

<https://doi.org/10.52387/1811-5470.2023.1.12>
 CZU: 159.942+37.025

METODE DE CERCETARE ȘI DEZVOLTARE A AFECTIVITĂȚII ELEVILOR¹

Mariana BATOG,
 cercetător științific,

Institutul de Cercetare, Inovare și Transfer Tehnologic
 al Universității Pedagogice de Stat „Ion Creangă” din Chișinău
 ORCID ID: 0000-0003-3310-2495

Rezumat. Acest articol prezintă metode de cercetare, cât și metode, tehnici psihologice de dezvoltare a afectivității elevilor din instituțiile de învățământ general. În acest context, este evidențiată definiția afectivității, sunt expuse unele probleme ce vizează afectivitatea elevilor din Republica Moldova, sunt nominalizate metode de cercetare a afectivității elevilor din ciclul primar, gimnazial, liceal. De asemenea, sunt enumerate și descrise modele, metode și tehnici pentru dezvoltarea abilităților emoționale ale elevilor, propuse recomandări psihologice.

Cuvinte cheie: afectivitate, metode de cercetare a afectivității, metode de dezvoltare a afectivității, tehnici psihologice, asigurarea activității psihologice.

RESEARCH AND DEVELOPMENT METHODS OF PUPILS AFFECTIVITY

Abstract. The article presents research methods, but also methods, psychological techniques for developing the affectivity of students in general education institutions. In this context, the definition of affectivity is presented, some problems concerning the affectivity of students from the Republic of Moldova, nominated methods of research on the affectivity of students in primary, secondary, high school. Also listed and described are models, methods and techniques for developing the emotional abilities of school children, proposed psychological recommendations.

Keywords: affectivity, methods of research of affectivity, methods of development of affectivity, psychological techniques, ensuring psychological activity.

Republica Moldova promovează o politică educațională racordată la politicile educaționale europene, relevantă pentru soluționarea problemelor, nevoilor actuale ale sistemului educațional și ale beneficiarilor acestuia. Printre multiplele probleme menționate în Proiectul *Strategia de dezvoltare „Educația 2030”* se constata agravarea stării de sănătate a populației influențată de pandemia COVID-19 și urmările generate de aceasta, inclusiv **starea de sănătate psihologică** [15, p.7]. Starea de sănătate fizică și psihoemoțională, precum și performanțele școlare și randamentul didactic al copiilor, elevilor și profesorilor s-a înrăutățit pe parcursul anului 2020 din cauza crizei pandemice COVID-19.

Actualmente, la nivel național se sesizează agravarea bunăstării psiho-emoționale a elevilor din varii motive. Conform studiilor, elevii din Republica Moldova raportează că sunt expuși mult mai frecvent, decât cei din majoritatea țărilor din regiune

hărțuielilor școlare (*bullying-ului*) [15, p.15]. Bunăstarea mintală generală se reduce odată cu creșterea copiilor, în special fetele fiind expuse riscului de înregistrare a unor rezultate slabe privind bunăstarea mintală, comparativ cu băieții. Totodată, în sistemul educațional se atestă problema insuficienței serviciilor psihologice și psihopedagogice în instituții.

Studiul „*Analiza situației copiilor și adolescenților din Moldova*”, realizat de UNICEF (2022), atestă faptul că problemele de sănătate au dus la o creștere a anxietății populației în general și a copiilor în special [18, p.26]. Bunăstarea emoțională a fost afectată negativ de pandemie și de măsurile de carantină atât în rândul adulților, cât și al copiilor. Tensiunea generală a crescut riscului violenței domestice, a violenței împotriva copiilor și adolescenților, în special a copiilor din medii vulnerabile.

În ultimii ani, un obiectiv prioritar al politicilor educaționale naționale și internaționale, inclusiv a

¹ Articolul este elaborat în cadrul proiectului *Bazele teoretice și metodologice ale asigurării activității psihologice în sistemul de învățământ general din perspectiva abordărilor societale contemporane*. Cifru: 20.80009.1606.10.

politicilor vizând sănătatea mintală, este preocuparea pentru starea de bine psiho-emoțională a copiilor și adolescenților [2, p.188]. Menținerea și consolidarea bunăstării psiho-emoționale (psycho-emotional wellbeing) a tuturor actorilor educaționali constituie scopul de bază al serviciului de asistență psihologică în sistemul de învățământ general.

Dezvoltarea emoțională și socială a elevilor la fel constituie obiective valoroase ale politicilor educaționale actuale. Dezvoltarea socială și emoțională sunt indicatori ai felului în care o persoană se adaptează la mediul său și face față schimbărilor din viața personală și socială [12, p.113]. Competențele emoționale în tandem cu cele sociale, reprezintă componente esențiale a procesului de învățământ în școala secolului XXI. Conform statisticilor, dezvoltarea competenței emoționale este de două ori mai importantă decât dezvoltarea abilităților tehnice sau intelectuale. Dezvoltarea competenței emoționale joacă un rol important în procesul de reglare și autoreglare emoțională, permite înțelegerea propriilor emoții și a trăirilor emoționale ale altor persoane, implică reducerea furiei și a stresului etc.

Dezvoltarea societății moderne presupune formarea personalităților active, independente, responsabile, cu spirit de inițiativă, orientate creativ. O resursă psihologică impunătoare a unei astfel de personalități în curs de dezvoltare permanentă, constituie echilibrul și stabilitatea pe **dimensiunea afectivă**.

În *Dicționarul de psihologie* conceptul de afectivitate este explicat ca fiind proprietatea subiectului de a resimți emoții și sentimente; ansamblul proceselor, stărilor și relațiilor emoționale sau afective [14, p.29]. Afectivitatea poate fi abordată ca fiind un ansamblu procesual între cinci elemente ce se caracterizează printr-un raport de interdependență. Noțiunea de afectivitate este prezentată ca fiind un construct psihologic integrator al stărilor afective elementare, emoțiilor, dispozițiilor, sentimentelor și pasiunilor. În alte opinii, afectivitatea reprezintă un ansamblu valorizat de transformări, care asigură elaborarea gradului de utilitate sau a valorii diferitelor situații posibile din planul extern sau intern al individului, în concordanță cu criteriile generale ale echilibrului [apud 1].

Afectivitatea a constituit un domeniu de interes al psihologilor practicieni și a cercetătorilor în diverse perioade de dezvoltare a psihologiei în context național, în special a sporit atenția specialiștilor psihologi pentru această tematică în perioada crizei pandemice și a condițiilor de război în Ucraina.

În Republica Moldova, în domeniul psihologiei s-au realizat multiple cercetări ce abordează varii

aspecte ale afectivității elevilor, dar și problemele emoționale ce apar în condiții sociale și educaționale diverse. Aceste tematici au fost reflectate în lucrările științifice valoroase de către specialiști în domeniul psihologiei și cercetători cum ar fi: C. Ețco, Iu. Fornea (2003) – elaborează un practicum la psihologia generală - o culegere de instrumente psihologice, în care sunt prezentate materiale metodologice inclusiv la sfera afectiv-volitivă a personalității [9, p.192]; A. Bolboceanu (2009) – analizează stările emoționale și atitudinile elevilor în procesul școlar [3, p.7]; Iu. Racu (2012) – descrie anxietatea socială la preadolescenți: abordări teoretice și modalități de intervenție [17, p.199]; O. Stamatina, L. Ciobanu (2014) – evidențiază strategiile de coping utilizate în situații de stres de către adolescenții din diferite instituții de învățământ [19, p.27]; S. Briceag (2017) – precizează specificul afectivității elevilor la diferite etape de vârstă [4, p.192], N. Bucun, R. Cerlat (2017) – abordează multiaspectual stabilitatea emoțională a cadrelor didactice din învățământul primar [5, p.82]; T. Turchină (2018) – remarcă abilitățile socioemoționale ca fiind o prioritate a educației secolului al XXI-lea [20, p.68]; V. Vrabii (2021) – explicitează fenomenul de reglare afectivă în procesul educațional [21] etc.

Aceste demersuri științifice vizează: particularitățile de dezvoltare ale afectivității elevilor; metodele de cercetare a afectivității, blocajele și dificultățile emoționale ce apar la diverse vârste, metodologiile de intervenție psihologică și recomandări aplicative.

În prezent, specialiștii psihologi manifestă un mare interes și utilizează frecvent în cercetările sale constructe psihologice semnificative referitoare la afectivitate, printre care se regăsesc următoarele: curajul emoțional, cultura emoțională, valori emoționale, maturizare afectivă, agilitate emoțională, competența emoțională, comunicare emoțională, învățare emoțională, disciplinare emoțională, confort emoțional, profil emoțional constructiv, inteligență emoțională, securitate emoțională etc.

Asigurarea activității psihologice cu referire la afectivitatea elevilor în sistemul de învățământ general reprezintă un complex de acțiuni coerent și fiabil, direcționat în scopul promovării bunăstării psiho-emoționale a elevilor în mediul educațional, crearea și menținerea unui climat favorabil procesului de învățare eficientă și dezvoltării personale, fiind fundamentat pe abordări sistematice, complexe și acmeologice.

Cercetările atestă că nu există suficient sprijin psihologic și psihosocial pentru micii școlari și pen-

tru preadolescenței, precum și pentru cadre didactice și părinți pentru a reacționa la incertitudinile privind viitorul, frica de necunoscut, provocările societale inevitabile. Sectorul de „Asistența psihologică a educației”, UPS „I. Creangă”, oferă o varietate de resurse teoretico-metodologice necesare pentru asigurarea activității psihologice în sistemul de învățământ general.

Astfel, a fost elaborat ghidul metodologic „*Asigurarea suportului metodologic la dimensiunea afectivă pentru învățământul primar și gimnazial*” (2022) – scopul căruia este diseminarea produselor științifice obținute în cadrul cercetărilor realizate în Sectorul „Asistența psihologică a educației”, UPS „Ion Creangă” cu privire la afectivitatea elevilor [1]. Ghidul prezintă repere teoretice, strategii, metode și instrumente aplicative, recomandări psihologice vizând dezvoltarea afectivității favorabile a școlărilor mici și a preadolescenților în context educațional și va constitui un suport fiabil pentru psihologii școlari.

În condițiile dezvoltării rapide a științei și a tehnologiei în contextul provocărilor societale majore, o reglementare și revizuire a conținuturilor psihologice și o valorificare, ajustare a metodelor psihologice devine necesară. Relația între știință și metodă, în opinia unor filosofi, constituie unul dintre cele mai importante mecanisme de acțiune ale consilierului educațional.

În prevenția/psihoprofilaxia dificultăților pe dimensiunea afectivă a elevilor pot fi utilizate *metodele socio-psihologice*. Printre metodele principale ale activității de psihoprofilaxie enumerăm: informarea, discuțiile de grup, exercițiile de training, jocurile de rol, metodele psihoterapeutice.

În scopul cercetării problemelor ce vizează afectivitatea elevilor se pot administra chestionarele și testele psihologice. Punctăm și descriem mai jos unele din aceste metode psihologice:

- ✓ **Chestionarul prezenței fricilor la copii (A.I. Zaharov)** - scopul căruia presupune depistarea fricilor la copii și adolescenți. În ansamblu există 29 de frici diferite în lista principală a chestionarului. Metoda dată poate fi administrată la copii de la 3 ani - la 16 ani [apud 1].
- ✓ **Metodica proiectivă „Cactus” (M. Panfilova)** - scopul căreia este examinarea sferei emoționale și de personalitate a copilului. Resursele necesare - o foaie de hârtie A4 și un creion simplu (creioane colorate). Metodica proiectivă „Cactus” este concepută pentru a lucra cu copii mai mari de 3 ani. Varianta **testului proiectiv M. Luscher** cu opt culori, este și ea o variantă posibilă. În tim-

pul desfășurării probei întrebările și explicațiile suplimentare nu sunt permise [apud 1].

- ✓ **Scala de diagnosticare a anxietății prin intermediul observării (R. Sirs)** are ca scop observarea manifestării semnelor de anxietate la copii/adolescenți. Vârsta beneficiarilor este de la 3 ani și poate fi aplicată și la adolescenți. Scala de anxietate elaborată de R. Sirs se bazează pe observarea copilului/adolescentului realizată de către un psiholog sau cadrul didactic. Se completează o fișă de observare pentru fiecare copil/adolescent separat. La procesarea rezultatelor, se calculează numărul de semne dintr-un total de 15. În cazul dacă se observă: 1-4 semne - anxietate ușoară; 5-6 semne - anxietate severă; 7 semne sau mai multe - anxietate ridicată. În această formă, tehnica este convenabilă pentru utilizarea practică, iar sensibilitatea sa depășește multe alte tehnici. Scala dată oferă posibilitatea de detalieri suplimentară a manifestărilor de anxietate la copii/adolescenți [22].
- ✓ **Chestionarul de reglare cognitivă a emoțiilor sau Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ)**. Chestionarul se poate administra preadolescenților, începând cu vârsta de 12 ani, cât și adolescenților. CERQ poate fi considerat un instrument confident și valoros pentru evaluarea riscului indivizilor cu tulburări de reglare emoțională, de a face față depresiei sau anxietății. Chestionarul a fost dezvoltat de N. Garnefski și colaboratorii săi, cu scopul de a crea un instrument specific pentru evaluarea *strategiilor cognitive de reglare a emoțiilor* și cuprinde 36 itemi. Chestionarul distinge nouă strategii cognitive de reglare, fiecare din ele se referă la ce s-ar gândi cineva care trăiește amenințarea sau realitatea unui eveniment stresant. Aceste strategii pot fi: autoblamarea, blamarea altora, ruminația, catastrofizarea, punerea în perspectivă, refocalizarea pe pozitiv, reevaluarea pozitivă, acceptarea, refocalizarea pe plan [6, p.31].
- ✓ **Chestionarul de măsurare a reglării emoționale sau Emotion Regulation Questionnaire (ERQ)** ajută la stabilirea strategiilor de control emoțional [apud 1]. Chestionarul de măsurare a reglării emoționale (ERQ) este un instrument cu 10 itemi și a fost dezvoltat de J.J. Gross și O.P. John. Autorii pornesc de la constatarea că indivizii utilizează o gamă largă de strategii de reglare a emoțiilor și prin intermediul chestionarului caută să le identifice. În plus, chestionarul evaluează și toleranța la experiențele, emoțiile negative. El cuprinde două scale, scala de reevaluare și sca-

la de supresie a emoțiilor, identificând două din cele mai importante strategii de control ale emoțiilor. Două strategii care sunt în mod special în centrul atenției cercetătorilor se consideră:

1. **reevaluarea cognitivă** - se referă la încercarea de interpreta o anumită situație în așa fel încât să îi fie alterată relevanța emoțională;
2. **supresia expresivă** - se referă la încercările de a inhiba sau de a reduce exprimarea comportamentală a stărilor emoționale [1; 6].

- ✓ **Chestionarul „Studierea nivelului tendinței empatice” (I.M. Yusupov)**. Scopul chestionarului este măsurarea capacității de a te pune în locul altei persoane și de a reacționa la sentimentele altora [apud 1]. Empatia facilitează echilibrul în relațiile interpersonale, este un factor important pentru a înțelege partenerul cu care comunicăm, îndeosebi de esențial în relațiile de familie. Chestionarul cuprinde 36 itemi și urmărește studierea empatiei la preadolescent sau adolescent, sub aspectul tendinței lui de a o dezvolta.

Elevii ce denotă un *nivel ridicat al empatiei* sunt sensibili la necesitățile și problemele altora, sunt generoși, manifestă interes sincer față de oameni, sunt receptivi emoțional, sociabili, comunicabili, stabilesc ușor relații cu alte persoane, încearcă să evite situațiile de conflict, caută soluții de compromis. Elevii ce dețin un *nivel mediu al empatiei* - nu sunt considerați persoane prea sensibile. În evaluarea unor evenimente frecvent judecă în baza faptelor și nu a sentimentelor sau intuiției proprii, sunt deschiși din punct de vedere emoțional, dar în același timp se străduie să țină sub control manifestările emoționale. *Nivelul scăzut al empatiei* caracterizează elevii cu dificultăți în stabilirea unor noi relații sociale, nu se simt confortabil într-o mulțime de persoane. Manifestările emoționale din acțiunile altora li se par neclare și lipsite de sens. Preferă activitățile izolate, o muncă concretă, decât activitățile în grup.

- ✓ **Testul „Diagnosticarea inteligenței emoționale” (N. Hall)** desemnează măsura în care preadolescentul simte, comunică și descrie propriile emoții, capacitatea de a le identifica, asuma și gestiona [16, p.50]. Un coeficient ridicat de inteligență emoțională asigură o mai bună empatie și o capacitate mai înaltă de a-i înțelege pe cei din jur. Acest test este compus din 30 de afirmații și conține o fișă de răspuns cu cinci coloane, în care subiectul poate bifa varianta aleasă.

Activitatea de intervenție psihologică realizată cu elevii de **vârstă școlară mică** se poate realiza

de către specialist administrând metode, tehnici psihologice și exerciții în scopul stopării și eliminării problemelor emoționale și dezvoltării afectivității pozitive, printre acestea remarcăm: Tehnica „Baloanele cu emoții” (după Glenda Șort); Tehnica „Respirația profundă”, Tehnica „Desenul lumii interioare”, Exercițiul „Povestea despre frică”, Exercițiul „Submarinul”, Exercițiul „Amuleta de protecție”; Tehnica „Stoparea gândurilor negative”, Tehnica „Tufa de trandafir”; Tehnica „Pictează sentimentele din acest moment”, Procedeeul „Hârtia mototolită”; Jocul „Inimă zdrobită”, Tehnici de auto masaj [1] etc. Descriem în cele ce urmează unele din tehnicile enumerate anterior:

- ✓ **Tehnica „Stoparea gândurilor negative”**. Scopul tehnicii este stoparea gândurilor distructive ce provoacă anxietate și stres. Tehnica presupune trei pași simpli. Primul pas, constă în conștientizarea clară a gândului negativ care induce starea de stres. Pasul următor, constă în proiectarea imagină a unui indicator de culoare roșie cu semnificația STOP și în efortul de a vă spune cuvântul STOP gândurilor negative, cu cea mai mare fermitate. Al treilea pas, constă în substituirea gândului negativ cu unul pozitiv, a imaginii mentale negative cu una pozitivă, plăcută [apud 1].
- ✓ **Tehnica „Respirația profundă”**. Scopul tehnicii constă în relaxarea copilului cu ajutorul respirației lente și profunde. Arătați copilului cum să o facă, respirând lent și profund dumneavoastră. Inspirați încet pe nas timp de 2 secunde, țineți respirația 2 secunde, apoi expirați lent timp de 2 secunde. Repetați de mai multe ori, astfel încât copilul să prindă ideea, apoi cereți copilului să respire împreună cu dumneavoastră. Rugați copilul să numere în liniște secundele fiecărei respirații. Împreună cu copilul, practicați respirația profundă timp de 20 de inspirații și expirații. Apoi opriți-vă și vorbiți despre cât de relaxați vă simțiți. Pentru a vă ajuta copilul să se concentreze, propuneți să se concentreze pe numărarea secundelor fiecărei respirații [11, p.37].
- ✓ **Tehnica „Pictează sentimentele din acest moment”**. Scopul tehnicii este relaxarea psiho-emoțională a elevilor de vârstă școlară mică, exprimarea sentimentelor prin intermediul picturii. Resursele necesare - acuarelă, foi de hârtie A4. Copilului i se propune să realizeze o pictură cu degetele de la mâini sau chiar de la picioare, care să reprezinte starea lui de actuală sau starea lui când este fericit ori supărat (în funcție de scopul propus). Pictura cu degetele are calități relaxante: prin angajarea tactil-chinestezică și oferă sa-

tisfație, ușurință în exprimarea sentimentelor în măsură mai mare, decât pictura cu instrumentele de desen. Culorile alese, fluiditatea mișcării, tonurile și consistența petelor de vopsea oferă indicii interesante privind afectivitatea, în vreme ce modalitatea grafică de exprimare corelează mai mult cu nivelul și calitatea cognițiilor [13, p.284].

Este de remarcat faptul că în activitatea psihologului cu preadolescenții și adolescenții putem realiza următoarele tehnici psihologice pentru dezvoltarea afectivității pozitive: „Tehnica de respirație 4-7-8”, „Caruselul emoțiilor”, „Elaborarea de povești și povestiri”, „Tehnici de relaxare”, „Colajul - mijloc de exprimare emoțională”, „Tehnica autodezvăluirii”, Tehnica „Imaginarea unei activități preferate”, Tehnica „7 lumânări”, Tehnica „Cutia Poștală” etc. Elucidăm în continuare două dintre aceste tehnici:

- ✓ **„Tehnica de respirație 4 – 7 – 8”.** Scopul tehnicii este relaxarea prin respirație profundă, diminuarea stărilor de încordare și neliniște. Exercițiul este foarte simplu de realizat. Începem prin a inspira aer pe nas timp de patru secunde, apoi ne ținem respirația timp de șapte secunde, apoi expirăm timp de opt secunde pe gură, cu buzele țuguiate ca și când am fluiera. În situația în care suntem neliniștiți, se știe că dacă ne ținem respirația, încetănim ritmul bătăilor inimii și astfel obținem o stare de relaxare aproape instantanee [10, p.63].
- ✓ **Tehnica „Cutia Poștală”.** Scopul tehnicii presupune exprimarea și gestionarea stărilor și trăirilor emoționale. Poate fi exersată cu elevii de 10-15 ani. Tehnica dată a fost implementată în sala de clasă, unde mesele au fost aranjate astfel încât să faciliteze munca în grup. Fie consilierul, fie profesorul împreună cu elevii decorează o cutie de carton și creează o „cutie poștală” unde elevii pot lăsa mesaje. Ei pot scrie și lăsa mesaje în timpul lecțiilor sau în pauza dintre lecții și o dată pe săptămână, în timpul orei de dirigenție, stau într-un cerc și deschid cutia pentru a discuta împreună mesajele. Elevii pot decide dacă să divulge sau nu dacă mesajul a fost scris de ei. Este important să asigurăm elevii că informațiile rămân întotdeauna confidențiale și că nimeni nu va ști ceva dacă este secret.

Adaptări: O adaptare deja implementată este de a folosi „Cutia poștală” într-un mod diferit. Tema elevilor a fost să se gândească la personajele unui roman, să aleagă un personaj și să încerce să-și imagineze ce a simțit acel personaj într-o scenă din

roman; apoi să scrie pe un bilețel și au decis să folosească „Cutia poștală” pentru a colecta mesajele. De data aceasta, în loc să scrie despre propriile lor emoții, scriau despre emoțiile personajelor [8, p.69].

Cercetările științifice autohtone cu referire la domeniul afectivității demonstrează că pot contribui la soluționarea eficientă a problemelor actuale, ce apar în acest sens [apud 1, p.10] și scot în evidență numeroase modele psihologice și programe vizând sfera afectivă a elevilor în care se regăsesc metode de evaluare/diagnostic, consiliere și dezvoltarea a afectivității elevilor. Astfel, menționăm unele dintre aceste realizări metodologice:

- modelul de asistență psihologică a dezvoltării și educației personalității în contextul sociocultural modern;
- modelele psihopedagogice de dezvoltare a sferei emoțional-volitive la copiii cu reținere în dezvoltarea psihică;
- programul psihopedagogic de formare a sentimentului de grațitudine față de părinți la adolescenți;
- programul de intervenție psihologică orientat spre dezvoltarea empatiei la vârsta preadolescenței;
- modele de psihodiagnostic și de intervenție psihologică în vederea diminuării anxietății la copii și adolescenți;
- program de dezvoltare a autocontrolului și stabilității emoționale la preadolescenți cu comportament deviant [apud 1, p.10] etc.

În cele ce urmează, nominalizăm unele **recomandări psihologice și acțiuni** destinate specialiștilor în domeniul psihologiei, necesare de a fi implementate în activitatea ce vizează elevii cu probleme pe dimensiunea afectivă:

1. Psihologizarea cadrelor didactice, manageriale și a părinților pe dimensiunea afectivității elevilor și a stării de bine în mediul educațional.
2. Promovarea activităților psihologice în scopul dezvoltării abilităților socio-emoționale ale elevilor, cadrelor didactice, părinților.
3. Psihologul va ajuta elevul în identificarea gândurilor disfuncționale (negative) la care recurge, pentru a explica cauzele evenimentelor și va ajuta la înlocuirea lor cu gânduri pozitive, optimiste, constructive.
4. Focusarea pe activități ce construiesc stima de sine la elevi. Pe durata crizei emoționale, evenimentele pot dăuna stimei de sine, iar recuperarea implică activități cum ar fi: notarea realizărilor personale, crearea listei calităților pozitive, a punctelor personale forte, crearea listei contac-

telor persoanelor apropiate ce ar putea sprijini elevul.

5. Dezvoltarea la elevi a abilităților de comunicare familială și de conectare cu ceilalți.
6. Elaborarea, experimentarea și implementarea unor noi modele, programe de asistență psihologică calitativă cu privire la dimensiunea afectivă a elevilor în concordanță cu noile realități, condiții și provocările sociale curente.
7. În tandem cu cadrele didactice psihologii vor contribui la crearea unui mediu psihologic securizat, favorabil, prietenos și pozitiv în instituțiile educaționale.

În concluzie, menționăm că analiza surselor științifice ne permite să afirmăm că importanța dimensiunii afective este incomensurabilă pentru dezvoltarea personală, adaptarea socială și școlară a elevilor

la varii etape de vârstă, pentru obținerea pe viitor a succesului în diverse domenii vitale, profesionale și fericirea la vârsta adultă. Este foarte important ca un elev să învețe să-și gestioneze propriile emoții și să le exprime într-o modalitate acceptabilă din punct de vedere social. Problematika cercetării și asistenței psihologice a sferei afective a elevilor rămâne a fi mereu actuală în contextul noilor provocări sociale. Metodele psihologice inovatoare propuse vor ajuta specialiștii la general și în particular tinerii specialiști, la depistarea problemelor ce vizează afectivitatea negativă a elevilor (anxietate, frică, furie, tensiune emoțională, singurătate, blocaje emoționale, stres). Modelele de diagnoză și intervenție psihologică conturate în acest demers, stipulează metode eficiente de evaluare/diagnoză a stărilor afective și metode de dezvoltare a abilităților emoționale ale elevilor din învățământul general.

REFERINȚE BIBLIOGRAFICE

1. BATOG, M. *Asigurarea suportului metodologic la dimensiunea afectivă pentru învățământul primar și gimnazial*. Ghid metodologic. Ministerul Educației și Cercetării al Republicii Moldova, Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă”. Chișinău: S. n., 2022 (CEP UPSC). 129 p. ISBN 978-9975-46-662-2.
2. BATOG, M. *Starea psihologică de bine în mediul educațional*. În: *Institutul de Științe ale Educației: ascensiuni, performanțe, personalități*. In: Materialele Conferinței Științifice internaționale, 10 decembrie 2021. Chișinău: „Print-Caro”, IȘE, 2021, p.188-193. ISBN 978-9975-56-952-1.
3. BOLBOCEANU, A. *Stări emoționale și atitudini ale elevilor în procesul școlar*. In: *Stresul ocupațional perspective teoretico-praxiologice*. Materialele Conferinței științifice internaționale. Bălți: Presa universitară bălțeană, 2009, p.7-13. ISBN 978-9975-931-48-9.
4. BRICEAG, S. *Psihologia vârștelor. Curs universitar*. Bălți: Universitatea de Stat „Alecu Russo” din Bălți, 2017, p.192-215. ISBN 978-9975-50-196-5.
5. BUCUN, N., CERLAT, R. *Nivelul stabilității emoționale al cadrelor didactice din învățământul primar în funcție de vârstă, vechimea în muncă și mediul de trai*. In: *Revista Univers Pedagogic*. 2017, nr.2 (54), p.82-95. ISSN 1811-5470.
6. CASTRAVEȚ, M. *Particularități ale strategiilor de reglare emoțională la adolescenții din familii migrante (prin prismă de gen)*. Teză de licență. Chișinău, 2014, 53 p. [Accesat 14.02.2023]. Disponibil: https://www.academia.edu/8765316/Teza_de_licenta_PARTICU-LARIT%C4%82%C8%9AI_ALE_STRATEGIILOR_DE_REGLARE_EMO%C8%9AIONAL%C4%82_LA_ADOLESCE
7. COSMOVICI, A., IACOB, L. *Psihologie școlară*. Iași: Editura Polirom, 2005. ISBN 973-683-048-9.
8. DOLCI, D., BIONDO, A., ALESSI, A. et al. *EUMOSCHOOL. Produs intelectual 3: Ghid pentru implementarea EUMOSCHOOL ca abordare holistică pentru prevenirea părăsirii timpurii a școlii*. In: *Programme of the European Union*. 2018. 103 p. [Accesat 11.02.2023]. Disponibil; <https://eumoschool.eu/wp-content/uploads/eumoschool-guidelines-io3-ro.pdf>

6. EȚCO, C., FORNEA, Iu. *Practicum la psihologia generală*. Universitatea de Stat de Medicină și Farmacologie „Nicolae Testemițanu”. Chișinău: Centrul Editorial Poligrafic (CEP) al USMF, 2003. 391 p. ISBN 9975 -945-77-5.
7. FLORIN, A. *EQ Game – Alfabetul inteligenței emoționale. Ghid de inteligență emoțională*. București: Prosperity Exprim SRL, 2018. ISBN: 978-606-8821-07-8.
8. GERRARD, B., GIRAULT, E., APPLETON, V. et al. *Cum să faceți față stresului emoțional asociat unui dezastru major*. Traducere de Mocanu R., 2020. 49 p. [Accesat 17.02.2023]. Disponibil: [https:// www.disastershock.com/](https://www.disastershock.com/)
9. ILIE, V., FRĂSINEANU, I. *Dezvoltarea socio-emoțională: o provocare pentru școala secolul XXI*. În: Revista Acta et Commentationes, Sciences of Education, nr. 3(21), 2020. ISSN 1857-0623.
10. NACAI, L. *Fricile la elevii mici – tehnici de intervenție*. În: Educația incluzivă: dimensiuni, provocări, soluții. Materialele Conferinței științifice internaționale USARB, 29 noiembrie 2017. Ediția a 3-a. Bălți: USARB, 2017, p.277-286. ISBN 978-9975-132-99-2.
11. POPESCU-NEVEANU, P. *Dicționar de psihologie*. București: Editura Albatros, 1978.
12. Proiectul Strategiei de dezvoltare „Educația - 2030”. Proiectul Programului de implementare a Strategiei de dezvoltare „Educația-2030”. 2022. [Accesat 06.02.2023]. Disponibil: <https://particip.gov.md/ru/document/stages/proiectul-strategiei-de-dezvolt-tare-educatia-2030-si-proiectul-programului-de-implementa-re-a-strategiei-de-dezvoltare-educatia-2030/9254#>
13. PÎSLARI, S. *Dezvoltarea empatiei la vârsta preadolescentă*. Teză de doctor în psihologie. Chișinău, 2018. 228 p.
14. RACU, Iu. *Anxietatea socială la preadolescenți: abordări teoretice și modalități de intervenție*. În: Materialele Conferinței internaționale științi-fico-practice din 26 aprilie 2012. Chișinău: Editura Sirius, 2012, p.199-203. ISBN978-9975-57-045-9.
15. SANDU, V., BIRTHA, M., IANACHEVICI, M., PREMROV, T., KAHLERT L. et al. *Analiza situației copiilor și adolescenților din Moldova*. Biroul UNICEF în Moldova. Viena, 2022, 99 p. [Accesat 15.02.2023]. Disponibil: <https://www.unicef.org/moldova/media/8356/file/Analiza%20situa%C8%9Biei%20copiilor%20%C8%99i%20ado-lescen%C8%9Bilor%20din%20Republica%20Moldova.pdf>
16. STAMATIN, O., CIOBANU, L. *Strategii de coping utilizate în situații de stres de către adolescenții din diferite instituții de învățământ*. În: Revista Psihologie. Psihopedagogie specială. Asistență socială, 2014, nr.36, p.27-38. ISSN 1857 -0224/ ISSN e 1857-4432.
17. TURCHINĂ, T. *Abilitățile socioemoționale: prioritate a educației secolului al XXI-lea*. În: Revista Didactica Pro, 2018, nr. 4-5 (110-111), p. 68-72. ISSN 1810-6455.
18. VRABII, V. *Reglarea afectivă în procesul educațional. Ghid metodologic*. Chișinău: IȘE, (Print-Caro SRL), 2021, 79 p. ISBN: 978-9975-56-975-0.
19. *Методика диагностики тревожности, включающая наблюдение* (методика Р. Сирса). [Accesat 10.02.2023]. Доступно: [http:// shishkinily.narod.ru/test2.html](http://shishkinily.narod.ru/test2.html)