

**ADAPTABILITATEA PSIHOSOCIALĂ ȘI STIMA
DE SINE A ADOLESCENȚILOR**

Oxana PALADI

CZU: 159.922.8 + 316.6

paladi.oxana@mail.ru

Fiecare ființă umană este o individualitate unică și irepetabilă, care, în raport cu potențialitățile înnăscute și cu calitatea educației, parcurgând diferite niveluri de vârstă, se maturizează, devenind o personalitate cu trăsături specifice [1].

În procesul de adaptare psihosocială, individul tinde să obțină o armonie, între condițiile de viață și activitatea internă și externă. Pe măsura realizării acestei armonii, crește gradul de adaptabilitate al individului. În cazul unei adaptabilități totale, se obține caracterul adecvat al activității psihice a individului în condițiile date ale mediului și ale activității sale în anumite situații sau altele. Adaptarea psihosocială apare și ca un mijloc de protecție a individului, cu ajutorul căruia se relaxează și se elimină tensiunea psihică internă, neliniștea, stările destabilizatoare, care apar la individ în cazul interacțiunii cu alte persoane, cu societatea în ansamblu [2].

Referindu-se la conceptul de adaptare, C. Enăchescu evidențiază că raporturile persoanei cu ceilalți sau cu lumea sunt esențiale, iar de natura și modalitatea lor de realizare depind într-o măsură considerabilă echilibrul sufletesc intern al individului, precum și acordul extern al acestuia cu lumea. Adaptarea este rezultatul raportului individului cu lumea [3].

A. Adler afirmă că dezvoltarea personalității este condiționată de factorii socioculturali, accentuând importanța influențelor educative în formarea Eului. Influențele sociale se concretizează în plan psihocomportamental, în două aspecte: adaptarea – modificarea variabilelor personale în funcție de mediu; modelarea – modificarea variabilelor de mediu în funcție de configurația personală [4].

De obicei, psihologia tradițională tratează conținutul și procesele psihice din trei perspective: cognitivă, afectivă și comportamentală. Încă de la începuturile sale, cogniția socială a pus accentul pe

aspectele cognitive ale eului și a propus termenul „concept de sine”. În anii '80, când cercetările legate de eu în cogniția socială au luat amploare, prima sarcină a cercetătorilor a fost aceea de a stabili care este conținutul conceptului de sine. Din punct de vedere cognitiv, conceptul de sine este format din totalitatea informațiilor despre propria persoană, incluzând aici atât informații legate de propria personalitate, aspectele fizice ale propriei persoane, dar și aspecte legate de statutul social. Conceptul de sine a fost însă studiat și din punct de vedere afectiv. Astfel, în concepțiile autorului A.Neculau, stima de sine (evaluare afectivă globală a propriei persoane) și atitudinile față de sine (evaluare afectivă în situații specifice ale propriei persoane) sunt componente afective ale conceptului de sine [5].

Cercetările autorilor Hayslip și Panek (1993) au arătat că relația dintre experiențele din copilărie, iar apoi cele din timpul vieții adulte și *conceptul de sine* este reciprocă; cele două noțiuni se influențează și afectează reciproc. P.Iluț (2001) afirmă că atitudinea față de sine, evaluarea în termeni axiologici a caracteristicilor pe care crezi că le deții, adică a cât de mult te prețuiești pe tine însuși, au un conținut psihospiritual captat în și consacrat prin sintagma „stima de sine”. Stima de sine este un element-cheie al sistemului personalității și al comportamentelor interpersonale și sociale ale indivizilor, astfel că ea a devenit obiectivul principal al acțiunilor psihologice, în particular al celor psihopedagogice, susțin autorii Cernat (2005) și Meyer (2008). Nivelul stimei de sine afectează puternic performanțele în toate activitățile, mecanismul circularității cauzale funcționând aici accentuat. Cei cu o înaltă apreciere de sine au o mai mare încredere, se mobilizează mai mult și reușesc mai bine, ceea ce consolidează părerea bună despre sine. Dimpotrivă, stima de sine scăzută crește riscul insucceselor, determinând astfel o părere și mai negativă despre propria persoană. Așadar, cercul vicios s-a instalat din plin, fiind greu demontabil. Mai mult, autorii Mall și Horowitz (1995) au constatat că în timp ce indivizii cu o ridicată stimă de sine își interpretează succesele în moduri diferite, apelând la o gamă largă de atribuiri, și se comportă mai variat, cei cu o stimă de sine scăzută au comportamente și autoatribuiri mai restrânse și deci mult mai previzibile [1].

ȘTIINȚE SOCIALE

Psihologie, științe ale educației, sociologie și asistență socială

Stima de sine este definită ca fiind evaluarea globală a valorii proprii în calitate de persoană. Este vorba de evaluarea pe care o persoană o face cu privire la propria sa valoare, cu alte cuvinte, asupra gradului de mulțumire față de propria persoană. M. Rosenberg definește stima de sine ca o sinteză cognitivă și afectivă complexă. El consideră că stima de sine dictează atitudinea mai mult sau mai puțin bună a individului față de propria persoană. R. Baumeister definește stima de sine folosind termeni sinonimi ca: mândrie, egoism, aroganță, narcisism, un fel de superioritate. Modelul construit de Ch. Cooley și M. Mead conform căruia o atitudine pozitivă din partea celor din jur este un determinant important pentru stima de sine a fost validat prin cercetări empirice. Se raliază acestei opinii și J. Codol care susține că stima de sine este elaborată social plecând de la evaluările făcute de cei din jur, evaluări pe care individul le interiorizează. Valorizarea propriei persoane are la bază percepția individului asupra evaluărilor pe care le primește de la cei din jur. Stima de sine reprezintă o evaluare pe care o facem despre noi înșine și care poate avea diferite forme (globale sau multidimensionale, de stare sau dispoziționale, personale sau colective). M. Rosenberg (1979) face distincția dintre stima de sine ridicată (pozitivă) și stima de sine scăzută (negativă). J. Lutanen și B. Crocker (1992) vorbesc de stima de sine personală – cu trimitere la evaluarea subiectivă a atributelor care îi sunt proprii, specifice individului, și stima de sine colectivă – cu trimitere la judecăți de valoare asupra caracteristicilor grupului sau grupurilor cu care persoana se identifică [apud 6].

Din cele expuse, putem concluziona că stima de sine este una dintre dimensiunile fundamentale ale personalității noastre, fiind totodată un fenomen discret, impalpabil, complex, de care poate că nu suntem întotdeauna conștienți, dar care ne influențează contextele cele mai concrete ale vieții cotidiene și starea de bine.

În scopul determinării relațiilor dintre adaptabilitatea psihosocială și stima de sine a adolescenților, au fost valorificate următoarele metode: 1. Chestionarul de diagnosticare a adaptării psihosociale (C. Rogers și R. Dymond); 2. Chestionarul *Stima de sine* (M. Rosenberg). Eșantionul cercetării a fost alcătuit din 2029 de

adolescenți. Acesta a fost construit și având în vedere necesitățile de a determina relațiile dintre adaptarea psihosocială și stima de sine.

Aplicând *Chestionarul de diagnosticare a adaptării psihosociale* (C.Rogers și R. Dymond) am determinat nivelurile de dezvoltare a adaptării psihosociale și a componentelor: adaptabilitate psihosocială; dezadaptabilitate psihosocială; mitomanie; acceptare de sine; neacceptarea de sine; acceptarea celorlalți; neacceptarea celorlalți; confort emoțional; disconfort emoțional; control intern; control extern; dominare; supunere; evitarea problemelor. Rezultatele pentru componenta adaptabilitate sunt prezentate în Tabelul 1.

Tabelul 1

Nivelurile de dezvoltare a adaptabilității psihosociale

Factori	Niveluri	Frecvența	%
Adaptabilitate	înalt	101	5,0
	mediu	1908	94,0
	scăzut	20	1,0

După cum observăm din Tabelul 1, doar 5,0% dintre adolescenții investigați prezintă nivel înalt de adaptabilitate psihosocială. Un procent mare de subiecți (94,0%) prezintă nivel mediu de adaptabilitate psihosocială, iar nivelul scăzut de adaptabilitate psihosocială— este caracteristic pentru 20 de subiecți, ceea ce reprezintă 1,0% din întreg eșantionul.

Pentru determinarea nivelului stimei de sine am aplicat *Chestionarul Stima de sine* (M. Rosenberg). Rezultatele sunt prezentate în tabelul 2.

Tabelul 2

Nivelurile de dezvoltare a stimei de sine

Factori	Niveluri	Frecvența	%
Stima de sine	înalt	330	16,3
	mediu	1676	82,6
	scăzut	23	1,1

Analizând rezultatele prezentate în Tabelul 2, observăm că 16,3% din numărul total de adolescenți chestionați au înregistrat nivel înalt al

ȘTIINȚE SOCIALE

Psihologie, științe ale educației, sociologie și asistență socială

stimei de sine, 82,6% – nivel mediu, iar 1,1% dintre adolescenți au înregistrat nivel scăzut pentru acest factor.

Conform demersului cercetării, prezentăm indicii coeficientului de corelație privind identificarea relației dintre adaptabilitatea psihosocială și stima de sine (Tab. 3).

Tabelul 3

Relația dintre adaptabilitatea psihosocială și stima de sine, N=2029

<i>Factori</i>	<i>Adaptabilitatea psihosocială</i>	
	<i>Coeficientul de corelație (r)</i>	<i>Pragul de semnificație (p)</i>
Stima de sine	0,351**	0,000

Analizând rezultatele prelucrării statistice prezentate în Tabelul 3, evidențiem corelații pozitive semnificative între adaptabilitatea psihosocială și stima de sine ($r=0,351^{**}$; $p=0,000$). Astfel constatăm o relație direct proporțională între variabilele cercetării enumerate, și anume, cu cât crește nivelul adaptabilității psihosociale, cu atât crește și nivelul stimei de sine al adolescenților.

În concluzie, menționăm importanța dezvoltării adaptabilității psihosociale și a stimei de sine la vârsta adolescenței, acestea fiind în calitate de premise pentru dezvoltarea armonioasă a personalității și adaptarea eficientă în mediul social.

Referințe:

1. ILUȚ, P. (coord.) *Dragoste, familie și fericire: spre o sociologie a seninătății*. Iași: Polirom, 2015. 339 p. ISBN 978-973-46-5124-5.
2. KRĂSIKO, V.G. *Psihologia socială*. Trad. V. POLEANU. București: Europress Group, 2007. 265 p. ISBN 978-973-88127-5-8.
3. ENĂCHESCU, C. *Tratat de igienă mintală*. Ed. a 2-a. Iași: Polirom, 2004. 408 p. ISBN 973-681-746-6.
4. ADLER, A. *Cunoașterea omului*. București: Iri, 1996. 141 p. ISBN 973-97229-6-2.
5. NECULAU, A. *Manual de psihologie socială*. Iași: Polirom, 2004. 352 p. ISBN 973-681-759-8.
6. PALADI, O. *Conștiința de sine și sistemul de valori ale adolescentului*. Chișinău: Print-Caro, 2013. 223 p. ISBN 978-9975-48-061-1.