

UNIVERSITATEA PEDAGOGICĂ DE STAT „ION CREANGĂ” DIN CHIȘINĂU

ȘCOALA DOCTORALĂ DE PSIHOLOGIE

Cu titlul de manuscris

C.Z.U: 159.922.8(043.2)

STANCIU MIRELA

EMOȚIILE NEGATIVE LA ADOLESCENȚI ȘI MODALITĂȚI DE DIMINUARE

Specialitatea: 511.02 – Psihologia dezvoltării și psihologia educațională

Rezumatul tezei de doctor în psihologie

CHIȘINĂU, 2023

Teza a fost elaborată în cadrul Școlii Doctorale de Psihologie din Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău

Componenta Comisiei de susținere publică a tezei de doctorat:

Președinte:

LOSÎI Elena, conferențiar universitar, doctor în psihologie, Catedra Psihologie, Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău

Conducător de doctorat:

RACU Iulia, conferențiar universitar, doctor habilitat în psihologie, Catedra Psihologie, Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău

Referenți oficiali:

ANTOCI Diana, conferențiar universitar, doctor habilitat în pedagogie, doctor în psihologie, prorector pentru cercetare, Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău

DANILIUC Natalia, conferențiar universitar, doctor în psihologie, Catedra Sănătate mintală, psihologie medicală și psihoterapie, Universitatea de Stat de Medicină și Farmacie „Nicolae Testemițanu” din Republica Moldova

POTÂNG Angela, conferențiar universitar, doctor în psihologie, șef Departament Psihologie, Universitatea de Stat din Moldova

Susținerea va avea loc în 22 martie 2023, la ora 12:00, în ședința Comisiei de doctorat din cadrul Școlii Doctorale de Psihologie din UPS „Ion Creangă” (str. Ion Creangă, 1, bloc 2, sala Senatului)

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

Rezumatul a fost expediat pe 20 februarie 2023

Președintele Comisiei de susținere,

LOSÎI Elena, conferențiar universitar, doctor în psihologie

Conducător de doctorat,

RACU Iulia, conferențiar universitar, doctor habilitat în psihologie

Autor,

STANCIU Mirela

©Stanciu Mirela, 2023

INTRODUCERE

Actualitatea și importanța temei abordate. Ultimele decenii ale secolului XXI sunt marcate atât de profunde și multiple crize în diferite domenii: economic, financiar, social, cât și de așa fenomene cum ar fi globalizarea și digitalizarea. La toate acestea s-au mai adăugat și pandemia COVID-19, cu restricțiile impuse de aceasta. Toate cele enumerate pun o presiune foarte mare și sunt o adevărată provocare pentru fiecare individ, având un impact psihologic negativ ce generează probleme emoționale și de comportament.

Statisticile recente prezentate de diferite organisme mondiale și europene cu referire la problemele și tulburările emoționale și comportamentale îngrijorează, evidențiindu-se o creștere alarmantă a numărului persoanelor afectate de anxietate și depresie. În afară de adulți, anxietatea și stările depresive se întâlnesc și la adolescenți. Statistici mai recente arată că peste 20% din copii și adolescenți sunt diagnosticați cu tulburări de anxietate, și 14,4% din adolescenții cu vârsta cuprinsă între 12 și 17 ani suferă de episoade depresive majore [9].

Statisticile pentru România și Republica Moldova se înscriu în cele prezentate la nivel mondial. În plus vom menționa că în cele două țări din anul 2020 a crescut numărul de copii și adolescenți cu anxietate, fobii, stări depresive, ideea suicidară, tulburări de comportament și tulburare hiperkinetică ce solicită suport psihoemoțional, astfel punându-se presiune pe activitatea serviciilor de sănătate mintală.

Adolescența este o etapă importantă și complexă în dezvoltarea umană [1, 3, 4, 6, 12, 21, 30, 31, 52, 54] ce înglobează diverse și multiple schimbări și metamorfoze evolutive în plan biologic, cognitiv și psihosocial care conturează construcția identității și cristalizarea personalității prin care se asigură tranziția la maturitate. Cadrul modificărilor biologice, restructurările în abilitățile cognitive, preocupările legate de identitate condiționează anxietate, frământări, stări depresive, agitație, agresivitate, revoltă, stres, acumulare de presiune [4, 30, 31, 33, 34, 35, 52, 54]. Împreună cu schimbările legate de caracteristicile de vârstă, adolescenții de astăzi se confruntă cu numeroase provocări, probleme și riscuri: migrația părinților care determină creșterea adolescenților care rămân fără supravegherea acestora; problemele cu care se confruntă părinții adolescenților: violență, insecuritate, depresie, stres continuu, conflicte și dificultăți de relaționare; accesul ușor al adolescenților la diferite substanțe cum ar fi: alcoolul și drogurile; programele de educație din ce în ce mai solicitante și tehnologiile avansate care ar putea determina dependența de jocuri video și internet [1, 30, 31, 33]. Experiențele enumerate influențează dezvoltarea sferei psihoemoționale și a sănătății mintale a adolescenților. Potrivit celor expuse, nu este de mirare că suntem martori la o creștere a numărului de adolescenți cu emotivitate negativă: anxietatea, stările depresive și a fenomenelor psihologice corelate cu acestea: agresivitatea, stresul, etc.

Descrierea situației în domeniul de cercetare și identificarea problemei de cercetare. Problema emoțiilor și a sferei emoționale au fost și continue să fie teme de investigații în multiple discipline: neurobiologia, neurofiziologia, medicina, psihiatria, pedagogia și psihologia. În știința psihologică emoțiile au fost cercetate de C. Andre, P. Bard, Ș. Boncu, W. Cannon, D. Cordaro, J. Cosnier, P. Ekman, S. Freud,

L. Gallo, M. Graham, C. Izard, W. James, D. Keltner, C. Lange, C. Morissete, B. Nelson, R. Lazarus, F. Lelord, V. Pavelcu, R. Plutchik, J. Sartre, ș.a. [7, 11, 18, 19, 26, 60, 62, 63, 64]. Particularitățile sferei emoționale la adolescenți au fost cercetate și descrise în lucrările: R. Adams, E. Badaea, L. Bauman, M. Berzonsky, G. Cucu-Ciuhan, F. Dolto, E. Erikson, P. Galimard, F. Golu, L. Mitrofan, A. Munteanu, G. Pănișoara, I. Racu, G. Sion, U. Șchiopu, E. Verza, F. Verza, E. Vladislav, ș.a. [1, 3, 4, 21, 28, 54, 57]. Consemnăm cercetările și studiile cu referire la experiențele emoționale negative cum ar fi anxietatea: A. Adler, R. Cattell, R. Doron, S. Freud, I. Holdevici, R. Martens, R. May, Ch. Spielberger, U. Șchiopu, J. Watson [18, 33, 51], stările depresive B. Bauer, A. Beck, J. Cantor, D. Clark, J. Garber, E. Hoge, V. Jordan, J. Schulman, D. Servan-Schreiber, N. Shanley, B. Shapiro [1, 9, 15, 25, 42, 43] și corelatele psihologice ale acestora: agresivitatea L. Gallo, S. Freud, T. Murph, A. Neculau, C. Păunescu, G. Pănișoara, U. Șchiopu, E. Verza [18, 19, 29, 31, 54, 56], și stresul: B. Balgiu, A. Băban, A. Floru, I. Iamandescu, C. Izard, R. Lazarus, P. Legeron, H. Selye [1, 3, 5, 15, 17, 24, 26, 27, 43, 64].

În Republica Moldova consemnăm mai multe studii care cuprind emoțiile, anxietatea, stările depresive și agresivitatea. Valoros este studiul întreprins de E. Losî cu privire la agresivitate descris în teza de doctor „*Specificul manifestării și modalități de diminuare ale comportamentului agresiv la preadolescenții contemporani*”. E. Losî consemnează că agresivitatea este mai accentuată la preadolescenții de 13 – 14 ani, fapt ce îl explică prin criza de vârstă. Din tipurile de agresivitate investigate cele mai proeminente sunt: agresivitatea verbală și cea fizică. De asemenea, autoarea evidențiază existența diferențelor de gen în manifestările agresive, preadolescențele demonstrând agresivitate mai ridicată. Z. Bolea în cercetarea sa de doctorat „*Diferențe de gen în stările depresive la vârsta adolescentă*”, punctează existența diferențelor de gen în stările depresive la adolescenți și anume o incidență mai mare a stărilor depresive în rândul adolescentelor. O constatare semnificativă a lucrării este că adolescenții demonstrează o capacitate redusă de a-și conștientiza și verbaliza trăirile afective. A. Verdeș în teza de doctor „*Dezvoltarea afectivității la preadolescenții educați în situații sociale de dezvoltare diferite*” evidențiază caracteristicile sferei emoționale (anxietate, agresivitate, tipurile de manifestare ale agresivității) la preadolescenți, precum și determinantele psihosociale ale emoțiilor negative (comunicarea preadolescenților cu adulții din familiile temporar dezintegrate și interacțiunile sociale din școala internat) la aceștia [apud 33]. Afectivitatea adolescenților este investigată și descrisă de N. Daniliuc în teza de doctor cu titlul „*Formarea la adolescenți a sentimentului de grațitudine față de părinți*”. N. Daniliuc menționează că trăirile afective evaluative fundamentale ale adolescenților față de fiecare părinte în parte diferă după coloratură și intensitate. Trăirile afective evaluative pozitive ale adolescenților și ale adolescentelor față de fiecare părinte se intensifică la vârsta de 17 ani. Totodată autoarea evidențiază că unii adolescenți deși au atitudine pozitivă față de părinți, prezintă trăiri afective empatică de nivel mediu și nu includ sau includ doar pe ultimele poziții în lista trăirilor afective sentimentul de grațitudine față de părinți. Iu. Racu în teza de doctor habilitat „*Psihologia anxietății la copii și adolescenți*” propune și descrie portretul psihologic al

copilului și adolescentului cu anxietate care înglobează: caracteristicile anxietății la preșcolari, școlari mici, preadolescenți și adolescenți, tipurile de manifestare ale anxietății la diferite categorii de vârste, factorii psihosociali și individuali care condiționează anxietatea și trăsăturile de personalitate asociate cu un nivel ridicat de anxietate. Portretul propus constituie criteriile de recunoaștere a anxietății la copii și adolescenți [33].

Constatările despre insuficiența investigațiilor cu referire la problema emoțiilor negative și a corelatelor lor psihologice la adolescenți conturează următoarea problemă a cercetării care constă în formularea răspunsului la următoarea întrebare: *Care ar fi modelul de diagnostic și intervenție psihologică eficientă pentru diminuarea emoțiilor negative și a corelatelor lor psihologice în scopul asigurării procesului de dezvoltare armonioasă a sferei emoționale și a personalității adolescentului?*

Scopul cercetării constă în *studiul specificului emoțiilor negative, a corelatelor lor psihologice și a trăsăturilor de personalitate la adolescenți, precum și elaborarea și implementarea unui program de intervenții psihologice orientat la diminuarea emoțiilor negative.*

Conform scopului enunțat **am conturat următoarele obiective pentru cercetare:** 1) analiza literaturii de psihologie cu privire la emoții, emoții negative, vârsta adolescentă, modalitățile de investigare a emoțiilor negative, precum și a metodelor, tehnicilor și procedeelelor de diminuare a emoțiilor negative; 2) stabilirea modalităților de manifestare a emoțiilor negative și a corelatelor lor psihologice la adolescenți în funcție de dimensiunea gen și vârstă; 3) identificarea relațiilor dintre emoțiile negative, corelatele lor psihologice și trăsăturile de personalitate la adolescenți; 4) elaborarea și implementarea unui program de intervenții psihologice orientat la diminuarea emoțiilor negative și a corelatelor lor psihologice la adolescenți; și 5) evaluarea eficienței programului de intervenții psihologice de diminuare a emoțiilor negative și a corelatelor lor psihologice la adolescenți.

Suportul teoretic al cercetării a cuprins: *teorii explicative și delimitările conceptuale ale emoțiilor* (W. Canon, P. Ekman, W. James, C. Izard, C. Lagne, R. Lazarus, R. Plutchik și J. Sartre); *abordări privind emoțiile negative* (D. David, C. Izard și R. Lazarus), *concepții privind particularitățile vârstei adolescente și a dezvoltării sferei emoționale în adolescență* (R. Adams, E. Badea, L. Bauman, M. Berzonsky, G. Cucu-Ciuhan, F. Dolto, E. Erikson, P. Galimard, F. Golu, L. Mitrofan, A. Munteanu, G. Pănișoara, Iu. Racu, G. Sion, U. Șchiopu, E. Verza, F. Verza și E. Vladislav).

Metodologia cercetării derivă din scopul, obiectivele și ipotezele de cercetare și se constituie din metode teoretice (analiza și sinteza literaturii de psihologie; metoda ipotetico-deductivă pentru interpretarea și explicarea rezultatelor obținute în cercetare); metode empirice (chestionarul, testul, experimente de constatare și de control, intervenții psihologice); metode matematice și statistice (metoda calculării coeficientul de corelație Pearson, testul T-student, testul U Mann-Whitney și testul Wilcoxon). Metodele empirice utilizate sunt: *Testul Autoaprecierea stărilor psihice Eysenck, Scala de manifestare a anxietății*

Taylor, Scala de deznădejde A. Beck, Inventarul ostilității de A. Buss și A. Darkee, Scala de percepție a stresului Levenstein și Inventarul de personalitate FPI Forma HB.

Rezultatele obținute care contribuie la soluționarea problemei științifice importante constau în abordarea holistică a emoțiilor negative la adolescenți ce reiese din abordarea de gen și de vârstă, în explicarea manifestărilor corelatelor lor psihologice în dependență de gen și de vârstă și prin prisma evidențierii relațiilor între emoțiile negative, corelatele lor psihologice și trăsăturile de personalitate, fapte ce au constituit fundamentul pentru elaborarea și implementarea unui program de intervenții psihologice ce a contribuit la diminuarea emoțiilor negative.

Noutatea și originalitatea științifică a rezultatelor obținute rezidă din realizarea unui demers teoretico-experimental privind emoțiile negative și corelatele lor psihologice la adolescenți. S-a fundamentat un model psihodiagnostic pentru investigarea emoțiilor negative, a corelatelor lor psihologice și a trăsăturilor de personalitate la adolescenți. S-a identificat modul de manifestare și evoluție a emoțiilor negative pe tot parcursul vârstei adolescente. S-a stabilit caracterul specific al emoțiilor negative și a corelatelor lor psihologice la adolescenți și adolescente. Au fost evidențiate relațiile între emoțiile negative, corelatele lor psihologice și trăsăturile de personalitate la adolescenți. A fost elaborat și verificat experimental un model de intervenții psihologice orientat la diminuarea emoțiilor negative și a corelatelor psihologice ale acestora la adolescenți.

Semnificația teoretică a lucrării. Rezultatele cercetării teoretico-experimentale vin să completeze domeniile psihologia dezvoltării și psihologia educației cu cunoștințe actuale și cuprinzătoare cu privire la dezvoltarea sferei emoționale la adolescenți, la diferențele de gen și de vârstă în manifestarea emoțiilor negative și în corelatele psihologice ale acestora, precum și cu privire la interrelațiile dintre modul de manifestare a emoțiilor negative și particularitățile de personalitate la adolescenți. Rezultatele cercetării, explicațiile și legitățile expuse, precum și concluziile formulate sunt importante pentru reconceptualizarea și actualizarea compartimentului dedicat sferei emoționale și celei a personalității în contextul secvenței „Dezvoltarea psihosocială în adolescență” din cadrul disciplinei Psihologia dezvoltării.

Valoarea aplicativă a lucrării. Ideile și legitățile descrise în prezenta cercetare despre manifestarea emoțiilor negative, a corelatelor lor psihologice și interrelațiile emoțiilor negative cu corelatele lor psihologice și cu trăsăturile de personalitate pot fi întrebuințate ca repere în procesul de formare și dezvoltare a unei personalități armonioase. Modelul psihodiagnostic descris și validat experimental poate fi utilizat în investigarea sferei emoționale și a personalității la preadolescenți, adolescenți și tineri de către psihologii școlari, psihologii clinicieni și psihoterapeuți, etc. Programul de intervenții psihologice orientat la diminuarea emoțiilor negative și a corelatelor lor psihologice poate fi folosit atât pentru controlul și reducerea emoțiilor negative, cât și pentru alte dificultăți sau probleme din aria sferei emoționale și cea a personalității la preadolescenți, adolescenți și tineri de către psihologi, consilieri școlari, cadre didactice, psihoterapeuți, părinți și chiar adolescenți.

Rezultate științifice principale înainte spre susținere:

1. Tabloul emoțiilor experimentate de adolescenți cuprinde un șir de emoții negative disfuncționale care au un anumit specific de manifestare în funcție de gen și vârstă, sunt însoțite de anumite corelate psihologice și determină configurări în trăsăturile de personalitate.
2. Dezvoltarea emoțională în adolescență este conturată de relațiile stabilite între emoțiile cu valență negativă, trăirea unor emoții negative determină instaurarea și prezența altor emoții negative, precum și de relațiile între emoțiile negative și anumite corelate psihologice ale acestora, manifestări accentuate ale emoțiilor negative prezintă inerent niveluri ridicate de corelate psihologice ale acestora.
3. Prezența emoțiilor negative și a corelatelor lor psihologice la adolescenți produce modificări în personalitate generând următoarele trăsături distincte: nevrozitate, depresie, emotivitate, dominare, inhibiție și labilitate emoțională.
4. Intervențiile psihologice special organizate pot diminua intensitatea cu care se manifestă emoțiile negative și corelatele lor psihologice având efecte pozitive asupra dezvoltării sferei emoționale și a personalității adolescentului.

Implementarea rezultatelor științifice. Rezultatele cercetării teoretico-experimentale au fost implementate în procesul didactic de pregătire și formare a studenților în cadrul disciplinelor Psihologia dezvoltării, Psihologia personalității, Psihologia afectivității și a proceselor reglatorii, a masteranzilor și doctoranzilor la facultățile de psihologie din instituțiile superioare de învățământ și în cadrul cursurilor de formare continuă și seminarelor științifico-metodice cu psihologii, consilierii școlari și cadrele didactice.

Aprobarea rezultatelor cercetării. Rezultatele cercetării teoretico-experimentale au fost discutate și aprobate în cadrul ședințelor Școlii Doctorale de Psihologie, Catedrei de Psihologie a Universității Pedagogice de Stat „Ion Creangă” din Chișinău, în cadrul conferințelor științifice și în revistele științifice: Conferință științifică națională cu participare internațională „Calitate în Educație – Imperativ al societății contemporane, Institutul de Științe ale Educației, 2020; Conferința „Probleme actuale ale științelor umanistice și Analele științifice ale doctoranzilor și competitorilor, UPS „Ion Creangă” Chișinău, 2021; 2022, Conferință științifică cu participare internațională „Dezvoltarea personală și integrarea socială a actorilor educaționali”, UPS „Ion Creangă” Chișinău, 2021; Conferința Asociației Psihologilor Atestați în România „Restructurări psihologice în criză”, Ediția XVI. Brașov, România, 2021; Conferință științifică internațională „Perspectivele și problemele integrării în spațiul european al cercetării și educației” Ediția a IX-a, Universitatea de Stat „Bogdan Petriceicu Hașdeu” din Cahul 2022; Conferința științifică cu participare internațională „Învățământul superior: tradiții, valori, perspective”, Universitatea de Stat din Tiraspol, 2022; Conferința științifică cu participare internațională „Educația de calitate în contextul provocărilor societale”, Institutul de Cercetare, Inovare și Transfer Tehnologic, UPS „Ion Creangă” din Chișinău, 2022;

Conferința științifică cu participare internațională „Asistența psihologică la etapa contemporană: realități și perspective”, Ediția a III-a, Universitatea de Stat „Alec Russo” din Bălți, Bălți 2022.

Publicații la tema tezei. 12 lucrări științifice: dintre care 3 articole în reviste științifice naționale și 9 articole în materialele conferințelor științifice internaționale, naționale cu participare internațională și naționale.

Volumul și structura tezei: Teza este constituită din: adnotări (în limbile română, engleză și rusă), lista abrevierilor, introducere, trei capitole, concluzii generale și recomandări, bibliografia din 232 de surse bibliografice; 7 anexe, 140 pagini de text de bază. Lucrarea cuprinde 77 figuri și 16 tabele.

Cuvinte-cheie: emoții negative, corelate psihologice ale emoțiilor negative, trăsături de personalitate, vârsta adolescentă.

CONȚINUTUL TEZEI

Introducerea demarează cu importanța temei de cercetare și descrierea situației din domeniul de cercetare. Sunt prezentate scopul, obiectivele și ipotezele cercetării, precum și rezultatele obținute ce contribuie la soluționarea problemei științifice importante. De asemenea sunt expuse și conceptualizate noutatea științifică a rezultatelor obținute, importanța teoretică și valoarea aplicativă a lucrării.

Capitolul 1 intitulat „**PERSPECTIVE TEORETICE ALE EMOȚIILOR ÎN PSIHLOGIE**”, prezintă problematica emoțiilor, a emoțiilor negative, a corelatelor psihologice ale acestora și particularitățile emoțiilor negative la adolescenți. Paragrafele din capitolul teoretic examinează și descriu cele mai importante delimitări conceptuale și abordări explicative ale emoțiilor în psihologie, consemnează și caracterizează cele mai relevante clasificări ale emoțiilor din psihologie, evidențiază și conturează emoțiile negative cum ar fi anxietatea și stările depresive, precum și corelatele psihologice ale acestora: agresivitatea și stresul. De asemenea capitolul conține și prezintă specificul vârstei adolescente și modalități de manifestare ale emoțiilor negative în adolescență.

Examinarea literaturii științifice de psihologie ne permite să evidențiem că: emoția poate fi definită fie ca trăire afectivă, fie ca stare psihică / mentală care este un răspuns la anumite evenimente exterioare sau interioare cu intensitate și durată variate. Orice emoție este însoțită de modificări fiziologice și psihologice ce sunt oglindite în comportament. Emoțiile caracterizează atitudinile individului față de alții și față de lumea înconjurătoare. Între emoții, procesele cognitive și personalitate există interrelații. Emoțiile influențează adaptarea, antrenarea în acțiune și sunt primordiale în relațiile interumane [7, 15, 43, 51, 59, 61].

Clasificările privind emoțiile prezintă următoarele tipologii: *emoțiile pozitive și negative*; și *emoțiile negative funcționale și emoțiile negative disfuncționale* [14, 15, 26, 61]. **Vom defini emoțiile negative disfuncționale** ca fiind experiențe emoționale de o intensitate accentuată și durată prelungită ce provoacă suferință profundă prin gânduri pesimiste și distructive, evitarea anumitor acțiuni, ezitări în luarea deciziilor, lipsa motivației, o comunicare rezervată și îndepărtare de oameni. Trăirea emoțiilor negative

disfuncționale vor influența starea de bine și sănătatea mintală. Uneori emoțiile negative pot fi însoțite de anumite stări, trăiri și comportamente: agresivitate și stres, etc [14].

Din emoțiile negative disfuncționale fac parte *anxietatea* și *depresia*. *Anxietatea* este conceptualizată ca o entitate psihologică complexă ce poate fi conturată: fie ca o trăire emoțională redusă, fie ca o caracteristică de personalitate permanentă. Experimentarea anxietății este acompaniată de nelinști, aprehensiune, prudență, temeri, surescitare, încordare, tensiune și suferință. *Depresia* este un fenomen cuprinzător ce este delimitată ca o dispoziție de spirit scăzută, fie ca o dereglare a emoționalității ce încorporează durere sufletească, anxietate, descurajare, astenie, neîncredere, dezinteres față de activitățile cotidiene, nepăsare, distanțare și lipsă de voiciune [9, 15, 16, 25, 33, 43, 51].

Corelatele psihologice ale emoțiilor negative (anxietate și depresie) sunt agresivitatea și stresul. Agresivitatea poate fi definită ca reacție, conduită sau trăsătură de personalitate a ființei umane ce pot provoca daune, pagube sau neplăceri. Agresivitatea poate fi experimentată în mai multe modalități: agresivitate fizică, agresivitate verbală, iritabilitate, negativism și suspiciune [15, 29, 38, 43, 51]. Cu referire la stres vom menționa că acesta este un fenomen psihosocial complex ce este determinat de factori cu conotație negativă externă sau internă. Resimțirea stresului are ca consecințe: tensiune, agitație, neliniște, frustrare, agresivitate, deprimare, etc [5, 42, 43, 64].

O etapă fundamentală în dezvoltarea umană este adolescența. Definitorii pentru adolescență sunt complexe și complicatele modificări biologice, cognitive și psihosociale. Amplele schimbări și evoluții pe toate planurile influențează în mod însemnat sfera emoțională a adolescenților. Trăirile și experiențele emoționale ajung să fie de o intensitate și instabilitate pronunțate. Adolescenții demonstrează labilitate și nestatornicie emoțională, o exacerbare a emoțiilor negative (anxietate și depresie) [1, 3, 4, 21, 28, 54, 57].

Capitolul 2 cu titlul „**STUDIUL EXPERIMENTAL AL EMOȚIILOR NEGATIVE ȘI AL CORELATELOR LOR PSIHOLOGICE LA ADOLESCENȚI**” cuprinde descrierea design-ului cercetării experimentale prin prezentarea scopului, obiectivelor, ipotezelor, eșantionului și a instrumentelor psihodiagnostice. Totodată sunt expuse rezultatele pentru emoțiilor negative și a corelatelor psihologice ale acestora la adolescenți prin: evidențierea modalităților de manifestare ale anxietății, stărilor depresive, culpabilității, resentimentului, precum și ale frustrării și rigidității; punerea în lumină a modalităților de manifestare ale agresivității, tipurilor de manifestare ale agresivității și a stresului la adolescenți. Toate emoțiile negative și corelatele psihologice ale acestora au fost descrise și prin prisma dimensiunilor de gen și vârstă. De asemenea capitolul 2 conține și evidențierea și conturarea interrelațiilor între emoțiile negative și corelatele lor psihologice / trăsăturile de personalitate la adolescenți.

Cercetarea experimentală a cuprins un eșantion din 269 de adolescenți cu vârste cuprinse între 14 și 19 ani: 143 adolescenți și 126 adolescente. Pentru cercetarea experimentală constativă am formulat următorul scop: *studiul specificului emoțiilor negative, a corelatelor lor psihologice, precum și evidențierea relațiilor între emoțiile negative și trăsăturile de personalitate la adolescenți.*

Conform scopului enunțat **am conturat niște obiective concrete** pentru cercetarea de constatare: 1) stabilirea modalităților de manifestare a emoțiilor negative (anxietate, stările depresive, culpabilitate, resentiment, frustrare și rigiditate) la adolescenți în funcție de dimensiunea gen și vârstă; 2) identificarea modalităților de manifestare ale corelatelor psihologice a emoțiilor negative (agresivitatea, tipurile de manifestare ale agresivității și stresului) la adolescenți în funcție de dimensiunea gen și vârstă; 3) identificarea relațiilor dintre emoțiile negative și a corelatelor lor psihologice la adolescenți; și 4) stabilirea interrelațiilor dintre emoțiile negative și trăsăturile de personalitate la adolescenți.

Pentru experimentul de constatare am lansat următoarea ipoteză generală: *presupunem că modul de manifestare și nivelurile de intensitate a emoțiilor negative la adolescenți sunt condiționate de gen, de vârstă și pot fi asociate cu anumite corelate psihologice și trăsături de personalitate.*

În scopul examinării cât mai autentice a emoțiilor negative, a corelatelor lor psihologice și a trăsăturilor de personalitate la adolescenți am utilizat următoarele teste, inventare și scale: *Testul Autoaprecierea stărilor psihice Eysenck, Scala de manifestare a anxietății Taylor, Scala de deznădejde A. Beck, Inventarul ostilității de A. Buss și A. Darkee, Scala de percepție a stresului Levenstein și Inventarul de personalitate FPI Forma HB.*

Am conceptualizat modul de manifestare a emoțiilor cu valență negativă la adolescenți prin examinarea specificului anxietății și a stărilor depresive în funcție de dimensiunea gen și vârstă prin administrarea *Testul Autoaprecierea stărilor psihice Eysenck și Scala de deznădejde A. Beck.*

Figura 1 prezintă frecvențele adolescenților din lotul experimental pentru nivelul scăzut, mediu și ridicat de anxietate.

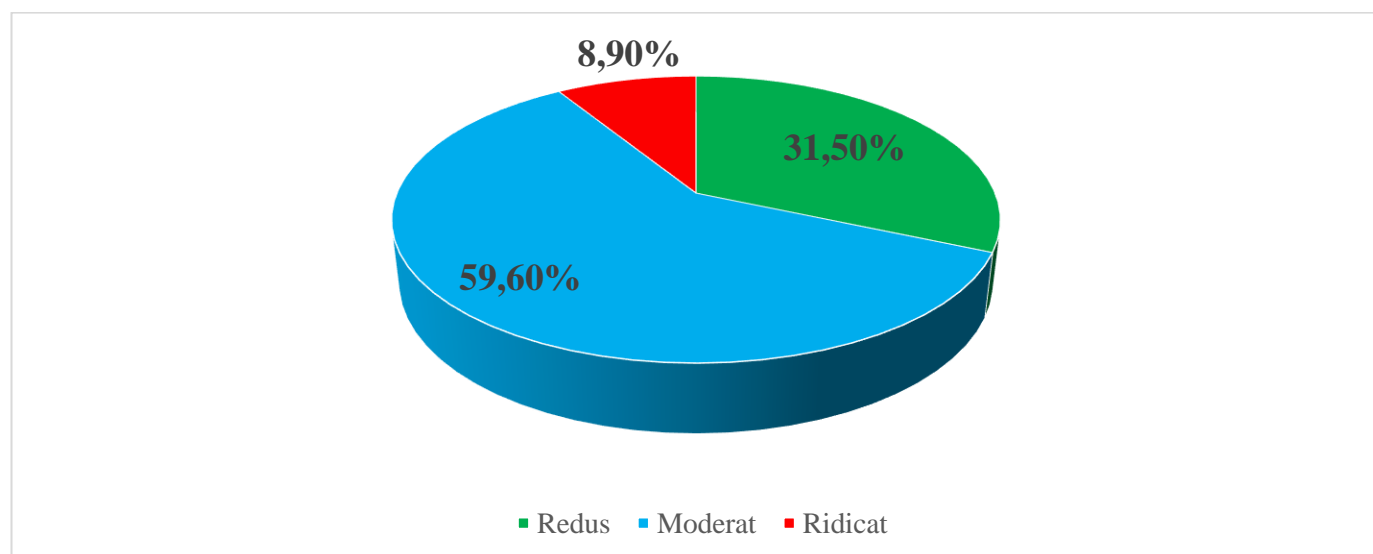


Fig. 1. Distribuția rezultatelor privind variabila anxietate la adolescenți

Analiza frecvențelor din figura 1 ne permite să evidențiem prezența nivelului redus, mediu și ridicat de anxietate la adolescenți. Cu îngrijorare constatăm că cei mai mulți adolescenți, peste jumătate din ei (59,60% și 8,90%) prezintă nivel moderat și ridicat de anxietate. Nivelurile moderat și ridicat de anxietate de care dau dovadă adolescenții le considerăm disfuncționale pentru că cauzează blocaje în comportamente,

minimizează și limitează resursele și potențialul adolescenților, diminuează capacitatea de învățare, randamentul și creativitatea în activități și deficiențe în comunicare. Toate caracteristicile evidențiate influențează bunăstarea psihoemoțională și nivelul armonios și optimal de funcționare socială a adolescenților [45]. O analiză comparativă la nivelul lotului de adolescenți, în funcție de dimensiunea de gen, în ceea ce privește anxietatea, ne permite să afirmăm că nivelul ridicat de anxietate se întâlnește la 12,70% din adolescente și 4,90% din adolescenți manifestă anxietate accentuată [45]. Testul T-student pune în lumină existența diferențelor semnificative statistice pentru anxietate între rezultatele adolescenților (M=1,69) și cele ale adolescentelor (M=1,84) (T=2,088, $p \leq 0,05$) cu medie mai mare în rândul adolescentelor. Vom evidenția aici că adolescentele sunt mai anxioase comparativ cu adolescenții. Presupunem că anxietatea ridicată a adolescentelor reiese din specificul și caracteristicile vârstei adolescente, fiind apreciată ca cea mai complexă etapă de dezvoltare a individului. Intensificarea anxietății la adolescente este condiționată de sensibilitatea acestora față de multiplele schimbări și modificări biologice, cognitive, emoționale și sociale. Considerăm că înclinația către anxietate a adolescentelor depinde de procesul complex de construire și consolidare a identității de sine, precum și dobândirea autonomiei și maturității. În plus vom explica anxietatea ridicată a adolescentelor și prin problemele și dificultățile cu care acestea se confruntă: relațiile cu semenii, cu sexul opus, neînțelegerile și conflictele cu părinții și alegerile cu privire la propriul viitor, etc. [45]. În funcție de dimensiunea de vârstă pentru anxietate consemnăm următoarele: cea mai mare frecvență pentru nivelul ridicat de anxietate se întâlnește la adolescenții de 16 – 17 ani (12,10%), fiind urmați în descresștere de adolescenții de 18 – 19 ani (8,50%) și adolescenții de 14 – 15 ani (5,50%) [45]. Conform testului T-student identificăm diferențe semnificative statistice între rezultatele adolescenților de 14 – 15 ani (M=1,72) și rezultatele adolescenților de 16 – 17 ani (M=1,90) (T=2,074 $p \leq 0,05$), și între rezultatele adolescenților de 16 – 17 ani (M=1,90) și rezultatele celor de 18 – 19 ani (M=1,68) (T=2,401 $p \leq 0,05$), în ambele cazuri cu o medie mai mare la adolescenții de 16 – 17 ani. Evidențiem aici că adolescenții de 16 – 17 ani sunt mai anxioși comparativ cu adolescenții de 14 – 15 ani și cei de 18 – 19 ani. Creșterea anxietății odată cu vârsta poate fi explicată prin provocările privind propriul viitor, pregătirea pentru examenele de bacalaureat, etc. [45].

Frecvențele pentru stările depresive la adolescenți sunt ilustrate în figura 2.

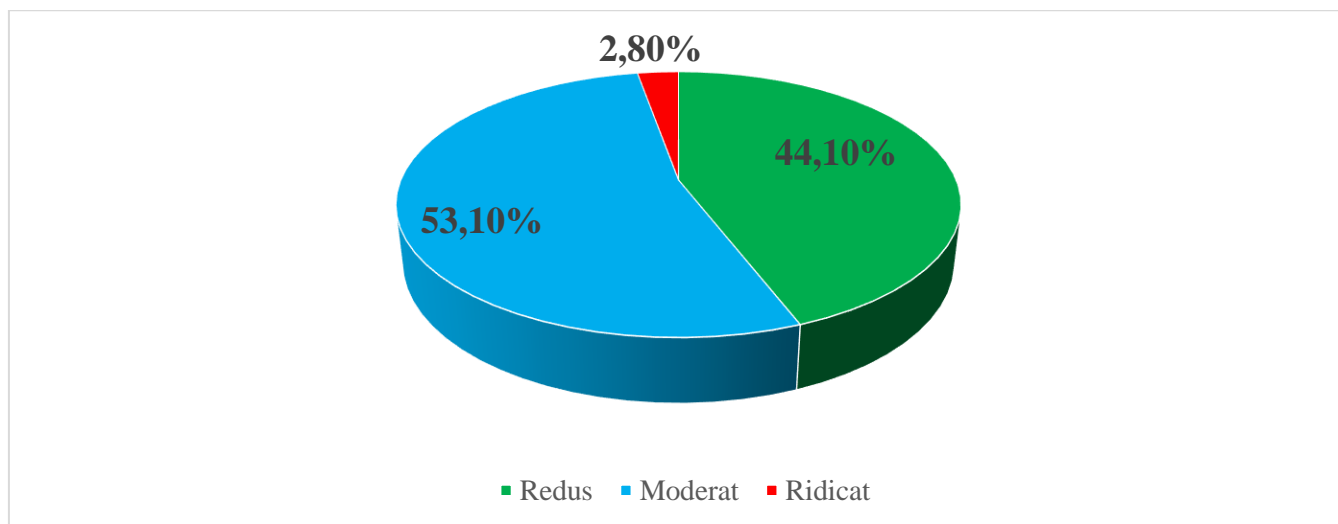


Fig. 2. Distribuția rezultatelor privind variabila stările depresive la adolescenți

Figura 2 ilustrează că peste jumătate din adolescenți (53,10% și 2,10%) experimentează nivelurile moderat și ridicat de stări depresive. Stările depresive resimțite în nivelul moderat și ridicat la adolescenți le apreciem ca fiind negative și disfuncționale pentru că sunt asociate cu multiple probleme emoționale și de comportament, diminuarea stimei de sine și a încrederii în sine, socializare defectuoasă cu cei din jur (semenii și adulții), precum și pierderea interesului pentru învățare și alte activități [50]. Coeficientul de corelație între anxietate și stările depresive ($r=0,358$, $p\leq 0,01$) confirmă existența unei interrelații între anxietate și stările depresive. Adolescenții cu nivel ridicat de anxietate prezintă stări depresive de intensitate pronunțată. Comparând frecvențele pentru stările depresive în funcție de dimensiunea gen pentru nivelul ridicat de stări depresive vom puncta că adolescentele se caracterizează prin frecvențe mai mari (7,90%) în timp ce frecvențele adolescenților sunt: 2,80%. Deși nu există diferențe de gen în manifestarea stărilor depresive la adolescenți, adolescentele prezintă o frecvență evident mai mare pentru stările depresive decât adolescenții. Vom asocia dispoziția mai proastă și mai sentimentele de deznădejde ale adolescentelor cu o vulnerabilitate mai mare la maturizarea biologică și la schimbările psihosociale. Stările depresive ale adolescentelor pot fi provocate de variatele experiențe ale vieții în fața cărora acestea se simt copleșite [50]. Investigarea modului de manifestare a nivelului ridicat a stărilor depresive la adolescenți în funcție de dimensiunea vârstă ne permite să evidențiem următoarele: acesta predomină la adolescenții de 16 – 17 ani (10%), în timp ce 1,10% din adolescenții de 14 – 15 ani și 4,50% din adolescenții de 18 – 19 ani prezintă acest nivel. Experiența stărilor depresive intense este caracteristică adolescenților de 16 – 17 ani. Astfel, rezultatele privind stările depresive, în funcție de dimensiunea vârstă se pot raporta la cele stabilite pentru anxietate [50].

Alături de emoțiile negative la adolescenți am examinat corelatele psihologice ale acestora: agresivitatea și tipurile de manifestare ale agresivității. Pentru a investiga agresivitatea și tipurile de manifestare ale agresivității (agresivitate fizică, agresivitate indirectă, negativism, suspiciune, iritabilitate și agresivitate verbală) la adolescenți am administrat *Testul Autoaprecierea stărilor psihice Eysenck* și

Inventarul ostilității de A. Buss și A. Darkee. Figura 3 ilustrează frecvențele adolescenților pentru agresivitate și tipurile de manifestare ale agresivității.

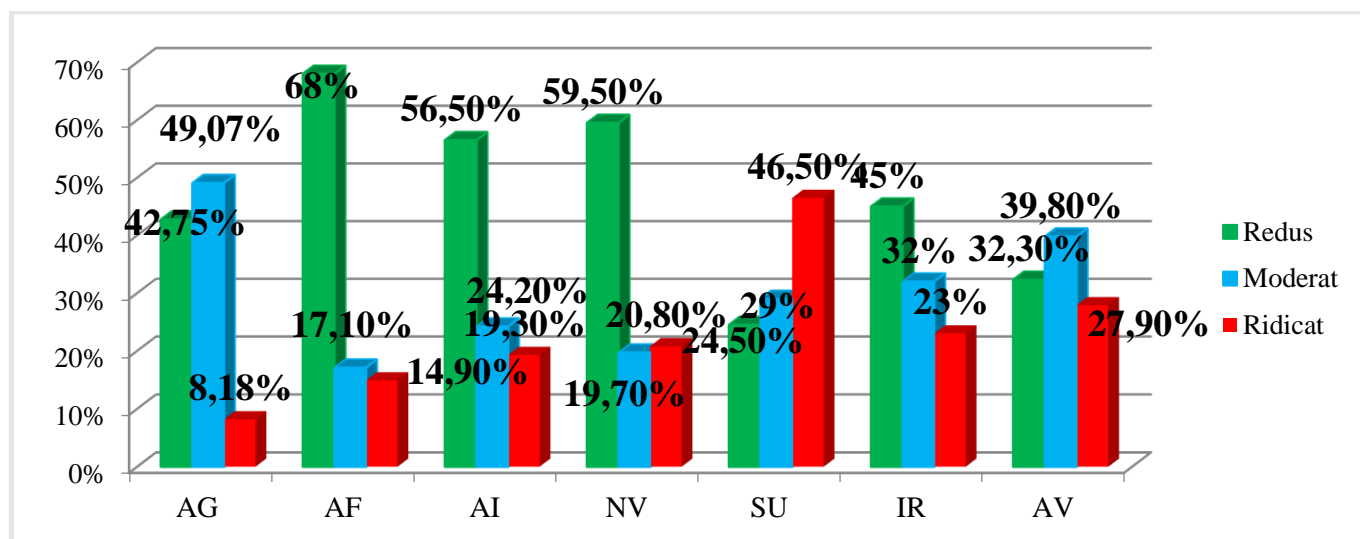


Fig. 3. Distribuția rezultatelor privind variabilele agresivitate și tipurile de manifestare ale agresivității la adolescenți

49,07% și 8,18% din adolescenți prezintă nivel moderat și ridicat de agresivitate. Comportamentele, atitudinile și cuvintele agresive exprimate de adolescenți fie în mod deschis sau într-o manieră mai insidioasă pot declanșa în replică, o agresivitate și mai activă. Vom semnala că adolescenții agresivi sunt nemiloși, deseori evită responsabilitățile, sfidează cu ușurință autoritatea, încalcă normele sociale, cu dificultate se controlează. Cu referire la sfera relațiilor vom puncta: conflictele cu cei din jur, relații interpersonale ostile, o slabă afecțiune pentru semenii și familie. Evidențiem prezența relațiilor între emoțiile negative (anxietatea și frustrare) și agresivitate ($r=0,658$, $p\leq 0,01$ și $r=0,310$, $p\leq 0,01$). Vom sublinia că adolescenții ce manifestă așa emoții negative ca anxietatea și frustrarea în sfera lor emoțională se încadrează și reacțiile agresive accentuate [48].

În ceea ce privește nivelurile moderat și ridicat de agresivitate fizică constatăm că acestea se întâlnesc la 17,10% și 14,90% din adolescenți. În comportamentele adolescenților se regăsesc următoarele reacții obstructioniste și primejdioase: lovituri cu palma, pumnul sau piciorul, trântirea anumitor obiecte, îmbrânceli, și împingeri și izbiri de perete a semenilor. De asemenea atestăm existența unei relații între agresivitate și agresivitatea fizică susținută prin coeficientul de corelație ($r=0,327$, $p\leq 0,01$). Din cele expuse vom conceptualiza că adolescenții cu comportamente agresive accentuate demonstrează și agresivitate fizică. După testul T–student identificăm diferențe semnificative statistic pentru agresivitatea fizică între rezultatele adolescenților de 14 – 15 ani ($M=1,54$) și rezultatele adolescenților de 18 – 19 ani ($M=1,30$) ($T=2,29$, $p\leq 0,05$), cu media mai mare în rândul adolescenților de 14 – 15 ani și între rezultatele adolescenților de 16 – 17 ani ($M=1,55$) și rezultatele adolescenților de 18 – 19 ani ($M=1,30$) ($T=2,406$, $p\leq 0,05$), cu media mai mare la adolescenți de 16 – 17 ani. Vom menționa că adolescenții de 14 – 15 ani și cei de 16 – 17 ani demonstrează nivel mai accentuat de agresivitate fizică comparativ cu semenii lor de 18

– 19 ani. Pentru diferențele statistice evidențiate vom formula următoarea explicație: adolescenții de 14 – 15 ani și cei de 16 – 17 ani sunt încă în plin proces de dezvoltare și maturizare a sferei emoționale și a personalității neavând încă complet formate mecanismele de exprimare și gestionare a reacțiilor și comportamentelor negative, printre care și agresivitatea fizică.

Cu referire la adolescenții cu agresivitate indirectă evidentă (24,20% și 19,30%) vom puncta că aceștia demonstrează comportament manipulator care este destinat să dăuneze și să fie în detrimentul relațiilor sale sociale sau relațiilor cu un grup. Foarte frecvent în comportamentul adolescenților pot fi surprinse următoarele reacții: răspândirea informațiilor false, a bârfelor, zvonurilor, excluderea anumitor semeni din cercul său de comunicare și din careva activități comune, precum și intimidarea, respingerea și ignorarea unei persoane. Manifestarea agresivității în mod indirect diminuează sentimentele de responsabilitate și culpă pentru cele împlănuite. Calculul corelațiilor adevărește existența interrelațiilor între emoțiile negative (anxietate, anxietate (Taylor), stările depresive) și agresivitate indirectă ($r=0,304$, $p\leq 0,01$, $r=0,434$, $p\leq 0,01$ și $r=0,400$, $p\leq 0,01$). Adolescenții ce trăiesc emoții negative, adică experimentează un nivel intens de anxietate și stări depresive recurg la reacții de agresivitate indirectă.

Alături de tipurile de agresivitate deja caracterizate, adolescenții manifestă și negativism (nivel moderat și ridicat de negativism: 19,70% și 20,80%). La adolescenții cu negativism accentuat, pe care îl considerăm neprielnic și dăunător cosemnăm și următoarele particularități: iritabilitate, încăpățănare, neîncredere și anxietate crescută, conflicte continui, dificultăți în comunicarea și interacțiunea cu cei din jur sau izolarea, o dorință rară de a merge la compromis, precum și refuzul de a îndeplini cerințele părinților sau exigențele și sarcinile cadrelor didactice. De asemenea vom pune în lumină existența interrelațiilor între agresivitate și negativism și între agresivitatea fizică și negativism, fapt confirmat prin coeficienții de corelație obținuți ($r=0,361$, $p\leq 0,01$ și $r=0,347$ și $p\leq 0,01$). Vom menționa că adolescenții cu nivel ridicat de agresivitate și agresivitate fizică prezintă frecvente reacții de negativism.

O bună parte din adolescenți (29% și 46,50%) prezintă nivel moderat și ridicat de suspiciune. La adolescenții ce se caracterizează prin suspiciune identificăm trăiri nefavorabile și vitrege: agitație, temeri, îngrijorare, obsesii. În plus evidențiem la acești adolescenți evitarea unor anumite locuri sau persoane, limitarea comunicării și inconsecvență în acțiuni. Evidențiem interrelații între emoțiile negative (anxietate și resentiment) și suspiciune, fapte confirmate prin coeficienții de corelație și pragurile de semnificație ($r=0,432$, $p\leq 0,01$ și $r=0,307$ și $p\leq 0,01$). Vom afirma că la adolescenții ce prezintă emoții negative (anxietate și resentiment) descoperim și suspiciune intensă. Statistic după testul T-student obținem diferențe semnificative pentru suspiciune între rezultatele adolescenților de 16 – 17 ani ($M=2,37$) și adolescenții de 18 – 19 ani ($M=2,04$), ($T=2,78$, $p\leq 0,05$) cu o medie mai mare pentru adolescenții de 16 – 17 ani. Rezultatele ne relevă faptul că adolescenții de 16 – 17 ani sunt mult mai suspicioși decât adolescenții de 18 – 19 ani. Rezultatele pentru suspiciune sunt similare cu cele pentru anxietate, stările depresive, agresivitate și

agresivitatea fizică. Considerăm că suspiciunea intensă a adolescenților de 16 – 17 ani este condiționată de aceiași factori care determină manifestarea altor emoții negative și a corelatelor psihologice ale acestora.

Peste jumătate din adolescenți demonstrează nivel moderat și ridicat de iritabilitate (32% și 23%). Iritabilitatea excesivă la adolescenți duce la comportamente deplasate și impulsive, precum și la frustrare exagerată. Adolescenții pot manifesta iritabilitatea în relațiile cu cei din jur, mai ales atunci când resimt anxietate, stări depresive sau stres. Astfel iritabilitatea poate afecta relațiile adolescenților. Coeficienții de corelație confirmă existența relațiilor între emoțiile negative (anxietate Taylor și rigiditate) și iritabilitate ($r=0,322$, $p\leq 0,01$, $r=0,317$, $p\leq 0,01$) și între agresivitate și tipurile de agresivitate (agresivitate fizică, agresivitate indirectă și negativism) și iritabilitate ($r=0,333$, $p\leq 0,01$, $r=0,364$, $p\leq 0,01$, $r=0,408$, $p\leq 0,01$ și $r=0,358$, $p\leq 0,01$). Adolescenții ce experimentează emoții negative (anxietate și rigiditate) sunt înclinați să resimtă și iritabilitate. Totodată vom evidenția că adolescenții ce dau dovadă de agresivitate, agresivitate fizică, agresivitate indirectă și negativism se caracterizează și prin iritabilitate. După testul T-student identificăm diferențe semnificative statistic pentru iritabilitate între rezultatele adolescenților de 14 – 15 ani ($M=1,70$) și rezultatele adolescenților de 16 – 17 ani ($M=1,94$), ($T=2,035$, $p\leq 0,05$), cu media pentru adolescenții de 16 – 17 ani. Vom consemna, că anume adolescenții de 16 – 17 ani demonstrează nivel mai ridicat de iritabilitate. Datele obținute pentru iritabilitate se înscriu în stările psihoemoționale negative caracteristice adolescenților de 16 – 17 ani în care se regăsește anxietatea, stările depresive, precum și corelatele lor psihologice (agresivitatea, agresivitatea fizică și suspiciunea). Iritabilitatea adolescenților de 16 – 17 ani poate fi conceptualizată prin schimbările adolescenței evidențiate anterior pentru emoțiile negative și corelatele lor psihologice (agresivitate și tipuri de agresivitate).

Mult peste jumătate din adolescenți (39,80% și 27,90%) demonstrează nivel moderat și ridicat de agresivitate verbală. Agresivitatea verbală are consecințe dăunătoare la fel ca și agresivitatea fizică: rănirea sentimentelor celor din jur, iritabilitate, jenă, furie și deteriorarea relațiilor. Cu cât mai intensă este agresivitatea verbală cu atât conflictele escaladează. Am evidențiat prezența interrelațiilor între agresivitate și tipurile de agresivitate (agresivitate indirectă și negativism) și agresivitate verbală ($r=0,397$, $p\leq 0,01$, $r=0,343$, $p\leq 0,01$ și $r=0,304$, $p\leq 0,01$). Conceptualizările privind agresivitatea și tipurile de agresivitate (agresivitatea indirectă și negativismul) la adolescenți sunt completate și prin prezența agresivității verbale la aceștia. Studiul statistic al rezultatelor adolescenților pentru agresivitatea verbală după testul T-student ne permite să evidențiem diferențe semnificative între rezultatele adolescenților de 14 – 15 ani ($M=2,03$) și rezultatele adolescenților de 18 – 19 ani ($M=1,79$) ($T=2,024$, $p\leq 0,05$) cu o medie mai mare la adolescenții de 14 – 15 ani, și între rezultatele adolescenților de 16 – 17 ani ($M=2,04$) și rezultatele adolescenților de 18 – 19 ani ($M=1,79$) ($T=2,216$, $p\leq 0,05$) cu media mai mare la adolescenții de 16 – 17 ani. Adolescenții de 14 – 15 ani și cei de 16 – 17 ani prezintă agresivitate verbală mai accentuată. Vom explica aceste constatări prin faptul că începutul și mijlocul adolescenței sunt marcate de menținerea unor stări de agitație,

impulsivitate, momente frecvente de iritabilitate, exprimate în comunicare și în relațiile cu cei din jur, toate datorate schimbărilor de vârstă [44].

Împreună cu agresivitatea și tipurile de agresivitate (agresivitate fizică, agresivitate indirectă, negativism, suspiciune, iritabilitate și agresivitate verbală) am investigat la adolescenți încă o dimensiune psihologică și anume stresul. Pentru a investiga nivelurile de manifestare a stresului la adolescenți am administrat pe întregul lot de adolescenți *Scala de percepție a stresului Levenstein*. Vom prezenta frecvențele stresului la adolescenți (figura 4).

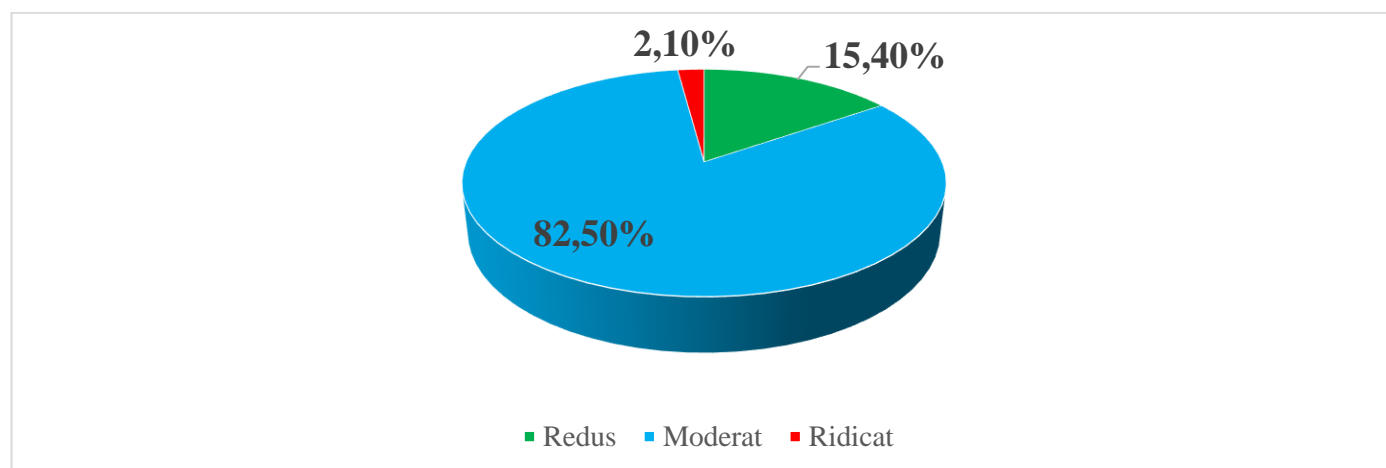


Fig. 4. Distribuția rezultatelor privind variabila stres la adolescenți

Îngrijorător este existența unui număr mare de adolescenți cu nivel moderat și ridicat de stres (82,50% și 2,10%). Stresul intens experimentat de adolescenți poate avea consecințe negative atât pe termen scurt cât și pe termen lung și poate bulversa sfera emoțională și spiritul. Astfel stresul poate avea efecte asupra învățării școlare, a imaginii de sine și stimei de sine și a relațiilor de grup la adolescenți. Adolescenții cu nivel moderat de stres prezintă dispoziție afectivă fluctuantă, atitudini ușor schimbătoare atât față de sine, față de ceilalți cât și față de activitățile din contextul său de viață. Am atestat existența a patru coeficienți de corelație între emoțiile negative (anxietate și culpabilitate) și stres ($r=0,412$, $p\leq 0,01$ și $r=0,389$, $p\leq 0,01$) și între tipurile de agresivitate (suspiciune și iritabilitate) și stres ($r=0,506$, $p\leq 0,01$ și $r=0,453$, $p\leq 0,01$). Interrelațiile evidențiate ne permit să formulăm următoarea constatare pentru adolescenți: emoțiile negative (anxietatea și culpabilitatea) prelungite precum și manifestarea agresivității (suspiciunea și iritabilitate) intense pot provoca stresul [37, 49].

Abordarea integrată a emoțiilor negative și a corelatelor lor psihologice este posibilă prin prisma studiului trăsăturilor de personalitate. Trăsăturile de personalitate la adolescenți au fost examinate prin administrarea *Inventarului de personalitate FPI Forma HB*. Mediile pentru trăsăturile de personalitate la adolescenți sunt prezentate în figura 5.

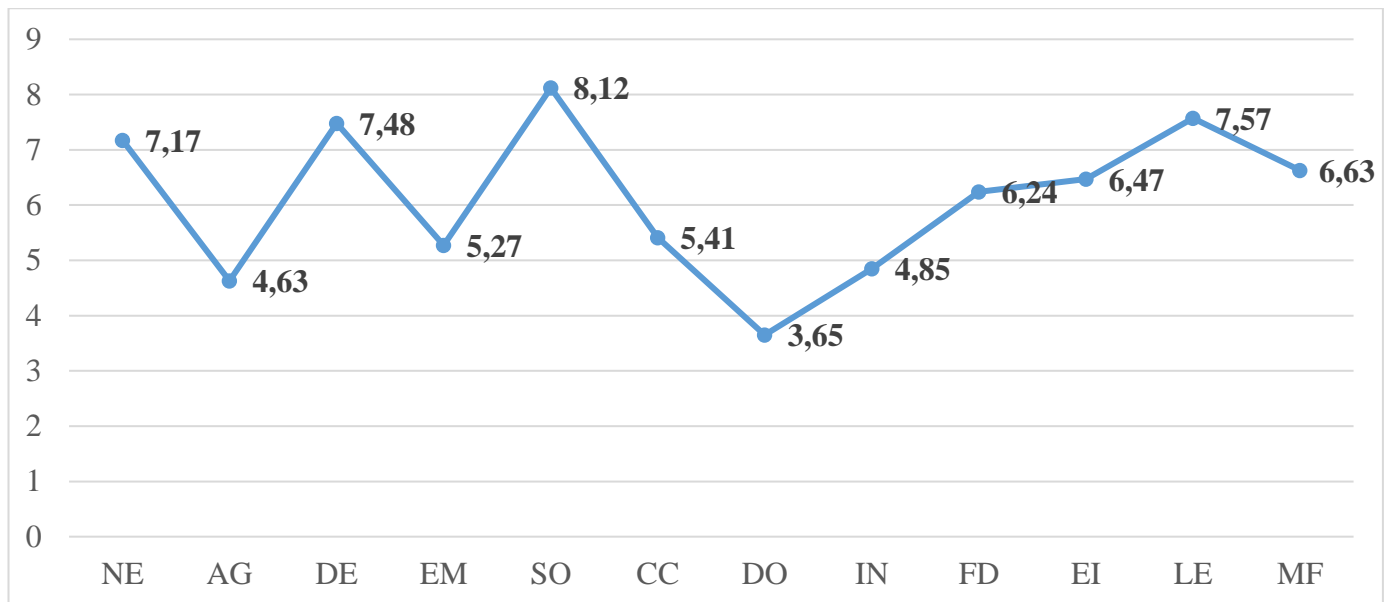


Fig. 5. Mediile pentru trăsăturile de personalitate la adolescenți

În mod mai detaliat vom caracteriza personalitatea adolescenților: aceștia sunt sociabili, activi, vorbăreți, stabilesc cu ușurință prietenii și amiciții. Totodată evidențiem la adolescenții din eșantionul cercetării dispoziție labilă sau indispoziție, sau fluctuații mari în dispoziție, tristețe, iritabilitate, agitație, tensiune, neliniști, anxietate, cu sentimentul unui pericol nedefinit, apatie, sentimente de vinovăție, nemulțumire și reproșuri de sine. Am evidențiat interrelații între emoțiile negative (anxietate și stări depresive) și trăsăturile de personalitate (nevrozitate, labilitate emoțională și inhibiție) ($r=0,652$, $p\leq 0,01$, $r=0,527$, $p\leq 0,01$, $r=0,358$, $p\leq 0,01$ și $r=0,321$, $p\leq 0,01$), precum și între corelatele psihologice ale emoțiilor negative (agresivitate, tipurile de manifestare ale agresivității: agresivitate indirectă, negativism și iritabilitate) și trăsăturile de personalitate (emotivitate, nevrozitate, inhibiție, labilitate emoțională, dominanță și depresie) ($r=0,300$, $p\leq 0,01$, $r=0,426$, $p\leq 0,01$, $r=0,336$, $p\leq 0,01$, $r=0,373$, $p\leq 0,01$, $r=0,313$, $p\leq 0,01$, $r=0,319$, $p\leq 0,01$, $r=0,390$, $p\leq 0,01$, $r=0,347$, $p\leq 0,01$, $r=0,350$, $p\leq 0,01$). Adolescenții ce trăiesc emoții negative (anxietate și stări depresive) se disting prin următoarele trăsături de personalitate: nevrozitate, labilitate emoțională și inhibiție. Adolescenții ce demonstrează agresivitate și câteva tipuri specifice de manifestare a agresivității (agresivitate indirectă, negativism și iritabilitate) înglobează în profilul de personalitate așa dimensiuni psihologice cum ar fi: emotivitate, nevrozitate, inhibiție, labilitate emoțională, dominanță și depresie.

Capitolul 3 „**DIMINUAREA EMOȚIILOR NEGATIVE ȘI A CORELATELOR PSIHOLOGICE ALE ACESTORA LA ADOLESCENȚI**” include descrierea experimentului formativ proiectat și realizat cu precizarea scopului, ipotezelor, obiectivelor programului de intervenții psihologice și principiilor de lucru cu adolescenții. Capitolul 3 conține prezentarea rezultatelor diminuării emoțiilor negative și a corelatelor psihologice ale acestora la adolescenți prin analize și comparații pe mai multe direcții: comparații între grupul experimental test și retest, comparații între grupul de control test și retest și comparații între grupul experimental retest și grupul de control retest.

Pentru experimentul formativ am lansat următorul scop: *elaborarea și implementarea unui program de intervenții psihologice orientat la diminuarea emoțiilor negative și a corelatelor lor psihologice.*

În corespundere cu scopul experimentului formativ enunțăm următoarea **ipoteza pentru această parte a cercetării**: *presupunem că printr-un program de intervenții psihologice putem diminua emoțiile negative și corelatele psihologice ale emoțiilor negative la adolescenți.*

Obiectivele programului de intervenții psihologice elaborat pentru diminuarea emoțiilor negative și a corelatelor lor psihologice la adolescenți sunt: 1) dezvoltarea capacității de identificare, recunoaștere, conștientizare, gestionare, reglare a emoțiilor negative și a corelatelor lor psihologice prin prisma dezvoltării personale, a autocunoașterii, încrederii în sine, învățarea modelelor noi de reacții și comportamente (pozitive, fericite, optimiste, armonioase, proactive, independente, responsabile), dezvoltarea abilităților de comunicare și interrelaționare eficiente și empatică; 2) eliminarea tensiunilor și încordării psihoemoționale prin practicarea și exersarea tehnicilor de relaxare și meditație.

Programul de intervenții psihologice a fost conceptualizat având ca fundamente următoarele principii: *relația terapeutică: psiholog – adolescent, respectarea particularităților individuale ale fiecărui adolescent, personalitatea psihologului, transferul, modelarea, principiul dirijării și ghidării, promovarea unei atmosfere pozitive de grup și stabilirea unor obiective comune, de grup* [47].

Programul de intervenții psihologice a avut la bază tehnicile, metodele și caracteristicile *terapii cognitiv-comportamentale*. S-a apreciat ca fiind oportună și benefică alegerea acestui tip de terapie, pentru programul de intervenții psihologice, ca fiind potrivită pentru diminuarea emoțiilor negative și a corelatelor lor psihologice.

În programul de intervenții psihologice orientat la diminuarea emoțiilor negative și a corelatelor lor psihologice au fost incluși 24 de adolescenți: 12 adolescenți au format grupul experimental și 12 adolescenți au constituit grupul de control. Au fost proiectate și implementate 16 ședințe a câte 90 de minute, ce au fost realizate de 1 – 2 ori pe săptămână timp de 3,5 luni.

Evaluarea eficienței programului de intervenții psihologice s-a realizat prin compararea rezultatelor adolescenților pe trei direcții: *mediile adolescenților din grupul experimental test și retest, mediile adolescenților din grupul de control test și retest și mediile adolescenților din grupul experimental retest cu mediile adolescenților din grupul de control retest.*

Vom prezenta eficiența programului de intervenții psihologice orientat la diminuarea emoțiilor negative și a corelatelor lor psihologice pe baza prezentării mediilor pentru emoțiile negative (anxietate, stări depresive, culpabilitate, resentiment, frustrare și rigiditate), corelatele lor psihologice (agresivitate, tipurile de manifestare ale agresivității și stres) și trăsăturile de personalitate **la adolescenții din GE test și GE retest.**

Mediile pentru anxietate (*Testul Autoaprecierea stărilor psihice Eysenck și Scala de manifestare a anxietății Taylor*) și stările depresive la adolescenții din GE test și retest sunt înfățișate în figura 6.

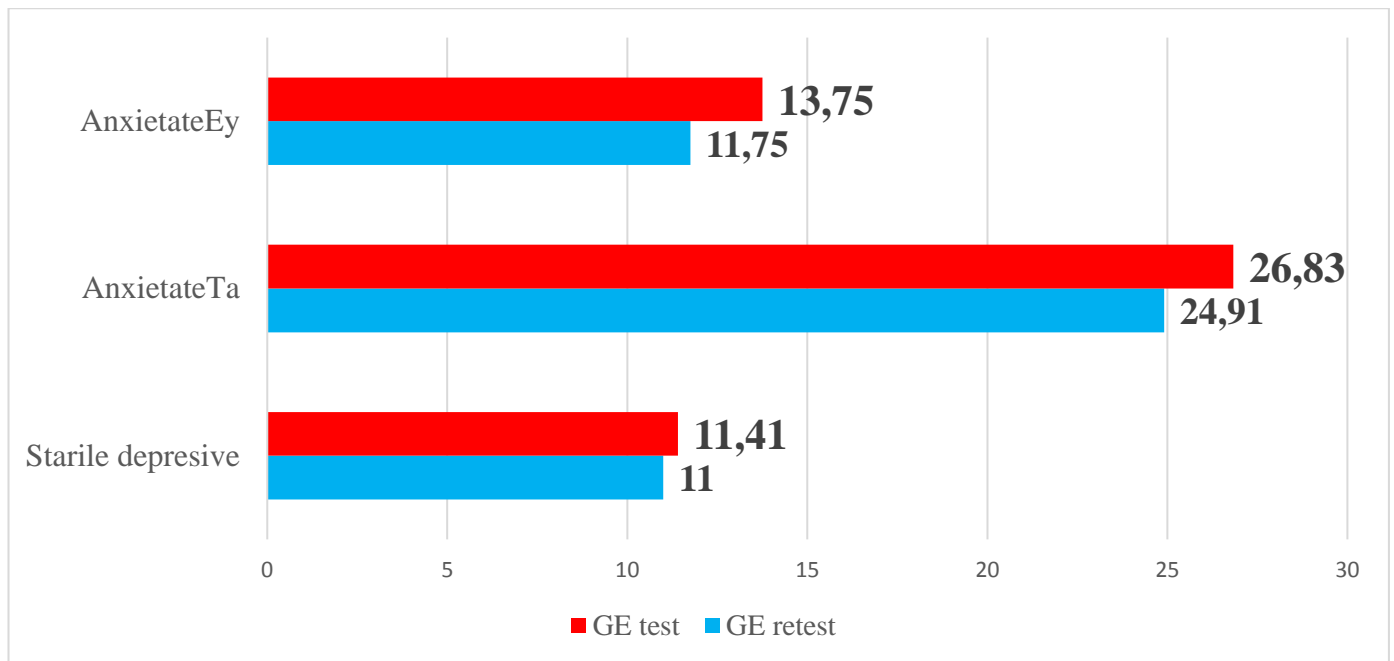


Fig. 6. Mediile pentru anxietate și stările depresive la adolescenți din grupul experimental test și retest

La evaluarea repetată a anxietății la adolescenți atestăm medii mai mici în rândul adolescenților din GE retest. Astfel mediile pentru anxietate (*Testul Autoaprecierea stărilor psihice Eysenck*) la adolescenții din GE retest și test sunt: 11,75 (u.m.) și 13,75 (u.m.). Mediile pentru anxietate (*Scala de manifestare a anxietății Taylor*) obținute de adolescenții din GE retest 24,91 (u.m.) și cei din GE test 26,83 (u.m.). Conform testului Wilcoxon se înregistrează diferențe semnificative statistic pentru anxietate (*Testul Autoaprecierea stărilor psihice Eysenck* și *Scala de manifestare a anxietății Taylor*) între rezultatele adolescenților din GE test și rezultatele adolescenților din GE retest ($Z=-2,546, p\leq 0,05, Z=-2,68, p\leq 0,05$). Diminuarea anxietății la adolescenți este condiționată de includerea adolescenților în experimentul formativ. Tehnicile de autocunoaștere, expunerea la situațiile problematice, modelarea, rezolvarea de probleme, relaxarea și meditația, precum și tehnicile de control al respirației au condiționat ca adolescenții să devină mai liniștiți, calmi, echilibrați și mai temperați, precum și mai destinși și relaxați din punct de vedere psihoemoțional [47]. Conform mediilor expuse din figura de mai sus evidențiem că adolescenților din GE retest le este particulară o medie mai mică (11 u.m.) comparativ cu media obținută de ei în situația test (11,41 u.m.). Deși atestăm o diferență între mediile adolescenților, acestea încă nu sunt semnificative statistic, fapt ce ne permite să menționăm că programul de intervenții psihologice trebuie extins ca durată de timp și ar bineveni ca acesta să fie aplicat din vârstele predecesoare adolescenței [47].

Mediile pentru emoțiile negative: culpabilitatea, resentimentul, frustrarea și rigiditatea (*Inventarul ostilității de A. Buss și A. Darkee* și *Testul Autoaprecierea stărilor psihice Eysenck*) sunt ilustrate în figura 7.

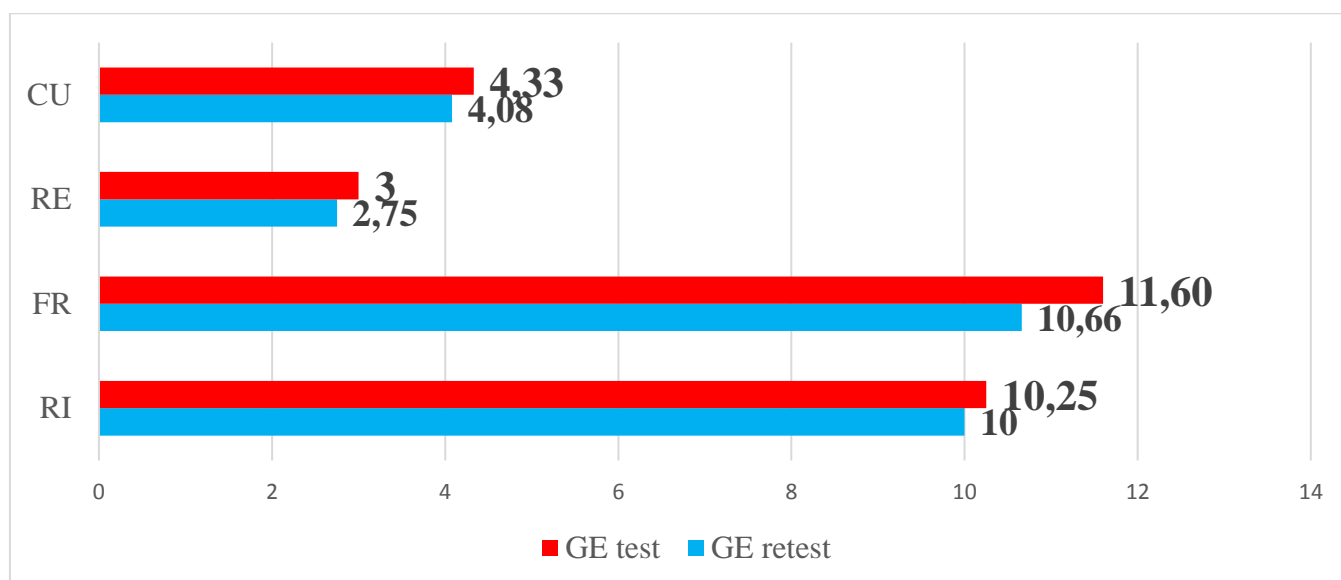


Fig. 7. Mediile pentru culpabilitate, resentiment, frustrare și rigiditate la adolescenții din grupul experimental test și retest

Pentru culpabilitate se înregistrează o medie mai mică în rândul adolescenților GE retest (4,08 u.m.) spre deosebire de adolescenții GE test (4,33 u.m.). La resentiment adolescenții din GE retest se caracterizează prin media 2,75 (u.m.), media acestora fiind de 3 (u.m.) în situația de testare. Consemnăm schimbări pozitive la adolescenți, întrucât schimbările să fie semnificative vom evidenția despre necesitatea implicării adolescenților în programe de intervenții psihologice de la vârste mai timpurii [47]. Pentru frustrare adolescenții din GE retest obțin o medie de 10,66 (u.m.), în timp ce media lor inițială este de 11,60 (u.m.). La rigiditate mediile adolescenților din GE retest și GE test sunt următoarele: (10 u.m. și 10,25 u.m.). Și pentru frustrare și rigiditate vom puncta cele expuse anterior în cazul stărilor depresive, culpabilității și resentimentului [47].

Vom continua cu expunerea mediilor pentru corelatele psihologice ale emoțiilor negative (agresivitate și tipurile de manifestare ale agresivității) la adolescenții din GE test și GE retest. Mediile pentru agresivitate și tipurile de manifestare ale agresivității (*Testul Autoaprecierea stărilor psihice Eysenck* și *Inventarul ostilității de A. Buss și A. Darkee*) la adolescenții din GE test și GE retest pot fi vizualizate în figura 8.

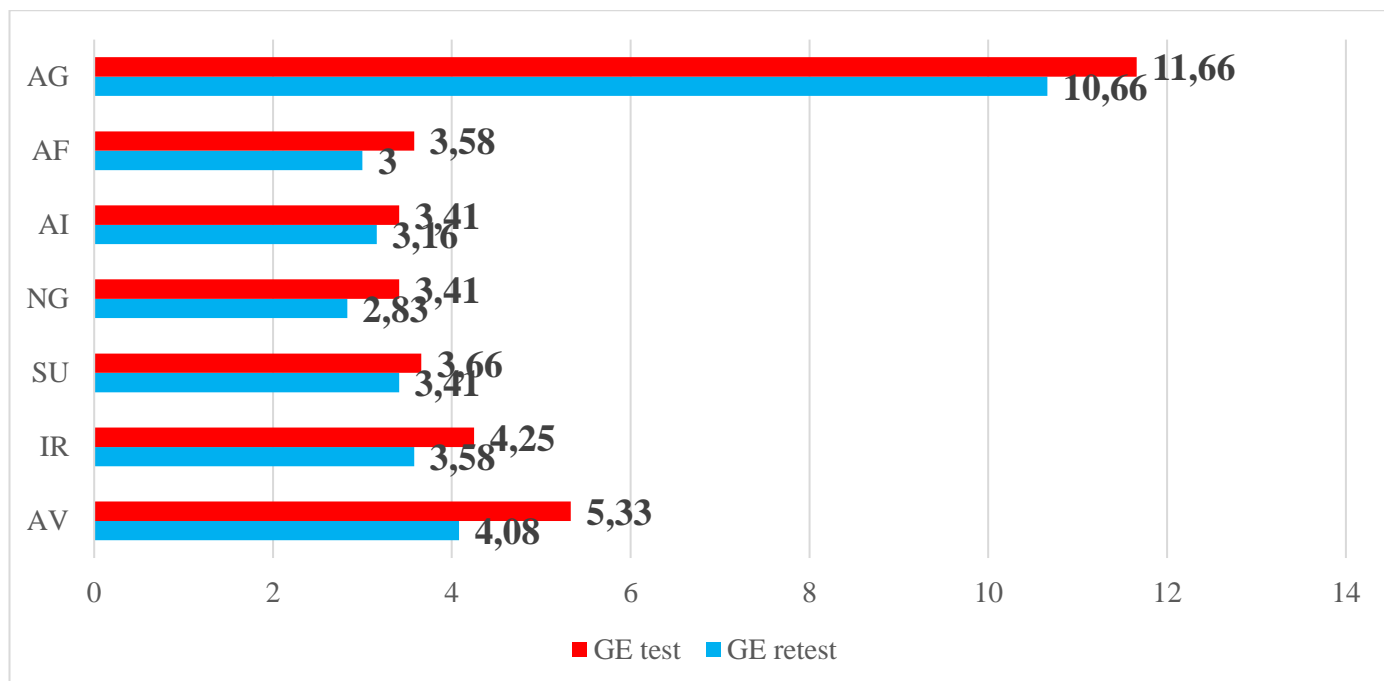


Fig. 8. Mediile pentru agresivitate și tipurile de manifestare ale agresivității la adolescenții din grupul experimental test și retest

Conform figurii 8 vom menționa că adolescenții din GE test și retest prezintă medii diferite pentru agresivitate. Adolescenții din GE retest obțin o medie mult mai mică (10,66 u.m.) comparativ cu cea ce au înregistrat până la experimentul formativ (11,66 u.m.). În același timp, consemnăm diferențe semnificative statistic după testul Wilcoxon între rezultatele adolescenților din GE test și retest ($Z=-2,456$, $p\leq 0,05$). Diminuarea agresivității la adolescenți se produce în condițiile experimentului formativ care a avut în conținut activități de expunere la situații problematice, tehnici de comunicare eficientă, modelarea, rezolvarea de probleme, precum și tehnici de relaxare și meditații prin care adolescenții au învățat să manifeste comportamente pozitive, fericite, optimiste și armonioase contrar celor de care dădeau dovadă anterior. Totodată vom sublinia că schimbările înregistrate la adolescenții din GE retest nu sunt comportamente constante și de durată [47]. Pentru agresivitatea fizică, agresivitatea indirectă și negativism adolescenții din GE retest au medii mai mici comparativ cu mediile consemnate la ei până la experimentul formativ. Pentru agresivitatea fizică la adolescenții din GE retest atestăm o reducere a mediei până la 3 (u.m.) de la 3,58 (u.m.) (GE test). În cazul agresivității indirecte media adolescenților în situația retest este de 3,16 (u.m.), mai mică decât media evidențiată la ei în etapa testării inițiale (3,41 u.m.). Pentru negativism mediile adolescenților GE sunt: 3,41 (u.m.) – GE retest și 2,83 (u.m.) – GE test. Deși diferențe de medii sunt caracteristice pentru toate tipurile de agresivitate prezentate, diferențe semnificative statistic după testul Wilcoxon stabilim doar pentru agresivitatea fizică și negativism între rezultatele adolescenților din GE test și rezultatele adolescenților din GE retest ($Z=-2,646$, $p\leq 0,05$ și $Z=-2,646$, $p\leq 0,05$). Explicăm diferențele în agresivitatea fizică și negativism ca fiind datorate programului de intervenții psihologice. Astfel adolescenții prin tehnicile din programul de intervenții psihologice învață să dea dovadă de mai mult

autocontrol, cumpătare, echilibru, temperare, bunăvoință, empatie și atitudine pozitivă, de înțelegere, politete și cordialitate față de cei din jur [47]. La suspiciune media adolescenților din GE retest: 3,41 (u.m.), în timp ce media adolescenților GE test: 3,66 (u.m.). Pentru iritabilitate media adolescenților din GE retest este de 3,58 (u.m.), iar media adolescenților din GE test este de 4,25 (u.m.). Pentru agresivitatea verbală media adolescenților din GE retest: 4,08 (u.m.), în timp ce media acestora a fost de 5,33 (u.m., GE test). Statistic după testul Wilcoxon consemnăm diferențe semnificative pentru iritabilitate și agresivitate verbală între rezultatele adolescenților din GE test și rezultatele adolescenților din GE retest ($Z=-2,82$, $p\leq 0,05$, $Z=-2,719$, $p\leq 0,05$). Schimbările survenite în manifestarea iritabilității și a agresivității verbale sunt condiționate de programul de intervenții psihologice. Vom sublinia că prin activitățile și tehnicile variate și cuprinzătoare adolescenții au exersat și au învățat să se exprime mai puțin brutal și grosolan, să nu mai dea dovadă de impulsivitate și irascibilitate și să reacționeze la cea mai mică provocare. În comportamentul adolescenților sesizăm stăpânirea de sine și echilibrul. Totodată ținem să evidențiem că programul de intervenții psihologice a cuprins și tehnici de comunicare eficiente care au contribuit la dezvoltarea abilităților de comunicare și la însușirea deprinderilor de comunicare armonioasă și pozitivă fără bârfe, țipete, apostrofări, critică și amenințări [47].

Încă o corelată psihologică a emoțiilor negative este stresul. Mediile pentru stres (*Scala de percepție a stresului Levenstein*) la adolescenții din GE test și GE retest pot fi urmărite în figura 9.

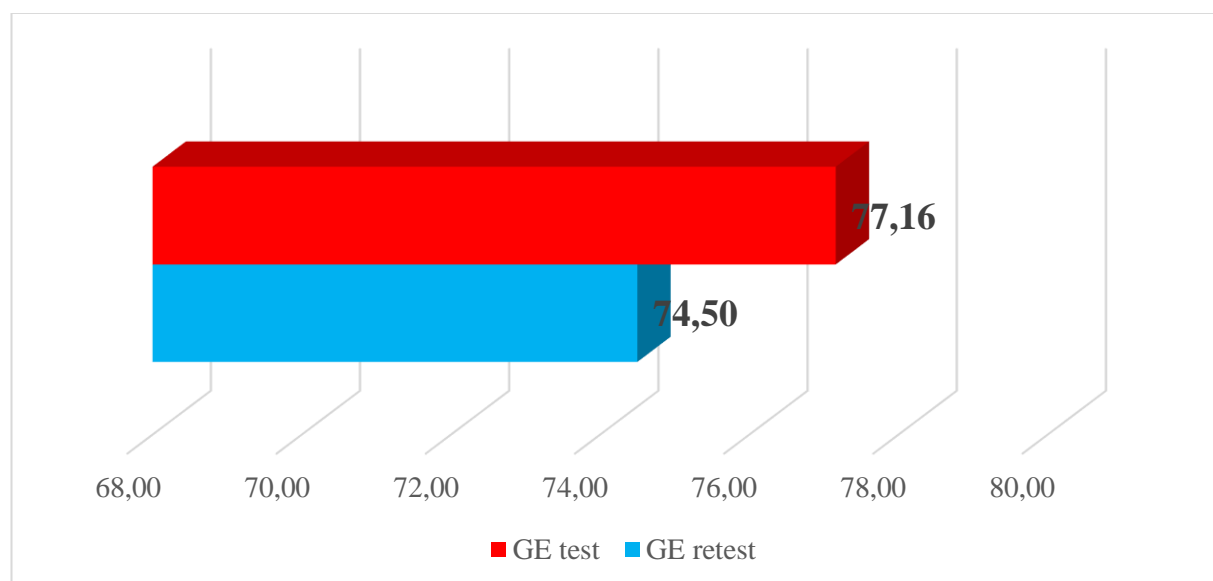


Fig. 9. Mediile pentru stres la adolescenți din grupul experimental test și retest

Pentru stres adolescenții din GE retest și test înregistrează următoarele medii: adolescenții din GE retest (74,50 u.m.) și cei din test (77,16 u.m.). După testul Wilcoxon pentru stres atestăm diferențe semnificative statistic între rezultatele adolescenților din GE test și rezultatele adolescenților din GE retest ($Z=-2,724$, $p\leq 0,05$). Descreșterea nivelului de stres la adolescenți în vom explica prin activități și tehnici de expunere la situațiile problematice, de rezolvare de probleme, de restructurare cognitivă din programul de intervenții psihologice. Astfel adolescenții au învățat comportamente independente, responsabile,

pozitive și eficiente în situațiile stresante, au exersat gândirea pozitivă și optimismul. Prin practicarea tehnicilor de relaxare și de meditație adolescenții au deveni mai destinși, calmi, liniștiți și relaxați [47].

Alături de emoțiile negative, corelatele lor psihologice am investigat modificările în trăsăturile de personalitate (*Inventarul de personalitate FPI Forma HB*) la adolescenții din GE test și retest. Mediile pentru nevrozitate, agresivitate, depresie, emotivitate, sociabilitate, caracter calm, dominare, inhibiție, fire deschisă, extraversiune / introversiune, labilitate emoțională și masculinitate / feminitate la adolescenții din GE test și retest sunt ilustrate în figura 10.

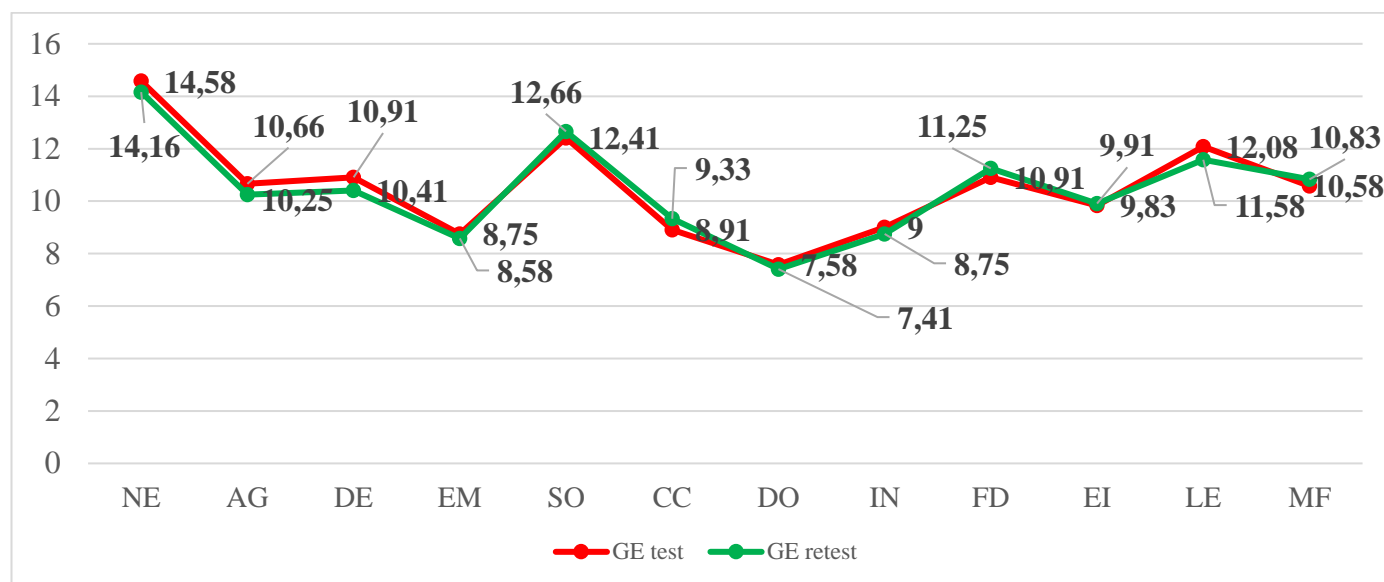


Fig. 10. Mediile pentru trăsăturile de personalitate la adolescenții din GE test și retest

Pentru adolescenții din GE retest și test sunt particulare medii apropiate pentru următoarele trăsături de personalitate: emotivitate (GE retest: 8,58 u.m., GE test: 8,75 u.m.), sociabilitate (GE retest: 12,66 u.m., GE test: 12,41 u.m.), dominare (GE retest: 7,41 u.m., GE test: 7,58 u.m.), inhibiție (GE retest: 8,75 u.m., GE test: 9 u. m.), extraversiune / introversiune (GE retest: 9,91 u.m., GE test: 9,83 u.m.) și masculinitate / feminitate (GE retest: 10,83 u.m., GE test: 10,58 u.m.) [47]. Medii distincte la adolescenții din GE retest și test semnalăm pentru următoarele trăsături de personalitate: nevrozitate (GE retest: 14,16 u.m., GE test: 14,58 u.m.), agresivitate (GE retest: 10,25 u.m., GE test: 10,66 u.m.), depresie (GE retest: 10,41 u.m., GE test: 10,91 u.m.), caracter calm (retest: 9,33 u.m., GE test: 8,91 u.m.), fire deschisă (GE retest: 11,25 u.m., GE test: 10,91 u.m.) și labilitate emoțională (GE retest: 11,58 u.m., GE test: 12,08 u.m.). Statistic după testul Wilcoxon stabilim diferențe semnificative pentru nevrozitate ($Z=-2,36$, $p\leq 0,05$), agresivitate ($Z=-2,236$, $p\leq 0,05$), caracter calm ($Z=-2,236$, $p\leq 0,05$), fire deschisă ($Z=-2$, $p\leq 0,05$) și labilitate emoțională ($Z=-2,121$, $p\leq 0,05$) între rezultatele adolescenților din GE test și rezultatele adolescenților din GE retest. Modificările în modul de manifestare ale trăsăturilor de personalitate se datorează schimbărilor produse în emoțiile negative și corelatele lor psihologice [47].

CONCLUZII GENERALE ȘI RECOMANDĂRI

Lucrarea a fost direcționată spre cercetarea specificului emoțiilor negative, a corelatelor lor psihologice și a trăsăturilor de personalitate la adolescenți, precum și elaborarea și implementarea unui program de intervenții psihologice orientat la diminuarea emoțiilor negative.

Ca concluzii pentru cercetarea experimentală de constatare și formativă vom evidenția următoarele:

1. Emoția este un fenomen psihologic cuprinzător și complex care este prezentat fie ca trăire afectivă, fie ca stare psihică / mintală care ia naștere ca rezultat la anumite circumstanțe exterioare și / sau interioare cu forță și durată diferite. Toate emoțiile sunt asociate cu schimbări fiziologice și psihologice ce se reflectă în conduită. Emoțiile descriu atitudinile omului față de cei din jur și față de lumea înconjurătoare. Emoțiile sunt legate de procesele psihice și de personalitate și sunt responsabile de adaptare, implicarea în acțiune și relațiile interpersonale nu pot fi concepute fără emoții. **Am definit emoțiile negative disfuncționale** ca trăiri emoționale cu o intensitate accentuată și durată îndelungată de timp, ce determină suferință temeinică prin gânduri alarmante, triste, descurajatoare, demobilizatoare și obstrucționiste, evitarea și ocolirea anumitor acțiuni, îndoieli în luarea deciziilor, scăderea sau absența motivației, o comunicare prudentă și distanță cu oamenii. Experiența emoțiilor negative disfuncționale influențează bunăstarea emoțională și mintală. Emoțiile negative pot fiacompaniate de stări, trăiri și comportamente cum ar fi: agresivitatea și stresul.
2. Anxietatea și stările depresive sunt emoții negative disfuncționale. Anxietatea este un fenomen psihologic ce poate fi abordat și definit fie ca o stare emoțională redusă, fie ca o trăsătură de personalitate constantă. Trăirea anxietății este însoțită de neliniști, temeri vagi, prudență, surescitare, încordare, tensiune și suferință. Depresia este o entitate psihologică amplă ce este delimitată ca o dispoziție de spirit redusă, fie ca o tulburare a afectivității ce înglobează durere psihologică, angoase, demoralizare, oboseală, extenuare, neîncredere, lipsă de interes față de activitățile cotidiene, indiferență, distanțare și lipsă de viață. **Bunăoară prin termenii de corelate psihologice înțelegem dimensiuni / stări psihologice ce sunt în legătură de dependență, asociere și tangență cu emoțiile negative.** Corelatele psihologice ale emoțiilor negative (anxietate și depresie) sunt agresivitatea și stresul. Atribuim agresivității semnificațiile de: reacție, conduită sau caracteristică de personalitate a individului ce poate provoca prejudicii și vătămări. Agresivitatea poate lua mai multe forme de manifestare: agresivitate fizică, agresivitate verbală, iritabilitate, negativism și suspiciune. Cu referire la stres vom puncta că acesta este un fenomen psihosocial amplu ce este determinat de condiții cu conotație negativă externă sau internă. Experimentarea și trăirea stresului are ca efecte: încordare, presiune, agitație, neliniște, frustrare, agresivitate, deprimare, etc.
3. **Adolescenții experimentează următoarele emoții negative:** *anxietatea, stările depresive, culpabilitatea, resentimentul, frustrarea și rigiditatea.* Din emoțiile enumerate cele mai puternice ca intensitate sunt: **culpabilitatea, anxietatea și rigiditatea.** Trăirea emoțiilor negative în așa modalitate le apreciem ca fiind disfuncționale pentru că influențează starea de bine și sănătatea mintală. Atât la

adolescenți cât și la adolescente evidențiem aceleași experiențe emoționale negative culpabilitatea, anxietatea și rigiditatea. Pentru anxietate constatăm diferențe de gen, astfel anxietatea predomină la adolescente. Explicăm anxietatea mai proeminentă la adolescente prin particularitățile vârstei adolescente față de care acestea sunt mai sensibile și vulnerabile. Pe parcursul vârstei adolescente diferite emoții negative caracterizează subperioadele acesteia: sfera emoțională a adolescenților de 14 – 15 ani este conturată de culpabilitate, anxietate și resentiment, a celor de 16 – 17 ani de culpabilitate, anxietate și rigiditate, în timp ce la adolescenții de 18 – 19 ani experiențe emoționale dominante sunt: culpabilitatea, rigiditatea și anxietatea. Diferențe de vârstă cosemnăm pentru anxietate și rigiditate. Anxietatea conturează tabloul emoțiilor la adolescenții de 16 – 17 ani, iar rigiditatea la adolescenții de 18 – 19 ani. Manifestările emoționale descrise reies din specificul biologic, psihic și social ce caracterizează etapele finale ale adolescenței și cele incipiente ale vârstei adulte.

4. **Exprimarea unor emoții cu caracter negativ determină prezența și statornicia celorlalte.** Sfera afectivă a adolescenților cu anxietate cuprinde și trăirea stărilor depresive, frustrării și rigidității. În manifestările emoționale ale adolescenților cu nivel accentuat de frustrare identificăm resentimentul și rigiditatea.
5. **Tabloul emoțiilor cu valență negativă la adolescenți este completat cu următoarele corelate psihologice ale acestora:** *agresivitate, tipurile de manifestare ale agresivității (agresivitate fizică, agresivitate indirectă, negativism, suspiciune, iritabilitate, agresivitate verbală) și stres.* Din corelatele psihologice menționate cele mai intens experimentate de adolescenți sunt: **suspiciunea, agresivitatea verbală, iritabilitatea și negativismul.** Sfera emoțională a adolescenților este completată de suspiciune, agresivitate verbală și negativism, iar la adolescente de: suspiciune, agresivitate indirectă, iritabilitate și agresivitate verbală. Conform diferențelor de gen evidențiate agresivitatea indirectă predomină la adolescente. Presupunem că agresivitatea indirectă a adolescentelor este condiționată de caracteristicile de gen. Pe parcursul adolescenței adolescenții de diferită vârstă se caracterizează prin variate corelate psihologice ale emoțiilor negative: la 14 – 15 ani: suspiciune, agresivitate verbală și negativism, la 16 – 17 ani: suspiciune, iritabilitate și agresivitate verbală, iar la adolescenții de 18 – 19 ani sfera emoțională este conturată de: suspiciune, agresivitate indirectă, negativism și agresivitate verbală. Marcăm diferențe de vârstă importante pentru agresivitatea fizică, suspiciune, iritabilitate și agresivitate verbală. Agresivitatea fizică și agresivitatea verbală sunt mai puternic manifestate la adolescenții de 14 – 15 ani și cei de 16 – 17 ani, iar suspiciunea și iritabilitatea sunt mai dominante la adolescenții de 16 – 17 ani. Ca argumente pentru aceste constatări vom puncta specificul vârstei adolescente și modul de dezvoltare a personalității.
6. Emoționalitatea adolescenților este caracterizată de **interrelațiile evidențiate între emoțiile negative și corelatele lor psihologice.** Emoțiile negative (anxietatea, stările depresive, culpabilitatea,

resentimentul, frustrarea și rigiditatea) au ca caracteristici indisociabile manifestări ale agresivității, tipurilor de agresivitate și stres.

7. **Conceptualizarea sferei emoționale la adolescenți se poate descrie și caracteriza prin interrelațiile evidențiate între emoțiile negative** (anxietatea și stările depresive) și **trăsăturile de personalitate** (nevrozitate, labilitate emoțională și inhibiție) și **între corelatele lor psihologice** (agresivitate, agresivitate indirectă, negativism și iritabilitate) și **trăsăturile de personalitate** (emotivitate, nevrozitate, inhibiție, labilitate emoțională, dominare și depresie). Adolescenții ce manifestă emoții negative și corelate psihologice ale acestora se caracterizează și prin modificări importante în trăsăturile de personalitate.
8. Prezența emoțiilor negative și a corelatelor lor psihologice la adolescenți produce modificări în personalitate generând următoarele trăsături distincte: nevrozitate, depresie, emotivitate, dominare, inhibiție și labilitate emoțională.
9. **Adolescenții din GE retest demonstrează modificări în emoțiile negative, în corelatele lor psihologice și în trăsăturile de personalitate.** La acești adolescenți evidențiem o reducere a anxietății, agresivității fizice, negativismului, iritabilității, agresivității verbală și stresului. Modificări se produc și în așa trăsături de personalitate cum ar fi: nevrozitate, agresivitate, caracter calm, fire deschisă și labilitate emoțională. Schimbările ce survin sunt condiționate de totalitatea tehnicilor utilizate la autocunoaștere, comunicare eficientă, rezolvarea de probleme, precum și tehnici de expunere la situații problematice, modelare, restructurare cognitivă și tehnici de relaxare și de meditație. După programul de intervenții psihologice adolescenții sunt capabili să-și gestioneze, dirijeze și regleze emoțiile negative experimentate și a corelatelor lor psihologice, și-au dezvoltat deprinderi de comportament și reacții ameliorate: pozitive, fericite, optimiste, armonioase, independente și responsabile diferite de cele stăpânite anterior.
10. **Aplicarea unui program de diminuare a emoțiilor negative și a corelatelor lor psihologice la adolescenți are efecte pozitive asupra dezvoltării sferei emoționale și a personalității adolescentului.**

Recomandări pentru implementare:

- Metodele psihodiagnostice descrise și administrate pot fi folosite de către psihologi, consilierii psihologici și psihoterapeuții în examinarea și evaluarea sferei emoționale și a personalității la diferite vârste.

- Programul de intervenții psihologice orientat la diminuarea emoțiilor negative și a corelatelor lor psihologice poate fi folosit de către specialiști în vederea diminuării emoțiilor negative la adolescenți, cât și a problemelor alăturate.

- Legitățile și explicațiile din lucrare alături de informațiile teoretice și aplicative pot fi împărtășite publicului interesat (părinți, cadre didactice, psihologi și alți specialiști) prin publicarea unui ghid de bune practici.

BIBLIOGRAFIE

1. ADAMS, G., BERZONSKY, M. *Psihologia adolescenței*. Tr. de D. Nistor, G. Oancea, A. Hrab, M. Andriescu. Iași: Polirom. 2009. 704 p. ISBN 978-973-46-1303-8.
2. ANDRE, C. *Psihologia fricii. Temeri, angoase și fobii*. Tr. de D. Voicea. București: Meteor Press. 2019. 320 p. ISBN 978-606-910-115-5.
3. BADEA, E. *Caracterizarea dinamică a copilului și adolescentului*. București: Tehnică. 1997. 205 p. ISBN 9733108987.
4. BAUMAN, L. RICHE, R. *Adolescenții- o problemă, părinții un necaz*. Tr. de M. Columbeanu. București: Antet. 1995. 188 p. ISBN 973-97322-6-79.
5. BĂBAN, A. *Stres și personalitate*. Cluj: Presa Universitară. 1998. 120 p. ISBN 973-9354-35-1.
6. BIRCH, A. *Psihologia dezvoltării*. tr. de L. Băiceanu. București: Tehnica. 2000. 311 p. ISBN 973-31-1442-1
7. BONCU, Ș., NASTAS, D. *Emoțiile complexe*. Iași: Polirom. 2015. 263 p. ISBN 978-973-46-6217-4.
8. BURNS, G., W. *101 povești vindecătoare pentru copii și adolescenți*. București: Trei. 2011. 576 p. ISBN 978-973-707-531-4.
9. CLARK, D., BECK, A. *Terapia cognitivă a tulburărilor de anxietate*. Tr. de M. Mihăilaș. V. I. 2012. Cluj Napoca: ASCR. 334 p. ISBN 978-606-8244-49-5.
10. COSMOVICI, A. *Psihologie generală*. Iași: Polirom. 1996. 256 p. ISBN 979-973-9248-27-2.
11. COSNIER, J., *Introducere în psihologia emoțiilor și sentimentelor*. Tr. de E. Gazan. Iași: Polirom. 2002. 196 p. ISBN-978-973-46-0681.
12. CREȚU, T. *Psihologia vârstelor*. Iași: Polirom. 2016. 392 p. ISBN 978-973-4660-08-7.
13. DAFINOIU, I. *Elemente de psihoterapie integrativă*. Iași: Polirom. 2000. 228 p. ISBN 973-683-471-9.
14. DAVID, D. *Tratat de psihoterapie cognitive și comportamentale*. Iași: Polirom. 434 p. ISBN 973-46-0491-0.
15. DORON, R., PAROT, F. *Dicționar de psihologie*. Tr. de N. Cernăuțeanu, G. Dan-Spînoiu, O. Dan, ș.a. București: Humanitas. 2006. 886 p. ISBN 973-50-1164-6.
16. ECKERSLEYD, J. *Copilul anxios. Adolescentul anxios*. Tr. de B. Chircea. Prahova: Antet XX Press. 2005. 111 p. ISBN 973-636-195-0.
17. FLORU, A. *Stresul psihic*. București: Enciclopedică Română. 1974. p. 198.
18. FREUD, S. *Opere esențiale. vol. 6. Inhibiție, simptom, angoasă*. tr. de R. Melnicu, G. Mitrea. București: TREI. 2010. 280 p. ISBN 978-606-40-0103-0.
19. GALLO, L. *Emoțiile negative. Cum să ne eliberăm de frică, anxietate, furie, agresivitate, rușine*. Tr. de R. Bogdan. București: Niculescu. 2016. 240 p. ISBN 9889 7374 89821.
20. GOLEMAN, D. *Inteligența emoțională*. Tr. de I. M. Nistor. București: Curtea Veche. 2001. 424 p. ISBN 973- 8120-67-5.
21. GOLU, F. *Psihologia dezvoltării umane*. București: Universitară. 2010. 315 p. ISBN 9789737498656.
22. HARWOOD, R., MILLER, S., VASTA, R. *Psihologia copilului*. Tr. de I. Manole, I. Avădanei, I. Aneci. Iași: Polirom. 2010. 960 p. ISBN 978-973-46-1768-5.
23. HOLDEVICI, I. *Tratat de psihoterapie cognitiv-comportamentală*. București: Trei. 2009. 720 p. ISBN 978-973-707-260-3.
24. IAMANDESCU, I. *Stresul psihic din perspectivă psihologică și psihosomatică*. București: Info Medica. 2002. 252 p. ISBN-973-9394-72-8.
25. JARDAN, V. *Depresie și anxietate. Puncte între teorii și aplicații practice*. București: Universitară. 2016. 202 p. ISBN 978-606-28-0429-9.
26. LAZARUS, R. *Emoție și adaptare. O abordare cognitivă a proceselor afective*. Tr. de I. Diaconu. București: Trei. 2011. 627 p. ISBN 978-973- 707-500-6.

27. LELORD, F., ANDRE, C. *Cum să ne exprimăm emoțiile și sentimentele*. Tr. de M. Georgescu. București: Trei. 2003. 360 p. ISBN 973-8291-73-9.
28. MUNTEANU, A. *Psihologia copilului și a adolescentului*. Timișoara: Eurobit. 2011. 315 p. ISBN 978-973-620-301-5.
29. MURPH, T. *Agresivitatea pasivă. Cum o recunoști și o controlezi la tine și la ceilalți*. Tr. de S. Nistor. București: Trei. 2007. 448 p. ISBN: 978-973-707-814-8.
30. PAPALIA, D., WENDKOS OLDS, S., DUSKIN FELDMAN, R. *Dezvoltarea umană*. Tr. de A. Mîndrilă-Sonetto București: Trei. 2010. 832 p. ISBN 978-973-8471-414-0.
31. PĂNIȘOARA, G., SĂLĂVASTRU, D., MITROFAN, L. *Copilăria și adolescența. Provocări actuale în psihologia educației și dezvoltării*. Iași: Polirom. 2016. 308 p. ISBN 9789734660162
32. POPESCU-NEVEANU, P. *Dicționar de psihologie*. București: Albatros. 1978. 387 p. ISBN lips.
33. RACU, Iu. *Psihologia anxietății la copii și adolescenți*. Monografie. Ed. a 2-a rev. și adăugită. Chișinău: UPS „Ion Creangă”, 2021. 309 p. ISBN 978-9975-46-521-2.
34. RACU, Iu., CECAN, D. Studiul emoțiilor negative la adolescenți. în: *Preocupări contemporane ale criminologiei, dreptului și psihologiei în condiții de pandemie: Conferință Științifică Națională cu participare Internațională*. Chișinău: Institutul de Științe Penale și Criminologie Aplicată. 2020. p. 226 – 238. ISBN 978-9975-3314-2-5.
35. RACU, Iu., CECAN, D. Anxietatea și stările depresive ale adolescenților. În: *Cercetarea în științe ale educației și în psihologie: provocări, perspective. Materialele Conferinței Științifice Naționale*. Chișinău: Print Caro. 2021. p. 252 – 258. ISBN 978-9975-56-934-7.
36. RACU, Iu., LOSÎI, E. *Activitatea psihologului cu copiii și adulții*. Chișinău: UPS „Ion Creangă”. 2018. 183 p. ISBN 978-9975-46-381-2.
37. RACU, Iu., STANCIU, M. Activități de intervenție psihologică în diminuarea stresului la adolescenți. În: *Perspectivile și problemele integrării în spațiul european al cercetării și educației: Materialele conferinței științifice internaționale*. Partea a 2-a. Universitatea de Stat „Bogdan Petriceicu Hașdeu” Cahul: „Centrografic” SRL. 2022. p. 125 – 129. ISSN 2587-3563.
38. RĂȘCANU, R., NUȚ, S. Anxietate, depresie în perioada de tranziție. În: *Revista de Psihologie*. București: Academia Română. 1999. Tom 45. Nr. 1-2. p. 75 – 93. ISSN 0034-8759.
39. ROBERT, L., HOLLAND, L., HOLLAND, S. *Planuri de tratament și intervenții pentru depresie și anxietate*. Tr. de E. Kállay. Ed. A II-a. Cluj-Napoca: ASCR. 2017. 484 p. ISBN 978-606-977-006-1.
40. SARTRE, J. *Psihologia emoției*. Tr. de L. Gavrilu. București: IRI. 2010. 120 p. ISBN 9786068162225.
41. *Sănătatea mintală. Analiză de situație*. Ministerul Sănătății, Institutul Național de Sănătate Publică, Centrul Național de Evaluarea și Promovarea Sănătății Mintale, Centrul Regional de Sănătate Publică Sibiu. 2021. 37 p. [citat pe 3.09.2022]. disponibil pe [Ministerul Sănătății – Ministerul Sănătății \(ms.ro\)](https://www.ms.ro/).
42. SERVAN-SCHREIBER, D. *Vindecă stresul, anxietatea și depresia fără medicamente și fără psihanaliză* Tr. de G. Argintescu-Amza, A. Avramescu. București: Elena Francisc. 2007. 296 p. ISBN 978-973-1812-04-5.
43. SILLAMY, N. *Dicționar de psihologie*. Tr. de L. Gavrilu. București: Univers Enciclopedic Gold, 2000. 352 p. ISBN 9789739243254.
44. STANCIU, M., RACU, Iu. Caracteristicile agresivității verbale la adolescenți. în: *Educația de calitate în contextul provocărilor societale: Materialele conferinței științifice naționale cu participare internațională*. Chișinău: CEP UPS „Ion Creangă”. ICITT. 2022. p. 422 – 427. ISBN 978-9975-46-638-7.
45. STANCIU, M., RACU, Iu. Demersul experimental al anxietății la adolescenți. În: *Revista Univers Pedagogic*. Nr. 73 (3). Chișinău: Centrul Editorial Univers Pedagogic. 2022. p. 50 – 56. ISSN 1811-547.
46. STANCIU, M., RACU, Iu. Diferențe de gen și de vârstă în manifestarea agresivității la adolescenți. În: *Asistența psihologică la etapa contemporană: realități și perspective: materialele conferinței științifice naționale cu participare internațională*. Bălți: USARB. 2022. p. 291 – 297. ISBN 978-9975-50-295-5.

47. STANCIU, M., RACU, IU. Diminuarea emoțiilor negative la adolescenți în condiții experimentale. În: *Revista Acta et Commentationes Scienses of Education* Nr. 29. No 3. 2022. p. 62 – 70. ISSN 1857-0623.
48. STANCIU, M., RACU, Iu. Manifestarea agresivității la adolescenți în contextul noilor provocări societale. În: *Revista științifico-practică Psihologie*. Nr. 2 (41). Chișinău: CEP UPS „Ion Creangă”. 2022. p. 14 – 24. ISSN E 2537-6276. III.1.5.
49. STANCIU, M. Stresul în context școlar. În: *Dezvoltarea personală și integrarea socială a actorilor educaționali*. Materialele conferinței științifice cu participare internațională, Chișinău: CEP UPS „Ion Creangă” 2022. p. 192-198, ISBN 978-9975-46-570-0.
50. STANCIU, M. Studiul experimental al stărilor depresive la adolescenți. În: *Probleme actuale ale științelor umanistice. Analele științifice ale doctoranzilor și competitorilor*. Vol. 20. Chișinău: CEP UPS „Ion Creangă” 2022. p. 252 – 256 .ISBN 978-9975-46-420-8.
51. ȘCHIOPU, U. *Dicționar de psihologie*. București: Babel. 1997. 740 p. ISBN 973-48-1027-8.
52. ȘCHIOPU, U., VERZA, E. *Psihologia vârstelor, ciclurile vieții*. Ed. a- III-a revizuită. București: Didactică și Pedagogică. 1997. 508 p. ISBN 973-30-5798-3.
53. VERDEȘ, A. *Psihologia emoțiilor*. Suport de curs pentru studenții specialității psihologie. Chișinău: Universitatea Pedagogică de Stat ” Ion Creangă”. 2013. 93 p. ISBN 978-9975-4458-2-5.
54. VERZA, E. VERZA, F. *Psihologia vârstelor*. București: Pro Umanitate. 2000. 310 p. ISBN 973-99734-4-4.
55. VERZA, E., VERZA, F. *Psihologia copilului*. București: Trei. 2017. 556 p. ISBN 978-606-40-0237-2.
56. VLADISLAV, E. O. *Ghid aplicativ de evaluare clinică a copiilor și adolescenților*. București: Sper. 2015. 296 p. ISBN 978-606-8429-49-6.
57. ZLATE, M. *Fundamentele psihologiei*. Iași: Polirom. 2009. 336 p. ISBN 978-973-46-1520-9.
58. EKMAN, P. *An argument for basic emotions*. In *Cognition and Emotion*. 1992. Vol. 6. Nr.3-4. ISSN 1464-0600. <http://doi.org/10.1080/02699939208411069>.
59. EKMAN, P., DAVIDSON, R.. *The nature of emotions. Fundamental questions*. New York: Oxford University Press. 1994. 469 p. ISBN 0-19-508943-X.
60. FRIJDA, N., *The emotions. Studies in emotion and social interaction*. London: Cambrige University Press. 1986. 544 p. ISBN 0521316006.
61. IZARD, C. *The psychology of emotion*. New York. Spinger Science@Business Media. 1991. 452 p. ISBN 0306438658.
62. JAMES, W. *What is an emotion?* New York: Oxford University Press. vol. 9. Nr. 34.
63. PLUTCHIK, R. *The emotions*. Boston: University Press of America. 1991. 216 p. ISBN 081-918-2869.
64. SELYE, H. *The stres of life*. New York: Mc Graw Hill Education. 1978. 516 p. ISBN 978-0070562127.

LISTA LUCRĂRILOR ȘTIINȚIFICE LA TEMA TEZEI:

Articole în reviste științifice, categoria B:

1. STANCIU, M., RACU, Iu. Manifestarea agresivității la adolescenți în contextul noilor provocări societale. În: *Revista științifico-practică Psihologie*. Nr. 2 (41). Chișinău: CEP UPS „Ion Creangă”. 2022. p. 14 – 24. ISSN E 2537-6276.
2. STANCIU, M., RACU, Iu. Demersul experimental al anxietății la adolescenți. În: *Revista Univers Pedagogic*. Nr. 73 (3). Chișinău: Centrul Editorial Univers Pedagogic. 2022. p. 50 – 56. ISSN 1811-547.
3. STANCIU, M., RACU, IU. Diminuarea emoțiilor negative la adolescenți în condiții experimentale. În: *Revista Acta et Commentationes Scienses of Education* Nr. 29. No 3. 2022. p. 62 – 70. ISSN 1857-0623.

Articole în lucrările conferințelor și altor manifestări științifice:

1. STANCIU, M. Dezvoltarea sferei emoționale la adolescenți. În: *Calitate în Educație- Imperativ al societății contemporane: Materialele conferinței științifice naționale cu participare internațională*. Chișinău: CEP UPS „Ion Creangă”. 2020. p. 217 – 222. ISBN 978-9975-46-484-0.
2. STANCIU, M. Abordări teoretice în studiul emoțiilor. În: *Probleme actuale ale științelor umanistice. Analele științifice ale doctoranzilor și competitorilor*. Vol. 19. partea a II-a. Chișinău: CEP UPS „Ion Creangă” 2021. p. 320 – 326. ISBN 978-9975-46-42.

3. STANCIU, M. Emoțiile negative trăite de adolescenți în context școlar. În *Restructurări psihologice în criză. Materialele conferinței Asociației Psihologilor Atestați din România*. ediția a XVI. Brașov: APAR. 2021. p. 140 – 150. ISBN 978-606-94584-9-5.
4. STANCIU, M. Stresul în context școlar. În: *Dezvoltarea personală și integrarea socială a actorilor educaționali*. Materialele conferinței științifice cu participare internațională, Chișinău: CEP UPS „Ion Creangă” 2021. p. 192-198. ISBN 978-9975-46-570-0.
5. RACU, I.U., STANCIU, M. Activități de intervenție psihologică în diminuarea stresului la adolescenți. În: *Perspectivelor și problemele integrării în spațiul european al cercetării și educației: Materialele conferinței științifice internaționale*. Partea a 2-a. Universitatea de Stat „Bogdan Petriceicu Hașdeu” Cahul: „Centrografic” SRL. 2022. p. 125 – 129. ISSN 2587-3563.
6. STANCIU, M. Studiul experimental al stărilor depresive la adolescenți. În: *Probleme actuale ale științelor umanistice. Analele științifice ale doctoranzilor și competitorilor*. Vol. 20. Chișinău: CEP UPS „Ion Creangă” 2022. p. 252 – 256 .ISBN 978-9975-46-420-8.
7. STANCIU, M. Abordarea adaptivă și dezadaptivă în anxietate. În: *Competențe adaptive și dezadaptative: Materialele conferinței naționale de psihologie aplicată cu participare internațională a Asociației Psihologilor Atestați din România*, ediția a XVII. Brașov: APAR. 2022 p. 262 – 270. ISBN 978-606-95470-0-7.
8. STANCIU, M., RACU, Iu. Caracteristicile agresivității verbale la adolescenți. în: *Educația de calitate în contextul provocărilor societale: Materialele conferinței științifice naționale cu participare internațională*. Chișinău: CEP UPS „Ion Creangă”. ICITT. 2022. p. 422 – 427. ISBN 978-9975-46-638-7.
9. STANCIU, M., RACU, Iu. Diferențe de gen și de vârstă în manifestarea agresivității la adolescenți. În: *Asistența psihologică la etapa contemporană: realități și perspective: materialele conferinței științifice naționale cu participare internațională*. Bălți: USARB. 2022. p. 291 – 297. ISBN 978-9975-50-295-5.

ADNOTARE

STANCIU Mirela, **Emoțiile negative la adolescenți și modalități de diminuare**

Teză de doctor în psihologie, Chișinău 2023

Structura tezei: Teza este constituită din: adnotări, lista abrevierilor, introducere, trei capitole, concluzii generale și recomandări, bibliografia din 232 de surse bibliografice; 7 anexe, 140 pagini de text de bază, 77 figuri și 16 tabele. Rezultatele obținute sunt publicate în 12 articole științifice.

Cuvinte-cheie: emoții negative, corelate psihologice ale emoțiilor negative, trăsături de personalitate, vârsta adolescentă.

Domeniul de studiu: Psihologia dezvoltării, Psihologia adolescenților, Psihologia emoțiilor.

Scopul cercetării a constat în *studiul specificului emoțiilor negative, a corelatelor lor psihologice și a trăsăturilor de personalitate la adolescenți, precum și elaborarea și implementarea unui program de intervenții psihologice orientat la diminuarea emoțiilor negative.*

Obiectivele cercetării: obiective pentru cercetare: analiza literaturii de psihologie cu privire la emoții, emoții negative, vârsta adolescentă, modalitățile de investigare a emoțiilor negative, precum și a metodelor, tehnicilor și procedurilor de diminuare a emoțiilor negative; stabilirea modalităților de manifestare a emoțiilor negative și a corelatelor lor psihologice la adolescenți în funcție de dimensiunea gen și vârstă; identificarea relațiilor dintre emoțiile negative, corelatele lor psihologice și trăsăturile de personalitate la adolescenți; elaborarea și implementarea unui program de intervenții psihologice orientat la diminuarea emoțiilor negative și a corelatelor lor psihologice la adolescenți; evaluarea eficienței programului de intervenții psihologice de diminuare a emoțiilor negative și a corelatelor lor psihologice la adolescenți.

Rezultatele obținute care contribuie la soluționarea problemei științifice importante constau în abordarea holistică a emoțiilor negative la adolescenți ce reiese din abordarea de gen și de vârstă, în explicarea manifestărilor corelatelor lor psihologice în dependență de gen și de vârstă și prin prisma evidențierii relațiilor între emoțiile negative, corelatele lor psihologice și trăsăturile de personalitate, fapte ce au constituit fundamentul pentru elaborarea și implementarea unui program de intervenții psihologice ce a contribuit la diminuarea emoțiilor negative.

Noutatea și originalitatea științifică a rezultatelor obținute rezidă din realizarea unui demers teoretico-experimental privind emoțiile negative și corelatele lor psihologice la adolescenți. S-a fundamentat un model psihodiagnostic pentru investigarea emoțiilor negative, a corelatelor lor psihologice și a trăsăturilor de personalitate la adolescenți. S-a identificat modul de manifestare și evoluție a emoțiilor negative pe tot parcursul vârstei adolescente. S-a stabilit caracterul specific al emoțiilor negative și a corelatelor lor psihologice la adolescenți și adolescente. Au fost evidențiate relațiile între emoțiile negative, corelatele lor psihologice și trăsăturile de personalitate la adolescenți. A fost elaborat și verificat experimental un model de intervenții psihologice orientat la diminuarea emoțiilor negative și a corelatelor psihologice ale acestora la adolescenți.

Semnificația teoretică a lucrării. Rezultatele cercetării teoretico-experimentale vin să completeze domeniile psihologia dezvoltării și psihologia educației cu cunoștințe actuale și cuprinzătoare cu privire la dezvoltarea sferei emoționale la adolescenți, la diferențele de gen și de vârstă în manifestarea emoțiilor negative și în corelatele psihologice ale acestora, precum și cu privire la interrelațiile dintre modul de manifestare a emoțiilor negative și particularitățile de personalitate la adolescenți. Rezultatele cercetării, explicațiile și legitățile expuse, precum și concluziile formulate sunt importante pentru reconceptualizarea și actualizarea compartimentului dedicat sferei emoționale și celei a personalității în contextul secvenței „Dezvoltarea psihosocială în adolescență” din cadrul disciplinei Psihologia dezvoltării.

Valoarea aplicativă a lucrării. Ideile și legitățile descrise în prezenta cercetare despre manifestarea emoțiilor negative, a corelatelor lor psihologice și interrelațiile emoțiilor negative cu corelatele lor psihologice și cu trăsăturile de personalitate pot fi întrebuințate ca repere în procesul de formare și dezvoltare a unei personalități armonioase. Modelul psihodiagnostic descris și validat experimental poate fi utilizat în investigarea sferei emoționale și a personalității la preadolescenți, adolescenți și tineri de către psihologii școlari, psihologii clinicieni și psihoterapeuți, etc. Programul de intervenții psihologice orientat la diminuarea emoțiilor negative și a corelatelor lor psihologice poate fi folosit atât pentru controlul și reducerea emoțiilor negative, cât și pentru alte dificultăți sau probleme din aria sferei emoționale și cea a personalității la preadolescenți, adolescenți și tineri de către psihologi, consilieri școlari, cadre didactice, psihoterapeuți, părinți și chiar adolescenți.

Implementarea rezultatelor științifice. Rezultatele cercetării teoretico-experimentale au fost implementate în procesul didactic de pregătire și formare a studenților în cadrul disciplinelor Psihologia dezvoltării, Psihologia personalității, Psihologia afectivității și a proceselor reglatorii, a masteranzilor și doctoranzilor la facultățile de psihologie din instituțiile superioare de învățământ și în cadrul cursurilor de formare continuă și seminarelor științifico-metodice cu psihologii, consilierii școlari și cadrele didactice.

ANNOTATION

STANCIU Mirela, Negative emotions in adolescence and ways of reduction. PhD thesis in Psychology, Chişinău 2023

Volume and structure of thesis: The thesis is composed of: annotations, list of abbreviations, introduction, three chapters, general conclusions and recommendations, references of 232 bibliographical sources; 7 annexes, 140 pages of basic text. The paper contains 77 figures and 16 tables. The obtained results are published in 12 scientific articles.

Keywords: negative emotions, psychological correlations of negative emotions, personality features, teenage.

Field of Study: Developmental Psychology, Adolescent Psychology, Psychology of Emotions.

The purpose of research consists of the *study of negative emotions specificity, their psychological correlations and personality features for teenagers, as well as drafting and implementation of a program of psychological interventions oriented towards the diminution of negative emotions.*

Research objectives: 1) analysis of psychology literature concerning emotions, negative emotions, teenage, methods for the investigation of negative emotions, as well as methods, techniques and procedures for the diminution of negative emotions; 2) establishment of methods for the manifestation of negative emotions and their psychological correlations at teenagers depending on the dimension gender and age; 3) identification of relationships between negative emotions and their psychological correlations and the personality features at teenagers; 4) drafting and implementation of a program of psychological interventions oriented to the diminution of negative emotions at teenagers; 5) evaluation of efficiency of program of psychological interventions for the diminution of negative emotions at teenagers.

The obtained results which contribute to the resolution of the important scientific problem consist of the holistic approach of negative emotions at teenagers which result from the gender and age approach, in explaining the manifestations of their psychological correlations in the dependence of gender and age and by the emphasis of interrelationships between negative emotions, their psychological correlations and the personality features, fact which has represented the basis for drafting and implementation of a psychological intervention program which has contributed to the diminution of negative emotions.

The scientific novelty and originality of the obtained results is in the performance of a theoretical – experimental proceeding concerning negative emotions and their psychological correlations at teenagers. A psycho-diagnosis model has been done for the investigation of negative emotions, of their psychological correlations and personality features at teenagers. The method of manifestation and evolution of negative emotions during the teenage period has been identified. The specific feature of negative emotions and their psychological correlations at teenagers and teenage girls has been established. The relationships between the negative emotions and personality features at teenagers have been emphasized. A model of psychological interventions oriented to the diminution of negative emotions at teenagers has been drafted and verified experimentally.

Theoretical significance of paper. The results of the theoretical – experimental research complete the fields of psychology of development and psychology of education with current and vast knowledges concerning the development of psycho-emotional sphere at teenagers, gender and age differences in the manifestation of negative emotions and their psychological correlations, as well as concerning the interrelationships between the method for the manifestation of negative emotions and personality particularities of teenagers. The results of research, presented explanations, as well as the enunciated conclusions are important for the reconceptualization and update of the department dedicated to the emotional sphere and the one of personality within the context of sequence “Psychosocial development during the teenage years”.

Applicative value of paper. The ideas and governing laws described and contoured in this research about the manifestation of negative emotions, of their psychological correlations and the inter-correlations of negative emotions / their psychological correlations with the personality features can be used as landmarks in the creation and development process of a harmonious personality. The psycho-diagnosis model described and validated experimental can be used in the investigation of the emotion sphere and personality at pre-teenagers, teenagers and young people by the school psychologists, clinical psychologists and psychotherapists, etc. The program of psychological interventions oriented towards the diminution of negative emotions can be used both for the control and diminution of negative emotions and for other difficulties or problems from the area of emotional sphere and that of personality at pre-teenagers, teenagers and young people by psychologists, school advisers, teachers, psychotherapists, parents and even teenagers.

Implementation of the scientific results. The results of the theoretical experimental research have been implemented in the didactic process of students’ training within the disciplines of development psychology, personality psychology, psychology of affectivity and regulatory process, of master and doctoral students at the faculties of psychology from the higher education institutions and within the courses of permanent training and scientific – methodic seminars with psychologists, school advisers and professors.

АННОТАЦИЯ

СТАНЧУ Мирела, Отрицательные эмоции в юношеском возрасте и способы их снижения. Диссертация на соискание ученой степени доктора психологии, Кишинев, 2023.

Структура диссертации: Диссертация состоит из: аннотаций, списка сокращений, введения, трех глав, общих выводов и рекомендаций, библиография насчитывает 232 источника; 7 приложений, 140 страницы основного текста, 77 рисунков и 16 таблиц. Полученные результаты опубликованы в 12 научных статьях.

Ключевые слова: отрицательные эмоции, психологические корреляты отрицательных эмоций, черты личности, юношеский возраст.

Область исследования: психология развития, психология юношеского возраста, психология эмоций.

Цель исследования: изучение специфики негативных эмоций, их психологических коррелятов и личностных особенностей в юношеском возрасте, а также разработка и реализация программы психологической интервенции, направленной на снижение негативных эмоций.

Задачи исследования: анализ литературы по психологии отрицательных эмоций, юношеского возраста, способов исследования отрицательных эмоций, а также методов и приемов снижения отрицательных эмоций; установление особенностей проявления отрицательных эмоций и их психологических коррелятов у юношей и девушек в зависимости от возраста; выявление связи отрицательных эмоций с их психологическими коррелятами, а также чертами личности в юношеском возрасте; разработка и реализация программы психологической интервенции, направленной на снижение негативных эмоций у юношей; оценка эффективности программы психологической интервенции по снижению негативных эмоций в юношеском возрасте.

Полученные результаты, способствующие решению важной научной проблемы, заключаются в целостном гендерно-возрастном подходе к исследованию негативных эмоций у юношей, в выявлении особенностей проявления отрицательных эмоций от возраста у юношей и девушек, в установлении взаимосвязи между негативными эмоциями, их психологическими коррелятами и личностными чертами, что послужило основой для разработки и реализации программы психологической интервенции, которая способствовала снижению негативных эмоций в юношеском возрасте.

Научная новизна и оригинальность полученных результатов заключается в реализации теоретико-экспериментального подхода к изучению отрицательных эмоций и их психологических коррелятов у юношей и девушек. Обоснована и предложена психодиагностическая модель исследования негативных эмоций, их психологических коррелятов и личностных черт юношей. Выявлены особенности проявления и эволюции отрицательных эмоций на протяжении юношеского возраста. Установлена специфика проявления негативных эмоций и их психологических коррелятов у юношей и девушек. Выделены взаимосвязи между отрицательными эмоциями и чертами личности юношей. Разработана и экспериментально проверена модель психологической интервенции, направленной на снижение негативных эмоций в юношеском возрасте.

Теоретическая значимость работы. Результаты теоретико-экспериментального исследования дополняют психологию развития и педагогическую психологию современными и всесторонними знаниями о развитии психоэмоциональной сферы в юношеском возрасте, половых и возрастных различиях в проявлении отрицательных эмоций и их психологических коррелятов, а также о взаимосвязи проявления отрицательных эмоций с особенностями личности у юношей и девушек. Результаты исследования, выявленные закономерности, а также сформулированные выводы важны для концептуализации и актуализации научных данных в области психологии, посвященной эмоциональной сфере в контексте раздела «Психосоциальное развитие личности в юношеском возрасте».

Практическая значимость исследования. Экспериментально выделенные и представленные в данной работе закономерности и особенности проявления отрицательных эмоций, взаимосвязи отрицательных эмоций/их психологических коррелятов с чертами личности могут быть использованы в качестве оснований в процессе формирования и развития гармоничной личности. Описанная и экспериментально подтвержденная психодиагностическая модель может быть использована школьными и клиническими психологами, психотерапевтами и другими специалистами при изучении эмоциональной сферы и личности в подростковом, юношеском возрастах и молодости. Программа психологической интервенции, направленная на снижение негативных эмоций, может быть широко использована психологами, школьными консультантами, учителями, психотерапевтами, родителями, а также самими юношами, как для контроля и редукции негативных эмоций, так и при различных трудностях и проблемах в эмоциональной сфере личности.

Внедрение научных результатов. Результаты теоретико-экспериментального исследования были внедрены в процессе обучения и подготовки студентов, магистрантов и докторантов по дисциплинам «Психология развития», «Психология личности», «Психология эмоциональных процессов» на факультетах психологии в вузах и на факультетах повышения квалификации, а также в рамках образовательных курсов и научно-методических семинаров с участием психологов, школьных консультантов и дидактических кадров.

STANCIU MIRELA

EMOȚIILE NEGATIVE LA ADOLESCENȚI ȘI MODALITĂȚI DE DIMINUARE

Rezumatul tezei de doctor în psihologie

Specialitatea: 511.02 - Psihologia dezvoltării și psihologia educațională

Aprobat spre tipar: 20.05.2022

Hârtie ofset. Tipar ofset.

Coli de tipar 1,5

Formatul hârtiei 60x84 1/16

Tirajul 40 ex.

Comanda 49

**Centrul Editorial-Poligrafic al Universității Pedagogice de Stat „Ion Creangă” din Chișinău,
str. Ion Creangă, nr. 1, MD-2069**