

MATURITATEA PERSONALĂ ÎN ASIGURAREA SECURITĂȚII INDIVIDUALE

Aliona BIVOL*

<https://orcid.org/0000-0003-4560-8530>

CZU 159.92

Rezumat: *O persoană matură este conștientă de sine, înțelege nevoile, valorile, scopurile sale, gestionează propriul comportament, ia decizii adecvate. Maturitatea personală are o serie de componente. Componentele maturizării personale Autoaprecierea și Relaționarea interpersonală se manifestă prin nivel inferior. Persoanele care sunt echilibrate emoțional au o motivație înaltă de acțiune și manifestă o autoapreciere sănătoasă. Creșterea gradului de autoapreciere atrage același nivel de motivare de realizare. Controlul redus al emoțiilor determină nivel inferior de relaționare interpersonală. Componentele maturității psihologice ajută la formarea sistemului de securitate individuală.*

Cuvinte-cheie: maturitate personală, control al emoțiilor, autoapreciere, motivație de realizare, relații interpersonale, maturitate generală.

PERSONAL MATURITY IN ENSURING INDIVIDUAL SECURITY

Abstract: *A mature person is self-aware, understands his needs, values, goals, manages his own behavior, makes appropriate decisions. Personal maturity has a number of components. The components of personal maturation Self-appreciation and Interpersonal Relationship are manifested by lower level. People who are emotionally balanced have a high motivation for action and show a healthy self-esteem. Increasing the degree of self-esteem attracts the same level of achievement motivation. Reduced control of emotions determines a lower level of interpersonal relationships. The components of psychological maturity help to form the individual security system.*

* Aliona BIVOL, doctor în psihologie, conferențiar universitar, Academia „Ștefan cel Mare” a MAI, bivalas12@gmail.com

Keywords: personal maturity, control of emotions, self-esteem, achievement motivation, interpersonal relations, general maturity.

Maturitatea personală, fiind un proces continuu de dezvoltare, implică creșterea și evoluția aspectelor psihologice care au impact în multiple aspecte ale vieții. Aceasta include dezvoltarea emoțională, intelectuală și spirituală, precum și gestionarea responsabilităților și relațiilor interpersonale.

O persoană matură este conștientă de șine, înțelege nevoile, valorile și scopurile sale. Cheia construirii și menținerii relațiilor sănătoase cu ceilalți constă în demonstrarea maturității comunicării și inteligenței emoționale. Capabil să se adapteze la schimbări, să învețe din experiențe și să dezvolte abilități și competențe pentru a atinge potențialul maxim, individul denotă o maturitate înaltă. Dovedind aceste caracteristici psihologice îi permite să dezvolte o securitate individuală.

Problema maturității psihologice a unei persoane este abordată în psihologie de C. Rogers, A. Maslow, E. Fromm, F. Perls, E. Erickson, B. Ananiev.

Există câteva aspecte importante ale maturității personale pe care C. Rogers (2014) le consideră cruciale. În primul rând, el subliniază importanța autenticității și sincerității în relații. O persoană matură este capabilă să fie deschisă și să-și exprime în mod sincer gândurile și sentimentele, fără a se ascunde în spatele unei măști sau a unor aparențe false. De asemenea, pune accent pe dezvoltarea unei încrederi și stime de sine sănătoase. Maturitatea este exprimată de înțelegerea și acceptarea limitelor și greșelilor, dar și de încrederea în abilitățile și capacitățile pentru a face față provocărilor vieții. O altă componentă a maturității personale, conform lui C. Rogers, este capacitatea de a-și asuma responsabilități și de a lua decizii înțelepte și bazate pe documentare. Totodată oamenii maturi dispun de un potențial înalt de înțelegere și împărtășire a sentimentele și emoțiile în mod echilibrat în relațiile interpersonale.

În ceea ce privește maturitatea personală, în opinia lui A. Maslow (2013), este influențată de satisfacerea progresivă a nevoilor umane la fiecare nivel al ierarhiei. Așadar, pentru a ajunge la un nivel de maturitate personală, indivizii trebuie să-și înfăptuiască mai întâi nevoile de bază, cum ar fi nevoia de hrană, adăpost și securitate. Prin îndeplinirea succesivă a ne-

voilor va ajunge la următoarele nivele al piramidei precum: apartenență și dragoste, stimă de sine și respect de sine recunoaștere din partea celorlalți. Nivelul trei al ierarhiei este important în dezvoltarea maturității personale, deoarece individul începe să își construiască o imagine de sine pozitivă și încredere în propriile abilități. Securitatea individuală este o nevoie foarte stridentă în trecerea la alt nivel de nevoi. Autoactualizarea este considerată a fi punctul culminant al maturității personale și include dezvoltarea personală și formarea relațiilor interpersonale sănătoase.

E. Erikson (1996) a elaborat teoria dezvoltării psihosociale, care se concentrează pe diferitele etape de evoluție a omului prin care trece pe parcursul vieții. El a subliniat importanța dezvoltării unei identități coerente și a maturității emoționale, fiind asemuită cu maturitatea psihologică.

Dezvoltarea cognitivă a omului este analizată prin prisma maturității de către J. Piaget (1965). El a studiat modul în care gândirea și raționamentul se dezvoltă pe parcursul vieții și a subliniat importanța capacității de a gândi logic și abstract în maturitatea cognitivă.

R. Kegan (1982) a fondat teoria dezvoltării subiective, care explorează modul în care gândirea și conștiința se dezvoltă pe parcursul vieții și procedura de a atinge niveluri superioare de maturitate și înțelegere de sine.

Cercetătorul F. Golu (2010) adaugă în lista de indicatori ai maturității psihologice pe lângă: a oferi și a primi iubire, a fi sociabil, a avea prieteni, a relaționa, a fi devotat, a te dărui, a fi generativ și productiv, a fi capabil de autorealizare, a îndrăzni și rezolvare a succes a crizelor copilăriei și adolescenței.

I. Ghilbuh (1994) a adus contribuții importante în înțelegerea și promovarea maturității personale. Potrivit lui maturitatea personală este rezultatul unei atitudini active și conștiente față de propria dezvoltare. El susține că maturitatea nu este doar o chestiune de vârstă cronologică, ci mai degrabă un proces de învățare și creștere care implică o introspecție profundă și o conștientizare a sinelui. I. Ghilbuh consideră că maturitatea personală implică o integrare armonioasă a diferitelor aspecte ale vieții noastre: emoțională, intelectuală, socială și spirituală. În opinia lui persoana matură este capabilă să își controleze emoțiile și să se adapteze la diverse situații, să gândească critic, să ia decizii judicioase, să interacționeze eficient cu ceilalți și să găsească sensul și scopul în viață.

Un alt aspect important evidențiat de autor este dezvoltarea unei stime de sine sănătoase și echilibrate. El subliniază că oamenii maturi au încredere în sine și își creează un sistem de securitate, sunt deschiși la schimbare și la acceptarea greșelilor, eșecurilor. Maturitatea personală presupune responsabilitatea pentru propriile acțiuni și alegeri, precum și respectul față de ceilalți și reprezintă un proces continuu de autodezvoltare și autoevaluare.

Din cele menționate mai sus se atestă că maturitatea personală și securitatea individuală sunt strâns legate și se influențează reciproc. Pe măsură ce o persoană devine mai matură și înțeleaptă, are mai multe șanse să ia decizii eficiente, care să îi asigure securitatea pe termen lung. În același timp, sentimentul de securitate oferă un cadru stabil și sigur în care o persoană să se dezvolte și să-și exploreze potențialul.

Securitatea individuală se referă la sentimentul de siguranță și protecție pe care fiecare îl caută în viață. Aceasta include atât protecția fizică, cât și cea emoțională și financiară și totodată, scoate în evidență capacitatea de a evita pericolele sau amenințările, de a proteja propria integritate și bunăstare. Referindu-mă la cercetătorii psihologi care au cercetat problema securității individuale se evidențiază o legătură strânsă cu formarea maturității individuale.

J. Bowlby (1971) cunoscut pentru teoria atașamentului explorat modul în care securitatea atașamentului în primii ani de viață influențează dezvoltarea și bunăstarea emoțională ulterioară.

Un aport considerabil în cercetarea securității individuale l-a adus M. Seligman (2015). El a studiat conceptul de securitate psihologică și a dezvoltat teoria învățării de a fi neajutorat sau învățării de a fi ajutat, care explorează modul în care oamenii percep și răspund la situații de insecuritate. Ela observat că în fața unor situații dificile sau amenințătoare, unii oameni tind să dezvolte un sentiment de neputință și ajung să creadă că nu pot întreprinde nimic pentru a schimba situația (învățarea de a fi neajutorat). În schimb alții caută soluții și găsesc sprijin pentru a face față situațiilor dificile (învățarea de a fi ajutat).

Totodată M. Seligman a evidențiat rolul relațiilor interpersonale sănătoase în promovarea bunăstării și a securității individuale. Legăturile sociale puternice și sprijinul emoțional din partea celorlalți pot contribui la creșterea sentimentului de securitate și la dezvoltarea unei stime de sine pozitive.

Scopul lucrării. Studiarea nivelului maturității personale la viitorii funcționari de drept în asigurarea securității individuale.

Metodologia cercetării. Maturitatea personală a fost investigată prin chestionarul lui I. Ghilbuh (1994), care include 33 de itemi, ce reflectă componentele maturității psihologice. Chestionarul a fost realizat într-un grup de tineri cu vârsta cuprinsă între 21-22 ani, viitori specialiști din domeniul dreptului. Au participat la testare 68 studenți.

Conform probei de evaluare a maturității a lui I. Ghilbuh (1994) manifestarea ei depinde de condițiile specifice în care persoana a crescut. Maturitatea este rezultatul dezvoltării biologice, dar și asimilarea normelor morale, principiilor comunicării interpersonale, comportamentului în echipă, evoluării psihologice, sociale etc.

În opinie autorului maturizarea personală, cuprinde cinci componente:

1. Motivația de realizare. Acest termen se referă la orientarea generală a activității individului către scopuri semnificative de viață, dorința de autorealizare completă, independență, inițiativă, de a conduce, de a obține rezultate înalte în acțiunile întreprinse.

2. Autoaprecierea - reprezintă atitudine față de sine. Această scală evaluează personalitatea în funcție de caracteristicile psihologice, precum: încrederea în abilitățile sale, satisfacția de capacitățile deținute, temperament și caracter, cunoștințe. În același timp, această componentă implică un parametru atât de esențial al comportamentului precum stima de sine, autoaprecierea, modestia, respectul față de ceilalți.

3. Sentimentul datoriei civice. Respectivul concept este asociat cu o serie de calități precum: patriotismul, interesul pentru fenomenele vieții socio-politice, simțul responsabilității profesionale, nevoia de comunicare, lucru în echipă.

4. Comportament judicios, control al emoțiilor. În structura acestei componente sunt incluse: înțelegerea relativității a tot ceea ce există, predominarea intelectului asupra emotivității, echilibrul emoțional, prudența (spre deosebire de impulsivitate).

5. Abilitatea de relaționare interpersonală - include calități personale ca: bunăvoința față de oameni, empatia, capacitatea de a asculta, nevoia de apropiere spirituală față de ceilalți oameni.

Rezultatele acumulate din implementarea probei standardizate a auto-rului au fost analizate, prelucrate statistic și scoase în evidență maturitatea generală și componentele ei.

Tabelul 1. Distribuirea respondenților conform componentelor maturizării personale

Componente	Nivel	Nr respondenți	%
1.Motivație de realizare	Foarte înalt	4	6
	Înalt	25	37
	Mediu	32	47
	Inferior	7	10
2. Autoapreciere	Foarte înalt	0	0
	Înalt	3	4
	Mediu	16	24
	Inferior	49	72
3. Sentimentul datoriei civice	Foarte înalt	5	7
	Înalt	19	28
	Mediu	17	25
	Inferior	27	40
4. Comportament rațional, control al emoțiilor	Foarte înalt	0	0
	Înalt	13	19
	Mediu	33	48
	Inferior	22	32
5.Relăționare interpersonală	Foarte înalt	0	0
	Înalt	8	12
	Mediu	12	18
	Inferior	48	70
Maturizare personală generală	Foarte înalt	5	7
	Înalt	32	47
	Mediu	22	32
	Inferior	9	13

Din toți 68 chestionați, cei mai mulți – 47% au o maturizare personală generală la nivel Înalt, iar 13% - nivel Inferior. Analiza componentelor maturizării personale denotă că Autoaprecierea și Relăționarea interpersonală sunt manifestate de cei mai mulți respondenți la nivel Inferior, respectiv – 72% și 70%. Din 5 componente, Controlul emoțiilor și Motivația de

realizare s-au repartizat la cota Medie. Nivel foarte înalt de dezvoltare au demonstrat doar 6% respondenți la componentele Motivația de realizare și Sentimentul datoriei civice.

Tabelul 2. Dependența componentelor de maturizarea personală generală

Maturizare personală generală		Componentele maturizării personale				
Nivel	Număr, %	Nivele	Motivație de realizare nr,%	Auto-apreciere nr,%	Comportament rațional, control al emoțiilor nr,%	Relaționare interpersonală nr,%
Foarte înalt	5(7%)	Foarte înalt	1 (20%)	0		
		Înalt	4(80%)	1(20%)	1(20%)	2(40%)
		Mediu		3(60%)	4(80%)	2(40%)
		Inferior		1(20%)		1(20%)
Înalt	32(47%)	Foarte înalt	3(9%)	0		
		Înalt	18(56%)	2(6%)	10(31%)	4(12%)
		Mediu	10(31%)	11(34%)	18(56%)	7(22%)
		Inferior	1(3%)	19(59%)	4(12%)	21(66%)
Mediu	22(32%)	Foarte înalt	0			
		Înalt	2(9%)		2(9%)	2(9%)
		Mediu	18(82%)	2(9%)	10(45%)	3(14%)
		Inferior	2(9%)	20(91%)	10(45%)	17(77%)
Inferior	9(13%)	Foarte înalt	0	0		
		Înalt	1(11%)	0		
		Mediu	4(44%)	0	1(11%)	
		Inferior	4(44%)	9(100%)	8(88%)	9(100%)

Din tabelul 2 se denota că cei care au exprimat grad Foarte înalt de maturizare personală manifestă Autoapreciere și Comportament rațional, control al emoțiilor la nivel Mediu, respectiv, 60% și 80% respondenți. Din 5 persoane distribuite la cel mai înalt nivel de maturizare generală,

componenta Motivație de realizare s-a evidențiat la cota Înaltă - 80% din ei. Persoanele cu maturizare personală generală Înaltă (32 testați), 56% - denotă Motivație de realizare Înaltă, pe când Autoaprecierea - 59% și Relaționarea interpersonală - 66% respondenți se manifestă la o poziție Inferioară, iar Comportamentul rațional, control al emoțiilor – la rangul Mediu de către 56% chestionați. Din 22(32%) atribuiți la treapta Medie de maturizare personală generală, cei mai mulți – 91% și 82% au exprimat Autoapreciere și Motivație de realizare la cota Inferioară. Respondenții - 9 (13%) cu maturizare generală redusă se distribuie de asemenea, la poziția cea mai mică la componentele Autoaprecierea, Relaționarea interpersonală și control al emoțiilor.

Psihologii A. Maslow, C. Dweck, R. Lazarus au demonstrat că există o legătură puternică între manifestarea emoțiilor și motivația de acțiune. Un control eficient al emoțiilor poate spori motivația întrucât permite gestionarea stărilor negative, cum ar fi frica, anxietatea sau furia, care pot afecta determinarea și voința de a atinge obiectivele. În același timp, controlul emoțiilor generează stabilitate în gestionarea acțiunilor pentru a obține succesul dorit. Pe de altă parte, motivația poate influența controlul emoțiilor, deoarece o persoană cu o motivație accentuată va fi mai hotărâtă să depună efort pentru a învăța, exersa să-și controleze emoțiile în mod eficient.

Reieșind din aceste afirmații am analizat corelația statistică a rezultatelor la componenta Comportamentul judicios, control al emoțiilor cu componenta Motivație de realizare. Coeficientul de corelație denotă o asociere medie pozitivă de $r=+0,41$ cu $p<0,05$, ceea ce evidențiază că persoanele care sunt calculate emoțional au o motivație înaltă de acțiune.

Controlul emoțiilor și autoaprecierea se condiționează reciproc. Reușita în gestionarea emoțiilor în mod adecvat impulsionează dezvoltarea unei autoaprecieri adecvate.

Controlul emoțiilor presupune capacitatea de a identifica, înțelege și gestiona propriile emoții și reacții emoționale în diverse situații. Pe de altă parte, autoaprecierea presupune evaluarea și recunoașterea propriei valori și competențe, ceea ce stă la baza gestionării eficiente a emoțiilor și sentimentelor. Controlul emoțiilor și autoaprecierea se întăresc reciproc. Cu cât controlul emoțiilor este mai avansat cu atât, cu atât crește autoaprecierea. La rândul său, cu cât autoaprecierea se manifestă corespunzător, cu

atât se majorează cota gestionării emoțiilor într-un mod sănătos și eficient.

Analiza datelor conform coeficientului de corelație la componenta Comportamentul judicios bazat pe stabilitate emoțională cu componenta Autoapreciere este pozitiv moderată, fiind calculată $r=+0,4$; $p<0,05$. Persoanele ce denotă echilibru emoțional manifestă o autoapreciere adecvată. Putem conchide că odată cu majorarea nivelului de control al emoțiilor crește și cel al aprecierii adecvate.

A. Maslow, C. Rogers, E. Deci și R. Ryan, C. Dweck, A. Bandura au dezvoltat teorii care explică existența unei relații reciproce între motivație și autoapreciere. Persoana cu o înaltă autoapreciere este mai motivată să-și atingă obiectivele și să îmbunătățească performanța. Având un nivel ridicat de încredere în propriile forțe și abilități, un individ este predispus să depună efort pentru a atinge scopurile din viață. Pe de altă parte, o autoapreciere scăzută poate duce la o lipsă de motivație și încredere în sine, ceea ce poate împiedica atingerea obiectivelor și progresul personal.

În tabelul următor se prezintă rezultatele dependenței componentelor motivare de realizare și autoapreciere.

Tabelul 3. Coraportul dintre motivație de realizare și autoapreciere

Motivație de realizare		Autoapreciere		Pearson, r
Nivel	Număr	Nivel	Nr, %	
Foarte înalt	4(6%)	Foarte înalt		+0,06
		Înalt	1 (25%)	
		Mediu	3(75%)	
		Inferior		
Înalt	25(37%)	Foarte înalt		
		Înalt	1(4%)	
		Mediu	11(44%)	
		Inferior	13(52%)	
Mediu	32(47%)	Foarte înalt		
		Înalt	2(6%)	
		Mediu	3(9%)	
		Inferior	27(84%)	
Inferior	7(10%)	Foarte înalt		
		Înalt		
		Mediu	1(14%)	
		Inferior	6(85%)	

Persoanele cu nivel mediu de motivație au autoapreciere inferioară - 84% din respondenți. Intervievații 25(37%) cu grad Înalt de motivație, cei mai mulți - 13(52%) au o autoapreciere inferioară. Relația statistică dintre aceste componente evidențiază o direcție pozitivă ne semnificativă, prin urmare creșterea gradului de autoapreciere atrage același nivel de motivație de realizare.

Manifestarea unui echilibrul emoțional în relațiile interpersonale asigură un contact psihologic și o comunicare eficientă.

Echilibrul emoțional joacă un rol esențial în menținerea și dezvoltarea relațiilor sănătoase (D. Goleman, J. Gottman, H. Lerner). Controlul emoțiilor are impact în comunicare, manifestarea empatiei, ceea ce dezvoltă o conexiune profundă și consolidează relațiile.

Tabelul 4. Coraportul dintre comportament judicios, control al emoțiilor și relații interpersonale

Comportament judicios, control al emoțiilor		Relații interpersonale		Pearson, r
Nivel	Număr	Nivel	Nr, %	
Foarte înalt	0	Foarte înalt		+0,05
		Înalt		
		Mediu		
		Inferior		
Înalt	13	Foarte înalt		
		Înalt	8(61%)	
		Mediu	5(39%)	
		Inferior		
Mediu	33	Foarte înalt		
		Înalt	6(18%)	
		Mediu	12(36%)	
		Inferior	15(45%)	
Inferior	22	Foarte înalt		
		Înalt		
		Mediu	2(9%)	
		Inferior	20(91%)	

Din analiza tabelului 4 se desprinde că acei respondenți care exprimă control redus al emoțiilor, se exteriorizează în relații interpersonale la nivel

inferior. Din categoria de persoane cu nivel mediu al echilibrului emoțional, cei mai mulți - 15(45%) au demonstrat inferioritate în relaționare. Coeficientul de corelație dintre componentele controlul emoțiilor și manifestarea relațiilor interpersonale este nesemnificativ pozitiv $r=+0,05$, $p<0,05$.

Gestionarea și controlul emoțiilor generează o apreciere adecvată a situației stresante sau dificile, ceea ce asigură o securitate individuală eficientă. Demonstrarea încrederii în sine condiționează trecerea peste provocări și eventuale pericole sau amenințări. Un echilibru emoțional sănătos contribuie la creșterea securității individuale, în timp ce o securitate individuală solidă contribuie la menținerea unui emoțional sănătos. Securitatea individuală este puternic impulsionată de maturizarea psihologică a individului. Componentele maturității personale îi permit persoanei să aprecieze adecvat situațiile, să ia decizii corecte, să formeze relații interpersonale și contact psihologic, să manifeste încredere și stimă de sine, ca urmare să-i creeze propria sistemă de securitate individuală.

Concluzii:

1. Nivelul înalt de maturizare personală generală este predominant.
2. Componentele maturizării personale - Autoaprecierea și Relaționarea interpersonală, se manifestă prin nivel inferior.
3. Persoanele care sunt echilibrate emoțional au o motivație înaltă de acțiune.
4. Persoanele care denotă echilibru emoțional manifestă o autoapreciere adecvată.
5. Creșterea gradului de autoapreciere atrage același nivel de motivare de realizare.
6. Controlul redus al emoțiilor determină nivel inferior de relaționare interpersonală.
7. Componentele maturității psihologice îi permit persoanei să formeze propria sistemă de securitate individuală.

Referințe bibliografice:

1. Golu F., Psihologia dezvoltării umane, București, 2010.
2. Losfi E., Psihologia tânărului, adultului și vârstnicului, Chișinău, 2018.

3. Roger C., A deveni o persoană. Perspectiva unui terapeut, București, 2014.
4. Piaget J., Psihologia inteligenței, București, 1965.
5. Dweck C., Mentalitatea învingătorului, București, 2013.
6. Seligman M., Fericirea autentică, București, 2015.
7. Maslow, A., Motivatie și personalitate, București, 2013.
8. Bowlby J., Attachment. Attachment and Loss. Vol. I, London, 1969.
9. Lazarus R., Toward a cognitive theory of emotions // M, Arnold (ed.), Feelings and Emotions. N. Y., 1970.
10. Ryan, R. M., & Deci, E. L., Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being, *American Psychologist*, 55(1), 2000, 68–78.
11. Кеган Р., Эволюционирующая личность: проблемы и процессы в человеческое развитие, Кембридж, Массачусетс, 1982.
12. Тест-опросник личностной зрелости: брошюра / ред. Ю.З. Гильбух, Киев, НППЦ Психодиагностика и дифференцированное обучение, 1994, с. 24.
13. Эриксон Э., Восемь стадий человеческой жизни, М., Когитоцентр, 1996, 116 с.