

3. CUCOȘ, C., Pedagogie, Buc., Ed. Polirom, 2006.
4. CUZNEȚOV Larisa, (2018), Parteneriatul și colaborarea școală – familie – comunitate. Educația de calitate a copiilor și părinților, Chișinău, IȘE. Pag. 9, ISBN 978-9975-110-93-8
5. GORAȘ-POSTICĂ, V., (coord.), Parteneriatul școală-familie Ón viziunea managerilor școlari, Ch., 2009.
6. [http://lastrada.md/pic/uploaded/Siguran%C8%9Ba%20online%20a%20copiilor%20%C3%AEn%20%C8%99coal%C4%83\\_dec.%202020.pdf](http://lastrada.md/pic/uploaded/Siguran%C8%9Ba%20online%20a%20copiilor%20%C3%AEn%20%C8%99coal%C4%83_dec.%202020.pdf)
7. [http://lastrada.md/files/resources/3/Siguranta\\_copiilor\\_pe\\_Internet\\_final.pdf](http://lastrada.md/files/resources/3/Siguranta_copiilor_pe_Internet_final.pdf)
8. <https://siguronline.md/rom/no/despre-noi>
9. [http://dir.upsc.md:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/1965/Monografie\\_Parteneriatul\\_Scoala-familie-comunitate.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://dir.upsc.md:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/1965/Monografie_Parteneriatul_Scoala-familie-comunitate.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
10. [http://dir.upsc.md:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/1965/Monografie\\_Parteneriatul\\_Scoala-familie-comunitate.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://dir.upsc.md:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/1965/Monografie_Parteneriatul_Scoala-familie-comunitate.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

## RELAȚIA DINTRE SECURITATEA PSIHOLAGICĂ ȘI STRESUL LA COPII

## THE RELATIONSHIP BETWEEN PSYCHOLOGICAL SECURITY AND STRESS IN CHILDREN

**POPESCU Cristina**, *drd., lector universitar de psihologie,*  
*Universitatea Americană din Moldova*

**POPESCU Cristina**, *PhD student, lecturer of psychology at the*  
*American University of Moldova*

E-mail: [crystal.popi.@gmail.com](mailto:crystal.popi.@gmail.com); [chrystal85@mail.ru](mailto:chrystal85@mail.ru)  
[ORCID iD: 0000-0001-8986-7089](https://orcid.org/0000-0001-8986-7089)

**CZU 159.944-053.2**

### Rezumat

Fiziologul american Walter Canon (1929), utilizează termenul de stres pentru a demonstra existența unor mecanisme homeostatice specifice de protejare organismului împotriva unor agenți perturbatori. Canon, folosește termenul de stres în legătură cu reacția autonomă a organismului, denumită „reacție de urgență“, cunoscută în literatura de specialitate sub numele de „fugă sau luptă“ (fight or flight). S-a dovedit că tinerii care folosesc rețelele sociale, adică cei care petrec mai mult de 2 ore pe zi pe rețelele de socializare au mai multe șanse să raporteze sănătate mintală deficitară, inclusiv stresul psihologic. De aceea reducerea dependenței copilului de matur prin încurajarea copilului de a-și folosi propriile capacități de a face față oricărui tip de atac, presupune acea punte spre constituirea echilibrului interior și securității psihologice la copil. În cele din urmă, siguranța psihologică a unui individ ar trebui considerată drept calitatea resurselor sale, care asigură o ființă autentică cu drepturi depline în realități socio-economice și politice complexe, întrucât ființa autentică este singura modalitate posibilă de a evita distructivitatea.

**Cuvinte - cheie:** securitatea psihologică, stres, rețele de socializare, adolescent

### **Summary**

*The American physiologist Walter Canon (1929) uses the term stress to demonstrate the existence of specific homeostatic mechanisms to protect the body against disturbing agents. Canon uses the term stress in connection with the body's autonomous reaction, called "emergency reaction", known in the literature as "run or flight". It turned out that young people who use social networks, ie those who spend more than 2 hours a day on social networks are more likely to report poor mental health, including psychological stress. Therefore, reducing the addiction of the adult child by encouraging the child to use their own abilities to cope with any type of attack, implies that bridge to the establishment of inner balance and psychological security in the child. Finally, the psychological security of an individual should be considered as the quality of his resources, which ensures an authentic being with full rights in complex socio-economic and political realities, as the authentic being is the only possible way to avoid destructiveness.*

**Key-words:** *psychological security, stress, social - media, adolescent*

În ciuda numeroaselor studii, consecințele specifice ale utilizării mass-media și ale expunerii la conținutul media rămân contestate empiric (Pantic, 2014; Strasburger, Jordan și Donnerstein, 2010). În ultimii ani, un număr tot mai mare de cercetători au speculat și au cercetat avantajele și dezavantajele rețelelor sociale online, adică dacă utilizarea site-urilor de rețele sociale (SNS) și a tehnologiilor de rețele sociale (SNT) are rezultate pozitive sau negative. Chiar și o privire superficială asupra literaturii existente sugerează, totuși, că eforturile din trecut au ridicat mai multe întrebări decât au oferit răspunsuri concrete. O revizuire sistematică recentă a asocierii dintre comunicarea online și bunăstarea psihologică a adolescenților (WB) indică de fapt „o mulțime de dovezi contradictorii care sugerează atât aspecte dăunătoare, cât și benefice” ale rețelelor sociale bazate pe internet (Best, Manktelow și Taylor, 2014).

Conform unui sondaj cuprinzător („Internet & American Life Project”) realizat de Pew Research Center (2010), 93% dintre toți adolescenții americani (cu vârste cuprinse între 12 și 17 ani) merg online în mod regulat și 73% dintre ei folosesc activ SNS. Ei petrec mai mult timp folosind mass-media online decât orice alt grup de vârstă și sunt prima cohortă care a fost conectată vreodată cu comunicarea pe internet ca parte integrantă a educației lor (Best et al., 2014). Supra-dependența sau dependența pe scară largă online a determinat Asociația Americană de Psihiatrie să includă „tulburarea utilizării internetului” în anexa celei de-a cincea ediții a Manualului de diagnosticare statistică pentru tulburări mintale (Kuss, Griffiths și Binder, 2013). Termeni precum „Depresia Facebook” au devenit, de asemenea, o preocupare medicală legitimă, în special pentru copii și adolescenți (O’Keefe, Clarke-Pearson și Council on Communications & Media, 2011). Având în vedere prevalența substanțială și în creștere a tehnologiilor de

comunicare fără fir și a site-urilor de social media în viața tinerilor de astăzi, înțelegerea consecințelor asupra sănătății mintale ale rețelelor sociale online este de o importanță critică.

În ultimii ani, odată cu avansarea rapidă a tehnologiei media și a comunicării electronice, hărțuirea cibernetică a devenit o problemă majoră ca o nouă formă de comportament antisocial. Se constată că comunicarea online crește probabilitatea de a fi un autor de agresiune (Sticca, Alsaker și Perren, 2013). Pe de altă parte, dovezile indică, de asemenea, că timpul petrecut online poate crește șansele de a fi agresat cibernetic (Machmutow, Perren, Sticca și Alsaker, 2012). Potrivit unui studiu, utilizarea intensă a internetului crește șansele de a fi o victimă repetată a agresiunii online (Juvonen & Gross, 2008). Cercetările anterioare au legat și mai mult activitățile de social media, în special, și utilizarea internetului mai larg cu o serie de probleme negative de sănătate mintală, cum ar fi funcționarea psihologică deficitară și suferința (Sampasa-Kanyinga & Lewis, 2015), stima de sine scăzută (Fiovaranti, Dettore, & Casale, 2012), anxietate (Xiuqin et al., 2010), depresie (van den Eijnden, Meerkerk, Vermulst, Spijkerman și Engels, 2008), singurătate și chiar idee suicidară (Mitchell, Danielle, Guidry și Cukrowicz, 2015).

Stresul este definit ca o suferință percepută cauzată de o interacțiune între o persoană și mediul ei (Cohen, Miller și Rabin 2001). În timp ce oamenii pot face față mai bine sau mai rău stresului în funcție de abilitățile lor generale de coping, confruntarea cu stresul prea frecvent se știe că afectează bunăstarea, fizicul și sănătatea mintală în mod negativ. Stresul este văzut a fi o trăsătură omniprezentă care influențează sănătatea, printr-o gamă largă de stări afective negative și căi somatice (McEwen și Stellar 1993). Având în vedere că simptomele asociate cu depresie și alte afecțiuni grave de sănătate mintală sunt foarte severe, atenuând stresul psihologic și promovând un stil de viață sănătos devine a fi mai eficient în comparație cu tratarea unei stări mai acute sau cronice (Wilkinson 2005). Oamenii folosesc din ce în ce mai mult platformele de social media în pentru a-i informa pe ceilalți despre starea lor mentală, pentru a solicita sprijin social, precum și pentru a ține evidența activităților lor zilnice, preferințele și interesele. Un studiu pe un eșantion aleatoriu a utilizatorilor rețelelor sociale a identificat markere lingvistice de auto-dezvăluire care se referă la depresie, schizofrenia, consumul de alcool și personalitatea. În ceea ce privește stresul, aceste markere lingvistice ale stresului legat de evenimente au fost precise din postările pe rețelele sociale despre experiențe precum călătoriile și munca (Lin, 2014); cu toate acestea, aceste constatări nu pot fi aplicate pentru a îmbunătăți înțelegerea psihologică a stresului, deoarece persoanele care suferă de stres cronic fac acest lucru indiferent de evenimentele stresante. De exemplu, pregătirea pentru un examen este un eveniment stresant, în timp ce sentimentul cronic copleșit de responsabilități este stresul legat de trăsături. Un alt

decalaj de cercetare este faptul că lucrările anterioare s-au concentrat pe factorii de stres cunoscuți, colectați folosind cuvinte cheie de căutare (Thelwall 2017). Cu toate acestea etichetele astfel dobândite au, probabil, confuzii de personalitate (Preotiuc-Pietro, 2015), subliniind necesitatea folosirii unui teren mai puternic de adevăr. În schimb, anticipăm că perspectivele psihologice ale stresului ar putea ajuta la (a) proiectarea de intervenții bazate pe rețelele sociale pentru a permite un stil de viață cu un nivel al stresului scăzut și (b) dezvoltarea unei înțelegeri o mai bune a variațiilor regionale ale stresului.

Răspunsul la stres al adolescentului se face, în dependență de vulnerabilitatea acestuia la transmiterea simptomelor depresive pe care intergenerațională, datorită indicatorilor comportamentali, cât și cei fiziologici. Teoria sensibilității biologice la context (BSC) de Ellis și Colab, sugerează că felul cum văd adolescenții situațiile stresante, ține de nivelul acestora de reactivitate la stres și mediul în care se dezvoltă ei. Și acest lucru a fost cercetat în relație cu simptomele depresive ale mamelor, adică, un adolescent va demonstra reactivitate înaltă la stres dacă mediul în care se află este unul negativ și această reactivitate va fi luată drept o vulnerabilitate a adolescentului, care mai apoi, în dezvoltarea sa, va prezenta probleme psihologice grave.

Teoria sensibilității biologice la context (BSC) în sine vorbește că reactivitatea înaltă la stres nu este neapărat o vulnerabilitate, dar poate deveni dacă mediul înconjurător este negativ. Copiii sunt deosebit de vulnerabili, atunci când sunt online, la manipulare și exploatare [18]. Grooming-ul sexual este un comportament deosebit de rău intenționat pe care unii adulți îl angajează, care implică de obicei câștigarea încrederii unui copil prin denaturare pe o perioadă de timp, cu scopul de a aranja o întâlnire secretă. Copilul poate deveni victima abuzului sexual, violenței fizice sau participării la pornografie. O altă formă de manipulare, care implică din nou un proces de construire a încrederii prin înșelăciune, are ca scop să convingă copilul să dezvăluie informații precum cardul de credit sau detaliile bancare ale, de exemplu, ale părinților, fie să fure din conturi, fie să-l ispitească pe copil. jocuri de noroc online.

Traficul sexual de copii și exploatarea sexuală comercială a copiilor, care reprezintă probleme majore de sănătate publică în întreaga lume, implică tot mai mult îngrijirea și recrutarea adolescenților prin intermediul internetului și al rețelelor sociale ( Greenbaum J, Crawford-Jakubiak JE, 2015). Copiii și adolescenții pot fi, de asemenea, convinși să dezvăluie informații confidențiale despre ei înșiși sau despre ceilalți, inclusiv despre părinții lor, ceea ce îi poate determina să fie victimele diferitelor forme de infracțiuni cibernetice, cum ar fi fraudă și escrocheria cu cardurile de credit ( Gökçearsan Ş, Seferoğlu SS, 2016).

În ultimele două decenii s-a înregistrat o creștere uriașă a utilizării internetului și a rețelelor sociale de către copii și adolescenți. Din aceasta au venit mari beneficii, inclusiv capacitatea de a comunica cu ușurință cu oricine oriunde pe Pământ, de a împărtăși și de a dobândi cunoștințe prin apăsarea unui buton, de a lucra de la distanță și de a efectua tranzacții financiare fără efort. Cu toate acestea, utilizarea sporită a World Wide Web a avut, de asemenea, multe consecințe negative, în special pentru tineri, din cauza creșterii hărțuirii cibernetice (în cazuri extreme care duce la sinucidere), a pornografiei cibernetice, a izolării sociale, a îngrijirii pe internet și a comportamentului mai sedentar.

Pentru majoritatea copiilor, în special cei de vârstă de liceu, timpul petrecut pe internet și implicat în rețelele sociale este acum o parte din viața de zi cu zi. Deși a fi online oferă acces la o multitudine de oportunități de informare și comunicare, aceasta vine cu riscuri, care pot fi severe, pentru tineri. Copiii și adulții trebuie să fie pe deplin conștienți de aceste riscuri și de cum să le minimizeze. Internetul, comunicațiile mobile, rețelele sociale și altele asemenea sunt aspecte importante ale lumii moderne, dar evoluția lor și evoluția pericolelor asociate cu acestea trebuie să fie asociate cu o înțelegere tot mai mare a modului de utilizare în siguranță.

### **Bibliografie:**

1. BEST, P., Manktelow, R., & Taylor, B. (2014). Online communication, social media and adolescent wellbeing: A systematic narrative review. *Children and Youth Services Review*, 41, 27–36.10.1016/j.childyouth.2014.03.001 [Crossref], [Web of Science ®], [Google Scholar]
2. COHEN, S.; MILLER, G. E.; AND RABIN, B. S. 2001. Psychological stress and antibody response to immunization: a critical review of the human literature. *Psychosomatic medicine*.
3. FIOVARANTI, G., DETTORE, D., & CASALE, S. (2012). Adolescent Internet addiction: Testing the association between self-esteem, the perception of Internet attributes, and preference for online social interactions. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 15, 318–323.10.1089/cyber.2011.0358 [Crossref], [PubMed], [Web of Science ®], [Google Scholar]
4. GREENBAUM J, CRAWFORD-JAKUBIAK JE (2015) Child sex trafficking and commercial sexual exploitation: health care needs of victims. *Pediatrics* 135: 566-574.
5. GÖKÇEARSLAN Ş, SEFEROĞLU SS (2016) The use of the Internet among middle school students: Risky behaviors and opportunities. *Kastamonu Education Journal* 24: 383-404.
6. JUVONEN, J., & GROSS, E. F. (2008). Extending the school grounds? Bullying experiences in cyberspace. *Journal of School Health*, 78, 496–505.10.1111/josh.2008.78.issue-9 [Crossref], [PubMed], [Web of Science ®], [Google Scholar]

7. KUSS, D. J., GRIFFITHS, M. D., & BINDER, J. F. (2013). Internet addiction in students: Prevalence and risk factors. *Computers in Human Behavior*, 29, 959–966.10.1016/j.chb.2012.12.024 [Crossref], [Web of Science ®], [Google Scholar]
8. LIN, H.; JIA, J.; GUO, Q.; XUE, Y.; LI, Q.; HUANG, J.; CAI, L.; AND FENG, L. 2014. User-level psychological stress detection from social media using deep neural network. In ACM MM.
9. MACHMUTOW, K., PERREN, S., STICCA, F., & ALSAKER, F. D. (2012). Peer victimisation and depressive symptoms: Can specific coping strategies buffer the negative impact of cybervictimisation? *Emotional and Behavioural Difficulties*, 17, 403–420.10.1080/13632752.2012.704310 [Taylor & Francis Online], [Google Scholar]
10. MCEWEN, B. S., AND STELLAR, E. 1993. Stress and the individual: mechanisms leading to disease. *Archives of internal medicine* 153(18):2093–2101.
11. MITCHELL, S. M., DANIELLE, R., GUIDRY, E., & CUKROWICZ, K. C. (2015). The relationship between video game play and the acquired capability for suicide: An examination of differences by category of video game and gender. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18, 757–762.10.1089/cyber.2015.0171 [Crossref], [PubMed], [Web of Science ®], [Google Scholar]
12. O’KEEFEE, G. S., CLARKE-PEARSON, K., & COUNCIL ON COMMUNICATIONS AND MEDIA. (2011). Clinical report – The impact of social media on children, adolescents, and families. *Pediatrics*, 127, 800–804.10.1542/peds.2011-0054 [Crossref], [PubMed], [Web of Science ®], [Google Scholar]
13. PANTIC, I. (2014). Online social networking and mental health. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 17, 652–657.10.1089/cyber.2014.0070 [Crossref], [PubMed], [Web of Science ®], [Google Scholar]
14. PREOTIUC-PIETRO, D.; EICHSTAEDT, J.; PARK, G.; SAP, M.; SMITH, L.; TOBOLSKY, V.; SCHWARTZ, H. A.; and Ungar, L. 2015. The role of personality, age and gender in tweeting about mental illnesses. In NAACL HLT, volume 2015, 21.
15. SAMPASA-KANYINGA, H., & LEWIS, R. F. (2015). Frequent use of social networking sites is associated with poor psychological functioning among children and adolescents. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18, 380–385.10.1089/cyber.2015.0055 [Crossref], [PubMed], [Web of Science ®], [Google Scholar]
16. STICCA, R. S., ALSAKER, F., & PERREN, S. (2013). Longitudinal risk factors for cyberbullying in adolescence. *Journal of Community and Applied Social Psychology*, 23, 52–67.10.1002/casp.v23.1 [Crossref], [Web of Science ®], [Google Scholar]
17. THELWALL, M. 2017. Tensistrength: Stress and relaxation magnitude detection for social media texts. IPM
18. VAN DEN EIJDEN, R., MEERKERK, G. J., VERMULST, A. A., SPIJKERMAN, R., & Engels, R. (2008). Online communication, compulsive Internet use, and psychosocial well-being among adolescents: A longitudinal study. *Developmental Psychology*, 44, 655–665.10.1037/0012-1649.44.3.655 [Crossref], [PubMed], [Web of Science ®], [Google Scholar]
19. WILKINSON, R. G. 2005. The impact of inequality: How to make sick societies healthier. The New Press.

20. XIUQIN, H., ZHANG, H., LI, M., WANG, J., ZHANG, Y., & TAO, R. (2010). Mental health, personality, and parental rearing styles of adolescents with Internet addiction disorder. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 13, 401–406.10.1089/cyber.2009.0222 [Crossref], [PubMed], [Web of Science ®], [Google Scholar]