

Bineînțeles, un rol deosebit de esențial îl are familia, care însuflă copilului, apoi adolescentului valorile pe care acesta ar trebui să le urmeze în viață.

Anturajul, însă are și el un rol foarte important deoarece o persoană ușor influențabilă poate cădea pradă anumitor vicii, comportamente și obiceiuri care au în esența lor efecte distructive.

Așadar, huliganismul rămâne un subiect vast de studiat, având în vedere că apar schimbări în viața cotidiană destul de radicale de la an la an iar generațiile ce vin au concepții și comportamente foarte diferite.

Bibliografie

1. ACADEMIA ROMÂNĂ. INSTITUTUL DE LINGVISTICĂ *Dicționar Explicativ al Limbii Române*.(ediția a II-a revăzută și adăugită). București: Editura Univers Enciclopedic Gold 2009. ISBN978-606-92159-7-5.
2. BUTOI, B.T. *Psihologie judiciara Tratat universitar*. București: Solaris Print 2009. pp. 393-515. ISBN 978-973-606-92201-1-5.
3. Le Bon, G. *Psihologia mulțimilor* (traducere: Mariana Tabacu). Prahova Antet XX Press 2001. 84 p. ISBN 973-99336-2-9.
4. MASLOW, H., Abraham. *Motivație și personalitate* (traducere din limba engleză – Andreea Răsuceanu). București: Editura Trei 2007. 91 p. ISBN 978-973-707-159-0.
5. *NOUL COD PENAL și NOUL COD DE PROCEDURĂ PENALĂ*. Ediție îngrijită de Prof. Univ. Dr. DAN LUPAȘCU. București:, Universul Juridic, 2016. 142 p. ISBN 978-606-673-795-1.
6. PÂNIȘOARĂ, I.O. *Comunicarea Eficientă*. (Ediția a III-a, revăzută și adăugită). București Polirom 2006. 15 p. ISBN (10) 973-46-0313-2; ISBN (13) 978-973-46-0313-8.
7. STĂNCIUGELU, I., TUDOR, R., TRAN, A., Tran, V. *Teoria comunicării*. București: Tritonic 2014. 228 p. ISBN: 978-606-749-0022.

CZU: 159.922.7:159.944

MECANISMELE DE COPING ALE COPILULUI INTERIOR

Mocanu Maria Nicoleta

UPSC „Ion Creangă”

(România)

ORCID: 0000-0003-0235-3646

Adnotare

Conceptul de copil interior a fost introdus în psihologie de Carl Gustav Jung, ulterior a apărut de-a lungul timpului în diverse abordările terapeutice, de la Terapia Schemelor la Analiza Tranzacțională. Cercetarea dată se concentrează asupra relației între anumite mecanisme de coping cognitiv emoțional și comportamental și trăsăturile de personalitate amabilitate și ostilitate, existând o relație corelațională de nivel mediu – scăzut între mecanismele de coping și trăsăturile ostilitate și amabilitate (scale măsurate cu CPI): $r = 0,204 - 0,347$, $p = 0,0001$.

Cuvinte- cheie: copil interior, mecanisme de coping, studiu corelațional, amabilitate, ostilitate.

Annotation

The concept of the inner child was introduced into psychology by Carl Gustav Jung, later appearing over time in various therapeutic approaches, from Schema Therapy to Transactional Analysis. The given research focuses on the relationship between certain cognitive emotional and behavioral coping mechanisms and the personality traits of kindness and hostility, there being a medium-low correlational relationship between coping mechanisms and the traits of hostility and kindness (scales measured with the CPI): $r = 0.204 - 0.347$, $p = 0.0001$.

Keywords: inner child, coping mechanisms, correlational study, kindness, hostility.

1. Copilul interior și mecanismele de coping – elemente de analiză tranzacțională aplicată în psihologia dezvoltării

Este util să luăm în considerare atunci când lucrăm cu copilul interior descoperirile făcute de Erik Erikson și Jean Piaget în studiile lor despre copii. Ei au observat că există o evoluție naturală de la etapa copilăriei la maturitate. Fiecare etapă de dezvoltare are „obiective” caracteristice ce trebuie atinse pentru a trece cu succes în etapa următoare. Ceea ce nu a fost învățat să controleze în copilărie re apare în viața adultă drept răspunsuri neadecvate față de alți oameni, locuri sau contexte. Aceste răspunsuri neadecvate cauzează disconfort și sunt excrescențe ale durerii și fricii experimentate în copilărie, atunci când *nevoile de bază nu au fost satisfăcute* [Erikson, 1959; Piaget, 2022].

În raport cu nevoile proprii, este necesar să învățăm ce avem nevoie în fiecare etapă de dezvoltare, să promovăm sentimentul de siguranță cu părinții sau îngrijitorii primari și să primim suport pentru a atinge acele obiective caracteristice fiecărei etape de dezvoltare. Dacă nevoile de bază nu sunt satisfăcute, nu se poate ajunge la o dezvoltare optimă [Taylor, 1991].

În copilărie comportamentele disfuncționale sunt considerate funcționale și se manifestă prin mecanisme de coping specifice de tipul luptă - fugi - îngheț atât pe plan cognitiv emoțional dar și comportamental, deoarece *ajută la supraviețuirea în mediul respectiv*. La maturitate însă ele devin disfuncționale la un moment dat, deoarece nu mai pot să răspundă nevoii din aici – și - acum, însă continuăm să rulăm aceleași mecanisme de coping, deoarece pe de o parte nu cunoaștem alt mod de a acționa și pe de altă parte creierul este condiționat de o perioadă lungă de timp să ruleze acest *program de coping*. Aceste programe de coping comportamental se pot exprima prin frica față de iubire, incapacitatea de a spune nu, autocritica, rușinea și pot interfera cu viața profesională, cu stima de sine sau cu capacitatea noastră de a afirma [Taylor, 1991].

Copilul interior este rezultatul experiențelor întipărite în prima copilărie, trăite alături de părinți și alte persoane importante. Deși unele dintre aceste experiențe nu sunt conștiente, ele sunt stocate în subconștient, astfel încât putem privi copilul interior ca parte importantă a subconștientului. Partea din personalitate care reprezintă *copilul interior* este dezvoltată în principal în **primii șase ani de viață**. În acest interval se formează structura creierului, toate rețelele și conexiunile neuronale. Experiențele trăite în această perioadă, alături de cele mai apropiate persoane, rămân întipărite în creierul, în rețelele mnezice. Felul cum tratează îngrijitorii primari copilul se transformă în modelul propriu de relaționare pe toată durata vieții, dezvoltând mecanisme specifice de coping în raport cu realitatea, învățând ceea ce trebuie să se aștepte de la propria persoană și ce așteptări să are de la ceilalți. Tot în această perioadă se dezvoltă încrederea în propriile forțe și în ceilalți oameni, iar într-un caz mai puțin fericit apare neîncrederea, ca mecanisme de coping [Stahl, 2020].

Cel care a împărțit pentru prima dată personalitatea în diverse instanțe a fost Sigmund Freud. Ceea ce se numește în psihologia modernă copilul interior, la Freud era denumit Sinele.

El a denumit eul adult ca fiind Eul, apoi a descris Supraeul ca o instanță morală, iar în psihologia modernă este definit „eu parental” sau „criticul interior” [Freud, 2016].

Din perspectiva Analizei Tranzacționale, eul este împărțit în trei instanțe. Ea susține că fiecare dintre noi avem o componentă rațională, una emoțională și o componentă unde sunt păstrate învățăturile și atașamentele primite de la părinți, educatori, profesori. Aceste stări reprezintă sisteme coerente de idei și trăiri afective, manifestate prin modele de comportament corespunzătoare [Berne, 2006].

În *starea de Părinte*, o persoană simte, gândește, acționează, vorbește și reacționează la fel ca unul dintre părinții ei pe vremea când aceasta era copil. Această stare se poate activa în relație cu proprii copii [Berne, 2006].

Este reflexul educației primite ce își pune amprenta asupra copilăriei și adolescenței, dar și pe adult. Valorile pe care le poate transmite Părintele fac referire la: bine și rău, ceea să faci sau să nu faci, credințe, carieră, căsătorie, tradiții.

În *starea Adultă*, persoana își poate evalua în mod obiectiv mediul, își vede probabilitățile și posibilitățile, bazându-se pe experiențele sale anterioare [Berne, 2006]. Adultul poate primi o serie de informații pe care le pune împreună și le dezvoltă într-un mod logic și rațional. Această stare se poate activa utilizând mecanisme de coping specifice atunci când este necesar ca cineva să rezolve o problemă, să stabilească obiective, să își asume responsabilități, să ia decizii, să caute soluții, să negocieze și să evalueze rezultate.

Fiecare dintre noi poartă în interiorul său o fetiță sau un băiețel care simte, gândește și acționează la fel cum o făcea la o anumită vârstă a copilăriei. Vârsta este un aspect important, care în circumstanțe normale se plasează undeva între doi și cinci ani. [Berne, 2006]. *Starea Copil* se activează în raport cu solicitările mediului extern și se divide la rândul său în Copilul adaptat, Copilul rebel, Copilul spontan și Micul profesor.

Copilul adaptat este un copil supus și utilizează mecanisme de coping comportamental pentru a răspunde așteptărilor celor din jurul său: acceptă regulile grupului cu ușurință, este liniștit și rezervat. Utilizează un ton echilibrat și ezitant, voce moderată, respectă normele și consolidează valorile sociale însă docilitatea sa excesivă poate duce la indecizie.

Copilul rebel se caracterizează printr-o serie de manifestări negative și polemice, manifestând coping emoțional și comportamental precum agresivitatea, dorința de a fi în centrul atenției prin negativism, opoziționism, gesturi bruște, uneori violente, o voce energică și furioasă. Acesta se poate proteja împotriva abuzului de putere, însă îi este dificilă comunicarea cu mediul extern.

Copilul Spontan este expresia entuziasmului, fricii și descurajării. El manifestă un coping cognitiv emoțional de tipul spontaneității, energiei, plăcerii îl poate duce la o lipsa de control ce îi poate dăuna în unele situații.

Partea din Copil denumită „*Micul profesor*” este caracterizată de creativitate și invenție și manifestă coping cognitiv precum curiozitatea de a ști și de a înțelege.

Este important ca o persoană să înțeleagă și să integreze starea de copil a personalității sale și mecanismele de coping aferente acesteia, deoarece reprezintă o parte foarte valoroasă și profundă din ființa sa pe care o va purta toată viața.

2. Cercetarea copingului în relație cu amabilitatea și ostilitatea

Ipoteza pentru cercetarea dată este: *se prezumă că există mecanisme de coping cognitiv emoțional și comportamental care sunt în relație cu trăsăturile de personalitate amabilitatea și ostilitatea.*

Obiectivul principal al cercetării este de a identifica mecanismele de coping care sunt în relație semnificativă cu ostilitatea și amabilitatea, ca trăsături de personalitate.

Pentru a atinge obiectivul cercetării și a măsura ipoteza dată au fost utilizate chestionarele de coping SACS și CERQ, dar și inventarul de personalitate CPI (scalele amabilitate și ostilitate). Lotul de subiecți este format din 260 de persoane, populație non – clinică din România, cu vârsta cuprinsă între 22 și 65 de ani, 130 de bărbați și 130 de femei, având caracteristicile din tabelul 1:

Tabelul 1. Statistica descriptivă a eșantionului cercetării

	N	Minim	Maxim	Media	Abaterea standard
B_vârsta	130	22.00	65.00	29.2077	6.39609
F_vârsta	130	22.00	53.00	29.7538	7.17236

Urmare a aplicării chestionarelor distribuțiile pentru toate scalele de coping și pentru trăsăturile de personalitate amabilitate și ostilitate sunt normale, motiv pentru care s-a optat pentru corelația parametrică Pearson, obținându-se coeficienții de corelație semnificativi pentru pragul de semnificație $p = 0,0001$:

Tabelul 2. Relația corelațională între coping și amabilitate / ostilitate

Tipul de coping	CPI amabilitate /ostilitate
COMPORTAMENTAL - acțiune agresivă: $r = 0,233$ - acțiune antisocială: $r = 0,315$ - acțiune indirectă: $r = 0,314$ - acțiune instinctivă: $r = 0,256$ COGNITIV EMOȚIONAL - catastrofarea $r = 0,224$	OSTILITATE
COMPORTAMENTAL - acțiune agresivă: $r = - 0,230$ - acțiune antisocială: $r = - 0,347$ - acțiune indirectă: $r = - 0,253$ - acțiune instinctivă: $r = - 0,204$ COGNITIV EMOȚIONAL - catastrofarea $r = - 0,211$	AMABILITATE
COMPORTAMENTAL - relaționare: $0,232$	

Din tabelul 2 reiese faptul că:

- există o relație corelațională de nivel mediu – scăzut între mecanismele de coping și trăsăturile ostilitate și amabilitate (scale măsurate cu CPI): $r = 0,204 - 0,347$, $p = 0,0001$;

- există o relație corelațională directă între anumite mecanisme de coping și ostilitate, astfel încât cu cât o persoană utilizează mai des mecanisme de coping de tip agresiv, manipulativ, de încălcare a regulilor sociale și individuale, reacționează sub impulsul momentului cu atât ostilitatea este o trăsătură manifestă în ansamblul personalității acelei persoane;

- un mecanismul de coping care apare doar în relație cu amabilitatea este mecanismul de coping comportamental al relaționării.

- există o relație corelațională inversă între anumite mecanisme de coping și amabilitate astfel încât cu cât o persoană utilizează *mai rar* mecanisme de coping de tip agresiv, manipulativ, de încălcare a regulilor sociale și individuale, reacționează sub impulsul momentului cu atât amabilitatea este o trăsătură manifestă în ansamblul personalității acelei persoane;

- un mecanism de coping care apare doar în relație cu amabilitatea este mecanismul de coping comportamental al relaționării.

Concluzii:

- experiențele timpurii trăite în raport cu ostilitatea sau amabilitatea modelează mecanisme de coping specifice în instanța intrapsihică a copilului interior;

- există o relație între anumite mecanisme de coping cognitiv emoțional și comportamental și trăsăturile de personalitate amabilitate și ostilitate.

Bibliografie

1. COQUEREAUMONT, M. E. *Gata cu fricile! 21 de zile ca să vindeci copilul interior*. București: Editura Didactica Publishing House, 2019. ISBN 978-606-683-948-8.
2. BERNE, E. *Ce spui după „Bună ziua”?* Psihologia Destinului Uman. București: Trei, 2006. ISBN 978-973-707-085-2.
3. DAFINOIU, I. *Elemente de psihoterapie integrativă*. Iași: Polirom, 2001. ISBN 973-683-471-9.
4. ERIKSON, E., GARDNER, R, HEIDER, F., PAUL, H.I., *Psychological issues*. New York: International Universities Press, 1959. ISBN 3148514.
5. FREUD, S. *Psihologia colectiva si analiza Eului*. București: Cartex, 2016. ISBN 978-606-8023-83-0.
6. MISCHKE REEDS, M. *Somatic psychotherapy toolbox*. New York: Pesi Publishing, 2019. ISBN 9781683731351.
7. PIAGET, J. *Probleme de psihologie genetica. Copilul si realitatea*. București: Trei, 2022. ISBN 978-606-40-1371-2.
8. STAHL, S. *Vindecarea copilului interior*. București: Litera, 2020. ISBN 9786063338359.
9. TAYLOR, C. L. *The inner child Workbook. What to do with your past when it just won't go away*. New York: Penguin Publishing Group, 1991. ISBN 9780874776355.