

13. OVERALL, N. C., MCNULTY, J. K. (2017). What type of communication during conflict is beneficial for intimate relationships? *Curr Opin Psychol*. February; 13:1-5. Disponibil: doi:10.1016/j.copsyc.2016.03.002
14. SCHEEREN, P., de ANDRADE VIEIRA, R. V., GOULART, V. R., WAGNER, A. (2014). Marital quality and attachment: the mediator role of conflict resolution styles. *Paideia*, 24 (58), 177-186. Disponibil: <https://doi.org/10.1590/1982-43272458201405>
15. STOICA-CONSTANTIN, A. (2004). Conflictul interpersonal. Prevenire, rezolvare și diminuarea efectelor. București: Polirom.
16. TAPIA-VILLANUEVA, L. et al. (2014). Factors Preventing Gridlock in Chilean Couples' Relationships Based on the Discourse of Couples Therapists and Highly Adjusted Couples. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy* 35, 462-478. Disponibil: doi: 10.1002/anzf.1076
17. UNAL, O., AKGUN, S. (2022). Relationship of conflict resolution styles in marriage with marital adjustment and satisfaction. *Psikiyatride Guncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry* 2022; 14(1):322-330. Disponibil: DOI: 10.18863/pgy.1016806
18. WAGNER, A., PEREIRA MOSMANN, C., SCHEEREN, P., CENTENARO LEVANDOWSKI, D. (2019). Conflict, conflict resolution and marital quality. *Paideia*. Vol. 29, e2919. ISSN 1982-4327 (online version). Disponibil: <http://dx.doi.org/10.1590/1982-4327e2919>
19. WEELER, L. A., UPDEGRAAF, K. A., THAYER, S. M. (2010). *Journal of Marriage and Family* 72: 991-1005. Disponibil: DOI:10.1111/j.1741-3737.2010.00744.x.
20. WILLIAMSON, H. C., BRADBURY, T. N., LAVNER, J. (2013). Discussion topic and Observed Behaviour in Couple's Problem-Solving Conversations: Do problem severity and topic choice matter? *Journal of Family Psychology*. Disponibil: DOI:10.1037/a0031534

CZU: 159.942-053.6

SECURITATEA EMOȚIONALĂ A ADOLESCENȚILOR

Popa Roxana
UPSC "Ion Creangă"
(România)

ORCID: 0009-0005-1407-4400

Adnotare

Securitatea emoțională reprezintă cel mai important aspect al dezvoltării armonioase a personalității individului. Sfera afectivă este profund afectată de schimbările ce survin în contextul perioadei adolescenței. Dinamica familiei devine pionul central al patternurilor comportamentale dezadaptative ale adolescenților, fapt ce îi determină pe actorii mediului educațional să intervină în reglarea comportamentală, cu scopul implementării stării de bine. Aplanarea conflictelor, abandonului școlar, motivarea scopului și depistarea tulburărilor clinice sunt factorii ce destabilizează securitatea emoțională a adolescenților. Ajutorul de specialitate devine crucial în aplanarea crizei identitare a adolescenților. Astfel încât, stabilirea securității emoționale devine cea mai importantă etapă în procesul tranzitoriului al perioadei adolescenței.

Cuvinte-cheie: securitate emoțională, adolescenți, conflict, stare de bine, consilier școlar, personalitate, părinți.

Annotation

Emotional security is the most important aspect of the harmonious development of an individual's personality. The affective sphere is deeply impacted by the changes that occur in the context of adolescence. Family dynamics become the central player of adolescents maladaptive behavior patterns, which determines the actors of the educational environment to intervene in behavioral regulation, in order to implement a well-being state. Conflict resolution, school abandonment, goal motivation and detection of clinical disorders are factors that destabilize adolescents' emotional security. Expert help becomes crucial in alleviating adolescents' identity crisis. Thus, establishing emotional security becomes the most important stage in the transient process of adolescence.

Keywords: emotional security, adolescents, conflict, well-being, school counselor, personality, parents.

Securitatea emoțională a indivizilor este reprezentată de cel puțin trei aspecte: emoțiile, comportamentul și mediul în care sunt valorificate resursele individuale aflate în conflict cu presiunea socială, la care omul este supus zilnic. „Securitatea emoțională joacă un rol esențial în sănătatea și aspectele comportamentale ale experiențelor din copilăria timpurie în cadrul familie, la începutul vieții adulte și după aceea” [1, p. 2].

Securitatea emoțională reprezintă un aspect important al dezvoltării adolescenților din societatea actuală, deoarece zona acestora afectivă este profund impactată de evenimentele perioadei pe care o tranzitează.

Securitatea emoțională este reprezentată de trei componente conform lui Zubenschi [2, p. 113]:

- reacția emoțională- înseamnă că în cazul unor situații potențial periculoase, persoana percepe frică sau stres și reacționează cu o vigilență crescută sau ostilitate ascunsă;
- reglare comportamentală- capacitatea persoanei de a-și modela interacțiunea cu mediul, care se manifestă în cazul minimalizării situațiilor periculoase de viață;
- reprezentările interne, care depind de tipare conștiente sau inconștiente, existente la om în ceea ce privește potențialul pericol

Perioada adolescenței conform lui Crețu [3, p. 51] este specifică intervalului de vârstă 14-20 de ani și presupune schimbarea ciclului de învățare, dar și a schimbărilor ce țin de personalitatea individului, precum și dobândirea unei autonomii.

Importanța schimbărilor ce apar în perioada adolescenței sunt menționate și de către Papalia [4, pp. 386-387]: „confuzia identității; practicarea activităților fizice intense reduse; somn insuficient; preocuparea față de imaginea corporală, fetele pot avea tulburări de alimentație: obezitate, anorexie nervoasă și bulimie nervoasă; consumul de droguri este mai frecvent în liceu; marijuana, alcoolul și tutunul sunt drogurile cele mai populare în rândul adolescenților; incidența depresiei crește în adolescență mai ales în rândul fetelor; principalele cauze de deces sunt accidente rutiere, folosirea armelor de foc și sinuciderea”

Această perioadă de tranziție către vârsta adultă, poate confuza adolescentul privind buna desfășurare a aspectelor ce țin de propria persoană în interacțiunea cu cei din jur, astfel încât pot apărea disfuncții în relația cu părinții, colegii de școală și grupul social.

În vederea explorării securității emoționale a adolescenților, întoarcerea în perioada copilăriei este imperios necesară, pentru a înțelege mai bine patternurile dezadaptative observate la părinții acestora. Părinții devin cauzele principale ale detașării emoționale a copiilor față de aceștia, datorită comportamentului manifestat de către aceștia în perioada educării. Este necesar să luăm în calcul și schimbările de natură afectivă și dispozițională prin care aceștia trec în momentul apariției copilului, dar și a suportului de specialitate (psihologul),

privind gestionarea relației cu adolescentul. Soluționarea problemelor din sfera cuplului, duc la eficientizarea relației cu propriul copil.

Teoria securității emoționale postulează faptul că, „în contextul încărcat de emoții al conflictului interparental, un obiectiv important pentru copii este reprezentat de menținerea unui sentiment de protecție, siguranță și securitate” [5, p. 269]. Astfel încât, copilul ce a trăit și a fost expus pe o perioadă îndelungată, în interiorul familiei sale, la conflictele interparentale, poate prezenta dificultăți în ceea ce privește raportarea sa la propria persoană, dar și dificultăți privind relaționarea cu ceilalți. Mai mult decât atât, teoria securității emoționale vine ca o completare a teoriei atașamentului lui Bowlby [6] ce face referire la stilurile de atașament pe care părinții le adoptă în vederea creșterii copilului, a relaționării și raportării la acesta. În această situație este important să menționăm încă o dată importanța teoriei securității emoționale ce „face referire la înțelegerea efectelor conflictului marital asupra dezvoltării copilului” [7, p. 55].

Atașamentul sigur, fiind cheia unei bune dezvoltări a personalității este punctul de plecare către implementarea unei educații eficiente și a gestionării corecte a emoțiilor. Mai mult decât atât, este important să conștientizăm baza securității emoționale corelată cu personalitatea sănătoasă la fiecare etapă de vârstă.

Toate aceste experiențe ale copilăriei adolescentului reprezintă bagajul emoțional prezent, ce acompaniat schimbărilor din sfera fizică, cognitivă, dar cu precădere afectivă, schimbă într-un mod defectuos dezvoltarea armonioasă a personalității sale.

Adolescența devine un câmp al luptei interioare privind gestionarea schimbărilor survenite acestei perioade, iar construirea identității personale devine laitmotivul tânărului. Importanța acceptării grupului devine cheia dezvoltării noilor aspecte ce țin de personalitatea adolescentului, astfel încât, securitatea emoțională provizorie este asigurată. Sentimentele ce survin în urma securității psihologice, conform lui Sănduleac [8, p. 9] „generează relații interpersonale plăcute, promovând fericirea în relațiile interpersonale”.

Securitatea emoțională a adolescenților este menținută de câteva aspecte importante menționate și de către Perjan [9, pp. 31-32]: „protecția de pericole și agresiuni; satisfacerea trebuințelor; coerența și stabilitatea cadrului social de dezvoltare; acceptarea și iubirea necondiționată a familiei”.

Condițiile menționate anterior potențază stabilitatea și securitatea emoțională a adolescentului aflat într-o perioadă dificilă de gestionare a propriei vieți, astfel încât aportul familiei este esențial în acceptarea tranziției acestuia privind personalitatea și comportamentele indezirabile social. De asemenea, mediul educațional poate fi considerat de către aceștia ca fiind unul restrictiv, ceea ce favorizează încălcarea normelor sociale, motiv pentru care sancționarea acestora fără fundament explicativ poate duce la: agresivitate, lipsă de cooperare și a anumitor acțiuni nefavorabile sănătății (consumul de alcool, tutun, droguri, abuz de pastile).

Factorii ce pot interfera securității emoționale în rândul adolescenților sunt: conflictele familiale, bullying-ul, presiunea socială, notele mici la anumite materii, singurătatea, tulburări clinice (anxietatea, depresia, tulburări alimentare). Apariția bullyingului în mediul educațional, dar și în grupul social prezintă principala cauză a comportamentelor dezadaptative a adolescenților.

Rolul consilierului școlar este important în vederea observării acestor comportamente dezadaptative și este cel care ar putea fi primul pion în dezvoltarea unei atmosfere sigure a

elevilor din mediul școlar. Scopul principal este de a instaura starea de bine ce este reprezentată conform lui Băban [10, p. 18] de următoarele componente: „acceptarea de sine, relațiile pozitive cu ceilalți, autonomie, control, sens și scop în viață, dezvoltarea personală”.

Aspectele ce formează starea de bine a individului sunt cruciale în special în perioada adolescenței. Satisfacerea acestor componente coincid cu nevoile adolescenților în vederea activării trebuințelor ierarhice din sistemul piramidal a lui A Maslow. Conform lui Crețu [3, p. 43] „trebuința de autoafirmare, autorealizare și clarificare a identității de sine” devin cele mai importante țeluri ale adolescenților, în vederea stabilității psihologice. Această stabilitate psihologică înglobează securitatea emoțională a adolescenților, amplificând starea de bine generată de către persoanele importante din viața unui adolescent: părinții, grupul social, profesorii și/sau consilierul școlar.

Bibliografie

1. ERCENGIZ, M., et al., A hypothetic model for examining the relationship between happiness, forgiveness, emotional reactivity and emotional security. În: *Current Psychology*, 2022, pp. 1-15. DOI 10.1007/s12144-022-02909-2.
2. ZUBENSCHI, E., ZUBENSCHI, M. Influența securității psiho-emoționale în familie și manifestările comportamentale la copii. Studiu de caz. În: *Aspecte psihosociale ale securității psihologice și manifestările ei în plan social la copii*, Chișinău : Centrul Editorial-Poligrafic al Universității Pedagogice de Stat „Ion Creangă”, 2021. pp. 107-121. ISBN 978-9975-46-564-9.
3. CREȚU, T., *Psihologia adolescentului și adultului*, București: Ministerul Educației și Cercetării, 2005. ISBN 973-0-042298-5.
4. PAPALIA, D. E., OLDS, S. W., FELDMAN, W. R. *Dezvoltarea umană*, New York: Trei, 2010. ISBN 978-973-707-414-0.
5. DAVIES, P. T., WOITACH, M. J. Children’s Emotional Security in the Interparental Relationship. În: *Current Directions in Psychological Science*, 2008, Vol.17(4), pp. 269-274. DOI 10.1111/j.1467-8721.2008.00588.x.
6. BOWLBY, J., *O baza de siguranță. Aplicații clinice ale teoriei atașamentului*, București: Trei, 2011. ISBN 978-9737-07-422-5.
7. CANTÓN-CORTÉS, D., CANTÓN, J., CORTÉS, M.R. Emotional security in the family system and psychological distress in female survivors of child sexual abuse. În: *Child Abuse & Neglect*, 2016, Vol.51, pp. 54-63. DOI 10.1016/j.chiabu.2015.11.005.
8. SĂNDULEAC, S., Securitatea psihologică o provocare a mileniului- optimismul și starea de bine la adolescenți, În Monografie: *Aspecte psihosociale ale securității psihologice și manifestările ei în plan social la copii*, Chișinău: Centrul Editorial-Poligrafic al Universității Pedagogice de Stat „Ion Creangă”, 2020. pp. 5-28. ISBN 978-9975-3342-8-0.
9. PERJAN, C., Securitatea psihologică și psihogeneza afectivității, Monografie: *Aspecte psihosociale ale securității psihologice*, pp. 29-48, 2020. ISBN 978-9975-3342-8-0.
10. BĂBAN, A., *Consiliere educațională: Ghid metodologic pentru orele de consiliere și dirigenție*, Cluj-Napoca: Asociația de Științe Cognitive din România, 2009. ISBN 973-0-02400-6.