

STAREA DE BINE ȘI TRĂSĂTURILE DE PERSONALITATE LA ADULȚI ¹

THE WELLBEING AND PERSONALITY TRAITS AT ADULTS

Iulia RACU, dr. hab., prof. univ.,
UPS „Ion Creangă” din Chișinău
ORCID: 0000-0002-9096-7121
racu.iulia@upsc.md

Elena SOROCHIN, master,
UPS „Ion Creangă” din Chișinău
ORCID: 0000-0001-7109-998X

Iulia RACU, Doctor Habilitatus, University Professor,
“Ion Creanga” SPU of Chisinau
Elena SOROCHIN, master,
“Ion Creanga” SPU of Chisinau

CZU: 159.923.2

DOI: 10.46727/c.v1.21-22-03-2024.p174-177

Abstract. The article contains the results of an experimental research of well-being, gender difference in well-being manifestation and relationship between well-being and personality traits at adults. The sample of research was formed from 80 adults aged 21 – 76 years old. In order to investigate well-being and personality traits on all adults we applied: The Oxford Happiness Questionnaire, Freiburg Personality Inventory. As results we established that all the adults have a moderate (87,50%) and high level (12,50%) of well-being. For the adults with high level of well-being the defining elements are: a good health, a high level of life-satisfaction and harmonious, assertive and efficient relationship with others. A higher level of well-being is characteristic to the women. For adults with high level of well-being are particular the following personality traits: calm character, emotional stability, sincerity, sociability and extraversion.

Keywords: well-being, gender difference, personality traits, adulthood.

În științele contemporane, în special în psihologia pozitivă, un concept recent apărut este starea de bine. Aceasta cuprinde o bună și echilibrată funcționare a individului în varii sfere: biologică, psihică, emoțională, socială și sufletească. Starea de bine înglobează realizarea de sine atât în domeniul personal, cât și în cel profesional, mulțumirea de propria viață, un sentiment de prețuire de sine, încadrarea în viața comunității și a societății, precum și un set de valori armonioase [1]. Domeniul biologic cuprinde nivelul sănătății. Prezența sănătății ne vorbește despre un nivel favorabil al stării de bine. Dimensiunea psihică a stării de bine include împlinirile atinse și o evoluție permanentă a propriilor capacități. Componenta emoțională a stării de bine presupune un management eficient al trăirilor și experiențelor emoționale, un nivel înalt de

¹ Articolul este elaborat în cadrul subproiectului „Mecanisme psihologice de promovare a stării de bine în sistemul educațional”, MPPSSE 040112.

reziliență și o capacitate dezvoltată de a face față adversităților. Compartimentul social al stării de bine reprezintă o funcționare armonioasă, activă și asertivă a individului cu ceilalți. În plus, vom menționa aici și manifestarea comportamentului prosocial. Nu ne putem imagina starea de bine fără sistemul valorilor ființei umane ce trebuie să fie în concordanță cu comportamentele și atitudinile acestuia [1].

În cercetările ce vin să fundamenteze starea de bine sunt evidențiate: componentele acesteia, caracteristicile de personalitate ce se regăsesc la un individ cu nivel ridicat al stării de bine, particularitățile sferei de bine la copii și adulți, precum și specificul stării de bine la angajații din diferite profesii și domenii [1, 2, 3, 4, 5].

În concordanță cu cele expuse, am lansat un scop pentru demersul experimental: *investigarea stării de bine la adulți, precum și stabilirea caracteristicilor de personalitate la adulții cu nivel ridicat al stării de bine* [4]. A fost posibil să evaluăm starea de bine și caracteristicile de personalitate la adulți prin selectarea unui lot de 80 de subiecți între 21 și 76 de ani (41 bărbați și 39 femei). Starea de bine și caracteristicile de personalitate la adulți au fost examinate prin administrarea: Inventarului de măsurare a stării de bine Oxford și a Inventarului de personalitate Freiburg (forma HB) [4].

Inventarul de măsurare a stării de bine Oxford evidențiază trei niveluri ale stării de bine: redus, moderat și ridicat. Adulții din lotul experimental demonstrează nivel moderat și ridicat al stării de bine (tabelul 1).

Tabelul 1. Rezultate pentru nivelul moderat și nivelul ridicat al stării de bine la adulți

Adulți	Niveluri	
	Moderat	ridicat
	87,50%	12,50%

Frecvențele din tabelul de mai sus iau forma următoarei distribuții: cei mai mulți dintre adulți au nivel moderat al stării de bine, în timp ce un număr foarte mic din adulți dau dovadă de nivel ridicat al stării de bine (12,50%). Adulții cu nivel ridicat al stării de bine se caracterizează prin nivel satisfăcător al sănătății, satisfacție de viață, relații sociale calitative etc. [2, 3, 4].

Studiul stării de bine la adulți a fost orientat și spre stabilirea diferențelor conform dimensiunii de gen. Astfel, rezultatele pentru nivelul moderat și nivelul ridicat al stării de bine sunt înfățișate în tabelul 2.

Niveluri			
moderat		Ridicat	
Bărbați	Femei	Bărbați	Femei
85,30%	89,70%	14,70%	10,30%

Conform frecvențelor din tabelul 2 vom menționa că nivelul moderat al stării de bine este mai proeminent la femeii (89,70%), spre deosebire de bărbați (85,30%), iar în cazul nivelului ridicat al stării de bine vom puncta că frecvența cea mai mare este caracteristică bărbaților (14,70%) comparativ cu femeile (10,30%) [2, 3, 4].

Statistic, conform testului T-Student se evidențiază diferențe semnificative pentru starea de bine între rezultatele bărbaților și cele ale femeilor (T=3,3, M bărbați: 104,39, M femeii:

111,9), cu rezultate mai mari în rândul femeilor. În concordanță cu cele expuse, vom menționa că femeile se caracterizează prin nivel mai ridicat al stării de bine [2, 3, 4].

Caracteristicile de personalitate la adulții cu diferite niveluri ale stării de bine (moderat și ridicat) (Inventarul de personalitate Freiburg, forma HB) sunt ilustrate în figura 1.

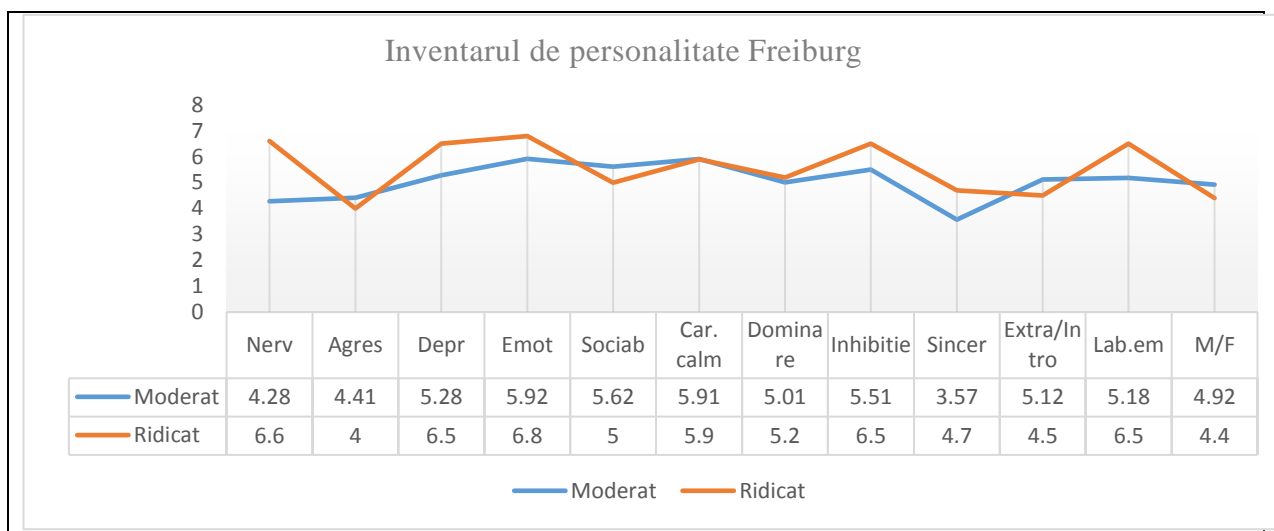


Figura 1. Mediile pentru trăsăturile de personalitate la adulții cu diferite niveluri ale stării de bine

Adulții cu nivel ridicat al stării de bine prezintă următoarele valori pentru caracteristicile de personalitate: nervozitate (4,28 u.m.), agresivitate (4,41 u.m.), depresie (5,28 u.m.), emotivitate (5,92 u.m.), sociabilitate (5,62 u.m.), caracter calm (5,91 u.m.), dominare (5,01 u.m.), inhibiție (5,51 u.m.), sinceritate (3,57 u.m.), extraversiune – introversiune (5,12 u.m.), labilitate emoțională (5,18 u.m.) și masculinitate – feminitate (4,92 u.m.). Cele mai accentuate trăsături la acești adulți sunt: *emotivitatea, caracterul calm, sociabilitatea, depresia, labilitatea emoțională, extraversiunea-introversiunea*. La adulții cu nivel ridicat al stării de bine, mediile pentru câteva caracteristici de personalitate sunt asemănătoare cu cele ale adulților cu nivel moderat al stării de bine: agresivitate (4 u.m.), sociabilitate (5 u.m.), caracter calm (5,9 u.m.), dominare (5,2 u.m.), extraversiune – introversiune (4,5 u.m.), masculinitate – feminitate (4,4 u.m.). Pentru adulții cu nivel ridicat al stării de bine, mediile la următoarele caracteristici de personalitate sunt mai mari: nervozitate (6,6 u.m.), depresie (6,5 u.m.), emotivitate (6,8 u.m.), inhibiție (6,5 u.m.), sinceritate (4,7 u.m.) și labilitate emoțională (6,5 u.m.). [2, 3, 4].

În continuare, ne-am propus să studiem relațiile între starea de bine și caracteristicile de personalitate la adulți, calculând coeficientul de corelație Pearson. Coeficienții de corelație și pragurile de semnificație pot fi vizualizate în tabelul 3.

Tabelul 3. Corelațiile între starea de bine și caracteristicile de personalitate

Variabile	Coeficient r	Prag de semnificație p
<i>Starea de bine / Caracter calm</i>	r=0,2595	p≤0,01
<i>Starea de bine / Sinceritate</i>	r=0,2223	p≤0,01
<i>Starea de bine / Emotivitate</i>	r=0,2327	p≤0,01
<i>Starea de bine / Sociabilitate</i>	r= -0,3452	p≤0,01
<i>Starea de bine / Extraversiune – introversiune</i>	r= 0,2602	p≤0,01

Coeficienții de corelație și pragurile de semnificații din tabelul 3 ne permit să constatăm că între starea de bine și caracteristicile de personalitate identificăm cinci corelații semnificative (4 pozitive și 1 negativă), după cum urmează: între starea de bine și caracter calm ($r=0,2595$, $p\leq 0,01$), între starea de bine și sinceritate ($r=0,2223$, $p\leq 0,01$), între starea de bine și emotivitate ($r=0,2327$, $p\leq 0,01$), între starea de bine și sociabilitate ($r=-0,3452$, $p\leq 0,01$) și între starea de bine și extraversiune ($r= 0,2602$, $p\leq 0,01$) [4].

Corelațiile stabilite evidențiază că adulții cu nivel ridicat al stării de bine prezintă următoarele caracteristici de personalitate: sunt liniștiți, calmi, echilibrați, deschiși, au capacitatea de a-și controla reacțiile în situații stresante. Au abilitatea de a se bucura de împliniri, chiar și în circumstanțele când nu reușesc să își ducă la bun sfârșit proiectele sau sarcinile. Le place să interacționeze cu cei din jur, sunt sociabili, înțelegători și manifestă comportament prosocial. De asemenea, pentru ei este propriu: spontaneitatea, optimismul, energia, voia bună, flexibilitatea în gândire și dorința de cunoaștere. Agreabilitatea, deschiderea cu valențe pentru integrare în grupuri sunt elemente definitorii ale personalității adulților cu nivel ridicat al stării de bine [3, 4].

În concordanță cu demersul experimental al stării de bine și a caracteristicilor de personalitate la adulți, vom constata că adulții din lotul nostru demonstrează preponderent nivel moderat al stării de bine (87,50%). Un număr mic de adulți se caracterizează prin nivel ridicat al stării de bine (12,50%). Definitorii pentru adulții cu nivel ridicat al stării de bine sunt următoarele caracteristici: o stare bună de sănătate, capacitate de adaptare la schimbări, relații fericite și armonioase cu cei din jur, apartenență la grup, scopuri și obiective realiste și realizabile, o stimă de sine ridicată și adecvată. Conform dimensiunii de gen, femeile dau dovadă de un nivel mai ridicat al stării de bine.

Starea de bine la adulți este asociată cu următoarele caracteristici de personalitate: caracter calm, sinceritate, emotivitate, sociabilitate și extraversiune – introversiune.

Bibliografie:

1. COJOCEA, M., PETCU, I., MILĂȘAN, A. *Starea de bine a profesorilor și elevilor: resurse, impact și idei practice*. București: Edumi.ro. 391 p. ISBN 978-9733-034588-9.
2. RACU, Iu., DAMASCHIN, C. Starea de bine la adolescenți. In: *Acta et Commentationes Science of Education*. 2023, nr. 31, pp. 147-156. ISSN 1857-0623.
3. RACU, Iu., MELNICIUC, G. Bunăstarea psiho-emoțională a adolescenților în contextul noilor realități. In: *Psihologie. Pedagogie specială. Asistență socială*. 2021, nr. 1 (62), pp. 121-129. ISSN 1857-0224.
4. RACU, Iu., SOROCHIN, E. Corelatele psihologice ale stării de bine. In: *Învățământul superior: tradiții, valori, perspective*. Materialele conferinței științifice internaționale. Chișinău: CEP UPS „Ion Creangă”, 2023, pp. 167-173. ISBN 978-9975-46-816-9.
5. SZENTAGOTAI-TĂTAR, A., DANIEL, D. *Tratat de psihologie pozitivă*. Iași: Polirom, 2017. 339 p. ISBN 978-973-46-6234-0.