

EPECTELE MEDIULUI DE DEZVOLTARE ȘI IMPLICAȚIILE INTELIGENȚEI EMOȚIONALE ASUPRA COMPETENȚELOR SOCIOEMOȚIONALE ALE ADOLESCENȚILOR

*PLEȘEA Andreea Cristina, drd, UPSC „Ion Creangă”,
psiholog clinician autonom, București*

Abstract: *The article reviews certain aspects of the influence of family, school and social environment on adolescent development, also highlights the importance of developing emotional intelligence in adolescents as a condition for ensuring school success, interrelationship and later professional. Emotional intelligence determines a person's ability to regulate their impulses, to be aware of their own emotions as well as those of others.*

Keywords: adolescents, emotional intelligence, personal development, family environment, digital technology, social environment.

Perioada adolescentă reprezintă un subiect privilegiat și controversat în plan mondial, atât din partea psihologilor cât și a sociologilor, pedagogilor sau a medicilor. În această perioadă apar o serie de modificări, atât la nivel fizic, psihic cât și social. După M. Zlate (1993) adolescentul prezintă o multitudine de nevoi printre care este enumerată nevoia de afecțiune, dezvoltată în timpul maturizării emoționale, nevoia de autoeducare, de independență sau nevoia de apartenență la grup.

În această etapă apare o disonanță între dezvoltarea fizică, care poate să evolueze în limite normale și dezvoltarea psihică, care poate fi însoțită de tensiune și conflicte interioare. Totuși adolescența reprezintă o perioadă prielnică pentru crearea modelelor emoționale care vor influența mai apoi perioada adultă.

Aceste trăiri și schimbări pot declanșa confuzie, tensiune sau neliniște care pot afecta calitatea vieții adolescentului. Tot în această perioadă este specifică și conturarea imaginii de sine, care poate fi influențată de mediul de dezvoltare a adolescentului.

Anumite manifestări comportamentale din viața adolescentului sunt determinate de trăirile interioare și de experiența emoțională. Unii adolescenți nu posedă abilitățile necesare pentru a gestiona experiențele dificile întâmpinate, ceea ce poate declanșa stări de anxietate, depresie, neliniște interioară, furie, rușine sau instabilitate emoțională.

Dezvoltarea adolescentului este intens influențată de mediul familial și sinastrofia din care face parte. Dacă în aceste medii nu predomină echilibrul și susținerea emoțională, perioada din care face parte se poate transforma într-una critică.

Impactul mediului de dezvoltare asupra componentelor socio-emoționale ale adolescenților

Factorii importanți ai dezvoltării umane sunt reprezentați de mediul familial, social sau școlar al adolescentului cu care acesta intră în contact și care contribuie la evoluția sa holistică.

În ultimele decenii mediului sociocultural și economic s-a aflat într-o continuă schimbare, producând efecte asupra universului mental al individului. Impactul acestor schimbări mentale și sociale depind de mediul din care face parte individul, de vârstă, statut social și economic sau de sex.

Cercetările anterioare au demonstrat impactul unic și diferențial al părinților, prietenilor, profesorilor și colegilor asupra problemelor comportamentale, emoționale, de adaptare școlară și de dezvoltare ale adolescenților.

Chiar dacă adolescenții emană dorința de conexiune cu persoanele de aceeași vârstă, rămâne imperativă nevoia acestora de contact și susținere din partea părinților. Din nefericire în societatea contemporană deseori din diverse motive este neglijată și afectată latura emoțională a copilului, fie din cauza necesității migrării părinților peste hotare sau a altor cauze familiale interne, precum divorțul, mărirea familiei sau a conflictelor dintre părinți, aspecte care produc efecte negative asupra dezvoltării sănătoase ale adolescentului. Absența fizică sau emoțională a părinților din scenariul de viață al adolescentului produce acestuia un cumul de nevoi neîndeplinite și goluri emoționale.

De asemenea, analfabetismul emoțional al părinților, privarea de afecțiune produc efecte negative directe asupra comportamentului și trăirilor emoționale ale adolescenților. În familiile în care nu există o comunicare deschisă și în care nu este îmbrățișată nevoia de exprimare liberă a emoțiilor, determină efecte dăunătoare asupra dezvoltării și sănătății mintale a adolescentului.

Copiii care nu sunt susținuți moral și încurajați să își exteriorizeze sentimentele, riscă să nu fie capabili să își gestioneze trăirile și izbucnirile, generând în schimb reacții și alegeri exagerate în raport cu diverse evenimente din viață.

Rezultatele unui studiu realizat de Natasa și Sala, 2012, a conchis faptul că stilul parental poate influența nivelul inteligenței emoționale și sociale a adolescentului. [6]

Prin urmare, adolescenții care trăiesc într-un mediu restrictiv, cu părinți autoritari care nu pun accent pe nevoile acestora sau care le impun reguli, determină o deficiență asupra dezvoltării emoționale, sociale și cognitive, aceștia ajung să își reprime libertatea emoțională, ceea ce poate genera tipare comportamentale disfuncționale.

O educație severă, în care sunt prezente antecedente de maltratare, posedă un impact însemnat asupra dezvoltării armonioase a adolescentului. În momentul în care adolescentul se dezvoltă într-un mediu nesecurizant și traumatic, acesta experimentează o stare de fragmentare psihică, se simte incomplet, nu are capacitatea necesară de a se adapta cu ușurință la schimbările din viață și nu dezvoltă o imagine de sine corespunzătoare.

Cercetătorii au demonstrat faptul că o consolidare emoțională în copilărie contribuie la o evoluție sănătoasă și echilibrată în viața individului, fapt ce poate avea impact vizibil asupra performanței școlare și a relațiilor interumane.

De asemenea, alte numeroase studii au evidențiat faptul că neglijarea emoțională în copilărie produce efecte negative asupra comportamentului copilului, acesta ajungând ca la o vârstă majoră să sufere de o instabilitate emoțională. „Când un părinte nu reușește să-și manifeste empatia printr-o anumită gamă emoțională față de copil - bucurie, lacrimi, nevoia de îmbrățișări, copilul începe să evite să se mai exprime și eventual chiar să mai simtă acele emoții.” [4, p. 130]

Copilul are nevoie să se simtă iubit, apreciat, să i se ofere o liniște emoțională și să se simtă înțeles. Asigurarea exclusivă a nevoilor fiziologice de bază ale unei persoane nu sunt suficiente pentru o dezvoltare sănătoasă.

“O serie de studii făcute de Marian Radke-Yarrow și Carolyn Zahn-Waxler de la Institutul Național de Boli Mintale arată că o mare parte dintre diferitele abordări empaticе au o strânsă legătură cu disciplina impusă de părinți.” S-a consemnat faptul că acei copii ai căror părinți investeau în educația lor emoțională și care le comunica acestora impactul comportamentului lor asupra celorlalți, erau mult mai empatici. [4, p. 127-128]

Încă de când se nasc, copiii dispun de capacități empaticе în stare latentă, de aceea este important climatul familial în care aceștia se dezvoltă, deoarece un mediu în care persistă înțelegerea și sprijinul este generator de siguranță, care permite formarea unor indivizi capabili la rândul lor să devină și să transmită empatie.

Un alt factor de impact asupra dezvoltării adolescenților face referire la creșterea timpului petrecut în mediul digital. S-a constatat faptul că folosirea în exces a internetului împiedică adolescenții să acorde timp lucrurilor importante din viața acestora. Deseori adolescenții își transpun activitățile din mediul real în mediul virtual. În aceste locuri aceștia încearcă să își expună o imagine ideală, să adopte un anumit mod de comunicare, fapt ce poate determina în timp efecte negative asupra imaginii de sine, a comunicării, a dezvoltării empatiei, a sănătății psihice și fizice. Un studiu realizat de Walsh și colab. în 2018 a evidențiat faptul că cei care au petrecut mai puțin de 2 ore în fața ecranului au fost mai dezvoltați din punct de vedere cognitiv. [9]

În anul 2009, Fundația pentru „Dezvoltarea Societății Civile” a publicat un studiu exploratoriu cu privire la nevoile emergente ale copiilor și adolescenților din România, astfel încât au fost identificate și rezumate o serie de provocări relevante pentru dezvoltarea adolescenților. Printre acestea a fost specificat faptul că, adolescenții petrec din ce în ce mai mult timp în fața dispozitivelor digitale, aceștia preferă să primească materialele școlare pe suport electronic în detrimentul metodelor tradiționale care conform acestora, nu mai sunt captivante.

Un alt aspect semnalat de către adolescenți face referire la discrepanță dintre deprinderile dobândite și intensitatea volumului informațiilor primite. De asemenea a fost constatată o exacerbare a violenței emoționale, fizice sau verbale exprimate de adolescenți în mediul acestora de dezvoltare. Este demonstrat faptul că mediul școlar și cadrele didactice pot să ofere adolescenților oportunități de dezvoltare personală. [2]

Un studiu realizat de Davis și Humphrey, 2012, a reliefat faptul că implementarea programelor de dezvoltare personală în cadrul școlii determină o îmbunătățire a sănătății mintale a adolescenților. [1]

Profesorul prin funcția sa reprezintă un model pentru elevii săi. Modalitatea de manifestare față de elevi și transmiterea unui model sănătos depind de mai multe aspecte legate de personalitatea profesorului, nivelul cunostințelor psihopedagogice, temperament, înțelegerea rolului de profesor.

Profesorii care sunt autoritari și care se impun prin măsuri de coerciție, transmit elevilor teamă de exprimare, frică și un model de agresivitate. De asemenea această metoda poate produce la elevi modificări de comportament, submisivitate, pasivitate.

În schimb asigurând elevilor un cadru de siguranță, prin susținerea exprimării libere a emoțiilor, prin antrenarea în activități care îmbogățesc comunicarea, interacțiunea, contribuie la optimizarea stării de bine și la dezvoltarea sănătoasă a elevului.

Conform unei cercetări realizate de Violeta Vrabii, realizat în anul 2019, profesia didactică necesită o autoperfecționare continuă, o dezvoltare constantă a sferei emoționale, morale, empatică.

Acest studiu a descris opinia cadrelor didactice cu privire la necesitatea dezvoltării personale. Astfel a fost determinată o piramidă a nevoilor dezvoltării personale în funcție de importanța acestor trebuințe în demersul unei colaborări responsabile și eficiente cu discipolii acestora. [8]

Capacitatea empatică a profesorului constituie o condiție esențială în stabilirea unei comunicări și conectări eficiente cu adolescentul. Evaluarea cât mai reală a trăirii și gândirii elevului poate genera o condiție propice pentru gestionarea eficace a relației, precum și generarea unei posibilități de îndrumare a adolescentului către înțelegerea și gestionarea emoțiilor.

Lipsa capacității empatică, declanșează o interpretare superficială și necorespunzătoare a trăirilor reale, ceea ce poate duce la alegerea unor măsuri educative neeficiente.

Importanța dezvoltării inteligenței emoționale

În general, majoritatea adolescenților sunt preocupați de imaginea socială pe care o transmit în grupurile din care aceștia fac parte, de aspectul fizic sau de școala pe care urmează să o

frecvențe și nu investesc suficientă energie în sfera emoțională, ceea ce poate să creeze neliniște și tensiune interioară.

Un nivel scăzut al inteligenței emoționale, determină o creștere a șanselor de apariție a diverselor tulburări metabolice sau emoționale, a depresiei sau anxietății. Adolescentul care are o inteligență emoțională scăzută manifestă o toleranță scăzută la frustrare, prezintă dificultăți în gestionarea, înțelegerea emoțiilor personale cât și pe a celor din jur, acesta tinde să comită abateri sau încălcări a regulilor ceea ce produce creșterea șanselor de generare a conflictelor cu semenii.

Prezența unei inteligențe emoționale crescute produce o serie de avantaje. Adolescentul care deține o inteligență emoțională crescută are capacitatea de a se adapta eficient și ușor la provocările întâmpinate în decursul dezvoltării acestuia, are o performanță școlară mai bună, denotă o ușurință crescută în recunoașterea emoțiilor celorlalți, este mai optimist, tolerant, comunică asertiv, are o capacitate crescută de autoanaliză, este capabil să își exprime natural și cu ușurință trăirile negative și să-și stăpânească izbugnirile, astfel încât reușește să stabilească relații pozitive. De asemenea, inteligența emoțională previne sau diminuează comportamentul delicvent, reduce stresul și crește stima de sine. Studiile atestă faptul că persoanele care dețin capacități emoționale bine dezvoltate, reușesc să se adapteze în diverse condiții și să fie mulțumiți de viață.

Daniel Goleman afirmă că dezvoltarea empatiei, a încrederii în sine și implementarea unor programele de intervenție bazate pe emoții și educație socială, sporesc performanța academică și calitatea relațiilor sociale. Conform acestuia există cel puțin trei tipuri de empatie: prima dintre ele, empatia cognitivă, este responsabilă de înțelegerea modului în care gândesc ceilalți; următorul tip de empatie este cel emoțional, se referă la capacitatea de a simți ceea ce simte celălalt; al treilea tip este preocuparea empatică care pe lângă înțelegerea emoțiilor celorlalți, manifestă și o dorință de a ajuta. [3]

Conform sintezelor mai multor cercetări, persoanele empatică au o mai bună putere de adaptare, sunt mult mai optimiste, mai iubitoare, înțelegătoare, mai atente la sentimentele celorlalți și au un comportament social bine dezvoltat.

Atributele empatiei, ca și componentă a inteligenței emoționale în procesul unei comunicări, constau în:

- Ascultarea și oferirea de feedback - arta empatiei constă în ascultarea cu atenție a interlocutorului, analizând cu atenție partea afectivă a comunicării, precum și deținerea unei capacități de verbalizare a propriei percepții, astfel încât acesta să se simtă înțeles și conținut;
- Identificarea și înțelegerea semnalelor emoționale - pentru dezvoltarea vocabularului emoțional, este necesar ca adolescenții să recunoască și să descifreze emoțiile personale cât și pe a celorlalți;

- abilitatea de interpretare a vocabularului nonverbal și paraverbal.

Conform lui S. Hein în procesul de dezvoltare a inteligenței emoționale trebuie parcurs mai multe etape considerate dificile, necesitând consecvență, documentare, relații sociale pozitive.

În primul rând este importantă „identificarea propriilor emoții” după o listă întocmită a sentimentelor, urmând mai apoi „faza de asumare a responsabilității”, precum și „învățarea compasiunii și empatiei.” [7, pag. 143]

În teoriile lui H. Gardner (1993) privind inteligențele multiple este evidențiată necesitatea unei inteligențe care să determine o interconectare între lumea interioară a persoanei, cât și cu mediul exterior al acesteia. Acesta a introdus doi termeni:

- Inteligență interpersonală – face referire la capacitatea de a fi în contact cu semenii, de a înțelege trăirile acestora și de a găsi modalități optime de comunicare.
- Inteligență intrapersonală, reprezintă o modalitate de a rămâne în contact cu propriile trăiri, de a le înțelege cât mai bine, pentru a obține succesul în toate ariile de competență. [7]

Așa cum afirmă și Aristotel, emoțiile în sine nu generează o problemă, însă modul în care permitem ca acestea să ne impacteze, precum și modalitatea în care reacționăm în legătura cu acestea, constituie o reală problemă.

Agenții de socializare - mediul familial, mediul școlar și mediul social însumează caracteristicile necesare pentru dezvoltarea sănătoasă la vârsta adolescentă. Adolescenții au nevoie de susținerea și cooperarea părinților, profesorilor pentru dezvoltarea sferei emoționale, sociale, a încrederii și a asumării responsabilităților.

Dezvoltarea abilităților sociale au un impact semnificativ asupra dezvoltării personale a adolescentului, contribuind la formarea personalității, de asemenea acestea pot determina o creșterea a capacității de înțelegere a comportamentului semenilor.

Antropolog american R. Linton, în cartea sa „The Cultural Background of Personality” afirmă că „...interacțiunea indivizilor cu societatea și cultura determină formarea majorității modelelor (patterns) sale de comportament și chiar a răspunsurilor sale afective cele mai profunde.” [5, p. 54]

Dezvoltarea personală a adolescenților este imperios necesară în:

- dobândirea motivației: acesta este un indicator de bază al dezvoltării personale a individului, care desemnează totalitatea factorilor care determină perseverență către scopul dorit.
- îmbunătățirea stării de conștientizare;
- descoperirea autentică a sinelui;
- găsirea sensului vieții;

- dezvoltarea relațiilor pozitive: identificarea persoanelor toxice și menținerea relațiilor care aduc un aport benefic asupra parcursului individual;
- autocunoaștere: dezvoltarea personală permite identificarea blocajelor sau problemelor interioare care împiedică dobândirea unei vieți satisfăcătoare;
- activarea resurselor;
- identificarea vocației.

Concluzie: Prin această lucrare ne-am propus să reliefăm efectele mediului de dezvoltare a adolescenților în ceea ce privește dezvoltarea emoțională și socială a acestora, deoarece există o mulțime de elemente care pot influența favorabil sau nefavorabil dezvoltarea adolescentului. Pot fi factori externi sau interni, factori fizici sau sociali.

Formarea abilităților care pot asigura o îmbunătățire a procesului de dezvoltare personală a adolescentului pot fi elaborate în cadrul familial, școlar, social, prin observarea directă a comportamentelor acestora și găsirea de metode eficiente și corespunzătoare de susținere și îndrumare, cât și necesitatea implementării unor programe de dezvoltare a inteligenței emoționale.

Bibliografie:

1. DAVIS, S. K., & HUMPHREY, N. *Post print copy: This Personality & Individual Differences*, 2012, 52(2), pp. 144–149. Disponibil <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.09.016> (vizitat 2021)
2. Fundația pentru Dezvoltarea Societății Civile. *Nevoi emergente ale copiilor din România, Studiu exploratoriu*. București, 2009. Disponibil <http://www.copiisitineri.ro> (vizitat 2021)
3. GOLEMAN, D. *Creierul și inteligența emoțională*. București: Curtea Veche, 2018, 112 p., ISBN 978-606-44-0044-4
4. GOLEMAN, Daniel. *Inteligența emoțională*. traducere de Irina Margareta Nistor, București: Editura Curtea Veche, 2001, 424 p., ISBN 973-8120-67-5
5. LINTON, R. *Fundamentul cultural al personalității*. București: Editura Științifică, 1968, 180 p.
6. NASTASA, Elena Laura, & SALA, K. *Adolescents emotional intelligence and parental styles*. *Social and Behaviour Sciences*, 2012, 33, pp. 478–482, Disponibil <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.01.167>, (vizitat 2021)
7. ROCO, Mihaela. *Creativitate și inteligență emoțională*. Iași: Editura Polirom, 2001; 248 p. ISBN 973-683-654-1
8. WALSH, J. J., BARNES, J. D., CAMERON, J. D., GOLDFIELD, G. S., CHAPUT, J.-P., GUNNELL, K. E., ...& TREMBLAY, M. S. Associations between 24 hour movement behaviours and global cognition in US children: a cross-sectional observational study. *The*

Lancet. Child & Adolescent Health, 2(11), 2018, pp. 783–791. Disponibil [https://doi-org.ezproxy.tlu.ee/10.1016/S2352-4642\(18\)30278-5](https://doi-org.ezproxy.tlu.ee/10.1016/S2352-4642(18)30278-5) (vizitat 2021).

EFICIENȚA PROGRAMULUI DE INTERVENȚIE PSIHOLAGICĂ DUALĂ LA ADOLESCENȚII DELINCVENȚI

RACU Igor, dr. hab. în psihologie, prof. univ. UPSC „Ion Creangă”

**NICOLAESCU Eliza Penelopa, drd., psiholog principal clinician
la Spitalul de Psihiatrie „Eftimie Diamandescu”**

Abstract. *This article presents data from the research on personality development of delinquent adolescents, conducted on a group of 210 adolescents. This study led us to the idea that the delinquent potential of adolescents can be ameliorated through a dual psychological training program, which activates personal resources and develops the emotional and behavioral management skills of these young people. Dual psychological intervention in juvenile delinquency is a complex process, which included family, individual and group psychological intervention sessions, involving both the adolescent and his family.*

Keywords: adolescents, juvenile delinquency, risk factors, psychological intervention.

Introducere: S. M. Rădulescu și D. Banciu consideră că „abordarea fenomenului de delincvență juvenilă, a mecanismelor sale de producere și manifestare, își justifică actualitatea și relevanța prin caracterul mai mult sau mai puțin intens al acestui fenomen, ale cărui efecte negative nu pot fi negate sau subestimate de sociologi, psihologi, medici psihiatri, juriști, criminologi, etc. Deși delincvența juvenilă este considerată ca un fenomen cu profunde implicații negative pentru structura și coeziunea grupurilor sociale de tineri, problema identificării factorilor (cauzelor) care generează sau condiționează manifestări antisociale continuă să suscite interesul unei categorii largi de specialiști și cercetători, fără să se fi ajuns încă la un consens între diferitele puncte de vedere vehiculate. Pentru o parte dintre cercetători, factorii psihologici sunt considerați ca fiind la fel de importanți ca cei sociali.” [2, p.59].

Scopul și metodologia cercetării. Scopul acestui studiu este identificarea particularităților personalității și comportamentului delincvent la adolescenți, dar și elaborarea și implementarea unui program de intervenție psihologică duală pentru ameliorarea potențialului delincvent al acestor adolescenți.

Eșantionul cercetării a fost constituit din 210 adolescenți cu vârste cuprinse între 14 ani și o zi și 17 ani și unsprezece luni împliniți la data începerii cercetării. Aspectele socio-demografice de structură sunt: sexul, vârsta, mediul de proveniență, tipul de familie, prezența delincvenței în cadrul familiei, situația materială, situația școlară, numărul de clase absolvite. Cei 210 adolescenți au fost