

12. POLIZZI, C.; LYNN, S. J.; PERRY, A. Stress and Coping in the Time of COVID-19: Pathways to Resilience and Recovery. *Clinical Neuropsychiatry*. 2020, 17 (2), p. 59-62. ISSN 2385-0787 (Electronic) 1724-4935 (Print). doi:10.36131/CN20200204 (IF 0,92)
13. RAMACHANDRAN, V.S. *Ce ne spune creierul*. București: Litera, 2017. 512 p. ISBN 978-606-33-1988-4.
14. SICA, C.; LATZMAN, R. D.; CAUDEK, C.; CERECA, S.; COLPIZZI, I.; CARUSO, M.; GIULINI, P.; BOTTESI, G. Facing distress in Coronavirus era: The role of maladaptive personality traits and coping strategies. *Personality and Individual Differences*. 2021, 177:110833, 297–330 p. ISSN: 0191-8869. doi:10.1016/j.paid.2021.110833 (IF 3.004).
15. SIEGEL, D.J. *Mindfulness și neurobiologie . Calea către cultivarea stării de bine*. București: Herald, 2016. 447 p. ISBN: 978-973-111-589-4.

ASPECTE PSIHOSOCIALE ȘI COGNITIVE ÎN RELAȚIILE INTERPERSONALE

PSYCHOSOCIAL AND COGNITIVE ASPECTS IN INTERPERSONAL RELATIONS

*Maria Popescu, dr., conf. univ.,
UPS „Ion Creangă” din Chișinău*

*Maria Popescu, PhD, associate professor,
"Ion Creanga" SPU from Chisinau
ORCID: 0000-0002-5383-2121*

CZU: 316.61/.66

DOI: 10.46728/c.v1.25-03-2022.p67-73

Abstract

Interpersonal relationships are the binder of human organization that aims to achieve on a small scale all the functions of society. In today's society, a society of insecurity and change, interpersonal relationships change their structure, content, way of manifestation, deviating more and more from the principles and values that governed this form of interpersonal manifestation until recently. In understanding the diversity of ways of interpersonal relationships and their social implications, it is necessary to highlight essential psychosocial aspects that are the engine of the dynamics of interpersonal relationships.

Key-words: interpersonal relationships, relationship patterns, interaction patterns, relationship partner, friendship, partnership, quality of relationships.

Relațiile interpersonale reprezintă componenta organizării umane ce are menirea de a realiza totalitatea funcțiilor societății. În societatea actuală, unde conexiunile interumane sunt adesea caracterizate prin nesiguranță, incertitudine și schimbări spectaculoase, relațiile interpersonale își modifică structura, conținutul, modalitatea de manifestare, deseori deviază de la principiile și valorile care guvernau această formă de relaționare interumană până nu demult. Antecesorii relațiilor interpersonale, teoreticienii proeminenți ai comunicării istorice și moderne sunt Kurt Lewin, Harold Lasswell, Paul Lazarsfeld, Carl Hovland, James Carey, Elih Katz, Kenneth Burke, John Dewey, Jurgen Habermas, Marshall McLuhan, Theodor Adorno, Antonio Gramsci, Robert E. Park, George Herbert Mead, Joseph Walther, Claude Shannon și Stuart Hall, deși unii dintre acești teoreticieni s-ar putea să nu se asociază în mod explicit cu comunicarea ca disciplină sau domeniu de studiu [12]. Formele de relaționare sunt extrem de diverse, dinamice și sensibile la influența multor factori. După cum menționează S. Duck, în prefața lucrării sale *Relațiile interpersonale: a simți, a gândi, a interacționa* ”Pentru mine,

relațiile sunt într-o perpetuă transformare, necesitând mereu reacție și interpretare. Relațiile pot constitui procese care se reproduc continuu (în circumstanțele adecvate) prin prisma propriei lor imagini, și acest lucru ne-a condus la ideea că sunt entități stabile. Dar ele nu trebuie să fie întotdeauna așa: de multe ori, nu ne putem baza pe starea unei relații azi pentru a o anticipa pe cea de mâine, care poate oscila între furtuni emoționale și extaz. Consider că oamenii își construiesc relații prin tranzacțiile discursului, prin vorbirea, discuția și conversația zilnică” [4, p. 10].

În literatura de specialitate sunt multe studii consacrate subiectului dat, pornind de la relația de cuplu și maritală, până la relațiile de prietenie și parteneriat etc. Analiza cercetărilor arată că foarte multe dintre acestea s-au centrat pe procesul de formare și evoluție a relației de prietenie, pe diferențele de gen și de vârstă etc. De regulă, cei mai mulți dintre cercetătorii specializați în studiul prieteniei (D. Canary, K. Dindia, B. Fehr, P. Wright, S.W. Duck, R. B. Heyes, M. L. Knapp, M. Monsour, A.J. Rose, S.R. Asher) au preferat să analizeze în detaliu anumite aspecte (formarea, menținerea, disoluția relației de prietenie, etc) [apud 8].

În menținerea relației de prietenie și parteneriat sunt implicate o serie de determinanți psihosociale și cognitivi, având ca reper autoevaluarea și evaluarea implicării celuilalt partener de relație, ținând cont de o serie de variabile specifice.

Dindia și Canary (1993) exemplifică mai multe modalități de a defini menținerea relațiilor interpersonale [apud 4]:

- varietatea de comportamente pe care le manifestă partenerii ca efort de a rămâne împreună determinând astfel longevitatea sau stabilitatea relației;
- dezvoltarea unor comportamente care să susțină calitatea relației (încredere, satisfacție);
- păstrarea status-quo-ului relației, comportamente care să particularizeze relația;
- repararea, rezolvarea aspectelor problematice care apar pe parcursul relaționării;
- managerierea tensiunilor generate de dorințele de apropiere, de „fuziune” cu celălalt simultan și dorința de a avea propria independență.

Menținerea relațiilor interpersonale poate fi realizată fie prin metode strategice (comportamente intenționate care au scopul să mențină relația), fie prin metode de rutină (comportamente cu un nivel scăzut de intenționalitate și conștientă, care nu au scopul să mențină relația), (Dainton și Stafford, 1993). Cercetările lui Dainton și Aylor (Canary și Dainton, 2003) au demonstrat că ambele categorii de metode sunt importante pentru menținerea satisfacției relaționale [3].

O abordare a relațiilor de prietenie din perspectiva teoriei cognitiv comportamentale este propusă de Young, abordare ce permite să înțelegem în ce manieră patternul de scheme cognitive dezadaptative influențează modalitatea de implicare în menținerea relațiilor de prietenie sau de evaluare a implicării celuilalt. Modelele cognitive ale relaționării se referă în general la structurile de cunoștințe sau la schemele cognitive care organizează așteptările, credințele, informațiile și experiența asociate cu diverse tipuri de relații și cu relații interpersonale specifice. Schemele pot fi identificate în termenii funcțiilor și conținuturilor informaționale. În structura acestor modele, cunoștințele declarative conțin cunoștințele generale, cum ar fi definițiile, faptele generale și prototipurile, iar cunoștințele procedurale constau în informații despre secvențe tipice sau normative de activitate (Solomon și Theiss, 2007) [apud 7].

O serie de cercetări au încercat să indentifice care sunt mecanismele, patternurile cognitive și implicațiile relațiilor de prietenie. O tendință de importanță centrală a acestor cercetări a fost aceea a analizei structurilor care organizează informațiile despre calitatea relațiilor. Modelul prototipurilor este unul dintre cele mai importante modele cognitive elaborate din această perspectivă. Prototipul este o categorie generală de scheme care conține informații despre trăsăturile tipice care definesc constructul focal. Dacă inițial, cercetările s-au centrat pe trăsăturile de personalitate sau pe situațiile sociale, recent ele au explorat și prototipurile relaționării interpersonale. Davis și Todd (1985) propun un set de nouă caracteristici prototipice pentru relația de prietenie [apud 8]:

- viabilitate,
- suport,
- intimitate,
- distracție,
- spontaneitate,
- succes,
- stabilitate.

Ei consideră că modalitatea în care aceste trăsături variază, diferențiază diferitele tipuri de prietenie (cel mai bun prieten, un prieten apropiat de același sex, un prieten apropiat de sex opus, cunoștințe, foști prieteni) [8].

Fletcher și Simpson (1991) propun modelul cognitiv al unui prototip de pattern interacțional al așteptărilor legate de intimitate în relațiile de prietenie [apud 11]. Doctrina centrală a acestui model este aceea că oamenii dezvoltă cogniții ale patternurilor relaționale, care pot genera intimitate în prietenia dintre persoane de același sex. Mai mult, postulează faptul că aceste patternuri de interacțiune sunt structurate ca prototipuri, astfel încât anumite patternuri relaționale sunt considerate ca având o probabilitate mai mare de a crea senzații de intimitate decât altele. Suportul acestui model se regăsește în mai multe studii. Patternurile de interacțiune descriu autodezvăluirea, sprijinul emoțional și altele. Astfel au fost considerate mai apropiate de prototipul de așteptări cele legate de intimitate decât patternurile care descriu activități comune și sprijin practic. În privința genului, femeile au cotate mai bine decât bărbații patternurile de interacțiune intimă, mai ales pe cele prototipice. Totuși, bărbații și femeile au căzut de acord că patternurile prototipice de interacțiune indică într-un grad mai mare intimitatea într-o prietenie decât cele non-prototipice. Implicațiile asupra controversii dacă prietenii dintre femei sunt mai intime decât cele dintre bărbați sunt încă în discuție (Fletcher și Fitness, 1996) [apud 5].

Teoriilor cognitive sociale postulează faptul că în relațiile interpersonale (și în mod specific în relațiile de prietenie) așteptările interpersonale sunt conceptualizate în termenii unor patternuri de interacțiune de bază. Aceste idei sunt integrate unor doctrine ale teoriei prototipurilor, pentru a formula un model de prototip de pattern interacțional al așteptărilor legate de intimitate în prietenii dintre persoane de același sex. Ideea de bază este aceea că oamenii dezvoltă cunoașteri ale patternurilor relaționale care produc un simț al intimității într-o prietenie. Mai mult, este postulat că această cunoaștere are o structură de prototip, astfel încât anumite patternuri relaționale sunt considerate ca având o mai mare probabilitate de a crea așteptări legate de intimitate decât altele. Importanța patternurilor interacționale în determinarea personalității unui individ și a calității relațiilor de durată este de mult timp

recunoscută în psihologie. Tema de bază a cercetărilor de acest tip este următoarea: pe măsură ce sinele relaționează cu celălalt, se dezvoltă patternuri interacționale pozitive sau negative (Fehr, 2003) [apud 4].

Un alt model foarte important este modelul schemelor relaționale. Planap (1985, 1987) introduce ideea schemelor relaționale ca și structuri coerente ale informațiilor despre relaționare ce sunt folosite pentru a genera implicațiile relaționale ale mesajelor și a le modifica în concordanță cu experiențele avute în interacțiunile sociale [apud 4].

Baldwin s-a inspirat din aceste idei când și-a formulat modelul cognitiv social de scheme relaționale pe care le consideră a fi structuri cognitive ce reprezintă regularități ale patternurilor de interacțiune interpersonală ce conțin trei componente aflate în interdependență (Baldwin, 1992) [apud 4]:

- scheme relaționale legate de sine;
- scheme relaționale legate de partener;
- scenarii interpersonale ale interacțiunii cu partenerul.

Acest scenariu interpersonal este considerat a fi un pattern așteptat de interacțiune, derivat prin generalizare din experiențe interpersonale similare repetate (Baldwin, 1992). Baldwin afirmă că acest tip de cunoaștere relațională este reprezentat în forma întâmplărilor de tip *dacă-atunci* și formează baza expectanțelor interpersonale. Aceste modele, dezvoltate în diverse arii ale psihologiei, converg către o idee fundamentală: pe baza experiențelor repetate cu un partener de relație, oamenii dezvoltă reprezentări cognitive ale patternurilor interacționale. Acest tip de cunoaștere relațională formează apoi baza unor expectanțe de ordin superior [1, 2, 6, 9].

Cu alte cuvinte, schemele relaționale sunt de fapt gânduri, emoții, amintiri, credințe și așteptări pe care o persoană le are despre o relație specifică, relații în general, sau diverse tipuri de relații (putem avea scheme cognitive pentru o prietenie de același sex, o prietenie cu partener de sex opus, față de prietenii în general, sau față de prietenul X (Monsour, 2002). Informațiile pentru construirea acestor scheme cognitive provin din diverse surse: experiența proprie, educație, norme culturale, mass media și aceste scheme cognitive se pot combina pentru a forma noi scheme cognitive (Honeycut și Cantrill, 2001) [apud 1].

Mai mult decât atât, cognițiile indivizilor au un puternic caracter social (Neculau, 2003), ele se nasc și se dezvoltă într-un context social și cultural. În consecință structurile cognitive individuale sunt influențate de practicile sociale utilizate, de tipurile de interacțiuni sociale, de apartenența categorială. Gândirea socială este astfel considerată o ”manieră de a judeca și evalua evenimentele în funcție de contextul social, de experiența comună și de practicile sociale; adesea este insuficientă și irațională, aberantă, distorsionată, deviată de erori de apreciere” (Neculau și Sirota, 2010) [9, p.12]. Astfel relațiile interpersonale se află la confluența dintre structura individului, contextul social, gândirea socială a acestuia cu conținutul individualizat de structuri cognitive [9].

Schemele cognitive au fost definite într-o multitudine de variante, însă toate definițiile includ ideea încorporării a două tipuri de caracteristici: proprietăți structurale (organizaționale) și elemente propoziționale (de conținut) (Ingram și alții, 1998). O schema este un schelet, o structură cognitivă utilizată pentru a interpreta experiențele de viață (Taylor și Crocker, 1981). Există două tipuri generale de scheme (Fiske și Taylor, 1991) [apud 9]:

- de proces - sunt structuri mentale care procesează conținuturile;

- de conținut - sunt structuri mentale ce redau o serie de stimuli, atribute ale stimulilor, cunostinte despre asocierile dintre stimuli.

Fiecare individ are o serie de scheme sociale de continut reprezentând categorii de persoane și rolurile lor specifice, aceste categorii fiind reprezentate de rețele de atribute și interrelațiile dintre ele. În interacțiunile sociale schemele pot fi activate de o serie de atribute fizice relevante, de o etichetă atribuită, de gradul de saliență al schemei, de gradul de accesabilitate al ei (Fiske și Taylor, 1991) [9].

Schmidt și alții (1999) definesc schemele cognitive ca fiind componente structurale de bază ale organizării cognitive prin care indivizii identifică, interpretează, categorizează și evaluează experiența lor [apud 11].

Segal (1988) consideră că schemele cognitive pot fi conceptualizate ca fiind blocuri de cunoștințe care interacționează cu informația nouă și care influențează selectivitatea atenției și căutarea în memorie. Așadar se poate spune că o schemă cognitivă este o structură relativ stabilă de cunoștințe, care conține generalizări dezvoltate prin experiența anterioară într-un anumit domeniu ce ghidează procesarea informației *input* prin filtrarea și selecția stimulilor. Astfel ea influențează percepția, interpretarea și memorarea stimulilor relevanți domeniului și produce efecte cognitive relativ automate [apud 2].

Schema cognitivă este o organizare la nivel mental, care se constituie ca urmare a modului în care persoana selectează, pastrează, interpretează și folosește informația din și în experiențele trăite. Schema cognitivă ghidează totodată procesarea noilor informații obținute din mediu și punerea în acord a acestora cu informațiile anterior stocate. Structurile cognitive operează în sensul furnizării de semnificații personale, de motivație și întăriri anterioare, orientează spre anumite scopuri și comportamente, anticipează efectele acțiunii. Însa, noi nu suntem conștienți întotdeauna de cognițiile și modul în care ele ne influențează felul în care simțim și reactionăm; chiar și scopurile pot uneori să fie inconștiente. Noi nu putem accesa toate procesele cognitive implicate în înregistrarea, stocarea și transformarea informației, dar putem fi conștienți de produsul acestor procesări (Băban, 1998) [2].

Cercetarea inițiată de Mihaela Rus (2010), finalizată printr-o teză de doctorat, și-a propus să evidențieze o parte dintre factorii cognitivi implicați în decizia managerială, precum și ponderea acestor factori în eficiența deciziei manageriale, în organizațiile private și de stat din ramura transporturi, la nivelul liderilor formali prin pozițiile de conducere deținute în organizațiile de stat din care fac parte, precum și din firme private, din ramura transporturi [11].

Asumția de bază a autoarei este aceea că preferința subiectului uman pentru o alternativă sau alta, implicată în luarea deciziei, nu se bazează doar pe calculul utilității sau valorii așteptate, ci dimpotrivă, preferințele managerilor sunt variabile, dependente de o serie de factori cognitivi. Principalele obiective ale cercetării au fost: evidențierea schemelor cognitive dezadaptative ce pot distorsiona procesul de luare a deciziilor; evidențierea diferențelor semnificative în accesarea schemelor în procesul decizional în funcție de diferite variabile: nivel managerial și tip de organizație; validarea unui model de analiză a deciziilor în mediul feroviar. Cercetarea a reușit să demonstreze importanța și influența schemelor cognitive dezadaptative în procesul decizional la nivel managerial aducând contribuții valoroase într-o ramură importantă a psihologiei: psihologia muncii și transporturilor [11].

Sunt două direcții cunoscute în abordarea schemelor cognitive dezadaptative asupra relațiilor interpersonale. Prima direcție este dată de domeniul psihologiei sociale. Cunoștințele

din acest domeniu se focalizează pe factori de influență ce țin de relaționare interpersonală, de impact al grupurilor, de reprezentări sociale, de formare a impresiilor, de schimbare a atitudinilor, de importanță a minorității sau majorității [9,10]. Ce-a de-a doua direcție terapia cognitiv comportamentală. Această abordare presupune studiul mecanismelor subtile cognitive ce stau la baza comportamentelor umane, fie ele adaptative sau dezadaptative. Aceste direcții contribuie la identificarea mecanismelor în dificultățile oamenilor de relaționare, de comunicare și interacțiune personală sau profesională, în special în practica psihoterapeutică [7].

În concluzie, relațiile interpersonale sunt relații subiective experimentate între oameni, manifestate în mod obiectiv și fiind reprezentate ca sistem de atitudini, orientări, așteptări, stereotipuri, scheme relaționale, paternuri de interacțiuni și alte dispoziții prin care oamenii se percep și se evoluează reciproc. Calitatea vieții oamenilor este afectată profund atunci când nu funcționează relația de cuplu, relațiile cu membrii familiei, cu prietenii și relațiile din sfera profesională. Relațiile de cuplu și familie au fost și sunt cele mai analizate relații și au fost luate în calcul o multitudine de factori, până în cel mai amănunțit detaliu; relațiile din sfera profesională sunt și ele extrem de rafinat cercetate de domeniul psihologiei organizaționale; relațiile de prietenie, deși au beneficiat de multă atenție în rândul cercetătorilor, permit încă multe abordări sintetice. În cercetarea românească studiile privind relațiile de prietenie nu sunt foarte bine reprezentate. Sigurul studiu amplu remarcat în literatura românească aparține lui L. Mitrofan (2001) și abordează prietenia din perspectiva [8]:

- identificării patternurilor dominante de asociere, similaritate vs complementaritate;
- corelării patternurilor de asociere cu variabilele sex și orientare vocațională;
- identificării factorilor de personalitate din perspectiva dinamicii mecanismelor conștiente și inconștiente.

BIBLIOGRAFIE

1. ALBU, G. *Relațiile interpersonale. Aspecte instituționale, psihologice și formativ-educative*. Iași: Institutul European, 2013. ISBN 978-606-24-0007-1.
2. BĂBAN, A. *Stress și personalitate*. Cluj-Napoca: Presa Universitară Clujeană, 1998.
3. DAINTON, M., ZELLEY, E. *Applying Communication Theory for Professional Life: A Practical Introduction*. Ed. a 4-a, Thousand Oaks, CA, SUA, 2017. SBN: 9781506315478.
4. DUCK, S. *Relațiile interpersonale: a simți, a gândi, a interacționa*. Iași: polirom, 2000. ISBN: 973-683-554-5.
5. ELLIS, A., DRYDEN, W. *The practice of Rational emotive behavior therapy*. Springer Publishing Company, 2007. ISBN: 9780826122179
6. HĂVĂRNEANU, C. *Cunoașterea psihologică a persoanei*. Iași: Polirom, 2000. ISBN: 973-683-460-3.
7. HOLDEVICI, I. *Tratat de psihoterapie cognitiv-comportamentală*. București: Editura Trei, 2009. ISBN: 973-707-356-8.
8. MITROFAN, L. *Prietenia, o cale de dezvoltare și maturizare a personalității*. București: Sper, 2004. ISBN: 973-8383-22-6.
9. NECULAU, A., SIROTA, A. *Indivizi și societăți sechestrate. Abordare psihosociologică*. Iași: Ed. Al. I. Cuza, 2010. ISBN: 973-681-759-8.
10. PAVLENKO, L. *Particularitățile psihologice de dezvoltare ale competenței sociale în ontogeneză*. Teză de doctorat, Institutul de Științe ale Educației, 2015. CZU: 316.6 (043.3)

11. RUS, M. *Mecanisme cognitive implicate în decizia managerială*. Teză de doctorat, Universitatea Babeş-Bolyai, 2010.
12. [https://siam.press/wiki/ro/Communication_Theory_\(journal\)](https://siam.press/wiki/ro/Communication_Theory_(journal))

STIMA DE SINE ŞI ANXIETATEA LA PREADOLESCENŢI

SELF-ESTEEM AND ANXIETY IN PREADOLESCENT

*Larisa Chirev, lector universitar,
UPS „Ion Creangă” din Chişinău*

*Larisa Chirev, university lecturer,
„Ion Creangă” SPU, Chişinău
ORCID: 0000-0002-6400-8517*

CZU: 159.923.5-052.3

DOI: 10.46728/c.v1.25-03-2022.p73-78

Abstract

The article contains a short theoretical foray into defining the concepts of anxiety and self-esteem and analyzing the empirical results obtained. It was found that most preadolescents are characterized by average reactive and stable anxiety, the self-esteem of most study participants is average. Gender differences were found in the manifestation of anxiety and self-esteem in preadolescents, especially in 5th grade students. Significant indirect relation between anxiety and self-esteem in preadolescents has been demonstrated.

Key-words: self-esteem, anxiety, preadolescents

Preadolescența, fiind una dintre perioadele importante pentru dezvoltarea personalității umane, rămâne a fi și perioadă destul de susceptibilă pentru diverse probleme psihologice, inclusiv cele emoționale. Scopul cercetării realizate a fost să evaluăm stima de sine și anxietatea la preadolescenți și să determinăm relația dintre ele. Ambele concepte studiate au servit ca obiect de studiu pentru cercetători din diferite epoci istorice și continente.

Interesul pentru anxietate s-a menținut de la începuturile definirii acestui concept și până în zilele de astăzi. Datorită faptului că este foarte des întâlnită, dar și a rolului major pe care îl are în viața fiecăruia, anxietatea a devenit parte integrantă a ființei umane. Acest fenomen complex a fost descris pe parcursul mai multor decenii de specialiști din diverse domenii – filozofi, psihologi, sociologi, psihiatri. Printre cei mai importanți psihologi din occident care au avut un aport valoros în definirea și cercetarea anxietății au fost: S. Freud, A. Freud, W. Reich, A. Adler, K. Horney, H. S. Sullivan, E. Fromm, J. Watson, F. Perls, E. Tolman, R. May, A. Ellis, L. Reid, Ch. Spielberger, R. Cattell, iar din spațiul românesc – I. Holdevici, I. Mitrofan, Iu. Racu, A. Verdeș, E. Verza, U. Șchiopu, P. Popescu-Neveanu, ș.a.

P. Popescu-Neveanu definește în Dicționarul de psihologie (1978) conceptul de anxietate în felul următor: „Anxietatea este o tulburare a afectivității manifestată prin stări de neliniște, teamă și îngrijorare nemotivată, în absența unor cauze care să le provoace. Anxietatea se definește ca „teamă fără obiect” spre deosebire de fobie care este „teamă cu obiect”. Deseori anxietatea se manifestă sub forma unei stări de frică cauzată de o incertitudine în care subiectul are impresia unei nenorociri iminente, care planează pretutindeni, îl înconjoară, îl pătrunde, dar nu o poate defini și nici îndepărta. Stările de anxietate sunt însoțite de fenomene organo-funcționale ca: jenă precordială, palpitații, greutate în respirație, transpirație etc.