

<https://doi.org/10.52387/1811-5470.2025.2.12>
CZU: 159.942.5:001:371:378

STRESUL PROFESIONAL AL STUDENȚILOR PEDAGOGI ÎN ACTIVITATEA DE CERCETARE

Tatiana ȘOVA,

doctor în științe pedagogice, conferențiar universitar,
Universitatea de Stat „Alec Russo” din Bălți, RM

ORCID: 0000-0002-4852-3148

E-mail: tatiana.sova@usarb.md

Rezumat: În articol este analizat un aspect esențial al formării inițiale a cadrelor didactice – relația complexă dintre activitatea de cercetare științifică și starea psiho-emoțională a studenților pedagogi. În contextul modernizării educației și al cerințelor tot mai ridicate față de pregătirea profesională a viitorilor profesori, cercetarea devine nu doar o competență dezirabilă, ci o cerință obligatorie în cadrul învățământului superior. Această activitate, însă, poate genera stres profesional, mai ales în lipsa unor abilități bine dezvoltate de planificare, reflecție critică și autoreglare emoțională. Prin studiul experimental prezentat a fost evaluat nivelul de stres profesional al studenților pedagogi generat de activitatea de cercetare științifică. Eșantionul a inclus studenți din patru universități din țară cărora le-a fost administrat un chestionar organizat pe cinci dimensiuni fundamentale ale competenței investigaționale: necesitatea cunoașterii științifice a fenomenelor educaționale, acceptarea responsabilității pentru cercetarea științifică, proiectarea cercetării pedagogice, reziliența la eforturile procesului investigațional, generarea de produse ale cercetării. Rezultatele cercetării indică faptul că majoritatea studenților se încadrează într-un nivel mediu de stres profesional generat de activitatea de cercetare. Totuși, există studenți care manifestă un nivel ridicat de stres, cauzat, în special, de presiunile legate de respectarea termenelor limită, complexitatea metodologică a cercetării, lipsa experienței, insuficiența feedbackului constructiv și frica de eșec sau de evaluare negativă. Se argumentează necesitatea intervenției prin oferirea suportului educațional și emoțional studenților implicați în activitatea de cercetare științifică și anume: dezvoltarea treptată a competenței investigaționale, integrarea consilierii psihopedagogice, diversificarea metodelor de învățare prin cercetare și crearea unor contexte pozitive de valorizare a efortului științific. Astfel, se pot preveni efectele negative ale stresului profesional și se poate facilita tranziția studenților spre o carieră didactică echilibrată și motivantă.

Cuvinte-cheie: stres, stres profesional, activitate de cercetare, echilibrul emoțional, studenți pedagogi.

PROFESSIONAL STRESS OF PEDAGOGY STUDENTS IN RESEARCH ACTIVITIES

Summary: The article examines a crucial aspect of the initial training of teaching staff—the complex relationship between scientific research activity and the psycho-emotional state of pre-service teachers. In the context of educational modernization and increasing demands on the professional preparation of future educators, research is no longer merely a desirable skill but a mandatory requirement within higher education. However, engaging in research activities can generate professional stress, particularly in the absence of well-developed skills in planning, critical reflection, and emotional self-regulation. The experimental study presented in the article assessed the level of professional stress experienced by pre-service teachers as a result of their involvement in scientific research. The sample included students from four universities across the country who completed a questionnaire structured around five fundamental dimensions of investigative competence: the need for scientific understanding of educational phenomena, acceptance of responsibility for scientific inquiry, design of pedagogical research, resilience in the face of investigative challenges, and the ability to produce research outputs. The findings indicate that the majority of students experience a moderate level of professional stress related to research activities. However, a subset of students exhibits high levels of stress, primarily triggered by factors such as deadline pressure, methodological complexity, lack of experience, insufficient constructive feedback, and fear of failure or negative evaluation. The article underscores the necessity of educational and emotional support interventions for students engaged in scientific research. These interventions should focus on the gradual development of investigative competence, the integration of psycho-pedagogical counseling, diversification of inquiry-based learning methods, and the creation of positive contexts that value scientific effort. Such measures can help prevent the adverse effects of professional stress and facilitate a smooth and motivating transition toward a balanced teaching career.

Keywords: stress, professional stress, research activity, emotional balance, pedagogy students.

Introducere. În contextul transformărilor rapide din sistemul educațional și al accentului tot mai mare pus pe profesionalismul cadrelor didactice, activitatea de cercetare devine o componentă obligatorie în formarea inițială a studenților pedagogi. Interesul profesional al acestora față de activitatea de cercetare nu este un element colateral, ci o premisă esențială pentru dezvoltarea unei identități profesionale reflexive, critice și inovatoare. Activitățile în domeniile cercetării și inovării, inclusiv procesul de elaborare și implementare a politicilor, evaluarea organizațiilor, confirmarea și recunoașterea titlurilor științifice și științifico-didactice sunt reglementate de Codul cu privire la știință și inovare. Cercetarea, conform art. 4 al codului respectiv, este definită ca „activitate de cercetare fundamentală, cercetare aplicativă și de dezvoltare experimentală luate în ansamblu” [2]. În situația sistemului universitar, cercetarea are o importanță deosebită datorită varietății potențialului de cercetare al studenților și a exigențelor academice, oferind soluții eficiente la provocările actuale ale învățământului superior, care implică integrarea noilor tehnologii, promovarea abordărilor interdisciplinare și orientarea procesului educațional spre nevoile studentului. Conform prevederilor art. 89 (6) al Codului Educației al Republicii Moldova, „Studiile superioare de licență se finalizează cu susținerea obligatorie a tezei/a proiectului de licență ...”, ceea ce presupune formarea obligatorie a competențelor de cercetare ale studenților ciclului I - licență prin unitățile de curs din planurile de învățământ [3]. Referindu-ne, în special, la domeniul educațional, menționăm că fiecare program de formare profesională și fiecare curriculum universitar abordează diverse metodologii de cercetare pedagogică prin care se urmărește evidențierea valorii schimbărilor inovative în comportamentul profesional al viitoarelor cadre didactice, precum: studierea literaturii de specialitate, referate, eseuri, interviuri, sondaje, chestionare, testări, comunicări, articole, experimente, studii de caz, proiecte de cercetare aplicată etc. Având în vedere aceste aspecte, procesul de formare a competențelor de cercetare ale studenților se concentrează pe:

- imperativitatea dezvoltării competențelor investigaționale pentru a crea forța de muncă ce va fi capabilă să răspundă provocărilor actuale și viitoare;
- valorificarea interdisciplinarității în educație și în cercetare;
- colaborarea între instituțiile de învățământ

superior, centrele de cercetare și mediul de afaceri, facilitând studenților accesul la proiecte de cercetare și inovație din lumea reală;

- încurajarea mentalității antreprenoriale a studenților, ce impune personalul didactic universitar de a iniția și a conduce cercetări orientate spre soluții inovatoare și aplicarea acestora în practica educației [1, p. 15-24].

Cu toate acestea, procesul de cercetare este, de multe ori, unul destul de complicat și stresant pentru studenți, reflectat în emoțiile negative și neplăcute, cum ar fi anxietatea, frustrarea, furia, tensiunea și depresia, experimentate de aceștia, ce decurg dintr-o anumită perspectivă a activității de cercetare pedagogică.

Metodologie, rezultate. Din aceste rațiuni, am inițiat investigația științifică, care a avut drept scop *evaluarea nivelului de stres profesional al studenților pedagogi generat de activitatea de cercetare științifică.*

Instrumentul utilizat în cercetare a fost Chestionarul de evaluare a stresului profesional al studenților generat de activitatea de cercetarea științifică, ce a inclus 25 de itemi, structurați pe 5 dimensiuni, corelate cu *variabilele cercetării*: necesitatea cunoașterii științifice a fenomenelor educaționale, acceptarea responsabilității pentru cercetarea științifică, proiectarea cercetării pedagogice, reziliența la eforturile procesului investigațional, generarea de produse ale cercetării.

Eșantionul cercetării a fost constituit din 513 studenți de la specialitățile pedagogice, ciclul I, licență, din 4 universități: Universitatea de Stat „Alecu Russo” din Bălți, Universitatea de Stat din Moldova, Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău și Universitatea de Stat din Comrat.

Analiza rezultatelor cercetării. La completarea *Chestionarului de evaluare a stresului profesional al studenților generat de activitatea de cercetarea științifică* studenților li s-a solicitat să citească cu atenție afirmațiile și să aleagă una dintre cele trei opțiuni de răspuns, în funcție de frecvența cu care experimentează situația descrisă: întotdeauna, uneori, niciodată.

Prima variabilă a cercetării a vizat *necesitatea cunoașterii științifice a fenomenelor educaționale.*

Datele prezentate în Figura 1 reflectă nivelurile percepute ale stresului profesional asociat necesității cunoașterii științifice a fenomenelor educaționale. Rezultatele evidențiază că predomină percepția unui nivel mediu de stres, indicând o solicitare constantă, dar gestionabilă, resimțită de către studenți

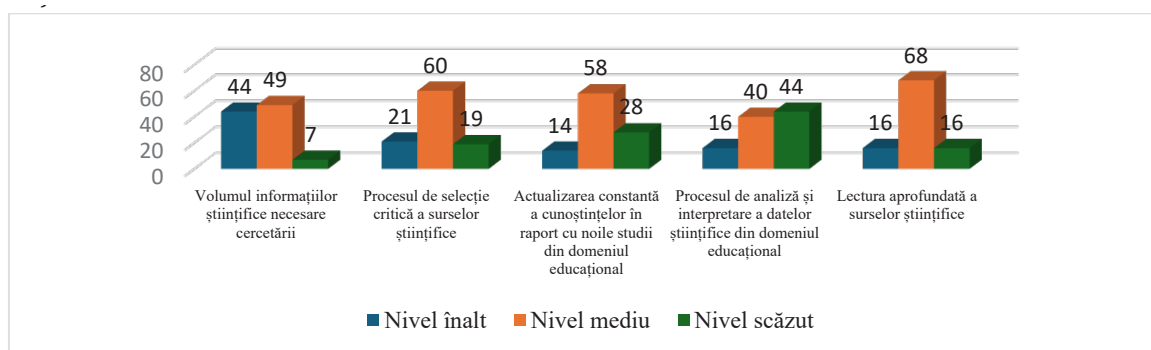


Figura 1. Nivelul perceput al stresului profesional asociat necesității cunoașterii științifice a fenomenelor educaționale

în raport cu cerințele științifice ale domeniului educațional. Cele mai ridicate procente ale stresului la nivel înalt se înregistrează în ceea ce privește volumul informațiilor științifice necesare cercetării (44%) și procesul de analiză și interpretare a datelor științifice (40%), sugerând dificultăți în gestionarea cantității mari de informații și în realizarea unei prelucrări adecvate a acestora. În schimb, procesul de lectură aprofundată a surselor științifice este perceput ca fiind mai puțin stresant, doar 16% dintre respondenți indicând un nivel ridicat de stres, iar 68% menționând un nivel mediu. Această distribuție a percepțiilor sugerează necesitatea dezvoltării unor competențe specifice în domeniul cercetării pedagogice, precum și importanța susținerii viitoarelor cadre didactice în demersurile de selecție critică, actualizare continuă și analiză științifică riguroasă.

A doua variabilă a cercetării a fost *acceptarea responsabilității pentru cercetarea științifică*.

Figura 2 ilustrează nivelul perceput al stresului profesional asociat acceptării responsabilității pentru activitatea de cercetare științifică. Datele reflectă o tendință generală de percepere a stresului la nivel mediu, cu procente cuprinse între 49% și 65%, ceea ce sugerează un echilibru relativ între provocare și capacitatea de gestionare a sarcinilor

de cercetare. Cea mai ridicată valoare a stresului mediu este înregistrată la nivelul luării deciziilor referitoare la metodologia cercetării (65%), urmată de percepția celorlalți asupra activității de cercetare (60%) și recunoașterea erorilor (58%). Aceste date indică situația că aspectele legate de rigoarea metodologică și de evaluarea externă a activității de cercetare sunt surse importante de presiune profesională. De asemenea, asumarea responsabilității pentru calitatea cercetării (56%) și respectarea termenelor-limită (49%) sunt alte componente care generează un stres moderat, dar constant. În ceea ce privește stresul perceput la nivel înalt, cele mai mari procente se regăsesc în dimensiunile respectării termenelor-limită (32%) și asumării responsabilității pentru calitate (26%), sugerând că presiunea timpului și responsabilitatea personală pot deveni factori declanșatori ai stresului intens în cercetare. Nivelurile scăzute de stres se situează constant între 16% și 24%, ceea ce indică existența unui segment de respondenți care gestionează eficient responsabilitățile asociate activității științifice, posibil datorită unei experiențe consolidate sau a unui suport instituțional adecvat.

A treia variabilă a urmărit *proiectarea cercetării pedagogice*.

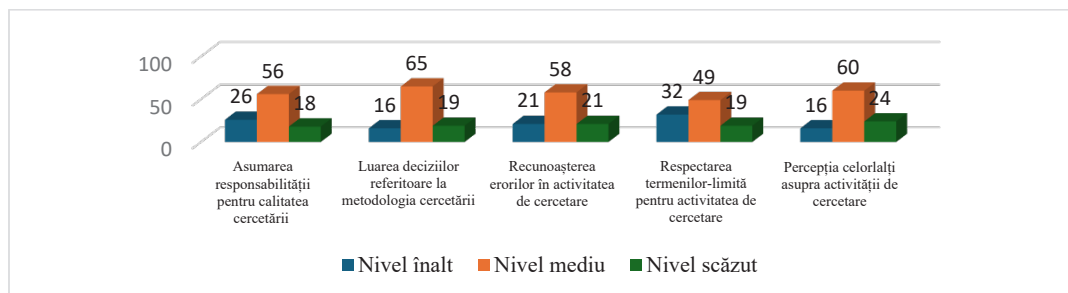


Figura 2. Nivelul perceput al stresului profesional asociat acceptării responsabilității pentru cercetarea științifică

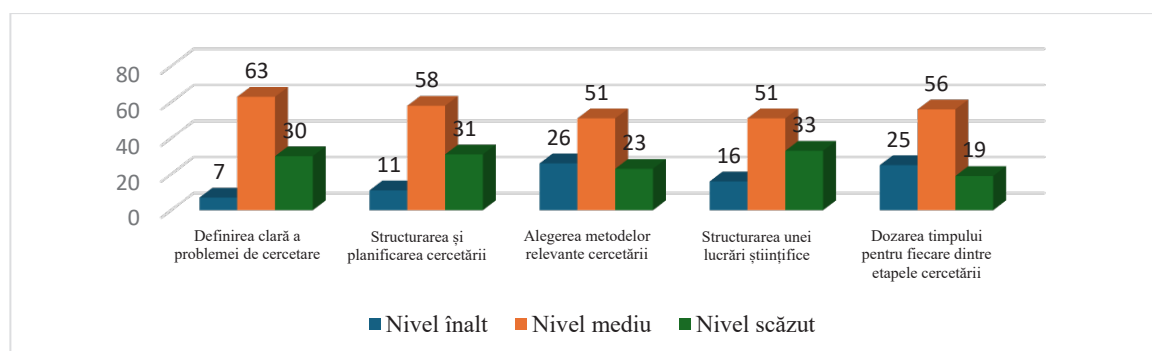


Figura 3. Nivelul perceput al stresului profesional asociat proiectării cercetării pedagogice

Figura 3 reflectă nivelul perceput al stresului profesional asociat etapelor de proiectare a cercetării pedagogice. Rezultatele evidențiază o dominanță clară a nivelului mediu de stres cu procente cuprinse între 51% și 63%, ceea ce sugerează o percepție generalizată a proiectării ca proces solicitant, dar gestionabil de către majoritatea respondenților. Cea mai ridicată valoare a stresului mediu (63%) se regăsește la nivelul definirii clare a problemei de cercetare, ceea ce indică dificultăți frecvente în formularea precisă și coerentă a obiectului investigației. Este urmată de structurarea și planificarea cercetării (58%) și dozarea timpului pentru fiecare dintre etapele cercetării (56%), dimensiuni care implică abilități organizatorice și de previzionare. Aceste aspecte se dovedesc a fi surse constante de presiune profesională. Pe de altă parte, stresul perceput la nivel înalt este cel mai pronunțat în cazul alegerii metodelor relevante cercetării (26%) și al dozării timpului (25%), ceea ce semnalează provocări legate de deciziile metodologice și de gestionarea eficientă a resurselor temporale. În schimb, definirea problemei de cercetare este considerată stresantă la nivel înalt doar de 7% dintre respondenți, în ciuda

procentului ridicat al stresului mediu, ceea ce poate sugera o percepție a acestei etape ca fiind provocatoare, dar rar copleșitoare. În ceea ce privește nivelul scăzut de stres, cele mai mari valori (30% și 31%) se regăsesc în cazul definirii problemei și planificării cercetării, sugerând că o parte semnificativă a respondenților deține competențe solide în aceste domenii sau beneficiază de resurse adecvate (ghiduri, modele, suport instituțional).

A patra variabilă a fost orientată spre *reziliența la eforturile procesului investigational*.

Figura 4 evidențiază percepția respondenților asupra stresului profesional în contextul rezilienței la cerințele procesului investigational. Datele reflectă o tendință clară spre un nivel mediu de stres. Cel mai ridicat procent la nivel mediu se înregistrează în cazul cerințelor procesului de cercetare pedagogică (72%), urmat de obstacolele în cercetare (61%), epuizarea sau criticile referitoare la cercetare (54%), discrepanța dintre așteptările inițiale și rezultatele cercetării (53%) și aspectele vieții personale (49%). Este remarcabil faptul că nivelul înalt de stres este raportat într-un procent semnificativ doar în cazul aspectelor vieții personale (35%) și,

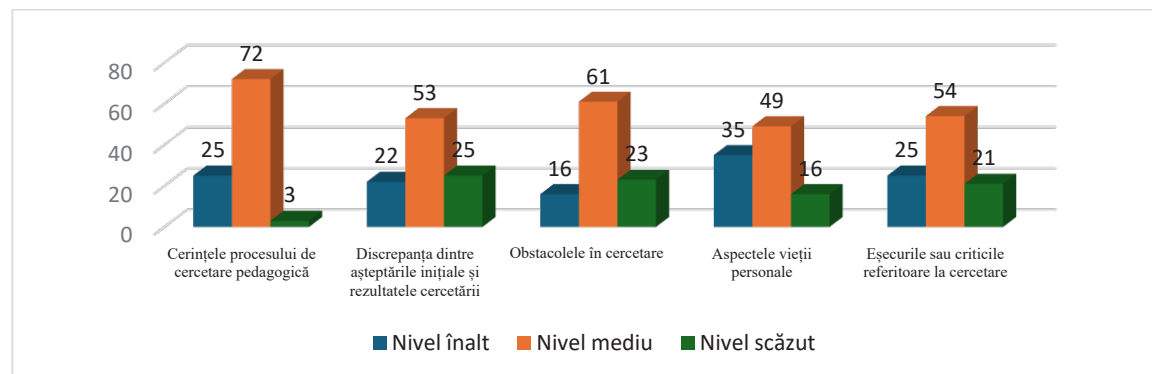


Figura 4. Nivelul perceput al stresului profesional asociat rezilienței la eforturile procesului investigational

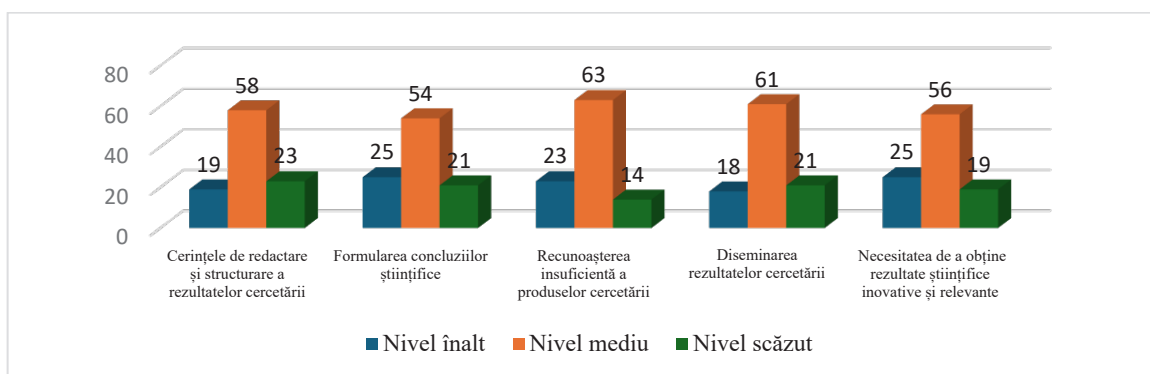


Figura 5. Nivelul perceput al stresului profesional asociat generării de produse ale cercetării

Într-o măsură mai redusă, în raport cu cerințele procesului de cercetare (25%) și discrepanțele dintre așteptări și rezultate (22%). Acest lucru sugerează că presiunile externe cercetării (ex. viața personală) pot avea un impact stresant comparabil cu factorii intrinseci procesului științific. În contrast, nivelul scăzut de stres este perceput ca fiind redus, cele mai mici valori fiind înregistrate la cerințele procesului de cercetare pedagogică (3%) și obstacolele în cercetare (16%). Aceste date indică o percepție generalizată a cercetării ca fiind o activitate profesională solicitantă, în care nivelul mediu de stres este dominant, iar reziliența devine o competență esențială pentru menținerea echilibrului psihologic și profesional.

A cincea variabilă a cercetării a urmărit *produsele cercetării*.

Figura 5 reflectă percepțiile cercetătorilor în ceea ce privește nivelul de stres profesional resimțit în procesul de generare a produselor științifice. În mod evident, predomină percepția unui nivel mediu de stres. Cele mai ridicate valori ale nivelului mediu de stres se înregistrează la recunoașterea insuficienței a produselor cercetării (63%) și diseminarea rezultatelor cercetării (61%), ceea ce indică o nemulțumire generalizată legată de vizibilitatea și impactul muncii științifice. Totodată, cerințele de redactare și structurare a rezultatelor cercetării (58%) și necesitatea de a obține rezultate științifice inovative și relevante (56%) se plasează pe poziții similare, sugerând o presiune constantă asupra cercetătorilor în a livra produse de calitate, conforme cu standardele academice tot mai exigente. În ceea ce privește nivelul înalt de stres, valorile cele mai mari sunt raportate pentru formularea concluziilor științifice (23%) și necesitatea de a obține rezultate inovatoare (25%), indicând o tensiune creativă asociată finalizării cercetării și valorificării sale. De asemenea, nivelul înalt de stres atinge 23%

și în cazul recunoașterii produselor cercetării, reflectând frustrările legate de lipsa validării din partea comunității științifice. Pe de altă parte, nivelul scăzut de stres este prezent într-un procent relativ constant, cu cele mai mici valori înregistrate la recunoașterea produselor cercetării (14%), ceea ce întărește ideea că această dimensiune este percepută ca una dintre cele mai stresante.

În ansamblu, datele evidențiază o imagine complexă a stresului profesional generat de activitatea științifică, în care dificultățile legate de vizibilitatea, recunoașterea și diseminarea produselor cercetării, alături de presiunea inovației, constituie surse majore de tensiune. Acest lucru accentuează importanța sprijinului instituțional și a culturii organizaționale care valorizează și recompensează efortul de cercetare într-un mod echitabil și transparent.

Figura 6 reprezintă distribuția percepției studenților pedagogi privind nivelul stresului profesional resimțit în legătură cu activitatea de cercetare științifică. Conform datelor, majoritatea studenților (57%) percep un nivel mediu de stres, ceea ce sugerează că implicarea în activități de cercetare este percepută drept provocatoare, dar gestionabilă. Acest rezultat poate reflecta un echilibru între dificultățile inerente cercetării și capacitatea studenților de a se adapta la cerințele acestui tip de activitate.

Un procent relativ, apropiat, de 22%, indică perceperea unui nivel înalt de stres, ceea ce semnalează existența unui segment semnificativ de studenți care întâmpină dificultăți majore în integrarea activității de cercetare în parcursul lor academic. Acest nivel înalt de stres poate fi asociat cu factori precum lipsa de experiență, presiunea termenelor, neîncrederea în abilitățile proprii sau sprijinul insuficient din partea mentorilor.

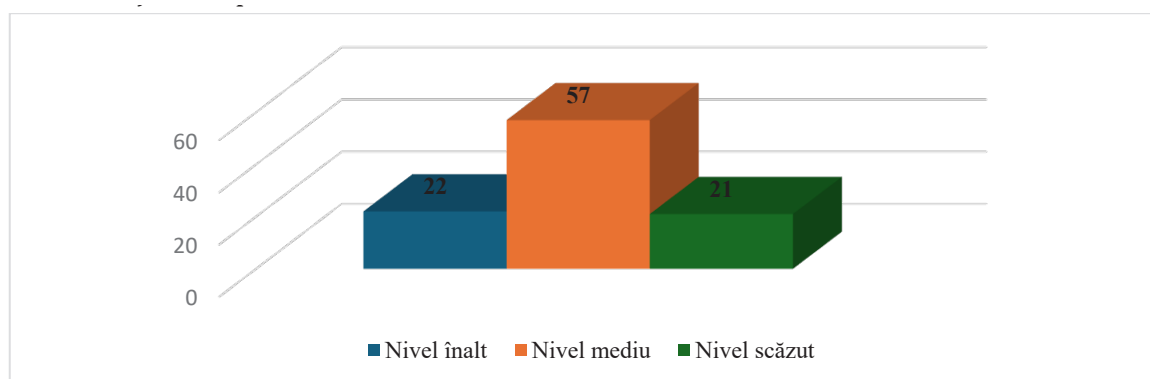


Figura 6. Nivelul stresului profesional al studenților pedagogi generat de activitatea de cercetare științifică

Pe de altă parte, 21% dintre respondenți declară un nivel scăzut de stres, ceea ce sugerează că o parte dintre studenți se simt confortabil în raport cu activitatea științifică, beneficiind probabil de o bună organizare, resurse adecvate sau o atitudine pozitivă față de cercetare.

În ansamblu, datele indică o dominare a percepțiilor de intensitate medie, cu o distribuție echilibrată între nivelul înalt și cel scăzut. Această realitate subliniază necesitatea dezvoltării unor mecanisme de sprijin didactic și psihopedagogic adaptate, care să atenueze stresul în rândul studenților cu dificultăți și să consolideze bunele practici identificate în cazul celor care gestionează eficient activitatea de cercetare. Or, rezultatele prezentate conduc la ideea că stresul profesional al studenților generat de activitatea științifică reprezintă o categorie de stres foarte importantă pentru adaptarea ulterioară la cerințele din cadrul stagiilor de practică pedagogică, urmate de cele ale adaptării socioprofesionale la locul de muncă.

Consecințele stresului generat de activitatea de cercetare științifică. Consecințele stresului generat de activitatea de cercetare științifică pot fi multiple. Studiile recente privind impactul stresului cronic au condus la formularea unui nou construct conceptual în literatura de specialitate: sindromul de epuizare profesională - *burnout* („stare de epuizare”, „ardere (completă) profesională”). În cazul stresului studenților încadrați în cercetarea pedagogică, acesta se manifestă printr-un ansamblu de simptome specifice, cum ar fi epuizarea emoțională, epuizarea fizică, epuizarea cognitivă/ mentală. Aceste forme de epuizare se exprimă printr-o diminuare a reactivității afective (aplatizare emoțională), o tendință de depersonalizare și o scădere semnificativă a sentimentului de realizare personală și profesională. Burnout-ul este consecința unei implicări de lungă durată în activități profesionale

centrate pe relaționarea umană, fiind frecvent întâlnit în rândul studenților și cadrelor didactice. Maslach și Jackson (1981) definesc acest sindrom ca o combinație între epuizarea emoțională, depersonalizarea și reducerea eficienței profesionale la persoanele care desfășoară activități în interacțiune constantă cu alți indivizi [5].

Comparativ, conceptele de stres și burnout prezintă atât suprapuneri, cât și distincții esențiale. Stresul este un fenomen cu o arie de manifestare mai largă, apărând atât în viața profesională, cât și în cea personală, în timp ce burnout-ul este exclusiv asociat contextului profesional. În timp ce stresul rezultă dintr-o tensiune tranzitorie, burnout-ul este produsul unei presiuni constante și prelungite. Stresul reprezintă o reacție adaptativă temporară, însoțită de simptome somatice și psihice, în contrast cu burnout-ul, care reflectă o decompensare adaptativă profundă, generată de dezechilibrul de durată între cerințele activității și resursele disponibile [6, p. 604].

Astfel, stresul are un caracter episodic și subiectiv, în timp ce burnout-ul presupune o cronicizare și implică dimensiuni obiective, sociale și profesionale. În cazul stresului, percepția individuală a factorului stresor este esențială, în timp ce, în burnout, accentul cade pe constrângerile reale și constante ale mediului profesional. Sindromul de epuizare profesională apare atunci când individul nu mai reușește să facă față presiunilor continue ale muncii și resimte eșecul investițiilor sale relaționale și emoționale în activitatea desfășurată. Deși stresul poate exista independent de burnout, acest din urmă fenomen este inseparabil legat de un stres profesional persistent și prost gestionat. În timp ce stresul bine gestionat poate fi depășit cu succes, lipsa unor strategii eficiente de coping poate conduce la dezvoltarea sindromului burnout. Termenul de burnout („a arde complet”) descrie, așadar, un proces progre-

siv, adesea insidios, de epuizare emoțională, fizică și mentală, asociat cu retragerea socială și diminuarea angajamentului profesional, ca urmare a expunerii prelungite la situații de solicitare emoțională intensă.

Mecanisme de gestionare a stresului generat de activitatea de cercetare. Confrunțați cu diverse situații stresante, inclusiv în timpul activității de cercetare științifică, studenții trebuie să învețe să-și dezvolte mecanisme prin care să facă față stresului. În acest sens C. Hayes propune modelul Coping Triangle – o formulare conceptuală simplificată, cu valențe explicative și aplicative, ce constituie un pilon fundamental al terapiei cognitiv-comportamentale. Acest model permite evaluarea presiunii generate de o situație stresantă, inclusiv în contextul activității de cercetare pedagogică. Formula, adaptabilă diverselor contexte și situații, este exprimată astfel: stres = factor stresor/ percepție + suport. Valoarea explicativă a acestui model rezidă în oferirea unei perspective individualizate asupra stresului, facilitând identificarea nevoilor, a pattern-urilor cognitive și comportamentale actuale, care indică necesitatea unui suport adecvat. Totodată, contribuie la restabilirea echilibrului între viața profesională și cea personală și la reactivarea motivației intrinseci pentru alegerea carierei didactice [4].

Un management eficient al stresului studenților generat de activitatea de cercetare științifică presupune nu doar controlul reacțiilor emoționale în fața provocărilor percepute ca dificile, ci și dezvoltarea unor mecanisme adaptative și strategii de autoreglare. În acest sens, evidențiem câteva direcții esențiale:

- *Informarea și conștientizarea* cu privire la situațiile și sursele potențial generatoare de stres, aspect care facilitează anticiparea și

conturarea unor strategii proactive de coping (de adaptare, de balansare);

- *Consolidarea stimei de sine* prin stabilirea unor obiective realiste și realizabile, susținute de credința în autoeficacitate și de o motivație autentică pentru rezolvarea sarcinilor asumate;
- *Formarea competențelor de cercetare științifică* prin achiziția unor abilități de analiză și de sinteză a informației științifice, dar și a unor metode eficiente de gestionare a conflictelor și de colaborare constructivă cu ceilalți, contribuind la succesul profesional;
- *Accesul la suport social adecvat* prin cultivarea relațiilor bazate pe încredere, colaborare și sprijin oferit de persoane competente și empatic disponibile.

Concluzii. În condiții normale de formare profesională studenții dispun de capacitatea de a se adapta la situații noi și provocatoare. Stresul generat de activitatea de cercetare științifică, perceput la un nivel moderat, nu este neapărat dăunător; dimpotrivă, el poate constitui un factor motivant și un catalizator al adaptării dinamice. Totuși, când stresul devine intens, persistent sau repetitiv, riscul apariției dezechilibrelor fizice și psihice crește considerabil.

Exprimarea emoțiilor printr-un limbaj direct, deschis și autentic determină o creștere a respectului de sine, a încrederii în relațiile interumane, precum și a calității interacțiunilor sociale. Partajarea trăirilor, fie ele pozitive sau negative, într-o manieră non-invazivă, favorizează un climat relațional sănătos și susține un management al stresului eficient, echilibrat și durabil.

REFERINȚE BIBLIOGRAFICE:

1. BOROZAN Maia, ȚURCAN Liliana. Preocupări științifice privind cercetarea pedagogică acțională în învățământul superior. În: *Managementul educațional: realizări și perspective de dezvoltare*, Ed. 5, 25-26 aprilie 2024, Bălți. Bălți: CEU US, 2024, Ediția 5-a, pp. 15-24. ISBN (pdf) 978-9975-50-336-5.
2. *Codul cu privire la știință și inovare*. Aprobă prin HG. Nr. 259 din 15.07.2004. Disponibil: https://www.legis.md/cautare/getResults?doc_id=142484&lang=ro#.
3. *Codul Educației al Republicii Moldova*. Aprobă prin HG Nr. 152 din 17.07.2014. Disponibil: https://www.legis.md/cautare/getResults?doc_id=110112&lang=ro
4. HAYES C. *Stress Relief for Teachers. The Coping Triangle*. London: Routledge, 2006. 160 p. ISBN 978-0203-029-56-5
5. MASLACH C., JACKSON S. *Maslach Burnout Inventory Manual*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press, 1981. ISBN 978-9994-892-24-2.
6. ZLATE M. *Tratat de psihologie organizațional-managerială. Vol. II*. Iași: Polirom, 2007. 688 p. ISBN 978-973-46-0452-4