

CZU: 159.922.8

## DEZVOLTAREA SFEREI EMOȚIONALE LA ADOLESCENȚI

*Mirela STANCIU, profesor psihopedagog, gradul didactic I,  
Școala Profesională Specială "Trinitas" Tg. Frumos, județul Iași;  
doctorandă, Universitatea Pedagogică de Stat "Ion Creangă" Chișinău, RM*

**Summary.** Adolescence is a period of intense transformations, on all levels of development, but a special place is held by affectivity. The characteristics of the affective life of the adolescent occupy a main position in the area of concerns of developmental psychology. The tumult of the adolescent's emotional life, the novelty and the unique way in which they live the events often raise problems of adapting them to different situations, influence the interpersonal relationships in which they are employed, and can influence the whole development. But adolescence is also a stage of intense emotional progress, through the multitude and novelty of the emotions he experiences.

**Keywords:** adolescence, emotion, feeling, adaptation, evolution.

Adolescența este o etapă în dezvoltarea individului, în această perioadă intervenind factori ce condiționează întreg parcursul individului în viață. Preocupări legate de acest moment au existat mereu, fiind un domeniu cercetat și mereu de actualitate. Este o etapă de intense schimbări fizice care au drept consecință modificări de comportament, asociate cu intense trăiri emoționale.

M. Debbese caracteriza această perioadă prin vivacitate afectivă, alți autori prin tumultul afectiv, exaltare emoțională, și acest mod particular de trăire a emoțiilor, deosebindu-i pe adolescenți de adulți [2, p.287]. Schimbările fizice fiind foarte intense și oarecum dezordonate, pot afecta modul de percepție a imaginii de sine a adolescentului, iar acesta se răsfrânge asupra modului de implicare în activitățile de grup și poziția în cadrul relațiilor interpersonale. Dacă perioada preadolescenței este caracterizată de emoții explozive, de conduite emoționale reacționale, manifestările emoțiilor la adolescent capătă o anumită stabilitate și consistență [2]. Statutul adolescentului este nedefinit, adolescența fiind o etapă de tranziție între copilărie și maturitate, un linat între vârsta copilăriei și vârsta adultă, iar acest statut nedefinit, de tranziție imprimă adolescentului trăiri de confuzie, de neliniște, nesiguranță, oscilații între diverse stări afective și comportamentale. Acest caracter nedefinit încă, al adolescenței, este terenul propice pentru nașterea a ceea ce este nou: emoții, comportamente, idei, atitudini [1]. Adolescentul este copilul care aspiră să devină adult, iar acest efort are multe nuanțe afective, emoționale, instabilitate emoțională, conflicte afective. Ceea ce este important și caracteristic etapei adolescenței este faptul că, pe aceste nisipuri mișcătoare, din contradicțiile și neliniștea caracteristică adolescentului se nasc, clădesc, dezvoltă sentimente și emoții caracteristice fiecărui adolescent în parte.

Ursula Șchiopu afirmă că adolescenții trec prin adevărate crize de identitate, caracterizate prin iritabilitate, timiditate, orgoliu, adicții (consum de droguri, etnobotanice) modificări de

dipoziție, comportamente delincvente și toate acestea pe fondul modificărilor hormonale, care au impact direct asupra comportamentului [7, p. 191].

Lărgirea ariei preocupărilor, din această perioadă, extinderea câmpului social prin schimbarea școlii (copilul termină școala gimnazială și intră într-un nou ciclu, cel liceal), își lărgeste cercul de prieteni și desfășoară mult mai multe activități împreună cu aceștia, în detrimentul timpului petrecut în familie, noutatea și ineditul multor situații cu care se întâlnește suscită, provoacă emoții noi, diverse, mai mult sau mai puțin accentuate: oboseală, apatie, voiciune, lene, timiditate, impulsivitate, complexe de inferioritate, stângăcie, lipsă de concentrare, relații conflictuale cu părinții, disconfort psihologic, disconfort fizic, relații conflictuale cu colegii, prietenii. Multe din aceste stări emoționale pe care adolescentul le trăiește sunt noi, inedite și, datorită faptului că gândirea atinge un nivel superior de dezvoltare, față de etapa precedentă, adolescentul devine conștient de ceea ce trăiește, de stările emoționale interioare [3].

Intensele transformări fizice ce au loc în această perioadă, modul disproporționat în care organismul adolescentului se dezvoltă, dezechilibrele hormonale și maturizarea sexuală, fixează atenția acestuia asupra aspectului său fizic care poate fi caricatural, la un anumit moment, atrăgând după sine trăirea unor stări de disconfort și timiditate. Transformările corporale intense din perioada adolescenței au impact asupra întregii personalități a adolescentului și anume sfera intelectuală, emoțional afectivă, cea a relațiilor interpersonale [7].

Toate aceste paliere de dezvoltare formează un tot unitar, inseparabil și interdependent, dezvoltarea unui sector influențând sau condiționând modul de funcționare a celorlalte sectoare de dezvoltare. Dezvoltarea intelectuală din această etapă, trecerea de la stadiul gândirii concrete la stadiul gândirii formale, îi crează adolescentului posibilitatea capacității de reflecție asupra propriei persoane, el este interesat de sine și se evaluează în temeni comparativi cu ceilalți colegi, prieteni, astfel iau naștere întrebări în jurul cărora se conturează imaginea și stima de sine, cele două componente care formează identitatea de sine [8, p. 168].

Imaginea de sine reprezintă setul de credințe despre propria persoană, inclusiv roluri, scopuri, interese, valori, credințe religioase sau politice și stima de sine este ceea ce crede și simte persoana cu privire la propria sa imagine [7, p. 188].

Imaginea de sine și stima de sine este fondul de bază emoțional al adolescentului și a fiecărei persoane care va susține și direcționa parcursul acesteia în viață. În funcție de aceste constructe, adolescentul își construiește idealul de viață, obiective de atins și la care să aspire, moduri de interrelaționare și implicare în activități, determină inițiative, cereri și răspunsuri. Imaginea și stima de sine pot colora viața afectivă și pot reprezenta baza pe care se formează fondul afectiv al adolescentului. Relaționarea cu altul, raportarea la altul, implicarea în situații de viață noi, provocatoare sunt factori care vor contribui la cunoașterea de sine a adolescentului, la formarea sentimentului de imagine de sine, cursul dezvoltării emoționale și afective fiind unic pentru fiecare adolescent în parte [7].

Începând cu perioada adolescenței se constată un salt calitativ în procesul de dezvoltare și manifestare a afectivității. Pe fondul dezvoltării procesului de inhibiție, în defavoarea celui de excitație, care este predominant la preadolescenți, controlul trăirii și manifestării emoțiilor devine mult mai mare. Preadolescentul are manifestări afective explozive, reacționale, el nu analizează, pur și simplu reacționează. Adolescentul se manifestă cu un anumit control, el devine

capabil de a-și gestiona stările afective, de a le canaliza spre moduri de manifestare în concordanță cu situațiile contextuale, chiar dacă alternația emoțiilor este mare [1].

Ursula Șchiopu afirmă că există, la această vârstă, o învățare emoțională și o învățare a controlului emoțional și acesta mărește capacitatea de comunicare emoțională și limbajul emoțional [7, p. 200]. Această trecere de la formele instabile de manifestare a afectivității, specifice preadolescentului, la formele stabile, aflate sub control, trecerea la acea emoționalitate reținută relevă saltul calitativ pe care îl înregistrează în dezvoltare afectivitatea și emoționalitatea în perioada adolescenței. Dacă în stadiul anterior, al pubertății, comportamentul afectiv era predominant instabil, caracterizat de oscilații între cele două extreme, prezenta caracteristici reacționale față de diversele evenimente cu care puberul intră în contact, în adolescență, manifestarea comportamentului afectiv, dezvoltarea și manifestarea emoțiilor are un caracter care tinde către stabilitate, va fi mult mai temperat și direct proporțional în manifestare cu importanța evenimentului sau situației [8].

Ursula Șchiopu este de părere că afectivitatea reprezintă atitudinea omului față de realitate, raportarea acestuia față de obiecte și fenomene, față de oameni și faptele lor, față de evenimentele și propria persoană [7, p. 205].

Tipul de emoție care rezultă din această interacțiune, reflectă atitudinea față de lumea exterioară sau față de sine însuși. În sfera afectivității sunt cuprinse dispoziții, afecte, emoții, sentimente și pasiuni. Toate aceste procese pot fi subsumate termenelor de trăiri sau stări emoționale [8]. Afectivitatea, prin trăirile emoționale, reflectă tipul de relație dintre obiectele și fenomenele din jur și necesitățile, trebuințele, motivele fiecărui individ în parte. Astfel, tipul de legătură între individ și diversele situații de viață, obiectele și fenomenele cu care acesta stabilește relații poate fi pozitivă sau negativă, pot fi în acord cu necesitățile, dorințele sau aspirațiile adolescentului sau contravin intereselor sale. Concordanța între dorințele și aspirațiile adolescentului și anumite situații de viață, obiecte, fenomene, persoane va determina o creștere a energiei și motivației, implicării, inițiativă, caracterizând aspectul stenic al afectivității, lipsa de concordanță ducând la o diminuare a energiei, aceasta fiind caracteristica astenică a afectivității [8].

Tinca Crețu afirmă că adolescența este vârsta ”furtunilor și stresului” [2, p. 285]. Este o intensă perioadă de trăiri afective, tumultoasă în primul rând prin noutatea, intensitatea, diversitatea emoțiilor și sentimentelor [2].

Toate legăturile pe care adolescențul le stabilește au amprenta afectelor, indiferent că este vorba de legătura cu școala, cu prietenii, cu familia sau, pur și simplu, cu o disciplină școlară sau un profesor. Situațiile noi și complexe, pe care acesta le trăiește, sunt generatoare de emoții: evaluările și examenele care le hotărăște viitorul, primele experiențe romantice sunt sursa trăirii unor puternice emoții, baza formării unor sentimente și atitudini. Orarul de la școală care este mult mai complex, mult mai încărcat, ce cuprinde discipline noi. Adolescența coincide cu intrarea în ciclul liceal, ceea ce înseamnă, de cele mai multe ori colegi noi, școală nou, lărgirea sau schimbarea grupului de prieteni, toate acestea prilej de învățare și trăire a noi emoții [2, p. 286].

Iulia Racu afirmă că adolescența reprezintă perioada în care sentimentele noi se dezvoltă în mod intens. Însușirea normelor și principiilor de conduită se transformă într-o gamă complexă de sentimente morale- sentimentul datoriei față de societate și față de alți oameni, sentimentul

solidarității, prieteniei și dragostei, sentimente estetice, se diferențiază vădit sentimentele intelectuale și practice [4, p. 197].

Sentimentele superioare reprezintă adevărate concepții și valori de viață, și toate acestea prin preluarea din mediul direct familial, școlar a unor modele de viață, în strânsă legătură cu proiectarea propriilor modele și aspirații de viață. Sentimentele superioare se formează și în strânsă legătură cu activitatea intelectuală care face posibilă asimilarea valorilor sociale [1].

A. Smirnov afirmă că sentimentele umane se află în interrelații complexe cu activitatea de cunoaștere. Ele își au originea în această activitate, apar pe baza reflectării de către om a realității obiective și nu pot fi aduse la viață fără cunoașterea lumii obiective [8, p.171].

Sentimente superioare cum ar fi: sentimente morale, intelectuale, sentimentul patriotismului, sentimentul estetic, sentimentul datoriei au la bază trecerea la nivelul formal, abstract de gândire dar și o bună activitate de cunoaștere [8,p.176].

Zisulescu este de părere că alte două sentimente care se nasc în această perioadă sunt: sentimentul prieteniei și al iubirii față de sexul opus. Prietenii care se leagă în adolescență sunt foarte durabile, ele pot ține o viață întreagă, formarea acestor relații având la bază sentimente precum: stima de sine, încrederea, capacitatea de dăruire, jertfă și iubire. Aceste relații sunt durabile, iar grupul de prieteni capătă o importanță deosebită pentru adolescent, în detrimentul familiei, în cadrul acestuia el găsindu-și parteneri de discuții, în care poate avea încredere, găsește anumite puncte de reper în autoevaluare sa, confort și siguranță [8, p.171].

Iubirea față de sexul opus apare odată cu procesul de maturizare sexuală, ce debutează la finalul preadolescenței și continuă pe toată perioada adolescenței, când capătă o intensitate deosebită în manifestare și ocupă cu predilecție cercul de idei al adolescentului [3].

Dacă până acum mediul familial reprezenta zona de confort a adolescentului, treptat, acesta își lărgeste sfera relațiilor sociale, se confruntă cu situații noi, inedite. Modul de raportare la diverse situații este mult mai complex, iar interacțiunea cu mediul social și cel familial se face diferit. Adolescentul, pe fondul dezvoltării gândirii formale, a creșterii volumului de cunoștințe, adoptă atitudini critice, de opoziție, de afirmare a propriului punct de vedere. Din aceste situații în care încearcă să se impună, să își apere punctele de vedere, să se afirme, din contextul noilor situații de viață, iau naștere emoții noi, diferite, trăirea acestor situații fiind mult mai intensă [6].

Noutatea și ineditul situațiilor și evenimentelor cu care se confruntă adolescentul va determina trăirea în mod frecvent a unei dispoziții afective și anume, timiditatea.

Ursula Șchiopu și Emil Verza afirmă că timiditatea este o emoție des întâlnită la mulți adolescenți. Aceasta poate fi caracterizată ca o formă de teamă și anxietate care se manifestă în cadrul relațiilor pe care adolescentul le stabilește cu ceilalți, în situații de adaptare la diverse situații, în răspunsurile la diverse solicitări și stimuli cu care acesta se confruntă, timiditatea afectând în mod negativ răspunsurile adolescentului la toate aceste situații. Adolescentul timid poate fi în anumite situații penibil, se blochează, uită, reacționează nepotrivit situației. Aceste manifestări comportamentale stângace asociate timidului, dau naștere unor trăiri afective de devalorizare profundă, pe care adolescentul le poate interioriza și care, dacă sunt persistente în timp, se pot cristaliza în adevărate stări dispoziționale, ce pot afecta viața de zi cu zi a acestuia. Conștiința existenței unor defecte reprezintă sursa dezvoltării dispozițiilor de timiditate, în rândul adolescenților. Ei trăiesc sentimente de frustrare, sentimente negative, de neîncredere în

sine, sentimente de culpabilitate, autopedepsire, iar reacțiile cele mai frecvente sunt de fugă, stupoare, inerție, refuz de a înfrunta situații noi [7,p.169].

Coordonatele de timp ale adolescentului sunt prezentul și viitorul. În prezent acesta este bine ancorat, trăiește la maxim tot ceea ce i se întâmplă, dar prezentul este organizat și trăit astfel încât să pregătească, anticipeze viitorul. Această organizare, planificare și anticipare a viitorului este sursa generării a diverse emoții și sentimente de neliniște, speranță, construirea de idealuri, aspirații, visuri. Adolescentul este conștient că are viața înaintea și trăirea prezentului, cu gândul la viitor, este plină de emoție. În această perioadă are loc o creștere a nuanțării și intensității emoțiilor [5].

Adolescentul este foarte vulnerabil din punct de vedere emoțional. Este bine cunoscut faptul că emotivitatea este contagioasă dar și reacțională astfel, prin contagiune dar și prin imitație poate prelua diferite tipuri de emoții, poate învăța emoții noi. Grupul de prieteni este foarte important pentru adolescent, aici găsește persoane față de care se raportează, cu care petrece mult timp și aici, în grupul de prieteni învață emoții noi, care pot fi atât pozitive cât și negative. Agresivitatea este o emoție care se traduce prin comportamente delictuale, neacceptate din punct de vedere social și este foarte des întâlnită în rândul adolescenților. Agresivitatea ridică serioase probleme de ordin psihologic și pedagogic, deoarece există riscul ca la această vârstă, orice deviere de la conduitele acceptate social, să pericliteze întreg parcursul adolescentului în viață, să apară astfel, pe acest fond, noi și noi forme de neadaptare [6].

Trăirile afective în perioada adolescenței este un aspect sensibil, delicat. De aceea este necesară multă atenție, empatie din partea adulților care interacționează cu adolescenții, pentru că ei sunt sensibili, fragili, labili din punct de vedere emoțional și orice traumă sau derapaj de la dezvoltarea emoțională normală, poate afecta cursul evoluției emoționale și afective a acestuia.

## BIBLIOGRAFIE

1. COSMOVICI, A.; IACOB, L. Psihologie școlară. Iași: Editura Polirom, 1988. 304 p.
2. CREȚU, T. Psihologia vârstelor. Iași: Editura Polirom, 2009. 377 p.
3. GOIA D.; ȚIBU S. Parteneriatul Școala- familie- comunitate. București: Editura Universitară, 2014. 119 p.
4. RACU, I.; RACU, I. Psihologia dezvoltării. Chișinău: Centrul Editorial Poligrafic al USM, 2013. 210 p.
5. ROUSSELET, J. Adolescentul, acest necunoscut. București. Ed. Politică, 1969. 280 p.
6. SĂLĂVĂSTRU, D. Psihologia Educației. Iași: Editura Polirom, 2004. 188 p.
7. ȘCHIOPU, U., VERZA, E. Adolescența – personalitate și limbaj. București: Ed. Albatross, 1989. 290 p.
8. ZISULESCU, ȘT. Adolescența. București: Editura Didactică și Pedagogică, 1968. 312 p.