

ADOLESCENȚII ȘI RESPECTUL DE SINE

TEENAGERS AND SELF-RESPECT

Larisa Chirev, lector univ.,

UPS „I. Creangă”, Chișinău

Larisa Chirev, univ. lecturer,

„Ion Creangă” SPU, Chișinău

<https://orcid.org/0000-0002-6400-8517>

CZU: 159.922.8

Abstract

This article contains a synthesis of the approaches of self-respect in the vision of different researchers, the importance of this quality and the relationship of self-respect with other components of self-awareness. The results of the empirical research of self-esteem in adolescents presented in this article highlight the close relationship of self-esteem with its components, with the beliefs about inner actions reported by their own person. Empirical research has shown the presence of gender differences in self-esteem in adolescence, boys being those with higher scores on most variables studied.

Key-words: self-esteem, components of self-esteem, attitude towards self, adolescents.

Renumitul terapeut N. Branden afirma că „respectul de sine reprezintă o nevoie umană fundamentală. Iar impactul său nu ține cont nici de înțelegerea și nici de consimțământul nostru; el își croiește drum prin propria ființă, cu sau fără știrea noastră. Suntem liberi fie să încercăm să percepem dinamica respectului de sine, fie să ignorăm această dinamică, dar în al doilea caz rămâne un mister pentru noi înșine și suportăm consecințele” [3, p.15].

Respectul de sine reprezintă acea nevoie umană profundă și puternică ce este esențială pentru o adaptabilitate sănătoasă a individului, pentru funcționarea lui optimă și împlinirea de sine. Și asta în așa măsură încât, dacă această nevoie nu este împlinită, suferim și suntem împiedicați în propria dezvoltare.

Rezumând într-o definiție proprie viziune, N. Branden a definit conceptul de respect de sine ca fiind „predispoziția de a te simți capabil să faci față provocărilor vieții și demn de a fi fericit” [3, p. 55–56].

Și dacă unii autori utilizează termenii de *respect de sine* și *stimă de sine* ca sinonime absolute, având în limba engleză echivalentul *self-esteem*, alți autori fac o delimitare a acestor 2 concepte, considerând că un concept ar fi o componentă a celuilalt. Astfel, I. Holdevici consideră că „autostima reprezintă o modalitate de a gândi, simți și acționa care implică autoacceptarea propriei persoane, respectul față de sine și încrederea în forțele proprii. Persoana care se acceptă pe sine poate trăi confortabil acceptându-și punctele tari și slăbiciunile fără să se critice în permanență” [4, p.287].

Pentru unii cercetători este imposibil de compartimentat stima de sine, astfel, stima de sine nu poate fi înțeleasă decât ca o concepție globală despre sine însuși. Alți cercetători, însă, consideră că stima de sine este de fapt cumularea mai multor stime de sine, specifice diferitor domenii, ce pot funcționa în manieră relativ independentă unele de altele. De exemplu, putem avea o bună stimă de sine în domeniul profesional și una mai puțin bună în legătură cu viața sentimentală. Tipurile stimei de sine pot fi reprezentate sub forma unei scale ierarhice care începe cu sinele fizic, se încheie cu sinele spiritual și are ca intermediar o multitudine de tipuri materiale și sociale. În funcție de circumstanțe și interlocutori, sentimentul valorii personale

poate varia considerabil. Cert însă este faptul că un succes sau un eșec dintr-un domeniu vor determina efecte și în celelalte domenii.

Astfel, Oubrayrie, Safont și Leonardis au elaborat în 1991 o scala de evaluare a stimei de sine pentru adolescenți, care oferă posibilitatea identificării zonelor de fragilitate a rezonanței afective ce însoțește autoevaluarea identității sub aspect multiplu: emoțional, fizic, social, școlar și prospectiv [5, p.3]. Semnificațiile acestor dimensiuni sunt:

- sinele fizic – autoaprecierea atributelor fizice (aspect corporal, abilități fizice, sănătate)
- sinele emoțional – autoevaluarea controlului asupra emoțiilor și impulsivității
- sinele școlar – autopercepția competențelor și performanțelor școlare
- sinele social – autoevaluarea abilităților sociale (capacitatea de comunicare și de adaptare în colectiv)
- sinele prospectiv – autoaprecierea capacității de integrare în lumea adultă, de afirmare a sinelui, de angajare în constituirea propriului eu.

Valoarea respectului de sine nu constă numai în simplul fapt că ne permite să ne simțim mai bine, ci și în aceea că ne dă posibilitate să trăim mai bine, să reacționăm la provocări și la oportunități cu mai multe surse și într-un mod mai adecvat.

„Dacă am încredere în mintea și judecata mea, afirma N. Branden, este foarte probabil că voi acționa ca o ființă gânditoare. Exersându-mi capacitatea de a gândi, atribuind o mai mare conștientizare a activităților mele, viața mea va funcționa mai bine. Iar acest lucru îmi consolidează încredere în propria inteligență. Dacă n-am încredere în mintea mea, probabil că am să fiu mai degrabă pasiv din punct de vedere mental, o să atribui activităților mele un grad de conștientizare mai redus decât este necesar și o să am o mai scăzută perseverență în confruntarea cu dificultățile” [3, p.16].

Același autor scria „cu un grad ridicat al respectului de sine, este probabil să fiu mai perseverent în confruntare cu dificultățile. Cu un respect de sine scăzut, mai degrabă am să renunț sau am să încerc fără să fac cu adevărat tot ce pot face. Dacă perseverez probabilitatea de a reuși este mai mare decât cea de a eșua. Dacă nu perseverez, probabilitatea de a eșua este mai mare decât cea de a reuși. În ambele cazuri părerea mea despre mine se va consolida.

Dacă mă respect și cer celorlalți să mă trateze cu respect, atunci emit anumite semnale și mă comport astfel încât probabilitatea de răspuns adecvat din partea celorlalți crește. Când acest lucru se întâmplă, credința mea inițială se confruntă și se consolidează. Dacă-mi lipsește stima pentru mine însumi și, ca urmare consider firești lipsa de politețe, insulta sau explorarea din partea celorlalți, eu transmit în mod inconștient acest lucru și unii oameni mă vor trata la nivelul acestei stime față de mine însumi. Iar când se întâmplă asemenea lucruri și eu mă resemnez, gradul meu de autoapreciere se deteriorează și mai mult” [3, p.17].

Un simț sănătos al propriei valori, conform opiniei mai multor autori precum Rosenberg, Harter, Bachman, contribuie la potențarea și adecvarea reacțiilor proprii în raport cu provocările și oportunitățile vieții, în timp ce un nivel scăzut al stimei de sine conduce la anxietate, indecizie, depresie.

De menționat că eficacitatea sinelui și considerația față de sine au fost considerați de către N. Branden cei doi piloni ai respectului de sine, iar când unul dintre ei lipsește, respectul de sine este afectat. Trăirea eficacității sinelui generează sentimentul de control asupra

propriei vieți, control pe care este asociat cu starea de bine din punct de vedere psihic, cu sentimentul de aflare în centrul vital al existenței noastre și fără a avea rol de spectator pasiv sau victimă a sentimentelor.

Trăirea considerației față de sine face posibil un sentiment de comuniune cu ceilalți, sentiment generos și deloc nevrotic, un sentiment camaraderesc de independență și de considerație reciprocă. A avea un înalt respect de sine înseamnă deci a-ți trăi viața cu un sentiment de încredere, adică a te simți capabil și îndreptățit ca persoană. A avea un respect de sine mediu înseamnă a fluctua între sentimentul de adecvare și inadecvare, între a fi potrivit și nepotrivit ca persoană și a-ți manifesta aceste inconsecvențe de comportament acționând uneori înțelept, alteori prostește – consolidându-ți astfel nesiguranța legată de cine ești de fapt în adâncul tău.

I. Holdevici afirmă că „atunci când nivelul de autostimă este scăzut, persoana are o senzație de vid interior, pe care încearcă să-l umple agățându-se în mod compulsiv de suporturi exterioare ...” [4, p.287].

Odată ce adolescența este perioada în care se cristalizează conștiința de sine cu toate componentele ei, această perioadă de vârstă este oportună și pentru consolidarea respectului de sine. A. Băban menționează că „adolescentul se evaluează pe sine, cât de „bun” se consideră comparativ cu propriile expectanțe sau cu alții. Stima de sine este dimensiunea evaluativă și afectivă a imaginii de sine” [2, p.72].

O stimă de sine pozitivă și realistă la adolescent îi dezvoltă capacitatea de a lua decizii responsabile și abilitatea de a face față presiunii grupului. Imaginea de sine se dezvoltă pe parcursul vieții din experiențele pe care le are persoana și din acțiunile pe care le realizează și la care participă. Experiențele din timpul copilăriei au un rol esențial în dezvoltarea imaginii de sine. Astfel, succesele și eșecurile din copilărie precum și modalitățile de reacție a copilului la acestea definesc imaginea pe care o are copilul despre el.

În viziunea A. Băban, adolescenții cu *stima de sine pozitivă* [2, p.73]...

- își asumă responsabilități („pot să fac acest lucru”);
- se comportă independent („mă descurc singur”);
- sunt mândri de realizările lor („sunt mândru pentru că ...”, „sunt important”);
- realizează fără probleme sarcini noi („sunt convins că pot să fac acest lucru”);
- își exprimă atât emoțiile pozitive cât și cele negative („îmi place de mine așa cum sunt”, „sunt supărat când vorbești așa cu mine”);
- oferă ajutor și sprijin celorlalți colegi („am nevoie de ajutorul tău”),

iar adolescenții cu o *stimă de sine scăzută* [2, p.74]...

- sunt nemulțumiți de felul lor de a fi („nu sunt bun de nimic”, „nu sunt în stare să fac asta”, „nu am nici o calitate”);
- evită să realizeze sau să se implice în sarcini noi („nu voi fi în stare să iau examenul”);
- se simt neiubiți și nevaloroși („sunt antipatici”, „nu mă place nimeni”, „sunt plictisitor”);
- îi blamează pe ceilalți pentru nerealizările lor („profesorul a fost nedrept cu mine”);
- pretind că sunt indiferenți emoțional („nu mă interesează că am luat nota 4 la ...”);
- nu pot tolera un nivel mediu de frustrare („nu știu cum să rezolv problema”, „nu pot să învăț”);

- sunt ușor influențabili („prieteni mei cred că este bine să fumezi”);
- nu își asumă responsabilități, sunt prea „cuminți”;
- par rebeli, nepăsători.

Riscurile unei stime de sine scăzute în adolescență sunt multiple: probleme emoționale – depresie, anxietate, iritabilitate; probleme de comportament – agresivitate; scăderea performanțelor școlare – eșec școlar, abandon școlar; creșterea riscului consumului de alcool, tutun, droguri; implicarea în relații sexuale de risc; imagine corporală negativă, tulburări alimentare – anorexie, bulimie, suicid.

Adolescenții cu stima de sine crescută reușesc să facă față mai bine situațiilor și comportamentelor de risc cum ar fi consumul de substanțe, relații interpersonale nesănătoase, situațiilor de criză, eșecurilor.

În contextul celor menționate mai sus ne-am propus să studiem particularitățile respectului de sine și a atitudinii față de sine a adolescenților. Metodele aplicate în cercetare:

1. **Testul-chestionar de evaluarea a atitudinii față de sine a lui Stolin B.B.** Scalele de bază prevăzute de către acest test sunt: scala S (măsoară sentimentul integral al propriului Eu al respondentului), respectul de sine, autosimpatia, așteptarea atitudinii pozitive din partea celorlalți, autointeresul. Chestionarul mai conține și alte 7 scale care măsoară gradul de manifestare a convingerilor despre unele acțiuni interioare raportate la propria persoană: încredere în sine; atitudinea altora; autoacceptare; autogestionare; autoacuzare; interes față de sine; autoînțelegere. Fiecare caracteristică poate avea 3 grade de manifestare – să nu fie manifestată, să fie manifestată sau să fie evident manifestată.
2. **Chestionarul „Nivelul stimei de sine”** este traducerea din franceză a unuia dintre cele mai utilizate dintre instrumentele de evaluare a stimei de sine: scala Rosenberg. Chestionarul permite de a determina nivelul stimei de sine: scăzută, medie și înaltă.
3. **Scala de evaluare a stimei de sine pentru adolescenți** – testul oferă posibilitatea de a evalua nivelul (subestimare, nivel mediu, supraestimare) la următoarele dimensiuni: sinele fizic, sinele emoțional, sinele școlar, sinele social și sinele prospectiv.

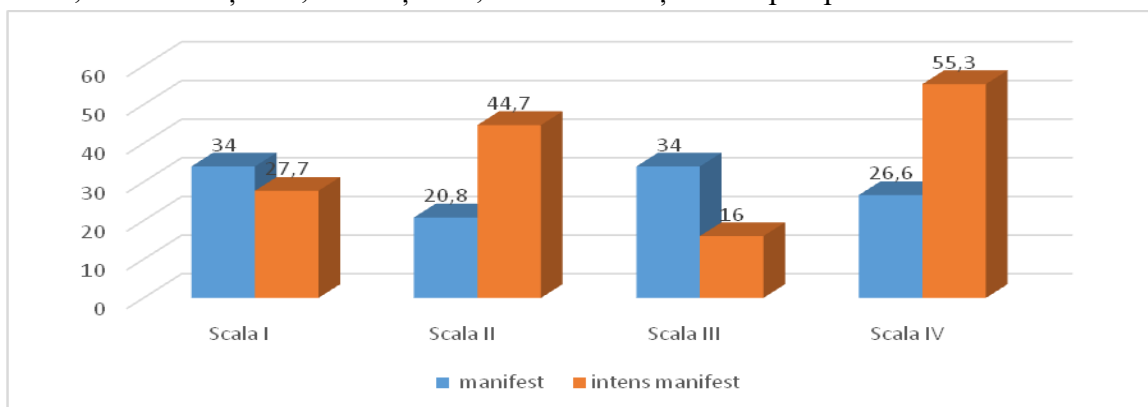


Fig. 1. Manifestarea caracteristicilor celor 4 scale de bază ale **Testului-chestionar de evaluarea a atitudinii față de sine**, în %

Mai mult de jumătate dintre adolescenții participanți la studiu se respectă pe sine: manifestă față de sine respect 34%, iar la 27,7% respectul de sine este intens manifestat.

Compararea rezultatelor la această variabilă pune în evidență diferențe de gen semnificative: $t = -3,069$, $p \leq 0,05$. Băieții sunt cei care au scoruri mai mari (valoarea medie pe grup este 65,1), deci ei se respectă mai mult decât fetele (valoarea medie pe grup este 50,2).

În jur de 65% de adolescenți nutresc simpatie față de propria persoană: 20,8% de adolescenți manifestă această atitudine față de sine, iar la 44,7% autosimpatia se manifestă intens.

Compararea rezultatelor la variabila autosimpatie la fel pune în evidență diferențe de gen semnificative: $t = -2,026$, $p \leq 0,05$. Și la această variabilă băieții au scoruri mai mari (valoarea medie pe grup este 69,9), deci atitudinea lor față de propria persoană este mai bună decât a fetelor (valoarea medie pe grup este 60,5).

Jumătate dintre adolescenții implicați în studiu consideră că sunt percepuți de către ceilalți într-o manieră pozitivă, astfel, așteptarea atitudinii pozitive din partea celorlalți se manifestă la 34%, iar 16% manifestă intens această caracteristică.

La această variabilă nu au fost constatate diferențe de gen semnificative, chiar dacă media în grupul de băieți (51,7) o depășește pe cea a grupului de fete (46). Rezultă concluzia că, indiferent de gen, sunt adolescenți care cred că, prin felul lor de a fi, pot câștiga simpatia și aprecierea altor persoane, dar sunt adolescenți (atât fete, cât și băieți) care nu sunt convinși de faptul că pot plăcea altor oameni.

Interesul față de propria persoană (gânduri, trăiri) este caracteristic pentru majoritatea adolescenților: manifestă interes față de sine 26,6%, iar la 55,3% autointeresul se manifestă intens.

Nici la variabila autointeres nu am constatat diferențe de gen semnificative, chiar dacă media în grupul de băieți (82,3) este mai mare decât media în grupul de fete (76,8).

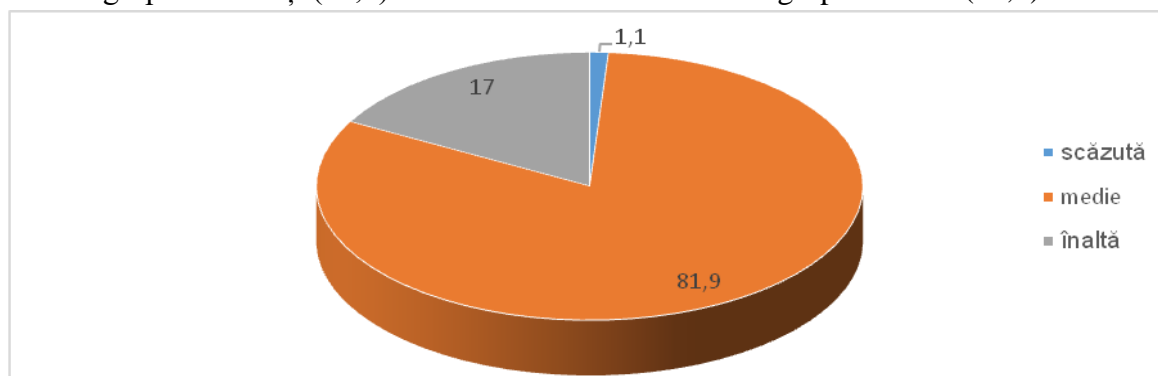


Fig. 2. Rezultatele testului *Nivelul stimei de sine*, în %

Datele obținute la acest test pun în evidență faptul că stimă de sine scăzută au doar 1,1% adolescenți testați, stimă de sine medie a fost constatată la 17% adolescenți și majoritatea (81,9%) au o stimă de sine înaltă. Compararea datelor obținute la acest test pune în evidență diferențe de gen statistic semnificative: $t = -4,078$, $p \leq 0,05$, scorurile mai mari sunt mai frecvente printre băieți (valoarea medie pe grup este 31,2) decât la fete (valoare medie pe grup este 27,8).

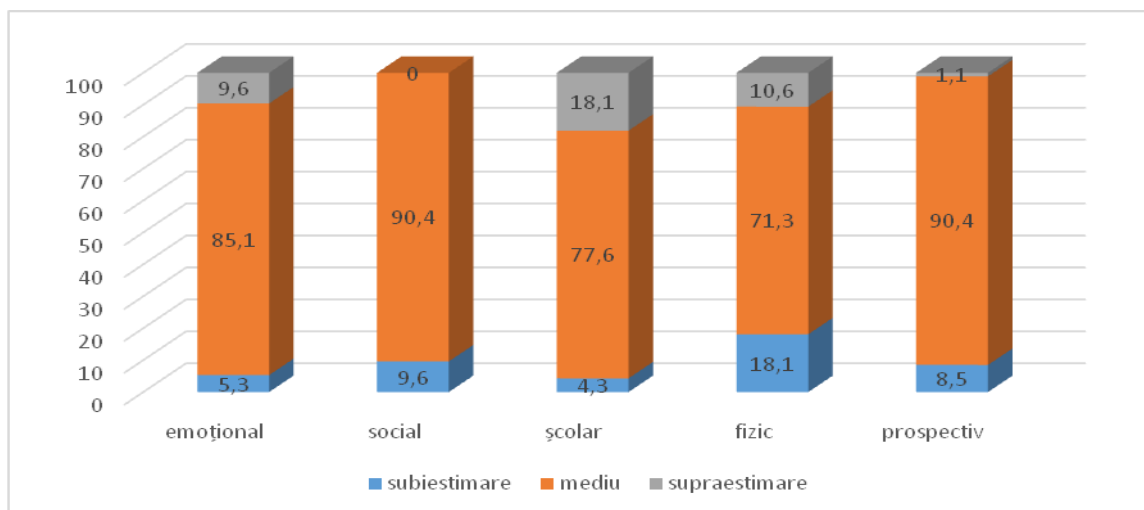


Fig. 3. Frecvența pe nivele a dimensiunilor stimei de sine, *Scala de evaluare a stimei de sine pentru adolescenți, în %*

Rezultatele obținute la acest test ne-a permis să identificăm acele aspecte ale eului de care adolescenții sunt mai mulțumiți și cele care pot fi sursă de frustrări.

Am constatat că 5,3% adolescenți își subestimează capacitatea de a-și controla emoțiile și impulsivitatea, la 85,1% autoevaluarea controlului asupra emoțiilor și impulsivității este medie, iar 9,6% adolescenți își supraestimează capacitatea de a-și controla emoțiile și impulsivitatea. Am constatat diferențe de gen semnificative la variabila sinele emoțional: $t = -2,077$, $p \leq 0,05$, băieții sunt cei ce au scoruri mai mari (valoarea medie pe grup este 8,4) decât fetele (valoarea medie pe grup este 7,5).

Autoevaluarea abilităților sociale (capacitatea de comunicare și de adaptare în colectiv) este una medie la 90,4% de adolescenți participanți la studiu, celelalte 9,6% de adolescenți au tendința de a-și subestima abilitățile sociale, capacitatea de comunicare și adaptare în colectiv. Nu au fost constatate diferențe de gen în evaluarea abilităților sociale de către fete și băieți.

Aproape o cincime dintre adolescenți (18,1%) își supraestimează performanțele sale școlare, majoritatea (77,6%) sunt cu auto percepția componentelor și performanțelor școlare adecvată și doar 4,3% își subestimează rezultatele școlare. Și în aprecierea performanțelor școlare nu sunt constatate diferențe de gen.

Autoaprecierea atributelor fizice este adecvată la 71,3% dintre adolescenți, nu sunt mulțumiți de aspectul lor corporal, sănătate și abilități fizice 18,1% de adolescenți testați, iar 10,6% adolescenți își supraapreciază atributele fizice. La variabila sinele fizic au fost constatate diferențe de gen: $t = -5,571$, $p \leq 0,05$, băieții sunt cei ce au scoruri mai mari (valoarea medie pe grup este 9,9) decât fetele (valoarea medie pe grup este 7,2).

Majoritatea adolescenților (90,4%) au o autoapreciere medie a capacității de integrare în lumea adultă, de afirmare a sinelui, de angajare în construirea propriului viitor. Totuși 8,5% dintre adolescenții ce au participat la studiu își subestimează capacitatea de integrare, de a afirmare a sinelui și de angajare în construirea propriului viitor. Au fost constatate diferențe de gen și la variabila sinele prospectiv: $t = -5,019$, $p \leq 0,05$, băieții sunt cei ce au scoruri mai mari (valoarea medie pe grup este 8,9) decât fetele (valoarea medie pe grup este 7,7).

Deci, aspectul corporal este o sursă de frustrare pentru un număr mai mare de adolescenți (18,1%), abilitățile sociale și de adaptare insuficiente îi preocupă pe 9,6%

adolescenți, neîncrederea de a reuși în viitor îi frustrează pe 8,5% adolescenți testați, iar aspectele cele mai puțin frustrante sunt rezultatele școlare și controlul slab al emoțiilor și impulsivității.

Corelarea rezultatelor obținute la cele 3 teste am au pus în evidență următoarele relații semnificative din punct de vedere statistic:

1. Stima de sine (Rosenberg) corelează moderat cu respectul de sine (Stolin): $r = 0,63$ la $p \leq 0,05$; autosimpatia (Stolin): $r = 0,6$ la $p \leq 0,05$; așteptarea atitudinii pozitive din partea celorlalți (Stolin): $r = 0,43$ la $p \leq 0,05$; autointeresul (Stolin): $r = 0,56$ la $p \leq 0,05$; sinele fizic: $r = 0,5$ la $p \leq 0,05$; sinele emoțional: $r = 0,63$ la $p \leq 0,05$; sinele școlar: $r = 0,52$ la $p \leq 0,05$; sinele social: $r = 0,44$ la $p \leq 0,05$; sinele prospectiv: $r = 0,54$ la $p \leq 0,05$.
2. Respectul de sine (Stolin) corelează moderat cu autosimpatia (Stolin): $r = 0,56$ la $p \leq 0,05$; așteptarea atitudinii pozitive din partea celorlalți (Stolin): $r = 0,44$ la $p \leq 0,05$; autointeresul (Stolin): $r = 0,43$ la $p \leq 0,05$; încredere în sine: $r = 0,81$ la $p \leq 0,05$; autoacceptare: $r = 0,47$ la $p \leq 0,05$; autogestionare: $r = 0,37$ la $p \leq 0,05$; autoacuzare: $r = -0,33$ la $p \leq 0,05$; autoînțelegere: $r = 0,4$ la $p \leq 0,05$; sinele fizic: $r = 0,48$ la $p \leq 0,05$; sinele emoțional: $r = 0,53$ la $p \leq 0,05$; sinele școlar: $r = 0,48$ la $p \leq 0,05$; sinele social: $r = 0,55$ la $p \leq 0,05$; sinele prospectiv: $r = 0,44$ la $p \leq 0,05$.

În concluzie putem afirma că rezultatele obținute la toate variabilele testelor corelează semnificativ între ele, deci adolescenții cu o mai bună stima de sine manifestă și mai mult interes față de propria persoană, manifestă simpatie față de sine, anticipează atitudinea pozitivă a altora, sunt mai încrezători, se accepta mai ușor, înțeleg mai bine propriile trăiri și fapte, mai ușor își gestionează activitățile, sunt mai mulțumiți de aspectul lor corporal, performanțele școlare, calitatea relațiilor sociale, capacitățile lor de a se descurca în viitor, capacitatea de a-și controla emoțiile. Totodată, adolescenții cu o mai bună stima de sine mai puțin se autoacuză.

Conform psihologiei umaniste dezvoltată de Carl Rogers și Abraham Maslow, fiecare persoană este valoroasă în sine. Prin natura sa umană, are capacitatea de a se dezvolta și de a-și alege propriul destin, de a-și valida calitățile și caracteristicile pozitive în măsura în care mediul îi creează condițiile de actualizare a sinelui. Acceptarea necondiționată (indiferent de performanțe) și gândirea pozitivă (convingerea că fiecare persoană are ceva bun) sunt atitudini care favorizează dezvoltarea personală. Este de dorit ca aceste atitudini fundamentale, alături de empatie, respect, căldură, autenticitate și congruență să devină repere comportamentale pentru fiecare părinte, profesor și educator.

Cunoașterea de sine se dezvoltă odată cu vârsta și cu experiențele prin care trecem. Pe măsură ce persoana avansează în etate, dobândește o capacitate mai mare de auto-reflexie, acest fapt devenind destul de evident în adolescență. Totuși, cunoașterea de sine nu este un proces care se încheie odată cu adolescența sau tinerețea.

BIBLIOGRAFIE

1. ANDRE, Ch., LELORD, F. *Cum să te iubești pe tine pentru a te înțelege mai bine cu ceilalți*. Trad.: Luca D. București: Editura Trei, 2003. 304 p. ISBN 973-8291-79-8.
2. BĂBAN, A. *Consiliere educațională*. Cluj-Napoca: Imprimeria „Ardealul”, 2001. 287 p. ISBN 973-0-02400-6.

3. BRANDEN, N. *Cei șase stâlpi ai respectului de sine*. Trad.: Groza M. București: Editura „AMSTA Publishing”, 2008. 352 p. ISBN 978-973-88-5216-7.
4. HOLDEVICI, I. *Ameliorarea performanțelor individuale prin tehnici de psihoterapie*. București: Editura Orizonturi, 1998. 392 p. ISBN 973-9342-27-2.
5. Revista de psihologie nr.3, 1998

INFLUENȚA RELAȚIILOR FAMILIALE ASUPRA DEZVOLTĂRII SFEREI AFECTIVE LA COPII CA FACTOR AL SECURITĂȚII PSIHOLOGICE

THE INFLUENCE OF FAMILY RELATIONSHIPS ON THE DEVELOPMENT OF THE EMOTIONS IN CHILDREN AS A FACTOR OF PSYCHOLOGICAL SECURITY

*Carolina Perjan, conferențiar universitar., doctor în psihologie,
UPS „Ion Creangă” din Chișinău.*

Carolina Perjan, Associate professor, Ph.D.

SPU ”Ion Creangă”, Chisinau

<https://orcid.org/0000-0001-9224-0834>

CZU: 159.923.2-053.2

Abstract

The pandemic situation imposes new rules of existence and survival for all mankind.

But the most vulnerable group are teenagers. They are the ones who are on the threshold of mature life and the first to adapt to new conditions not only for themselves, but for all of humanity. The psychological support for them remains the family. The article presents a psychological research that aims at the impact of the parent's self-image on the emotional profile of the adolescent and his psychological security.

Key-words: teenagers, family, self-image.

În contextul schimbărilor actuale, noilor cerințe și schimbări destul de dure, legate de situația pandemică ce a acoperit toate țările lumii, cu diverse culturi, valori, principii, a redus tot ceea ce cândva a fost individual la ceea ce a devenit pentru toate țările la fel, comun. Aici vreau să specific unele comportamente comune tuturor societăților : distanțarea socială, reducerea spațiului comunicativ „face to face”, intervenția agresivă a spațiului virtual, ce are impact dur asupra întregului sistem și subsistem social, juridic, economic, educațional , al comunităților umane etc., consecințele acestei pandemii le putem asemăna cu un război. Care la rândul său impune condiții animalice ”sau te adaptezi sau mori”, cu alte cuvinte sau ești flexibil și rezistent la stres sau suferă sănătatea mintală.

În acest context familia poate deveni acel spațiu sigur pentru oamenii ce sunt implicați în această perioadă de pandemie.

Cei mai mult supuși confuziei sunt adolescenții. Prima cauză este situația pandemică și a doua cauză este legată de implicarea lor în viața matură. Confuzia apare din faptul că nici părinții și nici sistemul educațional nu au avut resurse și cunoștințe pentru a pregăti adolescenții pentru viața matură în condițiile noi apărute. Această dibusolare afectează în mod direct identitatea psihologică, pentru că adolescentul nu poate găsi răspunsul la întrebarea Cine este?, ce poate face? și ce își dorește? iar, cunoștințele, abilitățile, capacitățile pe care le are va putea să-i ajute în adaptarea socială, la noile condiții de viață? Sunt suficient dezvoltate strategiile de coping? etc. Ca colac de salvare poate fi studierea imaginii de sine ce este o componentă a conștiinței de sine, adică conștientizarea propriei persoane, propriilor abilități