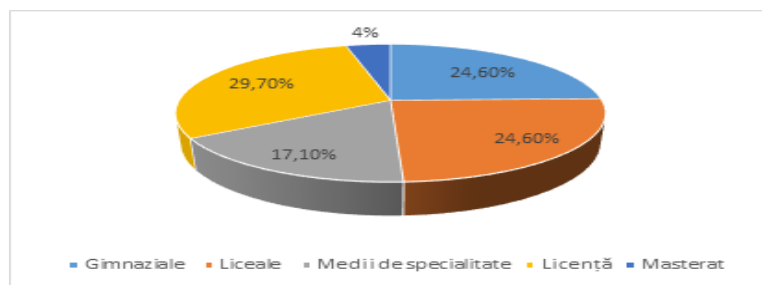
- a) femei abuzate fizic;
- b) femei abuzate emoțional;
- c) femei abuzate sexual;
- d) femei abuzate prin neglijență.

În cadrul cercetării empirice, au fost selectate 175 de femei – beneficiare ale serviciilor Direcției pentru Protecția Drepturilor Copiilor din mun. Chișinău și ale Direcțiilor de Asistență Socială pentru Protecția Familiilor și a Copiilor din 10 raioane, precum și femei care au apelat la serviciile de consiliere psihologică în cadrul biroului „Psiholog pentru copii și maturi” și ale altor ONG-uri active din domeniu.

Inițial, au fost selectate 176 de femei, dintre care 88 au fost abuzate în copilărie (fapt cunoscut din anamneza lor și din evidența acestora la Direcția de Asistență Socială pentru Protecția Familiilor și a Copiilor) și 88 de femei neabuzate în copilărie înainte de etapa de constatare. Femeile din eșantion și-au exprimat benevol acordul de a participa la cercetare. După ce a fost completată „Scala de identificare a abuzului și a traumei”, au fost prelucrate datele obținute la etapa inițială de constatare, care ne-au permis să modificăm numărul de persoane din lotul de femei abuzate, și anume 97 de persoane, iar al celor neabuzate – de 87 de persoane: 1 persoană din acest grup a completat testele incorect și a fost eliminată din lotul de cercetare.

Femeile din eșantionul general, care, în urma investigației, s-au dovedit a fi abuzate, au fost transferate în grupul persoanelor abuzate. Acest fapt explică diferența de număr până și după etapa de constatare, când în eșantionul femeilor abuzate au fost determinate 97 de femei, iar în cazul celor neabuzate în copilărie – 87 de femei. Ulterior, tot în cadrul etapei de constatare, femeile selectate în cele două loturi au fost cercetate prin prisma celorlalte variabile.

Pentru a avea o imagine mai amplă cu referire la eșantionul de cercetare, ne-am propus să-l descriem din perspectiva următoarelor criterii: nivelul de studii, mediul de trai și statutul social al femeilor (Figura 2.1., 2.2, 2.3).



**Fig. 2.1. Nivelul de studii al femeilor din lotul de constatare**

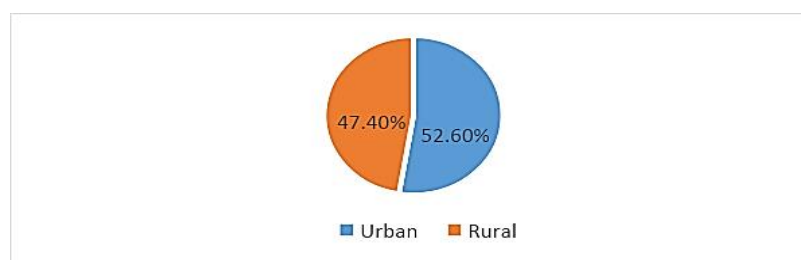
În conformitate cu Figura 2.1, se poate menționa că eșantionul cercetării a fost format din femei care au un nivel diferit de studii: de la cel gimnazial până la treapta de masterat. Astfel, 24,6% (43 de femei) sunt cu studii gimnaziale, 24,6% (43 de femei) – cu studii liceale, 17,1% (30 de femei) – cu studii medii de specialitate, 29,7% (52 de femei) – cu studii de licență și 4% (7 femei) – cu studii de masterat. Odată cu creșterea nivelului de instruire al femeilor, crește și nivelul de conștientizare a consecințelor abuzului: femeile pot înțelege care sunt micile incidente care ar putea preveni situațiile grave de violență.

**Tabel 2.1. Nivelul de studii al femeilor din lotul de cercetare**

Nivelul de studii al femeilor	Femei abuzate în copilărie		Femei neabuzate în copilărie	
Gimnaziale	34	35,05 %	9	11,53 %
Liceale	14	14,43 %	29	37,17 %
Medii de specialitate	14	14,43 %	16	20,51 %
Licență	30	30,92 %	22	28,20 %
Masterat	5	5,16 %	2	2,56 %
Total	97	100%	78 %	

Conform tabelului de mai sus, realizăm că 35,05% dintre femeile supuse abuzului în copilărie (34 de persoane) nu și-au continuat studiile și au rămas la nivelul studiilor gimnaziale, comparativ cu femeile nesupuse abuzului în copilărie care au continuat studiile la liceu și la universități. Deși numărul femeilor supuse abuzului în copilărie, care merg, ulterior, la studii este mai mic, constatăm că unele dintre ele fac studii universitare de licență și de masterat. Ca urmare a discuțiilor purtate, am constatat că femeile, pe parcursul studiilor, au primit suport din partea altor persoane, chiar din afara familiei (frați, surori mai mari, bunici, unchi, rude sau chiar persoane străine care au descoperit potențialul lor în copilărie). Ajutorul obținut de la persoanele din afara familiilor a influențat dorința lor de creștere profesională și de continuare a studiilor, însă, din cauza traumelor din trecut, femeile rămâneau blocate în procesul de muncă și de stabilire a relațiilor de încredere cu alte persoane.

Ne-am propus să evaluăm mediul de proveniență al femeilor din eșantionul de cercetare, pentru a cunoaște dacă abuzul este o trăsătură specifică a mediului urban sau rural.



**Fig. 2.2. Mediul de trai al femeilor din eșantionul de cercetare**

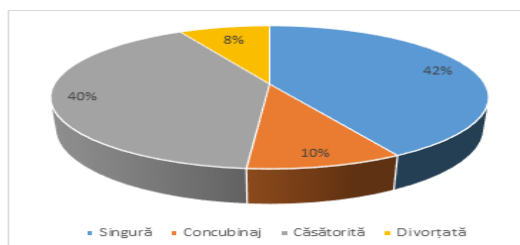
Conform Figurii 2.2., constatăm că, dintre cele 175 de femei (din întregul lot de cercetare), 52,60% (92 de persoane) sunt din mediul urban și 47,40% (83 de persoane) – din mediul rural. Datele obținute ne permit să constatăm că femeile din lotul de cercetare provin atât din mediul rural, cât și din cel urban, cu o diferență mică la nivel de număr de persoane. Ulterior, am hotărât să analizăm dacă există vreo diferență în ceea ce privește locul de trai sau mediul de proveniență al femeilor abuzate și al celor neabuzate în copilărie (Tabelul 2.2.):

**Tabel 2.2. Locul de trai al femeilor din lotul de cercetare**

Locul de proveniență	Femei abuzate în copilărie		Femei neabuzate în copilărie	
	Număr	Procent	Număr	Procent
Urban	44	45,36 %	48	61,53 %
Rural	53	54,64 %	30	38,46 %
Total	97	100 %	78	100 %

Diferențele procentuale sunt mici și aceasta ne indică faptul că abuzul copilului are loc indiferent de mediul de proveniență și nu este diferență între copiii crescuți la oraș și cei de la sate.

Un alt element distinctiv, care descrie lotul de cercetare, a fost evaluarea statutului social al femeilor.



**Fig. 2.3. Statutul social al femeilor din eșantionul de cercetare**

În Figura 2.3, am constatat că 42% dintre femei sunt celibatate (singure – 73 de persoane), căsătorite sunt 40% (71 de persoane), în relații de concubinaj – 10% (17 persoane) și divorțate – 8% (14 persoane). Lotul de cercetare a fost constituit din femeile care au un statut social diferit, predominând femeile celibatate și cele căsătorite.

**Tabel 2.3. Statutul social al femeilor din lotul de cercetare**

Statutul femeilor	Femei abuzate în copilărie		Femei neabuzate în copilărie	
	Număr	Procent	Număr	Procent
Mame singure	36	37,13 %	36	46,15 %
În concubinaj	12	12,37 %	6	7,69 %
Căsătorite	39	40,21 %	32	41,02 %
Divorțate/separate	10	10,31 %	4	5,12 %

Total	97	100 %	78	100 %
-------	----	-------	----	-------

Conform Tabelului 2.3., putem concluziona că femeile abuzate în copilărie trăiesc mai des în relații de concubinaj: 12,37% față de 7,69% care constituie femeile fără experiențe de abuz în copilărie. De asemenea, mai des divorțează femeile supuse abuzului în copilărie: 10,31% față de 5,12% de femei neabuzate în copilărie. Cu toate acestea, 40,21% dintre femeile supuse abuzului în copilărie pot forma relații de căsătorie, la fel ca și 41,02% dintre femeile neabuzate în copilărie. Un alt aspect important este asumarea relației de maternitate sau paternitate: 37,13% dintre femeile abuzate în copilărie au tendința de a rămâne mame singure (au divorțat sau au născut copii fără a implica tatăl copiilor în creșterea lor sau în recunoașterea paternității), acest fenomen este atestat și la 46,15% dintre femeile neabuzate în copilărie.

Ulterior, ne-am propus să constatăm în ce măsură aceste femei au acceptat rolul de mamă și care este diferența dintre femeile abuzate în copilărie și cele neabuzate (vezi Tabelul 2.4.)

**Tabel 2.4. Numărul de copii ai femeilor din lotul de cercetare**

Nr. de copii	Femei abuzate în copilărie		Femei neabuzate în copilărie	
	Nr.	%	Nr.	%
Nu au copii	23	23,71	37	47,43
1 copil	27	27,83	23	29,48
2 copii	33	34,02	8	10,25
3 copii	11	11,34	9	11,53
4 copii	3	3,09	1	1,28
Total	97	%	78	%

Analiza minuțioasă a Tabelului 2.4. ne permite să observăm că doar 23,71% dintre femeile abuzate în copilărie nu au acceptat rolul de mamă, față de 47,43% dintre femeile neabuzate în copilărie; totodată, 27,83% dintre femeile abuzate în copilărie și 29,48% dintre cele neabuzate au un singur copil. 34,02% dintre femeile supuse abuzului în copilărie au născut la acel moment doi copii, în același timp, unele dintre ele aveau copii din alte relații, cu bărbați diferiți. Dintre femeile nesupuse abuzului în copilărie, 10,25 % au născut doi copii din relația cu unul și același bărbat. Câte trei copii au născut 11,34 % dintre femeile cu experiență de abuz în copilărie (unii copii erau de la bărbați diferiți) și 11,53 % dintre femeile fără experiențe de abuz. Acceptarea rolului de mamă a trei copii a fost în cazul a 3,09 % dintre femeile abuzate în copilărie și 1,28% dintre femeile neabuzate în copilărie.

**Metodele și instrumentele utilizate în cercetare.** În contextul în care nu dispunem de un instrument valid și standardizat de măsurare și evaluare a securității psihologice, am apelat la câteva variabile ca entități psihologice în care este reflectată securitatea psihologică și care pot fi măsurate cu instrumentele aprobate: 1. atașamentul, în baza căruia se formează sentimentul de securitate psihologică; 2. prezența/absența abuzului în copilărie; 3. resursele prezente/absente care facilitează dezvoltarea/întărirea sentimentului securității psihologice.

1. Pentru evaluarea *prezenței abuzului în copilărie*, am utilizat metoda **Scala pentru depistarea abuzului și a traumei**, elaborată de B. Sanders, E. Becker-Lausen. Scala evaluează atmosfera generală de acasă și surprinde ceea ce simte persoana privitor la felul în care a fost tratată de către părinți. Persoanele evaluate, atunci când completează testul, trebuie să se gândească la părinții lor sau la persoanele care le-au crescut – în cazul absenței părinților, iar dacă atitudinea lor era diferită, atunci trebuie să fie luat în considerare comportamentul celui mai sever părinte. Scala cuprinde 35 de întrebări cu 5 tipuri de răspuns: 0 – niciodată, 1 – rar, 2 – uneori, 3 – foarte des, 4 – întotdeauna, care au fost distribuite în trei scale, cu un număr concret de întrebări și alte întrebări libere. Această metodă oferă posibilitatea *de a depista abuzul fizic, sexual, neglijarea sau atmosfera stresantă (abuzul emoțional)*, fiecare având un număr concret de itemi, suma cărora poate fi de la 16 la 48 de puncte.

2. Pentru evaluarea *securității psihologice* ca variabilă (din considerent că nu dispunem de un instrument valid, standardizat de măsurare și evaluare a securității psihologice, am apelat la atașament ca entitate psihologică în care este reflectată securitatea psihologică și care poate fi măsurată datorită instrumentelor aprobate (AAS). Măsura atașamentului este măsura securității, iar tipul de atașament predominant la femeile abuzate în copilărie față de cel în cazul femeilor neabuzate, în baza căruia se formează securitatea psihologică, a fost testat prin intermediul **Chestionarului pentru depistarea atașamentului**, elaborat de N.L. Collins și S.J. Read (AAS – Adult Attachment Scale). Chestionarul este alcătuit din 18 itemi, câte șase pentru fiecare tip de atașament. Respectiv, se identifică trei tipuri de *atașament: securizant, evitant și anxios-ambivalent*. Fiecare item este însoțit de o scală cu 5 trepte: 1 – dezacord puternic, 2 – dezacord parțial, 3 – nu știu, 4 – acord parțial, 5 – acord puternic. Subiecții sunt rugați să evalueze, pe aceste scale, în ce măsură afirmațiile conținute de itemi îi caracterizează, în general, și cum se simt. Se calculează media aritmetică a scorurilor obținute pe subiecți la fiecare stil de atașament, 6 puncte reprezentând nivelul minim, iar 30 de puncte – nivelul maxim. În urma interpretării datelor, se obțin trei rezultate, pentru fiecare tip de atașament. Se consideră că subiectul are stilul de atașament cu cel mai mare scor obținut.

Pentru evaluarea resurselor personale prezente sau absente la femeile abuzate și la cele neabuzate în copilărie care facilitează dezvoltarea sentimentului securității psihologice, am aplicat:

a. **Chestionarul de personalitate** – elaborat de H. Leongard, H. Schmieschek. Chestionarul determină manifestările dominante ale persoanei. El este alcătuit din 88 de întrebări, care au fost aranjate în 10 grupe (I – X) și permite evidențierea unor trăsături „accentuate” ale personalității. Grupa I-a, cu 12 întrebări, se referă la *demonstrativitate*, grupa a II-a, cu 12 întrebări, se referă la *hiperexactitate*. Grupa a III-a, cu 12 întrebări, se referă la *hiperperseverență*. Grupa a IV-a, cu 8 întrebări, se referă la *nestăpânire*. Grupa a V-a, cu 8 întrebări, se referă la *hipertimie*.

Grupa a VI-a, cu 8 întrebări, se referă la *distimie*. Grupa a VII-a, cu 8 întrebări, se referă la *ciclotimie*. Grupa a VIII-a, cu 4 întrebări, se referă la *exaltare*. Grupa a IX-a, cu 8 întrebări, se referă la *anxietate*. Grupa a X-a, cu 8 întrebări, se referă la *emotivitate*.

Participanții răspund la întrebări cu „Da” sau „Nu”. Analiza se efectuează în două etape. Mai întâi, se urmăresc răspunsurile pentru fiecare dintre cele 10 grupe de trăsături (I–X), conform cheii prezentate în test, aflându-se, astfel, valorile brute individuale. La etapa a doua, în „Tabelul de sinteză” se notează valorile brute pentru fiecare grupă (I – X). Aceste valori se multiplică prin coeficientul stabilit pentru fiecare grupă în parte, obținându-se un rezultat care poate varia de la 0 la 24 de puncte. Cu cât acest rezultat este mai mare (adică se apropie de 24), cu atât este mai mare și gradul de semnificație a trăsăturii respective, marcându-se astfel direcția de „accentuare” a personalității. Coeficientul ajută și la compararea cantitativă a rezultatelor, întrucât, prin înmulțirea efectuată, se obțin valori standard comparative. Valoarea 24 arată un indice simptomatic de 100%; valoarea 18 indică 75%; valoarea 12 – 50%; valoarea 6 – 25%. Cu referire la interpretarea rezultatelor, autorul chestionarului înaltează ideea că se poate vorbi de o „accentuare” în cazul în care numărul de răspunsuri semnificative trece de 50%. Personalitățile „accentuate” nu sunt patologice. Ele se caracterizează prin evidențierea unor trăsături pregnante de personalitate.

b. **Scala Rosenberg a stimei de sine (RSS)** a fost elaborată de sociologul american (de origine evreiască), Morris Rosenberg (Self-Esteem Scale – RSES) și publicată, în același an, în „**Society and the adolescent self-image**” Princeton, NJ: Princeton University Press. Scala Rosenberg a stimei de sine are o bună consistență internă, coeficientul alfa Cronbach fiind de 0,89 (aproape de excelent = 0,90), iar fidelitatea test – retest este cuprinsă între 0,85 și 0,88. Chestionarul (scala) este astăzi larg utilizat în domeniul psihologiei sociale, al psihologiei sănătății și al psihologiei clinice. Pentru punctarea întrebărilor, se atribuie o valoare pentru fiecare dintre cele 10 întrebări (itemi), după cum urmează: pentru întrebările 1, 2, 4, 6, 7: *Acord puternic* = 4, *De acord* = 3, *Dezacord* = 2, *Dezacord puternic* = 1. Pentru întrebările 3, 5, 8, 9, 10 (cotate invers): *Acord puternic* = 1, *De acord* = 2, *Dezacord* = 3 și *Dezacord puternic* = 4. Scala variază de la 0-40, 40 indicând cel mai mare scor posibil. Valorile cuprinse între 10 și 16 puncte indică un nivel scăzut al stimei de sine; între 17 și 33 de puncte, subiecții au o stimă de sine medie; între 34 și 40 de puncte marchează o stima de sine înaltă.

c. **Inventarul de ostilitate**, elaborat de Arnold H. Buss și Ann Durkee, este compus din 66 de propoziții – afirmații. Participanții trebuie să răspundă cu una dintre variantele de răspuns „Adevărat” sau „Fals”, prin referire la propria persoană. Se notează acele răspunsuri care concordă cu celelalte din „cheie” și se adună aceste concordante pentru cele 7 coloane, obținându-se un scor general, care este, de obicei, sub 38, și reprezintă indicatorul de ostilitate generală. Dacă scorul este mai mare – nivelul de ostilitate este crescut și individul se implică în relații dificile și dezagreabile.



Dacă scorul este mai mic decât 38, atunci trebuie de urmărit subscorurile la cele 7 coloane, pentru a vedea dacă vreunul dintre ele reprezintă o problemă. Respectiv, fiecare subscală are punctajul său, deoarece numărul afirmațiilor pentru fiecare scală este diferit: de la 5, la 13 afirmații: **negativism** – scor ridicat de 4 puncte sau mai mult; **resentiment** – scor ridicat de 4 puncte și mai mult; **ostilitate indirectă** – scor ridicat la 6 și mai mult; **atentat** – scor ridicat la 6 și mai mult; **suspiciune** – scor ridicat la 6 și mai mult; **iritabilitate** – scor ridicat la 8 și mai mult; **ostilitate verbală** – scor ridicat la 9 și mai mult.

d. **Testul „Măsurarea nivelului de reziliență”** este tradus și adaptat de Monica David și este compus din 20 de afirmații cărora participanții trebuie să le acorde un punctaj de la 1 la 5 (1 = foarte puțin adevărat; 5 = foarte adevărat). Scorul final se calculează prin sumarea tuturor punctelor, care poate fi de la 20 la 100, apoi putem determina care este nivelul de reziliență. Participantul cu un scor de la 0 la 50 de puncte obține un nivel redus de reziliență, cel cu scorul de la 51 la 89 – are un nivel mediu de reziliență, iar persoanele cu 90 – 100 de puncte au un nivel ridicat de reziliență.

e. **CERQ – Chestionar de Coping Cognitiv Emoțional**, elaborat de **Garnefski, Kraaij, Spinhoven** [94] este un chestionar multidimensional, construit pentru a identifica exclusiv strategiile de coping cognitiv pe care cineva le folosește după ce a trăit anumite evenimente sau situații negative. În opoziție cu alte chestionare de coping, care nu fac o distincție explicită între gândurile unei persoane și activitatea sa reală, chestionarul prezent se referă în mod exclusiv la gândurile unei persoane după ce a trăit o experiență negativă. CERQ este un chestionar de autoevaluare format din 36 de itemi, evaluați pe o scală cu 5 ancore 1 – *Aproape niciodată* și 5 – *Aproape întotdeauna*. Chestionarul măsoară nouă strategii de coping: 1. **Autoculpabilizare** – asumarea întregii responsabilități pentru situația trăită; 2. **Acceptare** – resemnarea față de ceea ce s-a întâmplat; 3. **Ruminație** – preocuparea pentru sentimentele și gândurile care sunt asociate cu un eveniment negativ; 4. **Refocalizare pozitivă** – direcționarea gândurilor spre evenimente pozitive; 5. **Refocalizare pe planificare** – orientarea gândurilor spre pașii care trebuie făcuți pentru a depăși evenimentul negativ; 6. **Reevaluare pozitivă** – asocierea mentală pozitivă a unui eveniment negativ; 7. **Catastrofare** – accentuarea gândurilor în mod recurent la cât de teribil a fost evenimentul trăit; 8. **Punere în perspectivă** – se referă la acele gânduri prin care se reduce nivelul de gravitate al evenimentului, prin comparația cu alte evenimente și se pune accent pe faptul că există și lucruri mai grave în lume; 9. **Culpabilizarea celorlalți** – învinovățirea altora pentru propriile experimentări.

Pentru toate scalele CERQ, este valabil următorul fapt: cu cât scorul este mai mare la o anumită subscală, cu atât persoana în cauză utilizează într-o mai mare măsură acea strategie de coping cognitiv. În etaloane se poate verifica dacă un anumit nivel este scăzut sau ridicat, în comparație cu grupul pe care s-a construit etalonul. Scorul brut obținut va fi comparat cu media

scorurilor persoanelor din subiecții supuși testării, așa numitul grup-etalon. În total, sunt disponibile cinci grupuri-etalon.

f. **Scala de abordare strategică a copingului (SACS)** este un instrument care evaluează dimensiunea comportamentală a copingului, luând în considerare aspectele sociale ale strategiilor prin care persoana face față situațiilor stresante. SACS este **construit de către Stevan E. Hobfoll, Carla L. Dunahoo, J. Monnier, Michael R. Hulsizier și Robert Johnson**, are la bază modelul multiaxial al copingului și măsoară strategiile de coping comportamental (active, pasive, prosociale, antisociale, directe, indirecte) într-un context mult mai echilibrat, care permite înțelegerea atât a perspectivei individualiste, cât și a celei comunitare.

Scala SACS evaluează strategiile de coping comportamental din punct de vedere: activ/pasiv, prosocial/antisocial, direct/indirect. În prezent, SACS include nouă subscale: acțiune asertivă, relaționare socială, căutarea suportului social, acțiune prudentă, acțiune instinctivă, evitare, acțiune indirectă, acțiune antisocială, acțiune agresivă.

SACS poate să fie utilizat la subiecți normali și clinici și în cazul adulților cu vârsta peste 18 ani, pentru a analiza capacitatea oamenilor de a utiliza sistematic diverse strategii de coping în situații diferite și descrise de natura flexibilă a copingului, cu valoare adaptativă (N. Lester, L. Smart și A. Baum).

Astfel, SACS distinge nouă strategii de coping comportamental:

- 1. Acțiune asertivă**, prin care persoana abordează situația în mod ferm, spontan, sincer și direct, fără a se sustrage de la probleme și prin care își urmărește interesele, fără a le face rău celorlalți (dimensiunea activă/pasivă).
- 2. Relaționare socială**, prin care persoana se alătură celorlalți pentru a face față situației sau prin care îi ajută pe ceilalți, luând în considerare și nevoile acestora (dimensiune prosocială/antisocială).
- 3. Căutarea suportului social**, prin care persoana face apel la ceilalți pentru ajutor și sprijin emoțional și prin care se sfătuiește cu familia și prietenii în legătură cu ce are de făcut (dimensiune prosocială/antisocială).
- 4. Acțiune prudentă**, prin care ia toate măsurile de precauție înainte de a acționa și prin care își evaluează atent opțiunile pentru a se proteja de orice pericol (dimensiune prosocială/antisocială).
- 5. Acțiune instinctivă**, prin care se bazează pe propria intuiție și prin care reacționează în funcție de impulsurile de moment pentru a-și rezolva problemele (dimensiune prosocială/antisocială).
- 6. Evitare**, prin care se angajează în alte activități, ca să nu fie axat pe problemă, se retrage sau așteaptă ca lucrurile să se rezolve de la sine (dimensiune activă/pasivă).

7. **Acțiune indirectă**, prin care manipulează situația pentru a-i face pe ceilalți să creadă că ei dețin controlul, în timp ce persoana în cauză rezolvă problema, în mod netransparent, „în spatele scenei” (dimensiune directă/indirectă).
8. **Acțiune antisocială**, prin care persoana își urmează interesele, chiar dacă face rău celorlalți (dimensiune prosocială/antisocială).
9. **Acțiune agresivă**, prin care acționează decisiv, rapid, pentru a-i prelua pe ceilalți prin surprindere și pentru a prelua controlul (dimensiune prosocială/antisocială).

Chestionarul cuprinde 52 de itemi care se referă la modul în care reacționează o persoană, în general, (ceea ce face o persoană) atunci când se confruntă cu o situație sau o problemă stresantă. Itemii sunt împărțiți pe nouă scale, astfel încât fiecare subscală SACS conține între patru și nouă itemi. Itemii (-) sunt cotați negativi.

SACS poate fi utilizat atât individual, cât și în grup, în format letric (creion-hârtie) și în versiune computerizată. De regulă, completarea SACS durează 7 minute.

### **Instrucțiuni pentru completarea SACS**

Persoanele trebuie să descrie cum reacționează, în general, atunci când se confruntă cu o problemă/situație stresantă. Răspunsul trebuie încercuit cu o singură variantă de la 1 la 5, în care 1 înseamnă „nu e deloc ceea ce face”, iar 5 – „categoric (foarte mult), e ceea ce aș face”. Se va explica, în mod clar, faptul că, prin completarea acestui chestionar, se urmăresc punctele de vedere ale fiecărei persoane și că nu există răspunsuri corecte sau greșite.

### **Cotarea SACS**

Pentru a obține scorul unei subscale, se calculează suma cotelor itemilor incluși în scală (de la 1 la 5, prin adunare simplă). Aceasta poate evalua în cadrul unei subscale – relaționare socială de la 5 (strategia nu este folosită niciodată) la 25 (strategia este folosită foarte des). Dintre itemii care compun o subscală, nu poate „lipsi” răspunsul la mai mult de o singură întrebare. În acest caz, scorul „lipsă” va fi înlocuit cu media celorlalte scoruri.

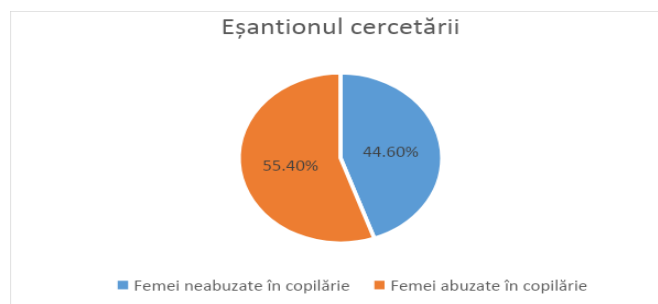
SACS poate fi utilizat în cazul persoanelor adulte fără diagnostic psihiatric și al pacienților adulți cu diagnostic psihiatric.

## **2.2. Prezentarea și interpretarea rezultatelor experimentului de constatare**

Pentru a confirma sau infirma ipotezele lansate în debutul acestui studiu, noi am supus materialul empiric obținut în experiment metodelor de prelucrare statistică. Calculele statistico-matematice au fost realizate prin intermediul programului computerizat SPSS (*Statistical Package for Social Sciences*), versiunea 21, iar ilustrarea datelor a fost realizată prin intermediul programului Microsoft Excel. Deoarece rezultatele cercetării sunt prezentate în date de interval cu distribuția datelor simetrică, am utilizat în acest scop metode parametrice de prelucrare statistică a datelor (Testul T pentru eșantioane independente, Analiza de varianță ANOVA, Corelația Pearson,

testul Kolmogorov – Smirnov, testul de omogenitate Levene, Analiza Post-Hoc (Games–Howell și Tukey HSD), iar rezultatele relevante pentru cercetare le-am prezentat în tabele și grafice atât în acest capitol, cât și în Anexe.

În continuare, vom prezenta rezultatele obținute la **Scala de depistare a abuzului și traumei** și diferențele dintre cele două loturi: *Lot I – Femeile neabuzate în copilărie*, *Lot II – Femeile abuzate în copilărie*.

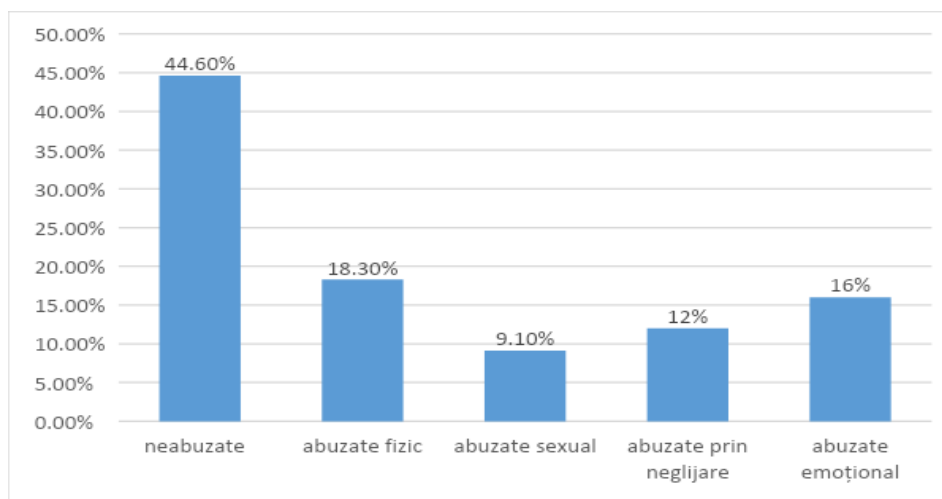


**Fig. 2.4. Procentajul femeilor abuzate/neabuzate în copilărie**

Conform figurii 2.4, femeile participante la cercetare au fost repartizate în două loturi de cercetare, după cum urmează, Lotul I – 44,60% de femei (78 de subiecți) care nu au trăit experiențe de abuz în copilărie și Lotul II – 55,40% de femei (97 de subiecți) care au fost supuse diverselor forme de abuz în copilărie.

După cum observăm, rezultatele obținute denotă faptul că numărul femeilor abuzate în copilărie este mai mare față de cel al femeilor neabuzate. Metodele de disciplinare abuzivă erau acceptate în familii, în mediile sociale și în școli de către cadrele didactice. În perioada copilăriei lor, unicele servicii care ofereau suport și sprijin copiilor abuzați erau poliția și procuratura. În Republica Moldova, serviciile de asistență psihosocială a victimelor violenței s-au dezvoltat începând cu 1997, odată cu fondarea Centrului Național de Prevenire a Abuzului față de Copii.

Femeile din lotul II au fost repartizate în patru grupuri, în funcție de tipul de abuz: fizic, sexual, de neglijare, emoțional (Figura 2.5).



**Fig. 2.5. Repartizarea femeilor neabuzate/abuzate, după formele de abuz**

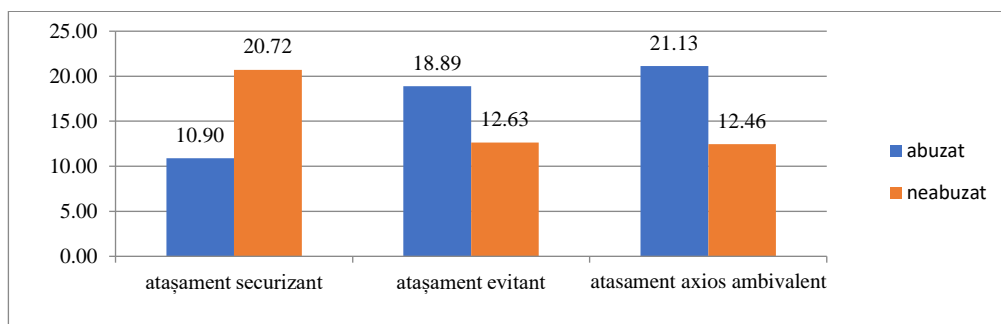
Din întreg eșantionul de cercetare, femeile neabuzate în copilărie formează 44,6% (87 de persoane), în comparație cu cele abuzate în copilărie, care constituie 54,60% (97 de persoane). Femeile supuse abuzului în copilărie (din eșantionul lotului II) au fost repartizate după forma predominantă de abuz: cu o frecvență mai mare în cazul femeilor abuzate fizic în copilărie – 18,30% (32 de persoane), 16,0% (28 de persoane) au fost abuzate emoțional în copilărie, 12,0% (21 de persoane) au fost în situații de neglijare în copilărie și ponderea cea mai mică revine femeilor abuzate sexual în copilărie – 9,10% (16 de femei).

Datele obținute confirmă informațiile prezentate în studiile existente din domeniul abuzului față de copil. Potrivit acestora, situațiile de abuz fizic din partea părinților sunt mai des întâlnite față de celelalte forme. De cele mai dese ori, părintele își abuzează fizic copiii în scop de disciplinare, iar vulnerabilitatea copilului constă în lipsa capacității de apărare și prezența celuilalt părinte, care acceptă situația în mod pasiv.

Vârsta medie a părinților care aplică bătaia drept metodă de disciplinare este de aproximativ 26 de ani pentru mamă, iar vârsta medie a tatălui este de 30 de ani [110, p, 155].

În cazul abuzului sexual al copiilor, abuzatorul, cel mai des, este una dintre persoanele de încredere sau un membru al familiei copilului. Depistarea abuzului sexual are loc cu întârziere, din cauză că abuzatorul este în poziție de autoritate față de copil sau are acces permanent la el. Copiii tind să manifeste încredere în adulții care le oferă sprijin și suport, și nu își imaginează că adultul i-ar putea produce vreun prejudiciu sau ar avea o rea-intenție și comportamente abuzive.

Astfel, studiind literatura de specialitate, am constat că persoanele cu un stil de atașament securizant la maturitate au un sentiment de securitate psihologică care le permite să fie mai siguri pe ei. De aceea, ne-am propus de a verifica ipoteza: *presupunem că există diferențe privind tipul atașamentului la femeile abuzate comparativ cu cel al femeilor neabuzate*. Aplicarea **Chestionarului pentru depistarea atașamentului**, elaborat de **Collins și Read, (AAS – Adult Attachment Scale)**, ne-a permis să determinăm prezența unor diferențe între cele două loturi la variabila *tipul de atașament predominant, în baza căruia se formează securitatea psihologică la maturitate*. Rezultatele obținute în cadrul testului ne-au permis să identificăm cele trei tipuri de atașament prezente la ambele loturi cu o valoare medie diferită (Figura 2.6.):



**Fig. 2.6. Valorile medii ale atașamentului la femeile abuzate/neabuzate în copilărie**

Analiza comparativă, în funcție de prezența sau absența abuzului în copilărie, ne-a permis identificarea diferențelor statistic semnificative prin intermediul Testului T la tipurile de atașament. Astfel, la *variabila atașamentul securizant*, au fost obținute diferențe statistic semnificative între femeile neabuzate în copilărie ( $M=20,72$ ,  $SD=3,69$ ) și femeile abuzate în copilărie ( $M=10,90$ ,  $SD=2,33$ ) cu valoarea lui  $t_{123,992}=20,407$ , la un prag de semnificație de  $p=0,001$ . Traiul într-un mediu de siguranță și consecvența în disciplinare, care a fost aplicată de părinți, au creat la femeile neabuzate în copilărie un sentiment de securitate psihologică, manifestat printr-o valoare medie mai mare la stilul de atașament securizant. Considerăm că valorile mai mici la atașamentul securizant pentru femeile abuzate în copilărie pot fi explicate prin faptul că ele au trăit într-un mediu vulnerabil, nesigur și deseori erau etichetate și criticate. Presupunem că unele dintre aceste femei au reușit să formeze legături emoționale doar cu unul dintre părinți sau cu alte persoane de referință (bunei, rude, profesori) care le ofereau o susținere ocazională.

Compararea datelor obținute la *variabila atașament evitant* în cazul femeilor neabuzate în copilărie ( $M=12,63$   $SD=2,22$ ) și cel al femeilor abuzate în copilărie ( $M=18,89$ ,  $SD=3,47$ ) a permis constatarea unei diferențe semnificative din punct de vedere statistic, cu un indice:  $t_{165,401}=-14,435$  la un prag de semnificație:  $p=0,001$ . Părinții abuzivi erau instabili în ceea ce privește comportamentul și atitudinea față de copiii lor, nu-și exprimau emoțiile adecvat (fie își revărsau furia pe propriii copii, fie îi țineau la distanță în situații de stres), ceea ce a dus la formarea atașamentului evitant.

Din acest considerent, pentru femeile abuzate în copilărie, faptul că părinții alternau între bunăvoință și abuz, între stabilitate și agresivitate, între nevoia de comunicare și de relaționare și nevoia de a se afirma agresiv și intruziv pe seama copilului le-a influențat să păstreze o distanță emoțională, să nu creadă că alte persoane au intenții bune și le-a provocat la maturitate neîncrederea în stabilirea unor relații; drept urmare, ele evită apropierea fizică, psihică și formarea încrederii totale în alte persoane.

În mod conștient, femeile abuzate în copilărie își doresc să fie protejate și să se apropie de alte persoane pentru a forma o relație de stabilitate și siguranță. Spre regret, ele reacționează inconștient, iar la momentul unei apropieri sau a unei insistențe de a forma legături mai familiare, ele păstrează o distanță emoțională și nu au încredere în bunele intenții ale altor persoane.

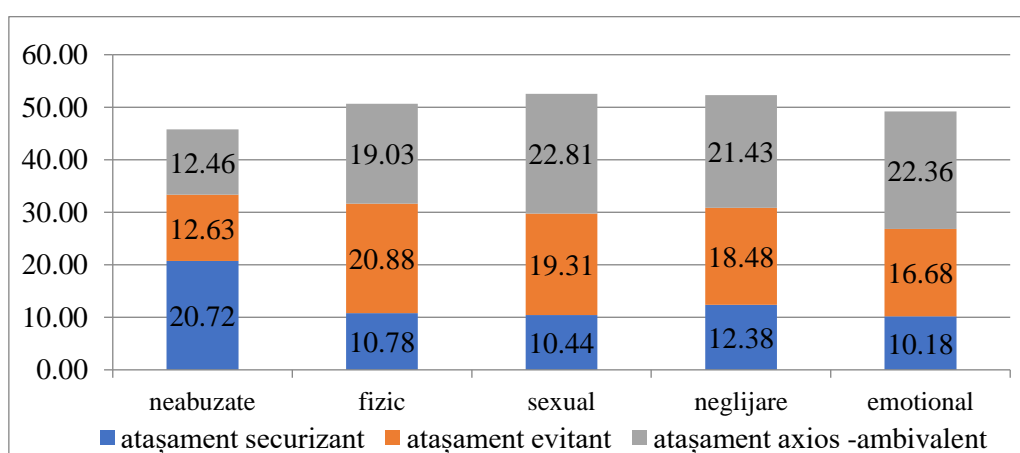
De asemenea, au fost constatate diferențe statistic semnificative la *variabila atașament anxios-ambivalent*, cu indicele:  $t_{147,998}=-18,010$ , la un prag de semnificație:  $p=0,001$ , în cazul femeilor neabuzate în copilărie ( $M=12,46$ ,  $SD=2,08$ ) și al celor abuzate în copilărie ( $M=21,13$ ,  $SD=4,13$ ) (Anexa 2, Tabelul A 2.7). Persoanele adulte care le oferă siguranță și iubire necondiționată, de fapt, le ajută acestor femei abuzate în copilărie să devină mai sigure pe sine la

vârsta adultă. Ele tind să formeze relații securizante, dar în cazul apariției situațiilor de conflict, ele vor evita apropierea și vor deveni mai anxioase.

Prezența acestor diferențe semnificative din punct de vedere statistic denotă că atașamentul femeilor neabuzate în copilărie, comparativ cu cel al femeilor abuzate, este diferit la toate cele trei forme de atașament.

La următoarea etapă a cercetării, ne-am propus să analizăm semnificația diferențelor existente în cazul femeilor neabuzate și al celor abuzate în copilărie după forma de abuz (fizic, sexual, prin neglijare și abuz emoțional), pentru fiecare tip de atașament: securizant, evitant și anxios-ambivalent (Figura 2.7.).

Unul dintre obiective propuse a fost să comparăm tipul de atașament al femeilor neabuzate și al celor abuzate în copilărie, în funcție de tipul de abuz la variabila atașamentului.



**Fig. 2.7. Valorile medii ale tipului de atașament la femeile neabuzate/abuzate, în funcție de tipul de abuz**

Analizând rezultatele din Figura 2.7., am determinat că valorile atașamentului securizant la femeile neabuzate ( $M=20,72$ ,  $SD=3,69$ ) sunt mai mari comparativ cu valorile în cazul femeilor supuse oricărei forme de abuz. Totodată, femeile abuzate în copilărie au valori medii mai mari la atașamentul evitant și cel anxios-ambivalent față de femeile nesupuse abuzului în copilărie și au acumulat valori medii la atașamentul evitant ( $M=12,63$ ,  $SD=2,22$ ), în cazul tipului anxios-ambivalent ( $M=12,46$ ,  $SD=2,08$ ), valorile sunt mai mici.

Valorile obținute la variabila *atașamentului securizant al femeilor abuzate în copilărie* sunt diferite, în funcție de forma abuz. Femeile abuzate fizic în copilărie au valori medii ( $M=10,78$ ,  $SD=2,05$ ), comparativ cu valorile în cazul femeilor abuzate sexual ( $M=10,44$ ,  $SD=1,86$ ), abuzate emoțional ( $M=10,18$ ,  $SD=1,92$ ) ori abuzate prin neglijare ( $M=12,38$ ,  $SD=2,97$ ). Aceste rezultate ne permit să afirmăm că urmările abuzului din copilărie influențează formarea atașamentului la maturitate. Femeile abuzate emoțional și cele abuzate sexual au cele mai mici valori ale atașamentului securizant și acest fapt poate fi explicat prin tendința adulților din copilăria lor de a le supune abuzului într-o formă mai gravă sau pentru o perioadă mai lungă.

Literatura de specialitate susține că un abuz emoțional sau sexual față de un copil este foarte greu de constatat, pentru că, în cazul abuzului sexual al unui copil de către o persoană de referință, se caută a ascunde adevărul „de gura lumii” (deseori, părinții copilului abuzat nu depun cerere de acuzare a abuzatorului, de frica de a nu fi mediatizați sau calomniați de persoanele din mediul social în care trăiesc). În cazul abuzului emoțional, acesta este și mai greu de depistat, deoarece atitudinea față de copil și stilurile de educație ale părinților foarte greu se schimbă, mai ales atunci când în societate este promovată ca normă luarea în derâdere și criticarea publică a persoanelor care încalcă legile, prin instrumente de disciplinare abuzivă, orientate către adulți (în anii sovietici – foiletoane, revista „Chipăruș”).

La variabila *atașamentul evitant*, valorile medii ale femeilor abuzate fizic în copilărie ( $M=20,88$ ,  $SD=3,27$ ) și ale celor abuzate sexual ( $M=19,31$ ,  $SD=3,15$ ) sunt mai mari față de valorile în cazul femeilor abuzate emoțional ( $M=16,68$ ,  $SD=2,73$ ) și ale celor abuzate prin neglijare în copilărie ( $M=18,48$ ,  $SD=3,21$ ) (Tabelul A 2.4.).

Femeile abuzate fizic și sexual în copilărie au suferit din cauza durerilor corporale (fie prin bătaie, fie prin atingeri sexuale impuse sau chiar violuri și echimoze la nivel de corp și organe genitale). Cunoaștem cu toții că durerea este unica senzație la care omul nu are capacitatea de adaptare la fel de bună, comparativ cu alte senzații. Durerea este puternic resimțită de copilul abuzat – indiferent dacă este provocată cu regularitate sau doar o dată, dar foarte dur – și poate cauza formarea memoriei musculare a corpului, care îi influențează comportamentul la maturitate. Femeile care au fost abuzate sexual sau fizic au trăit experiențe traumatizante și dureri fizice. Din această cauză, ele adesea reacționează, în mod involuntar, prin evitare și retragere la dorința cuiva de a le atinge, de a se apropia fie fizic, fie emoțional. Din relatările unor femei, acestea, ajunse la vârsta matură, mult timp au refuzat atingerile și contactul sexual, ca să nu trăiască din nou sentimentul de victimizare. Lipsa de încredere și incapacitatea de activare a resurselor la etapa adultă este descrisă în literatura de specialitate de A. Adler, E. Erikson, M. Erikson etc.

În cadrul acestui studiu, ne-am propus să comparăm și diferențele existente la variabila *atașamentului anxios-ambivalent*. Valorile medii obținute în cazul femeilor abuzate sexual ( $M=22,81$ ,  $SD=4,23$ ) și în cazul celor abuzate emoțional ( $M=22,36$ ,  $SD=3,99$ ) sunt mai mari comparativ cu valorile la femeile abuzate fizic în copilărie ( $M=19,03$ ,  $SD=3,71$ ) și la cele abuzate prin neglijare în copilărie ( $M=21,43$ ,  $SD=3,74$ ) (Tabelul A 2.4.).

Femeile abuzate sexual și emoțional în copilărie au avut și situații când părinții sau persoanele de referință au avut comportamente mature și respectuoase cu ele, alteori, adulții erau duri și abuzivi. În unele cazuri, în timpul abuzurilor sexuale, cu excepția violului, victimele trăiau senzații de plăcere corporală la atingeri, de aceea au acceptat atingerile abuzatorului la etapa inițială de apropiere, iar aceasta nu l-a oprit pe abuzator din acțiunile sale.



Femeile abuzate prin neglijare sau fizic în copilărie au dezvoltat nevoia de a nu se apropia de abuzator și de a trăi o stare de incertitudine în relațiile adulte. Comparativ cu femeile neabuzate în copilărie, atașamentul anxios-ambivalent al femeilor abuzate fizic și prin neglijare este mai mare, iar ele tind să refuze apropierea la vârsta adultă.

Atașamentul securizant dintre două persoane se dezvoltă prin atingeri, voci înțeleghătoare, sprijin reciproc, susținere și dragoste manifestată. Femeile abuzate fizic, sexual, emoțional sau prin neglijare în copilărie au avut puține sau chiar deloc astfel de experiențe din partea părinților lor în copilărie, la unele dintre ele, aceste circumstanțe de siguranță erau exprimate aleatoriu, ceea ce a dus la formarea unui atașament securizant mai slab, comparativ cu cel al femeilor neabuzate.

Trebuie remarcat că toate sentimentele umane esențiale își au originea în atașament: frica, dragostea, furia, tristețea, vina și rușinea. Atașamentul este schimbul de sentimente pe care le împărtășesc între ei părinții și copiii [apud 187, p. 49].

Apropierea și susținerea emoțională din exterior le poate forma copiilor convingerea că pot găsi persoane cu care să fie în siguranță. Familia extinsă, rudele, profesorii și alte persoane din mediul social de dezvoltare al copilului, care îi observă potențialul și reușesc să-l implice în diverse programe școlare sau extrașcolare, cercuri de creație/sportive, îl ajută să-și formeze un sentiment de securitate și să stabilească relații de încredere în alți adulți.

În continuare, ne-am dorit să comparăm diferențele dintre grupuri, astfel, prin intermediul metodei de analize de varianță Anova, am analizat valorile obținute la tipurile de atașament în cazul femeilor neabuzate și al celor abuzate, conform formei abuzului (fizic, sexual, neglijare, emoțional) (Tabelul 2.5 și A 2.9.):

**Tabelul 2.5. Analiza de varianță Anova în funcție de forma de abuz**

<b>Stilul de atașament</b>	<b>Sum of Squares</b>	<b>Df</b>	<b>Mean Square</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
Atașament securizant	4234,574	4	1058,643	119,007	<b>0,0001</b>
Atașament evitant	1962,848	4	490,712	65,660	<b>0,0001</b>
Atașament anxios-ambivalent	3482,015	4	870,504	84,837	<b>0,0001</b>

Analiza Tabelului 2.5. ne permite să constatăm faptul că există diferențe statistice semnificative între femeile neabuzate și cele abuzate (fizic, sexual, emoțional și prin neglijare), care au fost exprimate prin valoarea indicelui F: la variabila *atașament securizant* (F=119,007, df=4, p=0,001), la variabila *atașament evitant* (F=65,66, df=4 p=0,001) și la variabila *atașament anxios-ambivalent* (F=84,837, df=4 p=0,001).

Comparația multiplă prin intermediul analizei post-hoc a permis evidențierea diferențelor luate în mod separat, pe fiecare variabilă (Tabelul A 2.10).

În analiza post-hoc a fost utilizat testul Tukey HSD și Games-Howell. Testul post-hoc Games-Howell reprezintă o alternativă neparametrică pentru compararea combinațiilor de grupuri. Deși este destul de asemănător cu testul lui Tukey HSD, în formularea sa, testul Games-Howell nu presupune evidențierea unor varianțe egale și dimensiuni ale eșantioanelor [95] (vizitat 01.07.2019)] Din acest motiv, cu ajutorul testului Levene de stabilire a omogenității varianțelor, am constatat că varianțele au fost inegale, și, respectiv, a fost utilizat testul post-hoc Games-Howell.

Analiza comparativă post-hoc la variabila *atașament securizant* a permis identificarea unor diferențe prin intermediul testului Games-Howell. Astfel, a fost obținută o diferență statistic semnificativă între subiecții neabuzati în copilărie, cu o valoare medie ( $M=20,72$ ,  $SD=3,69$ ) și subiecții abuzati în copilărie, la toate formele de abuz. Femeile abuzate în copilărie au obținut următoarele valori medii: abuzate fizic ( $M=10,78$ ,  $SD=2,05$ ); abuzate sexual ( $M=10,44$ ,  $SD=1,86$ ); abuzate prin neglijare ( $M=12,38$ ,  $SD=2,95$ ) și abuzate emoțional ( $M=10,18$ ,  $SD=1,92$ ). Pragul de semnificație de  $p \leq 0,001$  ne permite să determinăm că există diferențe statistic semnificative între femeile neabuzate în copilărie și femeile abuzate în copilărie, indiferent de forma de abuz.

De asemenea, există o diferență statistic semnificativă între atașamentul securizant al femeilor abuzate prin neglijare în copilărie ( $M=12,38$ ,  $SD=2,95$ ) și al celor abuzate emoțional în copilărie ( $M=10,18$ ,  $SD=1,92$ ), cu pragul de semnificație:  $p \leq 0,041$ . Copii neglijati de părinții lor sunt identificați ușor de către adulții de referință sau de către vecini, profesori și alte persoane (din mediul în care trăiesc acești copii). De aceea, probabilitatea de a forma un atașament mai sigur față unele persoane de referință care au avut rolul de salvator pentru ele, la acel moment, în cazul femeilor abuzate prin neglijare în copilărie este foarte mare. Probabil, din acest motiv, aceste femei au obținut cea mai mare valoare la formarea atașamentului securizant față de toate celelalte trei forme de abuz. Cu toate acestea, valoarea medie a atașamentului securizant la femeile neglijate în copilărie este mai mică cu mult, comparativ cu valoarea în cazul femeilor neabuzate, și este mai mare la femeile abuzate emoțional în copilărie.

La variabila *atașament evitant* ( $F=65,66$ ,  $df=4$   $p=0,001$ ), diferența este statistic semnificativă în cazul rezultatelor obținute de femeile abuzate în copilărie, conform celor patru tipuri de abuz. Potrivit acestui indice, femeile neabuzate au un atașament evitant mai mic față de femeile abuzate, indiferent de forma de abuz trăită în timpul copilăriei.

Comparația multiplă prin analiza post-hoc (Games Howell și Tukey HSD), în funcție de forma de abuz a tipului de atașament, a evidențiat diferențele luate separat, pe fiecare variabilă dependentă (Tabelul A 2.10.). Varianțele stabilite prin intermediul Testului Levene au fost egale, de aceea, am utilizat Testul Tukey HSD. Comparația multiplă a permis identificarea următoarelor diferențe statistic semnificative la variabila *atașament evitant*, în cazul femeilor neabuzate în

copilărie, care au obținut o valoare medie ( $M=12,63$ ,  $SD=2,22$ ) și al femeilor abuzate, indiferent de forma dominantă de abuz. Valorile medii în cazul femeilor abuzate fizic în copilărie ( $M=20,88$ ,  $SD=3,27$ ), ale femeilor abuzate sexual în copilărie ( $M=19,31$ ,  $SD=3,13$ ), ale femeilor abuzate prin neglijare în copilărie ( $M=21,42$ ,  $SD=3,74$ ), precum și ale femeilor abuzate emoțional în copilărie ( $M=16,68$ ,  $SD=2,73$ ) prezintă o diferență semnificativă, din punct de vedere statistic, la un prag de semnificație:  $p \leq 0,001$ .

Considerăm că obținerea unei valori mai mari la abuzul fizic și sexual se explică prin faptul că, în timpul abuzului fizic și sexual, abuzatorul atinge corpul copilului, provocând durere, disconfort, umilință și vinovăție. Corpul uman are tendința de a evita situațiile care îi provoacă durere, iar ca mecanism de apărare, persoanele evită apropierea de alte persoane.

Compararea prin analiza post-hoc (Games Howell și Tukey HSD), în funcție de forma de abuz a permis să constatăm diferențe statistic semnificative la *atașamentul evitant* în cazul femeilor abuzate fizic în copilărie ( $M=20,88$ ,  $SD=3,27$ ) și al celor abuzate prin neglijare în copilărie ( $M=21,42$ ,  $SD=3,74$ ), cu un prag de semnificație:  $p \leq 0,018$ , precum și la femeile abuzate fizic în copilărie, cu valorile medii ( $M=20,88$ ,  $SD=3,27$ ) și la cele abuzate emoțional în copilărie, cu valorile medii ( $M=16,68$ ,  $SD=2,73$ ), cu un prag de semnificație:  $p \leq 0,001$ .

Femeile abuzate emoțional și prin neglijare în copilărie au o valoare mai mică a atașamentului evitant. Copiii de mici au nevoie de atingeri și contacte fizice, acestea le pot forma sentimentul de securitate. Însă, ca reacție la comportamentele abuzive și de neglijare ale părinților, copiii tind să se izoleze și să se distanțe de părinți, evitând un contact direct cu aceștia.

De asemenea, s-a stabilit o diferență semnificativă, din punct de vedere statistic, la un prag de semnificație, unde  $p \leq 0,020$  este între valorile medii în cazul femeilor abuzate sexual în copilărie ( $M=19,31$ ,  $SD=3,13$ ) și valorile medii la femeile abuzate emoțional în copilărie ( $M=16,68$ ,  $SD=2,73$ ). Femeile abuzate sexual, la maturitate, tind să refuze contactele sociale și sunt prudente la apropiere. Unele dintre ele, când au povestit despre abuz mamelor (cu care deja aveau o relație precară), au ajuns să fie învinuite de toate cele întâmplate.

Conform datelor statistice la nivel mondial, copiii abuzați sexual, în 80% dintre cazuri, sunt abuzați de către persoane cunoscute. De obicei, abuzul sexual și cel fizic nu este un act unic, uneori poate dura ani, iar agresorii formează relații de încredere și de dependență cu ei. Abuzatorii înțeleg, în cazul fetelor abuzate, că ele nu au siguranță și protecție din partea părinților. Acestea sunt mereu învinuite de cele întâmplate, legătura lor emoțională cu părinții este distantă, victimele având o tendință puternică de a căuta o apropiere cu alte persoane de încredere, în diverse condiții sociale. După ce a avut loc abuzul sexual, ele suferă iarăși din cauza trădării. În mod conștient, ele realizează că oamenii maturi sunt cei care provoacă durere. Drept urmare, fetele nu-și doresc o apropiere și contact cu persoanele-resursă din viața lor, continuând să trăiască în acel mediu

familial, să fie blamate și au frică de repetarea abuzului sau de învinuirile aduse de oamenii maturi din jur.

Un alt tip de comportament se referă la tănuirea celor întâmplute, pentru a nu fi pedepsite și mai crunt. La maturitate, aceste fete au dezvoltat o predispoziție puternică de a căuta relații cu contacte sigure. Unele dintre ele au tendința de a crea condiții pentru momentele de siguranță, confort emoțional și securitate psihologică, însă, inconștient, când ajung să formeze relații cu alte persoane, dacă nu au urmat o terapie pentru remedierea consecințelor traumei, atunci continuă să păstreze o distanță emoțională și evită să se simtă liber și în siguranță cu partenerii, prietenii sau chiar și cu propriii copii.

F. Ruppert susține că formarea atașamentului evitant sau dezorganizat are legătură cu pierderile traumatice ale copilului sau cu situația în care el este traumatizat de către părinții săi (de exemplu, prin forță fizică sau prin abuz sexual) [186, p. 56].

În ceea ce privește variabila de *atașament anxios-ambivalent*, prin analiza de varianță Anova, am stabilit că  $F=84,837$ ,  $df=4$   $p\leq 0,001$ , astfel, există o diferență semnificativă, din punct de vedere statistic, în cazul valorilor obținute de femeile abuzate, în funcție de formele de abuz.

Comparația multiplă prin intermediul analizei post-hoc la variabila *atașamentul anxios-ambivalent*, obținută prin testul Games-Howell pentru varianțe inegale, a permis evidențierea diferențelor luate separat pe fiecare variabilă (Tabelul A 2.10.). Analiza comparativă post-hoc a permis identificarea următoarelor diferențe statistice semnificative:

- între subiecții neabuzăți în copilărie ( $M=12,46$ ,  $SD=2,08$ ) și cei abuzăți fizic în copilărie ( $M=19,03$ ,  $SD=3,71$ ), la un prag de semnificație:  $p\leq 0,001$ ;
- între femeile neabuzate în copilărie ( $M=12,46$ ,  $SD=2,08$ ) și cele abuzate sexual în copilărie ( $M=19,31$ ,  $SD=3,13$ ), la un prag de semnificație:  $p\leq 0,001$ ;
- între femeile neabuzate în copilărie ( $M=12,46$ ,  $SD=2,08$ ) și femeile abuzate prin neglijare în copilărie ( $M=21,43$ ,  $SD=3,74$ ), la un prag de semnificație:  $p\leq 0,001$ ;
- între femeile neabuzate în copilărie ( $M=12,46$ ,  $SD=2,08$ ) și cele abuzate emoțional în copilărie ( $M=22,36$ ,  $SD=3,99$ ), la un prag de semnificație:  $p\leq 0,001$ .

Femeile neabuzate în copilărie au un atașament anxios-ambivalent mai mic comparativ cu nivelul celor abuzate în copilărie, indiferent de forma de abuz. Circumstanțele abuzului și instabilitatea comportamentelor adulților abuzivi din perioada copilăriei dezvoltă, la etapa matură, un atașament anxios-ambivalent în cazul femeilor abuzate în copilărie. Aceste date sunt confirmate și în studiile din literatura de specialitate și demonstrează că, în copilărie, comportamentul adulților de referință este observat de către copil cu scopul de a iniția și a modela interacțiunii cu ei. Părinții care resping sau blamează copilul, apoi îl apropie și îi vorbesc de dragoste, formează un sentiment ambiguu de insecuritate psihologică, care este păstrat pe parcursul vieții.

Totodată, se evidențiază o diferență statistic semnificativă între *atașamentul anxios-ambivalent* la femeile abuzate fizic în copilărie ( $M=19,03$ ,  $SD=3,71$ ) și la cele abuzate sexual în copilărie ( $M=22,81$ ,  $SD=4,23$ ), la un prag de semnificație:  $p \leq 0,039$ , dar și între femeile abuzate fizic în copilărie ( $M=19,03$ ,  $SD=3,71$ ) și cele abuzate emoțional în copilărie ( $M=22,36$ ,  $SD=3,99$ ), pragul de semnificație fiind:  $p \leq 0,013$ .

Copiii abuzați fizic la maturitate au tendința de a se autoproteja prin manifestarea agresivității sau evitarea situațiilor conflictuale. Femeile abuzate emoțional, prin neglijare sau chiar sexual, își doresc să relaționeze afectiv cu persoanele care le oferă siguranță, dar, totodată, sunt suspicioase în relația cu alții, își fac griji că nu corespund cerințelor altor persoane, ceea ce duce la despărțiri frecvente și la reticența de a se apropia de cineva.

În concluzie, referindu-ne la rezultatele obținute, putem menționa următoarele:

- atașamentul securizant este specific femeilor neabuzate în copilărie;
- femeile abuzate în copilărie au obținut indici mai mari la atașamentul anxios-ambivalent și la cel evitant comparativ cu cel securizant;
- comparând tipurile de atașament în funcție de formele de abuz, am determinat că există diferențe statistic semnificative între valorile tipurilor de atașament (securizant, evitant, anxios-ambivalent) la femeile neabuzate și la cele abuzate, având în vedere toate formele de abuz.

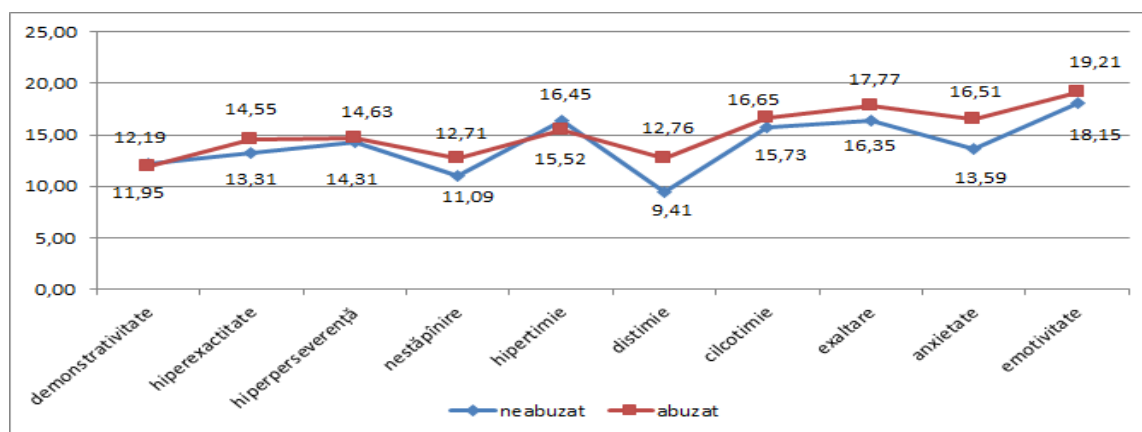
Rezultatele ne permit să afirmăm că ipoteza privind *existența diferențelor privind tipul atașamentului la femeile abuzate în copilărie comparativ cu cel al femeilor neabuzate* a fost confirmată. Din acest considerent, este importantă realizarea unui program de intervenție psihologică pentru femeile care au trăit experiențe de abuz în copilărie, pentru a le oferi ocazia să dezvolte un grad mai înalt al sentimentului securității psihologice. În cadrul acestui program, femeile abuzate în copilărie, indiferent de forma abuzului prin care au trecut, ar putea să învețe să se afirme personal, să construiască relații de încredere cu alte persoane și să tindă spre o dezvoltare ulterioară mai eficace.

La următoarea etapă, ne-am propus să cercetăm resursele personale la femeile abuzate și neabuzate în copilărie. În scopul realizării obiectivului *identificarea comparativă a resurselor personale ale femeilor abuzate în copilărie și ale celor neabuzate în copilărie*, am implicat în cercetarea noastră următoarele resurse: trăsăturile accentuate de personalitate, stima de sine, ostilitatea și formele ei, reziliența și strategiile de coping cognitiv-emoțional și comportamental.

Inițial, vom discuta despre prezentarea rezultatelor obținute privind trăsăturile de personalitate în baza *ipotezei* lansate în cercetare, prin care considerăm că *profilul de personalitate al femeilor abuzate diferă de cel al femeilor neabuzate*. Pentru a determina trăsăturile accentuate și dominante de personalitate ale femeilor abuzate și neabuzate în copilărie, am utilizat

**Chestionarul de personalitate**, care a fost elaborat de H. Leongard, H. Schmieschek. Chestionarul permite identificarea a zece trăsături de personalitate accentuate care nu sunt patologice.

Ne-am propus să analizăm diferențele statistic semnificative ale valorilor trăsăturilor de personalitate, obținute la variabilele testului, în cazul femeilor neabuzate și al celor abuzate în copilărie. Rezultatele obținute au fost prelucrate prin intermediul testului statistic **T – student** și sunt reprezentate grafic în Figura 2.8., statistica descriptivă (Tabelul A 2.13).



**Fig. 2.8. Valorile medii ale trăsăturilor de personalitate la femeile neabuzate/abuzate în copilărie**

Reprezentarea grafică a mediilor obținute la profilul personalității femeilor neabuzate în copilărie prezintă următoarele valori medii: la demonstrativitate: ( $M=12,19$ ,  $SD=3,75$ ), la hiperexactitate: ( $M=13,31$ ,  $SD=4,78$ ), la hiperperseverență: ( $M=14,31$ ,  $SD=3,67$ ), la nestăpânire: ( $M=11,09$ ,  $SD=5,06$ ), la hipertimie: ( $M=16,45$ ,  $SD=5,69$ ), la distimie: ( $M=9,41$ ,  $SD=5,08$ ), la ciclotimie: ( $M=15,73$ ,  $SD=4,97$ ), la exaltare: ( $M=16,35$ ,  $SD=6,30$ ), la anxietate: ( $M=13,59$ ,  $SD=5,66$ ), la emotivitate: ( $M=18,15$ ,  $SD=4,60$ ).

Valorile medii, în cazul femeilor abuzate, la variabilele profilului de personalitate sunt următoarele: la demonstrativitate: ( $M=11,95$ ,  $SD=4,76$ ), la hiperexactitate: ( $M=14,55$ ,  $SD=4,05$ ), la hiperperseverență: ( $M=14,63$ ,  $SD=4,22$ ), la nestăpânire: ( $M=12,71$ ,  $SD=4,39$ ), la hipertimie: ( $M=15,51$ ,  $SD=5,04$ ), la distimie: ( $M=12,76$ ,  $SD=4,57$ ), la ciclotimie: ( $M=16,65$ ,  $SD=5,28$ ), la exaltare: ( $M=17,77$ ,  $SD=6,20$ ), la anxietate: ( $M=16,51$ ,  $SD=4,60$ ), la emotivitate: ( $M=19,21$ ,  $SD=3,87$ ).

Analiza comparativă, în funcție de prezența abuzului, a permis identificarea diferențelor statistic semnificative prin intermediul Testului T pentru eșantioanele independente, în cazul femeilor neabuzate și al celor abuzate în copilărie (Tabelul A 2.15), fiind relevate diferențele statistic semnificative la trei trăsături de personalitate: *nestăpânire*, *distimie* și *anxietate*.

La variabila *nestăpânire*,  $t_{173}=-2,266$ ,  $p=0,025$ , având o valoare medie, în cazul femeilor supuse abuzului în copilărie:  $M=12,71$ ,  $SD=4,39$ , față de valoarea medie la femeile neabuzate în copilărie:  $M=11,09$ ,  $SD=5,06$ .

Femeile supuse abuzului în copilărie au tendința de a avea un control mai scăzut asupra imboldurilor și tentațiilor și manifestă o impulsivitate sporită. Ele cad sub influența instinctelor și a dorințelor nesatisfăcute, deseori acționând impulsiv și spontan. Nemulțumirea și-o pot exprima prin discuții pe tonuri ridicate, cu ieșiri din încăpere și trântiri de uși. Exploziile de furie sunt manifestate din egoism și din lipsă de răbdare – lor le este greu să se adapteze la influențele educaționale.

O altă trăsătură de personalitate la femeile abuzate în copilărie este evidentă la variabila *distimie*, unde  $t_{173}=-4,58$ ,  $p=0,0001$ , cu o valoare medie la femeile abuzate în copilărie: ( $M=12,76$ ,  $SD=4,57$ ) și o valoare medie la femeile neabuzate în copilărie: ( $M=9,41$ ,  $SD=5,08$ ). Femeile abuzate în copilărie au tendința de a-și îndrepta atenția asupra aspectelor sumbre ale vieții, sunt mai inhibate, unele dintre ele trăiesc mai des stări de deprimare accentuată, aceasta fiind o modalitate de compensare pentru a se putea proteja de întrebările celor din jur. Totodată, predomină atitudinea serioasă și responsabilă față de toate sarcinile vitale (serviciu, casă, copii etc.), ele au tendința de a alege cele mai complicate soluții, din cauză că nu-și împărtășesc problemele cu care se confruntă sau chiar din cauza lipsei unei rețele sociale de oameni înțelegători, cu care ar comunica despre impedimentele zilnice. Uneori, aceste comportamente sunt folosite drept strategii, întărite din copilărie, pentru soluționarea problemelor la maturitate.

Compararea valorilor medii obținute de femeile neabuzate: ( $M=13,59$ ,  $SD=5,66$ ) și femeile abuzate în copilărie: ( $M=16,51$ ,  $SD=4,60$ ) la variabila *anxietate* a demonstrat prezența unei diferențe semnificative din punct de vedere statistic la valoarea  $t_{147,329}=-3,673$ , la un prag de semnificație:  $p=0,0001$ .

Femeile supuse abuzului în copilărie au tendința de a trăi un nivel accentuat de anxietate. La maturitate, anxietatea devine o puternică trăsătură de personalitate, care se manifestă în situațiile de stres. Conform teoriei lui Walker, agresiunile repetate produc o scădere a motivației de a reacționa în cazul victimei. Femeia devine pasivă, nu crede că reacția i-ar fi de vreun folos, crede că nu are putere să schimbe situația, devenind și mai predispusă la depresie și anxietate [apud 193, p. 74].

În copilărie, în situațiile problematice, avem nevoie de protecția și susținerea adulților, pentru a găsi soluții adecvate. Părinții abuzivi sunt orientați pe propriile probleme și nu pot sau nu cunosc alte metode de a oferi ajutor copiilor, deoarece ei singuri sunt în nesiguranță. Un copil lipsit de protecție din partea adulților este predispus spre neliniște, angoase și anxietate exagerată. Copilul își face griji frecvente sau prea intense, acordând permanent atenție la riscuri, fapt care

diminuează din sentimentul securității psihologice. Conflictele dintre părinți și maltratarea în copilărie au intensificat anxietatea femeilor trăită la maturitate.

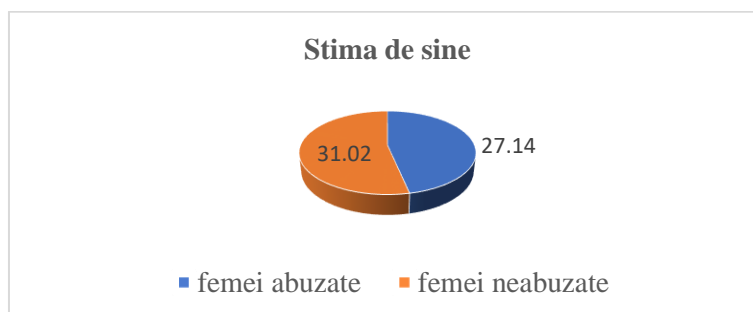
În situații de stres, femeile abuzate au tendința de a se bloca/îngheța (freezing), ele fug de conflicte, reacționează prin plâns exagerat sau stări de depresie. Aceste evenimente, uneori, se doresc a fi uitate, dar, deseori, rămân adânc înrădăcinate în memoria lor. La etapa matură, exploziile în situațiile stresante sunt ecouri ale momentelor de traumă trăite în copilărie, care ies drept reacții refulate ale acelor stări nerezolvate, când erau mici și neputincioase. Unele femei nici nu-și dau seama că acest comportament este o reactivitate a stărilor de neputință acumulate încă din copilărie și rămase până în prezent.

Instabilitatea reacțiilor emoționale și prezența trăsăturilor de caracter accentuate influențează formarea sentimentului securității psihologice și tendința de acomodare la situațiile trăite zilnic, precum și dezvoltarea unui atașament securizant față de persoanele din mediul lor de trai.

În baza rezultatelor obținute, putem afirma că ipoteza conform căreia *profilul de personalitate la femeile abuzate diferă față de cel al femeilor neabuzate în copilărie* a fost confirmată. Femeile abuzate în copilărie au dezvoltat următoarele trăsături de personalitate accentuate: *nestăpânire, distimie și anxietate*, comparativ cu femeile neabuzate în copilărie.

Tensiunile în familie, conflictele cu o intensitate de scurtă sau lungă durată, începând cu formele simple de abuz și până la cele mai complexe, afectează dezvoltarea armonioasă a personalității prin formarea unei stime de sine joase și a neîncrederii în forțele proprii.

O resursă personală care stă la baza formării sentimentului de securitate psihologică și a formei de atașament este stima de sine. Pentru a verifica ipoteza, potrivit căreia *estimăm că nivelul stimei de sine este scăzut la femeile supuse abuzului în copilărie, comparativ cu cel al femeilor care nu au trăit astfel de experiențe* în copilărie, am implementat **Scala Rosenberg a stimei de sine (RSS)**.



**Fig. 2.9. Valorile medii ale stimei de sine la femeile abuzate/neabuzate**

Analizând Figura 2.9., putem afirma cu certitudine că valoarea medie a stimei de sine la femeile abuzate în copilărie este mai mică: ( $M=27,14$ ,  $SD=5,24$ ) față de valoarea medie obținută



de femeile nesupuse abuzului în copilărie: ( $M=31,02$ ,  $SD=4,57$ ), existând diferențe statistice semnificative cu un indice:  $t_{171,853}=5,23$ , la un prag de semnificație:  $p=0,0001$  (Tabelul A 2.12).

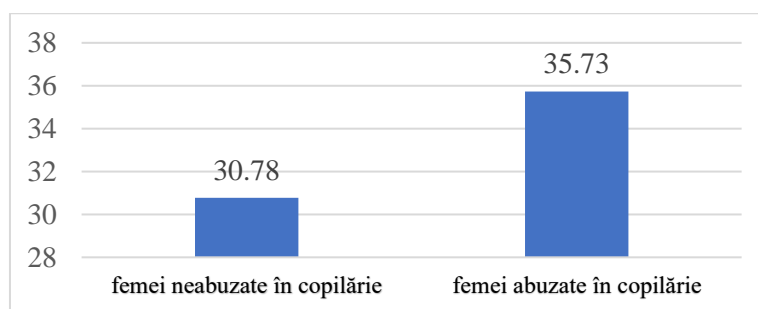
Formarea stimei de sine în copilărie se bazează pe modul în care copiii sunt apreciați de persoanele-resurse din mediul lor de dezvoltare. Cercetările lui J. Brockner, S. Brehm și S. Kassin au demonstrat că femeile abuzate în copilărie au o stimă de sine scăzută, aceasta duce la formarea la maturitate a percepției de incompetență. Aceste femei trăiesc intens eșecurile din cauza comportamentelor influențate din copilărie de conștiința că se află într-un cerc vicios și de neputința de a ieși din acest cerc; ele devin anxioase, deprimare și pesimiste. Femeile abuzate în copilărie tind să-și abandoneze ideile în situații de stres, din lipsă de tenacitate și de siguranță în atingerea succesului sau, din contra, în caz de succes, cred că acesta e întâmplător și nu merită a fi apreciat. Lipsa de autoapreciere și nevoia de a se bucura de rezultatele obținute duc la formarea insecurității psihologice în perioada adultă.

Femeile supuse abuzului în copilărie au fost, la acea vârstă, comparate cu alți copii, etichetate sau ironizate de părinți, după care aceste comportamente au fost preluate de către frați, surori sau semenii din jur. Experiențele repetate de abuz în familie și în afara ei au influențat formarea sentimentului de securitate și a stimei de sine joase.

O stimă de sine crescută ajută la stabilirea unor scopuri, aspirații și la obținerea progreselor care susțin formarea sentimentului de securitate prin încrederea de a obține rezultatele dorite. Datele acumulate ne permit să confirmăm ipoteza lansată în cercetare: *estimăm că nivelul stimei de sine este mai scăzut la femeile supuse abuzului în copilărie, comparativ cu cel al femeilor care nu au trăit astfel de experiențe.*

Creșterea copilului într-un mediu abuziv, creat de părinți, duce la formarea unor patternuri comportamentale preluate la vârsta adultă. Manifestarea de agresivitate și duritate față de propriii copii sau chiar între soți este un factor ce favorizează creșterea vulnerabilității copilului. Atunci când devin părinți, adulții preiau prin comportamente metodele de disciplinare a copiilor la care au fost supuși ei înșiși. Din acest considerent, ne-am propus să verificăm ipoteza prin care *admitem că femeile supuse abuzului în copilărie au un nivel de ostilitate mai ridicat comparativ cu cel al femeilor neabuzate.*

Pentru confirmarea sau infirmarea ipotezei enunțate mai sus, am implementat instrumentul „**Inventarul de ostilitate**” elaborat de **Arnold H. Buss** și **Ann Durkee**, care are drept scop evaluarea nivelului ostilității și al formelor de exprimare a ostilității. În Figura 2.10, sunt reprezentate valorile medii ale ostilității la femeile abuzate și la cele neabuzate în copilărie (Tabelul A 2.18.).

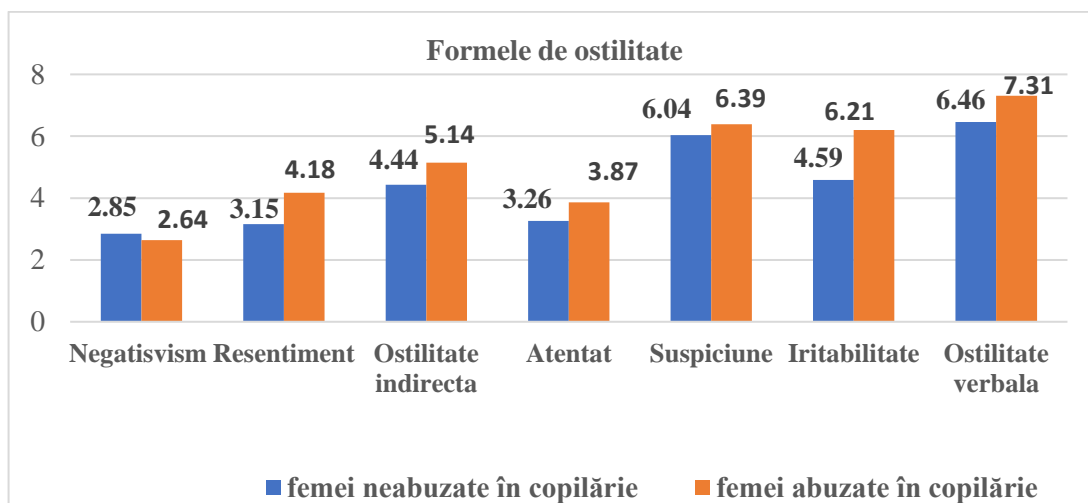


**Fig. 2.10. Valorile medii ale ostilității la femeile abuzate/neabuzate în copilărie**

Figura 2.10. ne indică prezența valorilor medii ale ostilității mai mari la femeile abuzate în copilărie: (M=35,73, SD=7,81) comparativ cu ale femeilor neabuzate în copilărie, unde: M=30,78, SD=9,90. Compararea rezultatelor prin intermediul testului T – Student ne demonstrează existența diferenței statistic semnificative cu indicele:  $t_{173}=-3,695$ ,  $p=0,0001$ .

Femeile abuzate în copilărie pot manifesta la maturitate comportamente ostile față de alte persoane din jurul lor. Aceste sentimente de ostilitate apar în situații de conflict și, deseori, n-au legătură cu situațiile actuale, ci sunt niște reacții la amintirile din copilărie sau proiecții construite cu scop de apărare. Uneori, această „protecție psihotraumatică”, noțiune introdusă de G. Fischer și P. Riedesser, are la bază menținerea sentimentului de securitate/siguranță, deseori, ireal sau periclitarea concepției de siguranță față de sine și de lume.

Existența diferențelor semnificative la nivel de ostilitate în cazul femeilor supuse abuzului în copilărie și al celor neabuzate ne-a provocat să evaluăm formele de exprimare a ostilității în cazul femeilor abuzate în copilărie și al celor neabuzate (Figura 2.11.).



**Fig. 2.11. Valorile medii ale formelor de ostilitate la femeile neabuzate/abuzate în copilărie**

Analizând rezultatele din Figura 2.11., putem afirma că femeile supuse maltratărilor în copilărie au înregistrat indici mai mari la următoarele forme ale ostilității: *resentiment*, *ostilitate indirectă*, *atentat*, *suspiciune*, *iritabilitate* și *ostilitate verbală* și indici mai mici la *negativism*.

Abuzul trăit în copilărie duce la consecințe grave de lungă durată. Faptul că aceste femei au trăit mult timp refulând propriile emoții le-a făcut să acumuleze multă ostilitate față de alte persoane sau chiar față de sine, din considerentul că nu puteau să acționeze după propriul plac. Femeile care nu au experimentat abuzuri pot ușor să nege autoritatea și comportamentele adverse ale altor persoane, iar femeile abuzate în copilărie foarte rar își exprimă nemulțumirile și atitudinea negativă față de alte persoane, în special, față de cele cu o autoritate mai mare.

Valorile obținute la formele ostilității au fost prelucrate prin intermediul testului statistic T – Student cu scopul de a identifica existența diferențelor statistic semnificative în cazul ambelor loturi de femei. Femeile abuzate în copilărie au obținut diferențe statistic semnificative la următoarele scale ale ostilității: *resentiment*, *ostilitate indirectă*, *iritabilitate*, *ostilitate verbală* (Tabelul A 2.17.).

Compararea valorilor medii ale femeilor abuzate în copilărie ( $M=4,17$ ,  $SD=1,73$ ) cu valorile medii ale femeilor neabuzate în copilărie: ( $M=3,15$ ,  $SD=1,61$ ) la scala *resentiment* ne-a permis să identificăm o diferență statistică semnificativă – cu indicele:  $t_{173}=-3,998$ , la un prag de semnificație:  $p\leq 0,0001$ .

Rezultate ne permit să afirmăm că femeile abuzate în copilărie manifestă mai frecvent ostilitatea prin exprimarea geloziei față de alții, adesea ajungând până la ură. De cele mai dese ori, femeile abuzate în copilărie sunt supărate, nemulțumite de comportamentul incorect al altor persoane în raport cu ele. Reacțiile respective pot apărea la nivel de imaginație sau chiar în situații reale din cauza angoaselor și a fricilor nerezolvate de mult timp. Resentimentele sunt bazate pe amintirile dureroase și neplăcute din copilărie. Exprimarea emoțiilor negative impulsionează femeile spre noi acțiuni, scopul lor fiind autoapărarea.

O altă formă de exprimare a ostilității la femeile abuzate în copilărie este *ostilitatea indirectă*. Femeile abuzate în copilărie au înregistrat valori medii la scala ostilității indirecte: ( $M=5,14$ ,  $SD=1,49$ ) comparativ cu valorile medii în cazul femeilor neabuzate în copilărie: ( $M=4,44$ ,  $SD=1,61$ ). Compararea rezultatelor prin intermediul testului statistic T – Student a determinat o diferență statistică semnificativă cu valoarea lui:  $t_{173}=-2,99$ , la un prag de semnificație:  $p\leq 0,003$ .

Prezența unor diferențe statistic semnificative ne permite să afirmăm că femeile abuzate în copilărie manifestă un comportament de manifestare indirectă a ostilității, prin trântiri de uși sau de obiecte, fără a-și exprima în cuvinte starea pe care o manifestă. Acțiunile indirecte le permit să-și descarce trăirile generate de ostilitate pe obiecte sau pe persoanele mai slabe, comunicarea directă cu persoana care le-a provocat ostilitatea nu le este caracteristică. De cele mai dese ori, femeile abuzate în copilărie au tendința de a-și orienta ostilitatea nu asupra persoanelor cu influență, ci asupra persoanelor care sunt mai slabe sau asupra propriilor copii. Prezența unui

sentiment de insecuritate psihologică și atașamentul nesigur le accentuează frica de consecințele posibile după o manifestare directă a ostilității. Aceasta poate fi exprimată drept consecință a comportamentelor întărite din timpul copilăriei. Copii care își exprimă furia față de părinții abuzivi sunt, deseori, pedepsiți din nou și uneori mai crunt; ca rezultat, ei învață să își reprime nemulțumirea și furia sau s-o verse pe jucării.

O altă formă de exprimare a ostilității de către femeile maltratate în copilărie este *iritabilitatea* – exprimată în valori medii: (M=6,20, SD=2,04), comparativ cu femeile neabuzate în copilărie: (M=4,59, SD=2,16). Aplicarea testului statistic T-Student a determinat diferențe statistice semnificative:  $t_{173}=-5,075$  la un prag de semnificație:  $p\leq 0,0001$ .

În situații de abuz, copiilor le este frică de părinții iritați și de scenele agresive din partea părinților abuzivi. Incapacitatea de a influența situația sau lipsa unor persoane care să le asigure protecție duce la acumularea emoțiilor negative neexteriozitate.

Femeile abuzate în copilărie reacționează impulsiv prin iritare și frustrare excesivă față de cei din jur. În momente de anxietate și stres, comportamentul irascibil al femeilor abuzate poate fi orientat spre persoane nevinovate. Iritabilitatea continuă le afectează relațiile de prietenie și cele de atașament prin îndepărtarea persoanelor și, astfel, se accentuează sentimentul insecurității personale.

Oamenii maturi reacționează diferit la amenințările din exterior, la nedreptate, la durere sau frustrare. Femeile care au trăit experiențe de maltratare în copilărie pot să explodeze la cele mai mici provocări prin izbucniri de furie; în situații de stres, își pierd firea manifestând un comportament agresiv sau o stare de nemulțumire acută.

Femeile abuzate, indiferent de forma de abuz, au un control slab al impulsului emoțional, fapt care le menține iritabilitatea continuă. Situațiile frustrante care se mențin o perioadă mai lungă, teama de pericole frecvente și abuzul față de copii duc la creșterea agresiunilor impulsive.

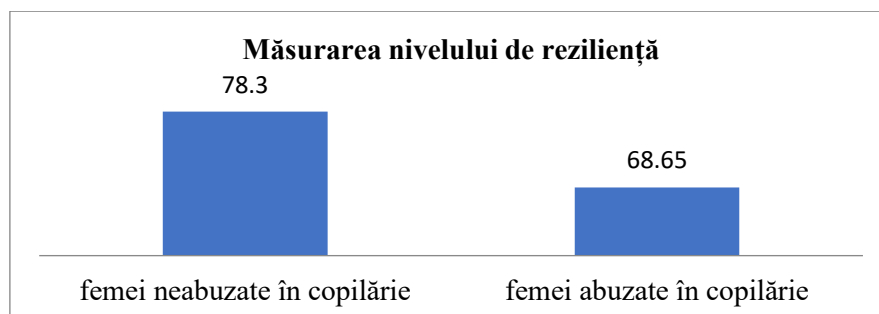
Femeile abuzate în copilărie înregistrează valori medii mai mari: (M=7,31, SD=2,29) la scala *ostilitate verbală*, comparativ cu femeile neabuzate în copilărie: (M=6,46, SD=2,11). Aplicarea testului T-Student ne-a demonstrat prezența diferențelor statistice semnificative:  $t_{173}=-2,515$ , la un prag de semnificație:  $p\leq 0,013$ .

Femeile supuse acțiunilor violente în copilărie, deseori, nu-și pot exprima verbal emoțiile trăite față de persoanele care le-au produs durere. Uneori, ele recurg la exprimarea verbală a emoțiilor și a fricilor prin stoparea situațiilor de abuz sau, din contra, prin provocarea intensă a acestora. Femeile abuzate în copilărie au întărit patternul comportamental de exprimare a ostilității în formă verbală, cu expunere agresivă a gândurilor și emoțiilor față de cei din jur. Exprimarea verbală agresivă conține dispreț sau argumentări pe tonuri ridicate, strigăte, amenințări sau tendințe exagerate de a critica dur tot ceea ce nu le convine sau nu le este pe plac.

Exprimarea ostilității accentuate de către femeile abuzate în copilărie le minimalizează trăirea intensă a nevoii de dedicare, dragoste, căldură, iar lipsa posibilității de exprimare a acestor nevoi afectează relațiile cu cei din jur și duce la instaurarea unei stări de insecuritate psihologică. Femeile abuzate în copilărie au înregistrat un indice general al ostilității mai ridicat față de ce al femeilor neabuzate – manifestat prin diferențe statistic semnificative la scalele: *resentiment*, *ostilitate indirectă*, *iritabilitate*, *ostilitate verbală*, *ostilitate generală*. Rezultatele obținute ne confirmă ipoteza: *aditem că femeile supuse abuzului în copilărie au un nivel de ostilitate mai ridicat comparativ cu cel al femeilor neabuzate*.

Abuzul din copilărie a dezvoltat capacitatea femeilor de a învăța cum să construiască strategii pentru depășirea situațiilor complicate din viață. Pentru a constata cum au învățat să depășească procesul complex al situațiilor traumatice din copilărie, ne-am propus să evaluăm variabila *reziliență*, care se formează în rezultatul alternării între rezistență și perioadele de irezistență și ireziliență.

Pentru aceasta, am lansat ipoteza prin care *presupunem că femeile neabuzate în copilărie sunt mai reziliente în situațiile de stres, comparativ cu cele abuzate în copilărie*. Aplicând Testul „Măsurarea nivelului de reziliență”, tradus și adaptat de Monica David, am evaluat care sunt diferențele de valori ale rezilienței la femeile abuzate în copilărie și la cele neabuzate (Figura 2.12. și Tabelul A 2.18).



**Fig. 2.12. Valorile medii ale rezilienței la femeile neabuzate/abuzate în copilărie**

Femeile neabuzate în copilărie au valori medii: ( $M=78,30$ ,  $SD=13,53$ ), comparativ cu femeile abuzate în copilărie: ( $M=68,65$ ,  $SD=17,85$ ). Compararea rezultatelor prin intermediul testului statistic T - Student denotă o diferență statistic semnificativă:  $t_{172,442}=4,064$ , la un prag de semnificație:  $p=0,0001$ . Acest fapt ne confirmă că femeile neabuzate în copilărie au un nivel mai înalt al rezilienței față de femeile abuzate în copilărie. Conform teoriei neajutorării învățate a lui Seligman, în rezultatul traumelor trăite, oamenii pot manifesta conduite pasive, neadaptate la situații de pericol, față de evenimentele neplăcute sau stresante din prezent sau care sunt transferate în viitor ca strategii de adaptare.

Copiii care au avut în jurul lor oameni de încredere fie din familie (unul dintre părinți, un frate sau o soră mai mare, o bunică etc.), fie din afara familiei (vecini, prieteni, profesori, rude),

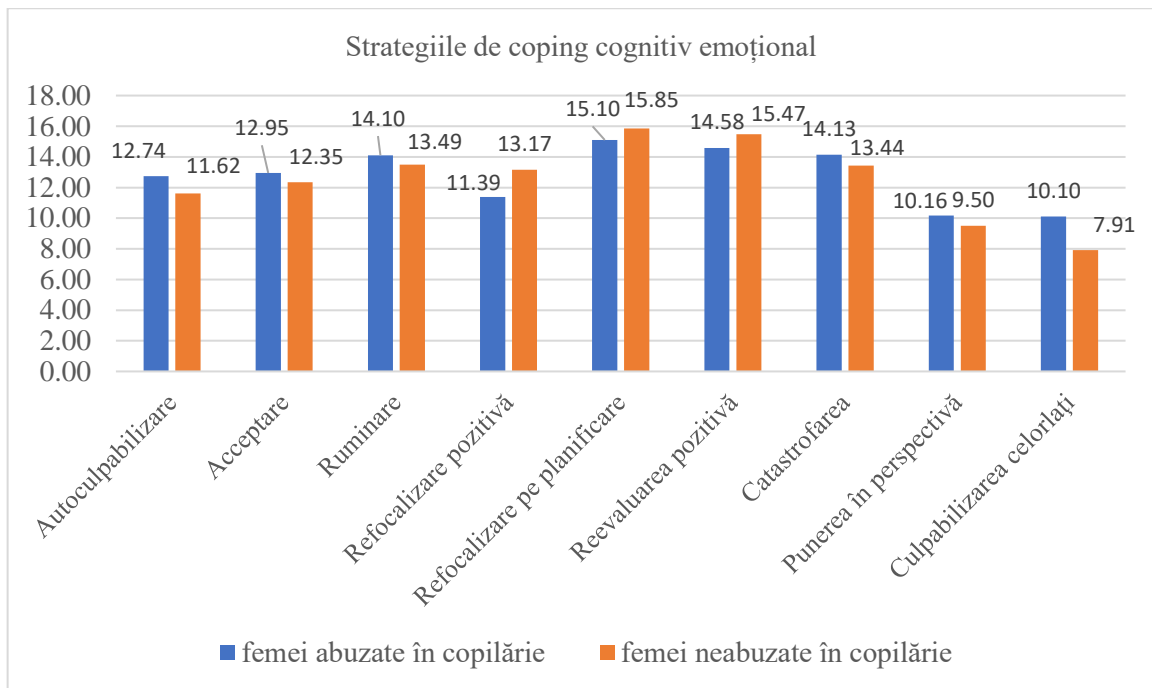
care le-au oferit o relație mai specială și securizantă, s-au simțit valorizați și apreciați și și-au construit un nivel de reziliență la stres. Acest fapt i-a ajutat să depășească mai ușor situațiile de violență și maltratare din copilăria lor.

Copiii cu atașament securizant sunt mai rezistenți la stres și tind să-și activeze resursele personale, ceea ce îi ajută să atenueze, să suprimă simptomele abuzului și să diminueze gravitatea consecințelor imediate ale abuzului. Femeile supuse abuzului în copilărie de către părinți au identificat alte persoane-resurse (bunici, frați, surori) care să le ofere suport psihologic. Acest fapt le-a permis să-și construiască un nivel de reziliență; totuși, nivelul lor rămâne mai mic comparativ cu cel al femeilor neabuzate.

Reieșind din datele descrise anterior, putem afirma că ipoteza privind ideea că *femeile neabuzate în copilărie sunt mai reziliente în situațiile de stres la maturitate față de cele abuzate în copilărie* a fost confirmată.

Femeile abuzate în copilărie au învățat diverse strategii de depășire a situațiilor de abuz datorită strategiilor de coping preluate de la persoanele din mediul de trai. De aceea, ne-am propus să verificăm ipoteza că *femeile supuse abuzului în copilărie utilizează strategii maladaptative de coping cognitiv-emoțional și comportamental, iar femeile neabuzate aplică strategii adaptative de coping*.

Reieșind din cele expuse, am identificat care sunt strategiile de coping utilizate în perioada de maturitate de către femeile din ambele loturi. „**Chestionarul de evaluare a copingului cognitiv-emoțional**” (CERQ) evaluează strategiile pe care le poate folosi o persoană după ce a trecut prin anumite evenimente sau situații de stres. În opoziție cu alte chestionare de coping, care nu fac o distincție explicită între gândurile unei persoane și activitatea sa reală, chestionarul prezent se referă, în mod exclusiv, la gândurile unei persoane după ce a trăit o experiență negativă.



**Fig. 2.13. Valorile medii ale scalelor copingului cognitiv-emoțional la femeile neabuzate/abuzate în copilărie**

Analiza figurii 2.13. (a tabelului A 2.20.) ne permite să observăm că strategiile de coping cognitiv-emoțional sunt aplicate diferit de către femeile abuzate în copilărie și de cele neabuzate.

Rezultatele obținute au fost supuse comparării prin intermediul testului statistic T – student, care ne-a determinat prezența diferențelor statistic semnificative la scalele: *autoculpabilizare* ( $t_{173} = -2,22$ , cu un prag de semnificație:  $p \leq 0,028$ ), *refocalizare pozitivă*: ( $t_{173} = 2,711$ , la pragul de semnificație:  $p \leq 0,007$ ) *culpabilizarea altora*: ( $t_{150,512} = -3,336$ , la pragul de semnificație:  $p \leq 0,001$ ).

Femeile abuzate în copilărie tind să se *autoculpabilizeze* mai mult, demonstrăm aceasta prin valorile medii obținute de către femeile abuzate: ( $M = 12,74$ ,  $SD = 3,40$ ) și femeile neabuzate în copilărie: ( $M = 11,62$ ,  $SD = 3,25$ ), cu valoarea lui  $t_{173} = -2,22$ , la un prag de semnificație:  $p \leq 0,028$ .

Femeile care au experimentat abuzul se simt vinovate pentru situațiile trăite în copilăria lor, au preocupări și gânduri care se referă la acțiunile adulților din preajma lor. Amintirile din trecut le trezesc emoții confuze care le intensifică propriul sentiment de vină. Femeile abuzate în copilărie au o tendință mai accentuată de a se învinui pentru cele întâmplate în copilărie, dar și pentru toate eșecurile sau problemele care li se pot întâmpla zilnic, deja la maturitate. Uneori, ele își doresc să uite tot trecutul pentru a depăși stările de coșmar și tendințele depresive, cu scopul de a micșora devalorizarea personală și stările de epuizare, iar alteori, pot somatiza diverse boli.

Sentimentul de culpabilitate trece ușor de la vina orientă spre sine la învinuirea altor persoane, fapt demonstrat la compararea mediilor obținute prin intermediul testului T – Student, scala *culpabilizarea celorlalți*, pe ambele loturi. Femeile abuzate în copilărie au valori medii mai mari: ( $M = 10,10$ ,  $SD = 5,59$ ), comparativ cu femeile neabuzate: ( $M = 7,91$ ,  $SD = 2,91$ ), cu valoarea lui

$t_{150,512} = -3,336$ , la un prag de semnificație:  $p \leq 0,001$ . Femeile cu experiențe de maltratare în copilărie tind să-i învinovățească pe alții de comportamentele lor din prezent, în special, pe părinți sau pe alți membri ai familiei biologice și ai celei create. Transferul responsabilității pentru propriile nereușite asupra altor persoane duce la evitarea asumării răspunderii pentru propria viață. Cel mai des, reușitele în viața adultă ele și le atribuie, iar insuccesele sau blocajele sunt transferate altor persoane.

Femeile maltratate în copilărie aplică mai puțin strategia de *refocalizare pozitivă* a copingului cognitiv-emoțional: ( $M=11,39$ ,  $SD=4,48$ ), comparativ cu femeile neabuzate în copilărie, care au: ( $M=13,17$   $SD=4,06$ ), cu un indice:  $t_{173}=2,711$ ,  $p \leq 0,007$ . Astfel, femeile care nu au trăit experiențe de maltratare au tendința de a se orienta și a percepe situația într-o manieră pozitivă și nu își concentrează atenția pe evenimentele negative trăite. Această strategie poate avea efecte pozitive asupra stării de bine. Femeile abuzate în copilărie tind să dramatizeze mai mult și uneori plâng mult timp amintindu-și doar evenimentele negative din viața lor, iar în situații de stres, ele mai greu pot să se concentreze pe evenimentele pozitive din viață pentru a depăși situațiile de criză.

Femeile abuzate prin neglijare au trăit, în mod continuu, într-un mediu nesigur. Incapacitatea de a schimba condițiile casnice, lipsa resurselor financiare și a obiectelor de primă necesitate provoacă deseori excluderea socială a copiilor. Cu cât mai mult timp aceștia trăiesc în astfel de condiții, cu atât mai puțin este posibil să-și concentreze atenția pe evenimentele pozitive, fapt susținut de A. Maslow în teoria trebuințelor umane. Pentru a aplica această strategie, oamenii trebuie, mai întâi, să aibă satisfăcute nevoile fiziologice și cele de securitate, apoi vor putea tinde spre satisfacerea nevoilor superioare.

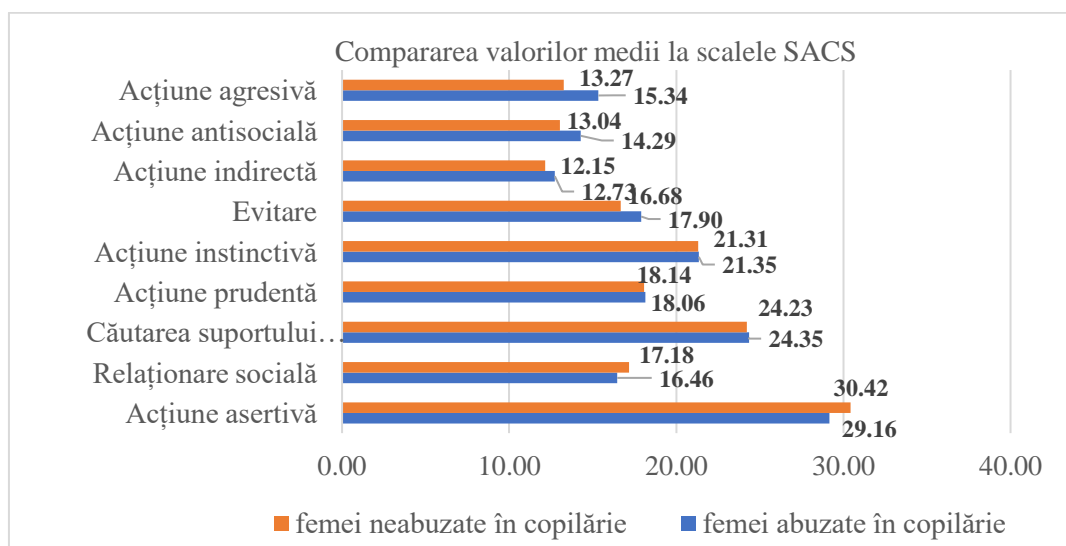
Comportamentele noastre sunt în continuă schimbare în raport cu suma experiențelor trăite în timpul vieții. Astfel, reacțiile comportamentale personale devin ușor automatizate odată ce sunt utilizate, în mod conștient sau inconștient. Relațiile dintre oameni sunt dinamice, orice acțiune a oamenilor din jurul nostru ne provoacă o reacție emoțională sau comportamentală. Femeile maltratate în copilărie au asistat și au fost implicate în multe experiențe agresive de soluționare a situațiilor-problemă. Oricât de mult ar dori să-și evite trecutul, ele deseori au reacții iraționale, comportamente inadecvate, așteptări ireale și trăiesc suferințe pe care le exprimă prin reacții agresive, adesea neconștientizate.

În situații de stres, persoanele folosesc diverse strategii de coping comportamental. Ne-am propus să evaluăm care sunt strategiile la care apelează mai des femeile abuzate și neabuzate în copilărie. Pentru a identifica aceste strategii, am aplicat scala **SACS** – un instrument care evaluează *dimensiunea comportamentală a copingului*, luând în considerare aspectele sociale ale strategiilor prin care cineva face față situațiilor stresante. SACS este construit de către Stevan E. Hobfoll,



Carla L. Dunahoo, Jannine Monnier, Michael R. Hulsizier și Robert Johnson, având la bază modelul multiaxial al copingului și măsoară șase tipuri de strategii de coping comportamental, cum ar fi: strategiile active, pasive, prosociale, antisociale, directe, indirecte, aplicate în cadrul unui context mult mai echilibrat, care permite înțelegerea atât a perspectivei individualiste, cât și a celei comunitare.

Rezultatele obținute de ambele loturi (Tabelul A 2.20) au fost reprezentate grafic în Figura 2.14:



**Fig. 2.14. Compararea valorilor medii la scalele SACS în cazul femeilor abuzate/neabuzate în copilărie**

Observând rezultatele incluse în Figura 2.14., remarcăm că nu există nicio strategie utilizată de către femeile abuzate (comparativ cu femeile neabuzate în copilărie) care să coincidă în totalitate la scalele de coping comportamental. Prin intermediul testul T–student, pentru eșantioanele independente, am comparat valorile medii obținute de femeile abuzate și neabuzate în copilărie la fiecare scală (Tabelul A 2.21. ). Rezultatele obținute ne indică existența diferențelor statistic semnificative la două dintre cele nouă scale: *acțiunea antisocială* și *acțiunea agresivă*.

Femeile abuzate în copilărie au obținut valori medii mai ridicate la scala *acțiuni antisociale* (M=14,29, SD=4,56) față de femeile neabuzate în copilărie: (M=13,04, SD=3,72), cu valoarea lui  $t_{172,952}=-1,995$ ,  $p \leq 0,048$ . În așa mod, femeile abuzate în copilărie au tendința de a-și urmări interesele fără a fi atente dacă fac rău cuiva, ele se conduc de principiul machiavelic „scopul scuză mijloacele”. Cu toate acestea, în situații de criză și în momente complicate, ele pot aplica mai des acțiunile care contravin normelor sociale doar pentru a obține rezultatele dorite. Literatura de specialitate expune faptul că un copil care a crescut într-un mediu violent, dacă nu învață strategii adaptative de comportament din mediul social, riscă să devină abuzator. Conform triumphiului lui Karpman, persoanele abuzate în copilărie pot prelua inconștient rolul de salvator, de persecutor sau de victimă. Copiii abuzați în copilărie pot avea tendințe de a lupta cu persoanele autoritare din

cauză că doresc să se afirme la nivel inconștient sau deoarece nu cunosc alte metode de afirmare socială și de protecție personală.

O altă strategie a copingului comportamental preluat de femeile abuzate în copilărie ține de acțiunile agresive. Astfel, la strategia de coping a acțiunilor agresive, valorile medii pentru femeile abuzate în copilărie ( $M=15,34$ ,  $SD=5,01$ ) sunt mai mari decât cele ale femeilor neabuzate ( $M=13,27$ ,  $SD=3,39$ ). Compararea datelor, prin intermediul testului T – student, a permis identificarea unei diferențe statistice semnificative:  $t_{168,446}=-3,244$ , la un prag de semnificație:  $p \leq 0,001$ .

Copiii abuzați fizic sau sexual, deseori, sunt amenințați de părinți că pot fi abandonați sau că vor rămâne fără părinți (din considerent că vor fi pedepsiți penal) dacă ei vor informa pe cineva despre abuz. De aceea, copiii adoptă un comportament de tăcere îndelungată, acceptând abuzul din frica de a-și pierde părinții, chiar dacă aceștia se comportă agresiv. Femeile abuzate în copilărie, din incapacitatea de a ieși din rolul de victimă, tind să preia la maturitate rolul de persecutor sau rolul de abuzator în relația cu alte persoane mai slabe. Acțiunile agresive la maturitate sunt utilizate cu scop de apărare și sunt bazate pe maltratarea cronică în copilărie.

În baza rezultatelor descrise mai sus, putem afirma cu certitudine că ipoteza prin care *admitem că femeile supuse abuzului în copilărie utilizează strategiile de coping cognitiv-emoțional și de comportament maladaptativ a fost confirmată*. Femeile supuse experiențelor de maltratare în copilărie utilizează mai des următoarele strategii de coping cognitiv-emoțional: *autoculpabilizarea, culpabilizarea celorlalți*, iar, ca strategii de coping comportamental, *pe cele antisociale și agresive*. Femeile care nu au trăit experiențe de abuz în copilărie utilizează mai des strategia de refocalizare pozitivă, fapt confirmat de rezultatele statistice obținute.

### **2.3. Studiul relației dintre tipul de atașament și resursele personale ale femeilor abuzate în copilărie**

O altă ipoteză propusă pentru evaluare este *estimarea existenței unei relații între sentimentul securității psihologice (stabilit prin atașament) în cazul femeilor abuzate în copilărie și influența acestuia asupra următoarelor resurse personale: stima de sine, reziliența, tipurile de ostilitate și strategia de coping cognitiv-emoțional și cea de comportament*.

Studiul corelației dintre valorile atașamentului și resursele personale ale femeilor abuzate și neabuzate în copilărie – stima de sine, reziliența, tipurile de ostilitate și strategiile de coping cognitiv-emoțional și comportamental a fost realizat în baza testelor aplicate: *Scala Rosenberg a stimei de sine (RSS)*, elaborată de psihologul social Morris Rosenberg (*Self-Esteem Scale – RSES*), testul *Măsurarea nivelului de reziliență*, tradus și adaptat de Monica David, *Inventarul de ostilitate*, elaborat de Arnold H. Buss și Ann Durkee, *Chestionarul de coping cognitiv-emoțional*

(CERQ), SACS, elaborat de către Stevan E. Hobfoll, Carla L. Dunahoo, Jannine Monnier, Michael R. Hulsizier și Robert Johnson în 1993 (revizuit apoi în 1998). Acest fapt ne-a permis să identificăm corelații pozitive (direct proporționale) și negative (invers proporționale), moderate și slabe, statistic semnificative la diverse scale.

În procesul de evaluare a relației dintre tipul de atașament al femeilor abuzate în copilărie și resursele personale, am obținut următoarele corelații:

**Tabelul 2.6. Matricea de corelație la variabilele atașamentului și ale stimei de sine în cazul femeilor abuzate în copilărie**

Tipul de atașament	r, p	Chestionarul stimei de sine Rosenberg
Atașament securizant	Pearson Correlation, r,	<b>-0,364</b>
	P	<b>0,009</b>
Atașament evitant	Pearson Correlation, r,	-0,055
	P	0,592
Atașament anxios-ambivalent	Pearson Correlation, r,	<b>0,368</b>
	P	0,008

Analizând Tabelul 2.6, identificăm o corelație slabă și negativă, cu coeficientul:  $r=-0,364$ ,  $p=0,009$  – între stima de sine și atașamentul securizant și o corelație slabă, pozitivă cu coeficientul  $r=0,368$ ,  $p=0,008$  – între stima de sine și atașamentul anxios ambivalent în cazul femeilor abuzate în copilărie.

Atașamentul securizant, nefiind unul dominant la femeile abuzate, formează o relație de asociere negativă cu stima de sine –  $r=-0,364$ ,  $p=0,009$ . Astfel, femeile abuzate în copilărie, având un nivel al stimei de sine scăzut, practic, nu-și pot forma relații bazate pe încredere și securitate cu alte persoane.

**Tabelul 2.7. Matricea corelației la variabilele tipurilor de atașament și de agresivitate**

Pearson Correlation		Negativism	Resentiment	Ostilitate indirectă	Atentat	Suspiciune	Iritabilitate	Ostilitate verbală	Ostilitate total
Atașament securizant	r	0,101	0,119	0,041	0,015	-0,322	-0,334	0,022	0,153
	p	0,726	0,244	0,688	0,881	0,029	0,021	0,830	0,136
Atașament evitant	r	-0,096	0,060	0,075	0,134	-0,015	0,030	0,035	0,058
	p	0,231	0,557	0,467	0,189	0,884	0,772	0,737	0,570
	r	0,144	-0,160	-0,059	-0,407	-0,331	-0,037	0,177	-0,115

Atașament axios – ambivalent	p	0,159	0,118	0,567	0,002	0,002	0,723	0,082	0,261
------------------------------------	---	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------

Conform Tabelului 2.7., putem constata că există o corelație slabă și negativă între suspiciune și atașamentul securizant, cu un indice:  $r=-0,322$ ,  $p=0,029$  și o corelație slabă și negativă între atașamentul securizant și scala iritabilității la indicile:  $r=-0,331$ ,  $p\leq 0,002$ .

În schimb, între atașamentul anxios-evitant și scala *atentat* a testului ostilității, am obținut un coeficient:  $r=-0,407$ ,  $p\leq 0,002$ , care este moderat, indirect și semnificativ. Corelația este indirectă, moderată și statistic semnificativă. Totodată, este prezentă și o corelație slabă și negativă între suspiciune și atașamentul anxios-ambivalent, cu un coeficient  $r=-0,331$ ,  $p\leq 0,002$ .

**Tabelul 2.8. Matricea corelației la variabilele tipurilor de atașament și ale strategiilor de coping cognitiv-emoțional CERQ**

Pearson Correlation		Autoculpabilizare	Acceptare	Ruminare	Refocalizare pozitivă	Refocalizare pe planificare	Reevaluare pozitivă	Catastrofare	Punere în perspectivă	Culpabilizare a celorlalți
Atașament securizant	r	-0,15	0,134	0,110	-0,098	-0,015	-0,322	0,074	0,089	-0,334
	p	0,833	0,197	0,289	0,346	0,885	0,031	0,474	0,394	0,022
Atașament evitant	r	-0,080	-0,062	-0,130	-0,105	-0,011	-0,121	-0,083	0,091	0,126
	p	0,43	0,522	0,210	0,312	0,913	0,245	0,426	0,380	0,225
Atașament anxios-ambivalent	r	0,051	-0,104	0,107	0,125	0,126	0,109	0,105	-0,153	0,039
	p	0,624	0,316	0,303	0,226	0,224	0,293	0,313	0,139	0,705

În Tabelul 2.8, analizând strategiile de coping cognitiv-emoțional, observăm o corelație indirectă, slab semnificativă între atașamentul securizant și culpabilizarea celorlalți, unde  $r=-0,334$ , iar  $p\leq 0,022$ . Totodată, am dorit să aflăm care este relația dintre atașament și strategiile de coping comportamental (vezi Tabelul 2.9.):

**Tabelul 2.9. Matricea corelației la variabilele tipurilor de atașament și ale strategiilor de coping comportamental (SACS)**

Pearson Correlation	Acțiune asertivă brut	Relaționare socială	Căutarea suportului social	Acțiune prudentă	Acțiune instinctivă	Evitare	Acțiune indirectă	Acțiune antisocială	Acțiune agresivă
---------------------	-----------------------	---------------------	----------------------------	------------------	---------------------	---------	-------------------	---------------------	------------------

Atașament securizant	r	0,056	0,050	0,309	0,140	0,008	-0,192	0,231	0,174	0,039
	p	0,584	0,625	0,002	0,173	0,941	0,059	0,023	0,089	0,704
Atașament evitant	r	-0,193	-0,152	-0,002	0,165	-0,014	-0,106	-0,046	0,023	-0,016
	p	0,058	0,137	0,985	0,106	0,894	0,300	0,656	0,821	0,875
Atașament anxios ambivalent	r	0,139	0,098	-0,050	-0,011	-0,009	-0,004	-0,423	-0,451	-0,374
	p	0,174	0,339	0,624	0,915	0,374	0,970	0,001	0,001	0,001

La compararea rezultatelor pentru *femeile abuzate în copilărie și tipul de atașament anxios-ambivalent*, am constatat unele corelații statistic semnificative la mai multe scale ale strategiilor de coping: la *scala acțiunii indirecte*, unde  $r=-0,423$ ,  $p\leq 0,001$ , ceea ce denotă un coeficient indirect, statistic semnificativ și moderat, dar și o corelație indirectă, statistic semnificativă și moderată; la *scala acțiune antisocială*:  $r=-0,451$  și  $p\leq 0,001$ , coeficientul este indirect, statistic semnificativ și moderat, fapt ce determină o corelație indirectă, statistic semnificativă și moderată; iar la *scala acțiune agresivă*, coeficientul de corelație:  $r=-0,374$ , iar  $p\leq 0,002$  este un coeficient indirect, statistic semnificativ și moderat, care determină o corelație indirectă, statistic semnificativă și moderată.

În concluzie, putem spune că atașamentul securizant al femeilor abuzate în copilărie corelează slab și invers proporțional cu stima de sine și slab, dar direct proporțional cu culpabilizarea altora, iar atașamentul anxios ambivalent corelează slab și invers proporțional cu scala „atentat” a ostilității, cu acțiunea indirectă, antisocială și acțiunea agresivă a strategiilor de coping comportament.

## 2.4. Concluzii la capitolul 2

Cercetarea experimentală a lotului femeilor abuzate și neabuzate în copilărie ne-a permis să obținem date științifice importante, care confirmă ipotezele propuse în cercetare. Totodată, această analiză ne-a ajutat să ne formăm o imagine per ansamblu cu referire la acestea, inclusiv prin observarea câtorva factori: mediul de proveniență, vârsta femeilor din lotul de cercetare și vârsta medie a femeilor supuse experimentului de constatare, statutul social, studiile, numărul de copii și tipul de abuz dominant din copilărie.

Repartizarea subiecților de cercetare în două loturi ne-a permis să identificăm diferențele dintre femeile abuzate și cele care nu au trăit experiențe de abuz în copilărie.

În baza scopului experimentului de constatare privind identificarea sentimentului securității psihologice și determinarea resurselor personale la femeile supuse abuzului în copilărie, în comparație cu situația femeilor neabuzate, am reușit să constatăm următoarele:

1. Numărul femeilor abuzate în copilărie prevalează față de numărul femeilor care nu au avut experiențe de abuz în copilărie, iar procentul femeilor abuzate fizic și emoțional prevalează față de cel al femeilor abuzate prin neglijare și sexual. De asemenea, femeile abuzate în copilărie provin din diverse medii sociale (rural/urban, cu studii medii sau studii superioare), iar abuzul în copilărie își lasă amprente pe parcursul întregii vieți. Acest fapt relevă că, în prezent, există multe femei care nu și-au remediat consecințele abuzului din copilărie, iar consecințele de lungă durată le influențează calitatea vieții lor la maturitate.

2. Formarea sentimentului securității psihologice în cazul femeilor abuzate în copilărie depinde de legăturile de atașament inițiate în relația dintre părinți și copii, ulterior – în relația cu alte persoane de referință (bunei, profesori, rude, semenii etc). La maturitate, această relație de atașament este dezvoltată cu persoanele din mediul lor social (parteneri, copii, colegi etc). În cazul femeilor neabuzate în copilărie, predomină un atașament securizant, pe când la femeile abuzate în copilărie (indiferent de forma de abuz: fizic, emoțional, sexual sau prin neglijare) prevalează atașamentul anxios-ambivalent și cel evitant. Femeile abuzate trăiesc o stare permanentă de nesiguranță și de insecuritate și evită să stabilească relații de atașament cu persoanele din mediul lor social.

3. Femeile neabuzate în copilărie se simt în siguranță, pot să descopere persoane noi în jurul lor, să creeze o relație de atașament securizant, fapt care le oferă un sentiment de securitate psihologică și un mediu de siguranță. Exprimarea asertivă a gândurilor și emoțiilor, dar și a comportamentelor, le permite să-și dezvolte o imagine de sine încrezătoare în forțele proprii, să își formeze un anumit nivel de adaptabilitate la stres și de reziliență în situațiile de criză. Astfel, ele reușesc să preia de la persoanele-resurse unele strategii de coping cognitiv-emoțional și comportamental (eficiente și adaptative), care însă nu reduc din ostilitate (și din formele ei de manifestare). În așa mod, încrederea în forțele proprii le permite acestor femei să se dezvolte și să tindă spre realizarea unor obiective atât în formarea relațiilor cu oamenii din jur, cât și la stoparea formării unor accentuări ale trăsăturilor de personalitate.

4. Femeile abuzate în copilărie au acumulat o serie de resurse personale la care apelează în situații de stres, însă valorile medii sunt mai mici comparativ cu nivelul resurselor la femeile care nu au trăit astfel de experiențe în copilărie. Sentimentul securității psihologice se formează în funcție de resursele active ale persoanei.

Cercetarea experimentală ne-a demonstrat că femeile abuzate în copilărie au resurse personale maladaptative la următoarele categorii: *trăsăturile de personalitate accentuate: nestăpânire, distimie și anxietate; stimă de sine mai mică; un grad mai ridicat de ostilitate – exprimată prin iritabilitate și resentimente – care pot fi manifestate prin gelozie sau supărare, atentat, ostilitate generală și ostilitate verbală; strategii de coping maladaptativ; copingul*

cognitiv-emoțional –: *autoculpabilizare, culpabilizarea altora, refocalizare pozitivă*; iar în ceea ce privește scalele dimensiunilor comportamentale: *acțiune agresivă și acțiune antisocială*. Datele statistice care au fost obținute ne-a permis să identificăm unele diferențe semnificative între valorile medii ale resurselor personale în cazul femeilor abuzate în copilărie și valorile celor care nu au trăit astfel de experiențe.

Evaluarea relației dintre tipul de atașament în cazul femeilor abuzate în copilărie și resursele personale ale acestora ne-a permis să constatăm că există corelații direct proporționale între stilul de atașament securizant și stima de sine (valori obținute de femeile abuzate în copilărie) și corelații invers proporționale între atașamentul securizant și formele de ostilitate: iritabilitate, suspiciune și o asociere invers proporțională între stilul de atașament securizant și strategia de coping cognitiv și emoțional: culpabilizarea altora.

În concluzie, putem afirma că atașamentul securizant al femeilor abuzate în copilărie este asociat cu stima de sine. Deci, există posibilitatea că, odată cu fortificarea sentimentului securității, va fi diminuată culpabilizarea altor persoane, iritabilitatea și suspiciunea la femeile abuzate în copilărie.

Atașamentul anxios-ambivalent corelează, în mod moderat și invers proporțional, cu scala „atentat” la testul de ostilitate. Atașamentul anxios-ambivalent este asociat moderat, invers proporțional cu acțiunea indirectă, acțiunea antisocială, având o corelație slabă cu acțiunea agresivă la scalele testului de coping comportamental (SACS). Acest stil de atașament presupune explorarea incertă și ezitantă, dar și plină de angoase a mediului de trai. Drept consecință, femeile abuzate în copilărie evită violența directă, le este frică să își asume controlul asupra propriei vieți pentru realizarea propriilor obiective, fapt care nu le permite să acționeze decisiv și rapid.

### **3. DEZVOLTAREA SENTIMENTULUI SECURITĂȚII PSIHOLOGICE PRIN ACTIVAREA RESURSELOR PERSONALE LA FEMEILE ABUZATE ÎN COPILĂRIE**

#### **3.1. Metodologia și organizarea programului de dezvoltare a sentimentului securității psihologice la femeile abuzate în copilărie prin activarea resurselor personale**

Studiul teoretic al problemei cercetării și activitatea profesională în domeniul asistenței psihologice a persoanelor abuzate ne-au permis să constatăm că nu este suficientă consilierea psihologică individuală pentru recuperarea femeilor care au fost supuse diverselor forme de violență.

Recuperarea psihologică a femeilor abuzate, în prezent, este orientată spre separarea abuzatorului de victimă, fie prin plasament, fie prin ordonanța de protecție, spre învățarea metodelor de depășire a etapei de criză, pregătirea pentru integrarea socială și îmbunătățirea calității vieții. Însă reîntoarcerea în mediul familial duce la repetarea situațiilor de abuz în familie atât asupra femeilor, cât și față de copii. Din aceste considerente, am decis să studiem mai profund această problemă, cunoscând deja care sunt diferențele dintre femeile abuzate și cele neabuzate, în baza experimentului de constatare și ca urmare a identificării resurselor personale ale femeilor abuzate în copilărie, cu scopul de a le activa resursele personale (stima de sine și reziliența), de a le învăța strategiile de coping adaptative și de a le micșora pe cele nonadaptative.

La etapa constatativă a cercetării sentimentului securității psihologice la femeile abuzate în copilărie, am determinat prezența sau absența abuzului în copilărie, am evaluat particularitățile trăsăturilor de personalitate și ale tipului de atașament. De asemenea, am analizat nivelul stimei de sine, al rezilienței și al formelor de ostilitate, precum și al strategiilor de coping emoțional și comportamental în cazul femeilor abuzate în copilărie comparativ cu cel al femeilor care nu au avut astfel de experiențe. Analiza cantitativă și calitativă a datelor colectate a fost finalizată prin stabilirea profilului psihologic și comportamental al femeilor abuzate, în conformitate cu tipurile de abuz (fizic, sexual, prin neglijare și emoțional).

În baza acestor date, am formulat concluziile și am confirmat ipotezele cu privire la existența unor diferențe în ceea ce privește nivelul sentimentului de securitate și strategiile de activare și utilizare a resurselor personale la femeile care au fost supuse diverselor forme ale abuzului în copilărie față de cele neabuzate. Aceste date au stat la baza elaborării și eficientizării programului formativ.

Etapa de intervenție și de implementare a programului formativ a avut drept scop dezvoltarea sentimentului de securitate psihologică prin activarea resurselor interne de care dispun



femeile abuzate în copilărie, dar și recuperarea consecințelor abuzului la femeile care au trăit aceste experiențe în copilărie.

La etapa de evaluare a eficienței programului de intervenție, ne-am axat pe activarea resurselor personale ale femeilor abuzate în copilărie, cu scopul de a le dezvolta sentimentul securității psihologice, ca urmare a programului de intervenție.

În final, au fost formulate concluziile cu privire la modelul de intervenție, în sensul formării sentimentului de securitate psihologică prin activarea resurselor personale la femeile abuzate în copilărie, în baza sistematizării, prelucrării și interpretării datelor colectate după intervenție.

În demersul nostru de implementare a programului de intervenție psihologică, am pornit de la un fapt demonstrat, conform căruia securitatea este un proces dinamic în măsură să se modifice. Cercetătorii A. Vulpescu și G. Dumitriu spuneau că „a cunoaște și a înțelege propriul stil de atașament, cu ajutorul demersului psihoterapeutic, ne servește în a înțelege de ce ne comportăm într-un anumit fel și pentru a ști ce trebuie să schimbăm” [227, p.99].

**Scopul demersului de intervenție** a constat în elaborarea, implementarea și evaluarea programului de intervenție psihologică – orientat spre dezvoltarea sentimentului securității psihologice prin activarea resurselor personale ale femeilor abuzate în copilărie.

**Obiective generale:**

1. Antrenarea sentimentului securității psihologice în cazul femeilor abuzate în copilărie, care au fost incluse în grupul experimental;
2. Activarea resurselor personale ale femeilor abuzate în copilărie, în scopul îmbunătățirii calității vieții lor.
3. Obiectivele generale au fost particularizate în **obiective specifice** etapei de intervenție formativă, respectiv:
  - a. Facilitarea acceptării realității experiențelor trăite și diminuarea negării existenței evenimentelor traumatice;
  - b. Încurajarea exprimării emoțiilor și a sentimentelor și asigurarea cu privire la normalitatea lor;
  - c. Acordarea susținerii în procesul de activare a resurselor și în procesul de adaptare la schimbare;
  - d. Evaluarea eficienței programului formativ.

Ca punct de reper în demararea demersului experimental a servit avansarea ipotezei de cercetare și stabilirea variabilelor experimentale, care au fost înaintate în ipoteză.

**Ipoteza de cercetare:**

Considerăm că sentimentul securității psihologice poate fi dezvoltat la femeile abuzate prin tehnici de activare și valorificare a resurselor interne de care dispun, prin intermediul unui program de intervenție psihologică.

### ***Variabilele experimentale***

*Variabila independentă:* programul de intervenție psihologică;

*Variabilele dependente:*

- 1) Întărirea securității psihologice prin reactivarea resurselor personale ale femeilor abuzate în copilărie.
- 2) Activarea resurselor personale ale femeilor abuzate în copilărie în scopul îmbunătățirii calității vieții: ridicarea nivelului stimei de sine și al rezilienței femeilor, micșorarea ostilității și a formelor de exprimare a acesteia, dezvoltarea strategiilor de coping cognitiv-emoțional și comportamental adaptativ.

**Eșantionul pentru experimentul formativ:** în programul de intervenție au fost incluse 30 de femei. Omogenitatea lotului experimental și de control a fost stabilită prin compararea rezultatelor obținute de către femeile incluse în lotul experimental la nivel de test.

În urma selectării, eșantionul experimental de cercetare a fost format dintr-un grup omogen de 30 de femei supuse abuzului în copilărie, care au fost repartizate în două loturi: GE și GC, a câte 15 femei. Subiecții participanți la experimentul de constatare au manifestat un nivel redus al resurselor personale adaptative.

Deci, în cadrul experimentului de formare, cele 30 de participante au fost împărțite în două grupuri:

- a) grupul experimental (GE) – 15 femei abuzate în copilărie;
- b) grupul de control (GC) – 15 femei abuzate în copilărie.

**Pentru elaborarea și implementarea programului de intervenție psihologică, ne-am bazat pe următoarele principii:**

1. **Asigurarea cadrului securizant.** Prioritatea principală în recuperarea femeilor abuzate în copilărie constă în asigurarea securității psihologice și a stabilității psihoemoționale pentru fiecare persoană/grup, în cadrul activităților și în afara lor.

2. **Binefacerea** Acționarea pentru binele persoanelor, adică minimizarea daunelor și promovarea binelui și a bunăstării femeilor implicate în intervenție.

3. **Inofensivitatea** Evitarea folosirii cunoștințelor și a abilităților în scopul de a prejudicia femeile ori persoanele apropiate ale acestora sau alte persoane din grup.

4. **Formarea unui climat de încredere** în cadrul grupului de intervenție – pentru fiecare persoană și în relație cu psihologul/psihoterapeutul.

5. **Autonomia.** Respectarea dreptului la autodeterminare al femeilor implicate în intervenția psihologică și asistarea în luarea deciziilor, fără a urmări influențarea sau manipularea acestora. Fiecare persoană este aptă să decidă implicarea în activitate și să își asume responsabilitatea pentru schimbarea bazată pe procesarea amintirilor traumatice din trecut și identificarea resurselor personale care trebuie activate.

6. **Crearea condițiilor pentru schimbare.** Pentru realizarea și obținerea unor schimbări, este nevoie de timp, de posibilități de învățare, de practică, de adaptare, de ajustare și de integrare a ceea ce se învață în viața de zi cu zi [227, p. 73].

7. **Acordarea atenției propriului corp** prin conștientizarea senzațiilor corporale care reflectă emoțiile și sentimentele personale și care stau la baza formării gândurilor și a deciziilor cotidiene.

8. **Integrarea și aplicarea în viața cotidiană a practicilor învățate** la fiecare ședință și a celor de comunicare asertivă, a nevoilor personale, precum și activarea resurselor personale identificate în cea de-a doua etapă și stabilirea unui sentiment de securitate psihologică în relația cu prietenii, cu persoanele din familie ori cu colegii de la serviciu etc.

Aceste principii trebuie să fie prezente la toate etapele programului. Doar integrând în viața cotidiană practicile învățate, vom reuși să stabilim acea schimbare mult dorită.

**Condițiile de bază ale programului de intervenție psihologică care sunt necesare pentru a asigura securitatea fiecărui participant al grupului:**

1) Participarea este liber consimțită de către fiecare participant al programului de intervenție psihologică.

2) Fiecare participant al programului a trecut prin diferite evenimente traumatizante în trecut. De aceea, este important de a respecta amintirile și stările psihoemoționale ale fiecărui participant. Totodată, membrii incluși în program sunt tratați cu respect și empatie. Indiferent de tipul de abuz prin care a trecut persoana, ameliorarea simptomelor și activarea resurselor existente este obiectivul principal al programului.

3) Grupul de intervenție este închis: drept urmare, pe parcursul desfășurării programului nu pot fi incluse alte persoane în grup. Persoanele care nu se simt în siguranță în timpul ședințelor au dreptul să refuze să se expună în grupul mare, verbalizând această cerință.

4) Fiecare persoană poate solicita întreruperea desfășurării activității în cazul în care îi sunt depășite limitele de siguranță proprie și poate cere, la necesitate, ședințe individuale cu psihologul.

5) Informația discutată în grup este confidențială și toți participanții semnează o declarație de a nu divulga informația despre participanții din grup.

6) Jocurile de rol sunt realizate pentru ca persoana care prelucrează trauma să-și exprime emoțiile. Uneori, aceste emoții pot fi destul de puternice, de aceea, nu este cazul de a interveni pentru a calma persoana, deoarece psihologul/psihoterapeutul dirijează acest proces. Participanții-observatori nu intervin cu replici sau cu sugestii, ci își exprimă părerea la etapa de debriefing, enunțând ce au simțit și la ce i-a ajutat acest exercițiu.

7) În cadrul jocurilor de rol, va fi nevoie și de implicarea altor persoane din grup. Fiecare participant ales poate să accepte sau să refuze, dacă nu se simte confortabil, să joace rolul său și să se implice în acea experiență. În cadrul jocului de rol nu sunt acceptate actele de violență.

8) Alegerea participanților pentru jocul de rol nu este întâmplătoare. Fiecare persoană aleasă pentru un rol concret beneficiază prin faptul că, pe de-o parte, își ajută colegul să își amintească trauma, jucând rolul unuia dintre participanții implicați în acea situație, iar pe de alta, poate identifica emoțiile, stările afective, gândurile și trăirile participanților la situația de abuz, indiferent de rolul jucat. Proiecțiile duc la conștientizarea emoțiilor atât personale, cât și ale celor din jur.

9) Fiecare membru al grupului are dreptul să aleagă timpul și momentul potrivit pentru a vorbi despre anumite amintiri dureroase din copilărie. „Abilitatea de a stabili dacă ați putea avea foloase de pe urma procesării reamintirii traumei sau dacă ar fi mai bine să nu o faceți, cel puțin pentru moment, pentru a nu răscoli amintirile traumatice, vă ajută să faceți o alegere în cunoștință de cauză” [185, p. 67].

10) Obiectivul principal al procesului de recuperare psihologică posttraumatic trebuie să fie îmbunătățirea calității vieții cotidiene. „Scopul nostru este să prelucrați și să procesați trecutul și să vă îndreptați spre viitor” [185, p. 66].

### ***Structura programului de intervenție psihologică***

Programul formativ a fost alcătuit din 24 de ședințe care au fost realizate timp de șase luni. Ședințele s-au desfășurat cu o periodicitate de o dată în săptămână, în perioada mai-octombrie 2019, în zilele de weekend. Durata unei ședințe a fost de 1,5 – 2 ore. Înainte de a fi incluse în program, femeile au fost informate cu privire la conținutul programului, la principiul de confidențialitate și de semnare a acordului de participare la programul formativ. Realizarea programului de intervenție psihologică a avut loc în incinta biroului „Psiholog pentru copii și maturi” din Chișinău, care a fost creat pentru a oferi sprijin copiilor și adulților care sunt în situații dificile sau cu probleme de interacțiune cu alte persoane, prin consiliere psihologică și ședințe de psihoterapie atât individuale, cât și de grup.

### ***Caracteristica generală a programului de intervenție psihologică***

Programul de intervenție a fost realizat prin implementarea mai multor tehnici, care au fost selectate potrivit orientărilor terapeutice.

Pentru femeile incluse în cercetarea noastră a fost elaborat un program de intervenție psihoterapeutică, în urma studierii unor lucrări ale psihoterapeuților români și străini: *psihologia vârstelor*, *psihologia socială*, *psihologia sistemică de cuplu și familie* – M. Nichols și R. Schwartz, V. Satir [190], Bowen, Bonchiș E. [31], *psihoterapia familiei* – I. Mitrofan, Cristina Denis Stoica [149, 209]; *umanist-experiențială* – I. Mitrofan, E. Anghel, E. Vladislav, D. Vasile, G. Cucu-Ciuhan, F. Golu și C. Ionitã [149, 117], *psihoterapia cognitiv-comportamentală* – I. Holdevici, D. David, O. Benga [51, 85], *artterapia* V. Olărescu, J. Rubin, Alain de Botton, Carol M. Davis, David, Edwards; *psihoterapia de grup* – I. Yalom, I. Dafinoiu, Raymond A. Levy, J. Stuart Ablon, Horst Kachele [65, 66, 67, 103], *intervenția în psihoterapia tulburărilor anxioase și depresive* – Iu. Racu, G. Andrews, Z. Bolea, A. Calancea, A. Verdeș [162, 13, 30, 49, 224, 225].

Psihoterapia sistemică de familie este una dintre orientările psihoterapeutice care se bazează pe construirea de relații și explică cum apar, cum se mențin problemele și cum se poate produce schimbarea. Efectuându-se schimbarea la nivel de interacțiuni și relații cu alte persoane, rezultatele sunt mai rapide și mai puternice. În acest context, am pus accent pe proprietățile sistemului de familie, analizând granițele, regulile, ierarhiile, stilurile de comunicare dintre sistemele și subsistemele familiale, cu scopul de a îmbunătăți relațiile dintre membrii grupului și familiile acestora.

Toți oamenii își doresc să trăiască într-un anumit nivel de confort psihologic, emoțional, financiar și social. Schimbările, însă, provoacă un dezechilibru în cadrul familiei, fapt care influențează starea de homeostază. De aceea, pentru noi a fost important să utilizăm acele metode ale teoriei sistemice de familie (Salvador Miniuhin)[apud 139] care analizează sistemul familial, subsistemele, granițele, ierarhiile, ciclul de viață al familiei, teoriile comunicării (Cloy Madanes)[139], menținerea feedbackului pozitiv sau negativ (Joy Haley)[apud 139], școala experiențială care propune conștientizarea de sine, exploatarea resurselor personale, acceptarea și comunicarea emoțiilor pentru a construi o stimă de sine adecvată (Virginia Satir) [190], prin terapia transgenerațională care explică transmiterea informației prin amintirile din trecut și motivațiile inconștiente (Murray Bowen) [35], precum și teoria cognitiv-comportamentală sistemică de familie care vorbește despre principiile reciprocității, ale modelării și teoriile învățării pentru adulți (A. Bandura)[apud 17].

### **1. Tehnici pentru antrenarea sentimentului securității**

Cercetările din domeniul atașamentului ne oferă o serie de tehnici și metode orientate spre fortificarea atașamentului securizant. Am selectat și am aplicat, în cadrul programului nostru de

intervenție, tehnici experimentale, validate științific, menite să activeze reprezentările mentale ale securității – proces numit *antrenarea securității* [147, pp.139–156].

*Tehnica expunerii implicite la imagini* care sugerează prezența atașamentului securizant (de exemplu, picturile lui Rafael din perioada florentină, din anii 1504-1508, cu mame care țin în brațe copii: Madonna Diotallevi, Madonna Connestabile; Madonna del Granduca, Madonna Terranuova; Madonna d’Orleans, Madonna del Belvedere, diferite poze ale zilelor noastre cu mame și tați împreună cu copiii lor).

*Tehnica identificării figurii-resursă (nurturing figures)*, preluată din terapia cognitiv-comportamentală, ține de prezentarea unor figuri parentale sau prietenoase (nurturing figures), rolul căreia este de a asigura consolidarea sentimentului de securitate de care a fost lipsită persoana în realitate. Femeile incluse în programul de intervenție ar putea să identifice drept figură-resursă un părinte, un frate, un părinte vitreg, un bunic, o bonă, o mătușă, un unchi, o rudă, un profesor, un antrenor, un consilier, un medic, un prieten sau un preot. Alții ar putea identifica figuri din filme, din televiziune, din cărți, dintre figurile istorice, dintre oamenii din cultura națională sau figuri spirituale. Identificarea acestei figuri și personificarea unei imagini legate de compasiune are un impact pozitiv asupra depășirii situației traumatice și influențează fortificarea securității psihologice [220, p.180].

*Tehnici de amorsare.* Amorsarea este activarea unor scheme cognitive prin folosirea unor cuvinte sau imagini care fac parte din acea schemă. Spre exemplu, dacă vrem să activăm schema cognitivă legată de securitate, vom da posibilitate persoanelor din grupul experimental să privească o fotografie din copilărie unde este împreună cu o persoană față de care a format un atașament securizant sau să privească fața unei persoane care le oferă securitate. O altă tehnică de amorsare este *tehnica analizei cuvintelor legate de securitate* (de exemplu: îmbrățișare, dragoste, siguranță, acceptare etc.). Cuvintele, în cazul acestei tehnici, sunt asocieri care activează acele amintiri și emoții cu privire la evenimentele însoțite de trăirea sentimentului de securitate psihologică.

**Tehnica reflectivă a implicării** presupune, ca metodă primară, o strategie de a lucra cu persoanele traumatizate, folosind o conexiune conștientă cu un terapeut echilibrat din punct de vedere emoțional. Specialistul trebuie să fie implicat total, să fie pe deplin conștient, angajat și capabil să ofere compasiune. În timp ce se creează o legătură de atașament în cadrul relației terapeutice, pe lângă cea de transfer, este nevoie ca terapeutul să fie prezent, spre beneficiul clientului [143].

## 2. Tehnici menite să activeze resursele interne

### *Tehnici de îmbunătățire a stimei de sine*

#### *Tehnica albumului cu fotografii*

În cadrul acestei tehnici, persoanele selectează aleatoriu fotografii din copilărie, unde sunt prezente persoanele-resurse de care ele au fost atașate. Inconștient, selecția fotografiilor este bazată pe alegerea evenimentelor care păstrează o amintire vie despre circumstanțele în care au avut loc. Fotografiile din copilăria femeilor supuse experimentului, rar erau făcute în situații neplăcute. De aceea, analizând și relatând evenimentele din acele imagini, noi putem reactiva resursele păstrate în memoria lor, dar care, în anumite momente din viață, au fost uitate sau, pur și simplu, negate din cauza durerii sau a sentimentelor de insecuritate ori ca urmare a stărilor de confuzie trăite ulterior [65, p. 130-145], [67, p. 59].

#### *Metafore și povești terapeutice.*

Metaforele pot fi preluate din creațiile literare (povești, poezii, proverbe, aforisme etc.), pot fi alcătuite de terapeut sau pot fi realizate de participanți. Tehnica metaforelor terapeutice a fost aplicată cu scopul de a forma sentimentul de securitate, pentru a depăși consecințele traumatiche ale abuzurilor din copilărie și pentru a activa resursele personale ale femeilor implicate în experimentul formativ (metaforele „Ape infectate de rechini”, „Insule pustii”, adaptate după Karen Treisman [216, p.90] ), precum și pentru a dezvolta stima de sine (metafora „Călugărul” de D.R. Hawkins [apud 67, p. 59].)

*Alcătuirea de povestiri cu rol terapeutic.* G.W. Burns, în cadrul modelului PRO, a descris trei criterii în care au fost încadrate indicațiile terapeutice ale povestirii:

1. *Problemele cu care se confruntă:* acestea cuprind nenorocirile din viață, experiența pierderilor importante și capacitatea de a se opune și a depăși evenimentele negative care survin pe neașteptate.

2. *Resursele dezvoltate* – se referă la abilitatea de a accepta evenimentele și experiențele trăite, dezvoltarea competenței de a evita judecățile de valoare emise în mod pripit.

3. *Deznodămintele (outcomes)* – țin de acceptarea evenimentelor din viață, conștientizarea faptului că, prin evaluare subiectivă, atribuim valoare anumitor evenimente, astfel creând o atitudine față de ele [apud 67, p. 59].

Prin intermediul poveștilor elaborate împreună cu femeile participante la programul de formare, ne-am propus să dezvoltăm scenarii, care să fundamenteze sentimentul deținerii controlului asupra evenimentelor particulare din viața lor, fapt care a permis depășirea neputinței și trăirea sentimentului de securitate.

Utilizând poveștile realizate de către participanți, psihologul poate facilita insighturi asupra frustrărilor, a conflictelor sau a mecanismelor de apărare ale acestora. Această tehnică necesită încredere în membrii grupului, sentimentul de apartenență la grup și o bună colaborare în interiorul grupului.

#### *Tehnici de inducție*

*Tehnica imageriei ghidate* – este orientată spre concentrarea persoanei pe un scenariu imaginativ interior. În cadrul tehnicii, persoana este rugată, pe fond de relaxare, să-și imagineze și să se plaseze într-o zonă securizată și generatoare de încredere. Tehnica este funcțională prin asimilarea realității psihologice induse și prin trăirea ei intensă, astfel, se apelează la mesaje pe toate canalele senzoriale: auditive, vizuale, kinestezice [apud 67, p. 76]. Mesajele transmise de către psiholog/terapeut au ajutat femeile din grupul experimental să-și folosească experiențele personale, reușind să le integreze prin focalizarea pe înțelesul lor real, fapt care le-a permis să-și accepte o parte respinsă a eului.

*Tehnicile de relaxare musculară progresivă.* Analiza și concentrarea succesivă a atenției persoanei pe principalele grupuri musculare, prin sugerarea relaxării, sunt alte tehnici utilizate în programul nostru de intervenție psihologică. De regulă, persoanei i se sugerează să-și găsească o poziție confortabilă în fotoliu, de cele mai multe ori, cu ochii închiși, aceasta ajutând-o să intre mai ușor în transă [apud 67, p. 74]. Una dintre cele mai cunoscute și utilizate tehnici de acest gen este *tehnica relaxării progresive Jacobson*, care constă în relaxări și tensionări alternative ale principalelor grupe de mușchi, până la dispariția contracțiilor musculare și intrarea în zona de relaxare.

### **Educația psihologică**

Aceasta este utilizată în terapia femeilor abuzate în copilărie pentru a le dezvolta abilitățile de adaptare și înțelegere a experiențelor traumatice și pentru formarea atașamentelor securizante. Totodată, în cadrul educației psihologice, femeile abuzate în copilărie pot învăța care sunt mecanismele de formare a relațiilor violente, consecințele lipsei atașamentului față de propriii copii și pot învăța cum să rupă cercul violenței transgeneraționale, cum să identifice cauzele comportamentelor inconștiente care au fost preluate de la propriii părinți, cum să adopte strategii de comunicare asertivă a propriilor emoții și să-și exprime nevoile personale [127].

### **Relația terapeutică**

În cadrul programului, au fost stabilite relațiile emoționale și interpersonale prin oferirea de suport participanților, totodată, s-a format coeziunea grupului terapeutic și au fost dezvoltate relațiile sociale de susținere și de suport în afara grupului. Fiecare persoană și-a ales un membru din cadrul grupului cu rolul de prieten și de suport. Pentru a obține rezultatele dorite, ne-am propus să formăm un grup stabil și dezvoltat din punct de vedere psihologic.

Programul de intervenție psihologică a cuprins cinci etape:

**I. Etapa de formare a climatului securizant și de încredere** (*două activități*) – participanții fac cunoștință unii cu alții și cu organizatorul ședințelor de intervenție psihosocială. Psihologul este persoana-resursă pentru menținerea și formarea climatului psihoemoțional stabil și oportun pentru dezvoltarea relațiilor în grup și între persoane.



**II. Etapa de stabilire a relațiilor (trei activități)** – fiecare participant își găsește locul său în grup. Faza este însoțită de ostilitate și tensiune. Participanții sunt încadrați în competiția pentru distribuirea rolurilor. Uneori, grupul poate adopta o strategie de respingere a unei persoane din grup sau, din contra, poate valida un lider neoficial, care să aibă puterea de convingere în cadrul grupului. De aceea, este important să observăm aceste momente și să prevenim atacurile la persoană ori confruntarea deschisă cu organizatorul sau cu alte persoane din grup. Este relevant de a evidenția mecanismele inconștiente de conservare a traumei și de protecție a femeilor, în scopul supraviețuirii. Această etapă necesită un control special din partea psihologului pentru o direcționare constructivă a grupului. Totodată, dacă sunt identificate unele probleme legate de stabilirea relațiilor în grup, se poate adăuga un număr de ședințe, pentru a reuși formarea unui climat de securitate, în care fiecare membru al grupului terapeutic să se simtă confortabil, pentru a relata despre evenimentele traumatice din propria copilărie.

**III. Etapa de colaborare și de antrenare a securității (opt activități)** – participanții simt apartenența la grup, dezvoltă valori comune, stabilesc relații de încredere și de sinceritate, își exprimă emoțiile și, astfel, are loc conștientizarea coeziunii grupului. Participanții își expun problemele fără frica de a nu fi înțeleși. Aceasta este faza fundamentală a programului de intervenție psihologică, orientată spre fortificarea sentimentului securității psihologice. Pentru a înțelege că la această etapă membrii grupului terapeutic au reușit să colaboreze – unii cu alții și cu terapeutul – este important ca fiecare participant să-și identifice, în cadrul grupului, prietenul de încredere, cu care va comunica cel puțin o dată pe săptămână, între ședințe. Alegerea prietenului se face individual și la dorința fiecărui participant. Dacă unii dintre participanți au nevoie de mai mult timp sau simt niște bariere în comunicarea apropiată cu alte persoane, aceste persoane pot veni la o ședință individuală pentru a discuta despre barierele și nevoile care le blochează stabilirea relațiilor.

**IV. Etapa activării resurselor** – în acest stadiu, grupul dobândește capacitatea de a asigura dezvoltarea personală a participanților (*opt activități*). Practic, aici este important de a identifica resursele existente în familia de origine, în familia nou formată și în relațiile cu membrii rețelei sociale. Membrii grupului participă la diverse activități de relaxare, vizualizare, jocuri de rol și de exersare a comunicării nevoilor personale față de alte persoane. Totodată, prin tehnica imaginației ghidate sau prin intermediul mai multor activități, precum *jocul de rol*, *scaunul gol*, *sculptura familiei*, putem identifica acele resurse necesare pentru a îmbunătăți comunicarea în ceea ce privește rolurile și ierarhiile familiei; granițele individuale și cele ale persoanelor din cadrul familiei – fie din copilărie, fie din prezent. De asemenea, la această etapă, este important de a identifica persoanele din mediul social al subiecților implicați în terapie, atât din prezent, cât și din copilăria lor.

**V. Etapa consolidării și a evaluării eficienței programului în ansamblu (două ședințe):**  
în urma realizării obiectivelor programului de intervenție, participanții trebuie să fie pregătiți emoțional să trăiască în afara grupului. Grupul își încheie activitatea sa ca structură socială. Psihologul își direcționează lucrul pentru a pregăti participanții de finalizarea activității în comun, în caz contrar, nefiind nepregătiți de a se confrunta cu realitatea, aceștia vor rămâne dezamăgiți și s-ar putea să renunțe la experiența acumulată pe parcursul trainingului. Dacă există participanți care își doresc includerea în alte grupuri terapeutice, acestora li se propun alte programe de reabilitare sau programe și seminare de profilaxie și întărire a rezultatelor obținute.

În continuare, vom descrie modelul unei ședințe de lucru din cadrul programului de recuperare psihologică. Conținutul integral al programului de recuperare psihologică este expus în Anexă.

### **ȘEDINȚA 1. (1 oră 40 min)**

#### **Salutul și prezentarea psihologului. Scopul programului**

Mesaj de introducere: Cercetătorul K. Horny afirma că o persoană poate face o schimbare în viața sa dacă are un motiv puternic pentru a se autoanaliza, în caz contrar, acest proces de autocunoaștere, care este complicat și de durată, poate fi unul nereușit [87, p. 305].

#### **Activitatea nr. 1. Pânza de păianjen**

**Scopul:** Salutul și prezentarea participanților.

**Materiale necesare:** un ghem de lână, e de dorit să aibă fir trainic și de culoare închisă.

**Durata:** 30 min.

**Desfășurarea activității:** Participanții sunt așezați în cerc și transmit ghemul de la unul la altul. Înainte de a transmite ghemul, ei trec firul de două ori în jurul degetului arătător. Fiecare participant se prezintă, își spune numele și care este motivația personală de a participa la acest program. Ghemul trece pe la toate persoanele, astfel formând o pânză de păianjen. După ce ghemul a trecut pe la fiecare participant, formatorul le vorbește despre importanța unității grupului și că fiecare participant are un motiv personal care l-a adus în acest grup, o problemă foarte sensibilă. Totodată, psihologul evidențiază că participanții își vor identifica trăsăturile unice și, îi roagă ca, atunci când vor transmite ghemul înapoi să-i spună colegului de la care a primit ghemul un compliment.

Debriefingul.

#### **Activitate nr. 2. Stabilirea regulilor în cadrul grupului**

**Scopul:** de a forma un climat psihologic de securitate în cadrul grupului și de a stabili regulile de lucru, programul și momentele organizatorice – pentru participarea la ascultare și la intervenție în cadrul întâlnirilor de grup.

**Materiale:** flipchart, markere

**Durata:** 20 de min.

**Desfășurarea:** fiecare participant propune reguli pentru a forma un climat de siguranță și confort în cadrul ședințelor de grup. De asemenea, este necesar ca regulile să fie clare; uneori, exprimările participanților sunt reformulate pentru a fi pe înțelesul tuturor și pentru ca să fie acceptate de către toți participanții la ședință. Psihologul trebuie să ghideze grupul pentru ca regulile să fie abordate și discutate.

### **Activitatea nr. 3. Efectuarea ecusoanelor personalizate**

**Scopul:** identificarea unui nume de către fiecare participant pentru ca ceilalți participanți să poată să i se adreseze în cadrul întâlnirilor de grup.

**Materiale:** ecusoane și carioci.

**Durata:** 20 de min.

**Desfășurare:** participanții își iau câte un ecuson și își scriu numele dorit. Numele trebuie să fie scris pe ecuson cu litere majuscule, care să fie vizibile. Ulterior, ecusoanele sunt puse într-o cutie și sunt amestecate. Psihologul ia cutia și trece pe la fiecare participant, pentru ca acesta să extragă câte un ecuson, la întâmplare. Există posibilitatea ca un ecuson selectat să îi aparțină persoanei care l-a scris (e de dorit ca ecusonul să fie al altui participant). După ce a extras ecusonul, participantul trebuie să își amintească cine dintre participanți are acest nume și să meargă la acea persoană pentru a i-l pune cu grijă la piept, spunându-i următoarea frază: „Îmi face plăcere și sunt onorat să te cunosc (spune numele de pe ecuson). Sunt sigură că vom fi o echipă unită, poți conta pe mine”. Dacă nu este identificată persoana căreia îi aparține ecusonul, atunci acea persoană trebuie să se prezinte.

Debriefingul

### **Activitatea nr. 4. Tema pentru acasă**

**Scop:** identificarea așteptărilor pentru întregul program de intervenție psihologică.

**Materiale:** foi A4, pixuri.

**Durata:** o săptămână.

**Desfășurarea:** fiecare participant va avea la dispoziție o săptămână, timp în care va trebui să scrie pe o foaie ce așteptări are de la acest training și care ar putea fi rezultatele finale dorite. Tema pentru acasă va fi prezentată, în formă scrisă, la următoarea ședință, iar participanții vor fi rugați să ia cu sine câte un caiet în care să facă unele notițe, pe parcursul programului.

### **Activitatea nr. 5. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** expunerea opiniilor cu privire la ce au simțit participanții pe parcursul ședinței. Totodată, se va pune accent pe realizarea așteptărilor/dorințelor pentru ședința respectivă.

**Materiale:** pietre de diferite forme sau dimensiuni, pentru diferite ședințe, în funcție de scopul urmărit.

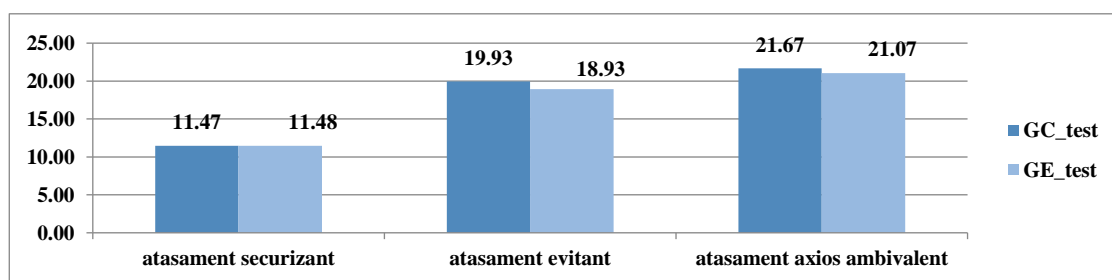
**Durata:**15 minute.

**Desfășurarea:** la fiecare ședință este identificată câte o piatră care este transmisă de la un participant la altul. Piatra este aleasă în funcție de etapa trainingului. La început, ea este necioplită și cu multe ascuțisuri, apoi se folosește o piatră din lava unui vulcan – în perioada de identificare a resurselor interne, după care se utilizează o piatră mai netedă, dar cu nuanțe și forme diferite, cu scopul de a vedea că fiecare participant este unic și că diferențele atrag persoanele, ele fiind și resursele noastre personale, care ne fac să fim unici și irepetabili.

### 3.2. Prezentarea și interpretarea rezultatelor experimentului formativ privind dezvoltarea securității psihologice prin activarea resurselor personale ale femeilor abuzate în copilărie

În scopul evaluării eficienței programului de intervenție psihoterapeutică asupra femeilor abuzate în copilărie, am utilizat următoarele teste: *Chestionarul pentru depistarea atașamentului, elaborat de Collins și Read (AAS – Adult Attachment Scale), Scala Rosenberg a stimei de sine (RSS), Testul „Măsurarea nivelului de reziliență”, CERQ – Chestionar de coping cognitiv-emoțional, elaborat de Garnefski, Kraaij, Spinhoven, SACS – Scala de abordare strategică a copingului, elaborată de Stevan E. Hobfoll, Carla L. Dunahoo, Jannine Monnier, Michael R. Hulsizier și Robert Johnson.*

Pentru determinarea omogenității grupului de control și a grupului experimental, am utilizat metoda U Mann - Whitney pentru fiecare dintre scalele instrumentelor selectate, efectuând evaluarea inițială a valorilor atașamentului și a resurselor personale incluse în GC și GE.



**Fig. 3.1 Valorile medii ale variabilelor atașamentului din GC și GE – test**

Reprezentarea grafică a mediilor obținute pentru GC-test și GE-test la etapa de pretestare nu prezintă vreo diferență între cele două loturi de cercetare, ceea ce ne permite să presupunem că loturile sunt omogene. Conform datelor din Figura 3.1, valorile medii ale subiecților experimentali sunt următoarele: la variabila: *atașament securizant* GC/test ( $M_1=11,47$ ,  $SD=2,47$ ), GE/test ( $M_2=11,48$ ,  $SD=3,22$ ), la variabila: *atașament evitant* GC/test ( $M_1=19,93$ ,  $SD=3,47$ ) și GE/test ( $M_2=18,93$ ,  $SD=3,82$ ), la variabila: *atașament anxios-ambivalent* GC/test ( $M_1=21,67$ ,  $SD=4,22$ ), GE/test ( $M_2=21,07$ ,  $SD=3,21$ ), (Tabelul A 3.1, A 3.2).

Pentru a determina dacă există diferențe statistic semnificative între variabilele prezentate în cazul grupului de control (GC) și al grupului experimental (GE), am utilizat Testul statistic U – Mann-Whitney (Tabelul 3.1, A.3.4.):

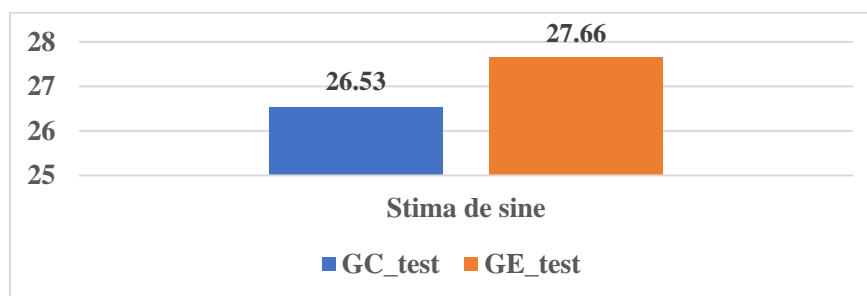
**Tabelul 3.1. Semnificația diferenței, după testul U (Mann-Whitney), în experimentul de control la variabilele de cercetare: atașament, reziliență, ostilitate**

	Atașament securizant	Atașament evitant	Atașament anxios-ambivalent
Mann-Whitney U	111,000	89,000	96,000
P	0,950	0,325	0,492

Rezultatele obținute la aceste variabile sunt următoarele: la variabila *atașamentului securizant* ( $U=111,000$ ,  $p\leq 0,950$ ); la variabila *atașamentului evitant* ( $U=89,000$ ,  $p\leq 0,325$ ), la variabila *atașament anxios-ambivalent* ( $U=96,000$ ,  $p\leq 0,492$ ).

Aceste rezultate ne permit să constatăm că între GC și GE, la nivel de test, nu am determinat diferențe statistic semnificative. Astfel, putem afirma că femeile incluse în GC și GE test au rezultate omogene din perspectiva atașamentului.

Pentru determinarea omogenității loturilor experimentale (GC și GE), am comparat mediile la variabila *stima de sine*, în cazul GE și GC test. Valorile medii sunt prezentate în Figura 3.2., Tabelul A3.1 și A 3.2.



**Fig. 3.2. Valorile medii ale stimei de sine din GC și GE – test**

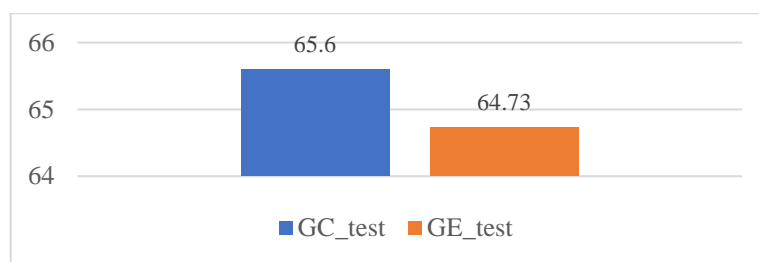
Prezentarea grafică a mediilor la variabila *stima de sine* este următoarea: GC/test – ( $M_1=26,53$ ,  $SD=3,11$ ) și GE/test – ( $M_2=27,66$ ,  $SD=2,94$ ).

**Tabelul 3.2. Semnificația diferenței, după testul U (Mann-Whitney), în experimentul de control la variabila de cercetare pentru stima de sine**

	Stima de sine
Mann-Whitney U	91,000
p	0,368

Aplicarea testului U (Mann-Whitney) în experimentul de control la variabila *stima de sine* ( $U=91,000$ ,  $p\leq 0,368$ ) nu prezintă diferențe statistic semnificative, fapt care relevă că, la această variabilă, loturile noastre sunt omogene.

Pentru determinarea omogenității loturilor experimentale (GC și GE), am comparat mediile la variabila reziliență, în cazul GE și GC test (Figura 3.3., Tabelul A3.1 și A 3.2.).



**Fig. 3.3. Valorile medii ale rezilienței din GC și GE – test**

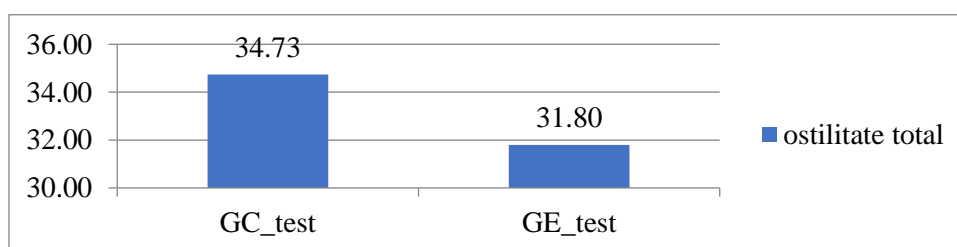
Prezentarea grafică a mediilor la variabila *reziliență* este următoarea: GC/test – ( $M_1=65,60$ ,  $SD=12,83$ ) și GE/test – ( $M_2=64,73$ ,  $SD=11,44$ ).

**Tabelul 3.3. Semnificația diferenței după testul U (Mann-Whitney) în experimentul de control la variabila de cercetare – reziliență**

	Reziliență
Mann-Whitney U	110,500
P	0,934

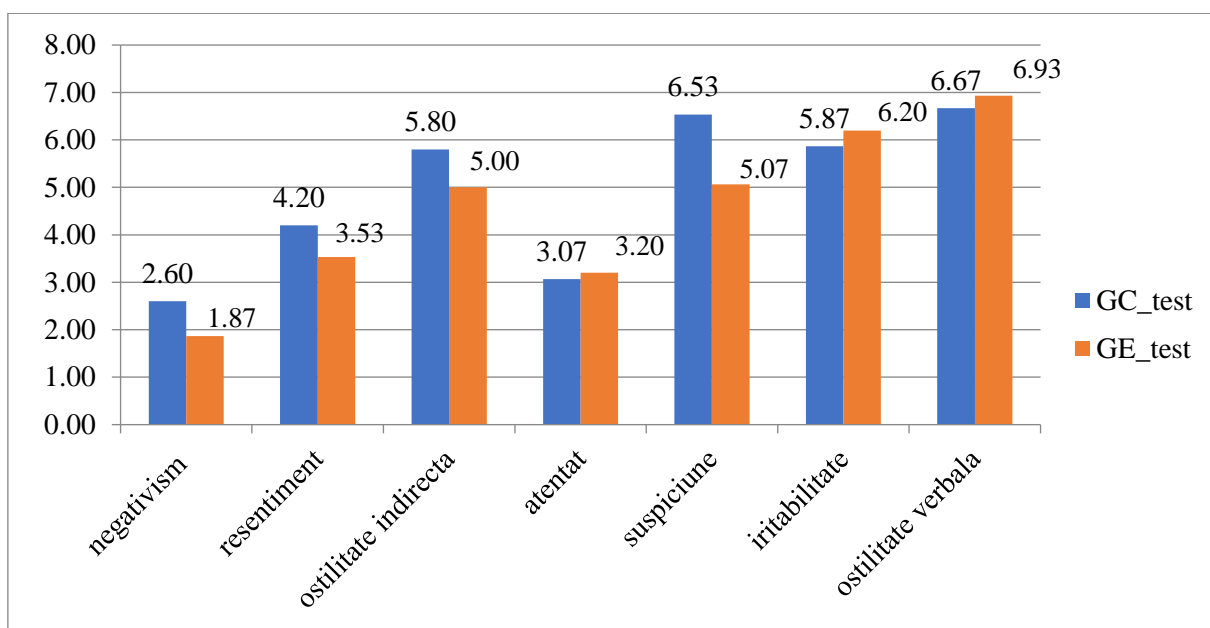
Aplicarea testului U (Mann-Whitney) în experimentul de control la variabila de cercetare a *rezilienței* ( $U=110,500$ ,  $p\leq 0,934$ ) ne-a permis să constatăm că rezultatele obținute nu au indicat diferențe statistice semnificative, fapt care afirmă că grupele sunt omogene la această variabilă.

Compararea rezultatelor test pentru valorile medii la nivelul ostilității: GC/test – ( $M_1=34,73$ ,  $SD=8,26$ ) și GE/test – ( $M_2=31,80$ ,  $SD=6,01$ ), (Figura 3.4., Tabelul A3.1 și A 3.2.).



**Fig. 3.4. Valorile medii ale ostilității din GC și GE – test**

Ulterior, ne-am propus a evalua care sunt diferențele de medii la formele de exprimare a ostilității la GC și GE (Figura 3.5., Tabelul A3.1, A 3.2.).



**Fig. 3.5. Valorile medii la formele de ostilitate din GC și GE – test**

Rezultatele medii obținute de subiecții experimentali din cele două grupuri sunt următoarele: pentru variabila *negativism* – GC/test: ( $M_1=2,60$ ,  $SD=0,98$ ) și GE/test: ( $M_2=1,87$ ,  $SD=0,83$ ); la *resentiment* – GC/test: ( $M_1=4,20$ ,  $SD=1,93$ ) și GE/test: ( $M_2=3,53$ ,  $SD=1,40$ ); la *ostilitate indirectă* – GC/test: ( $M_1=5,80$ ,  $SD=1,37$ ) și GE/test: ( $M_2=5,00$ ,  $SD=1,46$ ); la *atentat* – GC/test: ( $M_1=3,07$ ,  $SD=2,34$ ) și GE/test: ( $M_2=3,20$ ,  $SD=1,56$ ); la *suspiciune* – GC/test: ( $M_1=6,53$ ,  $SD=2,06$ ) și GE/test: ( $M_2=5,07$ ,  $SD=2,21$ ); la *iritabilitate* – GC/test: ( $M_1=5,87$ ,  $SD=2,26$ ) și GE/test: ( $M_2=6,20$ ,  $SD=2,07$ ); la *ostilitate verbală* – GC/test: ( $M_1=6,67$ ,  $SD=2,22$ ) și GE/test: ( $M_2=6,93$ ,  $SD=2,21$ ).

Ulterior, ne-am propus să prelucrăm statistic datele prin intermediul testului U (Mann – Whitney) la variabila de ostilitate și la formele ei în etapa de pretestare (Tabelul 3.4., A 3.6.):

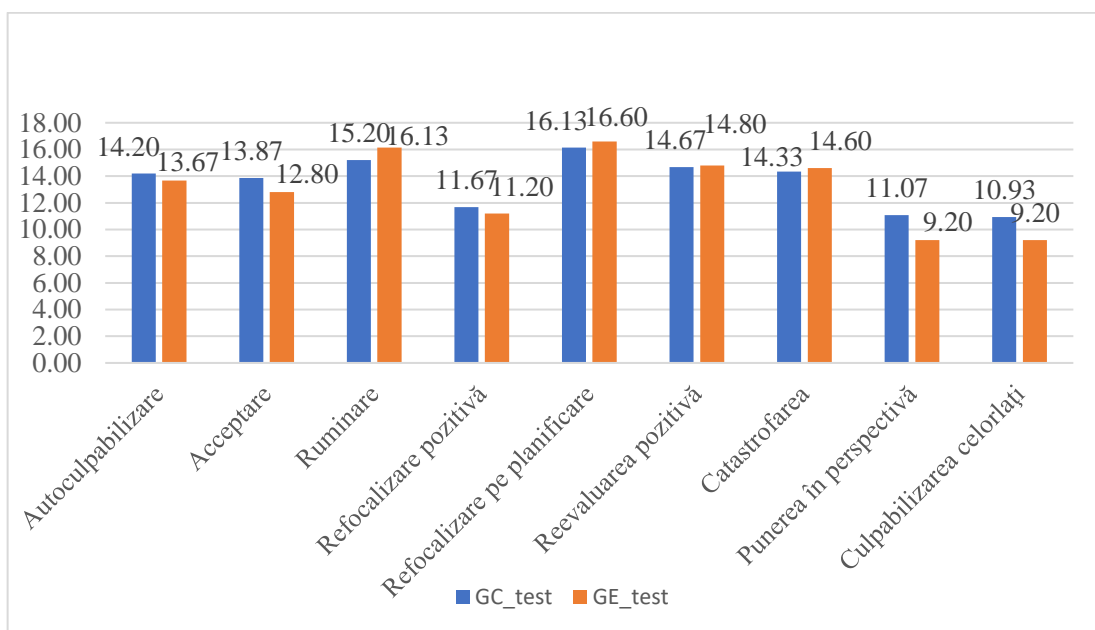
**Tabelul 3.4. Semnificația diferenței după testul U (Mann-Whitney) în experimentul de control la variabila „ostilitate” și a formelor ei**

	Nivel de ostilitate	Negativism	Resentiment	Ostilitate indirectă	Atentat	Suspiciune	Iritabilitate	Ostilitate verbală
Mann-Whitney U	89,500	65,00	83,500	78,000	106,500	71,000	103,500	107,500
P	0,339	0,038	0,221	0,141	0,799	0,082	0,704	0,834

Rezultatele obținute la diferențele dintre aceste variabile sunt următoarele: la variabila *nivelul de ostilitate* – ( $U=89,500$ ,  $p\leq 0,339$ ), la variabila *resentiment* – ( $U=83,500$ ,  $p\leq 0,221$ ), la variabila *ostilitate indirectă* – ( $U=78,000$ ,  $p\leq 0,141$ ), la variabila *atentat* – ( $U=106,500$ ,  $p\leq 0,799$ ), la variabila *suspiciune* – ( $U=71,000$ ,  $p\leq 0,082$ ), la variabila *iritabilitate* – ( $U=103,000$ ,  $p\leq 0,704$ ), la variabila *ostilitate verbală* ( $U=107,500$ ,  $p\leq 0,834$ ). Rezultate obținute ne indică faptul că între

GC și GE, la nivel de test, nu există diferențe statistic semnificative, ceea ce ne sugerează că femeile incluse în GC și GE au rezultate omogene privind ostilitatea generală. *Negativismul* ( $U=65,00, p\leq 0,038$ ) este unica variabilă la care am obținut diferențe statistic semnificative între grupul experimental și grupul de control. În continuare, această variabilă a fost eliminată din studiu, întrucât nu se încadra în parametrii de omogenitate.

La următoarea etapă, am comparat mediile strategiilor de coping cognitiv-emoțional și cele de comportament la GC și GE (Figura 3.6., Tabelul A3.1 și A 3.2).



**Fig. 3.6. Valorile medii la strategiile de coping cognitiv-emoțional (CERQ) GC și GE – test**

Reprezentarea grafică a mediilor obținute la etapa de pretestare pentru cele două grupuri (GC și GE) nu indică deosebiri între cele două loturi de cercetare, ceea ce ne permite să presupunem că loturile sunt omogene. Rezultatele medii obținute de subiecții experimentali din cele două grupuri la strategiile de coping cognitiv-emoțional sunt următoarele: la *autoculpabilizare* – GC/test ( $M_1=14,20, SD=3,32$ ) și GE/test ( $M_2=13,67, SD=3,69$ ), la *acceptare* – GC/test ( $M_1=13,87, SD=4,03$ ) și GE/test ( $M_2=12,80, SD=2,95$ ), la *ruminare* – GC/test ( $M_1=15,20, SD=3,09$ ) și GE/test ( $M_2=16,13, SD=3,13$ ), la *refocalizare pozitivă* – GC/test ( $M_1=11,67, SD=4,53$ ) și GE/test ( $M_2=11,20, SD=5,07$ ), la *refocalizare pe planificare* – GC/test ( $M_1=16,13, SD=2,19$ ) și GE/test ( $M_2=16,60, SD=1,99$ ), la *reevaluare pozitivă* – GC/test ( $M_1=14,67, SD=3,41$ ) și GE/test ( $M_2=14,80, SD=3,21$ ), la *catastrofare* – GC/test ( $M_1=14,33, SD=3,30$ ) și GE/test ( $M_2=14,60, SD=2,87$ ), la *punerea în perspectivă* – GC/test ( $M_1=11,07, SD=3,73$ ) și GE/test ( $M_2=9,20, SD=2,93$ ), la *culpabilizarea celorlalți* – GC/test ( $M_1=10,93, SD=5,22$ ) și GE/test ( $M_2=9,20, SD=4,29$ ).



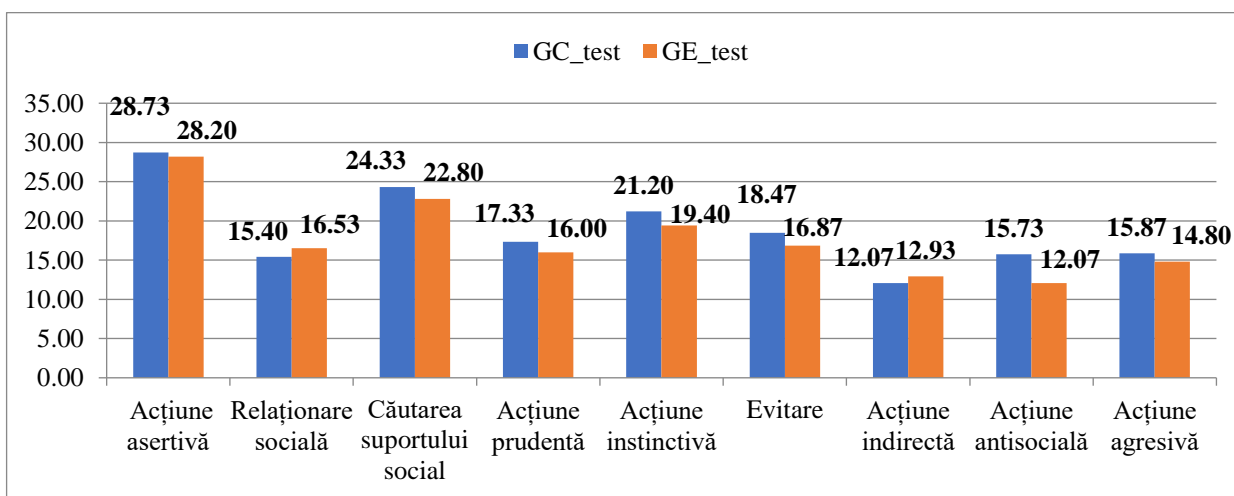
Prelucrarea statistică a datelor prin intermediul testului U (Mann-Whitney) pentru strategiile cognitiv-emoționale, în baza testului CERQ, ne-a permis să constatăm că datele obținute prin intermediul testului U (Mann-Whitney), la grupul experimental și la cel de control, nu prezintă diferențe statistic semnificative în ceea ce privește variabilele strategiilor de coping cognitiv-emoțional la următoarele variabile (Tabelul 3.5., Tabelul A 3.8.).

**Tabelul 3.5. Semnificația diferenței, după testul U (Mann-Whitney), în experimentul de control la variabilele strategiilor de coping cognitiv-emoțional – CERQ**

	Autoculpabilizare	Acceptare	Ruminare	Refocalizare pozitivă	Refocalizare pe planificare	Reevaluare pozitivă	Catastrofare	Punere în perspectivă	Culpabilizare
Mann-Whitney U	102,50	86,50	0,50	107,00	103,00	110,50	107,00	77,00	91,500
P	0,676	0,278	0,359	0,818	0,689	0,933	0,818	0,135	0,381

Analiza Tabelului 3.5. ne permite să constatăm că datele obținute prin intermediul testului U (Mann-Whitney), la grupul experimental și la cel de control, nu prezintă diferențe statistic semnificative la variabilele strategiilor de coping cognitiv-emoțional: la variabila *autoculpabilizare* – ( $U=102,500$ ,  $p\leq 0,676$ ), la variabila *acceptare* – ( $U=86,500$ ,  $p\leq 0,278$ ), la variabila *ruminare* – ( $U=90,500$ ,  $p\leq 0,359$ ), la variabila *refocalizare pozitivă* – ( $U=107,000$ ,  $p\leq 0,818$ ), la variabila *refocalizare pe planificare* – ( $U=103,000$ ,  $p\leq 0,689$ ), la variabila *reevaluare pozitivă* – ( $U=110,500$ ,  $p\leq 0,933$ ), la variabila *catastrofare* – ( $U=107,000$ ,  $p\leq 0,818$ ), la variabila *punerea în perspectivă* – ( $U=77,000$ ,  $p\leq 0,135$ ), la variabila *culpabilizarea celorlalți* – ( $U=91,500$ ,  $p\leq 0,381$ ).

Pe lângă strategiile de coping cognitiv-emoțional, ne-am propus să evaluăm strategiile de coping comportamental obținute de GC și GE la etapa test (Figura 3.7., Tabelul A 3.1., A 3.2.).



**Fig. 3.7. Valorile medii la strategiile de coping comportamental din GC și GE – test**

Prezentarea mediilor la variabilele strategiilor de coping comportamental obținute pentru subiecții experimentali au fost următoarele: la scala *acțiune asertivă*: GC/test ( $M_1=28,73$ ,  $SD=5,02$ ) și GE/test ( $M_2=28,20$ ,  $SD=2,56$ ), la *relaționarea socială* GC/test: ( $M_1=15,40$ ,  $SD=3,85$ ) și GE/test: ( $M_2=16,53$ ,  $SD=4,85$ ), la *căutarea suportului social* GC/test: ( $M_1=24,33$ ,  $SD=4,56$ ) și GE/test: ( $M_2=22,80$ ,  $SD=2,56$ ), la *acțiunea prudentă* GC/test: ( $M_1=17,33$ ,  $SD=2,79$ ) și GE/test: ( $M_2=16,00$ ,  $SD=2,72$ ), la *acțiunea instinctivă* GC/test: ( $M_1=21,20$ ,  $SD=4,00$ ) și GE/test: ( $M_2=19,40$ ,  $SD=3,54$ ), la *evitare* GC/test: ( $M_1=18,47$ ,  $SD=4,35$ ) și GE/test: ( $M_2=16,87$ ,  $SD=5,74$ ), la *acțiunea indirectă* GC/test: ( $M_1=12,07$ ,  $SD=3,43$ ) și GE/test: ( $M_2=12,93$ ,  $SD=4,49$ ), la *acțiunea antisocială* GC/test: ( $M_1=15,73$ ,  $SD=4,72$ ) și GE/test: ( $M_2=12,07$ ,  $SD=3,49$ ), la *acțiunea agresivă* GC/test: ( $M_1=15,87$ ,  $SD=5,27$ ) și GE/test: ( $M_2=14,80$ ,  $SD=2,93$ ).

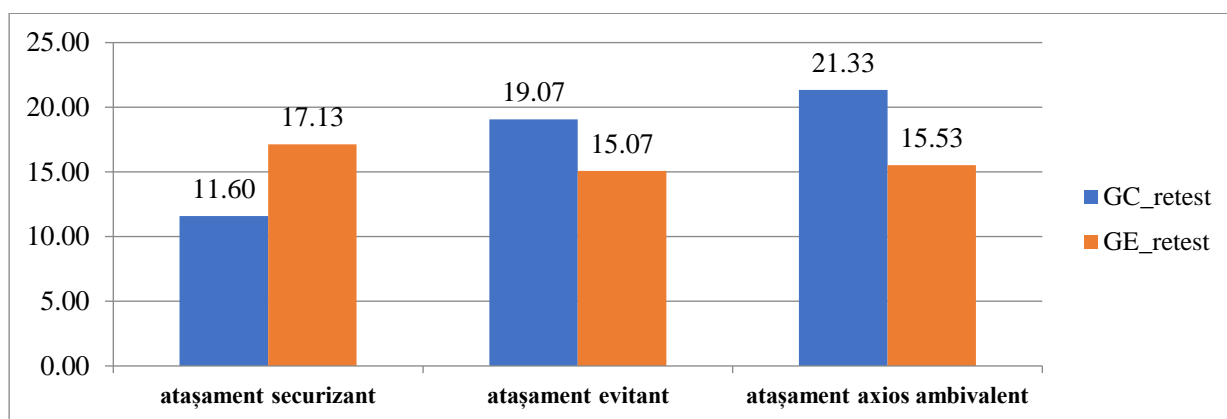
**Tabelul 3.6. Semnificația diferenței, după testul U (Mann-Whitney), în experimentul de control la variabilele de cercetare privind strategiile de coping comportamental – SACS, etapa test**

	Acțiune asertivă	Relaționare socială	Căutarea suportului social	Acțiune prudentă	Acțiune instinctivă	Evitare	Acțiune indirectă	Acțiune antisocială	Acțiune agresivă
Mann-Whitney U	88,500	85,500	91,500	65,00	88,500	88,500	106,500	67,500	98,000
P	0,316	0,259	0,382	0,054	0,315	0,318	0,800	0,058	0,545

Prelucrarea statistică a datelor prin intermediul testului U (Mann-Whitney) ne confirmă că între grupul experimental și cel de control nu sunt diferențe statistic semnificative la variabilele strategiilor de coping comportamental potrivit testului SACS, la etapa test. Rezultatele obținute la variabile sunt următoarele: *acțiune asertivă*: ( $U=88,500$ ,  $p\leq 0,316$ ), *relaționare socială*: ( $U=85,500$ ,  $p\leq 0,259$ ), *căutarea suportului social*: ( $U=91,500$ ,  $p\leq 0,315$ ), *acțiune instinctivă*: ( $U=88,500$ ,  $p\leq 0,315$ ), la variabila *evitare*: ( $U=88,5000$ ,  $p\leq 0,318$ ), la variabila *acțiune indirectă*: ( $U=106,500$ ,  $p\leq 0,800$ ), la variabila *acțiune antisocială*: ( $U=67,500$ ,  $p\leq 0,058$ ), la variabila *acțiune agresivă*: ( $U=98,000$ ,  $p\leq 0,545$ ).

În conformitate cu datele descrise mai sus și în lipsa unor diferențe statistic semnificative la variabilele: atașament, stimă de sine, reziliență, ostilitate și strategii de coping cognitiv-emoțional și comportamental, putem afirma că grupurile sunt omogene.

Pentru a observa schimbările înregistrate în urma programului de intervenție psihologică, vom examina rezultatele obținute de grupul experimental și de cel de control, în test și retest. Pentru început, am evaluat diferențele obținute de GC/retest și GE/retest la variabila atașament (Figura 3.8.):



**Fig. 3.8. Valorile medii cu privire la atașament din GC și GE – retest, conform testului AAS**

Reprezentarea grafică a valorilor medii la rezultatele obținute de către GC/retest și GE/retest și la variabilele atașamentului indică deosebiri între mediile cu privire la *atașamentul securizant* GC/retest: ( $M_1=11,60$ ,  $SD=2,13$ ) și GE/retest: ( $M_2=17,13$ ,  $SD=2,79$ ) la *atașamentul evitant* GC/retest: ( $M_1=19,07$ ,  $SD=3,21$ ) și GE/retest: ( $M_2=15,07$ ;  $SD=2,86$ ) și la *atașamentul anxios-ambivalent* GC/retest: ( $M_1=21,33$ ;  $SD=4,15$ ) și GE/retest: ( $M_2=15,53$ ;  $SD=2,41$ ).

Pentru a determina dacă există diferențe statistic semnificative între GE și GC – retest, la variabilele de cercetare, după aplicarea programului de intervenție, am aplicat testul statistic U (Mann-Whitney) (Tabelele 3.7., 3.8., 3.9., 3.10., 3.11., 3.12.):

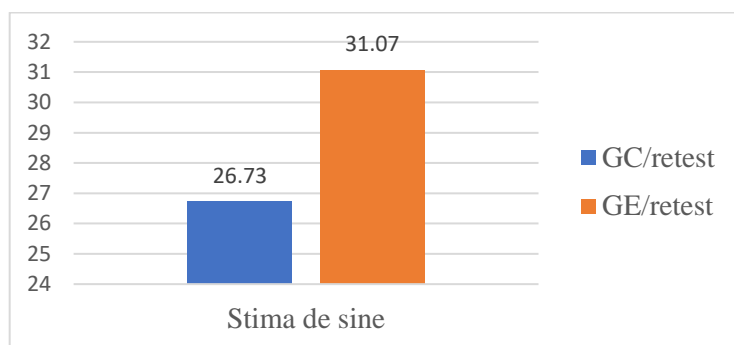
**Tabelul 3.7. Semnificația diferenței după testul U (Mann-Whitney) în experimentul de control la variabilele de cercetare pentru atașament – retest**

	Atașament securizant	Atașament evitant	Atașament anxios-ambivalent
Mann-Whitney U	16,000	38,000	31,500
p	0,0001	0,002	0,001

Rezultatele obținute sunt următoarele: la variabila: *atașament securizant*: ( $U=16,000$ ,  $p\leq 0,0001$ ); la variabila: *atașament evitant*: ( $U=38,000$ ,  $p\leq 0,002$ ); la variabila *atașament anxios-ambivalent*: ( $U=31,500$ ,  $p\leq 0,001$ ), care determină prezența unei diferențe statistic semnificative între GC/retest și GE/retest.

Schimbările semnificative obținute de către femeile din GE retest față de cele din GC retest, după aplicarea programului de intervenție psihologică, au dus la mărirea valorilor atașamentului securizant și micșorarea valorilor atașamentului evitant și anxios-ambivalent. Activarea resurselor personale la femeile abuzate în copilărie a dus la creșterea nivelului atașamentului securizant. Ele și-au acceptat trecutul și au format legături de apropiere și siguranță cu persoanele-resurse din viața adultă. Asumarea responsabilității pentru schimbările apărute la etapa matură a favorizat dezvoltarea sentimentului de securitate psihologică și adaptarea la noile perioade de viață.

Ulterior, am comparat nivelul de stimă de sine la GC – retest și GE – retest, (Figura 3.9.):



**Fig. 3.9. Valorile medii ale stimei de sine din GC și GE – retest**

Analiza Figurii 3.9. ne demonstrează că la variabila *stima de sine* există diferențe statistic semnificative în ceea ce privește valorile medii ale GC/retest: ( $M_1=26,73$ ;  $SD=3,11$ ) și ale GE/retest: ( $M_2=31,07$ ;  $SD=2,18$ ), astfel, am putut observa o creștere semnificativă, cu o dinamică pozitivă a stimei de sine la femeile din grupul experimental.

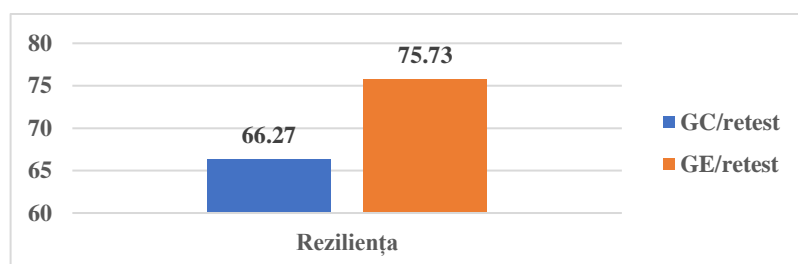
**Tabelul 3.8. Semnificația diferenței după testul U (Mann-Whitney) în experimentul de control la variabila privind stima de sine–retest**

	Stima de sine
Mann-Whitney U	24,000
P	0,0001

Rezultatele obținute la variabila *stima de sine*: ( $U=24,000$ ,  $p\leq 0,0001$ ) ne confirmă, cu certitudine, că între GC/retest și GE/retest sunt diferențe statistic semnificative.

Femeile din lotul GE au reușit să-și crească nivelul stimei de sine în cadrul programului de intervenție psihologică, comparativ cu femeile din GC – retest. Stima de sine este una dintre resursele personale, iar activarea acesteia permite persoanei să se simtă sigură într-un mediu de securitate psihologică.

În continuare, am comparat nivelul rezilienței la GC – retest și la GE – retest (Figura 3.10.).



**Fig. 3.10. Valorile medii ale rezilienței din GC și GE – retest**

Reprezentarea grafică în Figura 3.10. a relevat diferențele existente la variabila reziliență pentru GC/retest: ( $M_1=66,27$ ;  $SD=13,69$ ) și GE/retest: ( $M_2=75,73$ ;  $SD=4,16$ ) și confirmă creșterea rezilienței în cazul femeilor din lotul experimental. Participantele au dezvoltat abilități de a nu se bloca în fața greutăților și pentru a-și înfrunța emoțiile și sentimentele negative precum: tristețe, furie, dezamăgire și și-au deblocat gândurile asociate cu situațiile dificile prin care au trecut.

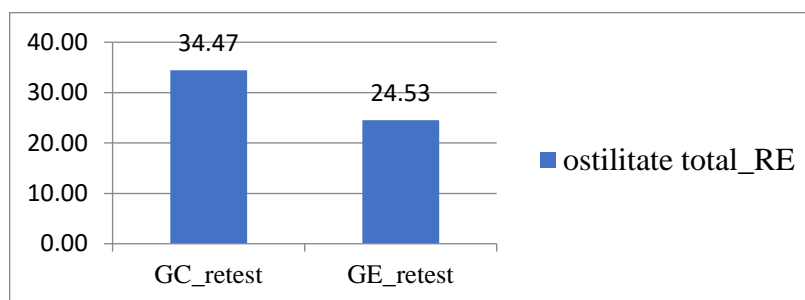
**Tabelul 3.9. Semnificația diferenței după testul U (Mann-Whitney) în experimentul de control la variabila de cercetare privind reziliența – retest**

	Reziliența
Mann-Whitney U	63,000
p	0,040

Prelucrarea statistică a datelor, prin aplicarea testului Wilcoxon, a scos în evidență diferențe statistice semnificative la variabila: *nivelul de reziliență*: ( $U=63,000$ ), la pragul  $p \leq 0,040$ , între GC/retest și GE/retest.

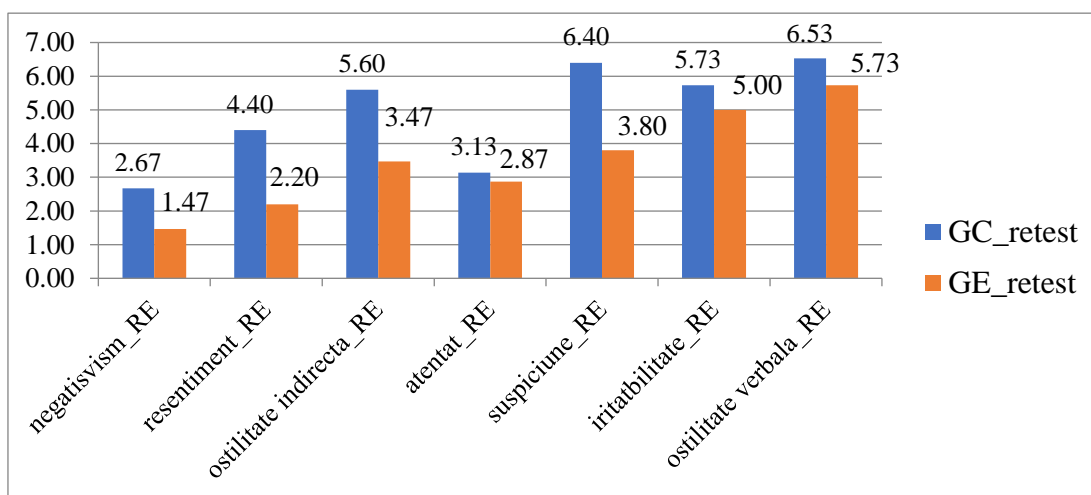
Bazându-ne pe explicațiile teoriei atașamentului, conform căreia reziliența este o construcție permanentă care ține de dezvoltarea umană și ajută la depășirea situațiilor stresante și abuzive din viața persoanelor, am constatat, în acest context, că programul de intervenție psihologică a facilitat creșterea nivelului de reziliență la femeile din GE.

Ulterior, am comparat valorile medii ale nivelului de ostilitate și ale formelor de ostilitate (Figura 3.11. și 3.12., Tabelul A 3.1., A 3.2.):



**Fig. 3.11. Valorile medii ale nivelului de ostilitate din GC/retest și GE/retest**

Valorile medii ale nivelului de ostilitate la GC/retest: ( $M_1=34,47$ ;  $SD=7,67$ ) și pentru GE/retest: ( $M_2=24,53$ ;  $SD=2,44$ ) indică o descreștere a nivelului de ostilitate la GE/retest, în comparație cu GC/retest. Cu toate acestea, am evaluat formele de ostilitate care au dus la schimbarea nivelului de ostilitate, per ansamblu.



**Fig. 3.12. Valorile medii ale formelor de ostilitate din GC/retest și GE/retest, conform Testului ostilității**

Datele obținute la valorile medii ale formelor de ostilitate la GC/retest și GE/retest sunt următoarele: la *negativism* GC/retest: ( $M_1=2,67$ ;  $SD=0,72$ ) și GE/retest: ( $M_2=1,47$ ;  $SD=0,74$ ), la variabila *resentiment* GC/retest: ( $M_1=4,40$ ;  $SD=1,59$ ) și GE/retest ( $M_2=2,20$ ;  $SD=0,67$ ), pentru *ostilitate indirectă* GC/retest: ( $M_1=5,60$ ;  $SD=1,24$ ) și GE/retest: ( $M_2=3,47$ ;  $SD=0,51$ ), la variabila *atentat* GC/retest: ( $M_1=3,13$ ;  $SD=2,13$ ) și GE/retest: ( $M_2=2,87$ ;  $SD=0,91$ ), la variabila *suspiciune* GC/retest: ( $M_1=6,40$ ;  $SD=1,88$ ) și GE/retest: ( $M_2=3,80$ ;  $SD=1,26$ ), la variabila *iritabilitate* GC/retest: ( $M_1=5,73$ ;  $SD=2,18$ ) și GE/retest: ( $M_2=5,00$ ;  $SD=1,19$ ), la variabila *ostilitate verbală* GC/retest: ( $M_1=6,53$ ;  $SD=2,19$ ) și GE/retest: ( $M_2=5,73$ ;  $SD=1,22$ ).

Pentru a determina dacă există diferențe statistice semnificative între GE și GC la variabila „ostilitate”, cercetate după introducerea factorului experimental, am utilizat testul statistic U – Mann Whitney (Tabelul 3.10.).

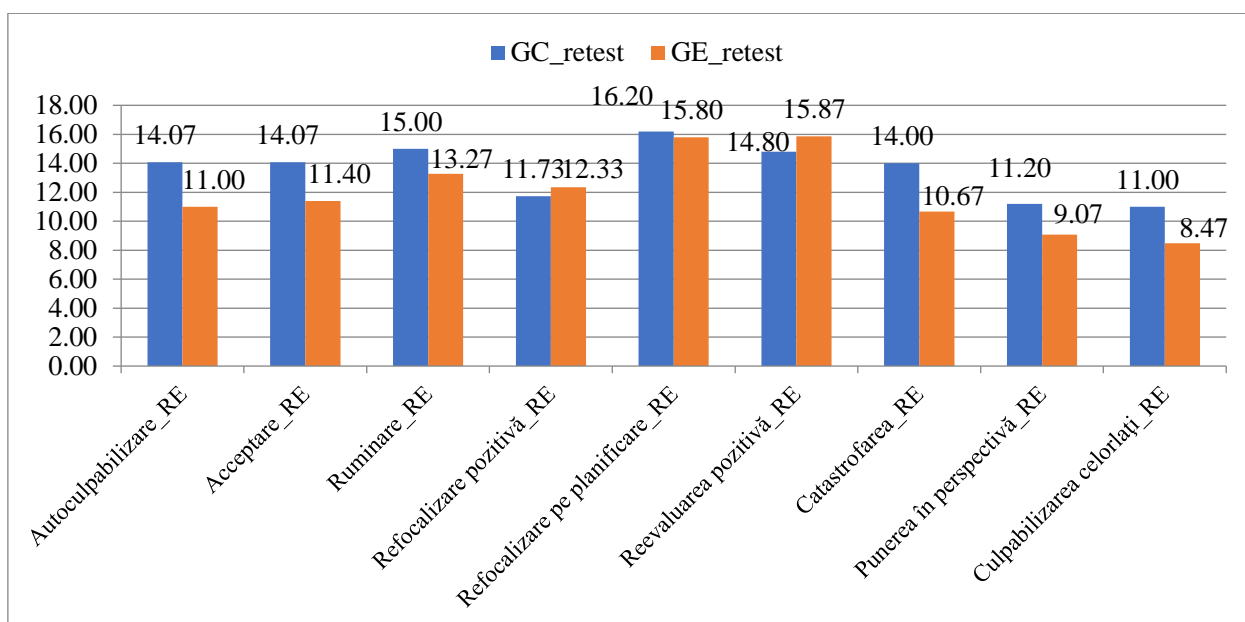
**Tabelul 3.10. Semnificația diferenței, după testul U (Mann-Whitney), în experimentul de control la variabila de cercetare privind ostilitatea și formele ei – retest**

	Nivelul de ostilitate	Negativism	Resentiment	Ostilitate indirectă	Atentat	Suspiciune	Iritabilitate	Ostilitate verbală
Mann-Whitney U	28,500	31,000	32,000	22,000	107,500	30,500	87,000	186,500
P	0,0001	0,0001	0,001	0,0001	0,829	0,001	0,280	0,268

Un alt obiectiv trasat pentru programul nostru de intervenție a fost diminuarea ostilității. La aplicarea repetată a testului privind ostilitatea, am identificat că, în rezultatul metodelor și tehnicilor aplicate în intervenție, am reușit să modificăm *nivelul general de ostilitate*: ( $U=28,500$ ,  $p\leq 0,0001$ ) și *resentimentul*: ( $U=32,000$ ,  $p\leq 0,001$ ); *ostilitatea indirectă*: ( $U=22,000$ ,  $p\leq 0,0001$ ); *suspiciune*: ( $U=30,500$ ,  $p\leq 0,001$ ). Programul nostru de intervenție nu ne-a permis obținerea diferențelor statistice semnificative la variabila *iritabilitate*: ( $U=87,000$ ,  $p\leq 0,280$ ), la *ostilitatea verbală*: ( $U=186,500$ ,  $p\leq 0,268$ ) și la variabila *atentat*: ( $U=107,500$ ,  $p\leq 0,829$ ).

Implicarea în programul de intervenție psihologică a permis femeilor din lotul experimental să-și clarifice sentimentele, iar reflectarea prin oglindire a emoțiilor de către alte persoane în timpul programului le-a elucidat complexitatea sentimentelor și a cauzelor apariției lor.

Un alt rezultat al implementării programului de intervenție a fost compararea strategiilor de coping cognitiv-emoțional, în cazul femeilor din GC/retest și GE/retest (Fig. 3.13., Tab. A 3.1, A 3.2.)



**Fig. 3.13. Valorile medii ale strategiilor de coping cognitiv-emoțional la GC/retest și GE/retest, conform CERQ**

Rezultatele obținute conform valorilor medii ale strategiilor de coping cognitiv-emoțional la GC/retest și GE/retest sunt următoarele: la variabila *autoculpabilizare* GC/retest: ( $M_1=14,07$ ;  $SD=3,34$ ) și GE/retest: ( $M_2=11,00$ ;  $SD=1,13$ ), la variabila *acceptare* GC/retest: ( $M_1=14,07$ ;  $SD=3,69$ ) și GE/retest: ( $M_2=11,40$ ;  $SD=1,29$ ), la variabila *ruminare* GC/retest: ( $M_1=15,00$ ;  $SD=2,95$ ) și GE/retest: ( $M_2=13,27$ ;  $SD=1,57$ ), la variabila *refocalizare pozitivă* GC/retest: ( $M_1=11,73$ ;  $SD=4,3$ ) și GE/retest: ( $M_2=12,33$ ;  $SD=3,67$ ), la variabila *refocalizare pe planificare* GC/retest: ( $M_1=16,20$ ;  $SD=1,85$ ) și GE/retest ( $M_2=15,80$ ;  $SD=1,89$ ), la variabila *reevaluare pozitivă* GC/retest: ( $M_1=14,80$ ;  $SD=3,22$ ) și GE/retest: ( $M_2=15,87$ ;  $SD=2,19$ ), la variabila *catastrofare* GC/retest: ( $M_1=14,00$ ;  $SD=2,69$ ) și GE/retest: ( $M_2=10,67$ ;  $SD=3,15$ ), la variabila *punere în perspectivă* GC/retest: ( $M_1=11,20$ ;  $SD=3,36$ ) și GE/retest: ( $M_2=9,07$ ;  $SD=2,77$ ) și la variabila *culpabilizarea celorlalți* GC/retest: ( $M_1=11,00$ ;  $SD=3,83$ ) și GE/retest: ( $M_2=8,47$ ;  $SD=3,68$ ).

Pentru a determina dacă există diferențe statistice semnificative între GC/retest și GE/retest la variabilele strategiilor de coping cognitiv-emoțional expuse în reprezentarea grafică din Figura 3.13., la valorile medii, am utilizat testul U Mann – Whitney (Tabelul 3.11.).

**Tabelul 3.11. Semnificația diferenței, după testul U (Mann-Whitney), în experimentul de control pentru GC/retest, GE/retest, la variabilele strategiilor de coping cognitiv-emoțional – CERQ**

	Autoculpabilizare	Acceptare	Ruminare	Refocalizare pozitivă	Refocalizare pe planificare	Reevaluare pozitivă	Catastrofare	Punere în perspectivă	Culpabilizarea celorlalți
--	-------------------	-----------	----------	-----------------------	-----------------------------	---------------------	--------------	-----------------------	---------------------------

Mann-Whitney U	47,000	38,000	69,00	99,500	92,500	89,000	43,500	62,500	63,500
p	0,006	0,002	0,68	0,588	3,97	0,325	0,004	0,037	0,041

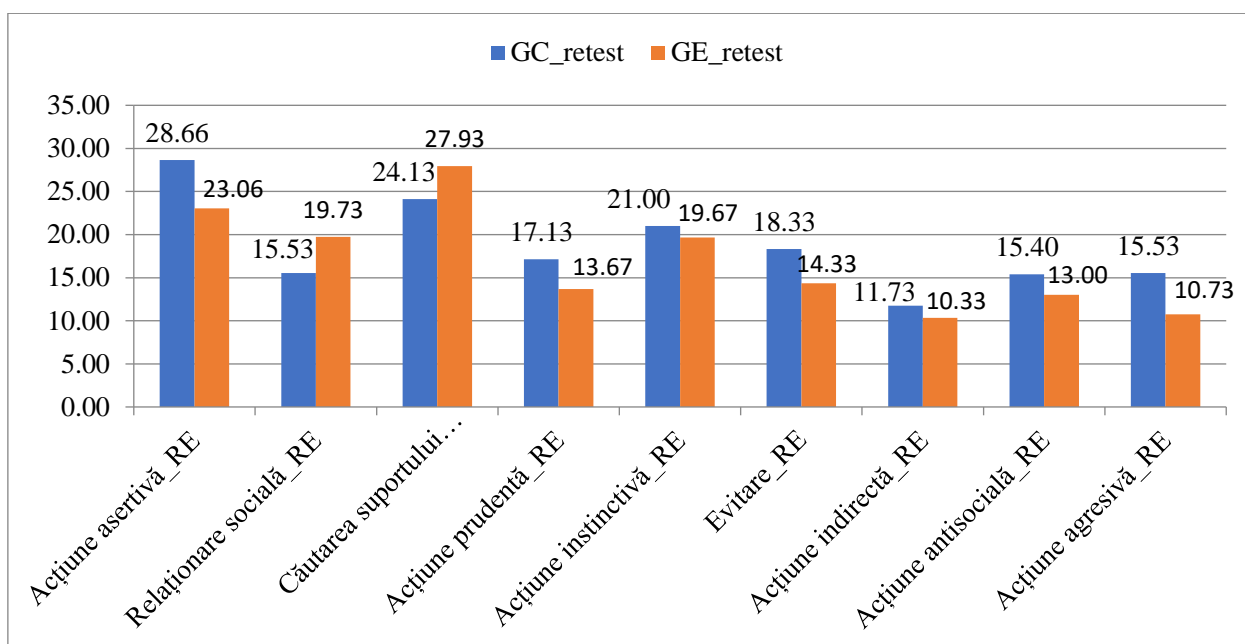
Analiza Tabelului 3.11. ne permite să constatăm că diferențierea variabilelor la strategiile de coping cognitiv-emoțional la GC/retest și GE/retest a indicat diferențe statistic semnificative la următoarele variabile: *autoculpabilizare*: (U=47,000,  $p \leq 0,006$ ), *acceptare*: (U=38,000,  $p \leq 0,002$ ), *catastrofare* (U=43,500,  $p \leq 0,004$ ), *punere în perspectivă*: (U=62,500,  $p \leq 0,037$ ) și *culpabilizarea celorlalți*: (U=63,500,  $p \leq 0,041$ ).

Lipsa diferențelor semnificative la variabila *ruminare*: (U=69,000,  $p \leq 0,068$ ), la variabila *refocalizare pozitivă*: (U=99,500,  $p \leq 0,588$ ), la variabila *refocalizare pe planificare*: (U=92,500,  $p \leq 0,588$ ), la variabila *reevaluare pozitivă*: (U =89,000,  $p \leq 0,325$ ) a subliniat că amintirile din copilărie rămân a fi active în viața femeilor abuzate, ele nu pot fi șterse din memoria lor. Pentru a învăța să aplice mai multe strategii adaptative, femeile din GE au nevoie de o terapie de lungă durată în vederea adoptării unor strategii care țin de refocalizarea pe evenimentele plăcute din viață și de asocierea momentelor pozitive cu evenimentele din trecut, care au avut impact puternic asupra dezvoltării lor.

În urma aplicării programului formativ, am reușit să diminuăm catastrofa, autoculpabilizarea și culpabilizarea altora, să fortificăm acceptarea de sine și trasarea perspectivelor. Învățarea unor strategii adaptative le-a permis femeilor incluse în lotul experimental să se detașeze de la evenimentele traumatizante din trecut și să se concentreze pe formularea de noi scopuri și obiective. Resemnarea și acceptarea situațiilor abuzive din trecut, care nu pot fi schimbate astăzi, au redus aplicarea strategiilor de coping de autoculpabilizare personală sau culpabilizare a altor persoane, fapt care le va permite femeilor în viitor să-și asume responsabilități pentru acțiunile din prezent.

Aplicarea repetată a testului SACS – scala de abordare strategică a copingului pentru femeile din GC/retest și GE/retest ne-a permis să evaluăm prezența sau absența diferențelor statistic semnificative în cazul strategiilor de coping comportamental (Figura 3.14., Tabelul A 3.1., A 3.2.).





**Fig. 3.14. Valorile medii la strategiile de coping comportamental la GC/retest și GE/retest, conform SACS**

Rezultatele obținute în ceea ce privește valorile medii la strategiile de coping comportamental la GC/retest și GE/retest sunt următoarele: la variabila *acțiune asertivă* GC/retest: ( $M_1=28,67$ ;  $SD=4,30$ ) și GE/retest: ( $M_2=23,07$ ;  $SD=4,43$ ), la variabila *relaționare socială* GC/retest: ( $M_1=15,53$ ;  $SD=3,27$ ) și GE/retest: ( $M_2=19,73$ ;  $SD=3,47$ ), la variabila *căutarea suportului social* GC/retest: ( $M_1=24,13$ ;  $SD=4,24$ ) și GE/retest: ( $M_2=27,93$ ;  $SD=3,01$ ), la variabila *acțiune prudentă* GC/retest: ( $M_1=17,13$ ;  $SD=2,09$ ) și GE/retest: ( $M_2=13,67$ ;  $SD=3,45$ ), la variabila *acțiune instinctivă* GC/retest: ( $M_1=21,00$ ;  $SD=3,66$ ) și GE/retest: ( $M_2=19,67$ ;  $SD=2,89$ ), la variabila *evitare* GC/retest: ( $M_1=18,33$ ;  $SD=4,09$ ) și GE/retest: ( $M_2=14,33$ ;  $SD=2,35$ ), la variabila *acțiune indirectă* GC/retest: ( $M_1=11,73$ ;  $SD=3,41$ ) și GE/retest: ( $M_2=10,33$ ;  $SD=2,16$ ), la variabila *acțiune antisocială* GC/retest: ( $M_1=15,40$ ;  $SD=4,57$ ) și GE/retest: ( $M_2=13,00$ ;  $SD=2,20$ ), la variabila *acțiune agresivă* GC/retest: ( $M_1=15,53$ ;  $SD=4,79$ ) și GE/retest: ( $M_2=10,73$ ;  $SD=2,15$ ).

Ulterior, am aplicat testul U Mann – Whitney pentru a determina dacă există diferențe statistic semnificative între GC/retest și GE/retest la variabilele expuse în reprezentarea grafică din Figura 3.14. (Tabelul 3.12, Tabelul A 3.18).

**Tabelul 3.12. Semnificația diferenței, după testul U (Mann-Whitney), în experimentul de control la GC/retest și GE/retest pentru variabilele de cercetare a strategiilor de coping comportamental – SACS**

Acțiune asertivă	Relaționare socială	Căutarea suportului social	Acțiune prudentă	Acțiune instinctivă	Evitare	Acțiune indirectă	Acțiune antisocială	Acțiune agresivă
------------------	---------------------	----------------------------	------------------	---------------------	---------	-------------------	---------------------	------------------

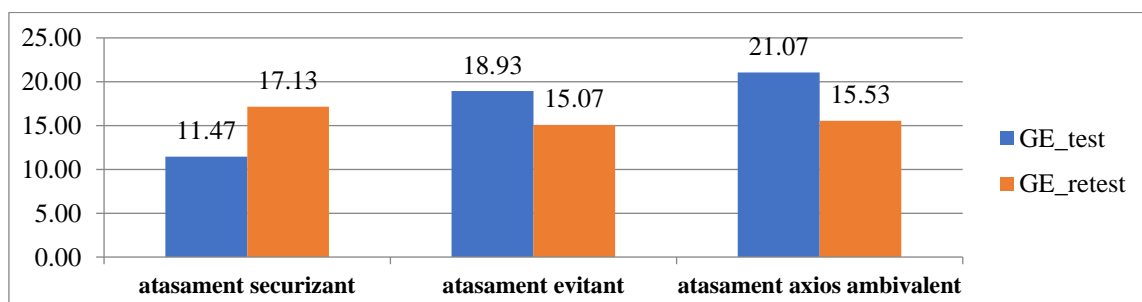
Mann-Whitney U	40,500	42,500	50,500	43,000	88,500	48,000	72,000	83,500	43,500
p	0,003	0,004	0,010	0,004	0,316	0,007	0,086	0,226	0,004

Rezultatele obținute la compararea variabilelor strategiilor de coping comportamental, conform testului SACS, sunt bazate pe rezultate cu diferențe statistic semnificative la următoarele variabile: la variabila *acțiune asertivă*: ( $U=40,500$ ,  $p\leq 0,003$ ), la variabila *relaționare socială*: ( $U=42,500$ ,  $p\leq 0,004$ ), la variabila *căutarea suportului social*: ( $U=50,500$ ,  $p\leq 0,010$ ), la variabila *acțiune prudentă*: ( $U=43,000$ ,  $p\leq 0,004$ ), la variabila *evitare*: ( $U=48,000$ ,  $p\leq 0,007$ ), la variabila *acțiune agresivă*: ( $U=43,500$ ,  $p\leq 0,004$ ); iar la variabilele următoare – diferențele nu sunt statistic semnificative: la variabila *acțiune instinctivă*: ( $U=88,500$ ,  $p\leq 0,316$ ), la variabila *acțiune indirectă*: ( $U=72,000$ ,  $p\leq 0,086$ ), la variabila *acțiune antisocială*: ( $U=83,500$ ,  $p\leq 0,226$ ).

Datele obținute ne demonstrează eficiența programului, dar și faptul că femeile abuzate în copilărie din GE/retest au început a-și accesa resursele personale (stima de sine, reziliența). Totodată, s-a micșorat exprimarea ostilității și utilizarea strategiilor de coping slab adaptative pe care le utilizau înainte de program, comparativ cu femeile din GC.

Evaluarea eficienței programului formativ s-a efectuat în baza comparării datelor GE/test cu GE/retest, iar prezența diferențelor statistice semnificative dintre valorile medii ale rezultatelor obținute la etapa test și cea de retest în grupul experimental reprezintă o dovadă directă de activare a resurselor personale ale femeilor abuzate în copilărie și formarea unui sentiment de securitate mai înalt față de etapa anterioară programului.

În acest context, vom prezenta rezultatele obținute de către femeile abuzate în copilărie din grupul experimental, la etapa test și retest.



**Fig. 3.15. Valorile medii la variabila „atașament”, în baza AAS, din GE test și GE/retest**

Reprezentarea grafică a valorilor medii la rezultatele obținute de către GE/test și GE/retest la variabilele atașamentului indică deosebiri între mediile la *atașamentul securizant* GE/test: ( $M_1=11,47$ ;  $SD=3,22$ ) și GE/retest: ( $M_2=17,13$ ;  $SD=2,79$ ), la *atașamentul evitant* GE/test ( $M_1=18,93$ ;  $SD=3,82$ ) și GE/retest: ( $M_2=15,07$ ;  $SD=2,86$ ) și la *atașamentul anxios-ambivalent* GE/test ( $M_1=21,07$ ;  $SD=3,21$ ) și GE/retest: ( $M_2=15,53$ ;  $SD=2,41$ ).

Pentru determinarea diferențelor statistic semnificative, am aplicat testul non-parametric Wilcoxon care a confirmat diferențele statistic semnificative la toate formele de atașament (Tabelul 3.13., A.3.20.):

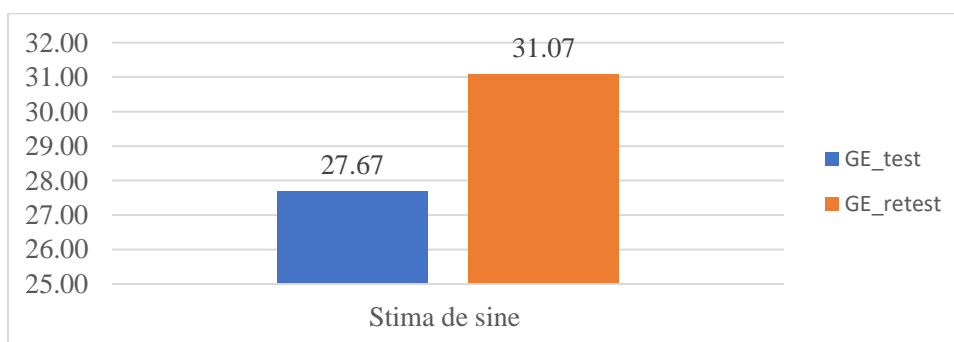
**Tabelul 3.13. Semnificația diferenței (GE/test, GE/retest) după testul Wilcoxon în experimentul de control la variabila de cercetare – atașamentul**

Variabile	Media		Z Wilcoxon	P
	GE/test	GE/retest		
Atașament securizant	11,47	17,13	-3,670	0,0001
Atașament evitant	18,93	15,07	-3,847	0,0001
Atașament anxios-ambivalent	21,07	15,53	-3,818	0,0001

Rezultatele obținute la compararea variabilei atașament sunt bazate pe rezultate, cu diferențe statistic semnificative la: variabila *atașamentul securizant*: ( $Z=-3,670$ ,  $p\leq 0,0001$ ), la variabila *atașamentul evitant*: ( $Z=-3,847$ ,  $p\leq 0,0001$ ), la variabila *atașament anxios-ambivalent*: ( $Z=-3,818$ ,  $p\leq 0,0001$ ).

Implicarea femeilor abuzate în copilărie, din GE, în cadrul programului de intervenție psihologică a facilitat fortificarea atașamentului securizant și micșorarea valorilor medii ale atașamentului evitant și anxios-ambivalent. Femeile abuzate în copilărie aveau un atașament nesigur și evitau relațiile cu alte persoane sau, din contra, își doreau apropierea, dar, totodată, țineau distanța în relațiile cu alte persoane. După ce și-au diversificat modul de a interacționa în relația cu alte persoane, și-au clarificat și și-au conștientizat emoțiile trăite în momentele de nesiguranță, au reușit să dezvolte sentimentul securității psihologice, exprimat prin creșterea atașamentului securizant.

În continuare, vom prezenta rezultatele obținute la variabila „stima de sine” la GE/test și la GE/retest (Figura 3.16. Tabelul A 3.2.).



**Fig. 3.16. Valorile medii la variabila „stima de sine”, în cazul GE/test și GE/retest**

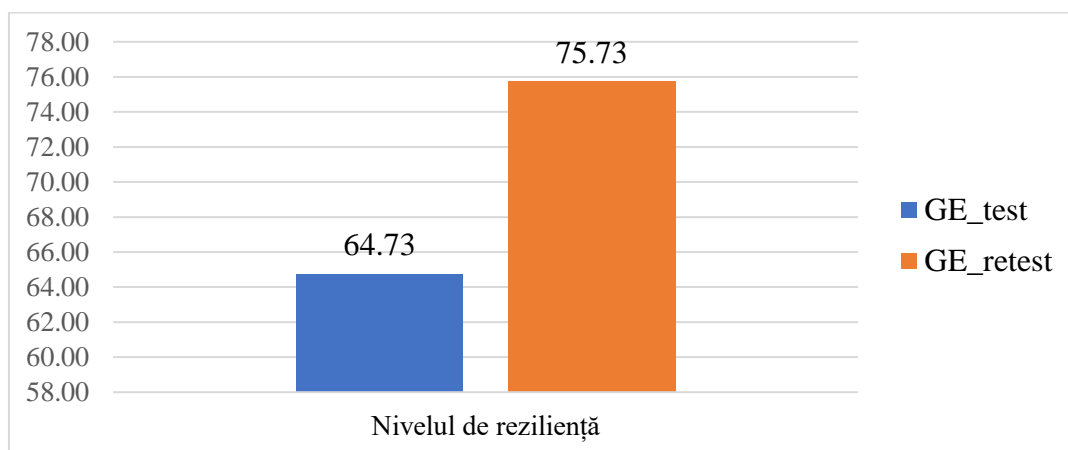
Analiza Figurii 3.16. ne-a permis să constatăm că valorile medii la variabila „stima de sine” au crescut la grupul experimental, la etapa retest, comparativ cu etapa test – GE/test: ( $M_1=27,67$ ;  $SD=2,94$ ) și GE/retest: ( $M_2=31,07$ ;  $SD=2,18$ ).

**Tabelul 3.14. Semnificația diferenței (GE/test, GE/retest), după testul Wilcoxon, în experimentul de control la variabila de cercetare – stima de sine**

Variabile	Media		Z Wilcoxon	P
	GE/test	GE/retest		
Stima de sine	27,67	31,07	-3,643	0,001

Rezultatele obținute în baza testului Wilcoxon ( $Z=-3,643$ ,  $p\leq 0,001$ ) ne demonstrează că pentru femeile abuzate în copilărie din GE sunt diferențe statistic semnificative între etapa test și retest la variabila „stima de sine”. Acest fapt ne confirmă că programul de intervenție psihologică a favorizat creșterea valorilor stimei de sine, necesare pentru a utiliza aceste resurse în viața cotidiană și pentru a menține starea de confort și siguranță. Activarea acestei resurse le permite să acționeze eficient, să reușească să se mobilizeze și să facă față dificultăților vieții, să obțină succese și să își asume tendința de dezvoltare personală pentru viitor. Fiind mai sigure pe ele, vor micșora efectul factorilor externi care le poate influența, ulterior, calitatea vieții.

O altă variabilă importantă pentru comparare a fost nivelul rezilienței la GE/test și la GE/retest (Figura 3.17.)



**Fig. 3.17. Valorile medii la variabila „reziliență” la GE/test și la GE/retest**

Analiza Figurii 3.17. ne-a permis să constatăm că valorile medii la variabila „reziliență” pentru GE/test: ( $M_1=64,73$ ;  $SD=11,44$ ) și GE/retest: ( $M_2=75,73$ ;  $SD=4,16$ ) confirmă o creștere semnificativă.

Pentru a identifica prezența unei diferențe statistic semnificative în experimentul de control, am aplicat testul Wilcoxon la variabila „reziliență” ( Tabelul 3.15., A 3.22.).

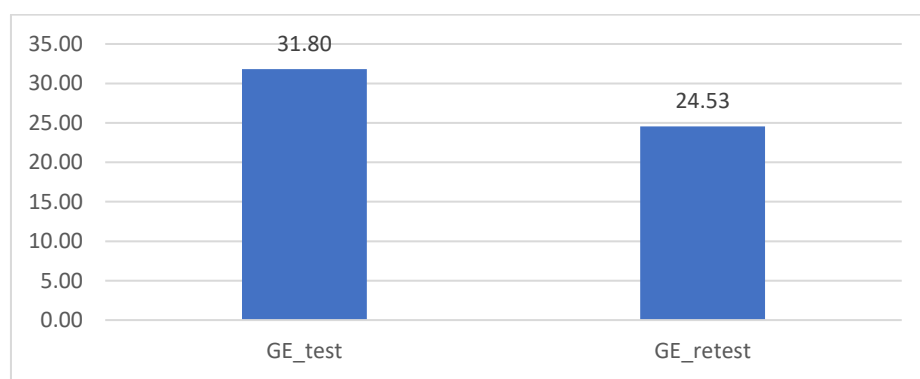
**Tabelul 3.15. Semnificația diferenței (GE/test, GE/retest), după testul Wilcoxon, în experimentul de control la variabila de cercetare – reziliența**

Variabile	Media		Z Wilcoxon	P
	GE/test	GE/retest		
Reziliența	64,73	75,73	-3,260	0,0001

Rezultatele obținute după aplicarea testului Wilcoxon ne demonstrează că femeile abuzate în copilărie din GE au obținut diferențe statistic semnificative între etapa test și retest, pentru variabila reziliență, cu indicele ( $Z=-3,260$ ,  $p\leq 0,0001$ ).

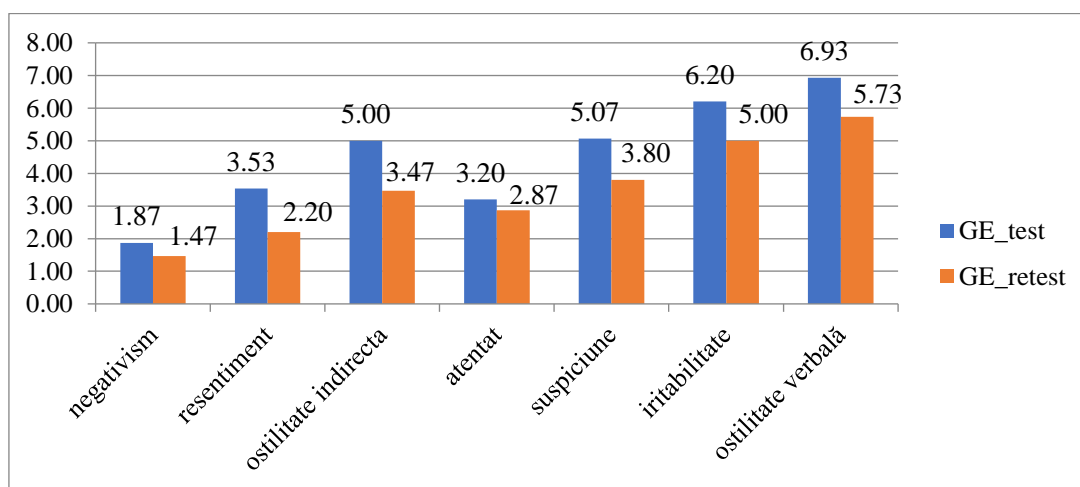
Participarea la programul de intervenție psihologică a permis creșterea valorii rezilienței în cazul femeilor abuzate în copilărie. Ele au învățat să rămână implicate și să dea dovadă de autodisciplină, să conteze pe sine și să-și recunoască limitele, să identifice scopuri și lucruri pentru care trebuie să trăiască. Prezența sentimentului de libertate și securitate psihologică le-a ajutat să își accepte unicitatea, chiar dacă unele situații din viața lor se aseamănă cu ale altor persoane, iar alte situații vor trebui să le înfrunte singure.

O altă resursă personală importantă pentru femeile care au fost abuzate în copilărie este ostilitatea acumulată pe parcursul vieții – atribuită abuzatorilor din copilărie, ulterior preluată ca formă de a-și manifesta nemulțumirea sau dezacordul față de părerea altor persoane. Pentru aceasta, am comparat valorile medii ale ostilității generale și ale formelor de exprimare a ostilității (Figura 3.18., 3.19, Tabelul A 3.2).



**Fig. 3.18. Valorile medii la nivelul de ostilitate pentru GE/test și GE/retest în baza scalei ostilității**

Valorile medii ale nivelului de ostilitate în cazul GE/test: ( $M_1=31,80$ ;  $SD=6,01$ ) și GE/retest: ( $M_2=24,53$ ;  $SD=2,44$ ) indică o descreștere a nivelului de ostilitate la GE/retest, în comparație cu GC/retest. Cu toate acestea, ne-am propus să comparăm formele de ostilitate care au dus la schimbarea nivelului de ostilitate, per ansamblu.



**Fig. 3.19. Valorile medii ale formelor de ostilitate pentru GE/test și GE/retest conform testului ostilității**

Datele obținute la valorile medii ale formelor de ostilitate pentru GE/test și GE/retest sunt următoarele: la *negativism* GE/test: ( $M_1=1,87$ ;  $SD=0,83$ ) și GE/retest: ( $M_2=1,47$ ;  $SD=0,74$ ), la variabila *resentiment* GE/test: ( $M_1=3,53$ ;  $SD=1,40$ ) și GE/retest ( $M_2=2,20$ ;  $SD=0,67$ ), la variabila *ostilitate indirectă* GE/test: ( $M_1=5,00$ ;  $SD=1,46$ ) și GE/retest ( $M_2=3,47$ ;  $SD=0,51$ ), la variabila *atentat* GE/test: ( $M_1=3,20$ ;  $SD=1,56$ ) și GE/retest ( $M_2=2,87$ ;  $SD=0,91$ ), la variabila *suspiciune* GE/test: ( $M_1=5,07$ ;  $SD=2,21$ ) și GE/retest: ( $M_2=3,80$ ;  $SD=1,26$ ), la variabila *iritabilitate* GE/test: ( $M_1=6,20$ ;  $SD=2,07$ ) și GE/retest: ( $M_2=5,00$ ;  $SD=1,19$ ), la variabila *ostilitate verbală* GE/test: ( $M_1=6,93$ ;  $SD=2,21$ ) și GE/retest: ( $M_2=5,73$ ;  $SD=1,22$ ).

Compararea rezultatelor după testul Wilcoxon în experimentul de control la variabilele de cercetare ale chestionarului cu privire la ostilitate și la formele ei ne permite să constatăm diferențe statistic semnificative datorate realizării programului de intervenție din experimentul formativ (Tabelul 3.16., A 3.22.).

**Tabelul 3.16. Semnificația diferenței (GE/test, GE/retest) după testul Wilcoxon în experimentul de control la variabilele de cercetare – ostilitatea și formele ei**

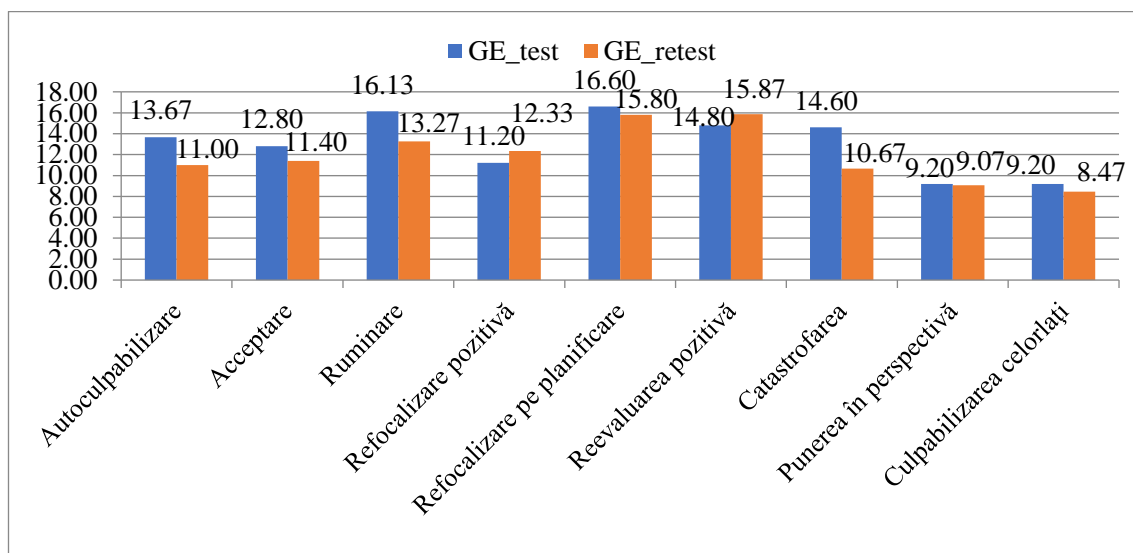
Variabile	Media		Z Wilcoxon	P
	GE/test	GE/retest		
Negativism	1,87	1,47	-1,186	0,236
Resentiment	3,53	2,20	-2,246	0,025
Ostilitate indirectă	5,00	3,47	-3,213	0,001
Atentat	3,20	2,87	-0,731	0,465
Suspiciune	5,06	3,80	-2,842	0,004
Iritabilitate	6,20	5,00	-2,642	0,008
Ostilitate verbală	6,93	5,73	-2,687	0,007
Nivelul de ostilitate	31,80	24,53	-3,775	0,0001

Studierea detaliată a Tabelului 3.16. ne permite să confirmăm că prelucrarea statistică a datelor a scos în evidență diferențe statistic semnificative la următoarele variabile: *nivelul ostilității*: ( $Z=-3,775$ ,  $p\leq 0,0001$ ), *resentiment*: ( $Z=-2,246$ ,  $p\leq 0,025$ ), *ostilitate indirectă*: ( $Z=-3,213$ ,  $p\leq 0,001$ ), *suspiciune* ( $Z=-2,842$ ,  $p\leq 0,004$ ). Pentru variabilele *negativism*: ( $Z=-1,186$ ,  $p\leq 0,236$ ) *iritabilitate* ( $Z=-2,642$ ,  $p\leq 0,008$ ), *ostilitate verbală*: ( $Z=-2,687$ ,  $p\leq 0,007$ ) și *atentat*: ( $Z=-0,731$ ,  $p\leq 0,465$ ) nu există diferențe statistic semnificative.

Femeile abuzate în copilărie din GE, în situații de maltratare, au trăit emoții complexe, nu au fost auzite și nu le-au fost respectate nevoile personale de siguranță. Comportamentul adultului care produce răni sau prejudicii unei persoane după modelul behaviorist accentuează dezvoltarea ostilității. Programul de intervenție psihologică a permis micșorarea nivelului general de ostilitate și al formelor de exprimare a ei. Astfel, femeile din grupul experimental au reușit să-și reducă tendințele de a suspecta alte persoane, să-și exprime emoțiile refulate de mult timp, să evite manifestarea ostilității orientate spre alte persoane, să uite de supărările din trecut și să-și

diminueze dorința de răzbunare pe părinți sau pe persoanele care le-au provocat durere în timpul copilăriei lor.

Comportamentul unui copil este preluat de la maturii de referință prin strategiile de coping. De aceea, ne-am propus să evaluăm cum a influențat programul de intervenție psihologică manifestarea strategiilor de coping emoțional-cognitiv și comportamental-adaptativ și prosocial (Figura 3.20., 3.21).



**Fig. 3.20. Valorile medii ale strategiilor de coping cognitiv-emoțional pentru GE/test și GE/retest conform CERQ**

Compararea rezultatelor ne permite să constatăm deosebiri de medii, datorate intervențiilor psihologice din experimentul formativ la strategiile de coping cognitiv-emoțional între GE/test și GE/retest, care sunt următoarele: la variabila *autoculpabilizare* GE/test: ( $M_1=13,67$ ;  $SD=3,69$ ) și GE/retest ( $M_2=11,00$ ;  $SD=1,13$ ), la variabila *acceptare* GE/test ( $M_1=12,80$ ;  $SD=2,95$ ) și GE/retest: ( $M_2=11,40$ ;  $SD=1,29$ ), la variabila *ruminare* GE/test: ( $M_1=16,13$ ;  $SD=3,13$ ) și GE/retest: ( $M_2=13,27$ ;  $SD=1,57$ ), la variabila *refocalizare pozitivă* GE/test: ( $M_1=11,20$ ;  $SD=5,01$ ) și GE/retest: ( $M_2=12,33$ ;  $SD=3,67$ ), la variabila *refocalizare pe planificare* GE/test: ( $M_1=16,60$ ;  $SD=1,99$ ) și GE/retest: ( $M_2=15,80$ ;  $SD=1,89$ ), la variabila *reevaluare pozitivă* GE/test: ( $M_1=14,80$ ;  $SD=3,21$ ) și GE/retest: ( $M_2=15,87$ ;  $SD=2,19$ ), la variabila *catastrofare* GE/test: ( $M_1=14,60$ ;  $SD=2,87$ ) și GE/retest: ( $M_2=10,67$ ;  $SD=3,15$ ), la variabila *punere în perspectivă* GE/test: ( $M_1=9,20$ ;  $SD=2,93$ ) și GE/retest: ( $M_2=9,07$ ;  $SD=2,71$ ) și la variabila *culpabilizarea celorlalți* GE/test: ( $M_1=9,20$ ;  $SD=4,29$ ) și GE/retest: ( $M_2=8,47$ ;  $SD=3,68$ ).

Pentru a identifica existența sau lipsa diferențelor statistice semnificative între GE/test, GE/retest, am aplicat testul Wilcoxon (Tabelul 3.17., A 3.24.):

**Tabelul 3.17. Semnificația diferenței (GE/test, GE/retest), după testul Wilcoxon, în experimentul de control la variabila de cercetare – strategii de coping cognitiv-emoțional**

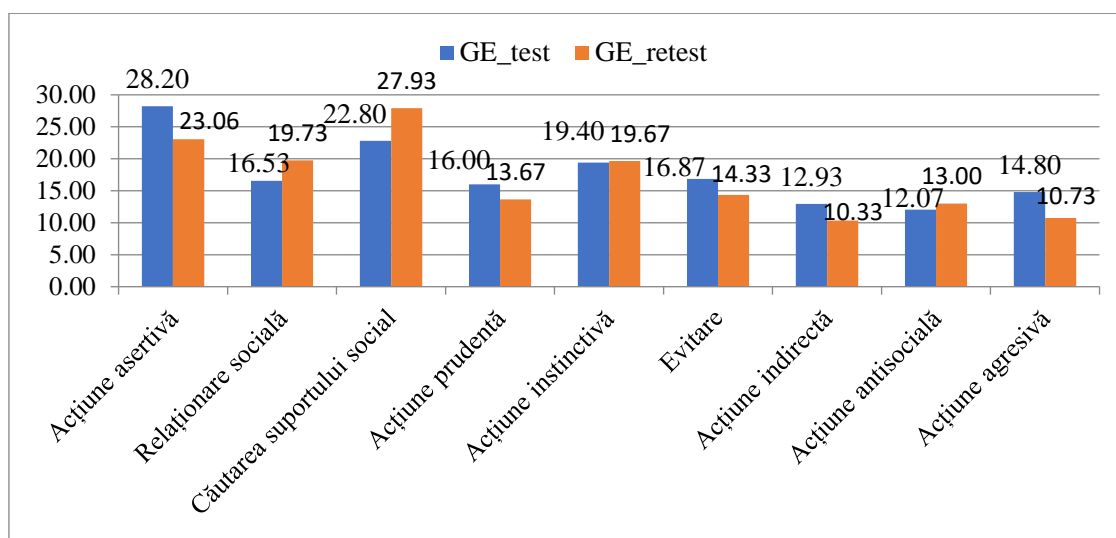
Variabile	Autoculpabilizare	Acceptare	Ruminare	Refocalizare pozitivă	Refocalizare pe planificare	Reevaluare pozitivă	Catastrofare	Punere în perspectivă	Culpabilizarea celorlalți
Z Wilcoxon	-2,587	-1,966	-2,949	-2,038	-1,633	-2,214	-3,179	-0,297	-0,275
<b>P</b>	0,010	0,049	0,003	0,042	0,102	0,027	0,001	0,766	0,783

Studierea detaliată a Tabelului 3.17. ne permite să confirmăm că prelucrarea statistică a datelor a scos în evidență diferențe statistic – semnificative la următoarele variabile: *acceptare* ( $Z=-1,966$ ,  $p\leq 0,049$ ), *autoculpabilizare* ( $Z=-2,587$ ,  $p\leq 0,010$ ), *ruminare* ( $Z=-2,949$ ,  $p\leq 0,003$ ), *refocalizare pozitivă* ( $Z=-2,038$ ,  $p\leq 0,042$ ), *reevaluare pozitivă* ( $Z=-2,214$ ,  $p\leq 0,027$ ), *catastrofare* ( $Z=-3,179$ ,  $p\leq 0,001$ ) și lipsa unor diferențe statistic semnificative la variabilele: *refocalizare pe planificare* ( $Z=-1,633$ ,  $p\leq 0,102$ ), *punere în perspectivă* ( $Z=-0,297$ ,  $p\leq 0,766$ ) și *culpabilizarea celorlalți* ( $Z=-0,275$ ,  $p\leq 0,783$ ).

Femeile incluse în lotul experimental au reușit, în cadrul programului de intervenție psihologică, să-și controleze gândurile prin care își atribuiau întreaga responsabilitate pentru situațiile de abuz trăite în copilărie. Ele au acceptat ideea că, într-o situație de conflict dintre un matur și un copil, responsabilitatea de a rezolva situația fără a prejudicia personalitatea copilului care este încă în dezvoltare revine adultului. Un alt aspect important în schimbările obținute de către femeile din lotul GE a fost că au învățat să nu se axeze continuu pe gândurile asociate cu evenimentele negative, cauzele, consecințele sau eșecurile în atingerea unui scop, ci să se reorienteze pe evenimentele pozitive din viața lor, precum și pe ideea că acele evenimente le-au dezvoltat trăinicia și capacitatea de rezistență la stres, iar acum au un alt bagaj de cunoștințe și abilități de a reacționa și a comunica asertiv în situații de stres. Astfel, participantele au învățat să-și refocalizeze atenția asupra aspectelor pozitive din viață, să gândească și să construiască planuri prin care să schimbe situația creată și să acționeze cu strategii concrete pentru a depăși situația respectivă.

Nu am reușit să diminuăm culpabilizarea altor persoane, femeile abuzate în copilărie au nevoie de mai mult timp pentru aplicarea cunoștințelor și abilităților. Utilizarea strategiilor maladaptative de prea mulți ani a redus capacitatea acestora de a accepta și de a se resemna față de ceea ce s-a întâmplat. Femeile abuzate în copilărie continuă să transfere responsabilitatea pentru situațiile de maltratare asupra altor persoane, considerându-le vinovate pentru comportamentele violente manifestate.





**Fig. 3.21. Valorile medii la strategiile de coping comportamental pentru GE/test și GE/retest conform SACS**

În conformitate cu Figura 3.21., putem constata prezența deosebirilor la valorile medii ale strategiilor de coping comportamental în cazul GE/test și GE/retest: la variabila *acțiune asertivă* GE/test: ( $M_1=28,20$ ;  $SD=2,56$ ) și GE/retest: ( $M_2=23,06$ ;  $SD=4,43$ ), la variabila *relaționare socială* GE/test: ( $M_1=16,53$ ;  $SD=4,85$ ) și GE/retest: ( $M_2=19,73$ ;  $SD=3,47$ ), la variabila *căutarea suportului social* GE/test: ( $M_1=22,80$ ;  $SD=4,64$ ) și GE/retest: ( $M_2=27,93$ ;  $SD=3,01$ ), la variabila *acțiune prudentă* GE/test: ( $M_1=16,00$ ;  $SD=2,72$ ) și GE/retest: ( $M_2=13,67$ ;  $SD=3,47$ ), la variabila *acțiune instinctivă* GE/test: ( $M_1=19,40$ ;  $SD=3,54$ ) și GE/retest: ( $M_2=19,67$ ;  $SD=2,89$ ), la variabila *evitare* GE/test: ( $M_1=16,87$ ;  $SD=5,74$ ) și GE/retest: ( $M_2=14,33$ ;  $SD=2,35$ ), la variabila *acțiune antisocială* GE/test: ( $M_1=12,07$ ;  $SD=4,49$ ) și GE/retest: ( $M_2=13,00$ ;  $SD=2,20$ ), la variabila *acțiune agresivă* GE/test: ( $M_1=14,80$ ;  $SD=3,49$ ) și GE/retest: ( $M_2=10,73$ ;  $SD=2,15$ ).

Prelucrarea statistică a datelor, conform testului Wilcoxon în experimentul de control (GE/test, GE/retest), la variabilele de cercetare a strategiilor de coping comportamental, a scos în evidență următoarele rezultate:

**Tabelul 3.18. Semnificația diferenței (GE/test, GE/retest), după testul Wilcoxon, în experimentul de control la variabila de cercetare – strategii de coping comportamental**

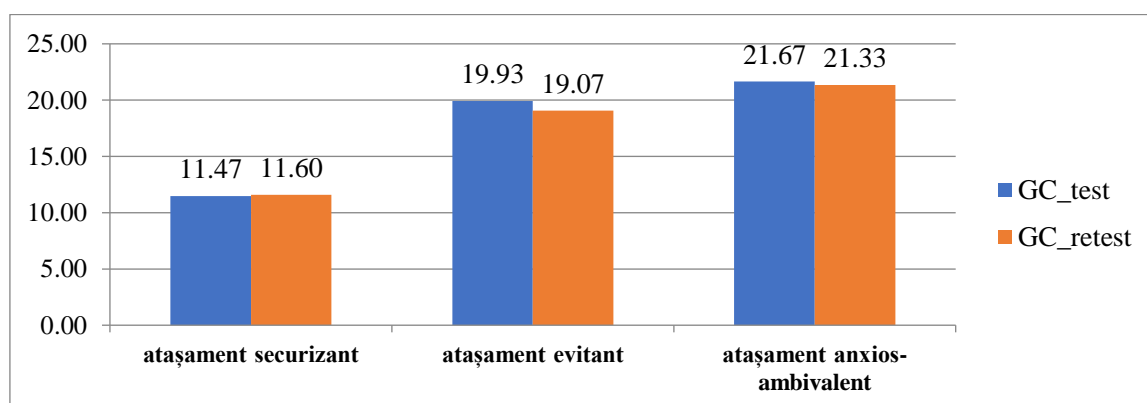
Variabile	Acțiune asertivă	Relaționare socială	Căutarea suportului social	Acțiune prudentă	Acțiune instinctivă	Evitare	Acțiune indirectă	Acțiune antisocială	Acțiune agresivă
Z Wilcoxon	-2,831	-1,881	-2,979	-2,049	-0,386	-1,514	-2,322	-1,633	-2,940
P	0,005	0,060	0,003	0,040	0,699	0,130	0,020	0,102	0,003

Studierea detaliată a Tabelului 3.18. ne permite să afirmăm că prelucrarea statistică a datelor a scos în evidență diferențe statistic semnificative la următoarele variabile: *acțiune asertivă* ( $Z= -2,831$   $p\leq 0,005$ ), *căutarea suportului social* ( $Z=-2,979$   $p\leq 0,003$ ), *acțiune prudentă* ( $Z=-2,049$ ,

$p \leq 0,040$ ),  $P$ - acțiune indirectă ( $Z=-2,322, p \leq 0,020$ ) și acțiune agresivă ( $Z= -2,940, p \leq 0,003$ ), și lipsa unor date statistic semnificative la variabilele: relaționare socială ( $Z=-1,881, p \leq 0,060$ ), acțiune instinctivă ( $Z=-0,386, p \leq 0,699$ ), evitare ( $Z=-1,514, p \leq 0,130$ ) și acțiune antisocială ( $Z=-1,633, p \leq 0,102$ ).

Aceste date arată că femeile abuzate în copilărie și-au diversificat strategiile de coping comportamental, aplicând astfel de strategii prosoziale precum: căutarea suportului social și a modului de a acționa mai prudent, fiind atente atât la propriile emoții, cât și la persoanele din jurul lor. Astfel, ele sunt deschise pentru a face apel la ajutorul altor persoane din mediul social pentru sprijin emoțional, evaluând măsurile de precauție înainte de a acționa și protejându-se de pericole. Fiind implicate în programul de intervenție, femeile din grupul experimental tot mai rar recurg la acțiuni indirecte, implicându-se direct, fără a evita o situație de problemă și tot mai rar apelează la acțiuni agresive în comportamentul lor.

Un alt pas important în cadrul cercetării a fost să comparăm rezultatele GC/test și GC/retest pentru a valida experimentul formativ. Mai jos, am prezentat rezultatele obținute pentru variabila atașament, la grupul GC/test și GC/retest, (Figura 3.22):



**Fig. 3.22. Valorile medii ale variabilei „atașament” la GC/test și GC/retest**

Rezultatele prezentate în această figură ne permit să constatăm că există mici diferențe între valorile medii la variabila *atașament securizant* pentru GC/test: ( $M_1=11,47, SD=2,47$ ) și GC/retest: ( $M_2=11,60, SD=2,13$ ), la variabila *atașament evitant* pentru GC/test: ( $M_1=19,93, SD=3,47$ ) și GC/retest: ( $M_2=19,07, SD=3,21$ ), la variabila *atașament anxios-ambivalent* pentru GC/test: ( $M_1=21,67, SD=4,22$ ) și GC/retest: ( $M_2=21,33, SD=4,15$ ).

Pentru validitatea experimentului formativ, am efectuat demersurile statistice necesare prin testul non-parametric Wilcoxon, pentru eșantioanele-perechi la variabila „atașamentul”, în cazul GC/test și GC/retest (Tabelul 3.19., A3.28.):

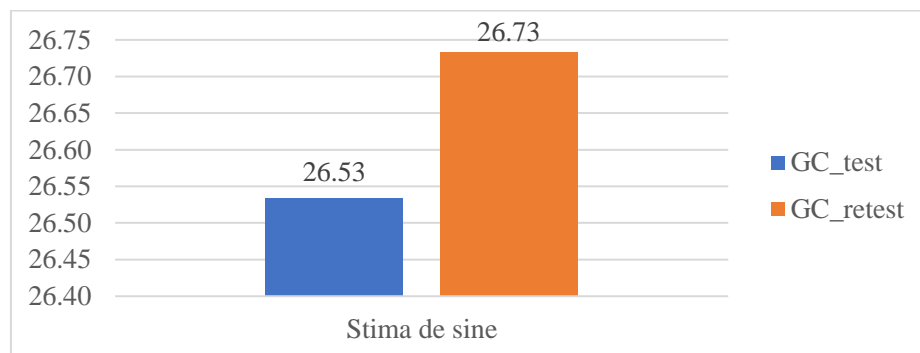
**Tabelul 3.19. Semnificația diferenței (GC/test, GC/retest), după testul Wilcoxon, în experimentul de control la variabila de cercetare „atașamentul”**

Variabile	Atașament securizant	Atașament evitant	Atașament anxios-ambivalent

Z Wilcoxon	-0,994	-1,502	-1,179
P	0,320	0,133	0,238

În așa mod, la variabila *atașament securizant*, valoarea lui ( $Z=-0,994$ ,  $p\leq 0,320$ ), la *atașamentul evitant* ( $Z=-1,502$ ,  $p\leq 0,133$ ), la variabila *atașament anxios-ambivalent* ( $Z=-1,179$ ,  $p\leq 0,238$ ). Acest lucru ne confirmă că nu există diferențe statistic semnificative la variabilele atașamentului pentru GC/test și GC/retest.

Următorul pas al cercetării a fost prezentarea datelor privitor la variabila „stima de sine și reziliență” pentru GC/test și GC/retest (Tabelul A 3.1, Figura 3.23.):



**Fig. 3.23. Valorile medii ale stimei de sine la GC/test și GC/retest**

Mediile la variabila *stima de sine* pentru GC/test: ( $M_1=26,53$ ,  $SD=3,13$ ) și GC/retest: ( $M_2=26,73$ ,  $SD=2,89$ ) ne-au indicat o diferență nesemnificativă.

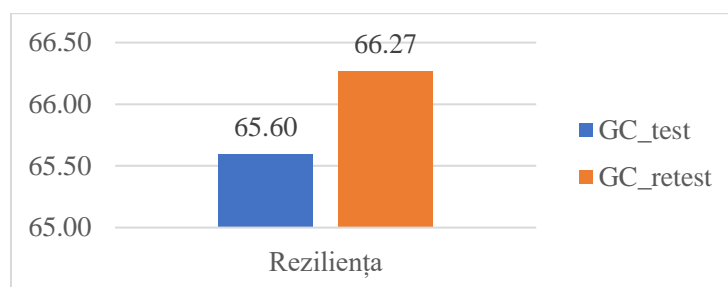
Prelucrarea statistică prin intermediul testului Wilcoxon la variabila *stima de sine* este prezentată în Tabelul 3.20.

**Tabelul 3.20. Semnificația diferenței (GC/test, GC/retest), după testul Wilcoxon, în experimentul de control la variabila de cercetare – stima de sine**

Variabile	Stima de sine
Z Wilcoxon	-1,342
P	0,180

Analiza Tabelului 3.20. ne demonstrează lipsa unei diferențe statistic semnificative, fapt confirmat prin valorile indicelui Z, la testul Wilcoxon, la variabila *stima de sine* ( $Z=-1,342$ ,  $p\leq 0,180$ ).

Deși valoarea medie a stimei de sine a crescut puțin, acest fapt poate confirma că femeile abuzate în copilărie sunt influențate de evenimentele zilnice și pot fluctua în formarea unei stime de sine, în funcție de persoanele care le înconjoară, de tipul de relații care le influențează și de evenimentele stresante sau de rezultatele pozitive ale faptelor lor.



**Fig. 3.24. Valorile medii la variabila „reziliență” la GC/test și GC/retest**

Mediile la variabila *reziliență* GC/test: ( $M_1=65,60$ ,  $SD=12,83$ ) și GC/retest: ( $M_2=66,27$ ,  $SD=13,69$ ) ne demonstrează o creștere nesemnificativă a valorii rezilienței.

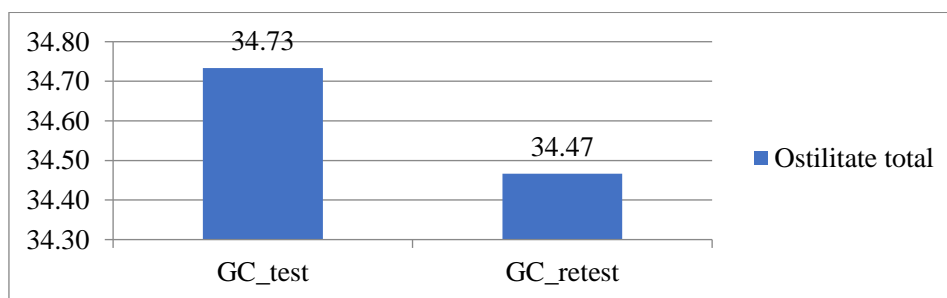
Pentru a determina prezența sau absența diferențelor statistic semnificative, am comparat valorile medii, aplicând testul Wilcoxon (Tabelul 3.21. A 3.30)

**Tabelul 3.21. Semnificația diferenței ( GC/test, GC/retest), după testul Wilcoxon, în experimentul de control la variabila de cercetare – reziliența**

Variabile	Reziliența
Z Wilcoxon	-0,730
P	0,465

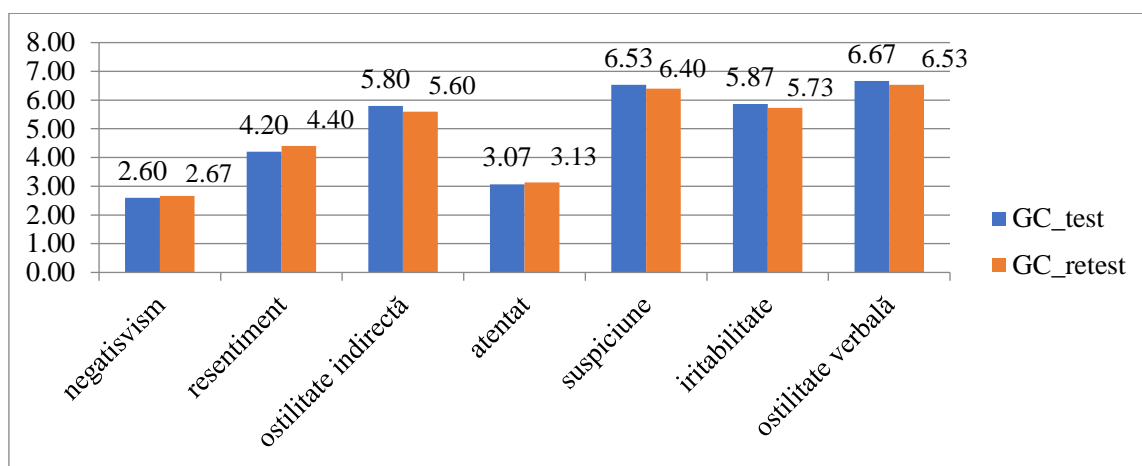
Analiza Tabelului 3.21. la variabila *reziliență* ne indică valoarea lui  $Z=-0,730$ ,  $p\leq 0,465$ , care reprezintă lipsa unei diferențe statistic semnificative la această variabilă pentru GC/test, GC/retest.

Un alt aspect important al cercetării a fost să comparăm mediile la indicele ostilității generale și al formelor ei de manifestare pentru GC/test și GC/retest, (Tabel A 3.1. și Figura 3.25.):



**Fig. 3.25. Valorile medii la scala ostilității la GC/test și GC/retest**

Datele din Figura 3.25. ne prezintă următoarele valori medii la scala ostilității pentru GC/test: ( $M_1=34,73$ ,  $SD=8,26$ ) și GC/retest: ( $M_2=34,47$ ,  $SD=7,67$ ). Indicele total al ostilității depinde de formele ei de manifestare. De aceea, ne-am propus să identificăm valorile medii la formele ostilității (Tabelul A 3.1, A 3.30. și Figura 3.26.):



**Fig. 3.26. Valorile medii la formele de ostilitate pentru GC/test și GC/retest**

Analiza Figurii 3.26. ne permite să constatăm că valorile medii obținute la GC/test și GC/retest au prezentat diferențe mici la valorile formelor de ostilitate: la variabila *negativism* pentru GC/test: ( $M_1=2,60$ ,  $SD=0,98$ ) și GC/retest: ( $M_2=2,67$ ,  $SD=0,72$ ), *resentiment* pentru GC/test: ( $M_1=4,20$ ,  $SD=1,93$ ) și GC/retest: ( $M_2=4,40$ ,  $SD=1,59$ ), *ostilitate indirectă* pentru GC/test: ( $M_1=5,80$ ,  $SD=1,37$ ) și GC/retest: ( $M_2=5,60$ ,  $SD=1,24$ ), *atentat* pentru GC/test ( $M_1=3,07$ ,  $SD=2,34$ ) și GC/retest: ( $M_2=3,13$ ,  $SD=2,13$ ), *suspiciune* pentru GC/test: ( $M_1=6,53$ ,  $SD=2,06$ ) și GC/retest: ( $M_2=6,40$ ,  $SD=1,88$ ), *iritabilitate* pentru GC/test: ( $M_1=5,87$ ,  $SD=2,26$ ) și GC/retest: ( $M_2=5,73$ ,  $SD=2,18$ ), *ostilitate verbală* pentru GC/test: ( $M_1=6,67$ ,  $SD=2,22$ ) și GC/retest: ( $M_2=6,53$ ,  $SD=2,19$ ).

Următorul pas a fost să aplicăm testul non-parametric Wilcoxon pentru a compara GC/test și GC/retest la variabilele ostilității și pentru a determina prezența sau absența diferențelor statistic semnificative la GC/test, GC/retest.

**Tabelul 3.22. Semnificația diferenței (GC/test, GC/retest) după testul Wilcoxon în experimentul de control la variabilele de cercetare – ostilitatea și formele ei**

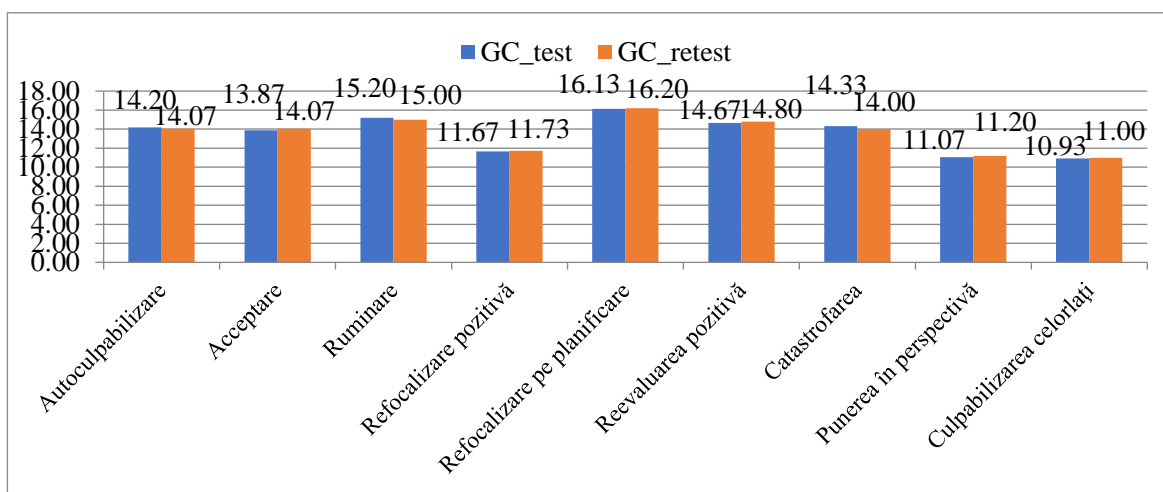
	Negativism	Resentiment	Ostilitate indirectă	Atentat	Suspiciune	Iritabilitate	Ostilitate verbală	Nivel de ostilitate
Wilcoxon Z	-0,557	-1,134	-1,732	-0,577	-1,414	-,816	-1,414	-0,604
P	0,564	0,257	0,083	0,564	0,157	0,414	0,157	0,546

Studierea detaliată a Tabelului 3.22. ne permite să confirmăm că prelucrarea statistică a datelor a scos în evidență lipsa diferențelor statistic semnificative la variabila ostilitate și formele ei: *nivelul ostilității* ( $Z=-0,604$ ,  $p\leq 0,546$ ), la *negativism* ( $Z=-0,557$ ,  $p\leq 0,564$ ), la *resentiment* ( $Z=-1,134$ ,  $p\leq 0,257$ ), la *ostilitate indirectă* ( $Z=-1,732$ ,  $p\leq 0,083$ ), la *atentat* ( $Z=-0,577$ ,  $p\leq 0,564$ ), la *suspiciune* ( $Z=-1,414$ ,  $p\leq 0,157$ ), la *iritabilitate* ( $Z=-0,816$ ,  $p\leq 0,414$ ), la *ostilitate verbală* ( $Z=-1,414$ ,  $p\leq 0,157$ ).

Lipsa diferențelor statistic semnificative la exprimarea ostilității în cazul femeilor din GC la etapa test și retest susține teoriile cognitiv-comportamentale, potrivit cărora manifestarea

ostilității este un comportament întărit în timp. Ostilitatea se formează pe parcursul vieții, iar pentru a schimba nivelul și forma de manifestare a acesteia este nevoie de schimbarea patternului de comportament și a schemelor cognitiv-emoționale ale omului. Femeile abuzate în copilărie au tendința de a păstra mecanismele de exprimare a ostilității mai evidențiate, adică manifestate prin agresivitate sau prin reprimarea acestor stări în interiorul lor.

Ulterior, am comparat valorile medii ale strategiilor de coping utilizate de către femeile abuzate în copilărie pentru GC/test și GC/retest, (Tabelul A 3.1., Figura 3.27.):



**Fig. 3.27. Valorile medii ale strategiilor de coping cognitiv-emoțional pentru GC/test și GC/retest**

Astfel, am constatat că în cadrul GC există mici diferențe ale valorilor medii între strategiile de coping cognitiv emoțional: la variabila *autoculpabilizare* GC/test: ( $M_1=14,20$ ,  $SD=3,23$ ) și GC/retest: ( $M_2=14,07$ ,  $SD=3,34$ ) la variabila *acceptare* GC/test: ( $M_1=13,87$ ,  $SD=4,03$ ) și GC/retest: ( $M_2=14,07$ ,  $SD=3,69$ ), la variabila *ruminare* GC/test: ( $M_1=15,20$ ,  $SD=3,09$ ) și GC/retest ( $M_2=15,00$ ,  $SD=2,95$ ), la variabila *refocalizare pozitivă* GC/test: ( $M_1=11,67$ ,  $SD=4,53$ ) și GC/retest ( $M_2=11,73$ ,  $SD=4,35$ ), la variabila *refocalizare pe planificare* GC/test: ( $M_1=16,13$ ,  $SD=2,19$ ) și GC/retest: ( $M_2=16,20$ ,  $SD=1,85$ ), la variabila *reevaluare pozitivă* GC/test: ( $M_1=14,67$ ,  $SD=3,41$ ) și GC/retest: ( $M_2=14,80$ ,  $SD=3,21$ ), la variabila *catastrofare* GC/test: ( $M_1=14,33$ ,  $SD=3,30$ ) și GC/retest: ( $M_2=14,00$ ,  $SD=2,69$ ), la variabila *punere în perspectivă* GC/test: ( $M_1=11,07$ ,  $SD=3,73$ ) și GC/retest: ( $M_2=11,20$ ,  $SD=3,36$ ) și la variabila *culpabilizarea celorlalți* GC/test: ( $M_1=10,93$ ,  $SD=5,22$ ) și GC/retest: ( $M_2=11,00$ ,  $SD=3,83$ ).

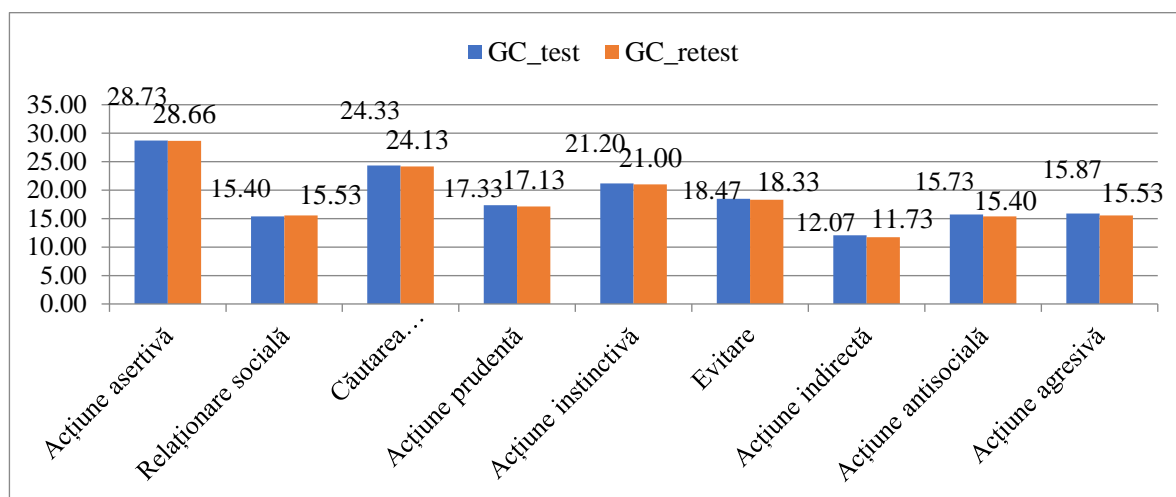
În scopul determinării prezenței/absenței diferențelor statistice semnificative, am aplicat testul Wilcoxon (Tabelul 3.23, A 3.32).

**Tabelul 3.23. Semnificația diferenței (GC/test, GC/retest), după testul Wilcoxon, în experimentul de control la variabila de cercetare – strategii de coping cognitiv-emoțional**

Variabile	Autoculpabilizare	Acceptare	Ruminare	Refocalizare pozitivă	Refocalizare pe planificare	Reevaluare pozitivă	Catastrofare	Punere în perspectivă	Culpabilizare
Z	-0,378	-0,966	-1,342	-0,577	-0,477	-0,816	-1,406	-0,816	-0,120
Wilcoxon									
P	0,705	0,334	0,180	0,564	0,655	0,414	0,160	0,414	0,905

Studierea detaliată a Tabelului 3.23. ne permite să confirmăm că prelucrarea statistică a datelor a scos în evidență lipsa de diferențe statistic semnificative la toate variabilele strategiilor de coping cognitiv-emoțional: *autoculpabilizare*, *acceptare*, *ruminare*, *refocalizare pozitivă*, *reevaluare pozitivă*, *catastrofare*, *refocalizare pe planificare*, *punere în perspectivă*, *culpabilizarea celorlalți*.

Ulterior, ne-am propus să comparăm valorile medii ale strategiilor de coping comportamental la GC test și Gc retest.



**Fig. 3.28. Valorile medii ale strategiilor de coping comportamental pentru GC/test și GC/retest**

Conform datelor din Figura 3.28, observăm că valorile medii ale strategiilor de coping comportamental pentru GC/test și GC/retest sunt următoarele: *acțiune asertivă* GC/test: ( $M_1=28,73$ ,  $SD=5,02$ ) și GC/retest: ( $M_2=28,67$ ,  $SD=4,30$ ), la variabila *relaționare socială* GC/test: ( $M_1=15,40$ ,  $SD=3,85$ ) și GC/retest: ( $M_2=15,53$ ,  $SD=3,27$ ), la variabila *căutarea suportului social* GC/test: ( $M_1=24,33$ ,  $SD=4,56$ ) și GC/retest: ( $M_2=24,13$ ,  $SD=4,24$ ), la variabila *acțiune prudentă* GC/test: ( $M_1=17,33$ ,  $SD=2,79$ ) și GC/retest: ( $M_2=17,13$ ,  $SD=2,09$ ), la variabila *acțiune instinctivă* GC/test: ( $M_1=21,20$ ,  $SD=4,00$ ) și GC/retest: ( $M_2=21,00$ ,  $SD=3,66$ ), la variabila *evitare* GC/test: ( $M_1=18,47$ ,  $SD=4,35$ ) și GC/retest: ( $M_2=18,33$ ,  $SD=4,09$ ), la variabila *acțiune indirectă* GC/test: ( $M_1=12,07$ ,  $SD=3,43$ ) și GC/retest: ( $M_2=11,73$ ,  $SD=3,41$ ), *acțiune antisocială* GC/test: ( $M_1=15,73$ ,  $SD=4,72$ ) și GC/retest: ( $M_2=15,40$ ,  $SD=4,57$ ), la variabila *acțiune agresivă* GC/test: ( $M_1=15,87$ ,  $SD=5,27$ ) și GC/retest: ( $M_2=15,53$ ,  $SD=4,79$ ).

Prelucrarea statistică a datelor conform testului Wilcoxon în experimentul de control la variabilele de cercetare a strategiilor de coping comportamental a scos în evidență următoarele rezultate (Tabelul 3.24, A. 3.34.):

**Tabelul 3.24. Semnificația diferenței (GC/test, GC/retest), după testul Wilcoxon, în experimentul de control la variabila de cercetare – strategii de coping comportamental**

Variabile	Acțiune asertivă	Relaționare socială	Căutarea suportului social	Acțiune prudentă	Acțiune instinctivă	Evitare	Acțiune indirectă	Acțiune antisocială	Acțiune agresivă
Z Wilcoxon	-0,345	-0,649	-0,756	-0,966	-1,134	-1,000	-1,633	-1,518	-1,063
P	0,730	0,516	0,450	0,334	0,257	0,317	0,102	0,129	0,288

Studierea detaliată a Tabelului 3.24. ne permite să confirmăm că prelucrarea statistică a datelor prezintă lipsa de diferențe statistic semnificative la toate variabile strategiilor de coping comportamental: *acțiune asertivă, căutarea suportului social, acțiune prudentă, acțiune indirectă și acțiune agresivă, relaționare socială, acțiune instinctivă, evitare și acțiune antisocială.*

Drept concluzie, putem constata că sentimentul securității psihologice la femeile abuzate în copilărie poate fi format în baza unui program de intervenție psihologică ce are drept scop activarea resurselor lor personale (stima de sine, reziliența, strategiile de coping cognitiv-emoțional și cel comportamental) și micșorarea nivelului de ostilitate. Exprimarea mai clară a nevoilor personale, acceptarea traumelor din trecut ca experiențe de viață, înțelegerea comportamentului propriu și al altor persoane le va permite acestora să formeze legături de atașament mai sigure, să micșoreze indisponibilitatea lor și să fie mai puțin anxioase și ambivalente în relațiile cu persoanele din mediul lor de trai (parteneri, copii, părinți etc.).

Drept rezultat al participării la experimentul formativ, femeile din grupul experimental au reușit să își ridice nivelul stimei de sine și al rezilienței, să-și micșoreze nivelul de ostilitate, per general, și nivelul formelor ei de exprimare (resentimentele, ostilitatea indirectă, suspiciunea) și să aplice mai des strategiile de coping cognitiv-emoțional și comportamental adaptative (refocalizare pozitivă, reevaluare pozitivă, căutarea suportului social și al acțiunilor prudente) și să minimalizeze preluarea strategiilor de coping maladadaptativ (autoculpabilizarea, ruminarea, catastrofarea, acțiunea indirectă și cea agresivă). Cu toate acestea, femeile din grupul experimental mai au nevoie de a învăța metode de comunicare asertivă pentru exprimarea propriilor nevoi într-o formă activă, dar fără a prelua stilul agresiv de comunicare.



### 3.3. Concluzii la capitolul 3

Pentru a confirma ipoteza formulată în această parte a lucrării, am realizat un program de intervenție psihologică. Rezultatele obținute ne permit formularea următoarelor concluzii:

1. Femeile abuzate în copilărie din grupul de control (GC) nu demonstrează schimbări statistice semnificative la variabilele cercetării în etapa retest. Deși valorile medii au crescut ori au scăzut la unii parametri datorită stilului de viață și factorilor externi care influențează viața femeilor abuzate în copilărie, aceste schimbări au fost nesemnificative.

2. Implicarea femeilor abuzate în copilărie (din GE) în programul de intervenție psihologică a facilitat majorarea valorilor medii la variabila atașamentului securizant și au influențat reducerea valorilor medii ale atașamentului evitant și anxios-ambivalent. Am reușit să fortificăm la aceste femei sentimentul securității psihologice, deși în copilărie au experimentat situații de nesiguranță și au trăit sentimente de insecuritate. Încadrarea în programul de recuperare a permis acestora să exteriorizeze situațiile care au fost refulate în copilărie sau care le-au rămas fixate în memorie. Trecerea la o etapă nouă de viață și identificarea altor persoane de referință care le pot oferi, la moment, siguranță și suport, acceptarea părinților sau a persoanelor de referință care le-au tratat cu abuz pentru că nu știau cum să le educe altfel la acel moment, au dus la maturizarea lor psihologică.

3. Prin intermediul programului de intervenție psihologică, femeile abuzate în copilărie, care au fost incluse în GE, comparativ cu cele din GC, au reușit să-și crească semnificativ resursele adaptative: nivelul stimei de sine și cel de reziliență.

Bazându-ne pe explicațiile teoriei atașamentului, subliniem că reziliența este o construcție permanentă care ține de dezvoltarea umană. Femeile incluse în lotul experimental au acceptat situațiile stresante și au învățat că în prezent ele sunt responsabile de calitatea vieții lor. Consecințele abuzului din copilărie le blocau la acele evenimente și nu le permiteau să fie loiale sau chiar aveau alergii la modelele parentale: maternel și paternale – acest fapt le influența comportamentul în relația cu partenerii și cu copiii lor. Exprimarea emoțiilor în timpul programului de formare le-a redus tendința de a fi suspicioase, geloase față de alte persoane, făcându-le să-și exprime ostilitatea în formă directă, dar acceptată social.

4. Drept rezultat al aplicării programului formativ, femeile abuzate în copilărie au reușit să conștientizeze și să-și reevalueze strategiile de coping cognitiv-emoțional și comportamental. Activitățile de intervenție psihoterapeutică au redus aplicarea strategiilor maladaptative: *catastrofarea*, *autoculpabilizarea* și *ruminarea*. Femeile din acest grup au adoptat strategiile de coping adaptative de *refocalizare pozitivă* și *reevaluare pozitivă*. Aceasta a permis femeilor din lotul experimental să se refocalizeze de pe evenimentele traumatizante din trecut pe formularea de noi scopuri și perspective, să se orienteze spre evenimente pozitive și noi aspirații.

Programul de intervenție psihologică în cazul femeilor abuzate în copilărie a avut un impact pozitiv asupra formării sentimentului securității psihologice și a activării resurselor personale, obținându-se, astfel, creșterea calității vieții acestor femei. Acceptarea realității trăite în copilărie, încetarea de a condamna trecutul și relațiile cu părinții abuzivi este importantă pentru construirea unui viitor mai bun.

## CONCLUZII GENERALE ȘI RECOMANDĂRI

Prezenta cercetare este orientată spre soluționarea problemei științifice actuale și de importanță majoră, constând în identificarea sentimentului securității psihologice și a resurselor personale la femeile abuzate în copilărie, concomitent cu elaborarea, fundamentarea și implementarea unui program de intervenție psihologică, axat pe activarea resurselor personale și pe antrenarea securității psihologice la femeile care au trăit experiența abuzului în copilărie.

Analiza rezultatelor teoretice și experimentale ne permite să formulăm următoarele concluzii:

1. Securitatea psihologică a femeilor abuzate în copilărie reprezintă un fenomen sociocultural, necesitând o abordare multiaspectuală, în contextul complexității vieții cotidiene, referindu-se atât la femeie, ca individ, cât și la societate, per ansamblu. Studiile analizate evidențiază că nevoia de securitate este vitală, începând din copilărie, având un impact deosebit asupra formării personalității copilului cu repercusiuni pe termen lung, inclusiv la vârsta adultă. Înțelegem, în acest sens, rolul principal al familiei în asigurarea sentimentului de securitate și a formelor de atașament.

2. Fenomenele de abuz asupra copiilor reprezintă o problemă acută și actuală a societății moderne, cu indicatori statistici în continuă creștere, cu repercusiuni și consecințe asupra stării psihice a copilului, în special asupra victimelor de gen feminin, marcându-le existența în situațiile în care identificarea și intervenția nu au fost realizate la timp.

3. Studiul publicațiilor științifice referitoare la problema resurselor personale a evidențiat mari diversități de interpretare, prin prisma resurselor personale de coping, a celor interne, psihosociale, de rezistență, a potențialului personalității și a resurselor mentale. Activarea resurselor personale oferă adaptabilitate variată și căi alternative în depășirea situațiilor existențiale dificile, generate de maltratare și de diverse forme de abuz, având un rol esențial în construirea unui sentiment de securitate psihologică.

4. Femeile neabuzate în copilărie formează, preponderent, atașamente securizante, determinate de capacitatea părinților de a oferi un mediu securizant, lipsit de violență, cu un grad mai înalt de securitate, stimă de sine și de reziliență la situațiile stresante, preluând strategii adaptative de coping cognitiv-emoțional și comportamental și refocalizându-se pozitiv pe experiențele trăite, având capacitatea de a învăța de la persoanele de referință din mediul lor de trai.

5. Traversarea experiențelor abuzive în copilărie determină formarea sentimentului de insecuritate psihologică, cu continuitate și în etapa adultă. Din acest considerent, femeile abuzate, indiferent de forma de abuz pe care au experimentat-o în copilărie, au tendința de a trăi o stare de

insecuritate și de a evita să formeze relații de atașament securizant manifestând, predominant, atașamentul anxios-ambivalent și cel evitant.

6. Acțiunile violente asupra copiilor pot avea consecințe pe termen lung, lasând amprente, la maturitate, asupra formării personalității femeilor abuzate și dezvoltând unele accentuări ale trăsăturilor de personalitate, ce denotă un nivel redus al stimei de sine și al rezilienței, un grad mai ridicat de ostilitate, făcându-le să apeleze mai des la strategii maladaptative de coping cognitiv-emoțional.

7. Existența unei corelații între formele de atașament și resursele personale ale femeilor abuzate în copilărie indică verosimilitatea activării resurselor personale la maturitate și a fortificării sentimentului de securitate psihologică.

8. Intervenția psihologică formativă a facilitat întărirea atașamentului securizant și reducerea valorilor atașamentelor evitant și anxios-ambivalent la femeile abuzate în copilărie, fapt care a dus la creșterea nivelului stimei de sine și al rezilienței, la reducerea ostilității și a apelării la strategiile maladaptative de coping, fapt care a permis acestor femei să se elibereze de ecoul evenimentelor traumatice din trecut și să acceadă spre formularea de noi scopuri și perspective, spre evenimente pozitive și noi aspirații, cu un impact pozitiv asupra formării sentimentului de securitate psihologică și asupra activării resurselor personale.

### **Recomandări și sugestii privind cercetările de perspectivă**

#### *Recomandări pentru implementare:*

Materialele expuse în lucrare pot fi incluse în conținutul cursurilor universitare de licență, de masterat sau pentru stagiile de formare profesională continuă, în procesul de pregătire și educare din domeniu: pentru psihologi, psihoterapeuți, asistenți sociali etc.

Programul de intervenție psihologică poate constitui un ghid de bune practici pentru profesioniștii din domeniu, în vederea antrenării securității, recuperării victimelor violenței și activării resurselor personale.

#### *Sugestii privind cercetările de perspectivă:*

Lucrarea deschide calea unor noi cercetări în domeniu, cum ar fi:

- investigarea detaliată a securității psihologice la copii – victime ale abuzului fizic, emoțional, sexual și prin neglijare, precum și evaluarea, reabilitarea prin psihoterapie a acestora;
- studiul corelației dintre stilurile de educație ale părinților și securitatea psihologică;
- cercetarea transmiterii transgeneraționale a securității psihologice;
- investigarea securității psihologice în mediul școlar.

## BIBLIOGRAFIE

1. ABRAMSON, L. Y., METALSKY, G. I., ALLOY, L. B. Hopelessness depression: A theory-based subtype of depression. În: *Psychological Review*. 1989, 96 (2), pp. 358–372. DOI:10.1037/0033-295X.96.2.358.
2. ACKERMAN, J. R. *Fiice perfecte. Fiice adulte ale alcoolizatorilor*. București: Trei, 2016. 311 p. ISBN 978-606-719-650-4.
3. ADLER, R., RODMAN, G. *Understanding Human Communication*. Ed. a 13-a. Oxford: Oxford University Press, 2017. 475 p. ISBN: 9780190297084 0190297085.
4. AGER, A., STRANG, A. Understanding integration: A conceptual framework. În: *Journal of refugee studies*. 2008, vol. 21 (2), pp. 166-191. doi.org/10.1093/jrs/fen016.
5. AHMAD, N., TEKKE M. Rediscovering Rogers's Self Theory and Personality. În: *Journal of Educational, Health and Community Psychology*. 2015, vol 4 (3), pp. 28-36. ISSN: 2088-3129.
6. AINSWORTH, M. Attachments beyond infancy. În: *American Psychologist*. 1989, vol. 44 (4), pp. 709-716. DOI:10.1037/0003-066X.44.4.709.
7. AINSWORTH, M., BLEHAR M. C., WATERS. E., WALL S.N. *Patterns of Attachment: A psychological study of the strange situation*. New York: Psychology Press, 1978. 416 p. ISBN: 978-1-848-72682-6
8. ALBU, E. *Psihologia vârștelor*. Târgu-Mureș: Universitatea „Petru Maior”, 2007. 102 p.
9. ALDGATE, J. JONES, D., ROSE, W., JEFFERY, C. *The developing world of de child*. London: Jessica Kingsley Publishing, 2007. 352 p. ISBN pdf eBook: 1 84642 468 2.
10. ALDWIN, C. M. *Stress, coping, and development: An integrative perspective*. Ed. a 2-a. New York: Guilford Press, 2010. 432 p. ISBN-13: 978-1-57230-840-4.
11. ALESSANDRI, G., CAPRARA, G. V., EISENBERG, N., STECA, P. Reciprocal relations among self-efficacy beliefs and prosociality across time. În: *Journal of Personality*. 2009, vol. 77 (4), pp. 1229–1259. doi.org/10.1111/j.1467-6494.2009.00580.x
12. ALLPORT, G. *Structura și dezvoltarea personalității*. București: Editura Didactică și Pedagogică, 1991, 579 p. ISBN 973-30-1151-7.
13. ANDREWS, D. A., BONTA, J. *The Psychology of Criminal Conduct*. NJ: Anderson Publishing Co., 2010. 699 p. ISBN 978-1-4224-6329-1.
14. ANTHONY, L. G. et al. The relationships between parenting stress, parenting behaviour and preschoolers' social competence and behaviour problems in the classroom. În: *Infant and Child Development*. 2005, vol. 14 (2), pp. 133-154. DOI: 10.1002/icd.385.
15. ASHER, S. R., GAZELLE, H. Loneliness, peer relations, and language disorder in childhood. În: *Topics in Language Disorders*. 1999, vol. 19 (2), pp. 16-33.

16. BALDWIN M.W., FEHR B. On the Instability of Attachment Style Ratings. În: *Personal Relationships*. 1995, vol. 2 (3), pp. 247- 261. 1350-4126/95
17. BANDURA, A. *Social leaning theory*. New York: General Learning Press, 1971. 46 p.
18. BARUS-MICHEL, J., GIUST-DESPRAIRIES, F., RIDEL, L. *Crize. Abordare psihosocială clinică*. Iași: Polirom, 1998. 248 p. ISBN 973-683-030-6.
19. BEJAN, P. *Asistență socială*. Vol.VI. Iași: Univ. „Alexandru Ioan Cuza”, 2010. 435 p.
20. BEJENARU. O. Atașamentul la copil. În: *Revista de psihoterapie integrativă*. 2016, vol.5, nr.1, pp. 1-12.
21. BELMONT, J. *103 activități de grup: idei de tratament și strategii practice*. București: Trei, 2015. 221 p. ISBN 978-606-719-358-9.
22. BERGER, J. *Sioux. Zen în 10 minute. Peste 300 de sfaturi și exerciții pentru regăsirea seninătății*. București: Humanitas, 2016. 236 p., ISBN 978-973-50-5409-0.
23. BERNE, E. *Jocuri pentru adulți*. București: Amaltea, 2002. 160 p. ISBN 973-9397-11-5.
24. BIVOL, A. *Securitatea emoțională – trebuință psihosocială a bunăstării individuale*. 2019. [online] [accesat 20.06.2020] Disponibil: [https://ibn.idsi.md/sites/default/files/imag\\_file/199-207\\_0.pdf](https://ibn.idsi.md/sites/default/files/imag_file/199-207_0.pdf).
25. BLINKHORN, V., LYONS, M., COLLIER, E. S. The relationship between narcissism and acceptance of violence revealed through a game designed to induce social ostracism. În: *The Journal of Social Psychology*. 2020, vol. 161 (3), pp. 2-23. DOI:10.1080/00224545.2020.1816884.
26. BOCANCEA, C., et al. *Asistența socială. Studii și aplicații*. Iași: Polirom, 2005. 448 p.
27. BÖDICKER, CH., REINCKENS, J. Is childhood maltreatment associated with body image disturbances in adulthood? A systematic review and meta-analysis. In: *Journal of Child & Adolescent Trauma*. Springer, 2021. Disponibil: <https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/s40653-021-00379-5.pdf> (vizitat 18.05.2022).
28. BOHART, A.C. How the Therapeutic Relationship Can Help People Grow. În: *PsycCRITIQUSS*. 2012, vol. 57 (35), pp. 2-6. DOI:10.1037/a0029124.
29. BOLBOCEANU, A. Stările afective ale elevilor și securitatea psihologică. În: *Univers Pedagogic*. Chișinău: Centrul Editorial „Univers Pedagogic”, 2014, nr.1 (41), pp. 47-52. ISSN 1811-5470.
30. BOLEA, Z., PODUBNÎI, C. Imaginea figurilor parentale în consultația psihanalitică: cercetare și psihoterapie. În: *Studia universitatis Moldaviae*. 2018, nr. 9 (119), pp. 294-297. ISSN 1857-2103.
31. BONCHIȘ, E. *Familia și rolul ei educarea ei în educarea copilului*. Iași: Polirom, 2011. 419 p. ISBN 978-973-46-2231-3.

32. BOTTON, A. *Statut și anxietate*. București: Vellant, 2019. 332 p. ISBN 606-980-062-1.
33. BOUCHARD, S., SABOURIN, S. Borderline Personality Disorder and Couple Dysfunctions. În: *Current Psychiatry Reports*. 2009, 11(1), pp. 55-62. doi: 10.1007/s11920-009-0009-x.
34. BOURNE, E. *Anxietatea și fobia*. București: ALL, 2019. 574 p., ISBN 978-606-587-531-9.
35. BOWEN, C. *Children's speech sound disorders*. Ed. a I-a. Oxford: Wiley-Blackwell, 2009. 446 p. ISBN 978-0-470-72364-7.
36. BOWLBY, J. *Crearea și ruperea legăturilor afective*. București: Trei, 2016. 256 p. ISBN 978-606-719-763-1.
37. BOWLBY, J. *O bază sigură, aplicații clinice ale teoriei atașamentului*. București: Trei, 2011. 278 p. ISBN 9789737074225.
38. BOYER, W. Parental and educator perspectives on young children's acquisition of selfregulatory skills. În: *Enduring bonds: The Significance of Interpersonal Relationships in Young Children's Lives*, Pennsylvania: Springer US, University of Pennsylvania. 2008, pp. 23-37. ISBN 9780520292390.
39. BRAGG, H. L. *Child protection in families experiencing domestic violence*. Washington: Children's Bureau, Office on Child Abuse and Neglect, 2003. 102 p.
40. BRECKLIN, L. R., ULLMAN, S. E. Self-Defense or Assertiveness Training and Women's Responses to Sexual Attacks. În: *Journal of Interpersonal Violence*, 2005, vol. 20(6), pp. 738–762. DOI: 10.1177/0886260504272894.
41. BRECKLIN, L.R., ULLMAN, S.E. The role of offender alcohol use in rape attacks. În: *Journal of Interpersonal Violence*. N.Y.: SAGE Publications, 2001, vol.16 (1), pp. 3-21. DOI: 10.1177/088626001016001001.
42. BREUER, J., ELSON, M. Frustration–aggression theory. În: *The Wiley Handbook of Violence and Aggression*. 2017, pp. 1-12. doi.org/10.1002/9781119057574.whbva040.
43. BRIZENDINE, L. *Creierul femeii*. București: Meteor Press, 2008. 352 p.
44. BROWN, J. Bowen Family Systems Theory and Practice: Illustration and Critique. În: *A.N.Z. Journal of Family Therapy*. 1999, vol. 20 (2), pp. 94-103. <https://doi.org/10.1002/j.1467-8438.1999.tb00363.x>.
45. BULGĂR, Gh. *Dicționar de sinonime*. București: Lucman, 2006. ISBN 973-8565-04-4.
46. BULGARU, M. SALI, N., GRIBINCEA, T. *Asistența socială în contextul transformării din Republica Moldova*. Chișinău: Cu drag, 2008. 439 p. ISBN 978-9975-80-146-1.
47. BURNHAM, J. B. *Terapia de familie*. Iași: Institutul pentru cuplu și familie, 2013. 284 p. ISBN 978-973-0-15867-0.
48. BURNS, G. W. *101 povești vindecătoare pentru copii și adolescenți: folosirea metaforelor în terapie*. București: Trei, 2011. 576 p. ISBN 978-973-707-531-4.

49. CALANCEA, A. *Psihologia personalității*. Chișinău: „Tipografia Centrală”, 2006. 272 p. ISBN 9975-78-416-X.
50. CĂLUȘARU, M. A. *Particularități ale atașamentului și stilului parental la copiii crescuți în familia de asistenți maternali*: teză de doctor. Iași, 2018. 221 p. [online] [citată 06.09.2020]. Disponibil: [https://www.psih.uaic.ro/wpcontent/uploads/activ/III\\_doctorat/teze/calusaru\\_mar\\_ia\\_rezumat.pdf](https://www.psih.uaic.ro/wpcontent/uploads/activ/III_doctorat/teze/calusaru_mar_ia_rezumat.pdf)
51. CAMPBELL, J. *Căi ale fericirii*. București: Herald, 2018. 272 p., ISBN 978-973-111-728-7.
52. CAMPBELL, J. *Eroul cu o mie de chipuri*. București: Herald, 2018, 400 p. ISBN 5948417310136.
53. CARLSON E., STROUFE, L.A., BYRON, E. Resilience as process. În: *Development and Psychopathology*. 1993, vol. 5, pp. 517-528.
54. CARLSON, V., CICHETTI, D., BARNETT, D., BRAUNWALD, K. Disorganized/disoriented attachment relationships in maltreated infants. În: *Developmental Psychology*. 1989, 25(4), pp. 525–531. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.25.4.525>.
55. CHARNEY, D. S. Psychobiological mechanisms of resilience and vulnerability: Implications for successful adaptation to extreme stress. În: *American Journal of Psychiatry*. 2004, 161 (2), pp. 195–216. doi: 10.1176/appi.ajp.161.2.195.
56. CIDDC. *Material suport în domeniul activităților de prevenire a violenței față de copii pentru cadre didactice, psihologi școlari și specialiști din DRÎTS elaborat de Centrul de Informare și Documentare privind Drepturile Copilului*. Disponibil: [https://drepturilecopilului.md/files/Material\\_suport\\_Fenomenul\\_violentei\\_fata\\_de\\_copii.pdf](https://drepturilecopilului.md/files/Material_suport_Fenomenul_violentei_fata_de_copii.pdf) (vizitat 12.02.2022).
57. CIOFU C. *Interacțiunea părinți-copii*. București: Ed. Medicală, 1998. 218 p. ISBN: 973-98167-9-7.
58. COATTA, K. L. *A Conceptual and Teoretical Analysis of Resilience in the Concept of Aging and Multiple Morbidities*. BPHE: University of Toronto, 2008. 82 p.
59. COHEN, J. A power primer. În: *Psychological Bulletin*. 1992, 112 (1), pp. 155–159. doi: 10.1037//0033-2909.112.1.155.
60. COHEN, S., WILL, T. A. Stress, Social Support, and the Buffering Hypothesis. În: *Psychological Bulletin*. 1985, vol. 98 (2), pp. 310-357. doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310
61. COJOCARU, A., PANCZI, V. Modelarea comportamentului adolescenților abuzați. În: *Instrumentul Bibliometric Național*. Chișinău, 2019. CZU: 159.922.7, 129-138.
62. CONSTANTIN, T. Memoria socială; paradigme teoretice și date empirice. În: *Revista de Psihologie Socială*. Iași: Polirom, 2002, nr. 10, pp. 20 – 36.



63. CORCEA, N. Identificarea etimologică a termenului "violența în familie". În: *Revista națională de drept*. Chișinău. 2015. Nr 1(171). 48-55 p.p. УДК 343.5:81
64. CRAMER, P. Defensiveness and Defense Mechanisms. În: *Journal of Personality*. 1998, vol. 66 (6), pp. 879-894. <https://doi.org/10.1111/1467-6494.00035>
65. DAFINOIU, I. *Elemente de psihoterapie integrativă*. Iași: Polirom, 2001. 232 p. ISBN 973-683-471-9.
66. DAFINOIU, I., BONCU, Ș. *Psihologia socială clinică*. Iași: Polirom, 2014. 512 p., ISBN 978-973-46-4436-0.
67. DAFINOIU, I., VARGHA, J-L. *Hipnoza clasică. Tehnici de inducție. Strategii terapeutice*. Iași: Polirom, 2003. 336 p. ISBN: 973-681-089-5
68. DANTO, E. A. An Anxious Attachment: Letters from Sigmund Freud to Wilhelm Reich. În: *Contemporary Psychoanalysis*. 2011, vol. 47 (2), pp. 155-166. doi.org/10.1080/00107530.2011.10746448
69. Date ale IGP privind cazurile de abuz față de copii în perioada 2020. [online] [citată] Disponibil: <https://www.cnpac.md/wp-content/uploads/2021/03/Date-IGP-2020.pdf>
70. DAVIES, P. T., CUMMINGS, E. M. Effects of marital conflict on children: recent advances and emerging themes in process-oriented research. În: *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 2002, 43 (1), pp. 31-63. doi: 10.1111/1469-7610.00003.
71. DE NEVE, J.-E., DIENER, E., TAY, L., XUEREBA, C. The objective benefits of subjective well-being. În: *World Happiness Report*. New York: UN Sustainable Development Solutions Network. 2013, vol. 2. pp. 54-79.
72. DEROBERTIS, E. M. Deriving a Third Force Approach to Child Development from the Works of Alfred Adler. În: *Journal of Humanistic Psychology*. 2011, 51(4), pp. 492-515. DOI:10.1177/0022167810386960
73. *Dicționar explicativ al limbii române*. [online] [citată] Disponibil: <https://dexonline.ro>
74. DIMA, G., BELDIANU, I. F. *Violența domestică: intervenția coordonată a echipei multidisciplinare: manual pentru specialiști*. Timișoara: Editura de Vest, 2015. 250 p. ISBN 978-973-36-0657-4.
75. DINCĂ, M. *Adolescenții într-o societate în schimbare*. București: Paideia, 2004. 124 p. ISBN 973-596-201-2.
76. DINCĂ, M. *Metode de cercetare în psihologie*. București: Editura Universității Independente „Titu Maiorescu”, 2003. 200 p. ISBN 973-86016-6-5.
77. DUMITRAȘCU, H. *Consilierea în asistența socială*. Iași: Polirom, 2012. 293 p. ISBN 978-973-46-3068-4.

78. DUMITRESCU, I. *Adolescenții lumea lor spirituală și activitatea educativă*. Craiova: Scrisul Românesc, 1980. 262 p.
79. DUTTON, D. G. Emotional Attachments in Abusive Relationships: A Test of Traumatic Bonding Theory. În: *Violence and Victims*. 1993, vol. 8 (2), pp. 102-120. DOI:10.1891/0886-6708.8.2.105
80. ELKAIM, M. *Ce terapie să alegem. Psihanalize, psihoterapii: cele mai importante abordări*. București: Trei, 2007. 436 p. ISBN: 978-973-707-130-9
81. ERSKINE, R. G., TRAUTMANN, R. Methods of an Integrative Psychotherapy. În: *Transactional Analysis Journal*. 1996, vol. 26 (4), pp. 316-328. DOI:10.1177/036215379602600410
82. EWEN, R. *O introducere în teoriile personalității*. București: Trei, 2012. 566 p. ISBN 978-973-707-585-7.
83. EYSENK, H., EYSENK, M. *Descifrarea comportamentului uman*. București: Teora, 1998. 256 p. ISBN:973-601-893-8.
84. FAYAZ, I. Child Abuse: Effects and Preventive Measures. In: *The International Journal of Indian Psychology*. 2019. Nr. 7(2). 2349-3429 p.p. Disponibil: [https://www.researchgate.net/publication/334398542\\_Child\\_Abuse\\_Effects\\_and\\_Preventive\\_Measures](https://www.researchgate.net/publication/334398542_Child_Abuse_Effects_and_Preventive_Measures) (vizitat 04.04.2022).
85. FERREOL, G., NECULAU, A. *Violența. Aspecte psihosociale*. Iași: Polirom, 2003. 336 p. ISBN 973-681-261-8.
86. *Fiecare al doilea copil care raportează un abuz sexual online este șantajat de cineva dintre semenii săi*. [online] [citat 18.08.2020]. Disponibil: <https://agora.md/social/fiecare-al-doilea-copil-care-raportează-un-abuz-sexual-online-este-santajat-de-cineva-dintre-semenii-săi>
87. FISCHER, S.D. Critical periods for language acquisition: consequences for deaf education. În: *Issues unresolved: New perspectives on language and deaf education*. Washington: Gallaudet University Press, 1998. pp. 9-26. ISBN-13: 978-1563680670.
88. FLETCHER, A. C., BRIDGES, T. H., HUNTER, A. G. Managing children's friendships through interparental relationships: Roles of ethnicity and friendship context. În: *Journal of Marriage and Family*. 2007, 69 (5), pp. 1135-1149. doi.org/10.1111/j.1741-3737.200700437.x.
89. FLORIAN, GH., PUȘCAȘ, M. Abuzurile asupra copilului. Forme, motivație, consecințe. În *Revista Română de Sociologie*. București, 2008, nr.5-6, pp. 381 – 393.
90. FRANK, V. E. *Omul în căutarea sensului vieții*. București: Vellant, 2018. 169 p. ISBN 978-606-980-050-8.

91. FREUD, S. *Opere esențiale. Nevroza la copil*. București: Trei, 2009, vol. 8, 224 p. ISBN 978-973-70-7343-3
92. FREUND, A. M., BALTES, P. B. Life-management strategies of selection, optimization and compensation: Measurement by self-report and construct validity. În: *Journal of Personality and Social Psychology*. 2002, vol. 82 (4), pp. 642–662. doi.org/10.1037/0022-3514.82.4.642.
93. FROMM, E. *Frica de libertate*. București: Teora, 1984. 256 p. ISBN 973-601-402-9.
94. FURTUNĂ, D. *Homo Aggressivus. De ce nu se opresc războaiele și violența*. Ed. a 2-a. Mihăilești: ON, 2015. 675 p. ISBN 978-606-94270-0-2-316.
95. *Games-Howell Post-Hoc Test* [online]. [citat 01.07.2019]. Disponibil: <https://rpubs.com/aaronsc32/games-howell-test>).
96. GARETT L.I. Childhood Reflections of Adult Male Incarcerated Child Sexual Abusers. În: *Electronic Theses and Dissertations*. East Tennessee State University, 2006. 203 p.
97. GOCHMAN, D. S. *Handbook of health behavior research II Provider Determinants*. New York: Springer, 1997. 551 p. ISBN: 978-1489917621.
98. GOGLEAZĂ, D. *Psihoterapia ca relație a schimbării individuale: strategii, cazuri soluții, comentarii*. Iași: Polirom, 2002. 212 p. ISBN 973-683-797-1.
99. GOODGLASS, H., KAPLAN, E. *The assessment of aphasia and related disorders*. Philadelphia: Lea&Febiger, 1983. 133 p. ISBN 0812109015 9780812109016
100. GOODMAN, P., GOODMAN, P. *Means of Livelihood and. Ways of Life*. New York: Vintage Books, 1960. 262 p.
101. GORDON, P., KRACKOW, E. Are lions and tigers substitutes or associates? Evidence against slot filler accounts of children's early categorization. În: *Child Development*. 1998, 69 (2) pp. 347-354. ISSN 1467-8624.
102. GREENBERG, L. S., POS, A. Emotion-focused Therapy: The Transforming Power of Affect. În: *Journal of Contemporary Psychotherapy*. 2007, 37 (1), pp. 25–31. doi.org/10.1007/s10879-006-9031-z.
103. GRESHAM, F. M., LEMANEK, K. L. Social skills: A review of cognitive-behavioral training procedures with children. În: *Journal of Applied Developmental Psychology*. 1983, 4 (3), pp. 239-261. ISSN 0193-3973.
104. GRIGOROIU-ȘERBĂNESCU, M. A brief inventory for assessing personality traits and disorders in children aged 8–11. În: *Revue Roumaine de Neurologie et Psychiatrie*. 1987, vol. 25 (1), pp. 41-55. ISSN 1017-5644.
105. GROSSMANN, K. E., GROSSMANN, K., WATERS E. *Attachment from infancy to adulthood*. New York: The Guilford press, 2005. 332 p. ISBN-10: 1-59385-145-6.

- 106.GUEDES, A., Bott S., Garcia-Moreno C., Colombini M. Bridging the gaps: A global review of intersections of violence against women and violence against children. În: *Global Health Action*. 2016, 9(1): 31516, pp. 1-15. doi/full/10.3402/gha.v9.31516.
- 107.HAMILTON, D., CUBBIN Mc., SUSSMAN B. *Social Stress and the family: Advances and Developments in family stress. Theory and Research*. London: Routledge, 2013. 244 p. ISBN 978-1-315-80443-9.
- 108.HARAZ, S., ROTARU-SÎRBU, N., CAISÂN-POPA, E. Dimensiuni socio-pedagogice ale asistenței familiei și adolescentului în situații de risc. În: *Instrumentul Bibliometric Național*, Chișinău, 2020. pp. 435- 442. CZU: 37.015.4.
- 109.HEARN, J. A Multi-Faceted Power Analysis of Men's Violence to Known Women: From Hegemonic Masculinity to the Hegemony of Men. În: *Sociological Review*. 2012, 60 (4), pp. 589-610. DOI:10.1111/j.1467-954X.2012.02125.x.
- 110.HEARN, J. *The violences of men: How men talk about and how agencies respond to men's violence to women*. London: Sage Publications, 1998. 272 p. ISBN 0 8039 7939 8.
- 111.HERSHORN, M., ROSENBAUM, A. Children of marital violence: A closer look at the unintended victims. În: *American Journal of Orthopsychiatry*. 1985, 55 (2), pp. 260–266. doi.org/10.1111/j.1939-0025.1985.tb03440.x.
- 112.HOBFOLL S. E. Conservation of Resources: A New Attempt at Conceptualizing Stress. În: *American Psychologist*. 1989, 44 (3), pp. 513-514. DOI: 10.1037/0003-066X.44.3.513.
- 113.HOBFOLL S. E., STEVENS N. R., ZALTA, A. K. Expanding the Science of Resilience: Conserving Resources in the Aid of Adaptation. În: *Psychological Inquiry: An International Journal for the Advancement of Psychological Theory*. 2015, 26 (2), pp. 174-180. DOI: 10.1080/1047840X.2015.1002377.
- 114.HOBFOLL, S. E. Social and psychological resources and adaptation. In: *Review of General Psychology*. 2002, 6 (4), pp. 307-324. DOI:10.1037/1089-2680.6.4.307.
- 115.HOBFOLL, S. E., DUNAHOO, C. L., BEN-PORATH, Y., & MONNIER, J. Gender and coping: The dual-axis model of coping. În: *American Journal of Community Psychology*. 1994, 22(1), pp. 49–82. doi.org/10.1007/BF02506817.
- 116.HOLOHAN, C., MOOS, R., HOLAHAN, C., CRONKITE, R., RANDALL, P. Drinking to cope and alcohol use and abuse in unipolar depression: A 10-year model. În: *Journal of Abnormal Psychology*. 2003, 112 (1), pp. 159-165. DOI: 10.1037/0021-843X.112.1.159.
- 117.HOLOHAN, C., MOOS, R., HOLHAN, C., CRONKITE, R. Resource loss, resource gain, and depressive symptoms: A 10-year model. În: *Journal of personality and Social Psychology*. 1999, 77(3), pp. 620-629, DOI: 10.1037//0022-3514.77.3.620

- 118.HORNEY, K. *Direcții noi în psihanaliză*. București: Univers Enciclopedic, 2010. 270 p. ISBN 978-606-816-244-7.
- 119.IAMANDESCU, I. *Psihologie medicală*. București: InfoMedica, 1997. 316 p. ISBN 973-96935-9-8.
- 120.IONESCU, I. I. Elementele de sociologie a violenței conjugale. În: *Violența asupra femeii: ipostaze, explicații, intervenții*. Iași: Editura Universității „A. I. Cuza”, 2017. pp.17- 35.
- 121.IONESCU, S. *Tratat de reziliență asistată*. București: Trei, 2013. 520 p., ISBN 978-973-707-737-0.
- 122.IRIMESCU, G. RĂDOI, M. *Violența asupra femeii: ipostaze, explicații, intervenții*. Iași: Editura Universității „A. I. Cuza”, 2017. 316 p. ISBN 978-606-714-424-6.
- 123.JACQUES, C. *Introducere în psihologia emoțiilor*. Iași: Polirom, 2002. 200 p. ISBN 978-973-46-0681-8.
- 124.JERMANN, F., VAN DER LINDEN, M., D’ACREMONT, M., ZERMATTEN, A. Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ). În: *European Journal of Psychological Assessment*. 2006, 22, (2), pp. 126–131. doi.org/10.1027/1015-5759.22.2.126.
- 125.JOHNSON, M. S. *Teoria atașamentului în practică. Terapia centrată pe emoții aplicată la indivizi, cupluri și familii*. București: Trei, 2020. 464 p. ISBN 978-606-40-0761-2.
- 126.JOHNSON, W., HUELSNITZ, C.O., et al. Childhood abuse and neglect and physical health at midlife: Prospective, longitudinal evidence. În: *Development and Psychopathology*, 2017. Nr. 29. 1935–1946 p.p. DOI:10.1017/S095457941700150X
- 127.JONGERIUS-JORAS, M. *Importanța terapiei educaționale*. Iași: Ed. Institutului pentru Cuplu și Familie, 2018. 196 p.
- 128.KHALIL, A. A., ELKAZAZ, R. H. et.al. Effect of maltreatment on selected aspects of intelligence among school age children. In: *Port Said Scientific Journal of Nursing*. 2021. Vol.8, N. 1. 294-316 p.p. Disponibil: [https://pssjn.journals.ekb.eg/article\\_178046\\_a2af7f1cc3818bb7d749e61b8b299fab.pdf](https://pssjn.journals.ekb.eg/article_178046_a2af7f1cc3818bb7d749e61b8b299fab.pdf) (vizitat 15.12.2021)
- 129.KILLEN, K. *Copilul maltratat*. Timișoara: Eurobit, 1997. 456 p., ISBN 973-9336-16-7.
- 130.KIM, S.G, WEISSMAN, D. G. Child abuse and automatic emotion regulation in children and adolescents. In: *Development and Psychopathology*. 2021. 1–11 p.p. Disponibil: <https://sdlab.fas.harvard.edu/files/sdlab/files/pdf.pdf> (vizitat 20.03.2022).
- 131.KLEIN, M. *The Psychoanalysis of Children*. New York: Grove Press, 1960. 399 p.
- 132.LAZARUS R. *Emoție și adaptare. O abordare cognitivă a proceselor afective*. București: Trei, 2011. 688 p., ISBN 978-973-707-540-6.
- 133.LAZARUS, R. *Emotion and adaptation*. Oxford: Oxford University Press Inc., 1991. 558 p.

- 134.LAZARUS, R., FOLKMAN, S. *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer, 1984. 445 p.
- 135.LELEU, G. *Bărbatul de azi explicat femeilor*. București: Trei, 2012, 336 p. ISBN 978-973-707-571-0.
- 136.LEȘCO G., BABAN, A. et.al. *Experiențele adverse din copilărie și comportamentele asociate de risc pentru sănătate la studenții din instituțiile de învățământ superior din Republica Moldova*. WHO, 2018. Disponibil: [https://www.euro.who.int/data/assets/pdf\\_file/0008/373382/mda-ace-report-rom.pdf](https://www.euro.who.int/data/assets/pdf_file/0008/373382/mda-ace-report-rom.pdf) (vizitat 04.04.2022)
- 137.LIVADARU, N. *Violența în familie ca fenomen social. Delimitarea acțiunilor de violență domestică, sub aspect penal sau conflict, agresivitate și abuz, sub aspect psihologic*. În: *Instrumentul Bibliometric Național*, 2019. Disponibil: [https://ibn.idsi.md/sites/default/files/imag\\_file/77-83\\_19.pdf](https://ibn.idsi.md/sites/default/files/imag_file/77-83_19.pdf) (vizitat în 03.03.2022)
- 138.LUCA, C. *Expertiza psihologică a copilului abuzat/neglijat*. București: Hamangiu, 2014. 224 p. ISBN 978-606-678-974-5.
- 139.MADANES, C. *Terapia strategică de familie*. Iași: Ed. Institutului pentru Cuplu și Familie, 2011. 205 p. ISBN 978-973-0-09736-8.
- 140.MADDI, S.R. The story of Hardiness: Twenty years of theorizing, research, and practice. În: *Consulting Psychology Journal Practice and Research*. 2002, 54 (3), pp. 173-185. DOI:10.1037/1061-4087.54.3.173.
- 141.MAIER, S. F., SELIGMAN, MARTIN E. P. Learned Helplessness: Theory and Evidence. În: *Journal of Experimental Psychology: General*. 1976, vol. 105 (1), pp. 3-46.
- 142.MALANCĂ, V. *Prevenirea și combaterea violenței în mediul liceal prin educație și coaching: teză de doctorat*. București, 2020, p. 28].
- 143.MALCHIODI CATHY A., CRENSHAW, David A. *Tăcerea Copiilor în Psihoterapie: Intervenții pentru deblocarea comunicării*. București: Chatarsis Media, 2017. 207 p.
- 144.MANCIAUX, M. (2001). La resilience. Un regard qui fait vivre. În: *Etudes*. 2010, nr. 10, tome 395, pp. 321-330. Disponibil: <https://www.cairn.info/revue-etudes-2001-10-page-321.htmretournoten05>
- 145.MARIAN, G., BALOESCU A. *Comportamentul agresiv*. București: Tritonic, 2009. 232 p. ISBN 978-973-733-346-9.
- 146.MASLOW, H. A. *Motivație și personalitate*. București: Trei, 2007. 495 p., ISBN 978-973-707-159-0.

147. MIKULINCER, M.; SHAVER, P.R. Boosting attachment security to promote mental health, prosocial values, and inter-group tolerance. În: *Psychological Inquiry*. 2007, 18, pp. 139–156. doi.org/10.1080/10478400701512646.
148. MILLER, A. *Pentru binele tău, rădăcinile violenței în educația copilului*. București: Herald, 2016. 365 p. ISBN 978-973-111-627-3.
149. MITROFAN, I., VASILE, D. *Terapie de familie*. București: SPER, 2007. p.245.
150. MOUILSO, E.R., CALHOUN, K. S. A meditation model of the role of sociosexuality in the associations between narcissism, psychopathy, and sexual aggression. În: *Psychology of Violence*. 2012, vol. 2 (1), pp. 16-27.
151. MUND, P. Kobasa concept of hardiness. In: *International Research Journal of Engineering, IT & Scientific Research*. 2016, vol. 2 (1), pp. 34-40.
152. MUNTEAN, A., MUNTEANU A. *Violență, traumă, reziliență*. Iași: Polirom, 2011, 344 p. ISBN 978-973-46-1308-3.
153. NEAMȚU, G., STAN, D. *Asistența socială. Studii și aplicații*. Iași: Polirom, 2005. 445 p. ISBN 973-681-750-4.
154. Notă informativă 2020 privind starea delincvenței juvenile și activitatea pe domeniul siguranță copii pe parcursul a 6 luni ale anului 2020. [online] [citat 18.08.2020]. Disponibil: [http://www.politia.md/sites/default/files/nota\\_informativa\\_privind\\_starea\\_delincvenței\\_juvenile\\_si\\_activitatea\\_in\\_domeniul\\_siguranța\\_copii\\_pe\\_parcursul\\_a\\_6\\_luni\\_ale\\_anului\\_2020.pdf](http://www.politia.md/sites/default/files/nota_informativa_privind_starea_delincvenței_juvenile_si_activitatea_in_domeniul_siguranța_copii_pe_parcursul_a_6_luni_ale_anului_2020.pdf)
155. O'DOUGHERTY, M., CRAWFORD, E., DEL CASTILLO, D. Childhood emotional maltreatment and later psychological distress among college students: The mediating role of maladaptive schemas. În: *Child Abuse Negl.* 2009, 33(1), pp. 59-68. doi:10.1016/j.chiabu.2008.12.007.
156. PĂDURE, A., ȚURCAN-DONȚU, A. *Violența în familie și în bază de gen*. Suport de curs. Chișinău, 2022. 179 p. ISBN 978-9975-87-921-7.
157. PARKINSON, B., TOTTERDELL, P. Classifying Affect-regulation Strategies. In: *Cognition and Emotion*. 1999, 13 (3), pp. 277-303. doi.org/10.1080/026999399379285
158. PEARLIN, L.I., SCHOOLER, C. The Structure of Coping. În: *Journal of Health and Social Behavior*. 1978, vol. 19 (1), pp. 2-21. doi.org/10.2307/2136319
159. PLAMADEALA V. *Trăirea sentimentului de singurătate la tineri*: teză de doctor. Chișinău, 2018. C.Z.U.:159.942.52 (043.3).
160. PLEȘCA, R. *Psihologie socială clinică și psihologie medicală*. Cluj: Presa Universitară Clujeană, 2017. 85 p. ISBN 978-606-37-0181-8.
161. POPESCU –NEVEANU, P. *Dicționar de psihologie*. București: Albatros, 1978. 783 p.

- 162.RACU Iu. Interrelația dintre ostilitate și strategiile comportamentale în situații de conflict la preadolescenți: teză de doctor. [online] [citat 15.08.2020] Disponibil în: <http://dir.upsc.md:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/434/10.%20INTERRELATIA%20DINTRE%20OSTILITATE%20SI%20STRATEGIILE%20COMPORTAMENTALE.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- 163.RACU, Ig. Lev Vîgotski și unele probleme ale psihologiei dezvoltării. În: *Revista de studii psihologice*. București: Universitatea Hyperion, 2016, nr.2-1, pp. 14-30. [citat 06.08.2020]. Disponibil: [https://psihologie.hyperion.ro/wp-content/uploads/2016/04/REVISTA-DE-STUDII-PSIHOLOGICE\\_Nr.-2-1.pdf](https://psihologie.hyperion.ro/wp-content/uploads/2016/04/REVISTA-DE-STUDII-PSIHOLOGICE_Nr.-2-1.pdf).
- 164.RACU, Ig. *Psihodiagnostica. Manual*. Chișinău: UPS „Ion Creangă”, 2014. 242 p.
- 165.RACU, Ig. *Psihodiagnostica. Teste psihologice. Manual*. Chișinău: UPS „Ion Creangă”, 2014. 478 p.
- 166.RACU, Ig. *Psihologia conștiinței de sine (studiu teoretico- experimental)*. Chișinău: UPS „Ion Creangă”, 2005. 233 p. ISBN 9975-921-81-7.
- 167.RACU, Ig. *Psihologia dezvoltării*. Chișinău, 2018. 93 p. [citat 01.09.2020]. Disponibil: <https://docplayer.ro/176856479-Psihologia-dezvolt%C4%83rii-1.html>
- 168.RAFFAUF, E. *Prevenția înainte de toate. Cum să protejăm copiii de abuzul sexual*. București: Trei, 2016. 197 p.
- 169.Raport anual 2018 CNPAC. [citat 18.08.2020]. Disponibil: [http://cnapc.org.md/uploaded/Publicații/Raport%20CNPAC\\_2018\\_romana.pdf](http://cnapc.org.md/uploaded/Publicații/Raport%20CNPAC_2018_romana.pdf)
- 170.RAPORT: Aproape 15.000 de cazuri de abuz sau neglijare a copiilor au fost raportate în 2018 la DGASPC. [citat 18.08.2020]. Disponibil: <https://romania.europalibera.org/a/raport-aproape-15-000-de-cazuri-de-abuz-sau-neglijare-a-copiilor-au-fost-raportate-%C3%AEn-2018-la-dgasp/30280316.html>
- 171.RIEDESSER, P., FISCHER, G. *Tratat de psihotraumatologie*. Ediția a II-a. București: Trei, 2007. 470 p. ISBN 978-973-707-151-4.
- 172.ROBU, V., PRUTEANU, L. M. Evaluarea rezilienței adolescenților: proprietăți psihometrice ale unui instrument – Brief resilience scale. În: *Revista de Psihologie*, 2015, 61 (2), pp. 109-120
- 173.ROBU, V., ROBU, E. Aspecte ale expunerii la violență a elevilor. Studiu comparativ. În: *Psihologie. Revista științifico-practică*. Chișinău. 2013, Nr 4., pp. 15-29. ISSN 1857-2502.
- 174.ROKACH, A., CHAN, S. The Many Faces of Child Emotional Maltreatment. In: *Journal of Psychiatry Research Reviews & Reports*. 2021. Vol. 3(3): 1-7 p.. Disponibil: <https://www.onlinescientificresearch.com/articles/the-many-faces-of-child-emotional-maltreatment.pdf> (vizitat 07.12.2021)



- 175.ROSENBAUM, M., SMIRA K. Cognitive and personality factors in the delay of gratification of hemodialysis patients. În: *Journal of Personality and Social Psychology*. 1986, 51 (2), pp. 357–364. doi.org/10.1037/0022-3514.51.2.357
- 176.ROSENBERG, M. *Comunicarea nonviolentă. Limbajul vieții*. Chișinău: Epigraf, 2005. 225 p. ISBN 9975-924-52-2.
- 177.ROTARU-SÎRBU, N. Formarea sentimentului de securitate psihologică. În: *Probleme actuale ale științelor umanistice*. 2017, vol. XVI, partea a II-a, pp. 196-205. ISBN 978-9975-921- 22-0. – ISSN 1857-0267.
- 178.ROTARU – SÎRBU, N. The influence of child abuse Conferința: The Contemporary Issues of the Socio-Humanistic Sciences: International Scientific Conference, 11th Edition: Problemele contemporane ale științelor socioumaniste. XI, 3-4 decembrie 2020. Chișinău: Tipografia Print-Caro, 2020, p. 70.
- 179.ROTARU – SÎRBU, N. *The impact of Childhood Abuse on Women*. 12th Lumen International Scientific Conference, RSACVP 2019, Iași, 2019. p. 243
- 180.ROTARU-SÎRBU, N. (2020). Trăsăturile de personalitate ale femeilor supuse abuzului în copilărie. În: *Psihologie. Pedagogie Specială. Asistență Socială*. 2020, nr. 3 (60), pp. 94-100. ISSN 1857-0224.
- 181.ROTARU-SÎRBU, N. Ostilitatea femeilor abuzate în copilărie. În: *Psihologie, revista științifico-practică*. 2020, nr. 1-2 (36), pp. 66-73. ISSN 1857-2502.10.5281/zenodo.394163.
182. ROTARU-SÎRBU, N., BOTA, A. Disciplinarea abuzivă și cauzele ei. Conferința "Preocupări contemporane ale științelor socioumane; Materialele Conferinței Științifice Internaționale dedicate aniversării de 20 de ani de la fondarea Facultății Științe Sociale și ale Educației. Ediția a X-a Chișinău, 5-6 decembrie, 2019. ISBN 978-9975-3371-7-5.
183. ROTARU-SÎRBU, N., VERDEȘ, A., Sentimentul de culpabilitate la femeile abuzate în copilărie. În: *Formarea inițială și continuă a psihologilor în domeniul protecției copilului față de violență*. Materialele conferinței științifico-practice naționale cu participare internațională, 26 octombrie 2018. Chișinău: UPS „Ion Creangă”, 2018, p. 9-15. ISBN 978- 9975-134-29-3
- 184.ROTH-SZAMOSKOZI, M. *Protecția copilului. Dileme, concepții și metode*. Cluj- Napoca: Presa Universitară Clujeană, 1999. 320 p.
- 185.ROTHSCHILD, B. *Trauma: 8 strategii de vindecare*. București: Herald, 2017. 208 p. ISBN 978-973-111-607-5.
- 186.RUPPERT, F. *Simbioză și autonomie. Trauma și iubire dincolo de complicațiile simbiotice*. București: Trei, 2016. 397 p. ISBN 978-606-719-608-5.
- 187.RUPPERT, F. *Traumă, atașament, constelații familiale, psihoterapia traumei*. București: Trei, 2012. 380 p. ISBN 978-973-707-568-0.

- 188.RUPPERT, F., HARALD, B. *Corpul meu, trauma mea, eul meu. Constelarea intenției eliberarea de biografia traumatică*. București: Trei, 2018. 496 p. ISBN 978-606-40-0565-6.
- 189.RYAN, G. Childhood sexuality: a decade of study, part I – research and curriculum development. În: *Child Abuse & Neglect*. 2000, vol. 24, nr. 1, pp. 33–48 p.
- 190.SATIR V. *Terapia familiei*. București: Trei, 2011. 391 p. ISBN 978-973-707-482-9.1
- 191.SCHMIDT, E., ELDRIDGE, A. The attachment relationship and child maltreatment. În: *Infant Mental Health Journal*. 1986, 7 (4), pp. 264–273.
- 192.SCHMITT, L., SAGODI, A., RIEU, J., VELUT, N., BUI, E. *Primii pași în psihoterapie: manualul terapeutului*. Iași: Polirom, 2011, 237 p. ISBN 978-973-46-1994-8.
- 193.SCHORNSTEIN L. S. *Violență domestică și asistența medicală*. Chișinău: Epigraf, 2003. 204 p. ISBN 9975-903-79-7.
- 194.SCHWARTZ, R. Refining the theory of basic individual values. În: *Journal of Personality and Social Psychology*. 2012, 103 (4), pp. 663-688.
- 195.SEDDIG, D. Values, Attitudes Toward Interpersonal Violence, and Interpersonal Violent Behavior. În: *Frontiers in psychology*. 2018, 9:604. [citat 10.06.2022]. DOI: 10.3389/fpsyg.2018.00604.
- 196.SELIGMAN, M. E. P., CSIKSZENTMIHALYI, M. Positive Psychology. În: *American Psychologist*. 2000, vol. 55 (1), pp. 5-14.
- 197.SELIGMAN, M. E.P. *Ce putem și ce nu putem schimba. Ghid complet pentru succesul în dezvoltarea personală*. București: Humanitas, 2013. 416 p.
- 198.SENEJANI, M. J., DAST, T. T., FARHANGI, A. H. Examining the relationship between psychological security, emotional maturity, and attachment styles and marital adjustment. În: *International Journal of Medical Research & Health Sciences*. 2016, 5, pp. 229-239. ISSN: 2319-5886.
- 199.SETHI, D., BELLIS, M. et al. *European report on preventing child maltreatment*. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe. WHO, 2013. ISBN: 978-92-890-0028-4. Disponibil: [https://www.euro.who.int/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0019/217018/European-Report-on-Preventing-Child-Maltreatment.pdf](https://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0019/217018/European-Report-on-Preventing-Child-Maltreatment.pdf). (vizitat 12.02.2022).
- 200.SHIROM, A. Job-related burnout: A review. În: *Handbook of occupational health psychology*. 2003, pp. 245-264. doi.org/10.1037/10474-012
- 201.SILLAMY, N. *Dicționar de psihologie Larousse*. București: Univers Enciclopedic. 1996, 347 p. ISBN 973-9243-25-8.
- 202.SILVERN, L., KAERSVANG, L. The traumatized children of violent marriages. În: *Child Welfare: Journal of Policy, Practice, and Program*. 1989, 68 (4), pp. 421–436.

- 203.SÎMBOTEANU, D. *Cum să ajutăm copiii abuzați sexual? Ghid pentru părinți*. Chișinău: Copyright, 2012, 30 p. ISBN 978-9975-80-624-4.
- 204.SÎMBOTEANU, D., CHEIANU-ANDREI, D. *Corelația dintre abuzul sexual în copilărie și comportamentul sexual riscant ulterior Studiu*. Chișinău: Tipografia „Foxtrot”, 2016. pp. 71-73. [citată 25.08.2021] ISBN: 978-9975-89-014-4. Disponibil: <https://cnpac.org.md/uploaded/Amicel/Studii/Studiu%20rom.%20pdf.pdf>.
- 205.SION, G. *Psihologia vârștelor*. București: Editura Fundației „România de mâine”, 2007. 255 p. ISBN 978-973-163-013-7.
- 206.SMITH, B. W., TOOLEY, E. M., CHRISTOPHER, P., KAY, V. S. Resilience as the ability to bounce back: A neglected personal resource? În: *Journal of Positive Psychology*. 2010, vol. 5 (3), pp. 166–176.
- 207.SMITH, R. L., STEVENS-SMITH, P. *Family counseling and therapy. Major issues and topics*. Michigan: ERIC, 1992. 465 p. ISBN 1-56109-045-X.
- 208.Sondajul privind violența împotriva copiilor și tinerilor. Chișinău, 2019. Disponibil: [https://www.togetherforgirls.org/wp-content/uploads/Moldova-VACS-report\\_Romanian.pdf](https://www.togetherforgirls.org/wp-content/uploads/Moldova-VACS-report_Romanian.pdf)
- 209.STOICA-CONSTANTIN, A. *Conflictul interpersonal. Prevenire, rezolvare și diminuarea efectelor*. Iași: Politom, 2004. 304 p., ISBN 973-681-784-9.
- 210.Studiul „Corelația dintre abuzul sexual în copilărie și comportamentul sexual riscant ulterior”. Chișinău, 2011. Disponibil: [https://childhub.org/sites/default/files/library/attachments/studiu\\_cu\\_sumar\\_in\\_engleza.pdf](https://childhub.org/sites/default/files/library/attachments/studiu_cu_sumar_in_engleza.pdf)
- 211.SZENTAGOTAI-TĂȚAR A., DAVID, D. *Tratat de psihologie pozitivă*. Iași: Polirom, 2017. 339 p. ISBN 978-973-46-6234-0.
- 212.TAORMINA, R.J., SUN, R. Antecedents and outcomes of psychological insecurity and interpersonal trust among chinese people. În: *Psychological Thought*. 2015, 8 (2), pp. 173-188.
- 213.TOARTĂ, V, VREMIȘ, M. *Mecanismul de monitorizare a implementării actelor intersectoriale și sectoriale în domeniul prevenirii și combaterii violenței, neglijării, exploatării și traficului copilului: provocări și perspective: Studiu*. Chișinău: Artpoligraf, 2017. 84 p., ISBN 978-9975-3129-4-3.
- 214.TOMM K. Interventive interviewing: Part I. Strategizing as fourth guideline for the therapist. În: *Family Process*. 1987, vol. 26, pp. 3-13. doi:10.1111/j.1545-5300.1987.00003.x
- 215.TRANDAFIR, M. Neajutorarea învățată. În: *Revista de Psihoterapie Integrativă*. 2016, vol.5 (1), pp.13-17.
- 216.TREISMAN, K. *Instrumentar de tehnici terapeutice creative*, București: Trei, 2020. 90 p.

- 217.TSABARY, S. *Familia conștientă. O revoluție de parentaj sau despre cum să ne creștem copiii cu atenție și înțelepciune*. București: Herald, 2018. 480 p., ISBN 978-973-111-685-3.
- 218.TUFEANU, M. Provocări în dezvoltarea adolescenților în contextul schimbărilor sociale de la începutul mileniului al III-lea, În: *Psihologie. Revistă științifico-practică*. 2012, vol. 3, pp. 3–15.
- 219.TURCHINĂ, T., CIUBOTARU, C. Stilul de atașament și satisfacția comunicării în relația părinți – copii. În: *Psihologie, revistă științifico-practică*. Chișinău, 2012, nr. 2, pp. 3-13.
- 220.TURLIUC, M., DĂNILĂ, O., KARNER A. *Violența în familie. Teorii particularități și intervenții specifice*. Iași: Editura Universității „Alexandru Ioan Cuza”, 2009. 208 p. ISBN 978-973-703-436-6.
- 221.VASILE, D., L. *Introducere în psihologie și psihosexologie*. Universitatea Spiru Haret: Editura Fundației „România de mâine”, 2007. 160 p. ISBN 978-973-725-873-1.
- 222.VELEANOVICI, A. *Tulburări emoționale la copiii aflați în situație de abuz și neglijare*: teză de doctor, 2015. CZU:159.942(043.3).
- 223.VERDEȘ, A. Influența situațiilor sociale de dezvoltare diferite asupra formării personalității preadolescentului inferior. În: *Psihologie. Pedagogie Specială. Asistență Socială*, nr. 9. [citat 01.09.2020]. Disponibil: [\[https://www.upsc.md/wp-content/uploads/2017/03/cer\\_pub\\_ppsas\\_nr\\_9\\_-2007.pdf\]](https://www.upsc.md/wp-content/uploads/2017/03/cer_pub_ppsas_nr_9_-2007.pdf).
- 224.VERDEȘ, A., ROTARU-SÎRBU, N. Cognitive Emoțional Coping Strategies în Woman abused in Their Childhood. În: *Scientific Annals of the „Alexandru Ioan Cuza” University, Iași, new Sociology an Social Work Section*. Iași, 2019, vol.12 (1). pp 61- 68. ISSN: 2066 - 8961
- 225.VERDEȘ, A., ROTARU-SÎRBU, N. Sentimentul de culpabilitate la femeile abuzate în copilărie. În: *Formarea inițială și continuă a psihologilor în domeniul protecției copilului față de violență*. Materialele conferinței științifico-practice naționale cu participare internațională, 26 octombrie 2018. Chișinău: UPS „Ion Creangă”, 2018, p. 9-15. ISBN 978- 9975-134-29-3
- 226.VERDEȘ, A., Studiul anxietății față de examene la studenții psihologi. 2016 În: *Revista de studii psihologice* [online]. Universitatea „Hyperion”, București, nr.1–2, p. 100-106 [citat 06.08.2020]. Disponibil: [https://psihologie.hyperion.ro/wp-content/uploads/2016/04/REVISTA-DE-STUDII-PSIHOLOGICE\\_Nr.-2-1.pdf](https://psihologie.hyperion.ro/wp-content/uploads/2016/04/REVISTA-DE-STUDII-PSIHOLOGICE_Nr.-2-1.pdf)
- 227.VULPESCU, A., DUMITRIU, G. *Ajutor! Iubesc și doare! Ghid de igienă emoțională*. București: Bookzone, 2018. 256 p.
- 228.WALBY, S., TOWERS, J. Measuring violence to end violence: mainstreaming gender. În: *Journal of Gender-Based Violence*. 2017, vol. 1 (1), pp. 11–31. DOI: 10.1332/239868017X14913081639155.

229. WALLER, D. Art Therapy for Children: How It Leads to Change. În: *Clinical Child Psychology and Psychiatry*. 2006, 11(2), pp. 271-282.
230. WALLIN, D. *Atașamentul în psihoterapie*. București: Trei, 2010. 464 p. ISBN 978-973-707-997-8.
231. WATERS, E., MERRICK, S., TREBOUX, D., CROWEL, J., ALBERSHEIM L. (2000) Attachment security in infancy and early adulthood: a twenty-year longitudinal study. În: *Child Development*. 2000, vol. 71 (3), 684-689. DOI 10.1111/1467-8624.00176.
232. WEBBER, M. *Pașii transformării*. Iași: Kolos, 2008. 215 p. ISBN 978-973-1810-12-6.
233. WILLIAMS, J. M. G., RUSSELL, I., RUSSEL, D. Mindfulness-based cognitive therapy: further issues in current evidence and future research. În: *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 2008, vol. 76, nr. 3, pp. 524 –529.
234. WILSON, J. *Prestația în practica terapeutică. Îmbogățirea repertoriului psihoterapiei cu copii și familii*. Iași: Editura Institutului pentru Copil și Familie, 2010. 222 p.
235. WINNICOTT, D.V. (2013). *Copilul, familia și lumea exterioară*. București: Trei, 2010. 293 p. ISBN 978-973-707-683-0.
236. WOLYNN, M. *Povestea ta a început demult. Cum să vindeci traumele familiale moștenite*. București: Trei, 2016. 264 p. ISBN 978-606-719-932-1.
237. XIAO, Z, BALDWIN, MM. The impact of childhood psychological maltreatment on mental health outcomes in adulthood: A protocol for a systematic review and metaanalysis. In: *Systematic Reviews*. 2021. Vol. 10, no.1. 10:224 p. Disponibil: <https://www.pure.ed.ac.uk/ws/portalfiles/portal/245210362/XiaoEtal2021SRTheImpactOfChildhoodPsychologicalMaltreatment.pdf> (vizitat 19.03.2022).
238. ZLATE M. *Psihologia mecanismelor cognitive*. Iași: Polirom, 2004. 528 p. ISBN 973-683-278-3.
239. БАЕВА И.А. *Обеспечение психологической безопасности в образовательной учреждении: практическое руководство*. СПб: Речь, 2006. 288 с.
240. БАЕВА, И.А. *Психологическая защищенность и психологическая безопасность современного человека*. Санкт-Петербург: «Союз», 2002. 137 с. ISBN 5-94033-148-3.
241. БАЕВА, И.А. Психологические ресурсы защищенности студентов как показатель психологической безопасности личности. В: *Электронный журнал «Психологическая наука и образование»*. 2013, vol. 5 (1). Disponibil: [https://psyjournals.ru/psyedu\\_ru/2013/n1/59061.shtml](https://psyjournals.ru/psyedu_ru/2013/n1/59061.shtml).
242. БАРАНОВА, О. Применение теста Р. Жилия для исследования межличностных отношений детей в семье. В: *Школьный психолог*. 2001, nr. 41. [citată 23.12.2014]. Disponibil: <https://psy.1sept.ru/article.php?ID=200104108>.

243. БОДРОВ В. А. Проблема преодоления стресса. Ч. 2. Процессы и ресурсы преодоления стресса. В: *Психологический журнал*. 2006, т. 27 (2), с. 113–122.
244. БРИШ К. Х. *Терапия нарушений привязанности: От теории к практике*. М.: Когито-Центр, 2012. 316 с.
245. ВИЗЕЛЬ, Т.Г., СЕНКЕВИЧ Л.В., ЯНЫШЕВА В.А., ЖЕЛЕЗНОВА А.К. *Девиянтное поведение подростков: теории и эксперименты*. Тула: Факультет повышения квалификации Моск. гор. психолого-педагогического ун-та, 2007. 341 с.
246. ГИЛЬЯШЕВА, И.Н., ИГНАТЬЕВА, Н.Д. *Методика исследования межличностных отношений ребенка. Методическое пособие*. М.: Фолиум, 1994. 64 с. ISBN 978-5-17-049383-8.
247. ДИКАЯ, Л.Г., ЖУРАВЛЕВ, А.Л. *Психология адаптации и социальная среда: современные подходы, проблемы, перспективы*. Москва: «Институт психологии РАН», 2007. 624 с.
248. ЗОТОВА, О. Ю. Эмоциональная безопасность личности в контексте жизненного пути. В: *Дискуссия, Журнал научных публикаций*. 2015, № 9 (61), с. 76-84.
249. КАБАЧЕНКО Т.С. *Психология в управлении человеческими ресурсами: Учебное пособие*. СПб.: Питер, 2003. 400 с. ISBN 5-318-00457-1.
250. КОНДАКОВА, И. В. *Личностные ресурсы психологической защищенности взрослых, переживших насилие в детстве*. Автореферат по ВАК 19.00.13, кандидат психологических наук, 2012. 195 с.
251. КОНДРАТЬЕВ, М.Ю., КОНДРАТЬЕВ Ю. М. *Психология отношений межличностной значимости*. М.: ПЕР СЭ, 2006. 272 с. ISBN 5-9292-0154-4.
252. КРАСИЛО А.И. Проблемы диагностики психологической безопасности образовательной среды. Часть 1. В: *Психологическая наука и образование*. 2013, т. 18, № 1, с. 28-38. ISSN: 1814-2052 / 2311-7273.
253. КУЛИКОВ, А. М., КРИШТАЛЬ, Т. Ю., ВАХРУШЕВА, Г. В. *Сексуальность подростков: как к ней относиться?* Санкт-Петербург: Издательство Политехнического Университета, 2008. 70 с. ISBN 978-5-7422-1997-2.
254. ЛЕОНТЬЕВ, Д.А. Саморегуляция, ресурсы и личностный потенциал. В: *Сибирский психологический журнал*. 2016, № 62, с. 18–37.
255. ЛОБАНОВА, А.В., МУЗЫЧЕНКО Л.С. Изучение факторов, обеспечивающих психологическую безопасность личности подростков. В: *Известия ТулГУ. Гуманитарные науки*. 2012, №2, с. 12–18.

- 256.ЛОГВЕНОК, О.В. *Проявления психологической защищенности в отношении к людям*. Тезисы Междунар. науч.-практ. конф. студентов и аспирантов «Психология XXI века». СПб.: Изд-во СПб. ун-та, 2001, 572 с.
- 257.МАНУХИНА Н. *Созависимость глазами системного терапевта*. 2-е изд. Москва: Независимая фирма „Класс”, 2016, 336 с. ISBN 978-5-86375-219-8.
- 258.МУЗДЫБАЕВ. К. Стратегия совладания с жизненными трудностями. Теоретический анализ. В: *Журнал социологии и социальной антропологии*. 1998, том 1 (2), с. 100-111.
- 259.ОРЕЛ, А.Н. *Методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению: руководство*. Ярославль: НПЦ «Психодиагностика», 1999. 17 с.
- 260.ПЛАТОНОВА, Н. М., ПЛАТОНОВА, Ю. П. *Насилие в семье: Особенности психологической реабилитации. Учебное пособие*. СПб.: Речь, 2004, 154 с. ISBN 5-9268-0298-9.
- 261.ПОГОДАЕВА, М.В. Аксиологический подход к воспитанию личности безопасного типа поведения. В: *Мир науки. Педагогика и психология*, 2018, 6 (1), 2 с.
- 262.*Практикум по психологии здоровья*. Под редакцией заслуженного деятеля науки Российской Федерации, доктора психологических наук, профессора Г. С. НИКИФОРОВА СПб.: Питер, 2005. 351 с.
- 263.РОЩИН, С.К., СОСНИН, В.А. Психологическая безопасность: Новый подход к безопасности человека, общества и государства. В: *Российский монитор*, 1995, №. 6, с. 133-144.
- 264.СМЫК Ю.В. Состояние психологической защищенности подростков, склонных к девиантному поведению. В: *Интернет-журнал «Мир науки»*. 2018, №4 (6), с. 1-9.
- 265.СМЫК, Ю.В. Ресурсный подход в развитии личности. В: *Материалы Всеросс. Науч.-практ. конф. «Педагог-психолог в современном образовании: личностный потенциал и его развитие»*. Иркутск: Аспринт, 2017, с. 12-17.
- 266.СОЛОВЬЕВА С.Л. Ресурсы личности. В: *Медицинская психология в России: электрон. науч. журн.* 2010, №2 (3). Disponibil: [http://mprj.ru/archiv\\_global/2010\\_2\\_3/nomer/nomer02.php](http://mprj.ru/archiv_global/2010_2_3/nomer/nomer02.php)
- 267.СОЛОВЬЕВА С.Л. *Справочник практического психолога: Психотерапия*. М.: АСТ; СПб.: Сова, 2007. 575 с. ISBN 5-17-030054-9
- 268.СУХОВ, А. Н. *Основы социальной психологии: учебное пособие*. Москва: КНОРУС, 2018. 242 с.
- 269.ФРАНКЛ, В. *Человек в поисках смысла*. М.: Прогресс, 1990. 368 с. ISBN 5-01-001606-0

270. ХАЗОВА С.А. Ментальные ресурсы субъекта в разные возрастные периоды: дис. др. психол. наук. Кострома, 2014. 540 с. Disponibil: <https://www.dissercat.com/content/mentalnye-resursy-subekta-v-raznye-vozzrastnye-periody>
271. ХАРЛАМЕНКОВА, Н. Е., et al. *Психологическая безопасность личности. ИмPLICITная и эксплицитная концепции*. Москва: «Институт психологии РАН», 2017.
272. ХЬЕЛЛ, Л., ЗИГЛЕР Д. *Теории личности. Основные положения, исследования и применение*. СПб.: Питер Ком, 1998. 608 с.
273. ШАПАТИНА, О.В., ПАВЛОВА, Е.А. *Психология развития и возрастная психология: учебно-методический комплекс для специальности*. Самара: «Универс-групп», 2007. 204 с.
274. ЭКСАКУСТО Т. В., ЛЫЗЬ Н. А. Психологическая безопасность в проблемном поле психологии. В: *Сибирский психологический журнал*. 2010, № 37, с. 86-91. УДК 159 9.
275. ЭРИКСОН, М. *Семинар с доктором медицины Милтоном Г. Эриксоном (Уроки гипноза)*. Москва: Класс, 1994. 336 с. ISBN 0-87630-247-9.
276. ЭРИКСОН, Э. *Детство и общество*. СПб.: Ленато, АСТ, Фонд «Университетская книга», 1996. 592 с.
277. ЮДИН, Н.В. Личностные ресурсы психологической защищенности студентов вуза в трудных жизненных ситуациях. В: *Психология*. 2009, № 98 (1), 317-320 с.



## ANEXE

### Anexa 1. Teste și scale administrate în vederea culegerii datelor **Chestionarul pentru depistarea atașamentului**, elaborat de *Collins și Read (AAS - Adult Attachment Scale)*

Chestionarul este alcătuit din 18 itemi, a câte 6 pentru fiecare tip de atașament:

1. Atașamentul securizant – itemii: 3,4,7,13,14,17;
2. Atașamentul evitant – itemii: 1,2,5,15,16,18;
3. Atașamentul anxios-ambivalent - itemii: 6,8,9,10,11,12.

Fiecare item este însoțit de o scală de 5 trepte: 1- dezacord puternic, 2- dezacord parțial, 3 – nu știu, 4- acord parțial, 5 acord puternic.

**Instrucțiune:** subiecții sunt rugați să evalueze, în conformitate cu aceste scale, în ce măsură afirmațiile (din itemi) îi caracterizează, în general, și prezintă modul lor de a se simți. Se calculează media aritmetică a scorurilor obținute pe subiecți la fiecare stil de atașament, având, drept urmare, 3 scoruri. Se consideră că subiectul are acel stil de atașament la care scorul obținut este cel mai mare.

	Item	Dezacord puternic	Dezacord parțial	Nu știu	Acord parțial	Acord puternic
1.	Mă simt neplăcut să ajung să depind de alții					
2.	Oamenii nu sunt niciodată acolo unde ai nevoie de ei					
3.	Mă simt în largul meu atunci când depind de alții					
4.	Știu că ceilalți vor fi acolo unde am nevoie de ei					
5.	Îmi este greu să am încredere în alții					
6.	Nu sunt sigur că pot avea întotdeauna încredere că ceilalți vor fi acolo unde am nevoie de ei					
7.	Nu mă îngrijorez frecvent dacă voi fi abandonat					
8.	Adesea îmi este teamă că de fapt partenerul/a nu mă iubește.					
9.	Mi se pare că ceilalți sunt rezervați în a-mi deveni apropiați pe cât mi-ar plăcea mie					
10.	Îmi este teamă adesea că partenerul/a nu își dorește să rămână cu mine					
11.	Îmi doresc o comuniune deplină cu o altă persoană					
12.	Dorința mea de comuniune îi sperie câteodată pe ceilalți					
13.	Mi se pare relativ ușor să mă apropiu de ceilalți					
14.	Nu mă îngrijorez frecvent că cineva mi-ar putea deveni prea apropiat					
15.	Mă simt oarecum stingherit să mă apropiu de alții					
16.	Mă irită când cineva vrea să-mi devină mai apropiat					
17.	Mă simt în largul meu când ceilalți depind de mine					
18.	Adesea iubitul/a meu(me) vrea mai mult să avem o relație mai intimă decât să mă simt eu bine					

**Scala pentru depistarea abuzului și traumei**, elaborată de B. Sanders, E. Becker-Lausen

Acest chestionar are drept scop să evalueze atmosfera generală de acasă și să surprindă ceea ce simți privitor la felul în care ai fost sau ești tratat de către părinți. Dacă nu ai fost crescut de către părinții tăi naturali, te rugăm să răspunzi, gândindu-te la cei care te-au crescut. Dacă întrebarea se referă la ambii părinți, iar tu consideri că atitudinea lor este diferită, atunci răspunde luând în considerare comportamentul părintelui mai sever.

Răspunde bifând numărul ce corespunde următoarelor definiții:

**0** = niciodată **1** = rar **2** = uneori **3** = foarte des **4** = totdeauna

NR.	Întrebări	Variante
1	Părinții se distrează pe socoteala ta?	0.....1.....2.....3.....4
2	Ai căutat vreodată ajutor sau ai cerut sfaturi în afara familiei din cauza problemelor de acasă?	0.....1.....2.....3.....4
3	Părinții tăi își spun cuvinte grele unul altuia?	0.....1.....2.....3.....4
4	Trebuie să urmezi un regim de viață strict la tine în familie?	0.....1.....2.....3.....4
5	Când ești pedepsit, înțelegi care este motivul?	0.....1.....2.....3.....4
6	Atunci când nu te conformezi regulilor casei ești pedepsit? (notează lângă tabel de câte ori ești pedepsit într-o săptămână sau într-o lună)	0.....1.....2.....3.....4
7	Te simți nedorit sau neiubit îndeajuns?	0.....1.....2.....3.....4
8	Părinții tăi te insulta și îți pun porecle?	0.....1.....2.....3.....4
9	S-a întâmplat ca cineva să atingă părțile tale intime fără voia ta?	0.....1.....2.....3.....4
10	Părinții tăi au deseori conflicte între ei?	0.....1.....2.....3.....4
11	Părinții tăi participă la activitățile tale școlare?	0.....1.....2.....3.....4
12	Ai fost sau ești pedepsit prin utilizarea unor modalități neobișnuite (ești legat sau închis undeva)?	0.....1.....2.....3.....4
13	Ai avut experiențe sexuale în copilărie despre care ți-e greu să vorbești?	0.....1.....2.....3.....4
14	Te-ai gândit vreodată că ai vrea să-ți părăsești familia și să trăiești cu o altă familie?	0.....1.....2.....3.....4
15	Ai fost bătut vreodată astfel încât să ai nevoie de îngrijire?	0.....1.....2.....3.....4
16	Te-ai gândit vreodată serios că ai vrea să fugi de acasă?	0.....1.....2.....3.....4
17	Ai fost sau ești pedepsit prin bătaie?	0.....1.....2.....3.....4
18	Când erai pedepsit, fiind copil mic, considerai pedeapsa ca fiind una meritată?	0.....1.....2.....3.....4
19	Fiind copil mic ai simțit că nu ești agreat de unul dintre părinții tăi?	0.....1.....2.....3.....4
20	Cât de des se supărau cu adevărat părinții tăi pe tine?	0.....1.....2.....3.....4
21	Fiind copil mic ai simțit că la voi în familie violența poate izbucni oricând?	0.....1.....2.....3.....4
22	Poți să aduci alți copii sau tineri la voi acasă?	0.....1.....2.....3.....4
23	Acasă te simți în siguranță?	0.....1.....2.....3.....4
24	Când ești pedepsit, simți că pedeapsa este în acord cu gravitatea faptei?	0.....1.....2.....3.....4
25	Părinții tăi te critică mult?	0.....1.....2.....3.....4
26	Ți s-a întâmplat sau ți se întâmplă ca drept pedeapsă să nu primești de mâncare?	0.....1.....2.....3.....4
27	Erai lăsat mult timp singur atunci când erai mic?	0.....1.....2.....3.....4
28	Părinții tăi strigă la tine?	0.....1.....2.....3.....4
29	Ai fost vreodată supus unor acțiuni care ți se păreau indecente atunci când vreunul dintre părinții tăi era sub influența alcoolului?	0.....1.....2.....3.....4
30	Simți nevoia să ai pe cineva căruia să-i împărtășești necazurile tale?	0.....1.....2.....3.....4
31	Cât de des ai fost lăsat singur acasă?	0.....1.....2.....3.....4
32	Te-au învinovățit părinții pentru lucruri pe care nu le-ai făcut?	0.....1.....2.....3.....4
33	Cât de des se întâmplă ca vreunul sau amândoi părinți să bea alcool?	0.....1.....2.....3.....4

34	Te-au bătut vreodată părinții atunci când nu te așteptai?	0.....1.....2.....3.....4
35	Copilăria ta o consideri dificilă?	0.....1.....2.....3.....4

Autorii recomandă următoarele categorii pentru interpretarea rezultatelor:

Subscara privind pedeapsa fizică: (12, 15, 17, 21, 34);

Subscara privind abuzul sexual: (9, 13, 29, 30);

Neglijare, atmosferă stresantă: (2, 7, 10, 11, 14, 16, 19, 27, 30, 31, 33, 35);

Subscala privind abuzul emoțional (1, 3, 4, 5, 6, 8, 18, 20, 22, 23, 24, 25, 26, 28, 32).

### **Chestionar de personalitate**, elaborat de H. Leongard, H. Schmieschek

Utilizarea chestionarului poate fi individuală sau colectivă. Subiecții nu sunt presați sau invitați să lucreze repede. Timpul de lucru este liber, dar în linii mari, variază între 30 – 60 de min., în dependență de ritmul gândirii și gradul de înțelegere al fiecărui subiect. Nu se lucrează pe sărite, ci concomitent, se citește fiecare întrebare și se răspunde imediat.

**Instrucțiune:** „Vi se prezintă un șir de afirmații referitoare la personalitatea dvs. Citiți cu atenție fiecare afirmație și răspundeți prin „DA”, dacă vă caracterizează sau „NU”, dacă afirmația în cauză nu se referă la dvs.. Fiți atenți, nu lăsați nicio întrebare fără răspuns.”

1. În general, sunteți un om vioi și fără griji?
2. Sunteți sensibil la jigniri?
3. Vă dau uneori repede lacrimile?
4. După ce ați terminat cu bine o treabă oarecare, vi se întâmplă totuși să vă îndoiiți că ați făcut bine și nu aveți liniște până nu vă convingeți încă o dată?
5. În copilărie ați fost la fel de îndrăzneț ca și cei de-o vârstă cu dvs.?
6. Dispoziția dvs. este schimbătoare – de la mare bucurie la mare tristețe?
7. De obicei, într-o reuniune amicală sunteți în centrul atenției?
8. Sunt zile în care, fără motiv, în mod aparent, sunteți îmbufnat și iritat, încât este mai bine să nu vi se adreseze nimeni?
9. Credeți că sunteți o persoană serioasă?
10. Sunteți în stare să vă entuziasmați puternic?
11. Sunteți foarte întreprinzător?
12. Uitați ușor dacă cineva v-a jignit?
13. Sunteți foarte milos?
14. Atunci când puneți o scrisoare în cutia poștală, obișnuiți să verificați cu mâna dacă scrisoarea a intrat cu adevărat?
15. Aveți ambiția ca la locul de muncă să fiți printre cei mai buni angajați?
16. Vă este frică (sau v-a fost atunci când erați copil) de furtună și de câini?
17. Unele persoane vă cred un pic pedant?

18. Dispoziția dvs. depinde de situațiile prin care treceți?
19. Sunteți întotdeauna agreat, simpatizat de către cunoscuții dvs.?
20. Aveți, uneori, stări de neliniște și de tensiune (încordare) puternică?
21. De obicei, vă simțiți constrâns de ceva, deprimat?
22. Ați avut până în prezent crize de plâns sau crize nervoase?
23. Vă este greu să stați așezat pe un scaun timp mai îndelungat?
24. Când cineva vă nedreptățește, luptați energic pentru apărarea intereselor dvs.?
25. Sunteți în stare să tăiați un animal?
26. Vă supără faptul că, acasă, perdeaua sau fața de masă sunt aranjate un pic greșit și le rearanjați imediat într-o poziție corectă?
27. Când erați copil, vă era frică să rămâneți seara singur în casă?
28. Vi se schimbă des dispoziția fără motiv?
29. În activitatea dvs. profesională sunteți întotdeauna cel mai capabil?
30. Vă înfuriați repede?
31. Puteți fi câteodată, cu adevărat, exuberant, voios?
32. Puteți, uneori, să trăiți un sentiment de fericire deplină?
33. Cum credeți, ați putea să fiți prezentatorul unei emisiuni sau al unei festivități?
34. De obicei, le spuneți oamenilor în mod deschis părerea?
35. Vă impresionează dacă vedeți sânge?
36. Vă place o activitate cu mare răspundere personală?
37. Sunteți înclinat să interveniți pentru oamenii cărora li s-a făcut o nedreptate?
38. Vă este teamă să vă duceți într-o pivniță, cameră întunecoasă?
39. Preferați mai mult activitățile care trebuie făcute încet și foarte exact decât cele care pot fi făcute repede și fără migală?
40. Sunteți o persoană foarte sociabilă?
41. La școală vă plăcea (vă place) să recitați poezii?
42. Ați fugit vreodată de acasă atunci când erați copil?
43. Vi se pare grea viața?
44. Vi s-a întâmplat să fiți atât de tulburat de conflicte sau supărări, încât v-a fost imposibil să vă mai duceți la lucru?
45. S-ar putea spune despre dvs. că, în general, nu vă pierdeți prea repede buna dispoziție atunci când aveți un insucces?
46. Dacă v-a jignit cineva, faceți primul pas spre împăcare?
47. Vă plac animalele?

48. Vă întoarceți uneori din drum ca să vă convingeți că acasă sau la locul de muncă totul este în regulă și că nimic nu se poate întâmpla?
49. Sunteți câteodată chinuit de o frică nelămurită că dvs. sau rudelor dvs. li s-ar putea întâmpla ceva rău?
50. Credeți că dispoziția dvs. depinde de starea vremii?
51. V-ar fi dificil să vorbiți în fața publicului?
52. Când cineva vă necăjește și o face intenționat, ați fi în stare să vă ieșiți din fire și să vă încăierati?
53. Vă plac mult petrecerile?
54. Vă simțiți adânc descurajat atunci când sunteți decepționat?
55. Vă place o muncă unde dvs. trebuie totul să organizați?
56. În mod obișnuit, urmăriți cu tărie scopul pe care vi l-ați propus, chiar dacă întâmpinați rezistență?
57. Poate să vă influențeze într-atât un film tragic încât să vă dea lacrimile?
58. Vi se întâmplă să adormiți cu greutate pentru că vă gândiți la problemele zilei sau ale viitorului?
59. Ca școlar, ați șoptit colegilor sau i-ați lăsat să copieze de la dvs.?
60. V-ar displace să treceți prin cimitir, în întuneric?
61. Aveți grijă ca, acasă, fiecare lucru să aibă locul lui?
62. Vi se întâmplă dimineața să vă treziți indispus și apăsător, stare care poate să dureze câteva ore?
63. Puteți să vă adaptați ușor la situațiile noi?
64. Aveți uneori dureri de cap?
65. Râdeți des?
66. Față de oamenii pentru care nu aveți considerație, vă puteți purta foarte prietenos, în așa fel încât să nu observe adevărata atitudine despre ei?
67. Sunteți o persoană vioaie, plină de viață?
68. Suferiți mult din pricina nedreptății?
69. Sunteți un prieten categoric al naturii?
70. Aveți obiceiul ca, atunci când plecați de acasă sau mergeți la culcare, să controlați întotdeauna starea unor lucruri (dacă gazul este închis, dacă aparatele electrice sunt scoase din priză ori dacă ușile sunt încuiate)?
71. Sunteți sperios?
72. Vi se poate schimba dispoziția în urma consumului de alcool?
73. Colaborați sau ați colaborat cu plăcere, în tinerețea dvs., la cercuri teatrale de amatori?
74. Vă este câteodată dor de depărtări?

75. În mod obișnuit, vă gândiți la viitor cu optimism?
76. Vi se poate schimba atât de puternic dispoziția încât să aveți, uneori, un mare sentiment de bucurie, pentru ca apoi să cădeți într-o stare de amărăciune?
77. Vă este ușor să creați o bună dispoziție la o întâlnire, reuniune?
78. De obicei, sunteți supărat foarte multă vreme?
79. Vă afectează puternic suferința unor oameni?
80. În mod obișnuit, în caietele de la școală ați scris repetat o pagină, dacă se întâmplă să pătați cu cerneală foaia?
81. Se poate spune că, în general, în raport cu oamenii sunteți mai mult prudent și bănuitor decât încrezător?
82. Aveți deseori vise însoțite de spaime?
83. Sunteți deseori terorizat de gândul că, fiind pe peronul unei gări, ați putea fi aruncat înaintea trenului împotriva dorinței dvs?
84. În mod obișnuit, puteți fi vesel într-un loc plăcut?
85. În general, vă debarasați de problemele apăsătoare și nu vă mai gândiți la ele?
86. Când consumați alcool deveniți, de obicei, impulsiv?
87. În discuții sunteți mai degrabă zgârcit la vorbă, decât vorbăreț?
88. Atunci când trebuie să colaborați la o reprezentație teatrală, ați putea să vă însușiți atât de bine rolul, încât să uitați că e doar un spectacol?

#### **Analiza rezultatelor:**

Chestionarul determină manifestările de personalitate dominante. El este alcătuit din 88 de întrebări care, fiind clasate în 10 grupe (I - X), permite evidențierea unor trăsături „accentuate” ale personalității:

- **Grupa I**, cu 12 întrebări, se referă la demonstrativitate;
- **Grupa II**, cu 12 întrebări, se referă la hiperexactitate;
- **Grupa III**, cu 12 întrebări, se referă la hiperperseverență;
- **Grupa IV**, cu 8 întrebări, se referă la nestăpânire;
- **Grupa V**, cu 8 întrebări, se referă la hipertimie;
- **Grupa VI**, cu 8 întrebări, se referă la distimie;
- **Grupa VII**, cu 8 întrebări, se referă la ciclotimie;
- **Grupa VIII**, cu 4 întrebări, se referă la exaltare;
- **Grupa IX**, cu 8 întrebări, se referă la anxietate;
- **Grupa X**, cu 8 întrebări, se referă la emotivitate.

Analiza se efectuează în două etape. Mai întâi se urmăresc răspunsurile la întrebări pentru fiecare dintre cele 10 grupe de trăsături (I-X), conform cheii prezentate mai jos, aflându-se, astfel, valorile brute individuale.

1. Grupa I – Demonstrativ  
DA: 7, 19, 22, 29, 41, 44, 63, 66, 73, 85, 88; NU: 51;
2. Grupa II – Hiperexact  
DA: 4, 14, 17, 26, 39, 48, 58, 61, 70, 80, 83; NU: 36;
3. Grupa III – Hiperperseverent  
DA: 2, 15, 24, 34, 37, 56, 68, 78, 81; NU: 12, 46, 59;
4. Grupa IV – Nestăpânit  
DA: 8, 20, 30, 42, 52, 64, 74, 86;
5. Grupa V – Hipertim  
DA: 1, 11, 23, 33, 45, 55, 67, 77;
6. Grupa VI – Distimic  
DA: 9, 21, 43, 75, 87; NU: 31, 53, 65.
7. Grupa VII – Ciclotim  
DA: 6, 18, 28, 40, 50, 62, 72, 84.
8. Grupa VIII – Exaltat  
DA: 10, 32, 54, 76.
9. Grupa IX – Anxios  
DA: 16, 27, 38, 49, 60, 71, 82. NU: 5.
10. Grupa X – Emotiv  
DA: 3, 13, 35, 47, 57, 69, 79. NU: 25;

La etapa a doua, în „Tabelul de sinteză” se notează valorile brute pentru fiecare grupă (I - X). Aceste valori se multiplică prin coeficientul stabilit pentru fiecare grupă în parte, obținându-se astfel un rezultat care poate varia de la 0 la 24. Cu cât acest rezultat este mai mare (adică se apropie de 24), cu atât mai mare este și gradul de semnificație a trăsăturii respective, marcându-se astfel direcția de „accentuare” a personalității.

**Tabelul de sinteză**

Grupa	Numărul de întrebări	Valorile brute	Coeficientul de înmulțire	Rezultat	Procentaj
I	12		2		
II	12		2		
III	12		2		
IV	8		3		
V	8		3		
VI	8		3		
VII	8		3		

VIII	4		6		
IX	8		3		
X	8		3		

Coeficientul ajută și la compararea cantitativă a rezultatelor, întrucât, prin înmulțirea efectuată, se obțin valori standard comparative. Valoarea 24 indică un rezultat simptomatic de 100%; valoarea 18 indică 75%; valoarea 12 indică 50%; valoarea 6 indică 25%. Cu referire la interpretarea rezultatelor, autorul chestionarului avansează ideea că se poate vorbi de o „accentuare” în cazul în care numărul de răspunsuri semnificative trece de 50%

Personalitățile „accentuate” nu sunt patologice. Ele se caracterizează prin evidențierea unor trăsături pregnante de caracter.

### Descrierea accentuărilor de personalitate

#### Descrierea accentuărilor de personalitate

**1. Tipul demonstrativ** – egocentrism, teatralism și demonstrativitate comportamentală, autoapreciere neadecvată. Persoanele acestui tip, deseori, mint pentru obținerea scopurilor. La prima vedere, par a minți conștient, dar nu-i așa, ei cu adevărat cred în minciuna prezentată, aceasta le ajută să facă abstracție de gândurile negative. Cauzele acestui comportament pot fi: tendința de a obține succese, avantaje materiale și de a evita efectuarea unui lucru mai greu. Multe dintre aceste persoane așteaptă recunoaștere, încântare, înduioșare, compătimire. Au aptitudini artistice datorită imaginației bogate. Comportamentul le este construit în baza observării diferitor oameni, acest fapt le ușurează adaptarea și câștigă simpatia și predispunerea unor persoane importante. În comunicarea cu aceste persoane se cere o atenție deosebită și concretizarea unor date cu ajutorul întrebărilor. Vorbirea este construită pe un ton ridicat, punând în funcțiune mimica și gesturile. Pe sine se preaslăvesc și se jelesc. Se recomandă: recunoașterea șiretlicurilor, prin a-i ruga să argumenteze (de obicei, nu prea le reușește), aceasta îi va face să se abțină de la un astfel de comportament; formarea la aceste persoane a scopurilor și a motivelor pozitive, orientarea lor spre lucrurile serioase pentru a-i face cetățeni deplini ai societății.

**2. Tipul hiperexact** – punctualitate, acuratețe și pedantism exagerat, foarte conștiincios. Sentimentul unei înalte responsabilități, tendința de a îndeplini toate însărcinările extrem de corect deseori le provoacă neîncredere în forțele proprii, fapt care îi face să recurgă la controlul repetat al lucrului efectuat. În lipsa posibilității de manifestare a acurateții și exactității, pedanții pot deveni foarte excitați și conflictogeni cu cei care-i înconjoară. Acțiunea de lungă durată a condițiilor nefaste îi poate influența negativ: le este mai dificil să ia decizii corecte, apare tendința de reflectare neproductivă, existența dubiilor referitor la corectitudinea acțiunilor, manifestarea ideilor fixe. Pedantismul poate fi observat în comunicare, făcând-o însă dificilă. Se recomandă: disciplinarea, dezvoltarea voinței, care nu i-ar permite aprofundarea în incertitudini, ci trecerea, la momentul oportun, la alte activități.



3. **Tipul hiperperseverent** – sensibilitate la obide și supărări, spirit răzbunător, implicare emotivă de lungă durată în tot ceea ce i se întâmplă. Astfel de persoane recunosc că pot să ierte ofensa, dar să n-o uite niciodată. O sensibilitate mărită manifestă față de jignirile personale: li se lezează mândria, onoarea, amorul propriu. Ambiția – este trăsătura care le ajută să se autoafirme, să ocupe o poziție în societate, ei pot lucra cu insistență și autodăruire pentru a obține ceva. Există și latura cealaltă a ambiției, sunt lipsiți de tact cu oamenii deoarece își doresc să înlăture concurența. Evidențierea acestor caracteristici duce la concentrarea gândurilor asupra trăirilor negative, manifestă suspiciune și dușmănie față de lumea înconjurătoare, deseori, sunt implicați în conflicte. Această persistență apare ca urmare a unei educații defectuoase, unul dintre părinți este mai sever, iar altul are cerințe mai mici. Multe dintre aceste persoane neagă existența acestor calități din dorința de a nu părea nesociabil. Se recomandă: lupta cu îngrijorarea exagerată, suspiciunea, răzbunarea, orientarea rațională a căutărilor ambițioase.

4. **Tipul nestăpânit** – impulsivitate sporită, control scăzut asupra imboldurilor și tentațiilor. Aceste persoane sunt caracterizate printr-o slabă coordonare a conștiinței asupra acțiunilor și prevalare a puterii și excitării în comportament. Sunt influențați de instincte și dorințe nesatisfăcute, deseori acționează impulsiv și spontan. Ușor cad sub influența alcoolului, se atestă o sexualitate mărită. În colectiv, persoanele în cauză își manifestă nemulțumirea prin discuții pe un ton ridicat, plecări și trântiri de ușă demonstrative. Își permit să vorbească vulgar nu numai cu colegii, dar și cu superiorii, chiar să lovească. Exploziile de furie pot apărea în urma unor conflicte generate de egoismul, nerăbdarea, dominarea acestora. Le este foarte dificil să se adapteze la mediul înconjurător, cel mai greu se supun influențelor educaționale. Se recomandă: oferirea de ajutor în conștientizarea trăsăturilor de caracter negative și motivarea de a le corecta, formarea unor valori morale, dezvoltarea unui control conștient asupra acțiunilor și faptelor, lupta cu exploziile emoționale. Excitațiile trebuie inhibate la etapa lor inițială prin orientarea către alte activități (muncă fizică grea).

5. **Tipul hipertim** – dispoziție preponderent bună, spirit întreprinzător, activism înalt, aceste persoane sunt optimiste, vesele, voioase și ingenioase. Cu ei este interesant, uneori sunt prea vorbăreți, deseori trec de la o temă la alta, ajungând la asocieri neașteptate. Câteodată, această stare de spirit enervează alte persoane. Aceste persoane ușor se adaptează la mediul înconjurător datorită bunei dispoziții, aceasta în cazul în care nu sunt ușuratici și activismul lor în muncă nu se transformă într-o orientare continuă către mai multe lucruri odată. Ei pot avea conflicte cu persoanele autoritare, care le înaintează multe reguli și cerințe. Se recomandă: pentru rezolvarea conflictului este necesar de a înlătura cauza și de a orienta persoana către o altă activitate.

6. **Tipul distimic** – deprimare accentuată, centrarea atenției asupra aspectelor sumbre ale vieții, inhibiție ediomotoră. Sunt niște pesimiști, predomină atitudinea serioasă și responsabilă. Activitatea vitală este slăbită, gândirea încetinită. Nu sunt sociabili și comunicabili.

7. **Tipul ciclotimic** – alternarea fazelor hipertimice și distimice: evenimentele pozitive produc activism, energie, vorbăria; evenimentele triste – depresie, gândire și mișcări încetinite. Această schimbare poate avea loc fără motive din exterior.

8. **Tipul exaltat** – trăirea intensivă a stărilor de bucurie, fericire, satisfacție și alternarea frecventă a acestora cu stările de tristețe și disperare. În aparență, seamănă cu tipul ciclotimic, însă la cel exaltat, alternarea fazelor se petrece mai des și foarte brusc. Acest lucru poate avea loc din diverse cauze: un cuvânt spus întâmplător la adresa sa sau ca urmare a unei priviri usturătoare. Sentimentele sunt fine și profunde, se atașează puternic de oamenii apropiați, compătimesc și își fac grijă de nevoiași, ajută orice persoană aflată în dificultate, sunt pasionați de artă, sport, probleme filozofice. Exaltarea este produsul unui sentiment de umanism deplin, el retrăiește neplăcerile altora ca fiind ale sale. Astfel de persoane sunt în conflict „cu viața” din cauza nedreptății.

9. **Tipul anxios** – predispunere către fobie, timiditate și anxietate exagerată. Aceste persoane se deosebesc, în primul rând, prin faptul că ușor se sperie. Se tem de întuneric, animale, furtună. Băieții evită companiile semenilor considerându-le brutale, petrecând mai mult timp cu fetele sau cu copiii de-o vârstă mai mică. Ei se tem de conflicte, deși încearcă să le evite, sunt implicați în ele. Copiii care îi înconjoară, observându-le fricile, îi umilesc și chiar îi lovesc. Se recomandă: dezvoltarea voinței, a curajului și a caracterului masculin. Nu se vor înainta cerințe mari, aceștia vor fi susținuți și încurajați pentru orice activitate începută.

10. **Tipul emotiv** – sensibilitate, profunzime și finețe a trăirilor spirituale. Evenimentele negative le provoacă niște trăiri foarte profunde și neplăcute, destul de puternic retrăiesc și evenimentele pozitive. Ei sunt foarte mihoși. Tipul emotiv seamănă mult cu cel exaltat, însă aceste persoane se deosebesc de cei din urmă printr-un grad mai mic de radicalism și apariția nu prea rapidă a emoțiilor. Persoanele exaltate se caracterizează, în primul rând, prin excitabilitate, impulsivitate, rapiditate; persoanele emotive – prin sensibilitate, impresionabilitate și compasiune. Se recomandă: (pentru ultimele trei tipuri) consolidarea unei dispoziții optimiste.

#### Scala stimei de sine Rosenberg (RSS)

Afirmații	Acordul exprimat			
	Acord puternic	Acord moderat	Dezacord puternic	Dezacord moderat
1. În general, sunt satisfăcut de mine însumi.				
2. Câteodată, mă gândesc că nu sunt bun de nimic.				
3. Cred totuși că am unele calități.				

4. Sunt capabil să fac lucrurile la fel de bine ca și ceilalți din jurul meu.				
5. Simt că nu am prea multe motive să fiu mândru.				
6. Am certitudinea uneori că sunt inutil.				
7. Consider că sunt o persoană de încredere, cel puțin la fel ca și ceilalți.				
8. Aș dori să pot avea mai mult respect pentru mine însumi.				
9. După tot ce mi se întâmplă, cred că sunt ghinionist.				
10. Am mereu o atitudine pozitivă față de mine.				

Pentru punctarea întrebărilor, atribuieți o valoare pentru fiecare dintre cele 10 întrebări (itemi), după cum urmează:

Pentru întrebările: 1, 2, 4, 6, 7:

Acord puternic = 3, De acord = 2, Dezacord = 1, Dezacord puternic = 0.

Pentru întrebările 3, 5, 8, 9, 10 (cotate invers):

Acord puternic = 0, De acord = 1, Dezacord = 2 și Dezacord puternic = 3.

**Cotarea are loc conform valorilor cuprinse:**

între 10-16 puncte – indică un nivel scăzut al stimei de sine;

între 17-33 de puncte – subiecții au o stimă de sine medie;

între 34-40 de puncte – stimă de sine înaltă.

### **Inventarul de ostilitate**, elaborat de Arnold H. Buss și Ann Durkee

**Instrucțiune:** aveți 66 de propoziții – afirmații. Hotărâți care dintre ele este adevărată sau falsă prin referire la propria persoană. Citiți-le pe rând și consemnați prin litera „A” – adevărat sau „F” – fals, în dreptul fiecăreia.

1. Până ce nu sunt rugat frumos, nu fac ceea ce vrea altcineva.
2. Nu-mi dau seama de ceea ce mi se întâmplă.
3. Uneori bârfesc oamenii care nu-mi plac.
4. Nu mă pot abține, uneori, de a-i leza pe alții.
5. Știu că oamenii tind să bârfească despre mine.
6. Îmi pierd ușor firea, dar îmi revin repede.
7. Atunci când dezaprob comportamentul prietenilor, îi fac să știe despre aceasta.
8. Când cineva înaintează o regulă cu care nu sunt de acord, sunt tentat s-o încalc.
9. Oamenii par să se distreze tot timpul.
10. Niciodată nu-mi ies din fire astfel încât să arunc cu obiecte.
11. Nu cred că există vreun motiv pentru a lovi pe cineva.
12. Tind să fiu prudent cu oamenii care sunt mai prietenoși decât mă aștept.

13. Sunt întotdeauna răbdător cu alții.
14. Adesea, simt că nu sunt de acord cu oamenii.
15. Când cineva ordonă, fac invers.
16. Când mă gândesc retrospectiv la ceea ce mi s-a întâmplat, am senzația unor ușoare resentimente față de trecut.
17. Când îmi pierd firea, trântesc ușile.
18. Când cineva mă jignește, fac și eu la fel.
19. Există un număr de oameni care par să nu mă înghită deloc.
20. Sunt mult mai iritat decât îmi dau seama oamenii.
21. Insist cu argumente atunci când cineva are o altă părere decât a mea.
22. Atunci când oamenii îmi dau ordine, nu ezit să le arăt că am înțeles.
23. Aproape în fiecare săptămână văd pe cineva care-mi displace.
24. Nu joc niciodată la jocurile de noroc.
25. Cine mă insultă sau îmi insultă familia caută scandal.
26. Există un număr de oameni care par să fie geloși pe mine.
27. Clocotește sângele în mine atunci când cineva râde de persoana mea.
28. Cer ca oamenii să respecte drepturile mele.
29. Uneori, atunci când mă enervează cineva, fac uz de un „tratament calm”.
30. Deși nu arăt, mă doare, uneori, gelozia.
31. Când sunt supărat, uneori, bombănesc.
32. Oamenii care te deranjează continuu, caută un pumn în nas.
33. Uneori, am sentimentul că oamenii râd de mine.
34. Dacă cineva nu mă tratează corect, nu mă las enervat de asta.
35. Chiar dacă mă enervez, nu folosesc un „limbaj dur”.
36. Nu cunosc pe cineva pe care să-l urăsc cu toată ființa.
37. Uneori, fac mutre dacă nu pot face așa cum vreau.
38. Rareori, lupt pe la spate dacă cineva mă jignește.
39. Mottoul meu este: „Niciodată să nu ai încredere în străini”.
40. Uneori, oamenii mă deranjează doar dacă sunt în preajma mea.
41. Când cineva mă enervează, sunt capabil să îi spun ceea ce gândesc despre el.
42. Dacă aș lăsa pe oameni să vadă ceea ce simt eu, aș fi considerat că sunt: „o persoană dificilă”.
43. De la 10 ani nu mi-am pierdut cumpătul.
44. Atunci când într-adevăr îmi pierd cumpătul, sunt în stare să lovesc pe cineva.
45. Atunci când o persoană se poartă sau face ceva drăguț pentru mine, mă gândesc: „Care este motivul de se comportă astfel?”

46. Adesea, mă simt ca un butoi de pulbere - gata să explodeze.
47. Atunci când oamenii țipă la mine, țip și eu la ei.
48. Uneori, simt că am luat din viață partea ei mai dificilă.
49. Nu țin minte să fi avut o stare de agitație într-atât de puternică încât să stric lucrurile de lângă mine.
50. Intru în dispute tot atât de des ca și cei din jurul meu.
51. Obişnuiam să cred că majoritatea oamenilor spun adevărul, dar acum știu că nu este așa.
52. Adesea, îmi asum răspunderi mari.
53. Atunci când îmi pierd cumpătul, spun lucruri antipatice, amenințătoare.
54. Uneori, îmi arăt supărarea, bătând în masă.
55. Dacă trebuie să recurg la violență fizică pentru a-mi apăra drepturile, o fac.
56. Nu am dușmani care să mă lezeze.
57. Mi-i greu să nu fiu puțin grosolan cu oamenii care nu-mi plac.
58. Nu aş putea să pun pe cineva la locul lui chiar dacă ar merita.
59. Cunosc oameni care m-au influențat puternic încât am recurs la bătaie.
60. Rareori, simt că oamenii încearcă să mă enerveze sau să mă insulte.
61. Nu las ca lucrurile lipsite de importanță să mă irite.
62. Adesea ameninț, fără ca realmente să pun în practică acele amenințări.
63. În ultima vreme, am fost iritat, nemulțumit.
64. Atunci când aduc argumente, tind să ridic vocea.
65. În general, îmi ascund opinia proastă cu privire la alte persoane.
66. Prefer să cedez decât să apelez la argumente referitor la un anumit subiect.

**Cheia de calculare a scorului:**

NE	RE	IN	AT	SU	IR	VE
1. A	2. A	3. A	4. A	5. A	6. A	7. A
8. A	9. A	10. F	11. F	12. A	13. F	14. A
15. A	16. A	17. A	18. A	19. A	20. A	21. A
22. A	23. A	24. F	25. A	26. A	27. A	28. A
29. A	30. A	31. A	32. A	33. A	34. F	35. F
	36. F	37. A	38. F	39. A	40. A	41. A
	42. A	43. F	44. A	45. A	46. A	47. A
	48. A	49. A	50. A	51. A	52. A	53. A
		54. A	55. A	56. F	57. A	58. A
			59. A	60. F	61. F	62. A
					63. A	64. A
						65. F
						66. F

**Interpretarea rezultatelor:**

Fiecare coloană reprezintă o subscală a ostilității generale.

Se marchează fiecare răspuns, conform părerii personale. Se notează acele răspunsuri care concordă cu celelalte din „cheie” și se adună acestea concordante pentru acele 7 coloane, obținându-se, astfel, un scor general.

Scorul total general este, de obicei, sub 38. La femei, de regulă, este ușor mai scăzut și reprezintă indicatorul de ostilitate generală.

Dacă scorul este mai mare – nivelul de ostilitate este crescut și individul se implică în relații dificile și dezagreabile.

Dacă scorul este mai mic de 38, atunci trebuie urmărite subscorurile la cele 7 coloane, pentru a vedea dacă vreunul dintre ele reprezintă o problemă.

NE – NEGATIVISM – scor ridicat – 4 și peste. Negativismul reprezintă, de obicei, un comportament opozant față de autoritate. El implică refuzul de a coopera și se poate exprima printr-un șir de comportamente: de la lipsă de bunăvoință pasivă la răzvrătire față de reguli și convenții.

RE – RESENTIMENT – scor ridicat – 4 și peste

Resentimentul implică gelozia față de alții, adesea, la nivel de ură. Este, de cele mai multe ori, o trăire de supărare, necaz față de lume pentru un tratament incorect (imaginar sau real).

IN – OSTILITATE INDIRECTĂ – scor ridicat – 6 și peste.

Ostilitatea indirectă implică un comportament care direcționează ostilitatea către cineva într-un mod indirect.

Alte comportamente indirecte, de exemplu, trântirea ușii, pierderea cumpătului permit unui individ să-și descarce trăirile generate de ostilitate, care nu pot fi direcționate împotriva cuiva.

AT – ATENTAT – scor ridicat – 6 și peste.

Atentatul implică violența fizică reală și voința de a folosi violența împotriva altora. De obicei, apare în dispute cu alții, fiind mai des utilizat decât distrugerea de obiecte.

SU – SUSPICIUNE – scor ridicat – 6 și peste.

Suspiciunea implică proiectarea ostilității asupra altora. Ea variază de la neîncredere și prudență față de alții la convingerea că alți oameni urmăresc să te lezeze.

IR - IRITABILITATE - scor ridicat – 8 și peste.

Iritabilitatea este promptitudinea de a exploda la cea mai mică provocare. Poate fi exprimată printr-o izbucnire, o pierdere a cumpătului, grosolănie, nemulțumire acută.

VE – OSTILITATE VERBALĂ – scor ridicat – 9 și peste.

Ostilitatea verbală implică exprimarea verbală a trăirilor negative față de alții (ceea ce spun și cum spun). Se observă prin stilul de argumentare, de strigă și țipăt, dar și prin conținutul verbal al amenințărilor, prin blestemuri și hipercriticism.

## **Testul „Măsurarea nivelului de reziliență”, tradus și adaptat de Monica David**

### **Interpretarea rezultatelor:**

**Punctaj mic (sub 50 de puncte):** O autoevaluare, cu un punctaj sub 50 de puncte arată că viața este pentru tine o luptă și tu o știi. Faci față cu greu presiunilor și ai o capacitate scăzută de a învăța din experiențele proaste. Te simți rănit atunci când oamenii te critică. Uneori, te poți simți neajutorat și fără speranță. Dacă aceste afirmații ți se potrivesc, pune-ți întrebarea: „Mi-ar plăcea să învăț cum să fac față dificultăților?” Dacă răspunsul este afirmativ, atunci o cale bună de a începe este să te întâlnești cu alți oameni care acționează pentru a-și dezvolta abilitățile de supraviețuire. Lasă-i să te îndrume, să te încurajeze și să te ghideze. O alta cale, în cazul în care lucrezi într-o firmă mare, este să obții consiliere pe baza programelor de asistență pentru angajați. Faptul că te simți motivat să-ți sporești reziliența este un semn pozitiv. Este bine să încerci să-ți schimbi perspectiva, în orice „problemă” există și părți bune. Lărgeste-ți cercul de prieteni și comunică cu ceilalți, exprimă-ți propriile sentimente. Asta te va ajuta să te eliberezi de resentimente și să mergi mai departe.

**Punctaj mediu (între 50 și 89 de puncte):** Dacă ai fost de acord cu multe dintre afirmațiile din test și ai acumulat un punctaj cuprins în intervalul 70-89, este foarte bine! Ai un potențial mare în a atinge un grad înalt de reziliență. Ai încredere în tine și în capacitățile tale de a face față provocărilor vieții. Dacă ai adunat un punctaj între 50 și 69, pari să te descurci destul de bine, dar este posibil să te fi subapreciat. Mulți oameni își acordă mai degrabă un punctaj subevaluat decât unul supraevaluat. Unii oameni au obiceiul să fie modești și își acordă automat un punctaj mediu (3), ceea ce duce la un punctaj total de 60 de puncte. Dacă punctajul acumulat este în intervalul 50-69, trebuie verificată corectitudinea evaluării.

**Punctaj mare (peste 90 de puncte):** Dacă ți-ai acordat note mari pentru majoritatea afirmațiilor din test, ai acumulat peste 90 de puncte. Acest fapt înseamnă că știi deja că ești priceput în a-ți reveni de pe urma loviturilor vieții și că procedezi corect în multe situații. Ai arătat că ești o persoană flexibilă care reușește să se adapteze ușor la noi situații și care depășește cu succes provocările vieții. Optimismul și simțul umorului te fac apreciat de ceilalți și te ajută să-ți lărgesci cercul de prieteni. Experiența te-a învățat că exprimându-ți sentimentele negative ajungi să depășești mai repede obstacolele. Ai posibilitatea să-ți analizezi abilitățile și să te perfecționezi pentru a-ți crește în permanență gradul de reziliență.

## **Testul „Măsurarea nivelului de reziliență”, tradus și adaptat de Monica David**

Acordă-ți note de la 1 la 5 în raport cu următoarele afirmații, dacă crezi că afirmația este adevărată, acordă 5 puncte, însă dacă este puțin adevărată - 0 punct. Astfel, 0 punct înseamnă foarte puțin adevărat; 5 - foarte adevărat.

Nr	Itemii	Variante
1.	Într-o situație de criză sau haos, mă calmez și mă concentrez pe acțiunile utile.	0.....1.....2.....3.....4.....5
2.	De obicei, sunt optimist. Văd dificultățile ca fiind ceva temporar, mă aștept să le depășesc și cred că lucrurile vor evolua spre bine.	0.....1.....2.....3.....4.....5
3.	Pot tolera situațiile cu un nivel înalt de instabilitate sau ambiguitate.	0.....1.....2.....3.....4.....5
4.	Mă adaptez rapid la noile circumstanțe. Sunt capabil să-mi revin rapid ca urmare a situațiilor dificile.	0.....1.....2.....3.....4.....5
5.	Am simțul umorului. Găsesc ceva amuzant și în situațiile dificile, râd de mine însumi și mă amuz cu ușurință.	0.....1.....2.....3.....4.....5
6.	Sunt capabil să-mi revin emoțional după pierderi și eșecuri. Am prieteni cu care stau de vorbă, pot exprima ceea ce simt în fața altora și pot cere ajutor. Mânia, confuzia sau descurajarea nu durează mult.	0.....1.....2.....3.....4.....5
7.	Mă simt încrezător în mine, mă apreciez și am o imagine sănătoasă despre mine însumi.	0.....1.....2.....3.....4.....5
8.	Sunt curios și pun întrebări. Vreau să știu cum funcționează lucrurile. Îmi place să încerc căi noi de a face lucrurile.	0.....1.....2.....3.....4.....5
9.	Învăț constant din experiențele mele și din ale altora.	0.....1.....2.....3.....4.....5
10.	Știu să rezolv problemele. Pot folosi analiza logică, pot fi creativ sau pot folosi bunul simț	0.....1.....2.....3.....4.....5
11.	Reușesc să fac ca lucrurile să meargă bine. Adeseori, sunt solicitat să conduc grupuri sau proiecte.	0.....1.....2.....3.....4.....5
12.	Sunt foarte flexibil. Mă simt bine cu complexitatea paradoxală a personalității mele. Sunt, în același timp, optimist și pesimist, încrezător și precaut, egoist și generos ș.a.	0.....1.....2.....3.....4.....5
13.	Sunt întotdeauna eu însumi, dar am observat că mă comport diferit față de diferiți oameni și în situații diferite.	0.....1.....2.....3.....4.....5
14.	Prefer să lucrez fără să am o descriere rigidă a postului. Sunt mai eficient când sunt liber să fac ceea ce gândesc că este mai bine într-o anumită situație.	0.....1.....2.....3.....4.....5
15.	„ Citesc” bine oamenii și am încredere în intuiția mea.	0.....1.....2.....3.....4.....5
16.	Știu să ascult și am bune calități empaticе.	0.....1.....2.....3.....4.....5
17.	Nu-i judec pe ceilalți și mă adaptez diverselor lor tipuri de personalitate.	0.....1.....2.....3.....4.....5
18.	Sunt foarte rezistent. Merg înainte în vremuri dificile. Am un spirit independent chiar dacă sunt cooperant cu ceilalți.	0.....1.....2.....3.....4.....5
19.	Situațiile dificile m-au făcut mai bun și mai puternic.	0.....1.....2.....3.....4.....5
20.	Am transformat neșansa în șansă și am găsit părțile bune în experiențele proaste.	0.....1.....2.....3.....4.....5

### Testul CERQ (Chestionar de coping cognitiv-emoțional)

CERQ este un chestionar multidimensional, construit pentru a identifica, în mod exclusiv, strategiile de coping cognitiv, pe care cineva le folosește după ce a trăit anumite evenimente sau situații negative. În opoziție cu alte chestionare de coping, care nu fac o distincție explicită între gândurile unei persoane și activitatea sa reală, chestionarul respectiv se referă la gândurile unei persoane după ce a trăit o experiență negativă. CERQ este un chestionar de autoevaluare, format din 36 de itemi și măsoară 9 strategii de coping: Autoculpabilizarea, Acceptarea, Ruminarea,



Refocalizarea pozitivă, Refocalizare pe planificare, Reevaluarea pozitivă, Punerea în perspectivă, Catastrofarea, Culpabilizarea celorlalți.

Pentru toate scalele CERQ, este valabil următorul fapt: cu cât scorul este mai mare la o anumită subscală, cu atât persoana în cauză utilizează într-o măsură mai mare acea strategie de coping cognitiv.

Interpretarea cu privire la conținutul celor 9 subscale CERQ:

**Autoculpabilizarea** este o strategie de coping cognitiv care presupune apariția unor gânduri potrivit cărora întreaga responsabilitate pentru situația trăită aparține propriei persoane, vina este atribuită sieși și apar preocupări legate de gândurile care se referă la greșelile pe care o persoană le face. Astfel, persoana este intens preocupată de propriul sentiment de vinovăție. Un grad mare de preocupare, în ceea ce privește vinovăția, poate fi asociat unor simptome psihopatologice.

**Acceptarea** se referă la acele gânduri datorită cărora ne resemnăm față de ceea ce s-a întâmplat și acceptăm situația, gândindu-ne că aceasta nu mai poate fi schimbată și că viața continuă. Deși, în sine, Acceptarea este un proces benefic pentru majoritatea evenimentelor, un nivel foarte ridicat poate duce la resemnare, în sensul incapacității de a mai putea influența evenimentele, un sentiment negativ de „a nu mai fi în stare să schimbăm lucrurile în vreun fel”. Astfel, un nivel foarte ridicat de acceptare poate indica o formă negativă de resemnare în fața situației, fapt care poate fi asociat cu unele simptome psihopatologice, mai ales când acestea se referă la evenimentele care nu au fost acceptate ori nu au fost asimilate mental.

**Ruminarea** se referă la situația în care ne gândim în mod continuu și/sau suntem mereu preocupați de sentimentele și de gândurile pe care le asociem cu un eveniment negativ. În procesarea evenimentelor de viață negative, un anumit nivel de ruminare este normal. Un scor ridicat pentru ruminare este, în mod cert, asociat cu unele probleme emoționale sau simptome psihopatologice.

**Refocalizarea pozitivă** se produce atunci când ne gândim la unele lucruri mai plăcute, în loc să ne gândim la evenimentul negativ trăit. Studiile arată că această strategie poate avea efecte pozitive asupra stării noastre de bine, iar un scor redus poate fi asociat cu un nivel redus al stării emoționale de bine.

**Refocalizarea pe planificare** apare atunci când ne gândim la pașii pe care trebuie să îi urmăm pentru a face față unui eveniment negativ sau atunci când ne gândim la un plan prioritar, care să schimbe o situație. În mod esențial, aceasta este o strategie de coping cognitiv funcțională, cu condiția că persoana să se confrunte cu situația respectivă. Atunci când o persoană obține un scor ridicat la această strategie, fără însă să treacă la acțiune, acest scor poate fi asociat cu anumite probleme emoționale.

**Reevaluarea pozitivă** apare atunci când asociem mintal o semnificație pozitivă cu un eveniment negativ în termeni de dezvoltare personale, gândindu-ne că evenimentul ne va face mai puternici, căutând aspectele pozitive ale acestuia. Aceasta este o strategie de coping cognitiv funcțională, dar și în acest caz scorul este valabil doar dacă, în același timp, se face într-adevăr ceva pentru a rezolva problema, dacă nu se acționează, acest scor este asociat cu anumite probleme emoționale.

**Punerea în perspectivă** se referă la acele gânduri prin care se reduce nivelul de gravitate al evenimentului, prin comparația cu alte evenimente și se pune accentul pe faptul că există și lucruri mai grave.

**Catastrofarea** apare atunci când ne gândim, în mod recurent, la cât de teribil a fost evenimentul trăit și la faptul că este cel mai crunt/groznic lucru care se putea întâmpla și că este mult mai grav decât ceea ce li s-a întâmplat altora. Se presupune că un scor ridicat pentru indicatorul „catastrofare” este, aproape în mod cert, asociat cu unele probleme emoționale sau simptome psihopatologice.

**Culpabilizarea celorlalți** apare atunci când îi învinovățim pe ceilalți pentru ceea ce ni s-a întâmplat, atunci când îi facem pe ceilalți responsabili pentru ceea ce ni s-a întâmplat și/sau atunci când ne gândim la greșelile pe care le-au făcut ceilalți în această privință.

### CERQ

Numele, prenumele \_\_\_\_\_ Vârsta \_\_\_\_\_ Sex: F./M.

Nivel de educație \_\_\_\_\_ Etnie \_\_\_\_\_

Cum faceți față evenimentelor negative? Toți oamenii se confruntă din când în când cu evenimente negative sau neplăcute și fiecare reacționează la ele în modul său propriu. În întrebările ce urmează, vi se cere să indicați la ce vă gândiți atunci când trăiți evenimente negative sau neplăcute.

	Afirmațiile	Aproape niciodată	Uneori	De obicei	Adesea	Aproape întotdeauna
1.	Simt că eu sunt de vină pentru ceea ce s-a întâmplat.	1	2	3	4	5
2.	Mă gândesc că trebuie să accept ce s-a întâmplat.	1	2	3	4	5
3.	Mă gândesc la ceea ce simt față de ceea ce mi s-a întâmplat.	1	2	3	4	5
4.	Mă gândesc la lucruri mai frumoase decât la ceea ce mi s-a întâmplat.	1	2	3	4	5
5.	Mă gândesc la ce ar fi cel mai bine să fac.	1	2	3	4	5
6.	Mă gândesc că pot învăța ceva din situația respectivă.	1	2	3	4	5
7.	Mă gândesc că totul putea fi mult mai rău.	1	2	3	4	5
8.	Mă gândesc că ceea ce mi s-a întâmplat este mult mai rău decât ceea ce li s-a întâmplat altora.	1	2	3	4	5
9.	Cred că alții sunt de vină pentru ceea ce s-a întâmplat.	1	2	3	4	5

10.	Simt că eu sunt cel/cea responsabil(ă) pentru ceea ce s-a întâmplat.	1	2	3	4	5
11.	Mă gândesc că trebuie să accept situația.	1	2	3	4	5
12.	Mă preocupă ce gândesc și ce simt legat de ceea ce mi s-a întâmplat.	1	2	3	4	5
13.	Mă gândesc la lucruri plăcute care nu au nicio legătură cu situația respectivă.	1	2	3	4	5
14.	Mă gândesc la cum pot face față cel mai bine situației.	1	2	3	4	5
15.	Mă gândesc că pot deveni un om mai puternic ca urmare a ceea ce s-a întâmplat.	1	2	3	4	5
16.	Mă gândesc că alți oamenii trec prin experiențe mult mai rele.	1	2	3	4	5
17.	Mă tot gândesc la cât de groaznic este ceea ce mi s-a întâmplat.	1	2	3	4	5
18.	Consider că alții sunt responsabili pentru ceea ce s-a întâmplat.	1	2	3	4	5
19.	Mă gândesc la greșelile pe care le-am făcut în această situație.	1	2	3	4	5
20.	Mă gândesc că nu pot schimba nimic legat de ceea ce mi s-a întâmplat.	1	2	3	4	5
21.	Vreau să înțeleg de ce simt ceea ce simt în legătură cu ceea ce mi s-a întâmplat.	1	2	3	4	5
22.	Mă gândesc la ceva frumos în loc să mă gândesc la ceea ce s-a întâmplat.	1	2	3	4	5
23.	Mă gândesc cum să schimb situația.	1	2	3	4	5
24.	Mă gândesc că situația are și părți bune.	1	2	3	4	5
25.	Mă gândesc că nu a fost chiar atât de rău în comparație cu alte lucruri	1	2	3	4	5
26.	Mă gândesc că ceea ce mi s-a întâmplat este cel mai rău lucru care i se poate întâmpla cuiva.	1	2	3	4	5
27.	Mă gândesc la greșelile făcute de ceilalți în situația respectivă.	1	2	3	4	5
28.	Mă gândesc că, de fapt, eu sunt de vină pentru ceea ce s-a întâmplat.	1	2	3	4	5
29.	Mă gândesc că trebuie să învăț să trăiesc cu asta.	1	2	3	4	5
30.	Mă gândesc mult la sentimentele pe care mi le-a declanșat situația.	1	2	3	4	5
31.	Mă gândesc la experiențele plăcute.	1	2	3	4	5
32.	Mă gândesc la un plan referitor la ce ar fi cel mai bine să fac.	1	2	3	4	5
33.	Caut părțile bune ale situației.	1	2	3	4	5
34.	Îmi spun că sunt și lucruri mai rele în viață.	1	2	3	4	5
35.	Mă tot gândesc la cât de groaznică a fost situația.	1	2	3	4	5
36.	Consider că, de fapt, alții sunt de vină pentru ceea ce s-a întâmplat.	1	2	3	4	5

**Vă mulțumim că ați completat chestionarul!**

### **Scala de abordare strategică a copingului (SACS)**

SACS este un instrument care evaluează dimensiunea comportamentală a copingului, luând în considerare aspectele sociale ale strategiilor prin care cineva face față situațiilor stresante.

SACS a fost construit de către Stevan E. Hobfoll, Carla L. Dunahoo, Jannine Monnier, Michael R. Hulsizier și Robert Johnson, în 1993 (și a fost revizuit în 1998), având la bază modelul multiaxial al copingului (Monnier și colab., 1998) și măsoară strategiile de coping comportamental: active, pasive, prosociale, antisociale, directe, indirecte, în cadrul unui context mult mai echilibrat, care permite înțelegerea atât a perspectivei individualiste, cât și a celei comunitare.

Scala SACS evaluează strategiile de coping comportamentale pe următoarele dimensiuni: activă/pasivă, prosocială/antisocială, directă/indirectă. În prezent, SACS include 9 subscale: acțiune asertivă, relaționare socială, căutare a suportului social, acțiune prudentă, acțiune instinctivă, evitare, acțiune indirectă, acțiune antisocială, acțiune agresivă.

SACS poate să fie utilizat la studiul populației normale și clinice, în cazul adulților cu vârsta de peste 18 ani.

Chestionarul cuprinde 52 de itemi care se referă la modul în care reacționează o persoană, în general, (ceea ce face o persoană) atunci când se confruntă cu o situație sau o problemă stresantă. Itemii sunt împărțiți pe nouă scale, astfel încât fiecare subscală SACS conține între 4 și 9 itemi. Itemii (-) sunt cotați negativ.

SACS poate fi administrat atât individual, cât și în grup, în versiunea creion-hârtie și în versiunea computerizată. De regulă, completarea SACS durează 7 minute.

### Instrucțiuni pentru completarea SACS

Descrieți cum reacționați, în general, atunci când vă confrunțați cu o problemă/situație stresantă. Indicați răspunsul, încercuind o variantă de la „1” la „5”, în care „1” înseamnă „nu e deloc ceea ce aș face”, iar „5” - „Categoric (foarte mul), e ceea ce aș face”. Se va explica, în mod clar, faptul că, prin completarea acestui chestionar, se urmăresc punctele de vedere ale fiecărei persoane și că nu există răspunsuri corecte sau greșite.

Numele, prenumele \_\_\_\_\_ Vârsta \_\_\_\_\_ Sex \_\_\_\_\_

Starea civilă:    Căsătorită    Divorțată    Văduvă    Singură

Nr. rând	Itemul	Deloc	Puțin	Uneori	Des	Foarte mult
1.	Nu renunțați chiar și atunci când situația pare a fi cea mai gravă, pentru că, adesea, lucrurile se pot schimba.	1	2	3	4	5
2.	Vă consultați cu prietenii cu privire la ceea ce ar face ei.	1	2	3	4	5
3.	Acționați rapid, deoarece considerați că e mai bine să vă aruncați chiar în mijlocul problemei.	1	2	3	4	5
4.	Încercați să dețineți controlul, dar îi lăsați pe ceilalți să creadă în continuare că ei hotărăsc.	1	2	3	4	5
5.	Vă bazați pe dumneavoastră și pe forțele proprii, deoarece considerați că nu este o idee bună să depindeți de ceilalți.	1	2	3	4	5
6.	Aveți încredere în instincte, nu în gândurile dumneavoastră.	1	2	3	4	5
7.	Evitați să vă ocupați de problemă, deoarece considerați că lucrurile de genul acesta adesea dispar de la sine.	1	2	3	4	5
8.	Pregătiți un atac decisiv, sunteți agresivă.	1	2	3	4	5
9.	Vă consultați cu membrii familiei despre ceea ce ar face ei.	1	2	3	4	5
10.	Treceți mai departe, la alte lucruri, deoarece sunt puține speranțe că astfel de situații să se îmbunătățească.	1	2	3	4	5
11.	Vă bazați pe reacțiile dvs. de moment.	1	2	3	4	5
12.	Sunteți foarte prudentă și vă evaluați foarte atent opțiunile (mai bine să fiți în siguranță decât să vă pară rău).	1	2	3	4	5

13.	Apelați la alții pentru ajutor.	1	2	3	4	5
14.	Mergeți înainte, dar nu vă folosiți toate resursele până când nu știți exact cu ce vă confrunțați.	1	2	3	4	5
15.	Vă retrageți și evitați problema până când aceasta trece de la sine.	1	2	3	4	5
16.	Ripostați și îi prindeți pe ceilalți cu garda jos.	1	2	3	4	5
17.	Vă alăturați celorlalți pentru a face față situației împreună.	1	2	3	4	5
18.	Vă bazați pe dumneavoastră, dar în același timp, și pe cei care vă sunt apropiați.	1	2	3	4	5
19.	Vă apărați interesele, chiar dacă aceasta înseamnă să îi răniți pe ceilalți implicați.	1	2	3	4	5
20.	Faceți ceva care vă ajută să nu vă mai gândiți la problemă.	1	2	3	4	5
21.	Ceilalți au nevoie să simtă că ei controlează lucrurile, așa că trebuie să îi fentați (a înșela, a deruta).	1	2	3	4	5
22.	Vă retrageți și lăsați lucrurile să se limpezească.	1	2	3	4	5
23.	Încercați să îi ajutați pe ceilalți implicați, deoarece, de obicei, a fi altruist ajută la rezolvarea unor probleme de genul acesta	1	2	3	4	5
24.	Vă gândiți atent la ceea ce simt ceilalți înainte de a decide ce e de făcut.	1	2	3	4	5
25.	Probabil vă veți simți rău, dar nu puteți face mare lucru într-o astfel de situație.	1	2	3	4	5
26.	Vă străduiți mult: vă dedicați trup și suflet.	1	2	3	4	5
27.	Stați pe loc, deoarece este cel mai bine să așteptați ca situația să se limpezească înainte de a acționa.	1	2	3	4	5
28.	Mergeți la cineva pentru sprijin emoțional.	1	2	3	4	5
29.	Acționați foarte prudent, deoarece ar putea exista interese ascunse.	1	2	3	4	5
30.	Încercați din greu să veniți în întâmpinarea dorințelor celorlalți, întrucât acest lucru ar ajuta în această situație.	1	2	3	4	5
31.	Acționați agresiv, deoarece, adesea, dacă îl prindeți pe celălalt cu garda jos, lucrurile se vor rezolva în favoarea dvs.	1	2	3	4	5
32.	Dacă lucrurile nu se înrăutățesc, evitați întreaga situație.	1	2	3	4	5
33.	Ieșiți din situație, deoarece, de obicei, când apar probleme înseamnă că va fi și mai rău.	1	2	3	4	5
34.	Îi lăsați pe ceilalți să creadă că ei controlează situația, dar țineți bine hăturile în mâini.	1	2	3	4	5
35.	Vă bazați pe intuiția dvs.	1	2	3	4	5
36.	Vă arătați imediat autoritatea.	1	2	3	4	5
37.	Câteodată, singura dumneavoastră opțiune este să manipulați un pic și să îi derutați pe oameni.	1	2	3	4	5
38.	Vorbiți cu ceilalți ca să scăpați de frustrări.	1	2	3	4	5
39.	Acționați repede pentru a-i dezavantaja pe ceilalți.	1	2	3	4	5
40.	Împărțiți problema în bucăți mai mici și vă ocupați de ele pe rând.	1	2	3	4	5
41.	Încercați să satisfaceți nevoile celorlalți implicați.	1	2	3	4	5
42.	Vă urmați primul impuls, deoarece, de obicei, lucrurile se rezolvă cel mai bine în felul acesta.	1	2	3	4	5
43.	Faceți ceva care să vă ajute să vă calmați și, abia după aceea, începeți să rezolvați problema.	1	2	3	4	5
44.	Căutați slăbiciunile celorlalți și le folosiți în avantajul dumneavoastră.	1	2	3	4	5
45.	Luați taurul de coarne și adoptați o atitudine de preluare a controlului.	1	2	3	4	5
46.	Vă întrebați prietenii sau familia despre opinia lor în legătură cu planul dvs. de acțiune.	1	2	3	4	5

47.	Vă concentrați pe altceva și lăsați situația să se rezolve de la sine.	1	2	3	4	5
48.	Vă bazați pe propria judecată, deoarece dumneavoastră sunteți singura care știe ce este mai bine pentru dvs.	1	2	3	4	5
49.	Sunteți fermă să rămâneți pe poziție.	1	2	3	4	5
50.	Sunteți asertivă și vă urmăriți interesele.	1	2	3	4	5
51.	Sunteți puternică și categorică, dar evitați să le faceți rău celorlalți.	1	2	3	4	5
52.	Abordați situația direct și nu vă retrageți din fața problemelor.	1	2	3	4	5

### Vă mulțumim pentru timpul și răspunsurile acordate!

SACS distinge nouă strategii de coping comportamental:

1. **Acțiune asertivă**, prin care abordați situația în mod ferm, spontan, sincer și direct, fără să vă sustrageți din fața problemelor și prin care vă urmăriți interesele, fără a le face rău celorlalți (dimensiunea activă-pasivă).
2. **Relaționare socială**, prin care vă alăturați celorlalți pentru a face față situației împreună sau prin care îi ajutați pe ceilalți, având în considerare și nevoile acestora (dimensiune prosocială-antisocială).
3. **Căutarea suportului social**, prin care apelați la ceilalți pentru ajutor și sprijin emoțional și prin care vă sfătuiți cu familia și prietenii în legătură cu ce aveți de făcut (dimensiune prosocial-antisocială).
4. **Acțiune prudentă**, prin care vă luați toate măsurile de precauție înainte de a acționa și prin care vă evaluați atent opțiunile, pentru a vă proteja de orice pericol (dimensiune prosocială-antisocială).
5. **Acțiune instinctivă**, prin care vă bazați pe intuiția dumneavoastră și prin care reacționați în funcție de impulsurile de moment, pentru a rezolva problemele (dimensiune prosocială-antisocială).
6. **Evitare**, prin care vă angajați în alte activități, ca să nu vă mai ocupați de problemă, prin care vă retrageți sau așteptați ca lucrurile să se rezolve de la sine (dimensiune activă-pasivă).
7. **Acțiune indirectă**, prin care manipulați situația pentru a-i face pe ceilalți să creadă că ei dețin controlul, în timp ce dumneavoastră rezolvați problema, într-un mod lipsit de transparență, „în spatele scenei” (dimensiune directă-indirectă).
8. **Acțiune antisocială**, prin care vă urmăriți interesele, chiar dacă faceți rău celorlalți (dimensiune prosocială-antisocială).
9. **Acțiune agresivă**, prin care acționați decisiv, rapid, pentru a-i lua pe ceilalți prin surprindere și pentru a prelua controlul (dimensiune prosocial-antisocială).

### Cotarea SACS

Pentru a obține scorul unei subscale, se calculează suma cotelor itemilor incluși în scală (de la 1 la 5, prin adunare simplă). Aceasta poate fi evaluată în cadrul unei subscale: Relaționare socială de la 5 (strategia nu este folosită niciodată) la 25 (strategia este folosită foarte des). Dintre itemii care compun o subscală, nu poate „lipsi” răspunsul la mai mult de un punct. În acest caz, scorul „lipsă” va fi înlocuit cu media celorlalte scoruri.

SACS poate fi utilizat în cazul persoanelor adulte fără diagnostic psihiatric și în cazul pacienților adulți cu diagnostic psihiatric.

## Anexa 2. Statistica descriptivă la variabilele studiate

### Tabelul A 2.1. Prezentarea statisticii descriptive per total eşanţion

Descriptive Statistics										
	N	Mini mum	Maxim um	Mean	Std. Deviatio n	Variance	Skewness		Kurtosis	
	Statisti c	Statisti c	Statisti c	Statistic	Statistic	Statistic	Statisti c	Std. Error	Statisti c	Std. Error
Abuz fizic	175	,00	20,00	3,7029	4,63653	21,497	1,774	,184	2,687	,365
Abuz sexual	175	,00	20,00	3,7200	3,79903	14,433	1,998	,184	4,564	,365
Neglijare	175	1,00	48,00	16,0971	9,59746	92,111	,925	,184	,502	,365
Abuz emoţional	175	,00	54,00	18,3829	9,31114	86,697	1,097	,184	2,214	,365
Măsurarea nivelului de Rezilienţă	175	13,00	100,00	72,9600	16,73641	280,108	-,788	,184	,683	,365
Chestionar „Stima de sine” Rosenberg	175	13,00	40,00	28,8743	5,30627	28,157	-,501	,184	,343	,365
Demonstrativ	175	2,00	24,00	12,0571	4,33340	18,778	,199	,184	-,521	,365
Hiperexact	175	,00	22,00	13,9943	4,42628	19,592	-,670	,184	,563	,365
Hiperperseverent	175	4,00	22,00	14,4857	3,98396	15,872	-,456	,184	-,205	,365
Nestăpânire	175	1,00	24,00	11,9886	4,76094	22,667	-,125	,184	-,477	,365
Hipertimie	175	3,00	24,00	15,9314	5,34724	28,593	-,416	,184	-,751	,365
Distimie	175	2,00	24,00	11,2686	5,07777	25,784	-,031	,184	-,775	,365
Ciclotimie	175	3,00	24,00	16,2400	5,14163	26,436	-,514	,184	-,322	,365
Exaltare	175	,00	24,00	17,1371	6,27195	39,337	-,606	,184	-,431	,365
Anxietate	175	3,00	24,00	15,2057	5,29291	28,015	-,641	,184	-,537	,365
Emotivitate	175	3,00	24,00	18,7429	4,23954	17,974	-1,284	,184	1,547	,365
Negativism	175	,00	7,00	2,7314	1,31389	1,726	,124	,184	-,262	,365
Resentiment	175	,00	8,00	3,7200	1,75066	3,065	,209	,184	-,122	,365
Ostilitate indirectă	175	,00	9,00	4,8286	1,59175	2,534	-,165	,184	-,204	,365
Atentat	175	,00	10,00	3,5943	2,19481	4,817	,485	,184	-,151	,365
Suspiciune	175	1,00	10,00	5,9714	1,95768	3,833	-,262	,184	-,306	,365
Iritabilitate	175	1,00	10,00	5,4857	2,23827	5,010	-,149	,184	-,931	,365
Ostilitate verbală	175	,00	12,00	6,9314	2,25039	5,064	-,057	,184	-,320	,365
Ostilitate - total	175	14,00	84,00	33,5257	9,12419	83,251	,987	,184	4,300	,365
Autoculpabilizare	175	6,00	20,00	12,2400	3,37496	11,390	,470	,184	-,498	,365
Acceptare	175	1,00	20,00	12,6800	3,52502	12,426	-,070	,184	-,191	,365
Ruminare	175	4,00	20,00	13,8286	3,84084	14,752	-,238	,184	-,607	,365
Refocalizare pozitivă	175	4,00	20,00	12,1829	4,38266	19,208	-,041	,184	-,946	,365
Refocalizare pe planificare	175	2,00	20,00	15,4343	3,31575	10,994	-,981	,184	1,515	,365
Reevaluarea pozitivă	175	4,00	20,00	14,9771	3,62931	13,172	-,734	,184	,322	,365
Catastrofarea	175	6,00	20,00	13,4800	3,33536	11,125	-,073	,184	-,484	,365
Punerea în perspectivă	175	4,00	20,00	9,8686	3,93187	15,460	,765	,184	,067	,365
Culpabilizarea celorlalţi	175	3,00	20,00	8,9714	3,82735	14,649	,993	,184	,648	,365
Acţiune asertivă, brut	175	11,00	41,00	29,7257	5,07010	25,706	-,638	,184	1,411	,365
Relaţionare socială	175	4,00	25,00	16,7829	4,02131	16,171	-,390	,184	,575	,365
Căutarea suportului social	175	10,00	35,00	24,2971	5,44067	29,601	-,090	,184	-,446	,365
Acţiune prudentă	175	9,00	25,00	18,1086	3,64907	13,316	,252	,184	-,537	,365
Acţiune instinctivă	175	12,00	30,00	21,3314	4,17490	17,430	,000	,184	-,884	,365
Evitare	175	7,00	30,00	17,3543	4,40744	19,425	,328	,184	-,107	,365
Acţiune indirectă	175	4,00	21,00	12,4171	3,49429	12,210	,035	,184	-,024	,365



Acțiune antisocială	175	5,00	23,00	13,7314	4,24425	18,014	,355	,184	-,179	,365
Acțiune agresivă	175	4,00	25,00	14,4057	4,44907	19,794	,293	,184	-,260	,365
Atașament securizant	175	7,00	25,00	15,2743	5,74698	33,028	,292	,184	-1,460	,365
Atașament evitant	175	6,00	28,00	16,0971	4,31074	18,582	,310	,184	-,195	,365
Atașament anxios ambivalent	175	7,00	29,00	17,2686	5,48057	30,037	,233	,184	-1,192	,365
Atașament niv	175	1,00	3,00	1,7086	,70359	,495	,478	,184	-,886	,365
Valid N (listwise)	175									

**Tabelul A 2.2. Prezentarea statisticii descriptive pe subgrupe (grupul femeilor neabuzate)**

Descriptive Statistics <sup>a</sup>										
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Variance	Skewness		Kurtosis	
							Statistic	Std. Error	Statistic	Std. Error
Abuz fizic	78	,00	7,00	1,0000	1,45941	2,130	2,161	,272	5,112	,538
Abuz sexual	78	,00	5,00	1,5256	1,23503	1,525	,640	,272	-,223	,538
Neglijare	78	1,00	22,00	9,6795	4,65008	21,623	,723	,272	,458	,538
Abuz emoțional	78	,00	25,00	12,3974	5,37754	28,918	-,134	,272	-,178	,538
Măsurarea nivelului de Reziliență	78	45,00	99,00	78,3077	13,53620	183,229	-,466	,272	-,698	,538
Chestionar Stima de sine Rosenberg	78	13,00	39,00	31,0256	4,56973	20,882	-1,150	,272	2,624	,538
Demonstrativ	78	4,00	22,00	12,1923	3,75917	14,131	,039	,272	-,481	,538
Hiperexact	78	1,00	22,00	13,3077	4,78175	22,865	-,204	,272	-,308	,538
Hiperperseverent	78	4,00	22,00	14,3077	3,67974	13,540	-,510	,272	,194	,538
Nestăpânire	78	1,00	24,00	11,0897	5,06884	25,693	,009	,272	-,543	,538
Hipertimie	78	3,00	24,00	16,4487	5,69266	32,406	-,713	,272	-,519	,538
Distimie	78	2,00	21,00	9,4103	5,08483	25,855	,307	,272	-,906	,538
Ciclotimie	78	5,00	24,00	15,7308	4,97963	24,797	-,407	,272	-,511	,538
Exaltare	78	2,00	24,00	16,3462	6,30157	39,710	-,427	,272	-,506	,538
Anxietate	78	3,00	24,00	13,5897	5,66244	32,063	-,242	,272	-1,006	,538
Emotivitate	78	3,00	24,00	18,1538	4,60682	21,223	-1,430	,272	1,481	,538
Negativism	78	,00	5,00	2,8462	1,31995	1,742	,082	,272	-,763	,538
Resentiment	78	,00	7,00	3,1538	1,61227	2,599	,087	,272	-,351	,538
Ostilitate indirectă	78	,00	8,00	4,4359	1,63238	2,665	-,021	,272	,120	,538
Atentat	78	,00	9,00	3,2564	1,90989	3,648	,759	,272	,446	,538
Suspiciune	78	2,00	10,00	5,4487	1,91133	3,653	-,028	,272	-,389	,538
Iritabilitate	78	1,00	9,00	4,5897	2,16487	4,687	,328	,272	-,584	,538
Ostilitate verbală	78	2,00	12,00	6,4615	2,11176	4,460	,378	,272	-,214	,538
Ostilitate total	78	14,00	84,00	30,7821	9,90690	98,147	2,015	,272	9,790	,538
Autoculpabilizare	78	6,00	20,00	11,6154	3,25629	10,603	,845	,272	,247	,538
Acceptare	78	1,00	19,00	12,3462	3,46720	12,021	-,048	,272	,511	,538
Ruminare	78	4,00	20,00	13,4872	3,77876	14,279	-,116	,272	-,269	,538
Refocalizare pozitivă	78	4,00	20,00	13,1667	4,06575	16,530	-,087	,272	-,763	,538
Refocalizare pe planificare	78	9,00	20,00	15,8462	2,99383	8,963	-,375	,272	-,638	,538

Reevaluarea pozitivă	78	7,00	20,00	15,4744	3,39107	11,499	-,474	,272	-,182	,538
Catastrofarea	78	6,00	20,00	13,4359	3,38288	11,444	,090	,272	-,597	,538
Punerea în perspectivă	78	4,00	20,00	9,5000	4,21423	17,760	,848	,272	-,163	,538
Culpabilizarea celorlalți	78	4,00	17,00	7,9103	2,91964	8,524	,923	,272	,670	,538
Acțiune asertivă, brut	78	14,00	41,00	30,4231	4,65294	21,650	-,214	,272	1,216	,538
Relaționare socială	78	7,00	25,00	17,1795	3,66005	13,396	-,048	,272	-,209	,538
Căutarea suportului social,	78	10,00	35,00	24,2308	4,94626	24,466	-,087	,272	,229	,538
Acțiune prudentă	78	12,00	25,00	18,0641	3,33941	11,152	,415	,272	-,518	,538
Acțiune instinctivă	78	14,00	30,00	21,3077	3,78414	14,320	,109	,272	-,619	,538
Evitare	78	7,00	29,00	16,6795	4,02748	16,221	,401	,272	,211	,538
Acțiune indirectă	78	5,00	20,00	12,1538	2,97643	8,859	-,080	,272	,106	,538
Acțiune antisocială	78	6,00	23,00	13,0385	3,72580	13,882	,465	,272	,170	,538
Acțiune agresivă	78	4,00	22,00	13,2692	3,39852	11,550	,013	,272	,693	,538
Atașament securizant	78	9,00	25,00	20,7179	3,69941	13,686	-1,582	,272	2,655	,538
Atașament evitant	78	8,00	18,00	12,6282	2,22797	4,964	-,059	,272	-,624	,538
Atașament anxios ambivalent	78	8,00	19,00	12,4615	2,08702	4,356	,179	,272	,144	,538
Atașament niv	78	1,00	3,00	2,0256	,22646	,051	1,945	,272	17,222	,538
Valid N (listwise)	78									

a. abuzat/neabuzat = neabuzat

**Tabelul A 2.3. Prezentarea statisticii descriptive pe subgrupe (grupul femeilor abuzate)**

Descriptive Statistics<sup>a</sup>

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Variance	Skewness		Kurtosis	
	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Std. Error	Statistic	Std. Error
Abuz fizic	97	,00	20,00	5,8763	5,15238	26,547	1,179	,245	,540	,485
Abuz sexual	97	,00	20,00	5,4845	4,22816	17,877	1,511	,245	2,214	,485
Neglijare	97	4,00	48,00	21,2577	9,44643	89,235	,529	,245	,027	,485
Abuz emoțional	97	5,00	54,00	23,1959	9,02386	81,430	1,258	,245	2,008	,485
Măsurarea nivelului de Reziliență	97	13,00	100,00	68,6598	17,85526	318,810	-,719	,245	,482	,485
Chestionar stima de sine Rosenberg	97	13,00	40,00	27,1443	5,24402	27,500	-,118	,245	,412	,485
Demonstrativ	97	2,00	24,00	11,9485	4,76176	22,674	,285	,245	-,650	,485

Hiperexact	97	,00	22,00	14,5464	4,05951	16,480	-	1,162	,245	2,303	,485
Hiperperseverent	97	4,00	22,00	14,6289	4,22621	17,861	-,456	,245	-,406	,485	
Nestăpânire	97	3,00	21,00	12,7113	4,39213	19,291	-,134	,245	-,438	,485	
Hipertimie	97	4,00	24,00	15,5155	5,04379	25,440	-,157	,245	-,828	,485	
Distimie	97	2,00	24,00	12,7629	4,57523	20,933	-,163	,245	-,293	,485	
Cilcotimie	97	3,00	24,00	16,6495	5,25801	27,647	-,629	,245	-,089	,485	
Exaltare	97	,00	24,00	17,7732	6,20736	38,531	-,778	,245	-,205	,485	
Anxietate	97	4,00	24,00	16,5052	4,60779	21,232	-,968	,245	,393	,485	
Emotivitate	97	8,00	24,00	19,2165	3,87897	15,046	-	1,003	,245	,946	,485
Negativism	97	0,00	7,00	2,6392	1,30851	1,712	,159	,245	,215	,485	
Resentiment	97	1,00	8,00	4,1753	1,73211	3,000	,240	,245	-,155	,485	
Ostilitate indirectă	97	2,00	9,00	5,1443	1,49297	2,229	-,214	,245	-,445	,485	
Atentat	97	,00	10,00	3,8660	2,37447	5,638	,263	,245	-,416	,485	
Suspiciune	97	1,00	10,00	6,3918	1,90152	3,616	-,488	,245	,167	,485	
Iritabilitate	97	2,00	10,00	6,2062	2,03582	4,145	-,513	,245	-,517	,485	
Ostilitate verbală	97	0,00	11,00	7,3093	2,29747	5,278	-,410	,245	,079	,485	
Ostilitate - total	97	21,00	52,00	35,7320	7,81893	61,136	,132	,245	-,871	,485	
Autoculpabilizare	97	6,00	20,00	12,7423	3,40122	11,568	,211	,245	-,690	,485	
Acceptare	97	4,00	20,00	12,9485	3,56596	12,716	-,100	,245	-,627	,485	
Ruminare	97	6,00	20,00	14,1031	3,88771	15,114	-,348	,245	-,762	,485	
Refocalizare pozitivă	97	4,00	20,00	11,3918	4,48738	20,137	,077	,245	-	1,079	,485
Refocalizare pe planificare	97	2,00	20,00	15,1031	3,53401	12,489	-	1,219	,245	1,997	,485
Reevaluarea pozitivă	97	4,00	20,00	14,5773	3,77998	14,288	-,853	,245	,376	,485	
Catastrofarea	97	6,00	20,00	13,5155	3,31384	10,982	-,211	,245	-,335	,485	
Punerea în perspectivă	97	4,00	20,00	10,1649	3,68465	13,577	,763	,245	,504	,485	
Culpabilizarea celorlați	97	3,00	20,00	9,8247	4,25003	18,063	,767	,245	-,033	,485	
Acțiune asertivă, brut	97	11,00	41,00	29,1649	5,33987	28,514	-,809	,245	1,261	,485	
Relaționare socială	97	4,00	25,00	16,4639	4,28189	18,335	-,505	,245	,721	,485	
Căutarea suportului social,	97	11,00	35,00	24,3505	5,83281	34,022	-,100	,245	-,785	,485	
Acțiune prudentă	97	9,00	25,00	18,1443	3,89709	15,187	,163	,245	-,598	,485	

Acțiune instinctivă	97	12,00	30,00	21,3505	4,48386	20,105	-,055	,245	-	1,059	,485
Evitare	97	9,00	30,00	17,8969	4,64014	21,531	,217	,245	-,270		,485
Acțiune indirectă	97	4,00	21,00	12,6289	3,86307	14,923	,008	,245	-,259		,485
Acțiune antisocială	97	5,00	23,00	14,2887	4,56198	20,812	,196	,245	-,387		,485
Acțiune agresivă	97	5,00	25,00	15,3196	4,97189	24,720	,083	,245	-,821		,485
Atașament securizant	97	7,00	17,00	10,8969	2,33401	5,448	,644	,245	-,198		,485
Atașament evitant	97	6,00	28,00	18,8866	3,47274	12,060	-,060	,245	1,829		,485
Atașament axios ambivalent	97	7,00	29,00	21,1340	4,13226	17,076	-,699	,245	,517		,485
Atașament niv	97	1,00	3,00	1,4536	,84188	,709	1,325	,245	-,249		,485
Valid N (listwise)	97										

a. abuzat/neabuzat = abuzat

**Tabelul A 2.4. Prezentarea statisticii descriptive pe subgrupe  
în dependență de forma de abuz**

Descriptive Statistics

Forma de abuz predominantă	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Variance	Skewness		Kurtosis	
	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Std. Error	Statistic	Std. Error
Fizic Abuz fizic	32	,00	20,00	11,0000	5,55907	30,903	-,180	,414	-,802	,809
Abuz sexual	32	1,00	16,00	7,9375	4,16543	17,351	,273	,414	-,831	,809
Neglijare	32	4,00	48,00	28,6875	9,54932	91,190	-,103	,414	,196	,809
Abuz emoțional	32	13,00	54,00	29,8750	10,40704	108,306	,416	,414	-,265	,809
Măsurarea nivelului de Reziliență	32	13,00	99,00	64,7187	22,49191	505,886	-,724	,414	-,296	,809
Chestionar stima de sine Rosenberg	32	13,00	40,00	26,4063	5,31498	28,249	-,105	,414	1,309	,809
Demonstrativ	32	2,00	20,00	11,9063	4,53203	20,539	-,146	,414	-,845	,809
Hiperexact	32	6,00	22,00	15,0000	3,51953	12,387	-,114	,414	-,056	,809
Hiperperseverent	32	4,00	20,00	15,0625	3,83479	14,706	-,417	,414	,548	,809
Nestăpînire	32	5,00	21,00	14,9688	4,44671	19,773	-,654	,414	-,216	,809
Hipertimie	32	6,00	24,00	15,5000	4,78573	22,903	,091	,414	-,748	,809
Distimie	32	2,00	24,00	14,5937	4,82506	23,281	-,403	,414	,732	,809
Cilcotimie	32	3,00	24,00	17,7188	3,91222	15,305	-1,585	,414	5,458	,809
Exaltare	32	6,00	24,00	19,1250	4,42682	19,597	-,831	,414	1,136	,809
Anxietate	32	6,00	24,00	16,7813	3,64324	13,273	-,982	,414	1,758	,809
Emotivitate	32	9,00	24,00	18,8438	3,59309	12,910	-,585	,414	,541	,809
Negativism	32	1,00	5,00	2,7500	1,29515	1,677	-,071	,414	-1,228	,809
Resentiment	32	1,00	8,00	4,9375	1,91661	3,673	-,023	,414	-,487	,809
Ostilitate indirectă	32	2,00	7,00	5,0312	1,49158	2,225	-,492	,414	-,351	,809
Atentat	32	,00	9,00	5,0938	2,41446	5,830	-,366	,414	-,466	,809
Suspiciune	32	1,00	10,00	7,0625	1,89970	3,609	-1,179	,414	2,675	,809
Iritabilitate	32	2,00	10,00	6,1250	1,73670	3,016	-,126	,414	-,117	,809
Ostilitate verbală	32	4,00	11,00	7,7188	1,95488	3,822	-,048	,414	-1,081	,809
Ostilitate -total	32	24,00	52,00	38,7188	7,96053	63,370	-,284	,414	-1,042	,809
Autoculpabilizare	32	6,00	20,00	12,6250	3,59883	12,952	,317	,414	-,565	,809
Acceptare	32	6,00	19,00	13,0625	3,87663	15,028	-,327	,414	-1,064	,809
Ruminare	32	6,00	20,00	12,9062	4,00290	16,023	,003	,414	-1,009	,809
Refocalizare pozitivă	32	4,00	20,00	11,9375	4,91828	24,190	-,062	,414	-1,098	,809
Refocalizare pe planificare	32	2,00	20,00	13,6563	4,33001	18,749	-,912	,414	,617	,809
Reevaluarea pozitivă	32	4,00	20,00	14,2188	4,52758	20,499	-1,013	,414	,450	,809
Catastrofarea	32	6,00	19,00	13,4063	3,57283	12,765	-,433	,414	,064	,809
Punerea în perspectivă	32	5,00	20,00	11,4063	4,71004	22,184	,314	,414	-,904	,809

Culpabilizarea celorlalți	32	3,00	19,00	10,1250	4,73661	22,435	,467	,414	-,493	,809
Acțiune asertivă, brut	32	11,00	38,00	28,2813	6,74529	45,499	-1,073	,414	,499	,809
Relaționare socială	32	6,00	25,00	15,6875	4,63811	21,512	-,059	,414	-,074	,809
Căutarea suportului social,	32	11,00	34,00	25,5000	6,54513	42,839	-,397	,414	-,628	,809
Acțiune prudentă	32	9,00	25,00	17,7812	4,85755	23,596	,266	,414	-,891	,809
Acțiune instinctivă	32	12,00	28,00	22,5000	5,21784	27,226	-,625	,414	-1,125	,809
Evitare	32	9,00	26,00	18,1875	4,90844	24,093	,162	,414	-,874	,809
Acțiune indirectă	32	6,00	21,00	13,8125	4,95423	24,544	-,178	,414	-1,319	,809
Acțiune antisocială	32	6,00	23,00	16,8125	5,08913	25,899	-,402	,414	-,656	,809
Acțiune agresivă	32	6,00	24,00	17,6250	5,41056	29,274	-,604	,414	-,456	,809
Atașament securizant	32	7,00	15,00	10,7813	2,05935	4,241	,479	,414	-,027	,809
Atașament evitant	32	14,00	28,00	20,8750	3,27010	10,694	,071	,414	,228	,809
Atașament anxios ambivalent	32	14,00	26,00	19,0313	3,71991	13,838	,636	,414	-,878	,809
Atașament_niv	32	1,00	3,00	2,0000	1,01600	1,032	,000	,414	-2,138	,809
Valid N (listwise)	32									
Sexual Abuz fizic	16	,00	7,00	3,0000	1,86190	3,467	,496	,564	,204	1,091
Abuz sexual	16	4,00	20,00	7,8750	5,48787	30,117	1,762	,564	1,617	1,091
Neglijare	16	8,00	31,00	15,6875	6,25799	39,162	,879	,564	,782	1,091
Abuz emoțional	16	5,00	28,00	19,1875	5,00957	25,096	-1,334	,564	3,866	1,091
Măsurarea nivelului de Reziliență	16	32,00	100,00	65,9375	19,01743	361,663	,535	,564	-,024	1,091
Chestionar stimei de sine Rosenberg	16	23,00	39,00	26,3125	3,94493	15,563	,657	,564	1,183	1,091
Demonstrativ	16	6,00	24,00	13,3125	4,30068	18,496	,606	,564	1,596	1,091
Hiperexact	16	12,00	22,00	16,0000	2,52982	6,400	,452	,564	,962	1,091
Hiperperseverent	16	4,00	20,00	14,3750	4,74517	22,517	-,699	,564	-,077	1,091
Nestăpânire	16	3,00	21,00	11,6250	5,00500	25,050	,028	,564	-,122	1,091
Hipertimie	16	9,00	21,00	14,8125	4,30842	18,563	,124	,564	-1,285	1,091
Distimie	16	6,00	18,00	12,6250	3,55668	12,650	-,135	,564	-,880	1,091
Cilcotimie	16	9,00	24,00	19,1250	4,50000	20,250	-,741	,564	,236	1,091
Exaltare	16	9,00	24,00	19,6875	4,64354	21,563	-,873	,564	,366	1,091
Anxietate	16	12,00	21,00	18,1875	2,99374	8,963	-1,058	,564	,521	1,091
Emotivitate	16	12,00	24,00	20,8750	2,94109	8,650	-1,819	,564	5,168	1,091
Negativism	16	1,00	5,00	2,7500	1,06458	1,133	,189	,564	,213	1,091
Resentiment	16	3,00	6,00	4,6250	1,14746	1,317	-,047	,564	-1,432	1,091
Ostilitate indirectă	16	2,00	7,00	5,3125	1,49304	2,229	-,752	,564	,067	1,091
Atentat	16	1,00	10,00	4,4375	2,25000	5,063	1,057	,564	1,433	1,091
Suspiciune	16	2,00	9,00	7,0000	1,86190	3,467	-1,346	,564	2,194	1,091
Iritabilitate	16	2,00	9,00	7,0625	1,87861	3,529	-1,275	,564	2,207	1,091
Ostilitate verbală	16	5,00	11,00	7,8125	1,75950	3,096	,409	,564	-,475	1,091
Ostilitate -total	16	24,00	51,00	39,0000	7,14609	51,067	-,382	,564	-,184	1,091

Autoculpabilizare	16	6,00	19,00	12,7500	3,56838	12,733	-,229	,564	-,636	1,091
Acceptare	16	4,00	19,00	12,8125	4,53459	20,563	-,444	,564	-,843	1,091
Ruminare	16	6,00	20,00	15,1875	4,18280	17,496	-,725	,564	,013	1,091
Refocalizare pozitivă	16	5,00	20,00	11,6250	5,57225	31,050	,173	,564	-1,558	1,091
Refocalizare pe planificare	16	6,00	20,00	15,8750	3,73943	13,983	-1,576	,564	2,686	1,091
Reevaluarea pozitivă	16	8,00	20,00	14,9375	3,94071	15,529	-,276	,564	-1,357	1,091
Catastrofarea	16	7,00	18,00	13,3125	3,89391	15,163	-,339	,564	-1,554	1,091
Punerea în perspectivă	16	4,00	16,00	10,7500	2,79285	7,800	-,462	,564	1,502	1,091
Culpabilizarea celorlalți	16	4,00	20,00	11,2500	5,32291	28,333	,217	,564	-,881	1,091
Acțiune asertivă, brut	16	19,00	41,00	27,5000	5,84237	34,133	,580	,564	,221	1,091
Relaționare socială	16	11,00	25,00	18,2500	4,37417	19,133	-,203	,564	-1,189	1,091
Căutarea suportului social,	16	13,00	35,00	25,1875	6,29517	39,629	-,275	,564	-,911	1,091
Acțiune prudentă	16	11,00	25,00	17,8750	4,36463	19,050	,619	,564	-,537	1,091
Acțiune instinctivă	16	14,00	30,00	21,9375	4,46421	19,929	,021	,564	-1,006	1,091
Evitare	16	13,00	30,00	19,6250	4,14528	17,183	,959	,564	1,797	1,091
Acțiune indirectă	16	10,00	16,00	12,8125	1,93972	3,762	,364	,564	-1,096	1,091
Acțiune antisocială	16	5,00	20,00	13,5625	3,99948	15,996	-,425	,564	,030	1,091
Acțiune agresivă	16	5,00	23,00	14,5625	4,93921	24,396	-,113	,564	-,397	1,091
Atașament securizant	16	7,00	15,00	10,4375	1,86078	3,463	,609	,564	1,782	1,091
Atașament evitant	16	10,00	23,00	19,3125	3,13515	9,829	-1,784	,564	4,587	1,091
Atașament axios ambivalent	16	9,00	26,00	22,8125	4,23035	17,896	-2,538	,564	7,808	1,091
Atașament_niv	16	1,00	3,00	1,1250	,50000	,250	4,000	,564	16,000	1,091
Valid N (listwise)	16									
Neglijare	21	1,00	10,00	4,9524	2,33401	5,448	,689	,501	,628	,972
Abuz fizic	21	2,00	9,00	4,3810	1,90987	3,648	,773	,501	,002	,972
Abuz sexual	21	16,00	35,00	24,1429	4,70410	22,129	,506	,501	,469	,972
Neglijare	21	10,00	21,00	15,9048	4,02374	16,190	,097	,501	-1,582	,972
Abuz emoțional	21	46,00	91,00	66,0000	13,7949 3	190,300	,218	,501	-,867	,972
Măsurarea nivelului de Reziliență	21	15,00	37,00	25,3333	5,58868	31,233	,080	,501	-,145	,972
Chestionar stima de sine Rosenberg	21	4,00	18,00	10,1429	4,06553	16,529	,567	,501	-,407	,972
Demonstrativ	21	7,00	20,00	14,4286	3,68200	13,557	-,577	,501	-,014	,972
Hiperexact	21	7,00	22,00	15,6667	4,44222	19,733	-,599	,501	-,385	,972
Hiperperseverent	21	4,00	18,00	11,9048	4,12195	16,990	-,588	,501	,285	,972
Nestăpânire	21	4,00	21,00	12,6190	4,80079	23,048	-,106	,501	-,863	,972
Hipertimie	21	2,00	18,00	12,6667	5,09248	25,933	-,659	,501	-,699	,972
Distimie	21									

Cilcotimie	21	4,00	24,00	14,5714	6,02139	36,257	-,355	,501	-1,064	,972
Exaltare	21	3,00	24,00	16,9524	7,96540	63,448	-,581	,501	-1,293	,972
Anxietate	21	4,00	21,00	17,0952	5,71756	32,690	-1,596	,501	1,357	,972
Emotivitate	21	8,00	24,00	17,8571	5,37853	28,929	-,661	,501	-,506	,972
Negativism	21	,00	7,00	2,4762	1,72102	2,962	,662	,501	1,095	,972
Resentiment	21	2,00	8,00	3,8095	1,47034	2,162	1,093	,501	2,018	,972
Ostilitate indirectă	21	3,00	9,00	5,0476	1,74574	3,048	,792	,501	-,384	,972
Atentat	21	,00	6,00	3,1429	1,76878	3,129	-,179	,501	-,655	,972
Suspiciune	21	4,00	10,00	6,0476	1,59613	2,548	,812	,501	,768	,972
Iritabilitate	21	3,00	9,00	6,6667	2,30940	5,333	-,761	,501	-,964	,972
Ostilitate verbală	21	,00	11,00	7,1905	3,15625	9,962	-,499	,501	-,584	,972
Ostilitate- total	21	24,00	50,00	34,3810	7,29710	53,248	,631	,501	-,289	,972
Autoculpabilizare	21	8,00	19,00	11,7619	3,23890	10,490	1,105	,501	,855	,972
Acceptare	21	8,00	20,00	12,7143	3,75690	14,114	,722	,501	-,782	,972
Ruminare	21	8,00	20,00	15,2857	3,74357	14,014	-,298	,501	-1,202	,972
Refocalizare pozitivă	21	4,00	16,00	9,8095	3,81601	14,562	,108	,501	-1,288	,972
Refocalizare pe planificare	21	8,00	19,00	15,4762	2,48232	6,162	-1,020	,501	3,118	,972
Reevaluarea pozitivă	21	6,00	18,00	13,2857	3,27327	10,714	-,328	,501	-,373	,972
Catastrofarea	21	9,00	16,00	12,5238	1,80607	3,262	,183	,501	,029	,972
Punerea în perspectivă	21	5,00	20,00	9,7143	3,42261	11,714	1,353	,501	2,944	,972
Culpabilizarea celorlați	21	5,00	18,00	10,8095	3,81601	14,562	,567	,501	-,706	,972
Acțiune asertivă, brut	21	25,00	38,00	30,1429	3,65083	13,329	,487	,501	-,337	,972
Relaționare socială	21	8,00	22,00	16,6667	3,03864	9,233	-,618	,501	2,637	,972
Căutarea suportului social,	21	15,00	32,00	21,0476	4,11675	16,948	,713	,501	,960	,972
Acțiune prudentă	21	13,00	22,00	17,0000	3,06594	9,400	,736	,501	-,943	,972
Acțiune instinctivă	21	14,00	29,00	19,8571	4,01604	16,129	,423	,501	-,177	,972
Evitare	21	10,00	21,00	15,9048	3,93579	15,490	-,329	,501	-1,401	,972
Acțiune indirectă	21	6,00	18,00	11,9524	3,63973	13,248	,125	,501	-,407	,972
Acțiune antisocială	21	6,00	21,00	13,1905	3,61413	13,062	-,163	,501	,163	,972
Acțiune agresivă	21	8,00	21,00	12,8571	3,71868	13,829	,485	,501	-,153	,972
Atașament securizant	21	8,00	17,00	12,3810	2,95764	8,748	-,028	,501	-1,583	,972
Atașament evitant	21	15,00	28,00	18,4762	3,21899	10,362	1,371	,501	2,687	,972
Atașament axios ambivalent	21	14,00	29,00	21,4286	3,74929	14,057	,132	,501	-,441	,972
Atașament_niv	21	1,00	3,00	1,4762	,87287	,762	1,327	,501	-,276	,972
Valid N (listwise)	21									
Emoțional	28	,00	7,00	2,3571	1,85021	3,423	1,094	,441	1,060	,858
Abuz fizic	28	,00	4,00	2,1429	1,07890	1,164	-,494	,441	-,051	,858
Abuz sexual	28	6,00	22,00	13,7857	5,12335	26,249	,139	,441	-,925	,858
Neglijare	28									



Abuz emoțional	28	19,00	50,00	23,3214	5,95697	35,485	3,576	,441	15,437	,858
Măsurarea nivelului de Reziliență	28	45,00	95,00	76,7143	10,7353 9	115,249	-1,004	,441	1,807	,858
Chestionar stima de sine Rosenberg	28	18,00	40,00	28,1071	5,15924	26,618	-,068	,441	,229	,858
Demonstrativ	28	4,00	22,00	12,5714	5,52052	30,476	,294	,441	-1,240	,858
Hiperexact	28	,00	20,00	13,2857	5,25538	27,619	-1,308	,441	1,155	,858
Hiperperseverent	28	6,00	20,00	13,5000	4,13208	17,074	-,344	,441	-1,116	,858
Nestăpânire	28	6,00	18,00	11,3571	3,19970	10,238	,066	,441	-,747	,858
Hipertimie	28	6,00	24,00	18,1071	4,79459	22,988	-,825	,441	,015	,858
Distimie	28	6,00	15,00	10,8214	3,68233	13,560	-,072	,441	-1,624	,858
Cilcotimie	28	5,00	24,00	15,5714	5,75055	33,069	,006	,441	-,847	,858
Exaltare	28	,00	24,00	15,7500	6,81298	46,417	-,313	,441	-,692	,858
Anxietate	28	6,00	24,00	14,7857	5,09435	25,952	-,076	,441	-,822	,858
Emotivitate	28	12,00	24,00	19,7143	2,99205	8,952	-,694	,441	,370	,858
Negativism	28	,00	4,00	2,5714	1,13622	1,291	-,353	,441	-,633	,858
Resentiment	28	1,00	6,00	3,3214	1,56474	2,448	-,080	,441	-1,037	,858
Ostilitate indirectă	28	2,00	7,00	5,2500	1,35058	1,824	-,880	,441	-,155	,858
Atentat	28	,00	7,00	2,6786	2,09149	4,374	,409	,441	-,637	,858
Suspiciune	28	2,00	8,00	5,5357	1,81521	3,295	-,402	,441	-,609	,858
Iritabilitate	28	2,00	8,00	5,4643	2,04545	4,184	-,546	,441	-,676	,858
Ostilitate verbală	28	2,00	11,00	6,6429	2,11195	4,460	-,431	,441	,250	,858
Ostilitate -total	28	21,00	46,00	31,4643	6,29216	39,591	,190	,441	-,089	,858
Autoculpabilizare	28	8,00	20,00	13,6071	3,14277	9,877	-,163	,441	-,523	,858
Acceptare	28	8,00	19,00	13,0714	2,44841	5,995	,221	,441	,778	,858
Ruminare	28	7,00	19,00	13,9643	3,42628	11,739	-,872	,441	,019	,858
Refocalizare pozitivă	28	6,00	17,00	11,8214	3,64187	13,263	-,158	,441	-1,370	,858
Refocalizare pe planificare	28	11,00	20,00	16,0357	2,58890	6,702	-,194	,441	-,856	,858
Reevaluarea pozitivă	28	9,00	20,00	15,7500	2,78388	7,750	-1,186	,441	1,401	,858
Catastrofarea	28	6,00	20,00	14,5000	3,42648	11,741	-,384	,441	-,268	,858
Punerea în perspectivă	28	5,00	13,00	8,7500	2,35112	5,528	-,045	,441	-,881	,858
Culpabilizarea celorlați	28	3,00	18,00	7,9286	2,47848	6,143	2,241	,441	10,213	,858
Acțiune asertivă, brut	28	21,00	37,00	30,3929	3,92843	15,433	,030	,441	-,001	,858
Relaționare socială	28	4,00	24,00	16,1786	4,50558	20,300	-1,188	,441	2,277	,858
Căutarea suportului social,	28	14,00	34,00	25,0357	5,12425	26,258	-,623	,441	-,145	,858
Acțiune prudentă	28	14,00	24,00	19,5714	2,45596	6,032	-,303	,441	,068	,858
Acțiune instinctivă	28	14,00	29,00	20,8214	3,66215	13,411	,158	,441	-,274	,858
Evitare	28	10,00	28,00	18,0714	4,78368	22,884	,208	,441	-,265	,858

Acțiune indirectă	28	4,00	16,00	11,6786	3,16291	10,004	-1,157	,441	,760	,858
Acțiune antisocială	28	5,00	22,00	12,6429	3,75366	14,090	,464	,441	,906	,858
Acțiune agresivă	28	8,00	25,00	14,9643	4,35875	18,999	,263	,441	-,607	,858
Atașament securizant	28	7,00	15,00	10,1786	1,92553	3,708	,599	,441	,450	,858
Atașament evitant	28	6,00	23,00	16,6786	2,73595	7,485	-1,821	,441	8,857	,858
Atașament axios ambivalent	28	7,00	27,00	22,3571	3,99272	15,942	-2,190	,441	7,239	,858
Atașament_niv	28	1,00	1,00	1,0000	,00000	,000	.	.	.	.
Valid N (listwise)	28									

**Tabelul A 2.5. Testul Kolmogorov-Smirnov de stabilire a normalității distribuției la variabila „atașament”**

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		atașament securizant	atașament evitant	atașament axios ambivalent
N		175	175	175
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	15,2743	16,0971	17,2686
	Std. Deviation	5,74698	4,31074	5,48057
Most Extreme Differences	Absolute	,190	,092	,141
	Positive	,190	,092	,141
	Negative	-,143	-,059	-,103
Test Statistic		,190	,092	,141
Asymp. Sig. (2-tailed)		,000 <sup>c</sup>	,001 <sup>c</sup>	,000 <sup>c</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

**Tabelul A 2.6. Statistica descriptivă la variabila atașament**

**Group Statistics**

	abuzat/neabuzat	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
atașament securizant	Neabuzat	78	20,7179	3,69941	,41888
	Abuzat	97	10,8969	2,33401	,23698
atașament evitant	Neabuzat	78	12,6282	2,22797	,25227
	Abuzat	97	18,8866	3,47274	,35260
atașament axios ambivalent	Neabuzat	78	12,4615	2,08702	,23631
	Abuzat	97	21,1340	4,13226	,41957

**Tabelul A 2.7. Testul T pentru eșantioanele independente la variabila „atașament”**

**Independent Samples Test**

Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means							
F	Sig.	T	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference		
							Lower	Upper	

atașament securizant	Equal variances assumed	7,150	,008	21,390	173	,000	9,82104	,45914	8,91480	10,72728
	Equal variances not assumed			<b>20,407</b>	<b>123,992</b>	<b>,000</b>	9,82104	,48127	8,86848	10,77360
atașament evitant	Equal variances assumed	7,106	,008	-13,793	173	,000	-6,25839	,45375	-7,15400	-5,36279
	Equal variances not assumed			<b>-14,435</b>	<b>165,401</b>	<b>,000</b>	-6,25839	,43355	-7,11440	-5,40238
atașament anxios ambivalent	Equal variances assumed	36,523	,000	-16,879	173	,000	-8,67248	,51382	-9,68664	-7,65833
	Equal variances not assumed			<b>-18,010</b>	<b>147,998</b>	<b>,000</b>	-8,67248	,48154	-9,62406	-7,72090

**Tabelul A 2.8. Test de omogenitate a varianțelor la variabila „atașament”**

**Test of Homogeneity of Variances**

	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
<b>atașament securizant</b>	3,885	4	170	<b>,005</b>
atașament evitant	,933	4	170	,446
<b>atașament anxios ambivalent</b>	4,331	4	170	<b>,002</b>

**Tabelul A 2.9. Analiza de varianță Anova în funcție de forma de abuz a variabilei atașament**

**ANOVA**

		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
atașament securizant	Between Groups	4234,574	4	1058,643	119,007	<b>,000</b>
	Within Groups	1512,261	170	8,896		
	Total	5746,834	174			
atașament evitant	Between Groups	1962,848	4	490,712	65,660	<b>,000</b>
	Within Groups	1270,501	170	7,474		
	Total	3233,349	174			
atașament anxios ambivalent	Between Groups	3482,015	4	870,504	84,837	<b>,000</b>
	Within Groups	1744,362	170	10,261		
	Total	5226,377	174			

**Tabelul A 2.10. Comparații multiple prin analiza post hoc (Games Howell și Tukey HSD) în funcție de forma de abuz a tipului de atașament**

**Multiple Comparisons**

Dependent Variable		(I) Forma de abuz predominantă	(J) Forma de abuz predominantă	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
							Lower Bound	Upper Bound
							atașament securizant	Tukey HSD
			Sexual	10,28045*	,81855	,000	8,0235	12,5374
			neglijare	8,33700*	,73325	,000	6,3152	10,3588
			emoțional	10,53938*	,65708	,000	8,7276	12,3511
		fizic	neabuzate	-9,93670*	,62613	,000	-11,6631	-8,2103
			Sexual	,34375	,91322	,996	-2,1742	2,8617
			neglijare	-1,59970	,83761	,316	-3,9092	,7098
			emoțional	,60268	,77181	,936	-1,5254	2,7308
		sexual	neabuzate	-10,28045*	,81855	,000	-12,5374	-8,0235
			Fizic	-,34375	,91322	,996	-2,8617	2,1742
			neglijare	-1,94345	,98974	,288	-4,6724	,7855
			emoțional	,25893	,93471	,999	-2,3183	2,8362
		neglijare	neabuzate	-8,33700*	,73325	,000	-10,3588	-6,3152
			Fizic	1,59970	,83761	,316	-,7098	3,9092
			Sexual	1,94345	,98974	,288	-,7855	4,6724
			emoțional	2,20238	,86099	,083	-,1716	4,5764
		emoțional	neabuzate	-10,53938*	,65708	,000	-12,3511	-8,7276
			Fizic	-,60268	,77181	,936	-2,7308	1,5254
			Sexual	-,25893	,93471	,999	-2,8362	2,3183
			neglijare	-2,20238	,86099	,083	-4,5764	,1716
	<b>Games-Howell</b>	<b>neabuzate</b>	<b>Fizic</b>	9,93670*	,55496	<b>,000</b>	8,3944	11,4790
			<b>Sexual</b>	10,28045*	,62599	<b>,000</b>	8,4994	12,0615
			<b>neglijare</b>	8,33700*	,76942	<b>,000</b>	6,1358	10,5382
			<b>emotional</b>	10,53938*	,55486	<b>,000</b>	8,9948	12,0839
		<b>Fizic</b>	<b>neabuzate</b>	-9,93670*	,55496	<b>,000</b>	-11,4790	-8,3944
			Sexual	,34375	,59071	,977	-1,3600	2,0475

		neglijare		-1,59970	,74100	,221	-3,7384	,5390
		emoțional		,60268	,51473	,768	-,8467	2,0521
	<b>sexual</b>	<b>neabuzate</b>		-	,62599	<b>,000</b>	-12,0615	-8,4994
				10,28045*				
		Fizic		-,34375	,59071	,977	-2,0475	1,3600
		neglijare		-1,94345	,79559	,129	-4,2345	,3476
		emoțional		,25893	,59061	,992	-1,4468	1,9646
	<b>neglijare</b>	<b>neabuzate</b>		-8,33700*	,76942	<b>,000</b>	-10,5382	-6,1358
		Fizic		1,59970	,74100	,221	-,5390	3,7384
		Sexual		1,94345	,79559	,129	-,3476	4,2345
		<b>emoțional</b>		2,20238*	,74093	<b>,041</b>	,0628	4,3420
	<b>emoțional</b>	<b>neabuzate</b>		-	,55486	<b>,000</b>	-12,0839	-8,9948
				10,53938*				
		Fizic		-,60268	,51473	,768	-2,0521	,8467
		Sexual		-,25893	,59061	,992	-1,9646	1,4468
		neglijare		-2,20238*	,74093	,041	-4,3420	-,0628
atașament evitant	<b>Tukey HSD</b>	<b>neabuzate</b>	<b>Fizic</b>	-8,24679*	,57390	<b>,000</b>	-9,8292	-6,6644
			<b>Sexual</b>	-6,68429*	,75027	<b>,000</b>	-8,7530	-4,6156
			<b>neglijare</b>	-5,84799*	,67208	<b>,000</b>	-7,7011	-3,9949
			<b>emoțional</b>	-4,05037*	,60227	<b>,000</b>	-5,7110	-2,3897
		<b>Fizic</b>	<b>neabuzate</b>	8,24679*	,57390	<b>,000</b>	6,6644	9,8292
			sexual	1,56250	,83704	,339	-,7455	3,8705
			<b>neglijare</b>	2,39881*	,76774	<b>,018</b>	,2819	4,5157
			<b>emoțional</b>	4,19643*	,70743	<b>,000</b>	2,2458	6,1470
	<b>sexual</b>	neabuzate		6,68429*	,75027	,000	4,6156	8,7530
		fizic		-1,56250	,83704	,339	-3,8705	,7455
		neglijare		,83631	,90718	,888	-1,6650	3,3377
		<b>emoțional</b>		2,63393*	,85674	<b>,020</b>	,2717	4,9962
	neglijare	neabuzate		5,84799*	,67208	,000	3,9949	7,7011
		fizic		-2,39881*	,76774	,018	-4,5157	-,2819
		sexual		-,83631	,90718	,888	-3,3377	1,6650
		emoțional		1,79762	,78917	,157	-,3784	3,9736
	emotional	neabuzate		4,05037*	,60227	,000	2,3897	5,7110
		fizic		-4,19643*	,70743	,000	-6,1470	-2,2458
		sexual		-2,63393*	,85674	,020	-4,9962	-,2717

		neglijare	-1,79762	,78917	,157	-3,9736	,3784		
Games- Howell	neabuzate	fizic	-8,24679*	,63072	,000	-10,0419	-6,4517		
		sexual	-6,68429*	,82338	,000	-9,1707	-4,1978		
		neglijare	-5,84799*	,74637	,000	-8,0375	-3,6585		
		emoțional	-4,05037*	,57531	,000	-5,6924	-2,4083		
Fizic	neabuzate	fizic	8,24679*	,63072	,000	6,4517	10,0419		
		sexual	1,56250	,97391	,506	-1,2553	4,3803		
		neglijare	2,39881	,90972	,081	-,1900	4,9876		
		emoțional	4,19643*	,77557	,000	2,0127	6,3801		
sexual	neabuzate	fizic	6,68429*	,82338	,000	4,1978	9,1707		
		fizic	-1,56250	,97391	,506	-4,3803	1,2553		
		neglijare	,83631	1,05250	,930	-2,2001	3,8727		
		emoțional	2,63393	,93897	,063	-,1020	5,3699		
neglijare	neabuzate	fizic	5,84799*	,74637	,000	3,6585	8,0375		
		fizic	-2,39881	,90972	,081	-4,9876	,1900		
		sexual	-,83631	1,05250	,930	-3,8727	2,2001		
		emoțional	1,79762	,87222	,257	-,6963	4,2916		
Emoțional	neabuzate	fizic	4,05037*	,57531	,000	2,4083	5,6924		
		fizic	-4,19643*	,77557	,000	-6,3801	-2,0127		
		sexual	-2,63393	,93897	,063	-5,3699	,1020		
		neglijare	-1,79762	,87222	,257	-4,2916	,6963		
atașament axios ambivalent	Tukey HSD	Neabuzate	fizic	-6,56971*	,67246	,000	-8,4239	-4,7155	
			sexual	-	,87912	,000	-12,7750	-7,9270	
			neglijare	10,35096*	,78751	,000	-11,1384	-6,7957	
			emoțional	-8,96703*	,70570	,000	-11,8414	-7,9498	
		Fizic	neabuzate	fizic	-8,96703*	,78751	,000	-11,1384	-6,7957
				sexual	-9,89560*	,70570	,000	-11,8414	-7,9498
				fizic	6,56971*	,67246	,000	4,7155	8,4239
				sexual	-3,78125*	,98080	,002	-6,4856	-1,0769
		Sexual	neabuzate	neglijare	-2,39732	,89960	,064	-4,8778	,0831
				emoțional	-3,32589*	,82893	,001	-5,6115	-1,0403
				fizic	10,35096*	,87912	,000	7,9270	12,7750
				fizic	3,78125*	,98080	,002	1,0769	6,4856
		Neglijare	neabuzate	neglijare	1,38393	1,06298	,690	-1,5470	4,3149
				emoțional	,45536	1,00388	,991	-2,3126	3,2233
				neglijare	8,96703*	,78751	,000	6,7957	11,1384
				neabuzate	8,96703*	,78751	,000	6,7957	11,1384

		fizic	2,39732	,89960	,064	-,0831	4,8778
		sexual	-1,38393	1,06298	,690	-4,3149	1,5470
		emoțional	-,92857	,92471	,853	-3,4782	1,6211
	Emoțional	neabuzate	9,89560*	,70570	,000	7,9498	11,8414
		fizic	3,32589*	,82893	,001	1,0403	5,6115
		sexual	-,45536	1,00388	,991	-3,2233	2,3126
		neglijare	,92857	,92471	,853	-1,6211	3,4782
<b>Games- Howell</b>	<b>Neabuzate</b>	<b>fizic</b>	-6,56971*	,69876	<b>,000</b>	-8,5672	-4,5722
		<b>sexual</b>	-	1,08367	<b>,000</b>	-13,6585	-7,0434
		<b>neglijare</b>	10,35096*	,85160	<b>,000</b>	-11,4806	-6,4535
		<b>emoțional</b>	-8,96703*	,79069	<b>,000</b>	-12,1784	-7,6128
	<b>Fizic</b>	neabuzate	6,56971*	,69876	,000	4,5722	8,5672
		sexual	-3,78125*	1,24536	<b>,039</b>	-7,4195	-,1430
		neglijare	-2,39732	1,04967	,170	-5,3866	,5919
		<b>emotional</b>	-3,32589*	1,00089	<b>,013</b>	-6,1476	-,5041
	Sexual	neabuzate	10,35096*	1,08367	,000	7,0434	13,6585
		fizic	3,78125*	1,24536	,039	,1430	7,4195
		neglijare	1,38393	1,33712	,837	-2,4928	5,2607
		emoțional	,45536	1,29917	,997	-3,3141	4,2248
	Neglijare	neabuzate	8,96703*	,85160	,000	6,4535	11,4806
		fizic	2,39732	1,04967	,170	-,5919	5,3866
		sexual	-1,38393	1,33712	,837	-5,2607	2,4928
		emoțional	-,92857	1,11299	,918	-4,0922	2,2351
	Emoțional	neabuzate	9,89560*	,79069	,000	7,6128	12,1784
		fizic	3,32589*	1,00089	,013	,5041	6,1476
		sexual	-,45536	1,29917	,997	-4,2248	3,3141
		neglijare	,92857	1,11299	,918	-2,2351	4,0922

\*. The mean difference is significant at the 0.05 level.

**Tabelul A 2.11. Statistica descriptivă în cazul femeilor abuzate/neabuzate în copilărie la variabila „stima de sine”**

**Group Statistics**

	abuzat/neabuzat	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Chestionar <i>Stima de sine</i> Rosenberg	neabuzat	78	31,0256	4,56973	,51742
	abuzat	97	27,1443	5,24402	,53245

**Tabelul A 2.12. Testul T pentru eșantioanele independente la femeile abuzate/neabuzate în copilărie la variabila „stima de sine”**

**Independent Samples Test**

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
stima de sine	Equal variances assumed	1,400	,238	5,150	173	,000	3,88131	,75362	2,39384	5,36878
	Equal variances not assumed			<b>5,228</b>	<b>171,853</b>	<b>,000</b>	3,88131	,74245	2,41582	5,34680

**Tabelul A 2.13. Statistica descriptivă a femeilor abuzate/neabuzate la variabila trăsăturile de personalitate**

**Group Statistics**

	abuzat/neabuzat	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
demonstrativ	neabuzat	78	12,1923	3,75917	,42564
	abuzat	97	11,9485	4,76176	,48348
hiperexact	neabuzat	78	13,3077	4,78175	,54143
	abuzat	97	14,5464	4,05951	,41218
hiperperseverent	neabuzat	78	14,3077	3,67974	,41665
	abuzat	97	14,6289	4,22621	,42911
<b>nestăpânire</b>	neabuzat	78	<b>11,0897</b>	5,06884	,57393
	abuzat	97	<b>12,7113</b>	4,39213	,44595
hipertimie	neabuzat	78	16,4487	5,69266	,64457
	abuzat	97	15,5155	5,04379	,51212
<b>distimie</b>	neabuzat	78	<b>9,4103</b>	5,08483	,57574
	abuzat	97	<b>12,7629</b>	4,57523	,46454
cilotimie	neabuzat	78	15,7308	4,97963	,56383
	abuzat	97	16,6495	5,25801	,53387
exaltare	neabuzat	78	16,3462	6,30157	,71351
	abuzat	97	17,7732	6,20736	,63026
<b>anxietate</b>	neabuzat	78	<b>13,5897</b>	5,66244	,64115
	abuzat	97	<b>16,5052</b>	4,60779	,46785
emotivitate	neabuzat	78	20,6026	22,42873	2,53955
	abuzat	97	19,3196	4,00403	,40655



**Tabelul A 2.14. Statistica descriptivă în funcție de forma de abuz  
la variabila „profilul de personalitate”**

**Descriptives<sup>a</sup>**

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
<b>Demonstrativ fizic</b>	32	11,9063	4,53203	,80116	10,2723	13,5402	2,00	20,00
sexual	16	13,3125	4,30068	1,07517	11,0208	15,6042	6,00	24,00
neglijare	21	10,1429	4,06553	,88717	8,2922	11,9935	4,00	18,00
emoțional	28	12,5714	5,52052	1,04328	10,4308	14,7121	4,00	22,00
<b>Total</b>	97	11,9485	4,76176	,48348	10,9887	12,9082	2,00	24,00
<b>Hiperexact fizic</b>	32	15,0000	3,51953	,62217	13,7311	16,2689	6,00	22,00
sexual	16	16,0000	2,52982	,63246	14,6520	17,3480	12,00	22,00
neglijare	21	14,4286	3,68200	,80348	12,7525	16,1046	7,00	20,00
emoțional	28	13,2857	5,25538	,99317	11,2479	15,3235	,00	20,00
<b>Total</b>	97	14,5464	4,05951	,41218	13,7282	15,3646	,00	22,00
<b>Hiperperseverent fizic</b>	32	15,0625	3,83479	,67790	13,6799	16,4451	4,00	20,00
sexual	16	14,3750	4,74517	1,18629	11,8465	16,9035	4,00	20,00
neglijare	21	15,6667	4,44222	,96937	13,6446	17,6887	7,00	22,00
emoțional	28	13,5000	4,13208	,78089	11,8977	15,1023	6,00	20,00
<b>Total</b>	97	14,6289	4,22621	,42911	13,7771	15,4806	4,00	22,00
<b>Nestăpânire fizic</b>	32	14,9688	4,44671	,78607	13,3655	16,5720	5,00	21,00
sexual	16	11,6250	5,00500	1,25125	8,9580	14,2920	3,00	21,00
neglijare	21	11,9048	4,12195	,89948	10,0285	13,7811	4,00	18,00
emoțional	28	11,3571	3,19970	,60469	10,1164	12,5979	6,00	18,00
<b>Total</b>	97	12,7113	4,39213	,44595	11,8261	13,5966	3,00	21,00
<b>Hipertimie fizic</b>	32	15,5000	4,78573	,84601	13,7746	17,2254	6,00	24,00
sexual	16	14,8125	4,30842	1,07711	12,5167	17,1083	9,00	21,00
neglijare	21	12,6190	4,80079	1,04762	10,4338	14,8043	4,00	21,00
emoțional	28	18,1071	4,79459	,90609	16,2480	19,9663	6,00	24,00
<b>Total</b>	97	15,5155	5,04379	,51212	14,4989	16,5320	4,00	24,00
<b>Distimie fizic</b>	32	14,5938	4,82506	,85296	12,8541	16,3334	2,00	24,00
sexual	16	12,6250	3,55668	,88917	10,7298	14,5202	6,00	18,00
neglijare	21	12,6667	5,09248	1,11127	10,3486	14,9847	2,00	18,00
emoțional	28	10,8214	3,68233	,69589	9,3936	12,2493	6,00	15,00
<b>Total</b>	97	12,7629	4,57523	,46454	11,8408	13,6850	2,00	24,00
<b>Ciclotimie fizic</b>	32	17,7188	3,91222	,69159	16,3082	19,1293	3,00	24,00
sexual	16	19,1250	4,50000	1,12500	16,7271	21,5229	9,00	24,00
neglijare	21	14,5714	6,02139	1,31398	11,8305	17,3123	4,00	24,00
emoțional	28	15,5714	5,75055	1,08675	13,3416	17,8013	5,00	24,00
<b>Total</b>	97	16,6495	5,25801	,53387	15,5898	17,7092	3,00	24,00
<b>Exaltare fizic</b>	32	19,1250	4,42682	,78256	17,5290	20,7210	6,00	24,00
sexual	16	19,6875	4,64354	1,16089	17,2131	22,1619	9,00	24,00
neglijare	21	16,9524	7,96540	1,73819	13,3266	20,5782	3,00	24,00
emoțional	28	15,7500	6,81298	1,28753	13,1082	18,3918	,00	24,00
<b>Total</b>	97	17,7732	6,20736	,63026	16,5221	19,0243	,00	24,00
<b>Anxietate fizic</b>	32	16,7813	3,64324	,64404	15,4677	18,0948	6,00	24,00

sexual	16	18,1875	2,99374	,74844	16,5922	19,7828	12,00	21,00
neglijare	21	17,0952	5,71756	1,24767	14,4926	19,6978	4,00	21,00
emoțional	28	14,7857	5,09435	,96274	12,8103	16,7611	6,00	24,00
Total	97	16,5052	4,60779	,46785	15,5765	17,4338	4,00	24,00
Emotivitate fizic	32	18,8438	3,59309	,63517	17,5483	20,1392	9,00	24,00
sexual	16	21,5000	3,52136	,88034	19,6236	23,3764	12,00	29,00
neglijare	21	17,8571	5,37853	1,17369	15,4089	20,3054	8,00	24,00
emoțional	28	19,7143	2,99205	,56544	18,5541	20,8745	12,00	24,00
Total	97	19,3196	4,00403	,40655	18,5126	20,1266	8,00	29,00

a. abuzat/neabuzat = abuzat

**Tabelul A 2.15. Testul T pentru eșantioanele independente în cazul femeilor abuzate/neabuzate în copilărie la „trăsăturile de personalitate”**

**Independent Samples Test**

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Demonstrativ	Equal variances assumed	7,779	,006	,369	173	,713	,24385	,66069	-1,06019	1,54790
	Equal variances not assumed			,379	172,950	,705	,24385	,64415	-1,02755	1,51526
Hiperexact	Equal variances assumed	5,168	,024	-1,853	173	,066	-1,23870	,66851	-2,55819	,08079
	Equal variances not assumed			-1,820	151,342	,071	-1,23870	,68047	-2,58314	,10574
Hiperperseverent	Equal variances assumed	2,673	,104	-,529	173	,597	-,32117	,60716	-1,51956	,87722
	Equal variances not assumed			-,537	171,876	,592	-,32117	,59810	-1,50175	,85940
Nestăpânire	Equal variances assumed	2,910	,090	<b>-2,266</b>	<b>173</b>	<b>,025</b>	-1,62160	,71561	-3,03405	-,20914
	Equal variances not assumed			-2,231	153,242	,027	-1,62160	,72682	-3,05749	-,18571
Hipertimie	Equal variances assumed	1,414	,236	1,149	173	,252	,93325	,81249	-,67041	2,53692

	Equal variances not assumed			1,134	155,270	,259	,93325	,82325	-,69295	2,55946
<b>Distimie</b>	Equal variances assumed	1,673	,198	<b>-4,584</b>	<b>173</b>	<b>,000</b>	-3,35263	,73133	-4,79612	-1,90914
	Equal variances not assumed			-4,532	156,642	,000	-3,35263	,73979	-4,81387	-1,89139
Cilcotimie	Equal variances assumed	,126	,723	-1,176	173	,241	-,91872	,78110	-2,46043	,62300
	Equal variances not assumed			-1,183	168,395	,238	-,91872	,77648	-2,45161	,61418
Exaltare	Equal variances assumed	,833	,363	-1,501	173	,135	-1,42704	,95045	-3,30301	,44893
	Equal variances not assumed			-1,499	163,970	,136	-1,42704	,95201	-3,30683	,45274
<b>Anxietate</b>	Equal variances assumed	5,763	,017	-3,756	173	,000	-2,91541	,77627	-4,44759	-1,38323
	Equal variances not assumed			<b>-3,673</b>	<b>147,329</b>	<b>,000</b>	-2,91541	,79369	-4,48391	-1,34691
Emotivitate	Equal variances assumed	1,312	,254	,553	173	,581	1,28298	2,32046	-3,29708	5,86303
	Equal variances not assumed			,499	80,955	,619	1,28298	2,57189	-3,83432	6,40027

**Tabelul A 2.16. Statistica descriptivă în cazul femeilor abuzate/neabuzate în copilărie la variabila ostilitate**

**Group Statistics**

	abuzat/neabuzat	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Negativism	Neabuzat	78	2,8462	1,31995	,14945
	Abuzat	97	2,6392	1,30851	,13286
Resentiment	Neabuzat	78	3,1538	1,61227	,18255
	Abuzat	97	4,1753	1,73211	,17587
Ostilitate indirectă	Neabuzat	78	4,4359	1,63238	,18483
	Abuzat	97	5,1443	1,49297	,15159
Atentat	Neabuzat	78	3,2564	1,90989	,21625
	Abuzat	97	3,8660	2,37447	,24109
Suspiciune	Neabuzat	78	6,0385	6,01825	,68143
	Abuzat	97	6,3918	1,90152	,19307
Iritabilitate	neabuzat	78	4,5897	2,16487	,24512

	abuzat	97	6,2062	2,03582	,20671
Ostilitate verbală	neabuzat	78	6,4615	2,11176	,23911
	abuzat	97	7,3093	2,29747	,23327
Ostilitate - total	neabuzat	78	30,7821	9,90690	1,12174
	abuzat	97	35,7320	7,81893	,79389

**Tabelul A 2.17. Testul T pentru eşantioanele independente în cazul femeilor neabuzate și abuzate în copilărie, la variabila „ostilitate”**

**Independent Samples Test**

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	Df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Negativism	Equal variances assumed	,045	,833	1,036	173	,302	,20698	,19978	-,18734	,60130
	Equal variances not assumed			1,035	164,425	,302	,20698	,19997	-,18786	,60182
Resentiment	Equal variances assumed	,220	,639	<b>-3,998</b>	<b>173</b>	<b>,000</b>	-1,02141	,25548	-1,52566	-,51716
	Equal variances not assumed			-4,029	169,292	,000	-1,02141	,25349	-1,52181	-,52101
Ostilitate indirectă	Equal variances assumed	,197	,658	<b>-2,993</b>	<b>173</b>	<b>,003</b>	-,70843	,23673	-1,17568	-,24118
	Equal variances not assumed			-2,964	158,064	,004	-,70843	,23904	-1,18056	-,23630
Atentat	Equal variances assumed	4,012	,047	-1,839	173	,068	-,60957	,33154	-1,26395	,04481
	Equal variances not assumed			-1,882	173,000	,061	-,60957	,32387	-1,24881	,02967
Suspiciune	Equal variances assumed	1,155	,284	-,546	173	,586	-,35329	,64752	-1,63134	,92476
	Equal variances not assumed			-,499	89,397	,619	-,35329	,70826	-1,76049	1,05391
Iritabilitate	Equal variances assumed	,692	,407	<b>-5,075</b>	<b>173</b>	<b>,000</b>	-1,61644	,31850	-2,24509	-,98779
	Equal variances not assumed			-5,041	160,393	,000	-1,61644	,32064	-2,24967	-,98321

<b>Ostilitate verbală</b>	Equal variances assumed	,579	,448	<b>-2,515</b>	<b>173</b>	<b>,013</b>	-,84774	,33713	-1,51316	-,18232
	Equal variances not assumed			-2,538	169,887	,012	-,84774	,33405	-1,50716	-,18832
<b>Ostilitate - total</b>	Equal variances assumed	,020	,886	<b>-3,695</b>	<b>173</b>	<b>,000</b>	-4,94991	1,33980	-7,59437	-2,30544
	Equal variances not assumed			-3,602	144,398	,000	-4,94991	1,37425	-7,66615	-2,23367

**Tabelul A 2.18. Statistica descriptivă în cazul femeilor abuzate/neabuzate în copilărie la variabila reziliență**

**Group Statistics**

	abuzat/neabuzat	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Măsurarea nivelului de reziliență	neabuzat	78	78,3077	13,53620	1,53267
	abuzat	97	68,6598	17,85526	1,81293

**Tabelul A 2.19. Testul T pentru eșantioanele independente pentru compararea mediilor în cazul femeilor abuzate și al celor neabuzate în copilărie la variabila „reziliență”**

**Independent Samples Test**

	Levene's Test for Equality of Variances	t-test for Equality of Means								
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Măsurarea nivelului de reziliență	Equal variances assumed	4,180	,042	3,946	173	,000	9,64790	2,44504	4,82194	14,47385
	Equal variances not assumed			<b>4,064</b>	<b>172,442</b>	<b>,000</b>	9,64790	2,37398	4,96209	14,33370

**Tabelul A 2.20. Statistica descriptivă a valorilor medii în cazul femeilor abuzate/neabuzate în copilărie, la strategiile de coping**

**Group Statistics**

	abuzat/neabuzat	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Autoculpabilizare	neabuzat	78	11,6154	3,25629	,36870
	abuzat	97	12,7423	3,40122	,34534
Acceptare	neabuzat	78	12,3462	3,46720	,39258
	abuzat	97	12,9485	3,56596	,36207
Ruminare	neabuzat	78	13,4872	3,77876	,42786

	abuzat	97	14,1031	3,88771	,39474
Refocalizare pozitivă	neabuzat	78	13,1667	4,06575	,46036
	abuzat	97	11,3918	4,48738	,45562
Refocalizare pe planificare	neabuzat	78	15,8462	2,99383	,33898
	abuzat	97	15,1031	3,53401	,35882
Reevaluarea pozitivă	neabuzat	78	15,4744	3,39107	,38396
	abuzat	97	14,5773	3,77998	,38380
Catastrofarea	neabuzat	78	13,4359	3,38288	,38304
	abuzat	97	14,1340	7,32807	,74405
Punerea în perspectivă	neabuzat	78	9,5000	4,21423	,47717
	abuzat	97	10,1649	3,68465	,37412
Culpabilizarea celorlați	neabuzat	78	7,9103	2,91964	,33058
	abuzat	97	10,1031	5,59480	,56807
Acțiune asertivă	neabuzat	78	30,4231	4,65294	,52684
	abuzat	97	29,1649	5,33987	,54218
Relaționare socială	neabuzat	78	17,1795	3,66005	,41442
	abuzat	97	16,4639	4,28189	,43476
Căutarea suportului social	neabuzat	78	24,2308	4,94626	,56005
	abuzat	97	24,3505	5,83281	,59223
Acțiune prudentă	neabuzat	78	18,0641	3,33941	,37811
	abuzat	97	18,1443	3,89709	,39569
Acțiune instinctivă	neabuzat	78	21,3077	3,78414	,42847
	abuzat	97	21,3505	4,48386	,45527
Evitare	neabuzat	78	16,6795	4,02748	,45602
	abuzat	97	17,8969	4,64014	,47114
Acțiune indirectă	neabuzat	78	12,1538	2,97643	,33701
	abuzat	97	12,7320	4,00394	,40654
Acțiune antisocială	neabuzat	78	13,0385	3,72580	,42186
	abuzat	97	14,2887	4,56198	,46320
Acțiune agresivă	neabuzat	78	13,2692	3,39852	,38481
	abuzat	97	15,3402	5,01640	,50934

**Tabelul A 2.21. Testul T pentru eșantioanele independente pentru compararea mediilor în cazul femeilor neabuzate și al celor abuzate în copilărie, la strategiile de coping**

**Independent Samples Test**

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	Df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
<b>Auto-culpabilizare</b> Equal variances assumed	,786	,377	<b>-2,220</b>	<b>173</b>	<b>,028</b>	-1,12688	,50758	-2,12873	-,12503

	Equal variances not assumed			-2,231	167,788	,027	-1,12688	,50518	-2,12420	-,12957
Acceptare	Equal variances assumed	,398	,529	-1,124	173	,262	-,60230	,53570	-1,65964	,45504
	Equal variances not assumed			-1,128	166,866	,261	-,60230	,53406	-1,65668	,45208
Ruminare	Equal variances assumed	,166	,684	-1,055	173	,293	-,61591	,58394	-1,76849	,53666
	Equal variances not assumed			-1,058	166,887	,292	-,61591	,58214	-1,76521	,53339
<b>Refocalizare pozitivă</b>	Equal variances assumed	1,951	,164	<b>2,711</b>	<b>173</b>	<b>,007</b>	1,77491	,65470	,48269	3,06714
	Equal variances not assumed			2,740	170,508	,007	1,77491	,64770	,49636	3,05347
Refocalizare pe planificare	Equal variances assumed	,234	,629	1,479	173	,141	,74306	,50257	-,24889	1,73501
	Equal variances not assumed			1,505	172,509	,134	,74306	,49363	-,23126	1,71738
Reevaluarea pozitivă	Equal variances assumed	1,528	,218	1,633	173	,104	,89704	,54934	-,18723	1,98131
	Equal variances not assumed			1,652	170,897	,100	,89704	,54289	-,17459	1,96867
Catastrofarea	Equal variances assumed	,623	,431	-,777	173	,438	-,69812	,89837	-2,47129	1,07505
	Equal variances not assumed			-,834	141,256	,406	-,69812	,83686	-2,35251	,95626
Punerea în perspectivă	Equal variances assumed	3,470	,064	-1,113	173	,267	-,66495	,59757	-1,84441	,51452
	Equal variances not assumed			-1,097	154,067	,275	-,66495	,60635	-1,86277	,53288
<b>Culpabilizarea celorlalți</b>	Equal variances assumed	8,075	,005	-3,134	173	,002	-2,19284	,69965	-3,57379	-,81188
	Equal variances not assumed			<b>-3,336</b>	<b>150,512</b>	<b>,001</b>	-2,19284	,65726	-3,49147	-,89420
Acțiune asertivă, brut	Equal variances assumed	1,362	,245	1,640	173	,103	1,25813	,76737	-,25649	2,77275

	Equal variances not assumed			1,664	171,855	,098	1,25813	,75599	-,23410	2,75035
Relaționare socială	Equal variances assumed	,716	,399	1,171	173	,243	,71557	,61093	-,49026	1,92140
	Equal variances not assumed			1,191	172,331	,235	,71557	,60063	-,46997	1,90111
Căutarea suportului social	Equal variances assumed	3,712	,056	-,144	173	,885	-,11975	,82978	-1,75754	1,51805
	Equal variances not assumed			-,147	172,491	,883	-,11975	,81511	-1,72861	1,48912
Acțiune prudentă	Equal variances assumed	2,149	,144	-,144	173	,886	-,08023	,55654	-1,17870	1,01825
	Equal variances not assumed			-,147	172,276	,884	-,08023	,54730	-1,16051	1,00005
Acțiune instinctivă	Equal variances assumed	4,470	,036	-,067	173	,946	-,04282	,63676	-1,29965	1,21400
	Equal variances not assumed			-,068	172,577	,945	-,04282	,62518	-1,27681	1,19117
Evitare	Equal variances assumed	,844	,360	-1,828	173	,069	-1,21742	,66584	-2,53163	,09679
	Equal variances not assumed			-1,857	171,962	,065	-1,21742	,65569	-2,51165	,07681
Acțiune indirectă	Equal variances assumed	6,465	,012	-1,061	173	,290	-,57811	,54495	-1,65372	,49749
	Equal variances not assumed			-1,095	172,006	,275	-,57811	,52807	-1,62043	,46421
Acțiune antisocială	Equal variances assumed	4,091	,045	-1,952	173	,053	-1,25020	,64033	-2,51407	,01367
	Equal variances not assumed			<b>-1,995</b>	<b>172,952</b>	<b>,048</b>	-1,25020	,62652	-2,48680	-,01360
Acțiune agresivă	Equal variances assumed	18,52 2	,000	-3,115	173	,002	-2,07098	,66475	-3,38303	-,75892
	Equal variances not assumed			<b>-3,244</b>	<b>168,446</b>	<b>,001</b>	-2,07098	,63836	-3,33119	-,81076



**Tabelul A 2.22. Frecvența pe vârste**

Vârsta

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent	
Valid	20,00	16	9,1	9,1	9,1	
	21,00	15	8,6	8,6	17,7	
	22,00	19	10,9	10,9	28,6	
	23,00	7	4,0	4,0	32,6	
	24,00	6	3,4	3,4	36,0	
	25,00	5	2,9	2,9	38,9	
	26,00	9	5,1	5,1	44,0	
	27,00	8	4,6	4,6	48,6	
	28,00	8	4,6	4,6	53,1	
	29,00	11	6,3	6,3	59,4	
	30,00	8	4,6	4,6	64,0	
	31,00	13	7,4	7,4	71,4	
	32,00	11	6,3	6,3	77,7	
	33,00	5	2,9	2,9	80,6	
	34,00	4	2,3	2,3	82,9	
	35,00	30	17,1	17,1	100,0	
	Total		175	100,0	100,0	

**Tabelul A 2.23. Frecvența în funcție de abuz**

abuzat/neabuzat

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Neabuzat	78	44,6	44,6	44,6
	Abuzat	97	55,4	55,4	100,0
	Total	175	100,0	100,0	

**Tabelul A 2.24. Frecvența în funcție de forma abuz predominantă**

Forma de abuz: 0-neabuzate, 1.fizic, 2. sexual, 3. neglijare, 4 emoțional

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Neabuzate	78	44,6	44,6	44,6
	Fizic	32	18,3	18,3	62,9
	Sexual	16	9,1	9,1	72,0
	Neglijare	21	12,0	12,0	84,0
	Emoțional	28	16,0	16,0	100,0
	Total		175	100,0	100,0

**Tabelul A 2.25. Frecvența în funcție de nivelul studiilor**

Studii

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Gimnaziale	43	24,6	24,6	24,6
	Liceale	43	24,6	24,6	49,1

Medii de specialitate	30	17,1	17,1	66,3
Licență	52	29,7	29,7	96,0
Masterat	7	4,0	4,0	100,0
Total	175	100,0	100,0	

**Tabelul A 2.26. Frecvența în funcție de starea civilă**

Starea civilă: 1. singură, 2. concubinaj, 3. căsătorită oficial, 4. separată, 5. divorț

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Singură	73	41,7	41,7	41,7
În concubinaj	17	9,7	9,7	51,4
Căsătorită	71	40,6	40,6	92,0
Divorț	14	8,0	8,0	100,0
Total	175	100,0	100,0	

**Tabelul A 2.27. Frecvența în funcție numărul de copii**

Nr. de copii: 0,1,2,3

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 0,00	62	35,4	35,4	35,4
1,00	51	29,1	29,1	64,6
2,00	41	23,4	23,4	88,0
3,00	21	12,0	12,0	100,0
Total	175	100,0	100,0	

**Tabelul A 2.28. Frecvența în funcție mediul de proveniență**

Locul de trai: urban/rural

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Urban	92	52,6	52,6	52,6
Rural	83	47,4	47,4	100,0
Total	175	100,0	100,0	

**Tabelul A 2.29. Matricea corelației la variabilele: tipuri de atașament, stima de sine, reziliență**

Correlations<sup>a</sup>

		atașament securizant	atașament evitant	atașament axios ambivalent	Măsurarea nivelului de reziliență	Chestionar stima de sine Rosenberg
atașament securizant	Pearson Correlation	1	,225*	-,072	,050	-,248
	Sig. (2-tailed)		,027	,483	,624	,054
	N	97	97	97	97	97

atașament evitant	Pearson Correlation	,225*	1	,039	-,175	-,074
	Sig. (2-tailed)	,027		,706	,087	,471
	N	97	97	97	97	97
atașament anxios ambivalent	Pearson Correlation	-,072	,039	1	,139	,176
	Sig. (2-tailed)	,483	,706		,176	,084
	N	97	97	97	97	97
Măsurarea nivelului de reziliență	Pearson Correlation	,050	-,175	,139	1	<b>,332*</b>
	Sig. (2-tailed)	,624	,087	,176		<b>,022</b>
	N	97	97	97	97	97
Chestionar stima de sine Rosenberg	Pearson Correlation	-,248*	-,074	,176	,332*	1
	Sig. (2-tailed)	,014	,471	,084	,022	
	N	97	97	97	97	97

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

a. abuzat/neabuzat = abuzat

**Tabelul A 2.30. Matricea corelației la variabilele: tipuri de atașament și tipuri de agresivitate**

**Correlations<sup>a</sup>**

		Atașament securizant	Atașament evitant	Atașament anxios ambivalent	Negativism	Resentiment	Ostilitate indirectă	Atentat	Suspiciune	Iritabilitate	Ostilitate verbală	Ostilitate -total
Atașament securizant	Pearson Correlation	1	,225*	-,072	,097	,146	,004	,001	,190	,202	,014	,153
	Sig. (2-tailed)		,027	,483	,345	,153	,967	,990	,062	,057	,893	,136
	N	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97
Atașament evitant	Pearson Correlation	,225*	1	,039	-,098	,119	,031	,124	,004	,009	,004	,058
	Sig. (2-tailed)	,027		,706	,337	,244	,761	,224	,972	,928	,966	,570
	N	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97
Atașament anxios ambiv.	Pearson Correlation	-,072	,039	1	,113	-,057	-,098	<b>-,269**</b>	-,180	-,053	,124	-,115
	Sig. (2-tailed)	,483	,706		,270	,578	,341	<b>,008</b>	,077	,607	,226	,261
	N	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97
Nega tivis m	Pearson Correlation	,097	-,098	,113	1	,364**	,096	,068	,325*	-,015	,256*	,437**
									*			

	Sig. (2-tailed)	,345	,337	,270		,000	,348	,508	,001	,886	,011	,000
	N	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97
Resentiment	Pearson Correlation	,146	,119	-,057	,364**	1	,042	,257*	,463*	,279**	,227*	,620**
	Sig. (2-tailed)	,153	,244	,578	,000		,679	,011	,000	,006	,025	,000
	N	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97
Ostilitate indirectă	Pearson Correlation	,004	,031	-,098	,096	,042	1	,167	,127	,237*	,187	,415**
	Sig. (2-tailed)	,967	,761	,341	,348	,679		,102	,216	,019	,066	,000
	N	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97
Atentat	Pearson Correlation	,001	,124	-,269**	,068	,257*	,167	1	,332*	,312**	,286**	,650**
	Sig. (2-tailed)	,990	,224	,008	,508	,011	,102		,001	,002	,004	,000
	N	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97
Suspiciune	Pearson Correlation	,190	,004	-,180	,325**	,463**	,127	,332**	1	,348**	,086	,641**
	Sig. (2-tailed)	,062	,972	,077	,001	,000	,216	,001		,000	,400	,000
	N	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97
Iritabilitate	Pearson Correlation	,202	,009	-,053	-,015	,279**	,237*	,312**	,348*	1	,387**	,658**
	Sig. (2-tailed)	,057	,928	,607	,886	,006	,019	,002	,000		,000	,000
	N	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97
Ostilitate verbală	Pearson Correlation	,014	,004	,124	,256*	,227*	,187	,286**	,086	,387**	1	,632**
	Sig. (2-tailed)	,893	,966	,226	,011	,025	,066	,004	,400	,000		,000
	N	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97
Ostilitate -total	Pearson Correlation	,153	,058	-,115	,437**	,620**	,415**	,650**	,641*	,658**	,632**	1
	Sig. (2-tailed)	,136	,570	,261	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	
	N	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

a. abuzat/neabuzat = abuzat

- 1.
- 2.
- 3.

1. Tabelul A 2.31. Matricea corelației la variabilele: tipuri de atașament și strategii de coping cognitiv-emoțional CERQ

Correlations<sup>a</sup>

	Atașament securizant	Atașament evitant	Atașament anxios ambivalent	Autoculpabilizare	Acceptare	Ruminare	Refocalizare pozitivă	Refocalizare pe planificare	Reevaluarea pozitivă	Catastrofare	Punerea în perspectivă	Culpabilizarea celorlalți
Atașament securizant	1	,225*	-,072	-,022	,178	,090	-,075	-,005	-,180	,090	,095	<b>,252*</b>
Sig. (2-tailed)		,027	,483	,833	,081	,383	,467	,961	,078	,382	,353	<b>,013</b>
N	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97
Atașament evitant	,225*	1	,039	-,091	-,038	-,162	-,054	-,016	-,089	-,057	,045	,123
Sig. (2-tailed)	,027		,706	,377	,709	,113	,600	,876	,384	,578	,659	,231
N	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97
Atașament anxios ambivalent	-,072	,039	1	,054	-,036	,078	,186	,066	,111	,125	-,147	,047
Sig. (2-tailed)	,483	,706		,597	,724	,450	,067	,520	,279	,224	,150	,650
N	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97
Autoculpabilizare	-,022	-,091	,054	1	,401**	,618**	,135	,320**	,197	,046	,287**	,121
Sig. (2-tailed)	,833	,377	,597		,000	,000	,187	,001	,053	,657	,004	,237
N	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97
Acceptare	,178	-,038	-,036	,401**	1	,474**	,327**	,188	,219*	,177	,250*	,153
Sig. (2-tailed)	,081	,709	,724	,000		,000	,001	,065	,031	,083	,013	,135
N	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97

Ruminare	Pearson Correlation	,090	-,162	,078	,618**	,474**	1	,256*	,406**	,248*	-,018	,335**	,215*
	Sig. (2-tailed)	,383	,113	,450	,000	,000		,012	,000	,015	,861	,001	,034
	N	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97
Refocalizare pozitivă	Pearson Correlation	-,075	-,054	,186	,135	,327**	,256*	1	,288**	,541**	,125	,123	,001
	Sig. (2-tailed)	,467	,600	,067	,187	,001	,012		,004	,000	,221	,231	,990
	N	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97
Refocalizare pe planificare	Pearson Correlation	-,005	-,016	,066	,320**	,188	,406**	,288**	1	,569**	,066	-,164	-,152
	Sig. (2-tailed)	,961	,876	,520	,001	,065	,000	,004		,000	,519	,109	,136
	N	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97
Reevaluarea pozitivă	Pearson Correlation	-,180	-,089	,111	,197	,219*	,248*	,541**	,569**	1	,162	-,014	-,080
	Sig. (2-tailed)	,078	,384	,279	,053	,031	,015	,000	,000		,114	,889	,435
	N	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97
Catastrofa	Pearson Correlation	,090	-,057	,125	,046	,177	-,018	,125	,066	,162	1	-,033	,085
	Sig. (2-tailed)	,382	,578	,224	,657	,083	,861	,221	,519	,114		,749	,410
	N	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97
Punerea în perspectivă	Pearson Correlation	,095	,045	-,147	,287**	,250*	,335**	,123	-,164	-,014	-,033	1	,408**
	Sig. (2-tailed)	,353	,659	,150	,004	,013	,001	,231	,109	,889	,749		,000
	N	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97
Culpabilizarea celorlalți	Pearson Correlation	,252*	,123	,047	,121	,153	,215*	,001	-,152	-,080	,085	,408**	1
	Sig. (2-tailed)	,013	,231	,650	,237	,135	,034	,990	,136	,435	,410	,000	
	N	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

\*\* Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

a. abuzat/neabuzat = abuzat

**Tabelul A 2.32. Matricea corelației la variabilele: tipuri de atașament și strategii de coping comportamental (SACS)**

**Correlations<sup>a</sup>**

		Atașament securizant	Atașament evitant	Atașament anxios ambivalent	Acțiune asertivă, brut	Relaționare socială	Căutarea suportului social,	Acțiune prudentă	Acțiune instinctivă	Evitare	Acțiune indirectă	Acțiune antisocială	Acțiune agresivă
Atașament securizant	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	1 97	,225* ,027 97	-,072 ,483 97	,066 ,522 97	,063 ,539 97	-,195 ,055 97	-,129 ,208 97	,031 ,760 97	-,168 ,099 97	,263 ,059 97	,184 ,072 97	,062 ,548 97
Atașament evitant	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,225* ,027 97	1 97	,039 ,706 97	-,186 ,068 97	-,142 ,165 97	-,014 ,888 97	-,147 ,152 97	-,012 ,906 97	-,093 ,364 97	-,040 ,694 97	,030 ,768 97	-,026 ,797 97
Atașament anxios ambivalent	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	-,072 ,483 97	,039 ,706 97	1 97	,107 ,296 97	,079 ,439 97	-,064 ,532 97	-,009 ,930 97	-,084 ,416 97	-,003 ,976 97	<b>-,201*</b> <b>,049</b> 97	<b>-,302**</b> <b>,003</b> 97	<b>-</b> <b>,263**</b> 97
Acțiune asertivă	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,066 ,522 97	-,186 ,068 97	,107 ,296 97	1 97	,229* ,024 97	-,025 ,808 97	-,232* ,022 97	-,041 ,692 97	-,152 ,137 97	,210* ,039 97	-,043 ,679 97	-,010 ,926 97
Relaționare socială	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,063 ,539 97	-,142 ,165 97	,079 ,439 97	,229* ,024 97	1 97	,309** ,002 97	,229* ,024 97	,416** ,000 97	,201* ,049 97	,354** ,000 97	,258* ,011 97	,152 ,138 97
Căutarea suportului social	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	-,195 ,055 97	-,014 ,888 97	-,064 ,532 97	-,025 ,808 97	,309** ,002 97	1 97	,361** ,000 97	,636** ,000 97	,128 ,213 97	,134 ,190 97	,262** ,010 97	,343** ,001 97
Acțiune prudentă	Pearson Correlation Sig. (2-tailed)	-,129 ,208	-,147 ,152	-,009 ,930	-,232* ,022	,229* ,024	,361** ,000	1 ,000	,372** ,000	,304** ,002	,165 ,107	,090 ,380	,140 ,171

N		97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97
Acțiune instinctivă	Pearson Correlation	,031	-,012	-,084	-,041	,416**	,636**	,372**	1	,262**	,335**	,547**	,522**
	Sig. (2- tailed)	,760	,906	,416	,692	,000	,000	,000		,010	,001	,000	,000
	N	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97
Evitare	Pearson Correlation	-,168	-,093	-,003	-,152	,201*	,128	,304**	,262**	1	,115	,269**	,263**
	Sig. (2- tailed)	,099	,364	,976	,137	,049	,213	,002	,010		,264	,008	,009
	N	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97
Acțiune indirectă	Pearson Correlation	,263	-,040	-,201*	,210*	,354**	,134	,165	,335**	,115	1	,468**	,407**
	Sig. (2- tailed)	,059	,694	,049	,039	,000	,190	,107	,001	,264		,000	,000
	N	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97
Acțiune antisocială	Pearson Correlation	,184	,030	-,302**	-,043	,258*	,262**	,090	,547**	,269**	,468**	1	,724**
	Sig. (2- tailed)	,072	,768	,003	,679	,011	,010	,380	,000	,008	,000		,000
	N	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97
Acțiune agresivă	Pearson Correlation	,062	-,026	-,263**	-,010	,152	,343**	,140	,522**	,263**	,407**	,724**	1
	Sig. (2- tailed)	,548	,797	,009	,926	,138	,001	,171	,000	,009	,000	,000	
	N	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97	97

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

a. abuzat/neabuzat = abuzat



Anexa 3. Statistica descriptivă la variabilele cercetate în cadrul experimentului formativ

Tabelul A 3.1. Prezentarea statisticii descriptive la GC/test-retest

Descriptive Statistics<sup>a</sup>

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Skewness		Kurtosis	
	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Std. Error	Statistic	Std. Error
	nr ordine	15	1	15	8,00	4,472	,000	,580	-1,200
Vârsta	15	20,00	35,00	28,8000	4,67822	-,545	,580	-,583	1,121
abuzat/neabuzat	15	1,00	1,00	1,0000	,00000	.	.	.	.
Forma de abuz predominantă	15	1,00	4,00	2,4000	1,24212	,134	,580	-1,651	1,121
Studii	15	1,00	6,00	3,5333	1,45733	,004	,580	-,999	1,121
Starea civilă	15	1,00	5,00	2,7333	1,33452	,147	,580	-,589	1,121
Nr. de copii	15	,00	4,00	1,4000	1,35225	,344	,580	-1,057	1,121
Locul de trai: urban/rural	15	1,00	2,00	1,6667	,48795	-,788	,580	-1,615	1,121
Măsurarea nivelului de reziliență	15	39,00	83,00	65,6000	12,83856	-,651	,580	-,236	1,121
Chestionar stima de sine Rosenberg	15	22,00	31,00	26,5333	3,11372	-,364	,580	-1,286	1,121
negativism	15	1,00	4,00	2,6000	,98561	-,578	,580	-,531	1,121
resentiment	15	1,00	7,00	4,2000	1,93465	-,530	,580	-,995	1,121
ostilitate indirectă	15	3,00	8,00	5,8000	1,37321	-,924	,580	,972	1,121
atentat	15	,00	7,00	3,0667	2,34419	,215	,580	-1,346	1,121
suspiciune	15	3,00	10,00	6,5333	2,06559	-,279	,580	-,579	1,121
iritabilitate	15	2,00	9,00	5,8667	2,26358	-,109	,580	-1,274	1,121
ostilitate verbală	15	2,00	11,00	6,6667	2,22539	-,143	,580	,528	1,121
Ostilitate - total	15	21,00	46,00	34,7333	8,26755	-,180	,580	-1,091	1,121
Autoculpabilizare	15	8,00	19,00	14,2000	3,32093	-,026	,580	-,564	1,121
Acceptare	15	4,00	20,00	13,8667	4,03320	-,649	,580	1,498	1,121
Ruminare	15	9,00	20,00	15,2000	3,09839	-,215	,580	-,482	1,121
Refocalizare pozitivă	15	5,00	19,00	11,6667	4,53032	,150	,580	-,971	1,121
Refocalizare pe planificare	15	12,00	20,00	16,1333	2,19957	,038	,580	-,172	1,121
Reevaluarea pozitivă	15	9,00	20,00	14,6667	3,41565	-,031	,580	-1,347	1,121
Catastrofarea	15	9,00	19,00	14,3333	3,30944	-,011	,580	-,857	1,121
Punerea în perspectivă	15	6,00	19,00	11,0667	3,73146	1,177	,580	1,355	1,121
Culpabilizarea celorlalți	15	4,00	19,00	10,9333	5,22995	,410	,580	-1,251	1,121
Acțiune asertivă, brut	15	19,00	34,00	28,7333	5,02091	-,901	,580	-,539	1,121
Relaționare socială	15	8,00	22,00	15,4000	3,85079	,046	,580	-,299	1,121
Căutarea suportului social	15	18,00	33,00	24,3333	4,56175	,444	,580	-,704	1,121
Acțiune prudentă	15	14,00	25,00	17,3333	2,79455	1,553	,580	3,311	1,121
Acțiune instinctivă	15	15,00	28,00	21,2000	4,00357	,255	,580	-1,244	1,121
Evitare	15	12,00	26,00	18,4667	4,35671	,197	,580	-,429	1,121

Acțiune indirectă	15	4,00	20,00	12,0667	3,43234	-,151	,580	2,977	1,121
Acțiune antisocială	15	9,00	23,00	15,7333	4,72783	,239	,580	-1,346	1,121
Acțiune agresivă	15	8,00	24,00	15,8667	5,27618	,100	,580	-,827	1,121
<b>atașament securizant</b>	15	8,00	15,00	<b>11,4667</b>	2,47463	,258	,580	-1,391	1,121
<b>atașament evitant</b>	15	15,00	28,00	<b>19,9333</b>	3,47371	,654	,580	,624	1,121
<b>atașament ambivalent</b>	15	14,00	27,00	<b>21,6667</b>	4,22013	-,554	,580	-1,009	1,121
Măsurarea nivelului de reziliență_RE	15	39,00	86,00	66,2667	13,69289	-,460	,580	-,427	1,121
Chestionar stima de sine Rosenberg_RE	15	22,00	31,00	26,7333	2,89005	-,390	,580	-,981	1,121
negativism_RE	15	1,00	4,00	2,6667	,72375	-,676	,580	,948	1,121
resentiment_RE	15	2,00	7,00	4,4000	1,59463	-,400	,580	-,932	1,121
ostilitate indirectă_RE	15	3,00	7,00	5,6000	1,24212	-1,166	,580	1,008	1,121
atentat_RE	15	,00	7,00	3,1333	2,13363	,259	,580	-1,071	1,121
suspiciune_RE	15	3,00	9,00	6,4000	1,88225	-,599	,580	-,639	1,121
iritabilitate_RE	15	2,00	10,00	5,7333	2,18654	,109	,580	-,509	1,121
ostilitate verbală_RE	15	2,00	11,00	6,5333	2,19957	,041	,580	,699	1,121
ostilitate -total_RE	15	22,00	45,00	34,4667	7,67991	-,188	,580	-,979	1,121
Autoculpabilizare_RE	15	9,00	19,00	14,0667	3,34806	,184	,580	-1,042	1,121
Acceptare_RE	15	5,00	20,00	14,0667	3,69298	-,591	,580	1,828	1,121
Ruminare_RE	15	9,00	20,00	15,0000	2,95200	-,173	,580	-,172	1,121
Refocalizare pozitivă_RE	15	6,00	19,00	11,7333	4,35015	,311	,580	-,966	1,121
Refocalizare pe planificare_RE	15	13,00	19,00	16,2000	1,85934	,280	,580	-,718	1,121
Reevaluarea pozitivă_RE	15	9,00	20,00	14,8000	3,21159	-,001	,580	-1,003	1,121
Catastrofarea_RE	15	10,00	19,00	14,0000	2,69921	,126	,580	-,801	1,121
Punerea în perspectivă_RE	15	7,00	19,00	11,2000	3,36367	1,334	,580	1,825	1,121
Culpabilizarea celorlalți_RE	15	6,00	17,00	11,0000	3,83592	,631	,580	-1,070	1,121
Acțiune asertivă, brut_RE	15	21,00	34,00	28,6667	4,30393	-,710	,580	-,764	1,121
Relaționare socială_RE	15	10,00	21,00	15,5333	3,27036	,297	,580	-,852	1,121
Căutarea suportului social_RE	15	19,00	33,00	24,1333	4,24040	,743	,580	-,159	1,121
Acțiune prudentă_RE	15	14,00	23,00	17,1333	2,09989	1,400	,580	3,801	1,121
Acțiune instinctivă_RE	15	15,00	28,00	21,0000	3,66450	,332	,580	-,693	1,121
Evitare_RE	15	12,00	25,00	18,3333	4,09994	-,025	,580	-,642	1,121
Acțiune indirectă_RE	15	4,00	20,00	11,7333	3,41147	,151	,580	3,137	1,121
Acțiune antisocială_RE	15	10,00	23,00	15,4000	4,57946	,382	,580	-1,305	1,121

Acțiune agresivă_RE	15	8,00	23,00	15,5333	4,79385	,171	,580	-,944	1,121
atașament securizant_RE	15	9,00	16,00	<b>11,6000</b>	2,13140	1,066	,580	,070	1,121
atașament evitant_RE	15	12,00	25,00	<b>19,0667</b>	3,21751	-,188	,580	,604	1,121
atașament anxios ambivalent_RE	15	13,00	26,00	<b>21,3333</b>	4,15188	-,832	,580	-,245	1,121
Valid N (listwise)	0								

a. GE/GC = GC

**Tabelul A 3.2. Prezentarea statisticii descriptive la GE test-retest**

**Descriptive Statistics<sup>a</sup>**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Skewness		Kurtosis	
	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Std. Error	Statistic	Std. Error
nr ordine	15	16	30	22,93	4,431	,034	,580	-1,122	1,121
Vârsta	15	20,00	35,00	29,8667	4,96943	-,803	,580	-,291	1,121
abuzat/neabuzat	15	1,00	1,00	1,0000	,00000	.	.	.	.
Forma de abuz predominantă	15	1,00	4,00	2,4000	1,24212	,134	,580	-1,651	1,121
Studii	15	1,00	6,00	4,4000	1,18322	-1,815	,580	4,370	1,121
Starea civilă	15	1,00	5,00	3,0000	1,25357	,251	,580	-,120	1,121
Nr. de copii: 0,1,2,3	15	,00	3,00	1,2667	1,09978	,134	,580	-1,337	1,121
Locul de trai: urban/rural	15	1,00	2,00	1,6000	,50709	-,455	,580	-2,094	1,121
Măsurarea nivelului de reziliență	15	46,00	79,00	64,7333	11,44844	-,446	,580	-1,098	1,121
Chestionar stima de sine Rosenberg	15	23,00	34,00	27,6667	2,94392	,242	,580	,037	1,121
negativism 1	15	1,00	3,00	1,8667	,83381	,274	,580	-1,499	1,121
resentiment	15	1,00	6,00	3,5333	1,40746	-,078	,580	-,714	1,121
ostilitate indirectă	15	3,00	7,00	5,0000	1,46385	,000	,580	-1,328	1,121
Atentat	15	1,00	5,00	3,2000	1,56753	-,380	,580	-1,277	1,121
suspiciune	15	1,00	9,00	5,0667	2,21897	-,232	,580	-,218	1,121
iritabilitate	15	2,00	9,00	6,2000	2,07709	-,528	,580	-,248	1,121
ostilitate verbală	15	4,00	11,00	6,9333	2,21897	,232	,580	-,871	1,121
ostilitate -total	15	23,00	44,00	31,8000	6,01427	,630	,580	-,367	1,121
Autoculpabilizare	15	8,00	19,00	13,6667	3,69685	,031	,580	-1,358	1,121
Acceptare	15	8,00	17,00	12,8000	2,95683	-,024	,580	-,728	1,121
Ruminare	15	9,00	20,00	16,1333	3,13657	-,671	,580	,242	1,121
Refocalizare pozitivă	15	5,00	20,00	11,2000	5,01711	-,015	,580	-1,382	1,121
Refocalizare pe planificare	15	14,00	20,00	16,6000	1,99284	,330	,580	-1,296	1,121
Reevaluarea pozitivă	15	8,00	20,00	14,8000	3,21159	-,389	,580	,009	1,121
Catastrofarea	15	9,00	19,00	14,6000	2,87352	-,265	,580	-,648	1,121
Punerea în perspectivă	15	5,00	15,00	9,2000	2,93258	,714	,580	-,255	1,121

Culpabilizarea celorlalți	15	4,00	18,00	9,2000	4,29618	1,045	,580	,722	1,121
Acțiune asertivă, brut	15	23,00	33,00	28,2000	2,56905	-,051	,580	,336	1,121
Relaționare socială	15	4,00	22,00	16,5333	4,85308	-1,250	,580	2,039	1,121
Căutarea suportului social	15	15,00	30,00	22,8000	4,64758	,107	,580	-1,107	1,121
Acțiune prudentă	15	13,00	25,00	16,0000	2,72554	2,784	,580	9,533	1,121
Acțiune instinctivă	15	12,00	26,00	19,4000	3,54159	,008	,580	,750	1,121
Evitare	15	9,00	30,00	16,8667	5,74290	,555	,580	,427	1,121
Acțiune indirectă	15	6,00	23,00	12,9333	4,49550	,894	,580	1,144	1,121
Acțiune antisocială	15	5,00	17,00	12,0667	3,49421	-,539	,580	-,257	1,121
Acțiune agresivă	15	11,00	21,00	14,8000	2,93258	,736	,580	-,298	1,121
atașament securizant	15	7,00	18,00	11,4767	3,22638	,602	,580	-,285	1,121
atașament evitant	15	15,00	27,00	18,9333	3,82598	1,039	,580	,276	1,121
atașament anxios ambivalent	15	16,00	26,00	21,0667	3,21751	-,218	,580	-1,164	1,121
Măsurarea nivelului de reziliență_RE	15	66,00	83,00	75,7333	4,16562	-,734	,580	1,107	1,121
Chestionar stima de sine Rosenberg_RE	15	27,00	35,00	31,0667	2,18654	-,050	,580	-,274	1,121
negativism_RE	15	,00	3,00	1,4667	,74322	,130	,580	,182	1,121
resentiment_RE	15	1,00	3,00	2,2000	,67612	-,256	,580	-,505	1,121
ostilitate indirectă_RE	15	3,00	4,00	3,4667	,51640	,149	,580	-2,308	1,121
atentat_RE	15	1,00	4,00	2,8667	,91548	-,996	,580	,893	1,121
suspiciune_RE	15	1,00	5,00	3,8000	1,26491	-1,036	,580	,234	1,121
iritabilitate_RE	15	2,00	6,00	5,0000	1,19523	-1,448	,580	1,831	1,121
ostilitate verbală_RE	15	4,00	7,00	5,7333	1,22280	-,494	,580	-1,346	1,121
ostilitate -total_RE	15	20,00	29,00	24,5333	2,44560	-,114	,580	-,270	1,121
Autoculpabilizare_RE	15	9,00	13,00	11,0000	1,13389	,000	,580	-,977	1,121
Acceptare_RE	15	10,00	14,00	11,4000	1,29835	,479	,580	-,729	1,121
Ruminare_RE	15	9,00	16,00	13,2667	1,57963	-1,134	,580	3,341	1,121
Refocalizare pozitivă_RE	15	7,00	20,00	12,3333	3,67747	,250	,580	-,347	1,121
Refocalizare pe planificare_RE	15	14,00	20,00	15,8000	1,89737	1,126	,580	,348	1,121
Reevaluarea pozitivă_RE	15	12,00	20,00	15,8667	2,19957	,102	,580	-,296	1,121
Catastrofarea_RE	15	1,00	15,00	10,6667	3,15474	-2,103	,580	6,415	1,121
Punerea în perspectivă_RE	15	5,00	15,00	9,0667	2,71153	,911	,580	,804	1,121
Culpabilizarea celorlalți_RE	15	4,00	15,00	8,4667	3,68136	,760	,580	-,712	1,121
Acțiune asertivă, brut_RE	15	15,00	30,00	23,0667	4,43149	-,330	,580	-,606	1,121
Relaționare socială_RE	15	16,00	26,00	19,7333	3,47371	,553	,580	-1,141	1,121
Căutarea suportului social_RE	15	24,00	33,00	27,9333	3,01109	,508	,580	-,817	1,121

Acțiune prudentă_RE	15	5,00	19,00	13,6667	3,45722	-,800	,580	1,697	1,121
Acțiune instinctivă_RE	15	15,00	24,00	19,6667	2,89499	-,167	,580	-1,424	1,121
Evitare_RE	15	10,00	17,00	14,3333	2,35028	-,882	,580	-,195	1,121
Acțiune indirectă_RE	15	6,00	15,00	10,3333	2,16025	-,154	,580	1,259	1,121
Acțiune antisocială_RE	15	10,00	17,00	13,0000	2,20389	,508	,580	-,378	1,121
Acțiune agresivă_RE	15	8,00	15,00	10,7333	2,15362	,497	,580	-,426	1,121
atașament securizant_RE	15	10,00	22,00	17,1333	2,79966	-,811	,580	2,472	1,121
atașament evitant_RE	15	10,00	21,00	15,0667	2,86523	,659	,580	,538	1,121
atașament anxios ambivalent_RE	15	10,00	20,00	15,5333	2,41622	-,450	,580	,918	1,121
Valid N (listwise)	0								

a. GE/GC = GE

**Semnificațiile diferențelor după testul U (Mann-Whitney) în experimentul de control  
(GC/test și GE/test)**

**Tabelul A 3.3. Media rangurilor la GE și GC (GC/test și GE/test)**

**Ranks**

	GE/GC	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Atașament securizant	GC	15	15,60	234,00
	GE	15	15,40	231,00
	Total	30		
Atașament evitant	GC	15	17,07	256,00
	GE	15	13,93	209,00
	Total	30		
Atașament anxios ambivalent	GC	15	16,60	249,00
	GE	15	14,40	216,00
	Total	30		

**Tabelul A 3.4. Semnificația diferenței după testul U (Mann-Whitney) în  
experimentul de control la variabilele cercetate**

**Test Statistics<sup>a</sup>**

	Atașament securizant	Atașament evitant	Atașament anxios ambivalent
Mann-Whitney U	111,000	89,000	96,000
Wilcoxon W	231,000	209,000	216,000
Z	-,063	-,983	-,687
Asymp. Sig. (2-tailed)	,950	,325	,492
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,967 <sup>b</sup>	,345 <sup>b</sup>	,512 <sup>b</sup>

a. Grouping Variable: GE/GC

b. Not corrected for ties.

**Tabelul A 3.5. Media rangurilor la GE și GC (GC/test și GE/test)**

Ranks				
	GE/GC	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Măsurarea nivelului de reziliență	GC	15	15,63	234,50
	GE	15	15,37	230,50
	Total	30		
Chestionar stima de sine Rosenberg	GC	15	14,07	211,00
	GE	15	16,93	254,00
	Total	30		
Negativism	GC	15	18,67	280,00
	GE	15	12,33	185,00
	Total	30		
Resentiment	GC	15	17,43	261,50
	GE	15	13,57	203,50
	Total	30		
Ostilitate indirectă	GC	15	17,80	267,00
	GE	15	13,20	198,00
	Total	30		
Atentat	GC	15	15,10	226,50
	GE	15	15,90	238,50
	Total	30		
Suspiciune	GC	15	18,27	274,00
	GE	15	12,73	191,00
	Total	30		
Iritabilitate	GC	15	14,90	223,50
	GE	15	16,10	241,50
	Total	30		
Ostilitate verbală	GC	15	15,17	227,50
	GE	15	15,83	237,50
	Total	30		
Ostilitate - total	GC	15	17,03	255,50
	GE	15	13,97	209,50
	Total	30		

**Tabelul A 3.6. Semnificația diferenței după testul U (Mann-Whitney) în experimentul de control la variabilele cercetate (reziliență, stimă de sine, ostilitate)**

Test Statistics<sup>a</sup>

	Măsurarea nivelului de reziliență	Chestionar stima de sine Rosenberg	Negativism	Resentiment	Ostilitate indirectă	Atentat	Suspiciune	Iritabilitate	Ostilitate verbală	Ostilitate -total
Mann-Whitney U	110,500	91,000	65,000	83,500	78,000	106,500	71,000	103,500	107,500	89,500
Wilcoxon W	230,500	211,000	185,000	203,500	198,000	226,500	191,000	223,500	227,500	209,500
Z	-,083	-,900	-2,080	-1,223	-1,471	-,254	-1,740	-,380	-,209	-,957

Asymp. Sig. (2-tailed)	,934	,368	,038	,221	,141	,799	,082	,704	,834	,339
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,935 <sup>b</sup>	,389 <sup>b</sup>	,050 <sup>b</sup>	,233 <sup>b</sup>	,161 <sup>b</sup>	,806 <sup>b</sup>	,089 <sup>b</sup>	,713 <sup>b</sup>	,838 <sup>b</sup>	,345 <sup>b</sup>

a. Grouping Variable: GE/GC

b. Not corrected for ties.

**Tabelul A 3.7. Media rangurilor la GE și GC (GC/test și GE/test)**

Ranks				
	GE/GC	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Autoculpabilizare	GC	15	16,17	242,50
	GE	15	14,83	222,50
	Total	30		
Acceptare	GC	15	17,23	258,50
	GE	15	13,77	206,50
	Total	30		
Ruminare	GC	15	14,03	210,50
	GE	15	16,97	254,50
	Total	30		
Refocalizare pozitivă	GC	15	15,87	238,00
	GE	15	15,13	227,00
	Total	30		
Refocalizare pe planificare	GC	15	14,87	223,00
	GE	15	16,13	242,00
	Total	30		
Reevaluarea pozitivă	GC	15	15,37	230,50
	GE	15	15,63	234,50
	Total	30		
Catastrofarea	GC	15	15,13	227,00
	GE	15	15,87	238,00
	Total	30		
Punerea în perspectivă	GC	15	17,87	268,00
	GE	15	13,13	197,00
	Total	30		
Culpabilizarea celorlalți	GC	15	16,90	253,50
	GE	15	14,10	211,50
	Total	30		

**Tabelul A 3.8. Semnificația diferenței după testul U (Mann-Whitney) în experimentul de control la variabilele cercetate ( CERQ)**

Test Statistics<sup>a</sup>

	Autoculpabilizare	Acceptare	Ruminare	Refocalizare pozitivă	Refocalizare pe planificare	Reevaluare pozitivă	Catastrofarea	Punerea în perspectivă	Culpabilizarea celorlalți

Mann-Whitney U	102,500	86,500	90,500	107,000	103,000	110,500	107,000	77,000	91,500
Wilcoxon Signed Rank Z	222,500	206,500	210,500	227,000	223,000	230,500	227,000	197,000	211,500
Asymp. Sig. (2-tailed)	-,417	-1,086	-,918	-,229	-,401	-,084	-,230	-1,494	-,876
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,676	,278	,359	,818	,689	,933	,818	,135	,381
	,683 <sup>b</sup>	,285 <sup>b</sup>	,367 <sup>b</sup>	,838 <sup>b</sup>	,713 <sup>b</sup>	,935 <sup>b</sup>	,838 <sup>b</sup>	,148 <sup>b</sup>	,389 <sup>b</sup>

a. Grouping Variable: GE/GC

b. Not corrected for ties.

**Tabelul A 3.9. Media rangurilor la GE și GC (GC/test și GE/test)**

**Ranks**

	GE/GC	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Acțiune asertivă, brut	GC	15	17,10	256,50
	GE	15	13,90	208,50
	Total	30		
Relaționare socială	GC	15	13,70	205,50
	GE	15	17,30	259,50
	Total	30		
Căutarea suportului social	GC	15	16,90	253,50
	GE	15	14,10	211,50
	Total	30		
Acțiune prudentă	GC	15	18,67	280,00
	GE	15	12,33	185,00
	Total	30		
Acțiune instinctivă	GC	15	17,10	256,50
	GE	15	13,90	208,50
	Total	30		
Evitare	GC	15	17,10	256,50
	GE	15	13,90	208,50
	Total	30		
Acțiune indirectă	GC	15	15,10	226,50
	GE	15	15,90	238,50
	Total	30		
Acțiune antisocială	GC	15	18,53	278,00
	GE	15	12,47	187,00
	Total	30		
Acțiune agresivă	GC	15	16,47	247,00
	GE	15	14,53	218,00
	Total	30		



**Tabelul A 3.10. Semnificația diferenței după testul U (Mann-Whitney) în experimentul de control la variabilele cercetate (SACS)**

**Test Statistics<sup>a</sup>**

	Acțiune asertivă, brut	Relaționare socială	Căutarea suportului social	Acțiune prudentă	Acțiune instinctivă	Evitare	Acțiune indirectă	Acțiune antisocială	Acțiune agresivă
Mann-Whitney U	88,500	85,500	91,500	65,000	88,500	88,500	106,500	67,000	98,000
Wilcoxon W	208,500	205,500	211,500	185,000	208,500	208,500	226,500	187,000	218,000
Z	-1,002	-1,128	-,875	-2,004	-1,004	-,999	-,253	-1,894	-,605
Asymp. Sig. (2-tailed)	,316	,259	,382	,054	,315	,318	,800	,058	,545
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,325 <sup>b</sup>	,267 <sup>b</sup>	,389 <sup>b</sup>	,050 <sup>b</sup>	,325 <sup>b</sup>	,325 <sup>b</sup>	,806 <sup>b</sup>	,061 <sup>b</sup>	,567 <sup>b</sup>

a. Grouping Variable: GE/GC

b. Not corrected for ties.

**Semnificațiile diferențelor după testul U (Mann-Whitney) în experimentul de control (GC/retest și GE/retest)**

**Tabelul A 3.11. Media rangurilor la GE și GC (GC/retest și GE/retest)**

**Ranks**

	GE/GC	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Atașament securizant_RE	GC	15	9,07	136,00
	GE	15	21,93	329,00
	Total	30		
Atașament evitant_RE	GC	15	20,47	307,00
	GE	15	10,53	158,00
	Total	30		
Atașament anxios- ambivalent_RE	GC	15	20,90	313,50
	GE	15	10,10	151,50
	Total	30		

**Tabelul A 3.12. Semnificația diferenței după testul U (Mann-Whitney) în experimentul de control la variabilele cercetate**

**Test Statistics<sup>a</sup>**

	Atașament securizant_RE	Atașament evitant_RE	Atașament anxios ambivalent_RE
Mann-Whitney U	16,000	38,000	31,500
Wilcoxon W	136,000	158,000	151,500
Z	-4,033	-3,105	-3,382
Asymp. Sig. (2-tailed)	<b>,000</b>	<b>,002</b>	<b>,001</b>
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,000 <sup>b</sup>	,001 <sup>b</sup>	,000 <sup>b</sup>

a. Grouping Variable: GE/GC

b. Not corrected for ties.

**Tabelul A 3.13. Media rangurilor la GE și GC (GC/retest și GE/retest)**

Ranks				
	GE/GC	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Măsurarea nivelului de reziliență_RE	GC	15	12,20	183,00
	GE	15	18,80	282,00
	Total	30		
Chestionar stima de sine Rosenberg_RE	GC	15	9,60	144,00
	GE	15	21,40	321,00
	Total	30		
negativism_RE	GC	15	20,93	314,00
	GE	15	10,07	151,00
	Total	30		
Resentiment_RE	GC	15	20,87	313,00
	GE	15	10,13	152,00
	Total	30		
Ostilitate indirectă_RE	GC	15	21,53	323,00
	GE	15	9,47	142,00
	Total	30		
Atentat_RE	GC	15	15,83	237,50
	GE	15	15,17	227,50
	Total	30		
Suspiciune_RE	GC	15	20,97	314,50
	GE	15	10,03	150,50
	Total	30		
Iritabilitate_RE	GC	15	17,20	258,00
	GE	15	13,80	207,00
	Total	30		
Ostilitate verbală_RE	GC	15	17,23	258,50
	GE	15	13,77	206,50
	Total	30		
Ostilitate -total_RE	GC	15	21,10	316,50
	GE	15	9,90	148,50
	Total	30		

**Tabelul A 3.14. Semnificația diferenței după testul U (Mann-Whitney) în experimentul de control la variabilele cercetate (reziliență, stima de sine, ostilitate)**

Test Statistics <sup>a</sup>										
	Măsurarea nivelului de reziliență_RE	Chestionar stima de sine Rosenberg_RE	Negativism_RE	Resentiment_RE	Ostilitate indirecta_RE	Atentat_RE	Suspiciune_RE	Iritabilitate_RE	Ostilitate verbală_RE	Ostilitate-total_RE
Mann-Whitney U	63,000	24,000	31,000	32,000	22,000	107,500	30,500	87,000	86,500	28,500
Wilcoxon W	183,000	144,000	151,000	152,000	142,000	227,500	150,500	207,000	206,500	148,500
Z	-2,056	-3,690	-3,548	-3,470	-3,879	-,216	-3,458	-1,080	-1,107	-3,495

Asymp. Sig. (2-tailed)	<b>,040</b>	<b>,000</b>	,000	<b>,001</b>	<b>,000</b>	,829	<b>,001</b>	,280	,268	<b>,000</b>
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,041 <sup>b</sup>	,000 <sup>b</sup>	,000 <sup>b</sup>	,000 <sup>b</sup>	,000 <sup>b</sup>	,838 <sup>b</sup>	,000 <sup>b</sup>	,305 <sup>b</sup>	,285 <sup>b</sup>	,000 <sup>b</sup>

a. Grouping Variable: GE/GC

b. Not corrected for ties.

**Tabelul A 3.15. Media rangurilor la GE și GC (GC/retest și GE/retest)**

Ranks				
	GE/GC	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Autoculpabilizare_RE	GC	15	19,87	298,00
	GE	15	11,13	167,00
	Total	30		
Acceptare_RE	GC	15	20,47	307,00
	GE	15	10,53	158,00
	Total	30		
Ruminare_RE	GC	15	18,40	276,00
	GE	15	12,60	189,00
	Total	30		
Refocalizare pozitivă_RE	GC	15	14,63	219,50
	GE	15	16,37	245,50
	Total	30		
Refocalizare pe planificare_RE	GC	15	16,83	252,50
	GE	15	14,17	212,50
	Total	30		
Reevaluarea pozitivă_RE	GC	15	13,93	209,00
	GE	15	17,07	256,00
	Total	30		
Catastrofarea_RE	GC	15	20,10	301,50
	GE	15	10,90	163,50
	Total	30		
Punerea în perspectivă_RE	GC	15	18,83	282,50
	GE	15	12,17	182,50
	Total	30		
Culpabilizarea celorlați_RE	GC	15	18,77	281,50
	GE	15	12,23	183,50
	Total	30		

**Tabelul A 3.16. Semnificația diferenței după testul U (Mann-Whitney) în experimentul de control la variabilele cercetate ( CERQ)**

**Test Statistics<sup>a</sup>**

	Autoculpabilizare_RE	Acceptare_RE	Ruminare_RE	Refocalizare pozitivă_RE	Refocalizare pe planificare_RE	Reevaluarea pozitivă_RE	CatastrofaREA_RE	Punerea în perspectivă_RE	Culpabilizarea celorlalți_RE
Mann-Whitney U	<b>47,000</b>	38,000	69,000	99,500	92,500	89,000	<b>43,500</b>	<b>62,500</b>	<b>63,500</b>
Wilcoxon W	167,000	158,000	189,000	219,500	212,500	209,000	163,500	182,500	183,500
Z	-2,752	-3,132	-1,828	-,542	-,847	-,985	-2,887	-2,090	-2,044
Asymp. Sig. (2-tailed)	<b>,006</b>	<b>,002</b>	,068	,588	,397	,325	<b>,004</b>	<b>,037</b>	<b>,041</b>
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,006 <sup>b</sup>	,001 <sup>b</sup>	,074 <sup>b</sup>	,595 <sup>b</sup>	,412 <sup>b</sup>	,345 <sup>b</sup>	,003 <sup>b</sup>	,037 <sup>b</sup>	,041 <sup>b</sup>

a. Grouping Variable: GE/GC

b. Not corrected for ties.

**Tabelul A 3.17. Media rangurilor la GE și GC (GC/retest și GE/retest)**

**Ranks**

	GE/GC	N	Mean Rank	Sum of Ranks
1 Acțiune asertivă, brut_RE	GC	15	20,30	304,50
	GE	15	10,70	160,50
	Total	30		
2 Relaționare socială_RE	GC	15	10,83	162,50
	GE	15	20,17	302,50
	Total	30		
3 Căutarea suportului social_RE	GC	15	11,37	170,50
	GE	15	19,63	294,50
	Total	30		
4 Acțiune prudentă_RE	GC	15	20,13	302,00
	GE	15	10,87	163,00
	Total	30		
5 Acțiune instinctivă_RE	GC	15	17,10	256,50
	GE	15	13,90	208,50
	Total	30		
6 Evitare_RE	GC	15	19,80	297,00
	GE	15	11,20	168,00
	Total	30		

7 Acțiune indirectă_RE	GC	15	18,20	273,00
	GE	15	12,80	192,00
	Total	30		
8 Acțiune antisocială_RE	GC	15	17,43	261,50
	GE	15	13,57	203,50
	Total	30		
9 Acțiune agresivă_RE	GC	15	20,10	301,50
	GE	15	10,90	163,50
	Total	30		

**Tabelul A 3.18. Semnificația diferenței după testul U (Mann-Whitney) în experimentul de control la variabilele cercetate (SACS)**

**Test Statistics<sup>a</sup>**

	Acțiune asertivă, brut_RE	Relaționare socială	Căutarea suportului	Acțiune prudentă_RE	Acțiune instinctivă_RE	Evitare_RE	Acțiune indirectă_RE	Acțiune antisocială_RE	Acțiune agresivă_RE
Mann-Whitney U	40,500	42,500	50,500	43,000	88,500	48,000	72,000	83,500	43,500
Wilcoxon Z	160,500 -2,999	162,500 -2,920	170,500 -2,581	163,000 -2,904	208,500 -1,002	168,000 -2,695	192,000 -1,718	203,500 -1,211	163,500 -2,885
Asymp. Sig. (2-tailed)	<b>,003</b>	<b>,004</b>	<b>,010</b>	<b>,004</b>	,316	<b>,007</b>	,086	,226	<b>,004</b>
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,002 <sup>b</sup>	,003 <sup>b</sup>	,009 <sup>b</sup>	,003 <sup>b</sup>	,325 <sup>b</sup>	,007 <sup>b</sup>	,098 <sup>b</sup>	,233 <sup>b</sup>	,003 <sup>b</sup>

a. Grouping Variable: GE/GC

b. Not corrected for ties.

**Semnificațiile diferențelor după testul Wilcoxon în experimentul de control (GE/test și GE/retest)**

**Tabelul A 3.19. Media rangurilor la variabilele cercetate în experimentul de control (GE/test și GE/retest)**

Ranks				
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
atașament securizant_RE - atașament securizant	Negative Ranks	2 <sup>a</sup>	13,25	26,50
	Positive Ranks	23 <sup>b</sup>	12,98	298,50
	Ties	5 <sup>c</sup>		
	Total	30		
atașament evitant_RE - atașament evitant	Negative Ranks	21 <sup>d</sup>	13,52	284,00
	Positive Ranks	3 <sup>e</sup>	5,33	16,00
	Ties	6 <sup>f</sup>		
	Total	30		
atașament anxios ambivalent_RE - atașament anxios ambivalent	Negative Ranks	20 <sup>g</sup>	11,25	225,00
	Positive Ranks	1 <sup>h</sup>	6,00	6,00
	Ties	9 <sup>i</sup>		
	Total	30		
a. atașament securizant_RE < atașament securizant				
b. atașament securizant_RE > atașament securizant				

c. atașament securizant_RE = atașament securizant
d. atașament evitant_RE < atașament evitant
e. atașament evitant_RE > atașament evitant
f. atașament evitant_RE = atașament evitant
g. atașament anxios ambivalent_RE < atașament anxios ambivalent
h. atașament anxios ambivalent_RE > atașament anxios ambivalent
i. atașament anxios ambivalent_RE = atașament anxios ambivalent

**Tabelul A 3.20. Semnificația diferenței după testul Wilcoxon în experimentul de control la variabilele cercetate – atașament (GE/test și GE/retest)**

**Test Statistics<sup>a</sup>**

	Atașament securizant_RE - atașament securizant	Atașament evitant_RE - atașament evitant	Atașament anxios ambivalent_RE - atașament anxios ambivalent
Z	-3,670 <sup>b</sup>	-3,847 <sup>c</sup>	-3,818 <sup>c</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

c. Based on positive ranks.

**Tabelul A 3.21. Media rangurilor la variabilele cercetate: reziliență, stimă de sine și ostilitate în experimentul de control (GE/test și GE/retest)**

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Măsurarea nivelului de reziliență_RE - Măsurarea nivelului de reziliență	Negative Ranks	2 <sup>a</sup>	2,50	5,00
	Positive Ranks	14 <sup>b</sup>	9,36	131,00
	Ties	14 <sup>c</sup>		
	Total	30		
Chestionar stima de sine Rosenberg_RE - Chestionar stima de sine Rosenberg	Negative Ranks	0 <sup>d</sup>	,00	,00
	Positive Ranks	17 <sup>e</sup>	9,00	153,00
	Ties	13 <sup>f</sup>		
	Total	30		
Negativism_RE - negativism 1	Negative Ranks	4 <sup>g</sup>	4,00	16,00
	Positive Ranks	2 <sup>h</sup>	2,50	5,00
	Ties	24 <sup>i</sup>		
	Total	30		
Resentiment_RE – resentiment	Negative Ranks	12 <sup>j</sup>	10,25	123,00
	Positive Ranks	5 <sup>k</sup>	6,00	30,00
	Ties	13 <sup>l</sup>		
	Total	30		
Ostilitate indirectă_RE - ostilitate indirectă	Negative Ranks	13 <sup>m</sup>	7,00	91,00
	Positive Ranks	0 <sup>n</sup>	,00	,00
	Ties	17 <sup>o</sup>		
	Total	30		
Atentat_RE - atentat	Negative Ranks	7 <sup>p</sup>	5,86	41,00
	Positive Ranks	4 <sup>q</sup>	6,25	25,00
	Ties	19 <sup>r</sup>		

	Total	30		
Suspiciune_RE – suspiciune	Negative Ranks	10 <sup>s</sup>	5,50	55,00
	Positive Ranks	0 <sup>t</sup>	,00	,00
	Ties	20 <sup>u</sup>		
	Total	30		
Iritabilitate_RE – iritabilitate	Negative Ranks	9 <sup>v</sup>	5,89	53,00
	Positive Ranks	1 <sup>w</sup>	2,00	2,00
	Ties	20 <sup>x</sup>		
	Total	30		
Ostilitate verbală_RE - ostilitate verbală	Negative Ranks	9 <sup>y</sup>	5,00	45,00
	Positive Ranks	0 <sup>z</sup>	,00	,00
	Ties	21 <sup>aa</sup>		
	Total	30		
Ostilitate -total_RE - ostilitate -total	Negative Ranks	19 <sup>ab</sup>	12,76	242,50
	Positive Ranks	3 <sup>ac</sup>	3,50	10,50
	Ties	8 <sup>ad</sup>		
	Total	30		

- a. Măsurarea nivelului de reziliență\_RE < Măsurarea nivelului de reziliență  
b. Măsurarea nivelului de reziliență\_RE > Măsurarea nivelului de reziliență  
c. Măsurarea nivelului de reziliență\_RE = Măsurarea nivelului de reziliență  
d. Chestionar stima de sine Rosenberg\_RE < Chestionar stima de sine Rosenberg  
e. Chestionar stima de sine Rosenberg\_RE > Chestionar stima de sine Rosenberg  
f. Chestionar stima de sine Rosenberg\_RE = Chestionar stima de sine Rosenberg  
g. negativism\_RE < negativism 1  
h. negativism\_RE > negativism 1  
i. negativism\_RE = negativism 1  
j. resentment\_RE < resentment  
k. resentment\_RE > resentment  
l. resentment\_RE = resentment  
m. ostilitate indirectă\_RE < ostilitate indirectă  
n. ostilitate indirectă\_RE > ostilitate indirectă  
o. ostilitate indirectă\_RE = ostilitate indirectă  
p. atentat\_RE < atentat  
q. atentat\_RE > atentat  
r. atentat\_RE = atentat  
s. suspiciune\_RE < suspiciune  
t. suspiciune\_RE > suspiciune  
u. suspiciune\_RE = suspiciune  
v. iritabilitate\_RE < iritabilitate  
w. iritabilitate\_RE > iritabilitate  
x. iritabilitate\_RE = iritabilitate  
y. ostilitate verbală\_RE < ostilitate verbală  
z. ostilitate verbală\_RE > ostilitate verbală  
aa. ostilitate verbală\_RE = ostilitate verbală  
ab. Ostilitate- total\_RE < ostilitate -total  
ac. ostilitate -total\_RE > ostilitate- total  
ad. ostilitate -total\_RE = ostilitate -total

**Tabelul A 3.22. Semnificația diferenței după testul Wilcoxon, aplicat în experimentul de control la variabilele cercetate: stimă de sine, reziliență și ostilitate (GE/test și GE/retest)**

Test Statistics<sup>a</sup>

	Măsurarea nivelului de reziliență_RE - Măsurarea nivelului de reziliență	Chestionar stima de sine Rosenberg_RE - Chestionar stima de sine Rosenberg	Negativism_RE - negativism I	Resentiment_RE – resentment	Ostilitate indirectă_RE - ostilitate indirectă	Atentat_RE – atentat	Suspiciune_RE – suspiciune	Iritabilitate_RE – iritabilitate	Ostilitate verbală_RE - ostilitate verbală	Ostilitate -total_RE - ostilitate -total
Z	-3,260 <sup>b</sup>	-3,643 <sup>b</sup>	-1,186 <sup>c</sup>	-2,246 <sup>c</sup>	-3,213 <sup>c</sup>	-,731 <sup>c</sup>	-2,842 <sup>c</sup>	-2,642 <sup>c</sup>	-2,687 <sup>c</sup>	-
Asymp. Sig. (2-tailed)	<b>,001</b>	<b>,000</b>	,236	<b>,025</b>	<b>,001</b>	,465	<b>,004</b>	,008	,007	3,775 <sup>c</sup>

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

c. Based on positive ranks.

**Tabelul A 3.23. Media rangurilor pentru variabilele cercetate în experimentul de control la strategiile de coping emoțional-cognitiv (GE/test și GE/retest)**

		Ranks <sup>a</sup>		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Autoculpabilizare_RE - Autoculpabilizare	Negative Ranks	9 <sup>b</sup>	6,89	62,00
	Positive Ranks	2 <sup>c</sup>	2,00	4,00
	Ties	4 <sup>d</sup>		
	Total	15		
Acceptare_RE – Acceptare	Negative Ranks	10 <sup>e</sup>	6,35	63,50
	Positive Ranks	2 <sup>f</sup>	7,25	14,50
	Ties	3 <sup>g</sup>		
	Total	15		
Ruminare_RE – Ruminare	Negative Ranks	11 <sup>h</sup>	6,00	66,00
	Positive Ranks	0 <sup>i</sup>	,00	,00
	Ties	4 <sup>j</sup>		
	Total	15		
Refocalizare pozitivă_RE - Refocalizare pozitivă	Negative Ranks	1 <sup>k</sup>	3,50	3,50
	Positive Ranks	7 <sup>l</sup>	4,64	32,50
	Ties	7 <sup>m</sup>		
	Total	15		
Refocalizare pe planificare_RE – Refocalizare pe planificare	Negative Ranks	3 <sup>n</sup>	2,00	6,00
	Positive Ranks	0 <sup>o</sup>	,00	,00
	Ties	12 <sup>p</sup>		
	Total	15		
Reevaluarea pozitivă_RE - Reevaluarea pozitivă	Negative Ranks	0 <sup>q</sup>	,00	,00
	Positive Ranks	6 <sup>r</sup>	3,50	21,00
	Ties	9 <sup>s</sup>		
	Total	15		
Catastrofarea_RE – Catastrofarea	Negative Ranks	13 <sup>t</sup>	7,92	103,00
	Positive Ranks	1 <sup>u</sup>	2,00	2,00
	Ties	1 <sup>v</sup>		



	Total	15		
Punerea în perspectivă_RE	Negative Ranks	6 <sup>w</sup>	4,17	25,00
Punerea în perspectivă	Positive Ranks	3 <sup>x</sup>	6,67	20,00
	Ties	6 <sup>y</sup>		
	Total	15		
Culpabilizarea celorlați_RE -	Negative Ranks	6 <sup>z</sup>	7,08	42,50
Culpabilizarea celorlați	Positive Ranks	6 <sup>aa</sup>	5,92	35,50
	Ties	3 <sup>ab</sup>		
	Total	15		

a. GE/GC = GE

b. Autoculpabilizare\_RE < Autoculpabilizare

c. Autoculpabilizare\_RE > Autoculpabilizare

d. Autoculpabilizare\_RE = Autoculpabilizare

e. Acceptare\_RE < Acceptare

f. Acceptare\_RE > Acceptare

g. Acceptare\_RE = Acceptare

h. Ruminare\_RE < Ruminare

i. Ruminare\_RE > Ruminare

j. Ruminare\_RE = Ruminare

k. Refocalizare pozitivă\_RE < Refocalizare pozitivă

l. Refocalizare pozitivă\_RE > Refocalizare pozitivă

m. Refocalizare pozitivă\_RE = Refocalizare pozitivă

n. Refocalizare pe planificare\_RE < Refocalizare pe planificare

o. Refocalizare pe planificare\_RE > Refocalizare pe planificare

p. Refocalizare pe planificare\_RE = Refocalizare pe planificare

q. Reevaluarea pozitivă\_RE < Reevaluarea pozitivă

r. Reevaluarea pozitivă\_RE > Reevaluarea pozitivă

s. Reevaluarea pozitivă\_RE = Reevaluarea pozitivă

t. Catastrofarea\_RE < Catastrofarea

u. Catastrofarea\_RE > Catastrofarea

v. Catastrofarea\_RE = Catastrofarea

w. Punerea în perspectivă\_RE < Punerea în perspectivă

x. Punerea în perspectivă\_RE > Punerea în perspectivă

y. Punerea în perspectivă\_RE = Punerea în perspectivă

z. Culpabilizarea celorlați\_RE < Culpabilizarea celorlați

aa. Culpabilizarea celorlați\_RE > Culpabilizarea celorlați

ab. Culpabilizarea celorlați\_RE = Culpabilizarea celorlați

**Tabelul A 3.24. Semnificația diferenței după testul Wilcoxon în experimentul de control pentru variabilele cercetate la strategiile de coping cognitiv-emoțional (GE/test și GE/retest)**

**Test Statistics<sup>a,b</sup>**

	<b>Autoculpabilizare_RE –</b> Autoculpabilizare	Acceptare_RE – Acceptare	<b>Ruminare_RE –</b> Ruminare	<b>Refocalizare pozitivă_RE -</b> Refocalizare pozitivă	Refocalizare pe planificare_RE - Refocalizare pe planificare	<b>Reevaluarea pozitivă_RE -</b> Reevaluarea pozitivă	<b>Catastrofarea_RE –</b> Catastrofarea	Punerea în perspectivă_RE - Punerea în perspectivă	Culpabilizarea celorlați_RE - Culpabilizarea celorlați
Z	-2,587 <sup>c</sup>	-1,966 <sup>c</sup>	-2,949 <sup>c</sup>	-2,038 <sup>d</sup>	-1,633 <sup>c</sup>	-2,214 <sup>d</sup>	-3,179 <sup>c</sup>	-,297 <sup>c</sup>	-,275 <sup>c</sup>

Asymp. Sig. (2- tailed)	,010	,049	,003	,042	,102	,027	,001	,766	,783
-------------------------------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

a. GE/GC = GE

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

c. Based on positive ranks.

d. Based on negative ranks.

**Tabelul A 3.25. Media rangurilor la variabilele cercetate - la strategiile de coping cognitiv comportamental în experimentul de control (GE/test și GE/retest)**

		Ranks <sup>a</sup>		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Acțiune asertivă, brut_RE -	Negative Ranks	12 <sup>b</sup>	8,13	97,50
Acțiune asertivă, brut	Positive Ranks	2 <sup>c</sup>	3,75	7,50
	Ties	1 <sup>d</sup>		
	Total	15		
Relaționare socială_RE -	Negative Ranks	4 <sup>e</sup>	6,75	27,00
Relaționare socială	Positive Ranks	11 <sup>f</sup>	8,45	93,00
	Ties	0 <sup>g</sup>		
	Total	15		
Căutarea suportului social_RE -	Negative Ranks	1 <sup>h</sup>	3,00	3,00
Căutarea suportului social	Positive Ranks	12 <sup>i</sup>	7,33	88,00
	Ties	2 <sup>j</sup>		
	Total	15		
Acțiune prudentă_RE -	Negative Ranks	10 <sup>k</sup>	6,50	65,00
Acțiune prudentă	Positive Ranks	2 <sup>l</sup>	6,50	13,00
	Ties	3 <sup>m</sup>		
	Total	15		
Acțiune instinctivă_RE -	Negative Ranks	7 <sup>n</sup>	5,71	40,00
Acțiune instinctivă	Positive Ranks	6 <sup>o</sup>	8,50	51,00
	Ties	2 <sup>p</sup>		
	Total	15		
Evitare_RE -	Negative Ranks	7 <sup>q</sup>	7,14	50,00
Evitare	Positive Ranks	4 <sup>r</sup>	4,00	16,00
	Ties	4 <sup>s</sup>		
	Total	15		
Acțiune indirectă_RE -	Negative Ranks	10 <sup>t</sup>	7,85	78,50
Acțiune indirectă	Positive Ranks	3 <sup>u</sup>	4,17	12,50
	Ties	2 <sup>v</sup>		
	Total	15		
Acțiune antisocială_RE -	Negative Ranks	0 <sup>w</sup>	,00	,00
Acțiune antisocială	Positive Ranks	3 <sup>x</sup>	2,00	6,00
	Ties	12 <sup>y</sup>		
	Total	15		
Acțiune agresivă_RE -	Negative Ranks	11 <sup>z</sup>	6,00	66,00
Acțiune agresivă	Positive Ranks	0 <sup>aa</sup>	,00	,00
	Ties	4 <sup>ab</sup>		
	Total	15		

a. GE/GC = GE

b. 1 Acțiune asertivă, brut\_RE < 1 Acțiune asertivă, brut

c. 1 Acțiune asertivă, brut\_RE > 1 Acțiune asertivă, brut

- d. 1 Acțiune asertivă, brut\_RE = 1 Acțiune asertivă, brut  
 e. 2 Relaționare socială\_RE < 2 Relaționare social  
 f. 2 Relaționare socială\_RE > 2 Relaționare social  
 g. 2 Relaționare socială\_RE = 2 Relaționare social  
 h. 3 Căutarea suportului social\_RE < 3 Căutarea suportului social  
 i. 3 Căutarea suportului social\_RE > 3 Căutarea suportului social  
 j. 3 Căutarea suportului social\_RE = 3 Căutarea suportului social  
 k. 4 Acțiune prudentă\_RE < 4 Acțiune prudentă  
 l. 4 Acțiune prudentă\_RE > 4 Acțiune prudentă  
 m. 4 Acțiune prudentă\_RE = 4 Acțiune prudentă  
 n. 5 Acțiune instinctivă\_RE < 5 Acțiune instinctivă  
 o. 5 Acțiune instinctivă\_RE > 5 Acțiune instinctivă  
 p. 5 Acțiune instinctivă\_RE = 5 Acțiune instinctivă  
 q. 6 Evitare\_RE < 6 Evitare  
 r. 6 Evitare\_RE > 6 Evitare  
 s. 6 Evitare\_RE = 6 Evitare  
 t. 7 Acțiune indirectă\_RE < 7 Acțiune indirectă  
 u. 7 Acțiune indirectă\_RE > 7 Acțiune indirectă  
 v. 7 Acțiune indirectă\_RE = 7 Acțiune indirectă  
 w. 8 Acțiune antisocială\_RE < 8 Acțiune antisocială  
 x. 8 Acțiune antisocială\_RE > 8 Acțiune antisocială  
 y. 8 Acțiune antisocială\_RE = 8 Acțiune antisocială  
 z. 9 Acțiune agresivă\_RE < 9 Acțiune agresivă  
 aa. 9 Acțiune agresivă\_RE > 9 Acțiune agresivă  
 ab. 9 Acțiune agresivă\_RE = 9 Acțiune agresivă

**Tabelul A 3.26. Semnificația diferenței după testul Wilcoxon, aplicat în experimentul de control pentru variabilele cercetate: strategii de coping comportamental (GE/test și GE/retest)st Statistics**

	1 Acțiune asertivă, brut_RE – 1 Acțiune asertivă, brut	2 Relaționare socială_RE – 2 Relaționare socială	3 Căutarea suportului social_RE – 3 Căutarea suportului social	4 Acțiune prudentă_RE – 4 Acțiune prudentă	5 Acțiune instinctivă_RE – 5 Acțiune instinctivă	6 Evitare_RE – 6 Evitare	7 Acțiune indirectă_RE – 7 Acțiune indirectă	8 Acțiune antisocială_RE – 8 Acțiune antisocială	9 Acțiune agresivă_RE – 9 Acțiune agresivă
Z	-2,831 <sup>c</sup>	-1,881 <sup>d</sup>	-2,979 <sup>d</sup>	-2,049 <sup>c</sup>	-,386 <sup>d</sup>	-1,514 <sup>c</sup>	-2,322 <sup>c</sup>	-1,633 <sup>d</sup>	-2,940 <sup>c</sup>
Asymp. Sig. (2- tailed)	,005	,060	,003	,040	,699	,130	,020	,102	,003

a. GE/GC = GE

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

c. Based on positive ranks.

d. Based on negative ranks.

**Semnificațiile diferențelor după testul Wilcoxon, aplicat în experimentul de control  
(GC/test și GC/retest)**

**Tabelul A 3.27. Media rangurilor la variabilele cercetate - atașamentul în  
experimentul de control (GC/test și GC/retest)**

**Ranks<sup>a</sup>**

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Atașament securizant_RE Atașament securizant	Negative Ranks	2 <sup>b</sup>	9,00	18,00
	Positive Ranks	8 <sup>c</sup>	4,63	37,00
	Ties	5 <sup>d</sup>		
	Total	15		
Atașament evitant_RE – Atașament evitant	Negative Ranks	7 <sup>e</sup>	6,00	42,00
	Positive Ranks	3 <sup>f</sup>	4,33	13,00
	Ties	5 <sup>g</sup>		
	Total	15		
Atașament anxios- ambivalent_RE – Atașament anxios- ambivalent	Negative Ranks	5 <sup>h</sup>	3,20	16,00
	Positive Ranks	1 <sup>i</sup>	5,00	5,00
	Ties	9 <sup>j</sup>		
	Total	15		

a. GE/GC = GC

b. atașament securizant\_RE < atașament securizant

c. atașament securizant\_RE > atașament securizant

d. atașament securizant\_RE = atașament securizant

e. atașament evitant\_RE < atașament evitant

f. atașament evitant\_RE > atașament evitant

g. atașament evitant\_RE = atașament evitant

h. atașament anxios ambivalent\_RE < atașament anxios ambivalent

i. atașament anxios ambivalent\_RE > atașament anxios ambivalent

j. atașament anxios ambivalent\_RE = atașament anxios ambivalent

**Tabelul A 3.28. Semnificația diferenței după testul Wilcoxon în experimentul de  
control la variabilele cercetate – atașamentul (GC/test și GC/retest)**

**Test Statistics<sup>a,b</sup>**

	Atașament securizant_RE - atașament securizant	Atașament evitant_RE - atașament evitant	Atașament anxios ambivalent_RE - atașament anxios ambivalent
Z	-,994 <sup>c</sup>	-1,502 <sup>d</sup>	-1,179 <sup>d</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	,320	,133	,238

a. GE/GC = GC

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

c. Based on negative ranks.

d. Based on positive ranks.

**Tabelul A 3.29. Media rangurilor la variabilele cercetate – reziliență, stimă de sine,  
ostilitate: rezultatele experimentului de control (GC/test și GC/retest)**

**Ranks<sup>a</sup>**

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Negative Ranks	2 <sup>b</sup>	1,50	3,00

Măsurarea nivelului de reziliență_RE –	Positive Ranks	2 <sup>c</sup>	3,50	7,00
Măsurarea nivelului de reziliență	Ties	11 <sup>d</sup>		
	Total	15		
Chestionar stima de sine Rosenberg_RE -	Negative Ranks	0 <sup>e</sup>	,00	,00
Chestionar stima de sine Rosenberg	Positive Ranks	2 <sup>f</sup>	1,50	3,00
	Ties	13 <sup>g</sup>		
	Total	15		
Negativism_RE – negativism 1	Negative Ranks	1 <sup>h</sup>	2,00	2,00
	Positive Ranks	2 <sup>i</sup>	2,00	4,00
	Ties	12 <sup>j</sup>		
	Total	15		
Resentiment_RE - Resentiment	Negative Ranks	1 <sup>k</sup>	2,00	2,00
	Positive Ranks	3 <sup>l</sup>	2,67	8,00
	Ties	11 <sup>m</sup>		
	Total	15		
Ostilitate indirectă_RE - Ostilitate indirectă	Negative Ranks	3 <sup>n</sup>	2,00	6,00
	Positive Ranks	0 <sup>o</sup>	,00	,00
	Ties	12 <sup>p</sup>		
	Total	15		
Atentat_RE – Atentat	Negative Ranks	1 <sup>q</sup>	2,00	2,00
	Positive Ranks	2 <sup>r</sup>	2,00	4,00
	Ties	12 <sup>s</sup>		
	Total	15		
Suspiciune_RE - Suspiciune	Negative Ranks	2 <sup>t</sup>	1,50	3,00
	Positive Ranks	0 <sup>u</sup>	,00	,00
	Ties	13 <sup>v</sup>		
	Total	15		
Iritabilitate_RE – Iritabilitate	Negative Ranks	2 <sup>w</sup>	2,25	4,50
	Positive Ranks	1 <sup>x</sup>	1,50	1,50
	Ties	12 <sup>y</sup>		
	Total	15		
Ostilitate verbală_RE - Ostilitate verbală	Negative Ranks	2 <sup>z</sup>	1,50	3,00
	Positive Ranks	0 <sup>aa</sup>	,00	,00
	Ties	13 <sup>ab</sup>		
	Total	15		
Ostilitate -total_RE – Ostilitate- total	Negative Ranks	4 <sup>ac</sup>	4,38	17,50
	Positive Ranks	3 <sup>ad</sup>	3,50	10,50
	Ties	8 <sup>ae</sup>		
	Total	15		

a. GE/GC = GC

- b. Măsurarea nivelului de reziliență\_RE < Măsurarea nivelului de reziliență  
c. Măsurarea nivelului de reziliență\_RE > Măsurarea nivelului de reziliență  
d. Măsurarea nivelului de reziliență\_RE = Măsurarea nivelului de reziliență  
e. Chestionar stima de sine Rosenberg\_RE < Chestionar stima de sine Rosenberg  
f. Chestionar stima de sine Rosenberg\_RE > Chestionar stima de sine Rosenberg  
g. Chestionar stima de sine Rosenberg\_RE = Chestionar stima de sine Rosenberg  
h. negativism\_RE < negativism 1  
i. negativism\_RE > negativism 1  
j. negativism\_RE = negativism 1  
k. resentment\_RE < resentment  
l. resentment\_RE > resentment  
m. resentment\_RE = resentment  
n. ostilitate indirectă\_RE < ostilitate indirectă

- o. ostilitate indirectă\_RE > ostilitate indirectă
- p. ostilitate indirectă\_RE = ostilitate indirectă
- q. atentat\_RE < atentat
- r. atentat\_RE > atentat
- s. atentat\_RE = atentat
- t. suspiciune\_RE < suspiciune
- u. suspiciune\_RE > suspiciune
- v. suspiciune\_RE = suspiciune
- w. iritabilitate\_RE < iritabilitate
- x. iritabilitate\_RE > iritabilitate
- y. iritabilitate\_RE = iritabilitate
- z. ostilitate verbală\_RE < ostilitate verbală
- aa. ostilitate verbală\_RE > ostilitate verbală
- ab. ostilitate verbală\_RE = ostilitate verbală
- ac. Ostilitate- total\_RE < ostilitate - total
- ad. Ostilitate - total\_RE > ostilitate - total
- ae. Ostilitate- total\_RE = ostilitate- total

**Tabelul A 3.30. Semnificația diferenței după testul Wilcoxon, aplicat în experimentul de control, la variabilele cercetate: stimă de sine, reziliență, ostilitate (GC/test și GC/retest)**

Test Statistics <sup>a,b</sup>										
	Măsurarea nivelului de reziliență_RE – Măsurarea nivelului de	Chestionar stima de sine Rosenberg_RE – Chestionar stima de sine Rosenberg	Negativism_RE - negativism I	Resentiment_RE - resentment	Ostilitate indirectă_RE - ostilitate indirectă	Atentat_RE – atentat	Suspiciune_RE – suspiciune	Iritabilitate_RE - iritabilitate	Ostilitate verbală_RE - ostilitate verbal	Ostilitate -total_RE - ostilitate -total
Z	-,730 <sup>c</sup>	-1,342 <sup>c</sup>	-,577 <sup>c</sup>	-1,134 <sup>c</sup>	-1,732 <sup>d</sup>	-,577 <sup>c</sup>	-1,414 <sup>d</sup>	-,816 <sup>d</sup>	-1,414 <sup>d</sup>	-,604 <sup>d</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	,465	,180	,564	,257	,083	,564	,157	,414	,157	,546

a. GE/GC = GC

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

c. Based on negative ranks.

d. Based on positive ranks.

**Tabelul A 3.31. Media rangurilor la variabilele: strategiile de coping cognitiv-emoțional cercetate în experimentul de control (GC/test și GC/retest)**

Ranks <sup>a</sup>		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Autoculpabilizare_RE -	Negative Ranks	2 <sup>b</sup>	3,00	6,00
Autoculpabilizare	Positive Ranks	2 <sup>c</sup>	2,00	4,00

	Ties	11 <sup>d</sup>		
	Total	15		
Acceptare_RE – Acceptare	Negative Ranks	2 <sup>e</sup>	2,00	4,00
	Positive Ranks	3 <sup>f</sup>	3,67	11,00
	Ties	10 <sup>g</sup>		
	Total	15		
Ruminare_RE – Ruminare	Negative Ranks	4 <sup>h</sup>	3,00	12,00
	Positive Ranks	1 <sup>i</sup>	3,00	3,00
	Ties	10 <sup>j</sup>		
	Total	15		
Refocalizare pozitivă_RE - Refocalizare pozitivă	Negative Ranks	1 <sup>k</sup>	2,00	2,00
	Positive Ranks	2 <sup>l</sup>	2,00	4,00
	Ties	12 <sup>m</sup>		
	Total	15		
Refocalizare pe planificare_RE - Refocalizare pe planificare	Negative Ranks	2 <sup>n</sup>	3,00	6,00
	Positive Ranks	3 <sup>o</sup>	3,00	9,00
	Ties	10 <sup>p</sup>		
	Total	15		
Reevaluarea pozitivă_RE - Reevaluarea pozitivă	Negative Ranks	1 <sup>q</sup>	1,50	1,50
	Positive Ranks	2 <sup>r</sup>	2,25	4,50
	Ties	12 <sup>s</sup>		
	Total	15		
Catastrofarea_RE - Catastrofarea	Negative Ranks	5 <sup>t</sup>	4,40	22,00
	Positive Ranks	2 <sup>u</sup>	3,00	6,00
	Ties	8 <sup>v</sup>		
	Total	15		
Punerea în perspectivă_RE - Punerea în perspectivă	Negative Ranks	2 <sup>w</sup>	3,50	7,00
	Positive Ranks	4 <sup>x</sup>	3,50	14,00
	Ties	9 <sup>y</sup>		
	Total	15		
Culpabilizarea celorlați_RE - Culpabilizarea celorlați	Negative Ranks	5 <sup>z</sup>	4,70	23,50
	Positive Ranks	4 <sup>aa</sup>	5,38	21,50
	Ties	6 <sup>ab</sup>		
	Total	15		

a. GE/GC = GC

b. Autoculpabilizare\_RE < Autoculpabilizare

c. Autoculpabilizare\_RE > Autoculpabilizare

d. Autoculpabilizare\_RE = Autoculpabilizare

e. Acceptare\_RE < Acceptare

f. Acceptare\_RE > Acceptare

g. Acceptare\_RE = Acceptare

h. Ruminare\_RE < Ruminare

i. Ruminare\_RE > Ruminare

j. Ruminare\_RE = Ruminare

k. Refocalizare pozitivă\_RE < Refocalizare pozitivă

l. Refocalizare pozitivă\_RE > Refocalizare pozitivă

m. Refocalizare pozitivă\_RE = Refocalizare pozitivă

n. Refocalizare pe planificare\_RE < Refocalizare pe planificare

o. Refocalizare pe planificare\_RE > Refocalizare pe planificare

p. Refocalizare pe planificare\_RE = Refocalizare pe planificare

q. Reevaluarea pozitivă\_RE < Reevaluarea pozitivă

r. Reevaluarea pozitivă\_RE > Reevaluarea pozitivă

s. Reevaluarea pozitivă\_RE = Reevaluarea pozitivă

t. Catastrofarea\_RE < Catastrofarea

- u. Catastrofarea\_RE > Catastrofarea
- v. Catastrofarea\_RE = Catastrofarea
- w. Punerea în perspectivă\_RE < Punerea în perspectivă
- x. Punerea în perspectivă\_RE > Punerea în perspectivă
- y. Punerea în perspectivă\_RE = Punerea în perspectivă
- z. Culpabilizarea celorlați\_RE < Culpabilizarea celorlați
- aa. Culpabilizarea celorlați\_RE > Culpabilizarea celorlați
- ab. Culpabilizarea celorlați\_RE = Culpabilizarea celorlați

**Tabelul A 3.32. Semnificația diferenței după testul Wilcoxon, aplicat în experimentul de control, pentru variabilele cercetate: strategiile de coping comportamental (GC/test și GC/retest)**

**Test Statistics<sup>a,b</sup>**

	Autoculpabilizare_RE - Autoculpabilizare	Acceptare_RE - Acceptare	Ruminare_RE - Ruminare	Refocalizare pozitivă_RE - Refocalizare pozitivă	Refocalizare pe planificare_RE - Refocalizare pe	Reevaluarea pozitivă_RE Reevaluarea pozitivă	Catastrofarea_RE - Catastrofarea	Punerea în perspectivă_RE - Punerea în perspectivă	Culpabilizarea celorlați_RE - Culpabilizarea celorlați
Z	-,378 <sup>c</sup>	-,966 <sup>d</sup>	-1,342 <sup>c</sup>	-,577 <sup>d</sup>	-,447 <sup>d</sup>	-,816 <sup>d</sup>	-1,406 <sup>c</sup>	-,816 <sup>d</sup>	-,120 <sup>c</sup>
Asymp. Sig. (2- tailed)	,705	,334	,180	,564	,655	,414	,160	,414	,905

a. GE/GC = GC

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

c. Based on positive ranks.

d. Based on negative ranks.

**Tabelul A 3.33. Media rangurilor la variabilele de coping comportamental cercetate în experimentul de control (GC/test și GC/retest)**

**Ranks<sup>a</sup>**

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
1 Acțiune asertivă, brut_RE -	Negative Ranks	4 <sup>b</sup>	4,00	16,00
1 Acțiune asertivă, brut	Positive Ranks	3 <sup>c</sup>	4,00	12,00
	Ties	8 <sup>d</sup>		
	Total	15		
2 Relaționare socială_RE -	Negative Ranks	3 <sup>e</sup>	2,50	7,50
2 Relaționare socială	Positive Ranks	3 <sup>f</sup>	4,50	13,50
	Ties	9 <sup>g</sup>		
	Total	15		
3 Căutarea suportului social_RE	Negative Ranks	3 <sup>h</sup>	2,33	7,00
3 Căutarea suportului social	Positive Ranks	1 <sup>i</sup>	3,00	3,00
	Ties	11 <sup>j</sup>		
	Total	15		
4 Acțiune prudentă_RE -	Negative Ranks	3 <sup>k</sup>	3,67	11,00
4 Acțiune prudentă	Positive Ranks	2 <sup>l</sup>	2,00	4,00



	Ties	10 <sup>m</sup>		
	Total	15		
5 Acțiune instinctivă_RE –	Negative Ranks	3 <sup>n</sup>	2,67	8,00
5 Acțiune instinctivă	Positive Ranks	1 <sup>o</sup>	2,00	2,00
	Ties	11 <sup>p</sup>		
	Total	15		
6 Evitare_RE –	Negative Ranks	3 <sup>q</sup>	2,50	7,50
6 Evitare	Positive Ranks	1 <sup>r</sup>	2,50	2,50
	Ties	11 <sup>s</sup>		
	Total	15		
7 Acțiune indirectă_RE –	Negative Ranks	3 <sup>t</sup>	2,00	6,00
7 Acțiune indirectă	Positive Ranks	0 <sup>u</sup>	,00	,00
	Ties	12 <sup>v</sup>		
	Total	15		
8 Acțiune antisocială_RE –	Negative Ranks	4 <sup>w</sup>	3,25	13,00
8 Acțiune antisocială	Positive Ranks	1 <sup>x</sup>	2,00	2,00
	Ties	10 <sup>y</sup>		
	Total	15		
9 Acțiune agresivă_RE –	Negative Ranks	4 <sup>z</sup>	3,88	15,50
9 Acțiune agresivă	Positive Ranks	2 <sup>aa</sup>	2,75	5,50
	Ties	9 <sup>ab</sup>		
	Total	15		

a. GE/GC = GC

b. 1 Acțiune asertivă, brut\_RE < 1 Acțiune asertivă, brut

c. 1 Acțiune asertivă, brut\_RE > 1 Acțiune asertivă, brut

d. 1 Acțiune asertivă, brut\_RE = 1 Acțiune asertivă, brut

e. 2 Relaționare socială\_RE < 2 Relaționare social

f. 2 Relaționare socială\_RE > 2 Relaționare social

g. 2 Relaționare socială\_RE = 2 Relaționare social

h. 3 Căutarea suportului social\_RE < 3 Căutarea suportului social

i. 3 Căutarea suportului social\_RE > 3 Căutarea suportului social

j. 3 Căutarea suportului social\_RE = 3 Căutarea suportului social

k. 4 Acțiune prudentă\_RE < 4 Acțiune prudentă

l. 4 Acțiune prudentă\_RE > 4 Acțiune prudentă

m. 4 Acțiune prudentă\_RE = 4 Acțiune prudentă

n. 5 Acțiune instinctivă\_RE < 5 Acțiune instinctivă

o. 5 Acțiune instinctivă\_RE > 5 Acțiune instinctivă

p. 5 Acțiune instinctivă\_RE = 5 Acțiune instinctivă

q. 6 Evitare\_RE < 6 Evitare

r. 6 Evitare\_RE > 6 Evitare

s. 6 Evitare\_RE = 6 Evitare

t. 7 Acțiune indirectă\_RE < 7 Acțiune indirectă

u. 7 Acțiune indirectă\_RE > 7 Acțiune indirectă

v. 7 Acțiune indirectă\_RE = 7 Acțiune indirectă

w. 8 Acțiune antisocială\_RE < 8 Acțiune antisocială

x. 8 Acțiune antisocială\_RE > 8 Acțiune antisocială

y. 8 Acțiune antisocială\_RE = 8 Acțiune antisocială

z. 9 Acțiune agresivă\_RE < 9 Acțiune agresivă

aa. 9 Acțiune agresivă\_RE > 9 Acțiune agresivă

ab. 9 Acțiune agresivă\_RE = 9 Acțiune agresivă

**Tabelul A 3.34. Semnificația diferenței după testul Wilcoxon, aplicat în experimentul de control la variabilele cercetate: coping comportamental (GC/test și GC/retest)**

**Test Statistics<sup>a,b</sup>**

	1 Acțiune asertivă, brut_RE 1 Acțiune asertivă, brut	2 Relaționare socială_RE – 2 Relaționare socială	3 Căutarea suportului social_RE – 3 Căutarea suportului social	4 Acțiune prudentă_RE – 4 Acțiune prudentă	5 Acțiune instinctivă_RE – 5 Acțiune instinctivă	6 Evitare_RE – 6 Evitare	7 Acțiune indirectă_RE – 7 Acțiune indirectă	8 Acțiune antisocială_RE – 8 Acțiune antisocială	9 Acțiune agresivă_RE – 9 Acțiune agresivă
Z Asymp. Sig. (2- tailed)	-,345 <sup>c</sup> ,730	-,649 <sup>d</sup> ,516	-,756 <sup>c</sup> ,450	-,966 <sup>c</sup> ,334	-1,134 <sup>c</sup> ,257	-1,000 <sup>c</sup> ,317	-1,633 <sup>c</sup> ,102	-1,518 <sup>c</sup> ,129	-1,063 <sup>c</sup> ,288

a. GE/GC = GC

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

c. Based on positive ranks.

d. Based on negative ranks.

## **Anexa 4. Program de intervenție privind dezvoltarea și fortificarea securității psihologice**

### **ȘEDINȚA nr. 1 (1 oră 40 min)**

**Salutul, prezentarea scopului programului.** Scopul programului este de a recupera consecințele situațiilor abuzive din copilărie. Fiecare persoană poartă cu sine, pe parcursul vieții, un bagaj de situații și emoții plăcute, dar și mai puțin plăcute. În cadrul programului, vor fi abordate, în mod detaliat, aceste situații pentru identificarea cauzelor producerii lor și depășirea consecințelor acestora, deoarece persoanele care nu-și fortifică securitatea psihologică riscă să aibă același comportament (precum l-au avut persoanele de referință) în relația cu copiii sau cu partenerii de viață (soț, concubin, iubit etc).

#### **Mesaj de introducere:**

Potrivit lui K. Horny (2001), o persoană este capabilă să recurgă la schimbări dacă este puternic motivată să facă o autoanaliză, în caz contrar, acest proces complicat de autocunoaștere poate fi unul de durată sau chiar poate fi unul nereușit [118].

#### **Activitatea nr. 1. „Pânza de păianjen”**

**Scopul:** salutul și prezentarea participanților.

**Materiale necesare:** un ghem de lână cu ață trainică, de culoare întunecată.

**Durata:** 30 de min.

**Desfășurarea activității:** participanții sunt așezați în cerc și transmit ghemul de la unul la altul. Până a-l transmite, persoanele rotesc ața de două ori în jurul degetului arătător. Fiecare participant se prezintă, spunându-și numele și care este motivația lui de a participa în cadrul acestui program. Ghemul trece de la o persoană la alta. Important este să se respecte principiul de a nu-l transmite colegului din dreapta sau din stânga sa. În așa mod, se formează o pânză de păianjen. După ce ghemul a trecut pe la fiecare participant, formatorul informează grupul despre însemnătatea implicării și respectării fiecărui participant. Într-un grup de terapie, toți participanții au un motiv anumit, care i-a făcut să vină la aceste ședințe, respectiv și subiectele care sunt abordate pot fi unele sensibile și dureroase. De aceea, pentru a transmite mesaje de apreciere și încurajare, participanții își vor spune lucruri plăcute, atunci când vor transmite înapoi ghemul (participantul va transmite ghemul către persoana de la care l-a primit inițial).

#### **Debriefingul**

#### **Activitatea nr. 2: Stabilirea regulilor grupului**

**Scopul:** formarea unui climat psihologic de securitate în cadrul grupului și stabilirea regulilor de lucru privitor la program, care sunt momentele organizatorice, modalitatea de ascultare și intervenție în cadrul întâlnirilor de grup.

**Materiale necesare:** flipchart, markere.

**Durata:** 20 de min.

**Desfășurarea activității:** fiecare participant înaintea o serie de reguli pentru a forma un climat de siguranță și confort în cadrul ședințelor de grup. Este important ca regulile să fie clare, uneori, exprimările participanților pot fi reformulate ca să fie pe înțelesul tuturor și să fie acceptate de către toți participanții prezenți la ședință. Psihologul trebuie să ghideze grupul pentru a fi discutate următoarele reguli:

1. Fiecare participant al programului a trecut prin diferite evenimente traumatice în trecut. De aceea, este important de a respecta amintirile și stările psiho-emoționale ale fiecărui participant. Indiferent de tipul de abuz prin care a trecut persoana, ameliorarea simptomelor și activarea resurselor existente este obiectivul principal al programului. Astfel, participanții se vor trata cu respect și empatie.

2. Grupul de terapie este unul închis și nu pot fi incluse persoane noi în grup pe parcursul desfășurării programului. Persoanele care nu se simt în siguranță în timpul ședințelor au dreptul să refuze să își expună opinia în grupul mare, exprimând aceasta cu voce, doar o singură dată la o ședință.

3. Fiecare persoană este în drept să solicite sistarea activității în cazul în care sunt depășite limitele de siguranță proprie.

4. Informația discutată în grup este confidențială și toți participanții semnează o declarație de a nu divulga informația despre participanții din grup.

5. Jocurile de rol au drept scop de a oferi persoanei care prelucrează trauma posibilitatea de a-și exprima emoțiile. În cazul în care aceste emoții sunt foarte puternice, nu este cazul ca participanții să intervină pentru a calma persoana. Participanții trebuie să aibă încredere în formator/psiholog/psihoterapeut, deoarece el este persoana care va dirija acest proces. Intervenția participanților pentru a oferi recomandări sau de a liniști persoana ar putea micșora capacitatea acesteia de a-și exterioriza emoțiile acumulate și conservate în copilărie.

6. În cadrul jocurilor de rol, va fi nevoie de implicarea mai multor persoane din grup pentru a-și asuma diferite roluri. Fiecare persoană aleasă poate să accepte sau să refuze să participe în cadrul aceluși joc, dacă se simte inconfortabil.

7. Alegerea participanților pentru jocul de rol nu este întâmplătoare. Fiecare persoană aleasă pentru un rol concret are doar de câștigat: în primul rând, își poate ajuta colegul să își amintească trauma, jucând rolul unuia dintre participanții implicați în acea situație, iar în al doilea rând, alegerea persoanei este, uneori, instinctivă. Proiecțiile persoanei alese duc la conștientizarea emoțiilor sau a motivelor de comportament ale altor persoane și ale participantului în cauză.

8. Fiecare membru al grupului este în drept să aleagă timpul și momentul potrivit pentru a trata unele dintre amintirile dureroase din copilărie. „Abilitatea de a stabili dacă ar putea avea foloase de pe urma procesării reamintirii traumei sau dacă ar fi mai bine să nu o faceți, cel puțin

pentru moment, pentru a nu răscoli amintirile traumatice, vă ajută să faceți o alegere în cunoștință de cauză” [185, p. 67].

9. Obiectivul principal al procesului de recuperare post-traumatică ar trebui să fie îmbunătățirea calității vieții cotidiene, în prezent și în viitor. „Scopul nostru este să prelucrați și să procesați trecutul pentru a integra acele momente în planul de viitor, dar și să trăiți liber azi, fără a avea blocaje în perioada de maturitate” [185, p. 66].

10. În cazul în care un exercițiu atinge careva dintre emoțiile personale despre care, la acel moment, persoana nu este pregătită să vorbească în grup, atunci ea poate solicita să nu se expună. Asigurarea securității psihologice, dar și a confortului ține de responsabilitatea fiecărui participant.

### **Activitatea nr 3: Realizarea ecusoanelor personalizate**

**Scopul:** identificarea unui nume pe placul participantului – acesta va fi folosit pentru ca persoana să se prezinte la întâlnirile de grup.

**Materiale necesare:** ecusoane și carioci.

**Durata:** 20 de min.

**Desfășurarea activității:** fiecare participant își ia câte un ecuson și își scrie numele dorit, respectiv ceilalți participanți vor folosi acest nume pentru a i se adresa pe parcursul întâlnirilor. Numele va fi scris cu majuscule, să fie vizibil. Ulterior, ecusoanele vor fi puse într-o cutie și vor fi amestecate. Psihologul ia cutia și trece pe la fiecare participant pentru ca acesta să extragă câte un ecuson, la întâmplare. Drept urmare, persoanele extrag, pe rând, ecusoanele altei persoane din grup. În cazul în care participantul a extras propriul ecuson, atunci este necesar să îl schimbe cu altul. După ce au extras ecusoanele, participanții trebuie să-și amintească cine are acest nume și să meargă la acea persoană pentru a i-l prinde cu grijă la piept, spunând următoarele fraze: „(spune numele de pe ecuson), îmi face plăcere/sunt onorat să vă cunosc.” Dacă nu este identificată persoana căreia îi aparține ecusonul, atunci acea persoană trebuie să se prezinte singură.

### **Debrifingul**

#### **Activitatea nr. 4: Tema pentru acasă**

**Scop:** identificarea așteptărilor pentru întregul program de intervenție psihologică.

**Materiale necesare:** foi A4, pixuri.

**Durata:** timp de o săptămână.

**Desfășurarea activității:** fiecare participant va avea la dispoziție o săptămână, timp în care va trebui să scrie pe o foaie de hârtie ce așteptări are de la acest training și care ar fi rezultatele finale dorite. Tema pentru acasă va fi prezentată în formă scrisă, la următoarea ședință, iar participanții sunt rugați să ia cu sine câte un caiet în care să scrie, pe parcursul programului, unele notițe.

### **Activitatea nr. 5: „Ritualul pietrei”**

**Scop:** expunerea opiniei referitor la emoțiile și trăirile avute pe parcursul ședinței de astăzi. Totodată se va pune accent pe nivelul de realizare a dorințelor/așteptărilor pentru ședința de astăzi. Acest ritual ajută la stabilirea unui mediu securizant, oferind participanților posibilitatea de a trăi și a simți, în cadrul grupului, acel sentiment necesar de securitate psihologică.

**Materiale necesare:** câteva pietre. Piatra este aleasă și utilizată în funcție de etapa trainingului. Inițial, piatra folosită este una necioplită, cu multe ascuțisuri, apoi, la etapa de identificare a resurselor interne este utilizată o piatră din lava unui vulcan, după care este folosită o piatră mai netedă, dar cu nuanțe diferite sau care are forme diferite – cu scopul de a evidenția unicitatea fiecărui participant. Formatorul menționează că diferențele atrag oamenii, ele fiind resursele personale care îi ajută să fie unici și irepetabili.

**Durata** 15 min.

**Desfășurarea:** la fiecare ședință este utilizată câte o piatră care este transmisă de la un participant la altul. Fiecare participant va spune ce a simțit azi și cum activitățile l-au influențat. De asemenea, ar putea spune care sunt așteptările lui de la aceste ședințe sau ce anume l-a descurajat sau blocat.

### **ȘEDINȚA nr. 2 (1 oră 30 min)**

#### **Activitatea nr.1.**

**Salutul** participanților se face prin „Ritualul pietrei”

**Scop:** expunerea opiniei cu privire la săptămâna care a trecut (de la ultima întrevvedere) și care sunt așteptările/dorințele pentru programul intervenție psihologică.

**Materialele necesare:** pietre cu multe colțuri și forme ciudate.

**Durata:** 20 de min.

**Desfășurarea:** la fiecare ședință este utilizată câte o piatră care este transmisă de la un participant la altul. Piatra este aleasă în funcție de etapa trainingului. Inițial, este folosită o piatră necioplită, cu multe ascuțisuri, apoi, în perioada de identificare a resurselor interne, este utilizată o piatră din lava unui vulcan, ulterior, este folosită o piatră mai netedă, dar cu nuanțe sau forme diferite pentru a releva unicitatea fiecărui participant. Formatorul menționează că diferențele îi atrag pe oameni, ele constituind resursele personale care îi ajută să fie unici și irepetabili.

#### **Activitatea nr. 2. „Mozaicul”**

**Scop:** însușirea numelui tuturor participanților.

**Materiale necesare:** fișe, pioaneze, tablă de hârtie, cariocă.

**Timp:** 20 de min.

**Desfășurarea:** înainte de inițierea jocului, psihologul pregătește câte o foaie cu numele tuturor participanților. Numele au fost scrise cu majuscule. El amestecă literele în numele fiecărui

participant în așa fel încât să fie posibil de a le pronunța (spre exemplu, Marcela – Celamar). După aceasta, sunt pregătite fișele cu numele noi ale participanților. Toate fișele se fixează pe tablă, fiind acoperite cu o hârtie. Ulterior, sunt descoperite, iar participanții trebuie să găsească numele lor pe tablă. Psihologul poate începe jocul, citind cu voce tare noul său nume. Pe parcursul ședinței respective, participanții vor utiliza noile lor nume. Prin intermediul acestei activități, persoanele își atribuie un nume și un rol nou.

Notă: Dacă este cineva care nu își dorește noul rol, atunci poate insista să ia ecusonul pe care l-a avut anterior.

### **Activitatea nr. 3. „Cunoaște-te pe tine însuți”**

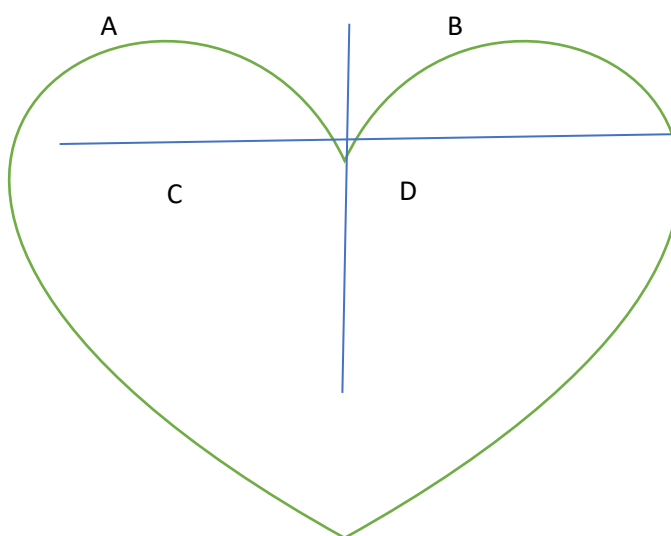
**Scop:** motivarea participanților de a face un schimb de informații cu privire la propria persoană.

**Materiale necesare:** fișe: desenul inimii – inima este împărțită în 4 cadrane, pixuri.

**Durata:** 30 de min.

**Desfășurarea:** psihologul explică grupului că fiecare dintre ei vor primi o fișă în care va trebui să completeze cele patru cadrane cu informația necesară. Ulterior, vor prezenta aceste date grupului mare. Această activitate va permite că fiecare participant să găsească persoane în grup cu care au calități comune. Astfel, persoanele vor fi mai sigure, pe viitor, pentru a putea să se exprime opinia în cea ce privește abuzul și experiențele traumatice.

Dat fiind faptul că femeile care au fost supuse abuzului în copilărie au o tendință de a-și subestima propria persoană, astăzi vor scrie despre acele persoane al căror nume îl poartă (numele cu literele încurcate). De fapt, în acest mod, vor depăși bariera de comunicare și problema de a vorbi despre sine în public, însă, în prezentare, se vor referi la persoanele cu numele de pe ecuson.



**Fig. 1. Cunoaște-te pe tine însuți**

Completează spațiile inimii (notate de la A la D) după cum urmează:

**A.** Scrie trei calități care îți plac cel mai mult la această persoană (se are în vedere numele persoanei pe care îl are reprezentat pe ecuson. De fapt, este subiectul însuși, însă se recurge la această activitate pentru a debloca persoana, deoarece este mai ușor să scrii despre altcineva).

**B.** Scrie trei lucruri din viața ta pe care ai vrea să le schimbi.

**C.** Scrie trei lucruri pe care le faci cel mai bine.

**D.** Scrie trei cuvinte care ți-ar plăcea să fie spuse despre tine.

### **Debriefing**

#### **Activitatea nr. 4. Tema pentru acasă „Blazonul familiei”**

**Scopul:** descrierea familiei de origine (caracteristicile și trăsăturile ei).

**Materialele necesare:** foi, carioci, creioane, acuarelă, pensule, cărți cu imagini.

**Durata:** 25 de min.

**Desfășurarea:** participanții sunt rugați să-și deseneze familia de origine și activitățile în care era implicat fiecare membru. Descriind familia, persoana trebuie să-și amintească trei expresii pe care le-a auzit cel mai des în copilărie din partea părinților.

#### **Activitatea nr. 5 „Ritualul pietrei”**

**Scop:** exprimarea gândurilor și a constatărilor privitor la ședința de astăzi sau a temerilor pe care le-au depășit participanții în cadrul ședinței.

### **ȘEDINȚA nr. 3 (1 oră 40 min)**

#### **Activitatea nr. 1 Salutul participanților se face prin „Ritualul pietrei”**

**Scop:** expunerea opiniei cu privire la săptămâna care a trecut (de la ultima întrevvedere) și care sunt așteptările/dorințele participanților pentru ședința de astăzi.

**Materiale necesare:** o piatră de diferite forme. Piatra poate fi schimbată, deoarece participanții ar putea fi curioși cu privire la motivul schimbării. Este important ca piatra să fie cu multe colțuri.

**Durata:** 15 min.

**Desfășurarea:** la fiecare ședință este utilizată câte o piatră care este transmisă de la un participant la altul.

#### **Activitatea nr. 2. Verificarea temei pentru acasă „Blazonul familiei”**

**Scop:** descrierea familiei de origine (indicarea trăsăturilor/caracteristicilor).

**Materialele necesare:** foi, carioci, creioane, acuarelă, pensule, cărți cu imagini.

**Durata:** 30 de min.

#### **Desfășurarea:**

##### *I etapă a activității*

Participanții sunt rugați să-și prezinte desenele realizate acasă despre familia de origine. Descriind familia, trebuie să își amintească trei expresii pe care le-au auzit cel mai des în copilărie.



Unii dintre participanți s-ar putea să menționeze unele expresii care au o conotație pozitivă, alții – cu conotație negativă.

Vor fi acceptate toate expresiile drept o realitate care și-a lăsat amprenta asupra persoanei și va fi identificată persoana care spunea această expresie. Doritorii vor relata despre experiența lor și despre acele evenimente, care s-au dovedit a fi diferite de cele pe care le-au perceput inițial.

#### *A II-a etapă a activității*

Desenele sunt puse jos, pe podea, iar participanții pot să adreseze întrebări autorului cu privire la desenul realizat. Totodată, participanții pot să își exprime părerea referitor la desenele respective doar cu scopul de a încuraja colegii sau de a aprecia desenul. De asemenea, persoanele vor fi întrebate cu privire la dificultățile întâlnite la realizarea temei pentru acasă și care au fost emoțiile trăite.

#### **Activitatea nr. 3: „Jocul Da și NU”**

**Scopul:** motivarea participanților de a se cunoaște și de a participa la următoarele activități. Participanții învață să respecte granițele proprii, dar și ale altor persoane participante la activitate.

**Materiale necesare:** pe podea este lipită o linie (bandă adezivă).

**Durata:** 20 de min.

**Desfășurarea:** participanții se aranjează în două linii drepte, față în față, între ei fiind banda adezivă. Cei din dreapta spun „Da”, cei din stânga spun „Nu”. Câștigă acei care au reușit să păstreze granițele personale și nu au permis să le fie depășită linia de marcaj.

**Comentariu:** Această activitate informală îl încurajează chiar și pe cel mai tăcut membru al grupului să participe și poate fi un catalizator pentru abordarea problemelor care au legătură cu refuzul sau acceptarea ușoară a situațiilor din exterior. Spiritul jucăuș poate sta la baza unor exprimări ale patternurilor de comportament neconștientizat.

#### **Activitatea psihoeducațională nr.4. „Granițele în familie”**

**Scop:** informarea participanților despre psihologia familiei, dar și despre cauzele apariției problemelor în familie.

**Materiale necesare:** Suportul informațional, V. Satir [190].

**Timp:** 20 de min.

Familia este o unitate dinamică care ajută persoanele să își modeleze relațiile cu alte persoane și stă la baza formării deprinderilor de a exista în grup. Fiecare grup are niște reguli stabilite (fie în mod concret și scris, fie în mod voalat). Atunci când se încalcă regulile de interacțiune, în cadrul familiei pot apărea conflicte.

În familie există mai multe subsisteme: subsistemul soților, subsistemul părinților, subsistemul copiilor. Jocul menționat anterior permite observarea granițelor pe care le au persoanele și analiza privind acceptul/refuzul altor persoane să depășească aceste limite personale.

Wilson J., W. Walsh și H. McGrow vorbesc despre patru elemente de patologie care pot afecta funcționalitatea unei familii [234]:

1. Patologia granițelor;
2. Patologia alianțelor – relațiile intrafamiliale care pot să nu aibă un interes comun; două tipuri de patologie a alianțelor:
  - a) deturnarea conflictului sau găsirea „țapului ispășitor”;
  - b) coalițiile transgeneraționale neadaptative.
3. Patologia triadelor – aranjamentele intrafamiliale instabile care se pot forma între un membru ce coitalizează cu altul împotriva unui al treilea membru.
4. Patologia ierarhiei – copii au o mai multă putere decizională decât părintele.

Aceste tipuri le putem integra în șase arii:

1. Structura familiei ca ansamblu – toate patternurile tranzacționale alternative;
2. Flexibilitatea sistemului familial;
3. Rezonanța sistemului familial care reflectă sensibilitatea lui la nevoile fiecărui membru;
4. Contextul vieții familiei respective – factorii de stres care acționează asupra familiei, suportul familial;
5. Stadiul de dezvoltare în care se află familia respectivă și cum face față provocărilor și stadiilor specifice fiecărei etape de dezvoltare;
6. Apariția simptomului în familia respectivă și modul în care este menținut.

Potrivit lui J. Haley, simptomul are funcția de a menține echilibrul familiei. Simptomul este o reacție la ceva, iar, în cazul familiei disfuncționale, simptomul aparține întregii familii.

Familia funcțională este familia caracterizată prin deschidere, cea care are granițele bine conturate, dar flexibile. Familia disfuncțională este familia care neagă prezența vreunei probleme sau creează probleme acolo unde nu există. Acest tip de familie dispune de o structură ierarhică necorespunzătoare. Orice organizare umană va întâmpina dificultăți și va fi disfuncțională dacă vor exista coaliții între nivelurile ierarhiei. Dacă se cristalizează, ele generează disfuncționalități, respectiv, orice familie are nevoie de reguli și în orice familie există un sistem de reguli care o guvernează.

#### **Activitatea nr. 5. Tema pentru acasă**

**Scop:** aducerea aminte a regulilor din familia biologică și cum au fost respectate. Activitatea este realizată, în scris, de către fiecare participant.

**Materiale necesare:** agendă proprie.

**Durata:** timp de o săptămână.

**Desfășurarea:** fiecare participant va avea nevoie de timp pentru ca să își amintească propria copilărie și care au fost interacțiunile din cadrul familiei. Apoi, în scris, va trebui să

enumere care au fost regulile familiei lor în copilărie și cum acestea l-au influențat atunci sau cum continuă să-l influențeze și în prezent.

#### **Activitatea nr 6. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** exprimarea gândurilor și a constatărilor privitor la ședința de astăzi sau a temerilor pe care participanții le-au depășit în cadrul ședinței.

**Durata:** 15 minute.

**Desfășurarea:** la fiecare ședință este utilizată câte o piatră care este transmisă de la un participant la altul. Piatra este aleasă în funcție de etapa programului de intervenție psihologică. Piatra de astăzi va fi multicoloră pentru a accentua că familiile în societate sunt diverse și probleme lor – la fel.

### **ȘEDINȚA nr. 4 (1 oră 40 min)**

#### **Activitatea nr.1 Salutul participanților se face prin „Ritualul pietrei”**

**Scop:** expunerea opiniei cu privire la săptămâna care a trecut (de la ultima întrevvedere) și care sunt așteptările/dorințele pentru ședința de astăzi.

**Materialele necesare:** o piatră cu colțuri, mai puțin ascuțită.

**Durata:** 15 minute.

**Desfășurarea:** utilizarea unei pietre necioplite, cu multe ascuțisuri. Participanții vor menționa despre cum a trecut săptămâna de când nu s-au văzut.

#### **Activitatea nr. 2 Tema pentru acasă: „Regulile familie biologice”**

**Scop:** identificarea regulilor din familia biologică.

**Materiale necesare:** agendă proprie.

**Durata:** 30 de min.

**Desfășurarea:** participanții vor enumera unele dintre regulile existente în familia de origine și care au fost influențele lor asupra stabilirii relațiilor între membrii familiei: soți, părinți, copii, bunici etc. Regulile expuse de către participanți vor fi scrise pe flipcharturi. (Aceste reguli vor fi păstrate pentru ședința când se va discuta despre familia creată).

**Debrifarea:** participanții își vor expune opinia despre cum s-au simțit atunci când regulile altor familii au fost diferite sau similare cu cele din propria familie și cum i-au influențat până în prezent.

#### **Activitatea nr. 3. „Elefantul și casa”**

**Scop:** evaluarea strategiilor pentru a stabili regulile în relațiile cu alții.

**Materiale necesare:** hârtie A 4.

**Durata:** 20 de min.

**Desfășurarea:** participanții se vor împărți în cinci grupe a câte trei persoane. Persoanele cu numărul 1 vor fi observatori, persoanele cu numărul 2 și 3 vor fi izolate, deoarece astfel vor

putea primi instrucțiunile fără a le transmite la alții. Persoanele din grupul nr. 2 vor desena un elefant, iar cele cu numărul 3 – o casă. După ce au primit instrucțiunile, se vor întoarce în grupurile lor și vor primi o foaie și un singur creion pe care va trebui să îl țină ambii în mână. Timpul de realizare este limitat, adică un minut, iar participanții nu au dreptul să vorbească unul cu altul. Astfel, în situații de stres, fiecare va trage creionul spre sine cu scopul de a desena primul. Observatorii trebuie să descrie care au fost regulile pe care le-au stabilit participanții.

**Debrifarea:** fiecare participant va descrie cum s-a simțit jucând acel rol, care au fost strategiile alese de către fiecare participant și cine a reușit să deseneze imaginea.

**Activitatea nr. 4. Tema pentru acasă: „Regulile pe care le stabilim noi în familia noastră”**

**Scop:** identificarea regulilor stabilite în propria familie sau la locul de muncă.

**Materiale:** agendă proprie.

**Durata:** timp de o săptămână.

**Desfășurarea:** participanții își vor alege o persoană din mediul lor familial sau de la birou și vor observa care sunt regulile stabilite, oficial, cu aceasta, care sunt reacțiile. Ulterior, participantul va trebui să introducă o regulă nouă fără să anunțe persoana aleasă (de exemplu, persoana va face cafeaua dimineața sau se va saluta într-o formă mai deosebită). Este necesar ca regula nouă să aibă o conotație pozitivă și ar trebui să fie repetată în fiecare zi. Participantul trebuie să observe comportamentul persoanei și să descrie care este reacția acesteia la acest comportament.

**Activitatea nr. 5. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** exprimarea emoțiilor, a gândurilor și a constatărilor privitor la ședința de astăzi sau a temerilor pe care le-au depășit participanții în cadrul ședinței.

**Materialele necesare:** o piatră cu colțuri.

**Durata:** 15 min.

**Desfășurarea:** persoanele își vor expune părerea despre cum se simt astăzi. În funcție de răspunsul acestora, se poate stabili dacă ei se simt în siguranță și sunt sinceri cu ei înșiși, dar și cu cei din jur. În cazul în care participanților încă le este dificil să își exprime emoțiile și trăirile, se recomandă realizarea altor ședințe suplimentare (1-2 ședințe) pentru a stabili un climat psihologic pozitiv în grup.

#### **ȘEDINȚA nr. 5 (1 oră 40 min)**

**Activitatea nr. 1. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** expunerea opiniei referitor la săptămâna care a trecut (de la ultima întrevvedere) și care sunt așteptările/dorințele pentru ședința de astăzi.

**Materiale necesare:** o piatră cu diverse colțuri.

**Durata:** 15 min.

**Desfășurarea activității:** la fiecare ședință este utilizată câte o piatră care este transmisă de la un participant la altul. Piatra este aleasă în funcție de etapa programului de intervenție psihologică. Astăzi va fi utilizată o piatră necioplită, cu multe ascuțisuri. Această piatră a fost aleasă special, cu scopul de a observa unicitatea ei.

**Activitatea nr. 2. „Găsiți partenerul”**

**Scop:** motivarea participanților de a face cunoștință unul cu altul.

**Materiale necesare:** note adezive, pixuri, flipchart.

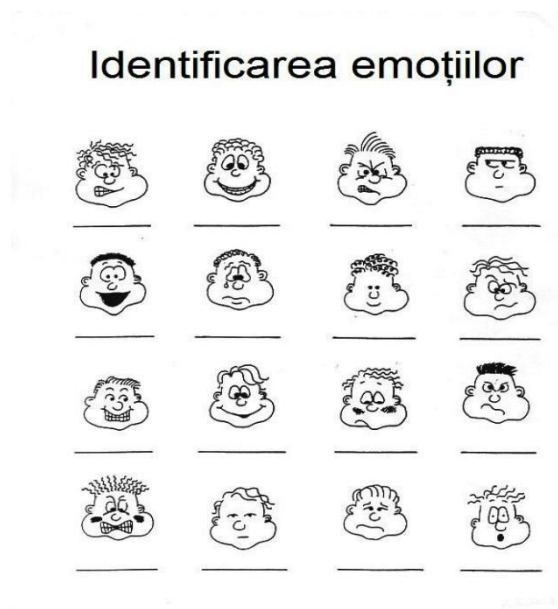
**Durata:** 15 min.

**Desfășurarea activității:** Organizatorul va scrie pe notele adezive, până la începutul ședinței, o mică descriere a fiecărui participant (spre exemplu, persoana iubește animalele, se joacă cu copii, îi place să discute), în două exemplare. Toate notițele se pun într-o cutie și participanții trebuie, prin imitare, să își găsească partenerul care are aceeași descriere. Atunci când își găsesc partenerul, persoanele se grupează în echipe a câte două persoane.

**Activitatea nr. 3. Verificarea temei pentru acasă: „Reacțiile emoționale ale persoanelor adulte la modificarea regulilor”**

**Scop:** Identificarea emoțiilor și explorarea influenței lor în diverse situații, inclusiv la schimbarea regulilor cotidiene.

**Materiale necesare:** fișa cu emoții.



**Fig. 2. Identificarea emoțiilor**

**Durata:** 20 de min.

**Desfășurarea activității:** fiecare participant îi va povesti partenerului său ce regulă nouă a introdus și cum această regulă a fost acceptată/refuzată de către persoana din mediul familial sau de la serviciu.

Se recomandă descrierea reacțiilor inițiale și a celor de lungă durată, pe parcursul săptămânii.

Participanții discută în grup despre emoțiile pozitive (mândrie, fericire, entuziasm, calmitate, veselie ș.a.) sau emoțiile negative (supărare, sperietură, invidie, îngrijorare, furie, tristețe). Este important să fie descris comportamentul persoanei ca urmare a implementării acestor reguli și ce emoții a provocat. Timp de cinci minute, se va discuta despre reacțiile persoanei asupra căreia a fost aplicată noua regulă, ulterior, timp de alte 5 min. – despre reacțiile personale cu privire la această situație.

#### **Activitatea nr. 4. „Ciclurile violenței – circuitul apei în natură”**

**Scop:** conștientizarea etapelor de formare, analizarea relației violente dintre două persoane și identificarea cauzelor care mențin comportamentul violent al unei persoane, fără ca persoana în cauză să realizeze acest fapt.

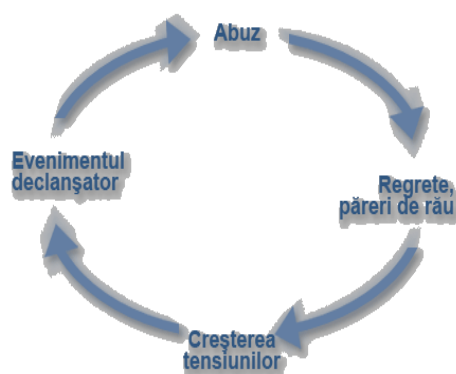
**Materialele necesare:** fișa cu „Teoria violenței”.

**Durata:** 25 de min.

**Desfășurarea activității:** participanții sunt rugați să deseneze schematic cum are loc circuitul apei în natură. Apoi se face o mică analiză de ce este important acest circuit al apei în natură. După aceasta, se trece la circuitul relațiilor violente.

Din sursele informaționale, deseori în familii există un părinte agresiv care impune reguli copilului, iar celălalt părinte inconștient ia partea copilului sau este în opoziție cu modul de impunere a regulilor agresive. În cazul când părintele cu reguli este abuzator, celălalt părinte preia rolul de victimă

Ulterior, formatorul povestește și explică schema ciclurilor violenței după „Teoria violenței” a lui Lenore Walker [236].



**Fig. 3. Circuitul violenței**

#### **Faza I. Creșterea tensiunii**

##### **Pasul 1**

- bătăi minore;

- negarea furiei ajută victima să facă față situației, aceasta sperând cu disperare că abuzatorul se va putea schimba;

- victima învinuiește factorii exteriori, își asumă vina pentru incident; aparenta acceptare pasivă declanșează comportamentul violent, iar agresorul nu mai are control asupra propriilor acțiuni.

#### **Pasul 2**

- agresorul nu vrea să facă public comportamentul lui, iar din moment ce îi este teamă că victima va spune ceva, devine tot mai agresiv;

- agresorul ține victima captivă;

- la victimă apare sindromul neputinței învățate.

#### **Faza a II-a, Pasul 3**

- pe măsură ce faza I-a evoluează, bătăile se îndesesc, furia escaladează, victima își dă seama că va urma faza a II-a și încearcă să controleze factorii externi: fără telefoane, fără gălăgie din partea copiilor;

- în curând, încercările de a face față vor eșua.

#### **Pasul 4**

- agresorul crește controlul treptat și în mod brutal; victima devine tot mai incapabilă să se protejeze împotriva durerii și suferinței;

- victima devine tot mai închisă în sine; agresorul devine din ce în ce mai opresiv;

- apar tensiuni de nesuportat;

- uneori, victima declanșează faza a II-a pentru a pune capăt tensiunilor, numai pentru ca „să se termine” odată;

#### **Faza a III-a – evenimentul abuziv, când are loc nemijlocit situația de abuz;**

#### **Faza a IV-a – regretele și părerile de rău:**

- agresorul este extrem de afectuos, drăguț și chinuit de remușcări;

- își cere scuze și promite că situațiile violente nu se vor mai întâmpla;

- agresorul crede că-și poate păstra controlul;

- crede că victima a învățat o lecție așa că nu va mai trebui să o bată din nou;

- promite că va renunța la băutura;

- convinge victima că ea „a cerut”, o face să se simtă vinovată că a plecat, o face să se simtă responsabilă;

- agresorul promite că va căuta ajutor numai dacă victima rămâne lângă el;

#### **Activitatea nr. 5. Tema pentru acasă „situațiile abuzive din copilărie”**

**Scop:** amintirea unor situații abuzive din propria copilărie și descrierea detaliată a situației: cum a început, cum s-a desfășurat și care au fost reacțiile persoanelor din jur.

**Materiale necesare:** agendă personală.

**Timp:** o săptămână.

**Desfășurarea activității:** fiecare participant va încerca să relateze în scris despre o situație de abuz din propria copilărie. Dacă participanții au mai multe situații pe care le pot descrie, atunci o pot face.

### **Activitatea nr. 6. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** exprimarea emoțiilor, a gândurilor și a constatărilor privitor la ședința de astăzi sau a temerilor pe care le-au depășit participanții în cadrul ședinței.

**Durata:** 15 min.

**Desfășurarea activității:** la fiecare ședință este utilizată câte o piatră care este transmisă de la un participant la altul. Piatra de astăzi va fi multicoloră pentru a accentua că familiile în societate sunt diverse și probleme lor – la fel.

## **ȘEDINȚA nr. 6 (1 oră 40 min)**

### **Activitatea nr. 1. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** expunerea opiniei cu privire la săptămâna care a trecut (de la ultima întrevvedere) și care sunt așteptările/dorințele participanților pentru ședința de astăzi.

**Materialele necesare:** o piatră cu diverse forme.

**Durata:** 15 min.

**Desfășurarea activității:** la fiecare ședință este utilizată câte o piatră care este transmisă de la un participant la altul. Piatra este aleasă în funcție de etapa programului de intervenție psihologică. Astăzi va fi utilizată o piatră necioplită, cu ascuțisuri. Această piatră a fost aleasă special cu scopul de a observa unicitatea acesteia.

### **Activitatea nr. 2. „Copacul vieții” [192]**

**Scop:** motivarea participanților de a medita asupra propriei vieți și identificarea persoanelor-resursă din jurul lor, la momentul dat.

**Materiale necesare:** hârtie A4 și creioane colorate.

**Durata:** 20 de min.

**Desfășurarea activității:** participanții își iau câte o foaie A4 și sunt rugați să deseneze copacul vieții. Fiecare participant va desena câte un copac, după propria dorință și imaginație.

Ulterior, desenele vor fi plasate pe podea pentru a fi analizate. Participanții vor discuta despre părțile componente ale copacului și cum acestea pot reflecta personalitatea umană:

Formatorul afirmă că: „Rădăcinile reprezintă familia din care provenim și influențele puternice care ne-au format ca personalitate. Tulpina reprezintă viața noastră actuală: locul de trai, munca, familia formată. Frunzele reprezintă sursele noastre de informație: prietenii, mass-media,



cărțile, programele TV, vecinii etc. Fructele reprezintă succesele noastre, proiectele și programele organizate sau rezultatele obținute. Mugurii reprezintă speranțele noastre de viitor”.

La final de activitate, participanții vor ajunge la concluzia că pe parcursul vieții există oameni care le pot fi resurse pentru ca să poată supraviețui și să îi susțină în anumite situații.

### **Dibrifingul**

#### **Activitate nr. 3. Verificarea temei pentru acasă: Expunerea situațiilor de abuz din copilărie**

**Scop:** reflectarea comportamentului persoanelor reale, care au fost prezente în trecutul persoanei și analizarea cauzelor apariției situațiilor de abuz.

**Materiale necesare:** persoanele din grup și diverse obiecte, la necesitate, pentru jocul de rol (jucării pentru copii sau scaune, saltele pentru adulți)

**Durata:** 30 de min.

**Desfășurarea activității:** o persoană X (care dorește să expună una dintre amintirile din copilărie) își alege alte persoane din grup și alcătuiește sculptura familiei exact așa cum este în amintirea din copilărie. Persoanele selectate din grupul mare vor prelua rolurile atribuite: mama tata, sora, fratele etc., conform acelei situații din viața sa.

Fiecare participant își joacă rolul, fie se mișcă în spațiu, fie comunică cum se simte în acest rol. Psihologul își formează o imagine despre dinamica emoțională din familie și care sunt manifestările persoanelor (dominante/izolate). Ulterior, se aduc în scenă și alte persoane din familie care au fost implicate în situația de abuz. Persoana a cărei situație este reflectată este atentă la cele întâmplate și uneori se transpune în rolul fiecărui participant (fie că în poziția lui, fie că în fața/spatele lui) după ce acesta spune ce a simțit. Psihologul roagă ca persoanele să vorbească din punctul lor de vedere la moment: cum se simt în acest rol și ce își doresc să facă. X poate să spună despre durerea lui de atunci și cum a trăit acest timp până acum, să ceară să fie îmbrățișat sau iubit dacă simte nevoia.

Activitatea este finalizată atunci când persoana care a propus situația și-a exprimat emoțiile (plâns, supărare, furie, explozii diverse).

**Debrifarea:** fiecare participant care a jucat rolul își va expune trăirile și va menționa cum s-a simțit în acest rol, ulterior, își va expune părere și persoana care a propus situația lui de familie.

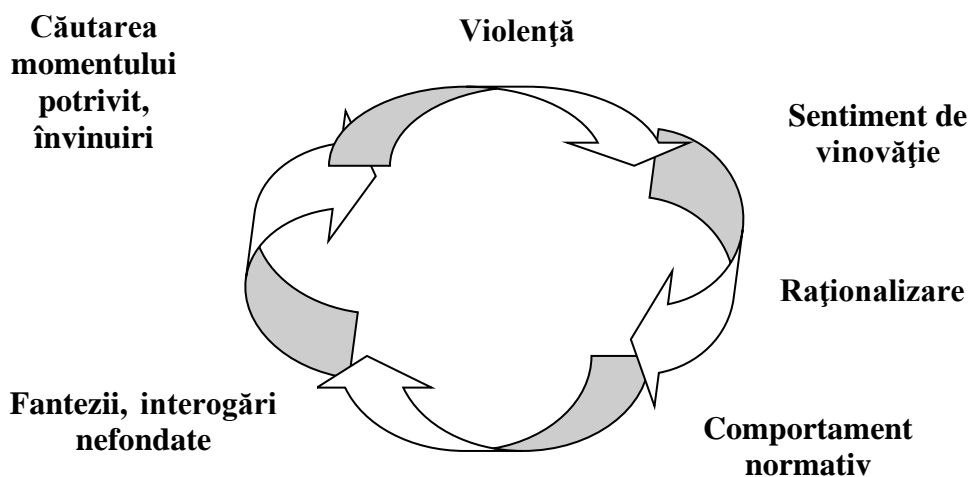
#### **Activitatea nr. 4. Emoțiile trăite în ciclul violenței**

**Scop:** informarea participanților despre emoțiile abuzatorilor și ale victimelor din cercul violenței.

**Materiale necesare:** flipchart și carioci.

**Durata:** 10 min.

**Desfășurarea activității:** psihologul va descrie schema de mai jos, menționând despre momentele în care apar sentimentele de vinovăție și de ce uneori victimele recurg la raționalizare ori la acceptarea ulterioarelor situații abuzive. Repetarea abuzului are loc din mai multe cauze, iar stoparea lui este un proces îndelungat pentru că atât victima, cât și abuzatorul trebuie să treacă printr-un program îndelungat de terapie de grup și de consiliere individuală, pentru a învăța strategii noi de soluționare a problemelor /conflictelor apărute în cadrul situațiilor din familii.



**Fig. 4. Emoțiile persoanelor implicate în conflict/abuz**

**Activitatea nr. 5. Tema pentru acasă „Emoțiile mele în situațiile abuzive în copilărie”**

**Scop:** descrierea emoțiilor trăite în timpul abuzului din copilărie.

**Materiale necesare:** agendă proprie.

**Durata:** o săptămână.

**Desfășurarea activității:** analizarea situațiilor descrise în agenda de data trecută și descrierea emoțiilor trăite de către persoanele implicate în timpul abuzului din copilărie.

**Activitatea nr. 6. „Ritualul pietrei ”**

**Scop:** exprimarea emoțiilor, a gândurilor și a constatărilor privitor la ședința de astăzi sau a temerilor pe care participanții le-au depășit în cadrul ședinței.

**Durata:** 15 minute.

**Desfășurarea activității:** la fiecare ședință este utilizată câte o piatră care este transmisă de la un participant la altul. Piatra este aleasă în funcție de etapa programului de intervenție psihologică. Piatra de astăzi va fi cu ascuțituri pentru a accentua că familiile în societate sunt diverse și probleme lor – la fel.

**ȘEDINȚA nr. 7 (1 oră 40 min)**

**Activitatea nr. 1. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** expunerea opiniei cu privire la săptămâna care a trecut (de la ultima întrevedere) și care sunt așteptările/dorințele pentru ședința de astăzi.

**Durata:** 15 min.

**Desfășurarea activității:** la fiecare ședință este utilizată câte o piatră care este transmisă de la un participant la altul. Astăzi va fi utilizată o piatră necioplită, cu multe ascuțisuri. Această piatră a fost aleasă special pentru a evidenția unicitatea ei.

### **Activitatea nr. 2. Verificarea temei pentru acasă „Emoțiile personale în situațiile abuzive din copilărie”**

**Scop:** examinarea temei pentru acasă. Evidențierea dificultăților la realizarea acesteia.

**Materiale necesare:** agendă personală.

**Durata:** 10 min.

**Desfășurarea activității:** participanții sunt rugați să-și expună părerea referitor la dificultățile întâlnite la realizarea temei pentru acasă și care au fost emoțiile trăite. Doritorii sunt încurajați să prezinte grupului emoțiile unuia dintre participanții la situațiile de abuz.

### **Activitatea nr. 3 „Dansul în perechi”**

**Scop:** identificarea legăturii emoționale dintre parteneri.

**Materiale necesare:** opt șireturi/panglici de un metru, muzică diversă.

**Durata:** 20 de min.

**Desfășurarea activității:** participanții se numără de la 1 la 8 și formează grupuri a câte două persoane (1 cu 1, 2 cu 2). Fiecare pereche primește câte un șiret care este legat de piciorul drept al participanților. La conectarea muzicii, participanții trebuie să înceapă a dansa. La început, ritmul muzicii este lent, apoi se dansează vals, după care muzica va avea un ritm mai rapid. Se poate întâmpla ca unele grupuri să nu se oprească sau să danseze prea pasiv, totuși, trebuie de menționat faptul că regulile ar trebui să fie respectate. La finalul jocului, se discută despre ce au simțit și cât de greu le-a fost să danseze cu o persoană mai puțin cunoscută pentru a reuși să păstreze tempoul.

### **Debrifingul**

### **Activitatea nr. 4. Activitatea psihoeducațională privitor la etapa de formare a cuplurilor**

**Scopul:** informarea participanților despre aspectele care influențează formarea cuplurilor (căsătorie, concubinaj).

**Materiale necesare:** flipchart, markere.

**Durata:** 30 de min.

**Desfășurarea activității:** se va prezenta etapa din „ciclul vieții de familie”, concept introdus de Duvall (1962), apoi preluat de Haley. Formatorul va releva că formarea unei familii depinde de:

- ✓ experiențele personale din trecut și de comportamentele preluate de la părinți;
- ✓ exemplele de relații existente în cadrul familiei de origine;
- ✓ experiențele de inițiere a relațiilor și a relațiilor premaritale, începând cu cele din adolescență și până la partenerul cu care persoana construiește familia;
- ✓ identificarea modului de curtare și implicare în relație;
- ✓ atingerea independenței emoționale și materiale;
- ✓ ocuparea statutului social corespunzător vârstei;
- ✓ dezvoltarea priceperilor de curtare și de atragere a partenerilor;
- ✓ alegerea partenerilor și motivarea lor;
- ✓ apariția problemei de căsătorie și de organizare a vieții de familie.

**Activitatea nr. 5. Tema pentru acasă „Punctele forte și slabe ale mele și ale partenerilor de viață”**

**Scop:** identificarea atuurilor propriului comportament și al partenerilor.

**Materiale necesare:** agendă proprie.

**Durata:** o săptămână.

**Desfășurarea activității:** descrierea momentelor (în agendă) bazate pe emoții pozitive/negative la formarea propriei familii. Dacă persoanele nu sunt căsătorite, atunci vor scrie despre relațiile din prezent. Fiecare participant trebuie să nominalizeze care sunt punctele forte și slabe personale și ale partenerilor, modul în care au format relația cu partenerul din propria familie sau cu cei cu care au fost anterior în relații.

**Debrifing**

**Activitatea nr. 6. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** exprimarea emoțiilor, a gândurilor și a constatărilor privitor la ședința de astăzi sau a temerilor pe care le-au depășit participanții în cadrul ședinței.

**Durata:** 15 min.

**Desfășurarea activității:** la fiecare ședință este utilizată câte o piatră care este transmisă de la un participant la altul. Piatra este aleasă în funcție de etapa programului de intervenție psihologică. Piatra de astăzi va fi cu ascuțituri pentru a accentua că familiile în societate sunt diverse, iar probleme lor – la fel.

**ȘEDINȚA nr. 8 (1 oră 40 min)**

**Activitatea nr. 1. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** expunerea opiniei despre cum a trecut săptămâna (de la ultima întrevvedere) și care sunt așteptările/dorințele pentru ședința de astăzi.

**Materiale necesare:** o piatră cu diverse forme.

**Durata:** 15 min.

**Desfășurarea activității:** la fiecare ședință este utilizată câte o piatră care este transmisă de la un participant la altul. Piatra este aleasă în funcție de etapa programului de intervenție psihologică. Astăzi va fi utilizată o piatră necioplită, cu multe ascuțisuri.

**Activitatea nr. 2. Verificarea temei pentru acasă „Punctele forte și slabe ale mele și ale partenerilor de viață”**

**Scop:** examinarea temei pentru acasă. Evidențierea dificultăților la realizarea acesteia.

**Materiale necesare:** agendă personală.

**Durata:** 10 min.

**Desfășurarea activității:** participanții sunt rugați să-și expună părerea referitor la dificultățile întâlnite la realizarea temei de acasă și care au fost emoțiile trăite. Doritorii sunt încurajați să prezinte care sunt constatările personale ce țin de etapa de formare a propriei familii și care au fost circumstanțele, ce anume i-a provocat.

**Activitatea nr. 3. Autocunoașterea** [227, p, 39-43].

**Scop:** autocunoașterea personală și a realității în care participanții trăiesc.

**Materiale necesare:** foi A4 și pixuri.

**Durata:** 25-30 min.

**Desfășurarea activității:** participanții vor lua o foaie A4 și vor răspunde la următoarele întrebări:

- Ce simți în relația cu partenerul (partenerii) pe care l-ai avut?
- Ce îți plăcea în acea relație?
- Care aspecte importante au lăsat amprenta asupra dezvoltării personale? Acea relație sau relația din prezent?
- Care sunt rănilile tale care te-au făcut vulnerabilă și care sunt punctele forte ale persoanei tale datorită implicării în această relație?
- Ce îți dorești cu adevărat să faci pentru partenerul tău?
- Ce ai face tu, dacă nu ți-ar fi teamă?
- Care sunt emoțiile și gândurile toxice față de tine și față de partenerul tău, la moment sau în trecut?

După completarea fișei, participanții se împart în grupuri a câte două persoane și ascultă răspunsul partenerului. Ideea de bază a activității este ca participanții să conștientizeze faptul că pot exista relații toxice, în care poate continua abuzul sau, din contra, relații care te motivează și te ajută să te dezvolți.

**Activitatea nr 4. „Oglinda”**

**Scop:** înțelegerea realității și analizarea de către participanți a propriilor puncte forte sau a celor negative, despre care, posibil, au auzit în copilărie. Dezvoltarea încrederii în sine.

**Materiale necesare:** opt suporturi de oglinzi pe ambele părți

**Timp:** 30 de min.

**Desfășurarea activității:** fiecare participant spune cinci idei despre sine, privind în oglinda care reflectă imaginea sa. Celălalt participant aude atent ce a spus colegul despre sine și reacționează în două moduri:

1. Dacă primul participant a vorbit în mod negativ despre sine, atunci colegul trebuie să găsească ceva pozitiv și să îi ofere un feedback. Spre exemplu, primul participant a spus că este urât, al doilea participant poate spune că colegul are o privire pătrunzătoare.

2. Dacă primul participant a spus ceva pozitiv despre sine, atunci colegul afirmă cele spuse și adaugă, la fel, o descriere pozitivă. Spre exemplu, afirmă că este de acord cu cele spuse și „mai observ că tu ești sinceră, veselă etc.”

Ulterior, participanții se schimbă cu rolul. În cazul în care participantul a menționat trei lucruri negative despre sine, este necesar ca formatorul să-l motiveze să își găsească cel puțin două calități.

**Debrifarea:** Participanții discută despre cum s-au simțit atunci când și-au expus părerea despre sine și cum a fost să audă că, pe lângă trăsăturile negative, fiecare persoană are și calități. De asemenea, participanții vor vorbi despre reacțiile lor atunci când colegii au menționat despre trăsăturile lor pozitive. Formatorul afirmă că: „Din păcate, mulți dintre noi am auzit în copilărie vorbindu-se despre trăsăturile negative, fără a fi pus accent pe părțile noastre forte.”

#### **Activitatea nr. 5. Tema pentru acasă „Părerea altora despre mine”**

**Scop:** evaluarea părerii altora despre sine și acceptarea trăsăturilor pozitive și negative ale propriei persoane.

**Materiale necesare:** agendă proprie.

**Durata:** o săptămână.

**Desfășurarea activității:** participanții, timp de o săptămână, vor discuta cu cel puțin 10 persoane din mediul lor de trai (cu trei persoane cu care contactează zilnic cel mai des, la moment, cu alte trei persoane cu care au contactat în trecut, iar astăzi mai puțin și cu trei persoane cu care nu au contactat de cel puțin 1-2 ani, plus partenerul sau un părinte de care este mai apropiat). În discuția cu aceste persoane trebuie să afle trei trăsături pozitive care le apreciază la persoana dată, trei calități care i-au ajutat să își creeze o impresie încă de la prima întâlnire și trei recomandări despre ce ar trebui să dezvolte pe viitor la sine. Notarea acestor calități în agenda proprie îi va ajuta să își evalueze imaginea pe care o creează participantul în relația cu alții și să adauge în lista propriilor calități pe cele pe care nu le observă la propria persoană. Se recomandă ca discuția să

fie desfășurată cu prezența fizică a persoanei pentru a observa și aspectele comunicării nonverbale ale participanților.

#### **Activitatea nr.6. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** exprimarea emoțiilor, a gândurilor și a constatărilor privitor la ședința de astăzi sau a temerilor pe care le-au depășit participanții în cadrul ședinței.

**Materiale necesare:**

**Durata:** 15 min.

**Desfășurarea activității:** piatra este utilizată în funcție de etapa programului de intervenție psihologică. Piatra de astăzi va fi cu ascuțisuri pentru a accentua că familiile în societate sunt diverse și probleme lor – la fel.

### **ȘEDINȚA nr. 9 (1 oră 40 min)**

#### **Activitatea nr. 1. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** expunerea opiniei cu privire la cum a trecut săptămâna (de la ultima întrevvedere) și care sunt așteptările/dorințele pentru ședința de astăzi.

**Durata:** 15 min.

**Desfășurarea activității:** la fiecare ședință este utilizată câte o piatră care este transmisă de la un participant la altul. Piatra este aleasă în funcție de etapa programului de intervenție psihologică. Astăzi vor fi utilizate două pietre: una cu multe ascuțisuri și necioplită ori grea, iar alta – cu o formă rotundă și multicoloră, plăcută la atingere (o bilă). Alegerea pietrelor este realizată în mod special, pentru a evidenția cât de mult oamenii au tendința de a idolatriza unele momente din viață și de a le nega pe celelalte. Participanții vor discuta despre săptămâna care a trecut, prin prisma pietrelor respective (evidențind aspectele bune și cele mai rele).

#### **Activitatea nr. 2. Verificarea temei pentru acasă „Părerea altora despre mine”**

**Scop:** examinarea temei pentru acasă. Evidențierea dificultăților la realizarea acesteia.

**Materiale necesare:** agendă personală.

**Durata:** 10 min.

**Desfășurarea activității:** participanții sunt rugați să-și expună părerea referitor la dificultățile întâlnite la realizarea temei pentru acasă și care au fost emoțiilor trăite. Doritorii sunt încurajați să prezinte constatările personale care țin de calitățile noi despre care au aflat de la alte persoane și care au fost reacțiile lor atunci când au fost întrebați, în mod direct, despre calitățile pe care le-au apreciat la ceilalți participanți.

#### **Activitatea nr 3. „Ghiocelul”**

**Scop:** Conștientizarea presiunilor din copilărie și influența acestora până la maturitate.

**Materiale necesare:** agendă personală.

**Durata:** 15 min.

**Desfășurarea activității:** participanții sunt repartizați în grupuri a câte două persoane, la libera alegere. Cei cu numărul 1 vor fi *ghioceful* (se va așeza în pirostria, cu capul plecat, iar mâinile vor fi strânse la piept, vor sta în poziția bebelușului în burtă, sau își vor cuprinde picioarele pentru a-și menține echilibrul, în cazul persoanelor cu exces ponderal). Participantul cu numărul 2 va trece în spatele persoanei cu numărul 1 și-i va atinge umărul. Psihologul va vorbi despre poziția embrion a copilului. Va ghida povestind despre schimbările din burtă și cum este să fii protejat de burta mamei sau, din contra, cum aceasta îi presează dacă are multe griji.

Participanții cu numărul 2 îi vor legăna pe cei cu numărul 1 și le vor crea o stare de confort. Ulterior, psihologul le va spune că acum acest copil se transformă într-un ghioceful care stă ascuns sub zăpadă și că atunci când vine primăvara el va trebui să se ridice și să crească încet. Drept urmare, participantul nr 1 trebuie să încerce să se ridice, însă participantul cu nr. 2 îl va apăsa cu forță pe umeri, nepermițându-i să se ridice. Psihologul anunță că vine primăvara și că toți ghioceii trebuie să iasă la suprafață. Astfel, se va urmări care sunt strategiile pe care le aplică participanții pentru ca să scape de presiunea primită de cel din spatele lui. Jocul se finalizează atunci când toți ghioceii s-au ridicat și stau aplecați cu fața în jos. Apoi se schimbă rolurile și nr. 2 este ghioceful. Schimbarea se face în tăcere. După ce s-a sfârșit jocul, fiecare va scrie pe foaie, timp de 3 min., tot ce a simțit. Apoi se va discuta în grupul mare.

**Debrifarea:** participanții vor povesti cum s-au simțit în rolul de ghioceful, dar și în rolul persoanei care a pus presiune pe alții. Fiecare participant va explica care a fost strategia lui de a scăpa de presiune și dacă o astfel de metodă îi ajută în viața cotidiană.

#### **Activitatea nr. 4. Activitate de psihoeucație. Rolul părinților în creșterea copiilor**

**Scop:** informarea participanților cu privire la rolul părinților în educația copiilor și care sunt cauzele apariției problemelor părinților în relația cu copii.

**Materiale necesare:** tablă flipchart, markere.

**Durata:** 30 de min.

**Desfășurarea activității:** participanții vor fi informați despre cum au loc schimbările în cuplu atunci când partenerii se gândesc și planifică nașterea unui copil sau a mai multor copii:

- Influența hotarelor și granițelor interne stabilite în cadrul cuplului, dar și a granițelor externe (rude, prieteni, colegi, părinți etc);
- Problemele de apropiere și depărtare care apar în relația dintre soți;
- Prezența hotarelor interioare prea mari care distanțează și îndepărtează soții sau a hotarelor interioare apropiate (contopirea) și aspectele defavorizate în cadrul unei astfel de relații maritale;
- Riscurile unor granițe exterioare prea rigide sau care sunt permise din partea părinților, a rudelor, a prietenilor etc.;



- Apariția unui al treilea membru în familie și tendința de triangulare o dată cu nașterea;
- Perioada de criză la bărbați și depresia postnatală la femei;
- Schimbările ce țin de aspectul exterior al femeilor. Suprasolicitarea soțului – din punct de vedere financiar. Implicarea soțului în creșterea copilului și formarea atașamentului patern;
- Relațiile sexuale neregulate;
- Implicarea bunicilor în îngrijirea și creșterea nepoților;
- Interacțiunea dintre bunicii materni și paterni în relația cu cuplul tânăr;
- Dificultățile de autorealizare în cazul părinților și apariția cheltuielilor suplimentare;
- Angajarea mamei în câmpul muncii și consecințele asupra dezvoltării relațiilor de siguranță a copilului și crearea atașamentului copilului față de persoana-resursă;
- Efectele lipsei unei persoane-resurse stabile pentru copil;
- Implicarea în mediul social și educațional a copilului de vârstă fragedă și preșcolară.

#### **Activitatea nr. 5. Tema pentru acasă**

**Scop:** reactualizarea evenimentelor din copilărie (din memoria personală) – 0-7 ani și culegerea mai multor informații din partea adulților cu care contactează la moment.

**Materiale necesare:** agendă personală, pix.

**Durata:** o săptămână.

**Desfășurarea activității:** fiecare participant, timp de o săptămână, își va reaminti cum a fost propria copilărie și va scrie în agendă evenimentele despre care își amintește. Din cadrul familiei biologice, participanții vor selecta persoanele mai apropiate și vor căuta mai multe informații despre sine în copilărie. În cazul în care aceste persoane vor fi părinții lor, vor fi întrebate cum au depășit problemele și cum au găsit soluții la situațiile discutate în partea teoretică.

#### **Activitatea nr. 6. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** exprimarea emoțiilor, a gândurilor și a constatărilor privitor la ședința de astăzi sau a temerilor pe care le-au depășit participanții în cadrul ședinței.

**Durata:** 15 min.

**Desfășurarea activității:** participanții se vor referi la un moment care le-a cauzat un disconfort în timpul ședinței, ținând în mână piatra necioplită, cu formă ascuțită. Piatra cu formă rotundă, multicoloră și plăcută la atingere îi va ajuta pe participanți să își expună opinia cu privire la ședința de astăzi.

### **ȘEDINȚA nr. 10 (1 oră 40 min)**

#### **Activitate 1. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** expunerea opiniei cu privire la săptămâna care a trecut, de la ultima întrevvedere și care sunt așteptările/dorințele pentru ședința de astăzi.

**Materialele necesare:** o piatră colorată – pentru a atrage atenția participanților și alta – cu ascuțisuri pentru a evidenția diferențele existente.

**Durata:** 15 minute.

**Desfășurarea activității:** la fiecare ședință este utilizată câte o piatră care este transmisă de la un participant la altul. Piatra este aleasă în funcție de etapa programului de intervenție psihologică. Astăzi vor fi utilizate două pietre: una cu multe ascuțisuri și necioplită (poate fi și una mai grea), alta – rotundă și multicoloră, și plăcută la atingere (o bilă). Alegerea pietrelor a fost realizată special pentru a evidenția că oamenii au tendința de a idealiza unele momente din viață și de a le nega pe altele. Participanții vor vorbi despre săptămâna care a trecut prin prisma pietrelor date (evidențiind aspectele bune și cele mai puțin plăcute).

### **Activitate 2. Verificarea temei pentru acasă**

**Scop:** examinarea temei pentru acasă. Evidențierea dificultăților, dar și a aspectelor pozitive în identificarea informațiilor cu privire la copilărie.

**Materiale necesare:** agendă personală.

**Durata:** 10 min.

**Desfășurarea activității:** Participanții sunt rugați să-și expună părerea referitor la dificultățile întâlnite la realizarea temei pentru acasă și care au fost emoțiile trăite, cum au reacționat persoanele din copilăria lor la acele amintiri sau ce concret i-au povestit părinții despre sine. Doritorii sunt încurajați să relateze informațiile noi, pe care le-au aflat, din timpul copilăriei lor. Această tehnică ajută adulții să poată exprima ceea ce au memorat ei și ce au memorat oamenii dragi din copilăria lor. Paralel, în acest context, se restabilesc uneori relații cu adulții din copilărie acum, când acei copii au devenit adulți.

### **Activitatea nr. 3. Dorințe și necesități**

**Scop:** susținerea participanților pentru evidențierea distincției dintre dorințe și necesități.

**Materiale necesare:** foi adezive, pixuri.

**Durata:** 20 min.

**Desfășurarea activității:** participanții sunt rugați să își imagineze că au posibilitatea de a se întoarce în copilăria lor. Psihologul le spune că, de această dată, copilăria lor va fi una perfectă, iar dorințele lor pot fi îndeplinite. Ulterior, formatorul îi roagă să scrie, timp de 5 min., toate dorințele pe care cei din jur ar trebui să le îndeplinească. După ce au fost scrise, participanții formează grupuri a câte două persoane și citesc, pe rând, dorințele, vorbind despre cum s-au simțit atunci când părinții și-au asumat responsabilitatea de a le îndeplini dorințele. Formatorul roagă participanții să găsească în acea listă dorințele pe care deja copiii lor le cer și cum reușesc să le îndeplinească. Apoi, psihologul solicită participanților să scrie care dintre dorințele enumerate sunt necesități de bază și care sunt dorințele pe care părinții lor le îndeplineau. În lista necesităților se

vor regăsi următoarele: hrană, apă, asistență medicală, educație, locuință, aer curat, iar în lista dorințelor, vor fi celelalte lucruri pe care oamenii pot să le refuze.

**Debrifarea:** participanții discută despre diferențele dintre necesități și dorințe, prioritizarea necesităților și implicarea copiilor și adulților în satisfacerea dorințelor.

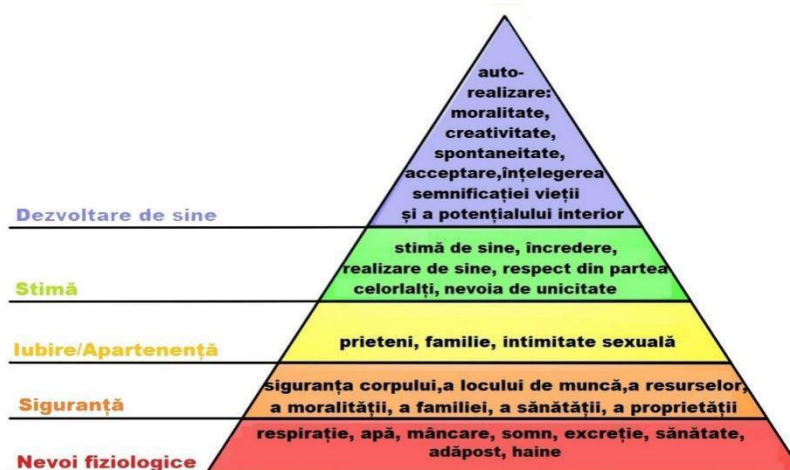
#### **Activitatea nr. 4. Activitate psihoeducațională „Nevoile umane”, după A. Maslow**

**Scop:** cunoașterea tipurilor de nevoi umane și a nivelului de priorizare.

**Materiale necesare:** tabla de flipchart, carioci.

**Durata:** 30 de min.

**Desfășurarea activității:** participanții vor fi informați despre ierarhia nevoilor umane descrise de psihologul umanist, de origine americană, Abraham Maslow. Fiecare participant va primi fișa cu nevoile umane:



**Fig. 5. Necesitățile după A. Maslow [146]**

Psihologul va explica repartizarea nevoilor în formă piramidală: fiziologice – primare, satisfacerea cărora va duce la supraviețuirea persoanei, iar nesatisfacerea lor – la îmbolnăvirea sau decesul persoanei: hrană, apă, aer, somn, sex, temperatură constantă a corpului. Pe nivelul doi se va afla nevoia de siguranță: fizică, psihică, a resurselor, a unui loc de muncă, a prezenței locului de trai (casă, chirie) și a unei familii cu relații armonioase. Lipsa satisfacerii acestor nevoi va duce la formarea sentimentului insecurității psihologice, care influențează puternic dezvoltarea personalității umane (stima de sine, reacțiile emoționale la stres, reziliența, nivelul de maturizare sau dependența la maturitate). Formatorul evidențiază faptul că nesatisfacerea acestor nevoi umane blochează persoana, drept urmare, aceasta nu poate evolua spre vârful piramidei. De aceea, siguranță materială, financiară și psihologică stă la baza blocării victimelor în relația cu abuzatorul, iar blocarea de a rupe aceste relații este motivată de frica de a rămâne fără suport emoțional/psihologic, material și financiar.

Pe a treia treaptă a piramidei este plasată nevoia umană de dragoste și apartenență la diverse grupuri: prietenie, familie, grupuri sociale, relații de intimitate. Uneori, victimele abuzului în familie au tendința de a accepta aceste relații defectuoase, din lipsa siguranței de a fi iubite de o altă persoană sau dacă rup relația cu abuzatorul, atunci sunt gata rapid să stabilească relații apropiate și imediate cu orice persoană numai să nu fie singure mult timp, fie, din contra, evită să inițieze relații cu alte persoane.

La cea de-a patra treaptă a piramidei nevoilor umane este nevoia de stima de sine, care se exprimă prin respectul de sine, apreciere, respectul din partea altor persoane de încredere și competență. În cazul nesatisfacerii acestor nevoi, persoana poate dezvolta un sentiment de inferioritate, iar aceasta duce la axarea pe unele niveluri inferioare de satisfacere a nevoilor: obsesia pentru siguranță, pentru bani sau resurse financiare, refugiul în activitatea profesională etc.

A. Maslow a evidențiat că nevoia superioară este nevoia de autorealizare, moralitate, creativitate, spontaneitate, acceptare, spiritualitate, dezvoltarea propriilor abilități, dorința de a dezvolta nevoile cognitive, de înțelegere și acceptare, care duce la realizarea propriilor talente.

Formatorul menționează despre importanța cunoașterii nevoilor umane, datorită acesteia, persoanele pot să observe la care nivel se află, cum își pot satisface nevoile prezente și cum să crească la următoarea treaptă. Pentru copii de vârstă fragedă, satisfacerea nevoilor umane ține de responsabilitatea și obligația părinților, însă, începând cu vârsta preșcolară, copiii trebuie învățați cum să își satisfacă propriile nevoi, urmând exemplul părinților și al altor persoane-resurse din mediul lor de dezvoltare. La vârsta adultă, satisfacerea nevoilor personale este responsabilitatea personală, adică persoana poate de sine stătător să-și satisfacă propriile nevoi și să își aleagă relațiile avantajoase și stabile din care să învețe și să conștientizeze că propriile resurse sunt necesare pentru supraviețuire.

#### **Activitatea nr. 5. Tema pentru acasă „Persoanele-resursă din copilărie”**

**Scop:** identificarea calităților persoanelor resurse din copilărie (persoanele care le satisfăceau nevoile personale).

**Materiale necesare:** agendă personală.

**Timp:** o săptămână.

**Desfășurarea activității:** participanții, timp de o săptămână, își vor aminti care au fost persoanele resurse din copilărie (un părinte, coleg, prieten, profesor, educator, vecin, rudă) și să descrie care dintre aceste nevoi i le satisfăcea acea persoană. Totodată, participanții sunt rugați să descrie evenimentele, amintirile despre aceste persoane, să caute fotografiile cu ele (fie poze împreună cu aceste persoane, fie separat).

#### **Activitatea nr. 6. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** exprimarea emoțiilor, a gândurilor și a constatărilor privitor la ședința de astăzi sau a temerilor pe care le-au depășit participanții în cadrul ședinței.

**Materiale necesare:** o piatră ascuțită și necioplită și una multicoloră sub formă de bilă.

**Durata:** 15 min.

**Desfășurarea activității:** participanții, utilizând piatra necioplită, cu o formă ascuțită vor discuta despre un moment din timpul ședinței care i-a întristat. Cu ajutorul pietrei rotunde și multicolore, vor relata despre o amintire plăcută din copilărie.

### **ȘEDINȚA nr. 11 (1 oră 40 min)**

#### **Activitate nr. 1. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** expunerea opiniei cu privire la săptămâna care a trecut (de la ultima întrevedere) și așteptările/dorințele pe care la au participanții pentru ședința de astăzi.

**Materiale necesare:** o piatră necioplită și o piatră multicoloră.

**Durata:** 15 minute.

**Desfășurarea activității:** la fiecare ședință este utilizată câte o piatră care este transmisă de la un participant la altul. Piatra este aleasă în funcție de etapa programului de intervenție psihologică. Astăzi vor fi utilizate două pietre: prima – are o formă ascuțită și grea, alta – o formă rotundă și multicoloră, fiind plăcută la atingere (o bilă). Participanții vor relata despre cum a trecut săptămâna, prin prisma pietrelor utilizate (menționând care au fost aspectele bune și cele mai puțin plăcute).

#### **Activitate nr. 2. Verificarea temei pentru acasă „Persoanele-resursă din copilărie”**

**Scop:** examinarea temei pentru acasă. Evidențierea dificultăților și aspectelor pozitive în aflarea informației despre copilărie.

**Materiale necesare:** agendă personală.

**Durata:** 10 min.

**Desfășurarea ședinței:** participanții primesc câte o minge ușoară (din pânză) pe care sunt desenate emoții diverse și vor relata despre tema pentru acasă, alegând una dintre acele emoții. Explicarea temei pentru acasă va începe cu propoziția: „Când eram copil, nu știam că persoana....(numele sau rolul ei în viața copilului) a reușit să influențeze viața mea prin ... (participantul va descrie ce nevoi îi satisfăcea atunci acea persoană). Astăzi îmi ... (lipsește, apreciez, urăsc, lupt cu mine pentru că...) copilăria mi-a fost influențată de așa persoană.

#### **Activitatea nr. 3. „Triunghiurile familiale”**

**Scop:** conștientizarea prezenței relațiilor triangulare, dar și a influenței lor asupra persoanei adulte.

**Materiale necesare:** flipchart, markere, agendă personală.

**Durata:** 20 min.

**Desfășurarea activității:** participanții vor fi repartizați în grupuri a câte trei persoane: o persoană va fi copilul și alți doi vor fi părinții lor. Copilul își va dori ceva foarte mult și va insista ca părinții să îi cumpere sau să îi ofere cadou. Un părinte trebuie să refuze, iar alt părinte trebuie să se gândească (el înțelege că copilul nu are nevoie de acest lucru, însă nu vrea să-l audă plângând și ar fi gata să cedeze). Rolul copilului este să obțină obiectul, iar al adulților – să încerce să refuze copilului.

În timpul jocului, unii copii vor accepta ușor refuzul, alții vor insista, drept urmare, participanții trebuie să spună ce au simțit ei în timpul jocului. Psihologul va explica cum are loc transformarea relațiilor liniare dintre soți într-o relație de triangulare, odată cu nașterea copiilor, și va menționa că lipsa unor reguli comune cauzează conflicte între părinți sau formarea de coaliții.

#### **Activitate nr. 4. Activitate psihoeducațională „Rolurile triangulare în situațiile de abuz”**

**Scop:** informarea participanților despre implicarea inconștientă a persoanelor în relațiile abuzive.

**Materiale necesare:** flipchart, markere, agendă personală

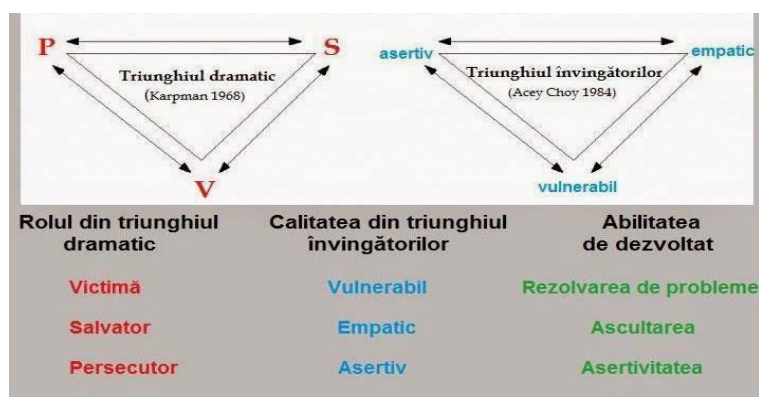
**Desfășurarea activității:** psihologul va relata informația despre „Triunghiul dramatic al lui Karpman” și „Triunghiul învingătorului Acey Choy”.

În cazul în care unul dintre părinți vine dintr-o familie unde a existat abuz, această persoană poate prelua unul dintre rolurile superioare din triunghiul lui Karpman: Persecutor sau Salvator. Și astfel, multe dintre femeile abuzate în copilărie acceptă abuzul drept mod de viață, conform teoriei lui Stephen Karpman „Triunghiul dramatic al lui Karpman”. Din motiv că nu se intervine pentru a opri abuzul față de copiii sau față de ele înseși, aceste femei preiau matricea de relaționare în cheie manipulative, utilizată de majoritatea persoanelor, pentru a-și satisface, într-o manieră disfuncțională, diverse nevoi, asumându-și, pe rând, cele trei „roluri” din triunghiul dramatic: *Victimă, Salvator, Persecutor*. *Persecutorul* este persoana care are rolul să își pună pe prim-plan nevoile personale și ignorează nevoile și emoțiile altor persoane. El foarte des critică, pedepsește în mod agresiv persoanele din mediul familial, fie din frica de a nu deveni victimă, fie că a fost mult timp persecutat în timpul copilăriei.

*Salvatorul* are tendința de a oferi ajutor mereu, chiar și atunci când nu îi este solicitat ajutorul. Din cauză că el se impune cu propriile resurse și nu lasă persoanele din jurul său să apeleze și să își dezvolte propriile resurse, salvatorul se poziționează pe o treaptă superioară. În așa mod, el își satisface poziția de superioritate și se simte necesar și apreciat. Scopul comportamentului acestei persoane este de a ascunde frica de a nu fi văzut sau apreciat de alții.

*Victima* are un comportament ambivalent, se află într-o poziție de inferioritate, deoarece, pe de o parte, așteaptă ca persecutorul să o pedepsească, în așa mod se convinge că nu este bună, iar, pe de altă parte, caută mereu un salvator care să-i satisfacă nevoia de a fi dirijată.

Formatorul menționează că aceste trei roluri sunt inconștiente și „ne satisfac nevoia de recunoaștere interactivă, stimulându-ne afectiv și dându-ne senzația de viață”. Pentru ca persoanele să iasă din triunghiul dramatic, este nevoie să învețe care sunt abilitățile de recunoaștere a vulnerabilității, de a dezvolta empatia și comunicarea asertivă. Iar pentru a trece la triunghiul învingătorului, persoana trebuie să rezolve problemele ce țin de traumele psihologice din trecut, să învețe instrumentele de gestionare a provocărilor vieții, să își asume responsabilitatea pentru relațiile în care se implică și să conștientizeze care este propria sa contribuție în cadrul relației.



**Fig. 6. Triunghiul dramatic și triunghiul învingătorului**

### Activitatea nr. 5. Tema pentru acasă „Salvator, victimă, persecutor”

**Scop:** identificarea rolurilor personale la satisfacerea nevoilor copiilor sau ale altor persoane din mediul lor zilnic.

**Materiale necesare:** agendă personală.

**Timp:** o săptămână.

**Desfășurarea activității:** participanții, timp de o săptămână, vor urmări relațiile lor cu alte persoane și vor încerca să evalueze zilnic în ce roluri se află mai des: persecutor, victimă sau salvator. Psihologul îi roagă să scrie cum se simt în aceste roluri și să înțeleagă care este reacția celor din jur dacă își schimbă comportamentul.

### Activitatea nr. 6. „Ritualul pietrei”

**Scop:** exprimarea emoțiilor, a gândurilor și a constatărilor privitor la ședința de astăzi sau a temerilor pe care participanții le-au depășit în cadrul ședinței.

**Materiale necesare:** o piatră de diverse culori.

**Durata:** 15 min.

**Desfășurarea activității:** participanții, utilizând piatra necioplită, care are o formă ascuțită, vor discuta despre un moment din timpul ședinței, care i-a întristat, iar cu piatra multicoloră, de formă rotundă vor relata despre o amintire plăcută din copilărie.

### ȘEDINȚA nr. 12 (1 oră 40 min)

#### **Activitatea nr. 1. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** expunerea opiniei despre cum a trecut săptămâna (de la ultima întrevvedere) și care sunt așteptările/dorințele participanților pentru ședința de astăzi.

**Materiale necesare:** pietre cu diverse forme.

**Durata:** 15 minute.

**Desfășurarea activității:** la fiecare ședință este utilizată câte o piatră care este transmisă de la un participant la altul și fiecare își exprimă emoțiile și trăirile pe care le-a avut timp de o săptămână. Astăzi va fi utilizată o piatră grea, cu o formă ascuțită. Participanții vor vorbi despre cum a fost săptămâna, prin prisma trăirilor pe care le-au avut timp de o săptămână.

#### **Activitatea nr. 2. Verificarea temei pentru acasă „Salvator, victimă, persecutor”**

**Scop:** examinarea temei de acasă. Evidențierea dificultăților personale în ceea ce privește rolurile din triunghiul dramatic al lui Karpman care au fost utilizate cel mai des în viața de zi cu zi și care au fost efectele asupra propriei persoane.

**Materiale necesare:** agendă personală.

**Durata:** 10 min.

**Desfășurarea activității:** participanții vor povesti cum s-au simțit și care au fost reacțiile lor atunci când conștientizau că sunt într-un rol din triunghiul dramatic și care au fost reacțiile altor persoane atunci când ei încercau să își schimbe comportamentul.

#### **Activitatea nr. 3. „Orbul”**

**Scop:** asumarea rolului de a fi condus de către alte persoane și de a conduce alte persoane. Dezvoltarea încrederii în alte persoane și asumarea responsabilității pentru siguranța persoanei pe care o va conduce.

**Materiale necesare:** lucruri din odaie și opt panglici care vor fi folosite pentru a lega ochii participanților.

**Durata:** 25 de min.

**Desfășurarea activității:** participanții vor fi repartizați în grupuri a câte două persoane, o persoană din această pereche va fi *orb* – legat la ochi cu o panglică în așa mod ca să nu vadă nimic în jur. Altul va avea rolul de *conducător* și va trebui să ghideze orbul. În calea lor, vor fi puse multe obstacole. Conducătorul nu are dreptul să vorbească nimic, doar să-l ghideze prin atingeri sau prin direcționarea părților corpului. În cadrul acestui joc, persoanele vor prelua, pe rând, rolul de persoană vulnerabilă și rolul de salvator/persecutor.



#### **Activitatea nr. 4. „Vizualizarea mamei și a istoriei ei” [188]**

**Scop:** vindecarea relației cu mama prin explorarea lumii interioare.

**Materiale necesare:** mesajul scris de psiholog care va fi citit pentru participanți, pixuri și agendă personală

**Durata:** 30 de min.

**Desfășurarea activității:** participanților li se va citi mesajul de mai jos, iar ei trebuie să își imagineze cele auzite și să-și simtă propriul corp. Mesajul transmis este:

„Imaginează-ți că mama stă în picioare în fața ta, la câțiva pași distanță. Îndreaptă-ți atenția spre interiorul tău, spre corp. Ce senzații ai? Acum imaginează-ți că ea face trei pași mari și se oprește foarte aproape de tine, la câțiva centimetri de corpul tău. Ce se întâmplă fizic, înăuntrul tău? Corpul tău se deschide, se încordează sau vrea să se îndepărteze? Dacă răspunsul este că trupul se încordează sau vrea să se îndepărteze, este important să înțelegi că efortul de a te deschide este acum responsabilitatea ta, și nu a mamei.

Acum vom lărgi perspectiva: imaginează-ți-o pe mama ta în picioare, la câțiva pași de tine. De data aceasta, închipuie-ți că ești înconjurată de toate evenimentele traumatice prin care a trecut. Chiar dacă nu știi cu exactitate ce i s-a întâmplat, ai măcar o idee despre istoria ei familială și despre cât trebuie să fi suferit ea la timpul ei. Așteaptă puțin ca să poți intra cu adevărat în contact cu ceea ce trebuie să fi simțit ea.

- Închide ochii.
- Reamintește-ți toate poveștile din istoria familială a mamei tale și lasă toate tragediile pe care le știi să-ți vină în minte.
- Închipuie-ți-o pe mama ta atunci când era tânără, copil mic și chiar în burta mamei sale, încordându-se în fața valurilor de pierderi, încercând să se protejeze de atacurile de durere.
- Ce simte corpul tău pe măsură ce percepi ceea ce trebuie să fi simțit ea? Ce senzații ai tu și unde apar ele în corpul tău?
- Poți simți sau îți poți imagina cum trebuie să fi fost pentru ea?
- Spune-i în sufletul tău: „Mamă, înțeleg”. Chiar dacă nu înțelegi pe de-a-ntregul, repetă cuvintele. „Mamă înțeleg”. Gândește-te și spune în continuare următoarele cuvinte: „Mamă, voi încerca să primesc iubirea ta așa cum este ea, fără să o judec și fără să mă aștept să fie altfel!”
- Ce simți când spui aceste cuvinte?
- Ce se întâmplă în corpul tău când îi adresezi aceste cuvinte?
- Este vreun loc din corpul tău care se destinde, care simți cum se deschide sau cum se înmoaie?

În concluzie, relațiile foarte apropiate cu părinții măresc gradul de confort și de susținere pe care îl simțim pe parcursul vieții, iar aceasta ne dezvoltă capacitatea de a întări sentimentul de securitate psihologică pe care îl trăim în situații de criză și corelează cu un nivel de sănătate”.

**Activitatea nr. 5. Tema pentru acasă „Mama și relația cu ea”**

**Scop:** conștientizarea relației cu mama și sesizarea schimbărilor care au loc în propriul corp.

**Materiale:** agendă personală.

**Timp:** o săptămână.

**Desfășurarea:** participanții, timp de o săptămână, vor exersa aceeași activitate și vor scrie care sunt momentele diferite, după mai multe exersări.

**Activitatea nr. 6. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** exprimarea emoțiilor, a gândurilor și a constatărilor privitor la ședința de astăzi sau a temerilor pe care le-au depășit participanții în cadrul ședinței.

**Durata:** 15 minute.

**Desfășurarea:** participanții vor utiliza piatra necioplită, de formă ascuțită și vor spune care a fost acel moment din cadrul ședinței când s-au simțit într-un mod deosebit sau le-a amintit de unele momente neplăcute din viața personală. Totodată, ei vor vorbi despre ce au conștientizat în timpul ședinței.

**ȘEDINȚA nr. 13 (1 oră 40 min)**

**Activitatea nr. 1. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** expunerea opiniei cu privire la săptămâna care a trecut, de la ultima întrevvedere și care sunt așteptările/dorințele participanților pentru ședința de astăzi.

**Durata:** 15 minute.

**Desfășurarea:** la fiecare ședință este utilizată câte o piatră care este transmisă de la un participant la altul. Piatra este aleasă în funcție de etapa programului de intervenție psihologică. Astăzi va fi utilizată o piatră grea, cu o formă ascuțită. Participanții vor vorbi despre cum a fost săptămâna, prin prisma trăirilor pe care le-au avut în acest timp.

**Activitatea nr. 2. Tema pentru acasă „Mama și relația cu ea”**

**Scop:** examinarea temei pentru acasă. Evidențierea dificultăților personale în ceea ce privește senzațiile corporale care apar odată cu vizualizarea chipului mamei.

**Materiale:** agendă personală.

**Durata:** 10 min.

**Desfășurarea:** participanții vor relata cum s-au simțit și care le-au fost reacțiile corporale atunci când vizualizau figura mamei și ce sentimente sau emoții au trăit în acele clipe. Unii dintre

participanți ar putea relata despre ce a fost diferit, în comparație cu realizarea pentru prima dată a acestei activități.

### **Activitatea nr. 3. „Picturile lui Raffaello Sanzio”**

**Scopul:** amintirea unor episoade din copilărie (evenimente pozitive sau negative, la alegere).

**Materiale:** agendă personală.

**Durata:** 30 de min.

**Desfășurarea:** participanții vor analiza picturile lui Raffaello Sanzio, pictorul Epocii Renașterii. Analizând figurile, vor simți care sunt grijile și emoțiile mamelor din aceste picturi, apoi își vor aminti despre unele fotografii personale, în care sunt cu părinții, pe când erau bebeluși sau copii mici, și în care cineva din persoanele apropiate îi ținea cu drag în brațe. De asemenea, pot fi amintite și poze în care erau prezente și alte persoane. După aceea, formatorul roagă un voluntar să-și găsească persoane, din sală, care vor prelua rolul părinților și rolul lui. Acestea sunt aranjate, ca într-o poză imaginară, și li se spune care și ce rol va avea. Persoana a cărei poză imaginară va fi prelucrată va spune puțin despre acea amintire și cum se simțea atunci când era copil. Psihologul îi va adresa următoarele întrebări, pentru a o ajuta să relateze despre propriile sentimente sau nevoi:

- Ai simțit că părinții tăi îți oferă încredere sau nu?
- Te-ai simțit nevoit să lupți pentru a fi luat în seamă sau pentru ca să-ți răspundă la nevoile tale?
- Îți poți aminti un eveniment când îți doreai ca unul dintre părinți să fie alături de tine? Cum îi cereai atunci acest lucru? Poți să-i ceri acum părintelui să facă acest lucru pentru tine?
- Simți că ai nevoie să te apropii de cineva dintre părinții tăi acum, când ai nevoie cu adevărat de ei?
- Ce ar trebui să facă/spună părinții ca să-ți dea senzația că ești iubit, apreciat și să îi simți accesibili și receptivi?
- Când te simțeau singur în familie cum le spuneai aceasta părinților tăi?
- În relațiile actuale, când te simți detașat, cum îți exprimi grijile, ce faci ca partenerul să se conecteze cu tine?

La final, persoanele vor mulțumi pentru implicare și dacă își vor dori să li se satisfacă nevoia de îmbrățișare, o vor cere de la cei care au jucat rolurile părinților. Psihologul va concluziona cu spusele lui David Chamberlain, psiholog: „Intimitatea și prietenia autentică par a fi de neatins”. Eșecul restabilirii legăturii poate crea o inexplicabilă lipsă de apropiere, care aruncă o umbră asupra relațiilor de zi cu zi [187].

#### **Activitatea nr. 4. „Nevoile unei persoane pentru a fi fericită”**

**Scop:** cunoașterea și conștientizarea nevoilor unui copil pentru a fi fericit.

**Materiale:** agendă personală și pixuri.

**Timp:** 30 de min.

**Desfășurarea:** psihologul va enunța care sunt nevoile esențiale ale copiilor pentru dezvoltarea atașamentului și pentru construirea unei relații sănătoase cu persoanele din jur. Totodată, va face referire la faptul că, în fiecare persoană, există trei roluri inconștiente, care sunt trăite în paralel: rolul copilului, al adultului și cel al părintelui. Uneori, este foarte dificil de a sesiza care dintre aceste roluri este predominant. Un copil are nevoie de relații apropiate, stabile, de a fi protejat fizic, de a avea siguranță și stabilitate psihoemoțională, are nevoie de condiții adecvate de trai, ca să se adapteze la nivelul de dezvoltare în relația cu semenii, să aibă limite dirijate de adult, să învețe să-și stabilească limite, are nevoie de o viață cotidiană structurată, dar și de responsabilități adecvate nivelului său de dezvoltare, de experiențe pozitive și de sprijin din partea adulților din jur. Un adult are nevoie de a lua decizii, de a-și asuma responsabilități și de a prevedea riscurile propriului comportament. Un părinte oferă grijă, protecție și sprijin unei persoane mai slabe (copiilor) și o susține în perioade dificile.

Părinții, cărora nu li s-au satisfăcut în copilărie aceste nevoi de bază, la maturitate, deseori, caută persoane care să le satisfacă aceste nevoi, dar singuri nu pot oferi copiilor satisfacerea acestor nevoi.

Apoi, formatorul le va cere participanților să-și scrie propria listă de nevoi pentru a fi fericiți, având drept ghid, următoarele întrebări:

- De ce am nevoie într-o relație?
- Care sunt nevoile neîmplinite în relația prezentă. Cum sau prin ce modalități tind să îmi împlinesc nevoile personale, fără a apela la cineva din exterior sau la partener?
- Cum răspund cel mai des la cererea pe care o am din partea cuiva (partener, copil, coleg) de a-i satisface o nevoie?
- Atunci când, într-o relație, simt o emoție profundă, cu care nevoie este legată această?
- Refuz să mă implic într-o relație sau renunț la anumite relații, dacă nevoile mele nu sunt îndeplinite?
- Pot să comunic persoanelor din jurul meu despre nevoile personale sau aștept să ghicească singure care sunt nevoile mele?
- Sunt capabilă să-mi satisfac nevoile personale și ce fac pentru asta?

După ce scriu răspunsurile la aceste întrebări, participanții vor forma un grup de 2-3 persoane pentru a face un schimb de informații și a afla cum alții își satisfac propriile nevoi.

### **Activitatea nr. 5. Tema pentru acasă „Cum îmi satisfac nevoile”**

**Scop:** conștientizarea relației cu mama și sesizarea schimbărilor care au loc în corpul lor.

**Materiale:** agendă personală.

**Timp:** o săptămână.

**Desfășurarea:** timp de o săptămână, participanții vor încerca să-și satisfacă zilnic câte, cel puțin, o nevoie scrisă anterior și să urmărească cum reacționează organismul lor la satisfacerea acestor nevoi. Dacă la satisfacerea nevoii proprii sunt implicate și alte persoane, atunci participanții trebuie să spună care este nevoia lor și să observe reacțiile persoanelor din jur atunci când le cer să le fie satisfăcute aceste nevoi. Participanții sunt rugați ca, la întâlnirea viitoare, să aducă cu ei 10 fotografii din copilărie.

### **Activitatea nr. 6 „Ritualul pietrei ”**

**Scop:** exprimarea emoțiilor, a gândurilor și a constatărilor privitor la ședința de astăzi sau a temerilor pe care participanții le-au depășit în cadrul ședinței.

**Durata:** 15 min.

**Desfășurarea:** participanții vor utiliza piatra necioplită, cu o formă ascuțită atunci când vor vorbi despre o nevoie personală nesatisfăcută în copilărie, pe care au identificat-o astăzi, și despre cum s-au simțit atunci când au conștientizat acest fapt.

## **ȘEDINȚA nr. 14 (1 oră 40 min)**

### **Activitatea nr. 1. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** expunerea opiniei participanților cu privire la săptămâna care a trecut, de la ultima întrevvedere, și enunțarea așteptărilor/dorințelor pentru ședința de astăzi.

**Durata:** 15 min.

**Desfășurarea:** la fiecare ședință este folosită câte o piatră care este transmisă de la un participant la altul. Piatra este aleasă în funcție de etapa programului de intervenție psihologică. Astăzi va fi utilizată o piatră cu o formă neobișnuită, unică. Participanții vor discuta despre săptămâna care a trecut, prin prisma trăirilor pe care le-au avut.

### **Activitatea nr. 2. Tema pentru acasă „Cum îmi satisfac nevoile”**

**Scop:** examinarea temei pentru acasă. Evidențierea dificultăților personale în ceea ce privește senzațiile corporale atunci când își satisfac o nevoie personală sau când cer altora să li se satisfacă o anumită nevoie.

**Materiale:** agendă personală.

**Durata:** 10 min.

**Desfășurarea:** Participanții vor vorbi despre cum s-au simțit și care le-au fost reacțiile corpului atunci când își satisfăceau propriile necesități sau atunci când rugau alte persoane să le satisfacă propriile nevoi și care erau reacțiile acestor persoane.

### **Activitatea nr. 3 „Poze din copilărie”**

**Scop:** identificarea de resurse și emoții pozitive din copilărie.

**Durata:** 30 de min.

**Materiale:** fotografiile din copilărie.

**Desfășurarea:** participanții vor forma grupuri din două persoane și vor prezenta fotografiile din copilărie, povestind despre persoanele surprinse în fotografie. Cei care ascultă trebuie să observe atent chipul copilului și al adulților din acea fotografie și să își expună opinia cu privire la relația dintre acele persoane. Se recomandă ca opiniile participanților să fie pozitive, ca cel care ascultă să găsească cât mai multe resurse în familia lui – pe care atunci când era copil nu le-a observat.

Ulterior, participanții trebuie să-și noteze opiniile auzite de la colegi, fără a specifica dacă sunt pro sau contra. Există posibilitatea că unii participanți să menționeze care sunt aspectele negative, dar se recomandă de a le opri, pentru a reorienta persoanele să găsească resurse: spre exemplu, vor observa „cât de atent tata o cuprinde pe mama”, „copilul este fericit că este în brațele părintelui” etc.

### **Activitatea nr. 4 „Poveștile dominante și cele alternative”**

**Scop:** observarea punctelor de vedere și eliberarea tensiunii și presiunii emoționale.

**Materiale:** foi A4, pixuri.

**Timp:** 30 de min.

**Desfășurarea:** participanților li se propune să scrie 15 denumiri de capitole pentru viața lor. Ulterior, ei sunt rugați să identifice pentru fiecare capitol câte două subcapitole. Astfel, vor menționa 30 de subcapitole. Din numărul total de subcapitole vor fi identificate două, mai puțin importante, pe care le vor sublinia.

Apoi, participanții vor forma grupuri de două persoane și, timp de 15 min., vor povesti despre unul dintre subcapitolele evidențiate. De fapt, ei vor sublinia subcapitolele care nu au nicio semnificație la moment, dar care au lăsat o amprentă asupra vieții lor. Cel care povestește trebuie să ofere detalii, iar cel care ascultă – să pună cât mai multe întrebări de clarificare. Întrebările trebuie să fie concrete și au scopul de a ajuta persoana să povestească. La final, cel care a ascultat povestea trebuie să găsească o idee nouă pe care o poate propune celui care a povestit. Spre exemplu, participantul povestește despre cum a fost pedepsit de către un părinte și cât de agresiv a fost unul dintre părinți sau cât de autoritar, impunând multe reguli. Cel care ascultă poate spune că acel părinte era implicat în relația cu copilul și nu era indiferent de ce se i se poate întâmpla copilului în viitor, comparativ cu părintele care nu a întreprins nimic.

În acest context, conform principiilor terapiei narative, poveștile alternative prezintă alte resurse sau legături cu persoanele din jur. Întrebările de clarificare ajută participanții să scoată la

iveală detalii importante referitoare la unele situații cărora persoana nu putea să le facă față sau a acționat intens pentru a schimba situația, însă nu acceptă conștient acest fapt.

#### **Activitatea nr. 5. Tema pentru acasă „Poveștile dominante și cele alternative”**

**Scop:** identificarea poveștilor dominate din viața persoanelor apropiate și încercarea de a construi povești alternative (spre exemplu, în relația cu copiii, partenerii, colegii etc.).

**Materiale:** agendă personală.

**Timp:** o săptămână.

**Desfășurarea:** participanții, timp de o săptămână, vor asculta relatările celor din jur și vor încerca să identifice poveștile alternative ale situațiilor povestite. Pentru a le identifica, vor adresa întrebări ca să cunoască cât mai multe detalii și vor încerca să explice punctul lor de vedere.

#### **Activitatea nr. 6. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** exprimarea emoțiilor, a gândurilor și a constatărilor privitor la ședința de astăzi sau a temerilor pe care participanții le-au depășit în cadrul ședinței.

**Durata:** 15 min.

**Desfășurarea:** participanții vor utiliza piatra necioplită, cu o formă ascuțită atunci când vor vorbi despre o altă perspectivă găsită de ei astăzi în poveștile lor dominante.

### **ȘEDINȚA nr. 15 (1 oră 40 min)**

#### **Activitatea nr. 1. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** expunerea opiniei cu privire la săptămâna care a trecut de la ultima întrevvedere și enunțarea așteptărilor/dorințelor pentru ședința de astăzi.

**Durata:** 15 min.

**Desfășurarea:** la fiecare ședință este utilizată câte o piatră care este transmisă de la un participant la altul. Piatra este aleasă în funcție de etapa programului de intervenție psihologică. Astăzi va fi utilizată o piatră cu o formă neobișnuită, unică și una cu o formă ideală. Participanții vor relata cum le-a fost săptămâna, prin prisma trăirilor pe care le-au avut în această perioadă.

#### **Activitatea nr. 2. Tema pentru acasă „Poveștile dominante și cele alternative”**

**Scop:** examinarea temei de acasă. Evidențierea dificultăților personale în ceea ce privește senzațiile corporale atunci când își satisfac o nevoie personală sau cer altora să o satisfacă.

**Materiale:** agendă personală.

**Durata:** 10 min.

**Desfășurarea:** participanții vor povesti cum s-au simțit și care au fost reacțiile lor și ale altor persoane atunci când au adresat întrebări de concretizare. Paralel, își vor expune părerea despre momentele care au fost incomode pentru ei sau pentru cei care ascultau.

#### **Activitatea nr. 3. „Fulgii de zăpadă”**

**Scop:** sesizarea modului de percepere a mesajelor de către alte persoane.

**Materiale:** foi A4

**Durata:** 20 de min.

**Desfășurarea:** membrii grupului sunt repartizați în așa mod încât să nu poată vedea ce fac ceilalți participanți ai grupului. Fiecare are câte o foaie A4 și nu are dreptul să vorbească, dar nici să acorde întrebări. Conducătorul le spune să îndoie foaia și să rupă colțul drept de sus. Apoi sarcina este repetată de 3-5 ori până în momentul în care nu mai pot rupe foaia.

Analizând situația, se pune accent pe faptul că, deși sarcinile au fost la fel pentru toate persoanele, atunci când foaia este desfăcută, rezultatele sunt diferite. Astfel, formatorul face o corelație între faptul că persoanele pot avea aceleași mesaje și intenții, însă strategiile pe care le adoptă în viața de zi cu zi pot da rezultate diferite.

#### **Activitatea nr. 4. „Maria și crocodili”**

**Scop:** analiza diverselor strategii de soluționare a problemelor

**Materiale:** povestea Mariei.

**Durata:** 30 de min

**Desfășurarea:** grupul va fi împărțit în 3 subgrupe și vor avea de citit povestea Mariei. Apoi vor răspunde la întrebările indicate după textul următor:

#### **„Povestea Mariei”**

A fost o dată ca niciodată o fată pe care o chema Maria. Ea era îndrăgostită de un băiat, Mihai, care locuia în alt oraș. Orașul era așezat peste un râu care era plin de crocodili flămânzi. Maria dorea să treacă râul pe un pod ca să ajungă la Mihai. Atunci când a ajuns la pod, a constatat că în urma unui accident, podul s-a rupt. Ea s-a adresat lui Ion, un bărbat din sat, care avea o barcă.

Maria purta o fustă scurtă și o bluză decoltată, fiindcă mergea la întâlnire cu Mihai și voia să fie atrăgătoare. Ion a spus că poate trece râul, dar felul cum a privit-o nu i-a plăcut fetei. Așa că Maria s-a întors în sat și l-a rugat pe un văr de al ei să meargă cu ea. Vărul Andrei a refuzat-o, spunând că nu vrea să se implice în astfel de probleme. Maria a simțit că unica ei opțiune este să treacă râul în barca lui Ion, chiar dacă nu avea încredere în el.

După ce s-a îndepărtat de mal, Ion i-a spus Mariei că nu se poate controla și că vrea să facă sex cu ea. Când Maria a refuzat, el a amenințat-o că o aruncă din barcă, respectiv va fi mâncată de crocodilii, iar dacă va fi „cuminte”, o va duce în siguranță, pe malul celălalt. Mariei îi era frică de crocodili și n-a văzut altă ieșire din situație. Ea nu i-a opus rezistență lui Ion. Acesta a dus-o în siguranță, la mal.

Ajunsă la mal, Maria i-a spus lui Mihai ce i s-a întâmplat. El i-a reproșat că e vinovată din cauza felului provocator în care era îmbrăcată. El a condamnat-o pentru acest fapt și a respins-o. Cu inima frântă, Maria i s-a adresat unui prieten, Petru (cu centură neagră la karate), și i-a povestit



prin ce trecut. Lui Petru i s-a făcut milă de Maria, s-a înfuriat, așa că l-a găsit pe Mihai și l-a snopit în bătaie. Maria s-a bucurat mult că și Mihai a primit răzbunarea ei”.

Psihologul cere participanților să răspundă la următoarele întrebări:

- Câți agresori avem în această situație?
- Cine este victima?
- Din ce cauză Maria a fost violată?
- Cum putea fi evitat abuzul?
- Analizați comportamentul Mariei, al lui Mihai, Ion, Andrei și Petru.

#### **Activitatea nr. 5. Tema pentru acasă „Strategiile alese în situații de conflict”**

**Scop:** identificarea strategiilor alese pentru soluționarea situațiilor de conflict

**Materiale:** agendă personală.

**Timp:** o săptămână.

**Desfășurarea:** Participanții, timp de o săptămână, vor evalua cum ar proceda ei în astfel de situații, atunci când există o situație de conflict sau unele nemulțumiri. Vor descrie ce fac ei personal și cum reacționează alte persoane în raport cu ei.

#### **Activitatea nr. 6. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** exprimarea emoțiilor, a gândurilor și a constatărilor privitor la ședința de astăzi sau a temerilor pe care le-au depășit în cadrul ședinței.

**Durata:** 15 min.

**Desfășurarea:** participanții vor utiliza în timpul ședinței o piatră necioplită, cu forme ascuțite și vor relata despre o realizare nouă.

### **ȘEDINȚA nr. 16 (1 oră 40 min)**

#### **Activitatea nr. 1. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** expunerea opiniei cu privire la săptămâna care a trecut, de la ultima întrevvedere și enunțarea așteptărilor/dorințelor participanților pentru ședința de astăzi.

**Durata:** 15 min.

**Desfășurarea:** la fiecare ședință este utilizată câte o piatră care este transmisă de la un participant la altul. Piatra este aleasă în funcție de etapa programului de intervenție psihologică. Astăzi va fi utilizată o piatră cu o formă neobișnuită și una cu o formă ideală. Participanții vor povesti cum a trecut săptămâna, prin prisma trăirilor pe care le-au avut.

#### **Activitatea nr. 2. Tema pentru acasă „Strategiile alese în situații de conflict”**

**Scop:** abordarea subiectului privind strategiile aplicate în caz de conflict . Participanții vor relata cum procedează ei în astfel de situații de conflict sau de nemulțumire. Vor descrie ce fac și cum reacționează alte persoane în raport cu ei.

#### **Activitatea nr. 3. „Câmpul minat”**

**Scop:** evaluarea strategiei alese pentru a rezolva o situație de conflict.

**Materiale:** foi rebut, mototolite în formă de mingi sau mingi mici.

**Durata:** 15 min.

**Desfășurarea:** participanții, pe rând, vor trece peste un câmp cu multe mine (mingi), însă va fi necesar să fie atenți și să nu calce pe ele. La început, primii participanți vor pași cu pași mari, având ochii deschiși. Ei trebuie să se deplaseze dintr-un capăt al odăii în altul, fără a călca pe mingile care sunt imitațiile minelor explozive. În cazul în care primii doi participanți nu reușesc, regulile vor fi modificate, participanții vor pași cu ochii legați cu o eșarfă și vor fi ghidați de către ceilalți participanți.

În grup vor fi câteva persoane care vor da indicații incorecte, iar câteva – corecte.

La analiza jocului, se va pune accent pe faptul că, în caz de situații complicate sau de reguli foarte stricte, persoanele se blochează și nu pot găsi strategii și soluții alternative.

#### **Activitatea nr. 4 „Ascultarea activă”**

**Scop:** învățarea principiilor unei ascultări active pentru o comunicare eficientă.

**Materiale:** scaunele sunt aranjate în formă de două cercuri, unul în interiorul altuia.

**Țimp:** 20 de min.

**Desfășurarea:** persoanele din cercul interior vor relata o poveste din viața lor. Cei din cercul exterior vor trebui să asculte în mod diferit. Spre exemplu, timp de trei minute vor asculta povestea foarte atent, ulterior, timp de alte trei minute vor întrerupe constant discursul persoanei care povestește, iar în alte trei minute, vor povesti despre problemele lor. La final, participanții vor vorbi despre emoțiile lor și despre cum s-au simțit atunci când nu erau ascultați.

#### **Activitatea nr. 5. Activitatea de psihoeucație „Reguli pentru o ascultare activă”**

Psihologul va vorbi despre regulile unei ascultări active (fie cu copilul, fie cu partenerul), enumerând următoarele condiții:

- Atunci când interlocutorul vorbește, opriți-vă din acțiunile dvs. și atrageți atenția asupra celor spuse.
- Priviți vorbitorul în ochi, oferind un contact vizual și afectiv.
- Poziționați-vă de la egal, așezați-vă în aceeași poziție sau la același nivel, pentru a stabili contactul vizual.
- Permiteți-i vorbitorului să își exprime emoțiile, sentimentele și grijile sale.
- Ascultați vorbitorul atent, încercați să nu-l întrerupeți, uneori, expresia facială și limbajul corpului spun mai multe decât cuvintele.
- Oferiți-i vorbitorului timp suficient să povestească care sunt propriile lui frământări.

- Dacă nu știți cum să mențineți discuția, se recomandă să parafrizați cele spuse de vorbitor (spre exemplu: „Să înțeleg corect, ai vrut să spui că ... ” și se repetă ceea ce a spus persoana). Parafrizarea ajută persoana să concretizeze unele momente și să conștientizeze care sunt propriile emoții.

- Acceptați răspunsurile sincere și oneste ale vorbitorului și mențineți ritmul discuției pentru o înțelegere reciprocă.

#### **Activitatea nr. 5. Tema pentru acasă „Ascultarea activă”**

**Scop:** exersarea ascultării active cu persoanele din mediul lor zilnic.

**Materiale:** agendă personală, pix.

**Timp:** o săptămână.

**Desfășurarea:** participanții, timp de o săptămână, vor exersa ascultarea activă cu persoanele din mediul lor de trai sau de la serviciu. Vor identifica care sunt momentele cel mai complicate pentru ascultarea activă.

#### **Activitatea nr. 6 „Ritualul pietrei”**

**Scop:** exprimarea emoțiilor, a gândurilor și a constatărilor privitor la ședința de astăzi sau a temerilor pe care participanții le-au depășit în cadrul ședinței.

**Durata:** 15 min.

**Desfășurarea:** participanții vor utiliza o piatră necioplită, cu o formă ascuțită și vor vorbi despre o realizare nouă.

### **ȘEDINȚA nr. 17 (1 oră 40 min)**

#### **Activitatea nr. 1. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** expunerea opiniei despre cum a trecut săptămâna (de la ultima întrevedere) și care sunt așteptările/dorințele participanților pentru ședința de astăzi.

**Durata:** 15 min.

**Desfășurarea:** la fiecare ședință este utilizată câte o piatră care este transmisă de la un participant la altul. Piatra este aleasă în funcție de etapa programului de intervenție psihologică. Astăzi va fi utilizată o piatră cu formă unică și una în formă ideală. Participanții vor relata cum a fost săptămâna, prin prisma trăirilor pe care le-au avut timp de o săptămână.

#### **Activitatea nr. 2. Tema pentru acasă „Ascultarea activă”**

**Scop:** abordarea subiectului privind exersarea ascultării active. Participanții vor relata care au fost momentele pozitive și care sunt cele mai complicate în ascultarea activă. De asemenea, se vor referi la persoanele pe care au reușit să le asculte mai ușor și când nu au reușit să practice ascultarea activă.

#### **Activitatea nr. 3. „Așa mă simt eu câteodată”**

**Scop:** identificarea emoțiilor și a circumstanțelor care provoacă aceste emoții.

**Materiale:** cardurile *Persoana*.

**Timp:** 20 de min.

**Desfășurarea:** persoanele vor extrage o cartelă din cardurile *Persoana*, fără a vedea care este imaginea. După ce o extrage, fiecare va privi cartela și va spune: „Și așa...(descrie o emoție) mă simt eu câteodată când...”. La final, persoanele vor realiza că mai rar vorbim despre emoții numind emoția.

#### **Activitatea nr. 4. Activitatea psihoeducativă „Emoțiile de bază și cele secundare sau terțiare”.**

**Scop:** exprimarea clară a emoțiilor și diferențierea emoțiilor de bază de cele secundare

**Materiale:** fișa cu emoții

**Timp:** 30 de min.

**Desfășurarea:** psihologul va relata despre cele șase emoții de bază: dragostea, bucuria, surprinderea, mânia, tristețea și frica. Apoi va trece la cele secundare care, de fapt, exprimă emoțiile de bază, doar că mai clar este exprimată starea trăită. Alteori, identificarea emoțiilor este atât de complexă și îmbină multe emoții simultan: tristețe, mânie, anxietate sau frica de respingere. Emoțiile primare pot fi ușor gestionate: spre exemplu, atunci când pierdem pe cineva drag, simțim tristețe. Psihologul va afirma că, uneori, în copilărie, „suntem învățați că nu este bine să simți furie și, atunci ești furios sau că ești trist, poate să îți fie rușine”.

Emoțiile primare sunt reacțiile la evenimentele sau la lumea exterioară. Este firesc ca persoanele să reacționeze într-un anumit mod la evenimentele din exterior și să simtă întreaga paletă de emoții, de la cele pozitive la cele negative. Richard S. Lazarus diferențiază emoțiile primare de cele secundare, în funcție de scopurile urmărite – spre exemplu, gradul în care primează interesul pentru continuitatea filogenetică, interesul pentru contextul social și psihologic al procesului emoțional [133, p. 117].

Emoție primară	Emoție secundară	Emoție terțiară
Dragoste	Afecțiune	Adorație, afecțiune, dragoste, grijă, tandrețe, compasiune, sentimentalism
	Dorință (sexuală)	Excitație, dorință, pasiune, infatuare
	Pasiune	Pasiune
Bucurie	Veselie	Amuzament, extaz, jovialitate, plăcere, jubilar, satisfacție, euforie,
	Entuziasm	Entuziasm, zel, înfiorare, euforie
	Satisfacție	Satisfacție, plăcere
	Mândrie	Mândrie, triumf
	Optimism	Speranță, optimism
	Încântare	Încântare
Surpriză	Ușurare	Ușurare
	Surpriză	Uimire, surprindere, stupefiere
	Iritare	Iritare, agitare, țâfnă
	Exasperare	Exasperare, frustrare

Mânie	Furie	Mânie, furie, ostilitate, ferocitate, batjocură, nemulțumire, dispreț, resentiment, respingere
	Dezgust	Dezgust, repulsie, dispreț
	Invidie	Invidie, gelozie
	Tortură	Tortură
Tristețe	Suferință	Suferință, agonie, durere
	Tristețe	Depresie, disperare, neajutorare, nefericire, durere, melancolie
	Dezamăgire	Dezamăgire, anxietate
	Rușine	Rușine, vină, regret, remușcări
	Indiferență	Alienare, izolare, indiferență, singurătate, înfrângere, jenă, umilire, insultă
	Simpatie	Simpatie, milă
Frică	Oroare	Alarmă, șoc, frică, groază, teroare, panică, isterie
	Nervozitate	Anxietate, nervozitate, tensiune, neliniște, îngrijorare, tristețe

Fig. 7. Lista emoțiilor

### Activitatea nr. 5. „Mimesis”

**Scop:** oglindirea paletii de emoții personale și ale altor persoane.

**Materiale:** fișa cu emoții a lui Plutchik (1. Cercul emoțiilor scrise; 2. Cercul cu emoțiile desenate)

**Timp** 10 min.

**Desfășurarea:** participanții vor încerca să imite (facial) emoțiile, după cum sunt desenate în fișe. Mai întâi, ei vor exprima emoția după cum o cunosc personal. Apoi, vor privi fișa cu imagini și vor încerca să imite imaginea din fișă. S-ar putea întâmpla participanților să le fie incomod sau neclar cum să imite emoția, mai ales dacă nu au trăit-o de mult timp. Însă, este important să încerce să exerseze.

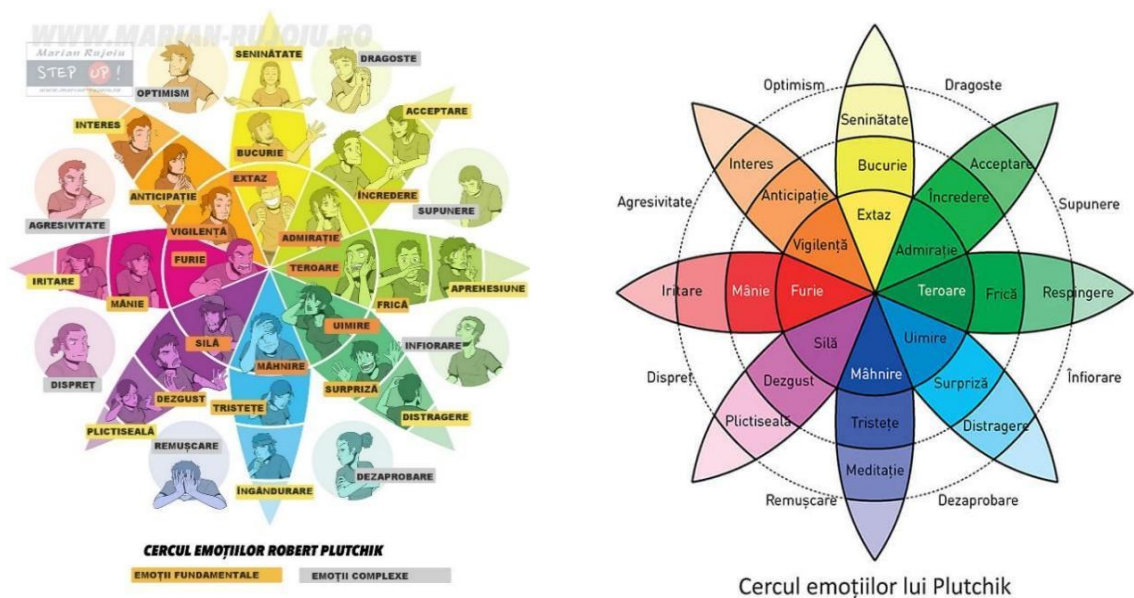


Fig. 8. Cercurile emoțiilor lui Plutchik

### Activitatea nr. 6. Tema pentru acasă „Emoțiile în oglindă”

**Scop:** exersarea în oglindă a tuturor tipurilor de emoții.

**Materiale:** agendă personală, pix, oglindă

**Timp:** o săptămână.

**Desfășurarea:** participanții, timp de o săptămână, vor exersa, privind în oglindă, toate emoțiile și vor descrie care dintre emoțiile imitate pot fi ușor exprimate și care sunt mai complicate sau chiar imposibile.

### **Activitatea nr. 7. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** exprimarea emoțiilor, a gândurilor și a constatărilor privitor la ședința de astăzi sau a temerilor pe care participanții le-au depășit în cadrul ședinței.

**Durata:** 15 min.

**Desfășurarea:** participanții vor utiliza o piatră necioplită, cu o formă ascuțită și vor vorbi care le-a fost noua realizare.

## **ȘEDINȚA nr. 18 (1 oră 40 min)**

### **Activitatea nr. 1. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** expunerea opiniei cu privire la săptămâna care a trecut de la ultima întrevvedere și care sunt așteptările/dorințele participanților pentru ședința de astăzi.

**Durata:** 15 min.

**Desfășurarea:** astăzi, va fi utilizată o piatră care are o formă ideală. Participanții vor relata despre cum le-a fost săptămâna, prin prisma trăirilor pe care le-au avut timp de o săptămână.

### **Activitatea nr. 2. Tema pentru acasă „Emoțiile în oglindă”**

**Scop:** abordarea situației privind exprimarea emoțiilor personale. Participanții vor relata care au fost momentele pozitive și care au fost cele mai complicate momente atunci când au exersat exprimarea emoțiilor în oglindă. Ei vor menționa despre posibilitatea exprimării unor emoții, care anterior mai rar le puteau exprima.

### **Activitatea nr. 3. Activitate psihoeducațională „Cum să ne exprimăm emoțiile?”**

**Scop:** învățarea diverselor strategii pentru exteriorizarea emoțiilor personale.

**Materiale:** fișele cu exerciți, pix, foi, oglinzi.

**Desfășurarea:** participanții vor fi informați despre faptul că Plutchik a descris cele opt emoții primare: teama, surprinderea, tristețea, dezgustul, furia, anticiparea, jovialitatea și acceptarea.

*Furia* este o emoție complexă care apare în baza anxietății (când condițiile negative sunt ireversibile (atrăgând după sine sentimentul de neajutorare); dacă nu este găsită persoana vinovată, atunci este posibil să apară tristețea; dacă vina este atribuită propriei persoane, atunci apare autoculpabilitatea sau rușinea ori furia la adresa propriei persoane. În cazul în care există un prejudiciu, de pe urma căruia sunt afectate alte persoane, atunci poate apărea invidia sau

resentimentele la adresa celor care au beneficiat de pe urma circumstanțelor [132, p. 290]. Oboseala sau înjosirea suferită în trecut provoacă trăirea unei vulnerabilități individuale prin care poate fi exteriorizată furia. Drept consecință, unele persoane se revanșează pe un alt membru al ierarhiei, mai ușor de învins (copil, soție, angajat).

*Anxietatea* este forța motivațională primară, adesea are un rol central la nivelul relațiilor și al acțiunilor umane. Ea apare atunci când individul este copleșit de acțiunea multor stimuli, pericole și de pierderea controlului individual în fața cerințelor existente.

*Frica* apare atunci când pericolele sunt concrete și neașteptate, iar anxietatea se manifestă atunci când obiectul fricii este incert, de natură existențială, legat de viitor și persoana nu știe cum să acționeze pentru a elimina pericolul. În cazul în care persoana este ajutată să găsească soluții și să ia decizii, atunci starea de anxietate dispare.

*Vinovăția* sau *rușinea* sunt emoții, trăsături de personalitate: Harder&Lewis (1986), Tangney (1990), Klass (1981). McGraw explică că ambele emoții au la bază gândurile și acțiunile care violează prescripția socială deja interiorizată. Lewis a sugerat că sentimentul de vinovăție apare din valorile interiorizate față de bine și rău, iar rușinea stă la baza identității eului (neconcordanța dintre ceea ce este, de fapt, individul și ceea ce și-ar dori să fie).

*Psihologul propune participanților câteva exerciții pentru exteriorizarea furiei:*

1. Rupeți un ziar în bucăți mici.
2. Luați un pix și o foaie și încercați să desenați ce doriți pe această foaie. Nu contează dacă puteți sau nu desena, important este să mișcați pixul pe foaie.
3. Luați o pernă și loviți în ea sau mototoliți-o.
4. Faceți exerciții fizice în aer liber sau chiar în mediul familiei.
5. Dansați sau deplasați-vă prin odaie în diferite ritmuri de dans, după propriul plac.
6. Cântați cântecele preferate cu voce tare.
7. Mergeți în pădure și strigați pentru a vă elibera furia.

*De asemenea, psihologul le propune participanților și o listă de exerciții pentru a exprima bucuria:*

1. Organizați întâlniri cu prietenii sau cu persoanele apropiate.
2. Citiți bancuri sau priviți filme amuzante.
3. Mergeți în locuri unde sunt copii și priviți-i cum se distrează, cum râd în hohote.
4. Priviți-vă, zilnic, în oglindă, timp de 5 minute, și încercați să zâmbiți.
5. Petreceți timpul calitativ în compania unor prieteni veseli sau în localuri cu persoane cu care împărtășiți interese comune.
6. Faceți, o dată pe săptămână sau o oră în fiecare zi, ceea ce v-ar aduce plăcere și satisfacție (creșteți flori, plimbați-vă, desenați etc).

7. Cântați cântecele preferate și dansați într-un ritm vesel.
8. Faceți baloane de săpun împreună cu copii.

*Alte exerciții vor fi propuse pentru exteriorizarea tristeții:*

1. Acceptați că în viața dvs. această emoție este la fel de importantă ca și toate celelalte.
2. Permiteți-vă să fiți tristă și, dacă doriți să plângeți, dar nu puteți, priviți un film care v-ar putea provoca lacrimile.
3. Vorbiți despre ce anume vă face să fiți tristă și spuneți care ar fi nevoia personală pentru ca persoanele din jur să vă ajute.
4. Vizitați locurile preferate, care în trecut vă aduceau satisfacție.
5. Organizați întâlniri cu prietenii sau cu rudele care vă sunt apropiate.

#### **Activitatea nr. 4. Tema pentru acasă „Exersarea emoțiilor de bază”**

**Scop:** exersarea diverselor strategii privitor la exprimarea emoțiilor de bucurie, tristețe și furie, frică.

**Materiale:** agendă personală, pix.

**Timp:** o săptămână.

**Desfășurarea:** participanții, timp de o săptămână, vor exersa diferite activități ce țin de exprimarea emoțiilor și vor identifica care dintre aceste activități îi poate ajuta să simtă la maximum această emoție.

#### **Activitatea nr. 5. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** exprimarea emoțiilor, a gândurilor și a constatărilor privitor la ședința de astăzi sau a temerilor pe care participanții le-au depășit în cadrul ședinței.

**Durata:** 15 min.

**Desfășurarea:** participanții vor utiliza o piatră necioplită, de formă ascuțită și vor vorbi despre noua realizare.

### **ȘEDINȚA nr. 19 (1 oră 40 min)**

#### **Activitatea nr. 1. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** expunerea opiniei despre săptămâna care a trecut de la ultima întrevvedere și enunțarea așteptărilor/dorințelor participanților pentru ședința de astăzi.

**Durata:** 15 min.

**Desfășurarea:** astăzi va fi utilizată o piatră care are o formă ideală. Participanții vor relata cum a fost săptămâna, prin prisma trăirilor pe care le-au avut timp de o săptămână.

#### **Activitatea nr. 2. Verificarea temei pentru acasă „Exersarea emoțiilor de bază”**



**Scop:** expunerea opiniei cu privire la exersarea metodelor de exprimare a emoțiilor într-o formă social-adekvată și descrierea altor metode noi care au fost identificate pentru a-și exprima emoțiile proprii.

**Desfășurare:** Participanții se vor împărți în două grupuri și vor relata ce emoții i-au stăpânit pe parcursul săptămânii și care au fost realizările lor.

**Activitatea nr. 3. „Judecățile moralizatoare”** [176, p. 37-39].

**Scop:** identificarea și conștientizarea judecăților moralizatoare utilizate față de sine și față de alte persoane.

**Materiale:** pix, agendă.

**Timp** 30 min.

**Desfășurare:** participanții sunt rugați să scrie care au fost judecățile moralizatoare pe care le-au auzit în copilărie sau pe care continuă să le audă în prezent. O judecată moralizatoare poate fi incorectă, poate exprima ranchiună și nu este în concordanță cu propriile valori. Spre exemplu, „ești o persoană egoistă”, „ești foarte agresivă cu frate tău”, „ți-am spus să strângi în odaie, ești o leneșă”.

Ulterior, persoanele vor citi aceste mesaje în grup și le vor scrie pe tabla de flipchart.

**Activitatea nr. 4. Activitate de educație psihologică: exprimarea asertivă a nevoilor proprii**

**Scop:** învățarea exprimării asertive a nevoilor, cu scopul de a păstra contactele cu alte persoane.

**Timp:** 30 de min.

**Desfășurare:** psihologul va vorbi despre modalitatea de ascultarea activă pentru reducerea agresivității verbale a interlocutorului și despre exprimarea într-o formă asertivă a nevoilor personale.

Interlocutorul furios simte și vrea să-ți transmită că problema lui ești chiar tu, de aceea, întreaga agresivitate este îndreptată împotriva ta. Obiectivele ascultătorului sunt de a-l convinge că a luat act de ceea ce spune și de a-i diminua emoția puternică. În cazul în care cineva recurge la reproș, critică, nedreptate, interlocutorul trebuie să îl asculte activ. Vorbitorul se va simți ascultat și înțeles, schimbându-și comportamentul.

*Reguli suplimentare, specifice utilizării ascultării active în scopul diminuării încărcăturii emoționale a celuilalt:*

1. Nu intrați în defensivă, în ofensivă, nu transferați responsabilitatea (nu vă apărați, nu contraatacați, nu învinuiți pe altcineva) – îl veți irita și mai mult pe vorbitor.
2. Analizați care este punctul lui de vedere, percepția lui asupra conflictului.
3. Examinați ce se află în spatele emoțiilor.

4. Reformulați punctul lui de vedere, cât mai clar posibil, până se calmează.
5. Explicați care este poziția dvs., fără a o nega pe a interlocutorului.
6. Întrebați-l ce s-ar mai putea face pentru a remedia situația.

### **Exprimarea asertivă este o modalitate de prevenție și de rezolvare a conflictului.**

Este nevoie de curaj pentru o comunicare clară, respectuoasă într-o situație de conflict. Cel mai des, persoanele aleg să nu inițieze conflictul, speră că problema va dispărea sau fac aluzii indirecte la conflict. De multe ori, oamenilor le este mai ușor să vorbească în șoaptă, să facă aluzii sau să găsească probleme-surogat decât să soluționeze problemele într-o manieră serioasă. Pe de altă parte, multe persoane implicate într-o dispută abordează problemele într-un mod dramatic, în forță și refuză orice răspuns, dialog sau interacțiune.

*Aserțiunea-eu* reprezintă un proces îndelungat de rezolvare a unei situații problematice sau a unui conflict. Prin aserțiunea-eu comunicăm informații referitor la modul în care ne simțim în legătură cu acea situație, fără să blamăm și fără să impunem o anumită modalitate de soluționare. Aceasta evidențiază, într-un mod impersonal, situația care incomodează, ce efecte are asupra persoanei și cum aceasta ar dori să fie.

În aserțiunea-eu totul este centrat pe propriile senzații și stări. De aceea, vom evita categoric pronumele „tu” sau „dvs.”. „Eu nu mai pot fi atent la calcule, eu nu mă descurc cu clienți, eu mă tem” ș.a. și nu vom spune: „Tu ai dat muzica prea tare (și nu mai pot fi atent la calcule)” sau, și mai neindicat, „Închide aparatul!”.

### **Activitatea nr. 5. Mesajele de tip „eu”**

**Scop:** învățarea expunerii nevoilor proprii într-un limbaj asertiv

**Materiale:** pix, agendă

**Timp:** 10 min

**Desfășurarea:** participanților li se va explica după ce model să-și construiască mesajele de adresare de tip „eu”, care reprezintă o formă simplificată a aserțiunii-eu, fiind păstrată doar esența acesteia. Mesajul de tip „eu” deseori ia forma unei constatări cu privire la o anumită stare de lucruri. Formatorul afirmă că se recomandă utilizarea mesajelor cu privire la propriile preocupări, nevoi și sentimente și nu a afirmațiilor în care se face referire la altcineva, adică de tip „tu”, care transmit mesaje negative, de critică.

**Tabel 1. Structura mesajului „eu”**

Acțiunea persoanei cu care doriți să comunicați	Când tu lovești în masă...
Efectul acestei acțiuni asupra dvs.	Eu mă simt/sunt... (emoția pe care o trăiți)
Cauza, motivul stării provocate	Deoarece sunt ...
Rezultatul dorit, cu referire la propria persoană (a celui care vorbește)	Aș vrea ca eu să...(în nici într-un caz nu „tu”)

### **Activitatea nr. 6. Tema pentru acasă „Exersarea mesajelor asertive”**

**Scop:** exersarea strategiilor de exprimare a mesajelor asertive pentru satisfacerea propriilor nevoi.

**Materiale:** agendă personală, pix.

**Timp:** o săptămână.

**Desfășurare:** participanții, timp de o săptămână, vor exersa, în scris, exprimarea mesajelor-eu. Există posibilitatea ca, din prima încercare, să nu le reușească să se exprime verbal. Însă, pe parcursul unei săptămâni, scriind zilnic câte cel puțin un mesaj, persoana va reuși să învețe să-și exprime în mod clar nevoile proprii, iar cei din jur să le audă, fără a ataca sau a fi agresivi și umilitori.

### **Activitatea nr. 7. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** exprimarea emoțiilor, a gândurilor și a constatărilor privitor la ședința de astăzi sau a temerilor pe care le-au depășit în cadrul ședinței.

**Durata:** 15 min.

**Desfășurarea:** participanții vor folosi o piatră necioplită, cu o formă ascuțită și vor afirma care le este noua realizare.

## **ȘEDINȚA nr. 20 (1 oră 40 min)**

### **Activitatea nr. 1. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** expunerea opiniei cu privire la săptămâna care a trecut (de la ultima întrevedere) și a așteptărilor/dorințelor pentru ședința de astăzi.

**Materiale:** o piatră multicoloră

**Durata:** 15 min.

**Desfășurarea:** astăzi va fi folosită o piatră care are o formă ideală. Participanții vor povesti cum a trecut săptămâna, prin prisma trăirilor pe care le-au avut în acest interval de timp. Totodată vor spune care culoare a pietrei se aseamănă cu starea lor.

### **Activitatea nr. 2. Verificarea temei pentru acasă „Construirea mesajelor-eu”**

**Scop:** abordarea subiectului cu privire la exersarea metodelor de exprimare a emoțiilor printr-o formă social-adekvată și descrierea metodelor noi identificate pentru exprimarea emoțiilor proprii.

**Durata:** 20 min.

### **Activitatea nr. 3. Propoziții de tip „eu”**

**Scop:** identificarea nevoilor personale la momentul actual și a felului în care se cere ca aceste nevoi să fie satisfăcute de persoanele apropiate.

**Materiale:** Fișa cu propoziții lacunare „eu”, pixuri

**Durata:** 30 min

**Desfășurare:** Fiecare participant, timp de 10 min., va completa fișa „Eu”. Apoi, timp de 10 min., grupați câte trei, participanții vor constata, pe rând, care sunt diferențele și care sunt aspectele asemănătoare din mesajele lor.

#### **Fișa cu propoziții de tip „eu”**

Eu ...

Eu pot...,

Eu am nevoie...

De la prieteni Eu aștept...

Când cineva se uită lung la mine, Eu....

Când eram mică, nu mi se permitea să...

Acum știu sigur că pot să...

În relații cu partenerul, Eu...

Colegii de muncă cred despre mine că...

Eu sunt timid, în schimb eu...

Uneori sunt sâcâitor, dar ...

Eu voi...

Mie îmi place să...

Mie nu-mi place să...

Eu visezi să...

Eu sper să...

Eu cred că...

#### **Activitatea nr. 4. Atașamentul: autoreglare și competență – 10 pietre de temelie**

**Scop:** analiza relațiilor de atașament și a formelor de construire a lor

**Materiale:** pix, foaie

**Durata:** 25 min.

**Desfășurare:** psihologul va descrie ceea ce au spus participanții mai sus și va aranja nevoile persoanelor într-o piramidă din cinci trepte.

*La prima treaptă* va include managementul emoțiilor îngrijitorilor pentru copii sau ale persoanelor de referință pentru adulți, armonizarea acestora, modul de enunțare a unor răspunsuri consecvente și criteriile de construire a rutinei și ritualurilor.

*La treapta 2* va fi: identificarea emoțiilor, modul de modelare și de exprimare a lor.

*La treapta 3:* exersarea exprimării emoțiilor și deblocarea în situații de stres; tot aici vor fi incluse și persoanele la care se apelează pentru suport în situații de stres.

*La treapta 4:* competențele și funcțiile personale și profesionale, precum și modul de autodezvoltare și de formare a identității.

*La treapta 5:* integrarea experiențelor traumatice din viața de zi cu zi și a persoanelor care au fost alături în acele momente.

#### **Activitatea nr. 5. Tema pentru acasă „Zonele de interes zilnic”**

**Scop:** exersarea strategiilor de identificare a zonelor de interes la momentul curent din viață, pentru satisfacerea propriilor nevoi.

**Materiale:** agendă personală, pix.

**Timp:** o săptămână.

**Desfășurarea:** fiecare participant, timp de o săptămână, scrie care sunt zonele lui zilnice de interes pentru a obține succes și cât timp, aproximativ, acordă fiecărei activități.

#### **Activitatea nr. 6. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** exprimarea emoțiilor, a gândurilor și a constatărilor privitor la ședința de astăzi sau a temerilor pe care le-au depășit în cadrul ședinței.

**Durata:** 15 min.

**Desfășurare:** participanții vor utiliza o piatră multicoloră și vor stabili care este culoarea diferită față de cea de la începutul ședinței.

### **ȘEDINȚA nr. 21 (1 oră 40 min.)**

#### **Activitatea nr. 1. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** expunerea opiniei cu privire la săptămâna care a trecut de la ultima întrevedere și a așteptărilor/dorințelor participanților pentru ședința de astăzi.

**Materiale:** o piatră cu o formă deosebită și culori diverse

**Durata:** 15 min.

**Desfășurarea:** astăzi vom avea o piatră cu o formă ideală. Participanții vor vorbi despre săptămâna care a trecut, prin prisma trăirilor pe care le-au avut timp de o săptămână.

#### **Activitatea nr. 2 Verificarea temei pentru acasă „Zonele de interes zilnic”**

**Scop:** evaluarea zonelor de interes ale persoanelor și a timpului acordat acelor zone.

**Timp:** 15 min.

**Desfășurarea:** fiecare persoană va citi din agenda proprie unele mesaje și va încerca să le relateze unor persoane din grup. Celălalt participant va spune cum se simte atunci când i se adresează cu mesajul de tip „eu” și care sunt nevoile neîndeplinite.

#### **Activitatea nr. 3 „Rădăcinile conflictelor”**

**Scop:** analizarea ideilor despre conflicte, identificarea și explicarea surselor conflictelor și a metodelor de rezolvare a lor.

**Materiale:** agenda sau foaie și pix.

**Timp:** 30 min.

**Desfășurare:** conflictele zilnice sunt situațiile în care oamenii nu-și pot satisface propriile nevoi sau nu pot cere să fie ajutați. Ele apar în funcție de ceea ce vrem noi și de cum dorințele noastre corespund cu posibilitățile de înțelegere ale altor persoane sau de satisfacere a nevoilor proprii. Cauzele apariției conflictelor sunt: nevoile fundamentale, valorile, percepțiile, interesele diferite, resursele limitate și nevoile de natură psihologică.

Participanții sunt rugați să scrie cel puțin două conflicte personale care implică încă o persoană. Apoi vor completa următoarea fișă:

Eu	Altă persoană	Ce ați făcut/ați zis, de fapt.
Nevoia personală Ce am nevoie eu?	Nevoia celeilalte persoane Ce are nevoie el/ea?	
Valorile personale Care este valoarea mea?	Valorile altei persoane Care este valoarea lui/ei?	
Percepțiile personale Ce am perceput eu?	Percepțiile altei persoane Ce a perceput el?	
Interesele personale Care sunt preocupările personale?	Interesele altei persoane Care sunt preocupările altei persoane?	
Ce resurse am eu?	Ce resurse are el/ea?	
Nevoile psihologice personale Cum mă simt eu?	Nevoile psihologice ale altei persoane Ce simte el/ea?	

După ce fiecare participant în parte va descrie acest tabel, se va lucra în grupuri a câte doi: persoanele vor discuta care sunt acele părți ale conflictului și de ce oamenii nu pot ajunge ușor la rezolvarea conflictului existent.

#### **Activitatea nr. 4. Relaxarea și identificarea energiei conflictului**

**Scop:** relaxarea corpului și identificarea emoției în baza energiei acumulate în corp în situații de conflict.

**Materiale:** fiecare participant se va culca la podea pe un covoraș sau va sta pe scaun în poziția comodă.

**Timp:** 15 min.

**Desfășurarea:** participanților li se propune să ia poziția comodă pe scaun sau culcat pe covorașul de gimnastică. Psihologul îi va ruga să închidă ochii și să-și imagineze că sunt într-o situație de conflict cu cineva și încă nu au reușit să rezolve situația până la final. Ei își vor aminti care sunt cuvintele spuse de ei și de celelalte persoane, ce emoții simt, ce senzații corporale au și unde sunt concentrate acestea. Apoi, vor fi îndemnați să inspire profund și să expire rapid și îndelung, cu scopul ca emoțiile adunate și blocate în acele părți ale corpului să fie expulzate. Pentru a înțelege mai clar unde sunt emoțiile adunate, participanții vor fi îndemnați să pună mâna pe zonele unde simt disconfort. La final, după ce vor trece într-o zonă de relaxare, vor relata cum acel organ a dat de știre și care este emoția blocată (de ex, dacă semnalul este la ficat, atunci e furie,

dacă este durere de cap, atunci e confuzie și un cumul de emoții adunate din cauză că nu se găsesc soluții, dacă semnalul este în picior – este bazat pe frica de a acționa sau de a lua decizii sigure, etc. (vezi aspectele psihosomatice).

#### **Activitatea nr. 5. Tema pentru acasă „Relaxarea”**

**Scop:** exersarea strategiilor de relaxare pe parcursul săptămânii.

**Materiale:** agendă personală, pix.

**Timp:** o săptămână.

**Desfășurare:** participanții, timp de o săptămână, vor exersa relaxarea și deblocarea corpului în situații de stres. Vor urmări cum reacționează corpul lor în situații de conflict și cât de rapid pot să se relaxeze pentru a găsi soluții optime.

Există probabilitatea ca, din prima încercare, să nu le reușească să se relaxeze; atunci este important să-și imagineze că sunt într-o țevă și că, prin inspirație, aduc aer și lumină în ea (în corp), iar prin expirație vor alunga starea de disconfort sau energia blocată.

#### **Activitatea nr. 6. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** exprimarea emoțiilor, a gândurilor și a constatărilor privitor la ședința de astăzi sau a temerilor pe care le-au depășit în cadrul ședinței.

**Durata:** 15 min.

**Desfășurarea:** participanții vor utiliza o piatră unică după formă și culoare și vor anunța care a fost noua lor realizare.

### **ȘEDINȚA nr. 21 (1 oră 40 min.)**

#### **Activitate nr. 1. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** expunerea opiniei cu privire la săptămâna care a trecut de la ultima întrevedere și a așteptărilor/dorințelor participanților pentru ședința de astăzi.

**Durata:** 15 minute.

**Desfășurarea:** astăzi va fi utilizată o piatră care are o formă ideală. Participanții vor vorbi despre cum le-a fost săptămâna, prin prisma trăirilor pe care le-au avut.

#### **Activitatea nr. 2. Verificarea teme pentru acasă „Relaxarea”**

**Scop:** exersarea metodelor de relaxare și de identificare în corp a blocajelor emoționale.

**Timp:** 15 min.

**Desfășurarea:** persoanele vor expune, pe rând, cum au reușit să se relaxeze sau nu și care au fost impedimentele întâlnite.

#### **Activitatea nr. 3. „Atașamentul: tipuri și mod de formare la copii și de menținere la adulți. Activitate psihoeducațională”**

**Scop:** identificarea tipurilor de atașament și a modului de formare a atașamentului și a autoreglării emoționale.

**Durata:** 20 min

**Materiale:** fișa cu piramida.

**Desfășurarea** activității: participanților li se amintește despre cele 10 pietre de temelie, li se explică cât de importantă este formarea atașamentului și cum acestea ajută la integrarea experiențelor traumatice.

La baza integrării experiențelor traumatice stau:

- atașamentul care se formează pe baza managementului emoțiilor îngrijitorului, armonizarea în relația cu copilul, capacitatea de a răspunde consecvent la nevoile copiilor și dezvoltarea rutinelor și a ritualurilor;
- autoreglarea personală compusă din identificarea, modelarea și exprimarea emoțiilor;
- competența bazată pe funcții de execuție; dezvoltarea și formarea identității.

Copilul își formează atașamentul într-un mod inconștient, bazată pe satisfacerea nevoilor din partea părinților atunci când simte un disconfort (este ud sau îi este foame); respectiv, copilul va exersa o formă de a cere satisfacerea nevoilor sale (atunci când este mic – prin plâns, când crește – va semnala prin cuvinte nevoile sale). După ce părintele satisface nevoia copilului și îl ia în brațe, îi oferă o zonă de siguranță fizică și psihică (la vârste mai mari, este important de a menține apropierea fizică prin îmbrățișări sau atingeri tandre). Ca reacție de răspuns, copilul simte o stare de mulțumire exprimată prin zâmbet sau stare de calm. La vârstă adultă, persoana are formată o deprindere de a răspunde cu mulțumire verbală sau cu comportamente dezirabile. În cazul când copilul nu are satisfăcute nevoile de siguranță, deoarece părintele este axat pe propriile neajunsuri și conflicte personale sau relaționale, atunci copilul nu are parte de repetarea acestui ciclu în fiecare zi; drept consecință, acest copil, ajuns la maturitate, va trăi o stare de neliniște sau de anxietate combinată cu nevoia aprigă de apropiere sau, din contra, de evitare, cu scopul de a preveni durerea la apropiere sau pierdere. În cazul când ciclul de interacțiune pozitivă este format cu, cel puțin, un părinte, la copil poate să se formeze stima și prețuirea de sine, dar vor fi șubrede în cazul apariției părintelui abuzator. Din acest considerent, un copil atașat bine va iniția permanent interacțiuni și la vârsta adultă, iar copiii care au avut stări de anxietate și duble relații, la perioada adultă își vor dori apropieri și momente de dragoste, însă mereu vor avea frica pierderii: le va fi a se apropia din cauză că despărțirile vor fi dureroase. Pentru a preveni durerea, ei singuri pot propune despărțirea. Multe dintre femeile din grup au spus că ele inițiau separarea.

Drept efect al lipsei atașamentului sigur și a sentimentului de securitate, persoanele se pot implica superficial în relații, nu pot stabili un contact vizual sau nu pot discrimina afecțiunile cu străinii, fug de îmbrățișări, relațiile cu semenii sunt nesatisfăcătoare, stima de sine scăzută, gândirea cauză-efect este insuficientă, învăță dificil din propriile greșeli și caută să învinuiască pe



toți sau pe sine, în cele mai dese cazuri, pentru propriile insuccese, au un control compulsiv al alimentației sau al acțiunilor și sarcinilor, au tendința să trădeze semenii sau să nu între în contact cu ei, pot avea manifestări de comportament distructiv față de sine și față de alte persoane sau față de propriile lucruri, pot manifesta cruzime față de animale, pot adesea să nege sau să ignore sarcinile zilnice; părinții au tendința să se distanțeze de copii, iar la vârsta adultă, copilul singur fuge de relația cu părinții săi sau are o stare de dependență cronică, combinată cu un sentiment de culpabilitate.

**Activitatea nr. 4. „Analiza vieții cotidiene”** [Marcel Nedelcu]

**Scop:** conștientizarea activităților din ultima perioadă.

**Materiale:** fișa „Analiza vieții cotidiene” și pixuri

**Durata:** 35 de min.

**Desfășurarea:** participanții vor completa, în mod individual, fișa „Analiza vieții cotidiene” și apoi vor forma grupuri a câte trei persoane, pentru a discuta cele scrise:

**Fișa „Analiza vieții cotidiene”**

Schimbările apărute în viață/evenimentele critice apărute în ultimul an -----

-----  
-----

Consecințele lor asupra propriei persoane și asupra celorlalți-----

-----  
-----

Poziția în proiectul de viață – linia timpului-----

-----  
-----

Schimbările/evenimentele critice de viață care ar putea apărea în următorul an-----

-----  
-----

Consecințele lor asupra propriei persoane și asupra celorlalți-----

-----  
-----

Poziția în proiectul de viață – linia timpului-----

-----  
-----

Impactul tulburărilor somatice asupra vieții personale-----

-----  
-----

**Activitatea nr. 5. Formarea rezilienței în situațiile de stres sau abuz**

**Scop:** formarea abilităților de depășire a situațiilor de abuz din copilărie.

**Materiale:** caiet și pix.

**Durata:** 20 min.

**Desfășurarea:** fiecare participantă va scrie pe foaia sa răspunsuri la următorii indicatori:

- Domeniile în care se consideră puternică la moment;
- Domeniile în care alții o considerau puternică atunci când era mică;
- Lucruri pe care le face pentru a se liniști atunci când este anxioasă, furioasă sau tristă;
- Persoanele despre care consideră că dau dovadă de puncte forte;
- Lucruri care îi plac ca formă și aspect;
- Caracteristici pe care prietenii le-ar spune despre ea.

**Activitatea nr. 6. Tema pentru acasă „Ce spun VREAU să spună alții despre mine”**

**Scop:** exersarea strategiilor de relaxare pe parcursul săptămânii.

**Materiale:** agendă personală, pix.

**Timp:** o săptămână

**Desfășurare:** participanții, timp de o săptămână, vor scrie o listă de sarcini sau doleanțe pe care vor să le îndeplinească în următorul an.

**Activitatea nr. 6. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** exprimarea emoțiilor, a gândurilor și a constatărilor privitor la ședința de astăzi sau a temerilor pe care le-au depășit în cadrul ședinței.

**Durata:** 15 min.

**Desfășurarea:** participanții vor utiliza o piatră unică după formă și culoare și vor arăta care le-a fost noua realizare.

### ȘEDINȚA nr. 23

**Activitatea nr. 1. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** expunerea opiniei cu privire la săptămâna care a trecut de la ultima întrevvedere și care sunt așteptările/dorințele participanților pentru ședința de astăzi.

**Durata:** 15 minute.

**Desfășurarea:** astăzi va fi utilizată o piatră care are o formă ideală. Participanții vor vorbi despre cum le-a fost săptămâna, prin prisma trăirilor pe care le-au avut.

**Activitatea nr. 2. Verificarea temei pentru acasă „Ce spun VREAU să spună alții despre mine”**

**Scop:** planificarea acțiunilor de viitor.

**Timp:** 15 min.

**Desfășurare:** persoanele vor expune pe rând cum au reușit sau nu să scrie planurile de viitor și care au fost impedimentele.

**Activitatea nr. 3. Inițierea interacțiunilor pozitive**

**Scop:** de a forma un plan despre cum și-ar fi dorit să inițieze relații pozitive.

**Materiale:** agenda, pix.

**Timp:** 20 min.

**Desfășurarea activității:** fiecare participant va scrie cum își dorește să-i fie viața în continuare și care sunt persoanele pe care le dorește în viața sa. Unii dintre ei pot scrie scrisori de iertare a părinților sau a copiilor, a partenerilor sau scrisori de mulțumire pentru ceea ce au reușit până acum. La finalul scrisorii, este important să facă promisiuni și altor persoane că:

- Vor găsi timp să petreacă împreună.
- Se vor juca cu copilul sau vor petrece timp calitativ cu partenerul de viață.
- Vor merge împreună la cumpărături sau vor avea alte activități de comun acord.
- Se vor sprijini reciproc în activități recreative, dar vor organiza și activități în comun de recreere și distracție.
- Vor găti împreună mâncărurile preferate și vor lua masa împreună o dată pe zi.
- Vor povesti despre trecutul lor și vor construi împreună viitorul.
- Vor relata copiilor despre glumele de familie și care sunt acțiunile în care își doresc să fie opriți atunci când nu-și pot controla furia.
- Vor relata despre nevoia de a fi îmbrățișat și vor cere o îmbrățișare atunci când au nevoie și vor oferi îmbrățișări, la rândul lor.

#### **Activitatea nr. 4. Desenul „Transformările mele în cadrul programului de terapie”**

**Scop:** participanții vor desena schimbările pe care le-au avut datorită programului de training.

**Materiale:** acuarelă, carioci, pensule, clei reviste etc.

**Timp:** 40 min.

**Desfășurarea activității:** participanții vor face un desen sau o aplicație în care se vor reprezenta pe sine la începutul programului de terapie și la finalul programului. Cei care nu pot desena vor prelua desene din reviste și vor face o aplicație. În desen, este bine să își propună 2-3 scopuri de viitor și să indice și timpul când aceste activități vor fi realizate. Apoi, fiecare participant va explica ce a reprezentat în desen, cum era la început și care erau fricile lui, cum este acum și care sunt planurile de viitorul apropiat.

#### **Activitatea nr. 5. Tema pentru acasă**

**Scop:** de a planifica sarcinile (desenate sau lipite în activitatea anterioară).

**Materiale:** agendă și pix.

**Timp:** o săptămână.

**Desfășurarea activității:** fiecare participant va planifica clar și concret cum își propune să realizeze practic ceea ce a scris în activitatea anterioară. În așa mod, va trebui să scrie care sunt impedimentele și care pot fi beneficiile practice, care sunt persoanele de la care poate cere ajutor.

#### **Activitatea nr. 6. „Ritualul pietrei”**

**Scop:** expunerea opiniei cu privire la săptămâna care a trecut de la ultima întrevvedere și care sunt așteptările/dorințele participanților pentru ședința de astăzi.

**Durata:** 15 minute.

**Desfășurarea:** astăzi vor fi utilizate toate pietrele care au fost pe parcursul trainingului. Participanții vor vorbi despre cum le-a fost etapa de trecere, prin prisma trăirilor pe care le-au avut și cât de important este să facă parte dintr-o echipă care își dorește dezvoltarea și schimbarea.

### **ȘEDINȚA nr. 24**

#### **Activitatea nr. 1. Reevaluarea testelor**

**Scop:** ședința va fi individuală, cu fiecare participant se vor efectua testele de reevaluare a progreselor obținute.

**Materiale:** testul AAS, test de evaluare a încrederii în sine, măsurarea nivelului de reziliență, testul de ostilitate, SACS și CERQ.

**Timp:** 1 oră

**Desfășurarea:** fiecare participant va lua fișele și va răspunde la teste, după cum este starea sa de moment.

#### **Activitatea nr. 2. Scrisoare colegilor de grup**

**Scop:** scrierea unui mesaj pentru colegii de grup despre cât de important a fost să-i întâlnească în acest training.

**Materiale:** foi de hârtie și pixuri.

**Timp:** nelimitat

**Desfășurarea:** după ce a completat testele, fiecare scrie câte o scrisoare colegilor de grup; aceste scrisori vor fi trimise în plic fiecărui participant. Putem să transmitem lunar câte o scrisoare. În așa mod, participanții vor reveni la starea de la seminar timp de un an.

Totodată, participanții sunt încurajați să mențină legături cu persoanele din grup.

## **Declarația privind asumarea răspunderii**

Subsemnata Rotaru-Sîrbu Natalia, declar pe răspundere personală că materialele prezentate în teza de doctorat sunt rezultatul propriilor cercetări și realizări științifice. Conștientizez că, în caz contrar, urmează să suport consecințele în conformitate cu legislația în vigoare.

Rotaru-Sîrbu Natalia

Semnătura:

Data:


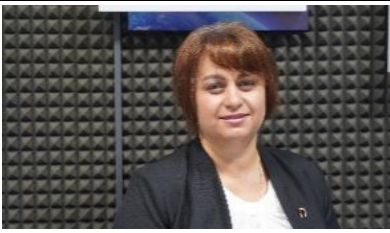
## **Declarația privind asumarea răspunderii**

Subsemnata Groza Angela, conducător de doctorat în Școala Doctorală de Psihologie din cadrul Universității Pedagogice de Stat „Ion Creangă” din Chișinău, declar pe răspundere personală că materialele prezentate în teza de doctorat **„Formarea sentimentului securității psihologice prin intermediul activării resurselor personale ale femeilor supuse abuzului în copilărie”** elaborată de doctoranda Rotaru-Sîrbu Natalia sunt rezultatul propriilor cercetări și realizări științifice. Conștientizez că, în caz contrar, urmează să suport consecințele în conformitate cu legislația în vigoare.

**Groza Angela**

Semnătură:

Data:

<b>Curriculum vitae Europass</b>  			
<b>Informații personale</b>			
Nume/Prenume	<b>Rotaru-Sirbu Natalia</b>		
Adresă	Domiciliu – Chișinău, str. Codrilor 10/1 ap. 4		
Telefon	domiciliu – 022-517734,	Mobil:	+37369137821 +40-741-458-376
E-mail	natarotarusirbu@gmail.com		
Naționalitate	Republica Moldova		
Data nașterii	13.06.1978		
Sex	Feminin		
<b>Locul de muncă vizat / Domeniul ocupațional</b>	Psiholog, psihoterapeut, fondator la SRL „Psiholog- Psihoterapeut” 1 septembrie 2021 – prezent: lector ULIM		
<b>Experiența profesională</b>	1 septembrie 2021– prezent: lector ULIM; 10 iulie 2021 – psiholog, psihoterapeut, fondator SRL „Psiholog-psihoterapeut”; 10 martie 2021 – 30 iunie 2021: psiholog, logoped Grădinița ”Kiki”, Iași; 4 septembrie 2018 – 1 februarie 2021: lector universitar ULIM – Universitatea Liberă Internațională din Moldova; 4 iunie 2018 – 21 ianuarie 2021: psiholog, fondator „Psiholog pentru Copii și Maturi”; 1 aprilie 2018 – 3 septembrie 2018: psiholog la Centrul de consultanță „Equilibrium”; Ianuarie 2010 – 31 martie 2018: psiholog, în cadrul organizației nonguvernamentale CCF Moldova – Copil Comunitate Familie; Mai 2007 – decembrie 2009: coordonator de proiect „CeCeFel – Centrul de Resurse pentru Copiii de Vârstă Preșcolară și Familie”, consultant psiholog; Ianuarie 2006 – ianuarie 2007: coordonator de proiect al Cluburilor de Lectură, Joacă și Dezvoltare din 4 comunități din raionul Orhei, la CCF Moldova; Mai 2004 – mai 2007: psiholog la ONG Centrului Național pentru Prevenirea Abuzului față de Copil, în cadrul Centrului de Asistență Psihosocială a Familiei și a Copilului Maltratată „Amicul”; Decembrie 2002 – aprilie 2004: psiholog școlar în cadrul Liceului Internat Municipal cu Profil Sportiv; Octombrie 1999 – decembrie 2002: educator la grădinița de copii nr. 183 „Voinicel”		
Activități și responsabilități principale	Consiliere psihologică individuală și de grup, formator în cadrul diverselor seminare de formare cu copii mici, preadolescenți, adolescenți părinți și persoane mature, specialiști, asistenți sociali, medici, profesori, specialiști din domeniul resurselor umane și a altor domenii. Responsabil de baza de date		
Numele și adresa angajatorului	str. Vlaicu Pârcălab 52, ULIM		

Tipul activității sau sectorul de activitate	<p>Consilierea și terapia părinților și copiilor în situații de risc;  Instruiri a grupurilor de specialiști care se ocupă de dezvoltarea și educarea copiilor, terapia persoanelor (copii și adulți) cu probleme de comportament;  Traininguri de grup pentru adulți, părinți, specialiști, angajați, etc.;  Efectuarea reformei de stat prin dezinstituționalizarea copiilor din casele de copii și internate;  Reabilitarea copiilor cu dizabilitate și instruirea părinților privind metodele de reabilitare.</p>
<b>Educație și formare</b>	<p><b>26 – 30 martie 2018:</b> Curs de formare a formatorilor în cadrul programului parental „Pentru o viață sănătoasă”, organizat de MSMPS, Neovita, RISE;  <b>17 – 18 martie 2018:</b> Curs „Evaluarea personalității individuale de la normalitate la patologie”, acreditat de către Colegiul Psihologilor din România;  <b>14 octombrie 2017 – prezent:</b> Formare ca psihoterapeut în „Terapie sistemică de familie și cuplu” la Institutul de Familie și Cuplu din Iași;  <b>8 – 11 iunie 2017:</b> Trainingul „Terapia centrată pe emoții”, în cadrul programului Terapia sistemică de familie, organizat de Institute of Group and Family Psychology and Psychotherapy, Moscova, confirmat prin certificatul N 0617-047 (40 ore);  <b>22 mai – 23 iunie 2017:</b> Curs de formare teoretico-practic la trainingul de interviuare a persoanelor vulnerabile, organizat de EASO Training Module UNHCR și Asylum Systems Quality Initiative;  <b>23 mai – 4 iunie 2016:</b> Curs teoretico-practic de formare „Appropriate Paper Based Technology” cu scopul reabilitării copiilor cu dizabilități;  <b>27 Noiembrie 2015:</b> Curs de manager de proiect, aprobat de Ministerul Educației prin Ordinul nr. 855, din 26.08.2015;  <b>Septembrie 2015 – prezent:</b> Doctorand, Școala Doctorală „Psihologie”, UPS „Ion Creangă” din Chișinău;  <b>17 februarie – 15 martie 2014:</b> Cursuri de formare și atestare a mediatorilor, aprobate de Ministerul Justiției pentru practicarea activității de mediator, confirmate prin atestatul eliberat prin Hotărârea Consiliului de Mediere, nr. 10, din 06.05.2014, atestat nr. 481, din 16 iulie 2014;  <b>07.07.2012 – 07.07.2013:</b> Curs teoretico-practic (220 ore) „Tehnici moderne de intervenții integrate în autism și alte dizabilități asociate”, calificare de psihopedagog (pedagog de recuperare), media 9,4; certificatul de absolvire A N 0013, eliberat de către DGETS și AO „Sos Autism”;  <b>01.02.2011 – 01.04.2011:</b> Cursuri de masaj și reabilitare a copiilor cu nevoi speciale atestat prin adeverința nr. 0724, eliberată la 01.04.2011 cu calificarea „maseuză în domeniul masajului curativ-profilactic la copii și adulți” (200 ore);  <b>2005 – 2006:</b> studii de masterat, Facultatea de Psihologie și Psihopedagogie Specială, UPS „Ion Creangă” din Chișinău;  <b>1998 – 2002:</b> studii de licență, Facultatea de Psihologie și Psihopedagogie Specială, UPS „Ion Creangă” din Chișinău;  <b>1993 – 1998:</b> Școala Normală „Vasile Lupu”, Orhei, specialitatea Profesor la clasele primare;  <b>1996 – 1998:</b> Școala de Pictură, Orhei;  <b>1993:</b> Absolventă a clasei a IX-a a Liceului „Mihai Eminescu”, or. Sîngerei;  <b>1993:</b> Absolventă a școlii de muzică, Sîngerei</p>
<b>Traininguri și cursuri de formare</b>	Vezi anexa 1



<p><b>Aptitudini și competențe personale</b></p>	<p><b>ACTIVITATEA DE FORMATOR:</b>  Septembrie 2021 – noiembrie 2021: formator la AO „Viitorul începe azi” traininguri pentru specialiști care se ocupă de recuperarea abuzului la diferite categorii de beneficiari;  August 2021: formator „Tehnici de recuperare și evaluare a copiilor cu CES” în cadrul SAP Leova, pentru profesioniști, profesori și cadre didactice de sprijin;  Februarie 2019 – noiembrie 2020: formator în seminare pentru părinți cu copii cu nevoi speciale la „Sos Autism”, psiholog, psihoterapeut și coaching la „Psiholog pentru copii și mături”;  Iunie 2018 – august 2018: formator pentru părinți, programul parental pentru o viață sănătoasă;  Martie 2018: formator în cadrul seminarului „Reabilitarea copiilor cu dizabilități și abilitarea părinților cu diverse tehnici practice” în cadrul Centrului de zi pentru copii cu dizabilități „Pasărea albastră” din Hâncești;  Februarie 2018: training pentru cupluri „Fluturii din stomac și relația de cuplu sănătoasă”;  Noiembrie 2017: trainer pentru părinți „Copii disciplinați – părinți realizați”;  28 – 29 iunie 2017: „Auditul serviciilor sociale în 12 UTA din R. Moldova” în cadrul seminarului „Politici de protecție a copilului. Valorificarea parteneriatelor locale” cu participarea specialiștilor în protecția drepturilor copilului, specialiștii în problemele familiilor cu copii în situație de risc, specialiști din ONG-uri care activează în domeniul protecției copilului, care vor fi instruiți de experți naționali din domeniu și reprezentanți ai Guvernului RM;  19 – 21 decembrie 2016: dezvoltarea serviciului social, asistență parentală profesionistă pentru copiii cu vârsta până la 3 ani și copiii cu dizabilități. Grupul țintă: Managerii și specialiștii din cadrul Serviciilor de Asistență Parentală Profesionistă din întreaga țară (sau șefii Direcțiilor de Asistență Socială și Protecție a Familiei în cazul lipsei serviciului);  1–2 decembrie 2016: „Măsuri de intervenție în lucru cu familiile cu copii în situații de risc. Etapele intervenției. Factorii de protecție și factori de risc” organizat de CCF Moldova/HHC Maria Britanie;  Iunie 2015 – martie 2018: formator în cadrul cursurilor de formare inițială și continuă a asistenților parentali profesioniști și părinților educatori din cadrul caselor de copii de tip familie din Republica Moldova;  Ianuarie 2012: formator în cadrul seminarului de formare pentru asistenții sociali din r. Leova „Metode de lucru cu preadolescenții și cu membrii familiilor lor. Copiii agresivi, fuga de acasă, minciuna etc.”;  Decembrie 2011: formator în cadrul seminarului pentru asistenții sociali din r-nul Cimișlia „Metode de lucru cu familiile socialmente vulnerabile și recuperarea acestora”;  2010 – prezent: formator, seminarul de formare a potențialilor părinți educatori în Casele de Copii de Tip Familie și Asistenții Parentali profesioniști din Chișinău și din Republica Moldova, proiect organizat CCF Moldova și HHC Marea Britanie, în colaborare cu Direcția Municipală pentru Protecția Drepturilor Copiilor;  Ianuarie – Februarie 2010: formator, „Trainingul de formare a asistenților parentali profesioniști pentru copiii cu nevoi speciale” organizat de ONG Keystone;  Octombrie 2009 – ianuarie 2010: formator în cadrul trainingurilor „Comunicare partenerială” pentru studenții anului II, Psihologie;  Noiembrie 2008; formator, trainingurile pentru părinți „Disciplinarea pozitivă sau cum să educăm copii buni în societatea de azi?”;  2007 – 2008: consultant psiholog de grup pentru părinții cu copii de vârstă preșcolară;  2007 – 2008: formator, seminarul de formare a potențialilor părinți, educatori în Casele de Copii de Tip Familie din Moldova, proiect organizat de CCF Moldova și HHC Marea Britanie;  30 iunie 2005: formator – „Comunicare cu copiii de vârstă preșcolară”, proiectul „Bunicuțele” din cadrul Casei de Copii, municipiul Chișinău;</p>
--------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p>06 aprilie 2005: formator, seminarul „Metode de lucru cu copiii problematici” organizat pentru directorii adjuncți pe problemele educative din municipiul Chișinău, la liceul „Sibirschi”;</p> <p>01– 02 aprilie 2005: formator, trainingul „Educația de la egal la egal”, pentru liceenii din patru sate din raionul Ialoveni;</p> <p>Aprilie 2000: moderator, trainingul „Metode eficiente de lucru cu copii abuzați”, organizat de CNPAC, pentru voluntarii Centrului de Dezvoltare a Tineretului;</p> <p>Ianuarie 2003 – aprilie 2004: moderator, trainingurile „Arta comunicării eficiente”; „Conflictul-metode de soluționare”; „Stresul. Însușirea modalităților de relaxare”; „Gândirea critică”; „Creativitatea”; „Problemele vârstei preadolescente vizavi de stilul de educație în familie”, organizate pentru profesori, elevi și părinți ai Liceului-Internat Municipal cu Profil Sportiv;</p> <p>Mai 2004: moderator, trainingul „Arta comunicării și însușirea metodelor de rezolvare a conflictelor”, pentru copii de la casele de copii de tip familial, organizat de Christian Children’s Fund;</p> <p>Iunie 2004: moderator, trainingul „Însușirea abilităților practice de organizare a lucrului manual”, pentru copiii de la casele de copii de tip familial, organizat de Christian Children’s Fund</p>				
<b>Experiență de cercetare</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Efectuarea cercetării „<b>Evaluarea copiilor reintegrați în mediu familial (familii și asistență parentală profesionistă) din mediul instituțional (casa de copii)</b>” prin intermediul metodei Portage</li> <li>• Suport de curs „<b>Pregătirea asistenților parentali profesioniști specializați</b>” ONG Keystone în colaborare cu CCF Moldova</li> <li>• Elaborarea și redactarea a <b>13 Buletine informative „Info – CeCeFel”</b> în cadrul Centrul de Resurse pentru Familiile cu Copii de Vârstă Mică, proiect implementat de AO CCF Moldova cu sprijinul financiar al Schmtz-Hille-Foundation, CCF Kinderhilfswerk și în parteneriat cu Direcția Municipală pentru Protecția Drepturilor Copiilor</li> <li>• „<b>Îngrijire și dezvoltare timpurie a copilului: Educația Familiei, suport de curs teoretic (pentru mediile academice pedagogice și medicale)</b>”, manuscris, Centrul Național De Educație Timpurie și Informare A Familiei, Chișinău, 2005 – coautor</li> <li>• „<b>Îngrijire și dezvoltare timpurie a copilului: Educația Familiei, ghidul profesorului (pentru mediile academice pedagogice și medicale)</b>”, manuscris, Centrul Național de Educație Timpurie și Informare a Familiei, Chișinău, 2005 (coautor)</li> <li>• „<b>Ghid de asistență psihosocială a grupurilor defavorizate</b>” (culegere de materiale elaborate în cadrul proiectului <i>Răspuns eficient la necesitățile psihosociale ale grupurilor defavorizate</i>), Gender Doc-M, elaborat cu susținerea Ambasadei Britanice, Chișinău, 2005 (coautor)</li> <li>• Participarea ca cercetător la studiu Caselor de Copii de Tip Familie: „<b>Vindecând trecutul, construim viitorul</b>”, organizat și realizat de HHC și CCF Moldova, Chișinău 2008</li> <li>• <b>Revista Sănătate.md</b> „Importanța cărților în dezvoltarea copilului”</li> </ul>				
Limba maternă	<b>Limba română</b>				
Limba(i) străină(e) cunoscută(e)					
Autoevaluare	<b>Înțelegere</b>		<b>Vorbire</b>		<b>Scriere</b>
<i>Nivel european (*)</i>	Ascultare	Citire	Participare la conversație	Discurs oral	Exprimare scrisă
<b>Limba rusă</b>	Avansat	Mediu	Mediu	Mediu	Mediu
<b>Limba engleză</b>	Începător	Începător	Începător	Începător	Începător
	(*) <i>Nivelul Cadrului European Comun de Referință Pentru Limbi Străine</i>				

Competențe și abilități sociale	- spirit de echipă; - capacitate de adaptare la medii diferite obținută prin experiența de muncă în diverse colective; - o bună capacitate de comunicare, obținută ca urmare a experienței profesionale, seminare de formare în context profesional și activități de voluntariat
Competențe și aptitudini organizatorice	Spirit organizatoric (experiență în logistică); Experiență în managementul de proiecte și coordonarea echipei.
Competențe și aptitudini tehnice	Efectuarea diverselor tipuri de masaj pentru copii și maturi, kinetoterapie
Competențe și aptitudini de utilizare a calculatorului	O bună stăpânire a instrumentelor Microsoft Office™ (Word™, Excel™ și PowerPoint™); Menținerea unei baze de date
Permis de conducere	categoria B
<b>Informații suplimentare</b>	Persoana de referință Natalia Zotea magistru în psihologie, expert național în educația centrată pe copil, metodist grad superior Adăscălița Viorica, lector universitar, doctor în psihologie

### **Anexa 1. Lista trainingurilor de formare profesională și personală**

31 august – 1 septembrie 2018: Școala de vară în asistență socială, Ediția I, „Rolul intervenției multidisciplinare în profesionalizarea serviciilor de asistență socială din comunitate”;

16-17 iunie 2018: modulul „Planificarea strategică a afacerii” organizat de Ministerul Economiei și Infrastructurii RM în colaborare cu ODIMM;

14 decembrie 2016: Conferința Națională „Autismul – provocări și soluții pentru Republica Moldova”, organizat de Sos Autism;

29-30 noiembrie 2016: Seminar „Măsurile de protecție și intervenție în lucru cu familiile cu copii în situații de risc. Valorificarea parteneriatelor locale” organizat de CCF/HHC Marea Britanie, Uniunea Europeană, în cadrul proiectului „Consolidarea capacității civile pentru participare incluzivă în societate a celor mai marginalizați părinți și copii”;

29 octombrie 2016: Curs de formare „Metoda de reabilitare a copiilor cu autism PECS organizat de „Sos Autism”;

21 octombrie 2016: conferința științifică națională cu participare internațională „Aspecte psihosociale în protecția copilului și a familiei de violență” (8 ore), organizată de CNPAC, CIDDC, Oak Foundation și Empowering Children Foundation în cadrul UPS „Ion Creangă”;

20-21 octombrie 2016: conferința internațională „Experiențe naționale și regionale de reformare a sistemului rezidențial pentru copii 0-3 ani”, organizată de CCF Moldova/HHC Marea Britanie și DMPDC Chișinău;

14 aprilie 2016: „Comunicarea prin muzică a copiilor cu dizabilități”

8-10 aprilie 2016: conferința națională cu participare internațională „Aspecte actuale în activitatea profesională prin metoda psihoterapeutică Balint”, Seria MPS, codul XVI, nr. 863, credite EMC 25, ore 16, organizată de Universitatea de Stat de Medicină și Farmacie „Nicolae Testemițeanu”, Societatea Psihiatrilor și Narcologilor și Asociația „Balint” din Moldova;

30 noiembrie – 2 decembrie 2015: seminar „Politici publice și advocacy în problemele copiilor cu dizabilități”, organizat de The Swedish Organisation for individual Relief (SOIR) și Sos Autism Moldova;

25-26 august 2015: seminar „Probleme de sănătate mintală în perioada copilăriei și adolescenței”;

01-02 august 2015: workshop „Achiever de setare, monitorizare și atingere de obiective”, organizat de către ICDE – Institutul de Cercetare și Dezvoltare a Excelenței, din București;

06.07.2015 – 27.07.2015: conferință online „Formula sănătății”, organizată de către MASAA;

15 mai 2015: conferință „Give me 5”. Pedagogie modernă pentru lucru cu persoanele din spectrul autist”, organizată la Chișinău, în cadrul proiectului „Educație incluzivă, un drept pentru fiecare copil”, finanțat de către Ambasada Țărilor de Jos în București;

12-14 mai 2015: seminar „Particularitățile psihosociale ale adopției în Republica Moldova”, organizat de „AiBi – Amici de Bambini”;

5 aprilie 2015: curs „Comunicare prin muzică în procesul de reabilitare a copiilor cu nevoi speciale”;

Noiembrie 2014 – mai 2015: curs internațional „Autismul, aspecte teoretice și practice”, organizat la Chișinău în cadrul proiectului „Educație incluzivă, un drept pentru fiecare copil”, finanțat de Ambasada Țărilor de Jos în București;

18 noiembrie 2014, 16 iulie 2014: curs de instruire (de câte o zi) în domeniu nediscriminării, Convenției Europene pentru Drepturile Omului și al Cartei Sociale Europene Revizuite, organizat în cadrul programului comun al Consiliului Europei și al Uniunii Europene, cu suportul Uniunii Avocaților din Republica Moldova;

27-28 octombrie 2014: seminar „Educația incluzivă. Monitorizarea respectării dreptului la educație al tuturor copiilor”, în cadrul proiectului „Dinamizarea procesului de educație incluzivă în Republica Moldova” organizat de Alianța ONG-urilor în Domeniul Protecției Sociale a Copilului și Familiei (APSCF), în parteneriat cu CCF Moldova;

23-25 octombrie 2014: participarea la conferința internațională „Fenomenul sărăciei în condițiile societății în tranziție”, organizată de UPS „I. Creangă”, DGETS;

8-11 iulie 2014: training „Dezvoltare și comunicare – greșeli de comunicare, structura comunicării, comunicare eficientă, prezentări și vorbitul în public”, susținut de dl Valeriu Nicolae Ciolan, expert internațional. Exerciții de comunicare sub stres, de prezentare în public, de lobby și advocacy;

21-23 februarie 2014: simpozion cu tema „Copiii și trauma: noi modalități de intervenție”, organizat de Asociația Umanitară „Noroc”, Tulcea, prezentat de dr. conf. Eamon MC Bride Anderson, Universitatea din Montana, SUA;

18 ianuarie 2014: cursul „Redescoperă-ți personalitatea”, organizat de Ascending (Business Intelligence Group și Innov(beyond your limits));

17 - 19 mai 2013: training „Primii pași ai intervenției în autism – bazele intervenției”, organizat de Clubul Rotary International în Republica Moldova, Chișinău; formator Ariana Niculescu, psiholog;

7 iulie 2012 – 07.07.2013: curs teoretico-practic „Tehnici moderne de intervenții integrate în autism și alte dizabilități asociate” (120 ore teoretice, 100 de ore practice), organizat de „Sos Autism” și DGETS;

16-19 februarie 2012: curs de formare „Metode de lucru prin intermediul cardurilor OH nivelul I și II” – (36 ore), confirmat prin certificat eliberat de către „European association for psychotherapy asian federation for psychotherapy world council for psychotherapy professional psychotherapeutic league of the russian federation”;

15 noiembrie 2011, 18 ianuarie 2012: curs de formare „Основы семейного консультирования” – (60 ore), confirmat prin certificat al МИГИП – Московский Институт Гештальта и Психодрамы;

Aprilie 2011: cursuri de instruire profesională „Paralizia cerebrală și sindromul Down. Noi abordări în evaluarea funcționalității. Testele DAYC, GMFM de evaluare a funcționalității copilului” (27 ore), organizate de CCF Moldova în colaborare cu CIP „Voinicel”, confirmate prin certificat;

Septembrie 2008: seminarul „Education across the borders”, organizat de asociația „Prietenii copiilor”, confirmat prin certificat eliberat de „Agency for Development Assistance and Humanitarian Aid of the olomouc Region”;

Noiembrie 2007: „Cursul de instruire profesională în intervenția timpurie pentru copilul cu dizabilități”, (8 ore), organizat de CIP „Voinicel”;

Octombrie 2006: trainingul „Psychosocial Responses to Trauma and Family Abuse”, organizat de IOM (Organizația Internațională a Muncii);

16-18 martie 2006: curs de instruire: „Monitorizarea celor mai grave forme ale muncii copiilor, inclusiv traficul de copii”, organizat de CNPAC și ILO-IPEC, Moldova, confirmat prin certificat;

Noiembrie 2005: training „Educația în baza bunului-simț” (21 ore), organizat de „Girls and Boys Town”, în colaborare cu CNPAC, confirmat prin certificat eliberat de Catedra de psihologie clinică RGPU și Centrul de Training și Consultație „12 colegii”;

22 aprilie 2005 – 21 iulie 2005: training de formare: „Metode și tehnici de investigare a necesităților grupurilor defavorizate și intervenția prin metodele psihodramatice”(32 ore), organizat și confirmat prin certificat de către GenderDoc-M, în colaborare cu CPAP – Centrul de Psihologie de Acțiune și Psihoterapie, România;

10-12 septembrie 2004: training: „Comunicarea nonviolentă”, organizat de Eva Rambala, confirmat prin certificat (25 ore) de la Center For Nonviolent Communication;

Martie 2004: training „Toleranță și competență socială” (16 ore), organizat de Direcția Generală de Educație Știință Tineret și Sport, Chișinău, în colaborare cu Centrul de Dezvoltare a Tineretului, Chișinău, confirmat prin certificat;

August 2003: școala de vară „Unic și important”, pentru copii și tineri abuzați, de la cabinetele „Amicul”, proiectul „Prieten mare, prieten mic”, Holercani, organizat de Centrul Național de Prevenire a Abuzului față de Copii, în parteneriat cu Corpul Păcii;

Iulie 2002: in-service training „Perfecționarea abilităților de colaborare în cadrul echipei PAC”, organizat de CNPAC – Centrul Național de Prevenire a Abuzului față de Copii;

Iunie 2001: școala de vară „Asertivitate”, „Comunicare verbală și nonverbală”, „Educația non-violentă”, „Percepția de sine”, Hîrjauca, organizat de CNPAC;

Martie 2001: training „Aspecte psihologice și sociale ale prevenirii și terapiei copilului maltratat”, organizat de CNPAC;

Martie 2001: training „Tehnici de comunicare și rezolvare a conflictelor”, organizat de CNPAC, în colaborare cu Centrul de Dezvoltare a Tineretului și cu Centrul de Informare și Documentare a Drepturilor Copiilor, Holercani, organizat de CNPAC și CIDDC;

Noiembrie 2000: in-service training „Violența în familie”, Chișinău;

Iulie 2000: școala de vară pentru voluntarii Centrului Național de Prevenire a Abuzului față de Copii și ai Centrului de Informare și Documentare a Drepturilor Copiilor, Holercani, organizat de CNPAC și CIDDC;

Iunie 2000: in-service training „Copilul abuzat: intervenție, reabilitare, comunicare”, organizat de CNPAC, Chișinău;

Noiembrie 1999-iunie 2001: workshop „Individualizare și diferențiere în educație. Tehnologii de individualizare în proiectul de educație timpurie individualizată”; „Drepturile copiilor de azi”; „Modalități de organizarea a activității în cadrul proiectului PETI”, organizate de Centrul Republican de RESURSE, Proiectul de educație timpurie individualizată;

23-27 august 1999: training de instruire „Prevenirea abuzului față de copii”, organizat de CNPAC la Holercani, confirmat prin certificat;

Decembrie 1999: training „Arta comunicării”, organizat de Centrul „Armonie”.