



GENDER-CENTRU



Suedia  
Sverige



**MATERIALELE**  
**Conferinței științifico-practice**  
**„PERSPECTIVELE DE REZILIENȚĂ A**  
**FAMILIEI ÎN CONTEXTUL**  
**SCHIMBĂRILOR CLIMATICE”**

**Ediția a XI-a**

**15 mai 2024**

**Chișinău, Republica Moldova**

**Chisinau, 2025**

**Conferința științifico-practică**  
*„PERSPECTIVELE DE REZILIENȚĂ A FAMILIEI ÎN CONTEXTUL  
SCHIMBĂRIILOR CLIMATICE”*

Editarea volumului „MATERIALELE Conferinței științifico-practice „PERSPECTIVELE DE REZILIENȚĂ A FAMILIEI ÎN CONTEXTUL SCHIMBĂRIILOR CLIMATICE”” este realizată cu suportul financiar al AO GENDER-CENTRU.

**DESCRIEREA CIP A CAMEREI NAȚIONALE A CĂRȚII DIN REPUBLICA MOLDOVA**

**"Perspectivele de reziliență a familiei în contextul schimbărilor climatice", conferință științifico-practică (11 ; 2024 ; Chișinău).** Materialele Conferinței științifico-practice "Perspectivele de reziliență a familiei în contextul schimbărilor climatice", Ediția a 11-a, 15 mai 2024, Chișinău / comitet științific: Luminița Drumea [et al.]. – Chișinău : [S. n.], 2025 (Artpoligraf). – 236 p. : fig., tab.

Antetit.: Universitatea de Stat din Moldova [et al.]. – Texte : lb. rom., engl., rusă. – Rez. paral.: lb. rom., engl. – Referințe bibliogr. la sfârșitul art. – Cu suportul financiar al AO Gender-Centru. – [50] ex.

**ISBN 978-9975-3706-9-1.**

**Tipărit la tipografia Artpoligraf S.R.L.**

Selectarea și prezentarea informației, precum și opiniile expuse în această publicație aparțin autorilor.

Se distribuie gratuit.

\* Responsabilitatea asupra conținutului articolelor revine în exclusivitate autorilor.

## COMITET ȘTIINȚIFIC

**Luminița DRUMEA**, *dr., Secretar general adjunct, UNESCO*

**Valentina BODRUG-LUNGU**, *dr.hab., prof.univ., Universitatea de Stat din Moldova, Președinta Gender-Centru*

**Vladimir GUTU**, *dr.hab., prof.univ., Decan, Facultatea Psihologie și Științe ale Educației, Sociologie și Asistență Socială, Universitatea de Stat din Moldova*

**Valeria PASCARU-GONCEAR**, *dr., lect.univ., Departamentul Științe ale Educației, Universitatea de Stat din Moldova*

**Viorica REABOI-PETRACHI**, *dr., lect.univ., Departamentul Științe ale Educației, Universitatea de Stat din Moldova*

**Oțilia DANDARA**, *dr.hab., prof.univ., Prim-prorectoră, Universitatea de Stat din Moldova*

**Maia ȘEVCIUC**, *dr., prof.univ., Șef, Departamentul Științe ale Educației, Universitatea de Stat din Moldova*

**Ana TARNOVSCHI**, *dr., conf.univ., Prodecan, Facultatea Psihologie și Științe ale Educației, Sociologie și Asistență Socială, Universitatea de Stat din Moldova*

**Svetlana TOLSTĂIA**, *dr., conf.univ., Departamentul Psihologie, Universitatea de Stat din Moldova*

**Carolina ȚURCANU**, *dr., conf.cerc., Șef, Centrul de Cercetări Științifice "Politici educaționale și sociale", Universitatea de Stat din Moldova*

**Tataiana UDREA**, *Manager de program, UN Women în Moldova*

## COMITET ORGANIZATORIC

**Valentina BODRUG-LUNGU**, *dr.hab., prof.univ., Universitatea de Stat din Moldova, Președinta Gender-Centru*

**Vladimir GUTU**, *dr.hab., prof.univ., Decan, Facultatea Psihologie și Științe ale Educației, Sociologie și Asistență Socială, Universitatea de Stat din Moldova*

**Igor ȘAROV**, *dr., conf.univ., Rector, Universitatea de Stat din Moldova*

**Maia ȘEVCIUC**, *dr., prof.univ., Șef, Departamentul Științe ale Educației, Universitatea de Stat din Moldova*

**Ana TARNOVSCHI**, *dr., conf.univ., Prodecan, Facultatea Psihologie și Științe ale Educației, Sociologie și Asistență Socială, Universitatea de Stat din Moldova*

**Carolina ȚURCANU**, *dr., conf.cerc., Șef, Centrul de Cercetări Științifice "Politici educaționale și sociale", Universitatea de Stat din Moldova*

**Miroslava VĂLIC**, *Universitatea de Stat din Moldova*

*Tehnoredactare și design electronic: Carolina ȚURCANU*

## CUPRINS

### CONCEPTUL CELEBRĂRII ZILEI INTERNAȚIONALE A FAMILIEI 2024

### COMUNICĂRI ÎN PLEN

Felicia BECHTOLDT  
(Republica Moldova)

*Măsurile statului de suport pentru  
familiile cu copii în perioada de  
criză.*

Nina LOZINSCHI  
(Republica Moldova)  
Alexandru LOZINSCHI  
(Republica Moldova)

*Gender și schimbările climatice.*

*Reziliența climatică.*

Valeria PASCARU-  
GONCEAR  
(Republica Moldova)

*Recomandări pentru acordarea  
suportului familiilor în situații de  
criză.*

Tatiana UDREA  
(Republica Moldova)

*Impactul social al schimbărilor  
climatice asupra femeilor și  
grupurilor vulnerabile din Republica  
Moldova.*

**COMUNICĂRI ÎN ATELIER**

<b>Veronica CLICHICI,</b> (Republica Moldova)	FAMILIA - FACTOR DECISIV ÎN GESTIONAREA TIMPULUI LIBER AL ELEVILOR	11
<b>Birescu Mihaéla</b> (Республика Молдова)	COLABORAREA DINTRE FAMILIE ȘI GRĂDINIȚĂ ÎN SPRIJINUL DEZVOLTĂRII COPILULUI	26
<b>Maria IANIOGLO</b> (Republica Moldova)	ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛИЗАЦИИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В КОНТЕКСТЕ ПАРТНЕРИАТА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ И СЕМЬИ	36
<b>Adelina OLTEANU- STURZA</b> (Republica Moldova)	SPRIJINUL FAMILIAL – PIATRĂ DE TEMELIE ÎN CULTIVAREA INTERESULUI PENTRU LECTURĂ LA COPII	53
<b>Daniela Lungu,</b> (Republica Moldova)	WHAT IS THE COLOR OF HEARTBREAK?	65
<b>Ungureanu Nastasia Anca- Gabriela,</b> (Republica Moldova)	BUILDING BLOCKS OF RESILIENCE:FOSTERING FAMILY SUPPORT FOSR CHILDREN.	84
<b>Elena TCACI</b> (Republica Moldova))	STRATEGII DE MODIFICARE A ATTITUDINII FAȚĂ DE SINE GENERATĂ DE PATTERNURI TRANZACȚIONALE LA FEMEI.	97
<b>Ciobanu Nicolae</b> (Republica Moldova)	IMPACTUL CONSILIERII PASTORALE ASUPRA ARMONIZĂRII RELAȚIILOR FAMILIALE.	114

**Conferința științifico-practică**  
*„PERSPECTIVELE DE REZILIENȚĂ A FAMILIEI ÎN CONTEXTUL  
SCHIMBĂRILOR CLIMATICE”*

<b>Victoria LUNGU, Daniela</b> <b>LUNGU, Sorin</b> <b>GOLOVATIC (Republica</b> <b>Moldova)</b>	GENERAL OVERVIEW OF WOMEN'S ENTREPRENEURSHIP IN THAILAND AND VIETNAM	127
<b>Ngongo Bebelas Grâce</b> <b>Israel (Republica</b> <b>Moldova)</b>	PARTICULARITĂȚILE PSIHO- AFECTIVE ALE TRAUMEI LA DIFERITE CATEGORII DE VÂRSTĂ	149
<b>Valeria PASCARU- GONCEAR</b> <b>( Republica Moldova)</b>	RECOMANDĂRI PRIVIND ACORDAREA SUPTULUI PSIHOPEDAGOGIC FAMILIILOR ÎN SITUAȚII DE CRIZĂ	167
<b>Violeta TERGUȚĂ</b> <b>(Republica Moldova)</b>	INCREASING THE RESILIENCE OF SURVIVORS OF GENDER- BASED VIOLENCE BY PROVIDING FINANCIAL SUPPORT AS PART OF CASE MANAGEMENT	176
<b>Larisa DIMIAN</b> <b>(Republica Moldova)</b>	GENERAL APPROACHES TO STRESS	194
<b>Valentina BODRUG-LUNGU</b> <b>Otilia DANDARA</b> <b>Waraporn</b> <b>CHATRATICART</b> <b>(Republica Moldova)</b>	ABORDĂRI GENERALE PRIVIND INTERCONEXIUNEA DINTRE POLITICILE FAMILIALE ȘI SCHIMBĂRILE CLIMATICE (CAZUL REPUBLICII MOLDOVA ȘI THAILANDA)	213

## CONCEPTUL CELEBRĂRII ZILEI INTERNAȚIONALE A FAMILIEI

Ziua Internațională a Familiei este marcată anual la 15 mai, în conformitate cu Rezoluția 47/237 din 20 septembrie 1993 a Adunării Generale a ONU. Prin adoptarea rezoluției respective, Națiunile Unite au confirmat angajamentul de a promova progresul social și standarde de viață mai bune pentru familiile din întreaga lume, sprijinând nu numai familiile, dar și culturile de pe glob.

Această zi oferă o oportunitate de a crește gradul de conștientizare cu privire la problemele legate de familii și de a fortifica cunoștințele despre procesele sociale, economice și demografice care le afectează. *Obiectivul principal* al acestei zile este de a evidenția importanța familiilor în cadrul societății și de a promova valorile majore ale familiei: dragoste, respect, egalitate, parteneriat, împărțirea responsabilităților casnice, prevenirea/combaterea violenței în familie, concilierea vieții profesionale cu viața de familie, etc.

Prin Hotărârea Parlamentului nr. 433 din 26.12.1990 cu privire la zilele comemorative, zilele de sărbătoare și la zilele de odihnă în Republica Moldova, începând cu anul 2010, Ziua Familiei este consemnată ca sărbătoare la nivel național pe data de 15 mai. Guvernul, structurile de stat, APL, organizațiile non-guvernamentale, instituțiile de învățământ și persoanele fizice, etc. sunt încurajate să organizeze celebrarea Zilei pentru

promovarea valorilor familiei.

În anul 2024 la nivel global Ziua de 15 mai are ca subiect: **Familia și schimbările climatice**. Studiile demonstrează că schimbările climatice afectează toate domeniile de dezvoltare, inclusiv instituția familiei.

Printre mesajele de bază corelate cu subiectul propus menționăm următoarele:

*Munca de îngrijire este muncă climatică.* Criza climatică va amplifica nevoia de îngrijire a copiilor, bătrânilor și persoanelor cu dizabilități și alte îngrijiri domestice în cadrul familiilor și comunităților, ca răspuns la impactul în creștere asupra sănătății și modului de trai, iar această activitate este esențială pentru a face față impacturilor climatice curente și viitoare.

Mai mult, ca parte a unei schimbări narrative mai ample, se conturează necesitatea de a investi în oameni - sănătatea, bunăstarea, îngrijirea, educația și siguranța lor - ca parte a lumii pe care trebuie să o construim pentru climă și justiție de gen.

În același timp, Raportorul special al Națiunilor Unite pentru dreptul la dezvoltare, dl Surya Deva, în raportul său de viziune adresat Consiliului pentru Drepturile Omului (A/HRC/54/27) a evidențiat schimbările climatice ca fiind unul dintre principalii perturbatori în realizarea dreptului la dezvoltare. Printre priorități, în acest context, au fost evidențiate: concentrarea pe aspirațiile de dezvoltare ale anumitor beneficiari marginalizați sau vulnerabili, inclusiv copiii și tinerii.

Reiterăm faptul că familia este unitatea de bază a societății. În familie din copilărie învățăm abilitățile esențiale de viață, care ne ajută să supraviețuim și să ne dezvoltăm pe tot parcursul vieții.

Conferința științifico-practică  
„PERSPECTIVELE DE REZILIENȚĂ A FAMILIEI ÎN CONTEXTUL  
SCHIMBĂRILOR CLIMATICE”

Pe parcursul ultimilor ani, ne-am confruntat cu diverse crize și nesiguranțe. Drept provocare dar și condiție pentru dreptul la dezvoltare se impune fortificarea rezilienței oamenilor în plan personal, social și profesional, atât la nivel de familie cât și la nivel de societate.

În contextul celor menționate anterior, în vederea celebrării Zilei Familiei în 2024, se propune organizarea conferinței științifico-practice naționale cu participare internațională la tema: *PERSPECTIVELE DE REZILIENȚĂ A FAMILIEI ÎN CONTEXTUL SCHIMBĂRILOR CLIMATICE*. Evenimentul este organizat în colaborare dintre Universitatea de Stat din Moldova, Ministerul Muncii și Protecției Sociale, Ministerul Educației și Cercetării, UNESCO, UN Women, Platforma pentru Egalitate de Gen, Gender-Centru.

*Scopul conferinței* este de a reitera importanța instituției familiei și necesitatea abordării multidimensionale a acesteia, inclusiv din perspectivă socială și educațională, în vederea asigurării stării de bine și a drepturilor la dezvoltare a membrilor familiilor, în special în contextul schimbărilor climatice.

## COMUNICĂRI ÎN PLEN

### MĂSURILE STATULUI DE SUPT PENTRU FAMILIILE CU COPII

*Felicia BECHTOLDT,*  
*Secretară de Stat,*  
*Ministerul Muncii și Protecției Sociale*  
*Republica Moldova*

### GENDER ȘI SCHIMBĂRILE CLIMATICE

*Nina LOZINSCHI, magistr,*  
*Platforma pentru Egalitate de gen,*  
*Republica Moldova*

### REZILIENȚA CLIMATICĂ

*Alexandru LOZINSCHI, expert,*  
*Ecovisio,*  
*Republica Moldova*

### RECOMANDĂRI PENTRU ACORDAREA SUPTULUI FAMILIILOR ÎN SITUAȚII DE CRIZĂ

*Valeria PASCARU-GONCEAR, dr., lect.univ.,*  
*Departamentul Științe ale Educației,*  
*Universitatea de Stat din Moldova,*  
*Republica Moldova*

### IMPACTUL SOCIAL AL SCHIMBĂRILOR CLIMATICE ASUPRA FEMEILOR ȘI GRUPURILOR VULNERABILE DIN REPUBLICA MOLDOVA

*Tatiana UDREA,*  
*Manager de program, UN Women în Moldova,*  
*Republica Moldova*

## COMUNICĂRI ÎN ATELIER

CZU:

DOI:

### THE FAMILY - DECISIVE FACTOR IN THE MANAGEMENT OF STUDENTS' FREE TIME

### FAMILIA - FACTOR DECISIV ÎN GESTIONAREA TIMPULUI LIBER AL ELEVILOR

**Veronica CLICHICI**  
**Republica Moldova**

***Summary:** The scientific article reflects the theme "Family - decisive factor in the management of students' free time". Family education and free time constitute the main elements of autonomous mutual action in the formation and development of the student's personality. The educational premises for free time for students is generated by the value context of the family. For this purpose, conceptual aspects of family leisure time are presented. At the same time, a series of strategies regarding the quality of the child's free time spent in the family, focused on positive models, are capitalized. The value of free time is a right of the student that stimulates the need for a conceptualization of free time education in school with the involvement of the family.*

***Keywords:** education, family, strategy, free time, value.*

***Rezumat:** Articolul științific reflectă tema „Familia - factor decisiv în gestionarea timpului liber al elevilor”. Educația familială și timpul liber*

*constituie principalele elemente ale acțiunii reciproce autonome în formarea și dezvoltarea personalității elevului. Premisele educaționale pentru timpul liber al elevilor sunt generate de contextul valoric al familiei. În acest scop, sunt prezentate aspecte conceptuale ale timpului liber în familie. Totodată, sunt valorificate o serie de strategii privind calitatea timpului liber al copilului petrecut în familie, axate pe modele pozitive. Valoarea timpului liber este un drept al elevului care stimulează necesitatea unei conceptualizări a educației timpului liber în școală cu implicarea familiei.*

**Cuvinte cheie:** educație, familie, strategie, timp liber, valoare.

Researchers in the fields of educational sciences, psychology and sociology believe that the family is the pillar of transmission of values and cultural norms from generation to generation. It is in the family that the foundations of personality are laid, it is here that the most sublime human feelings - love of people and happiness - are learned, it is here that the most valuable memories of human life are created and consolidated, and when a person goes into nothingness, it is still the family that spends, misses and remembers him.

Nowadays, the family is required concrete and adequate responses to the challenges of time at the level of adaptability, cohesion; learning, remodeling and competence of permanent symbolic restructuring; creativity and inventiveness, change of

visions and stereotypes that hinder the construction of relationships, image and common biography; efficiency in parenting actions inside and outside it; organization of quality family life; education and valuing children through and in the context of eternal-human values. [5, p.11]

*Family education and free time* are today the main elements of mutual autonomous action in the formation-development of the student's personality.

In the educational process, C. Cucuș explains the time variable, referring not only to the time spent in school, but also to the time spent outside its perimeter, which is free time in connection with school time and out-of-school time. [3, p.38; p. 78]

M. Jigău establishes the interdependence of three components of student time management: school time, out-of-school time and free time. [7, p.5]

Therefore, the basic pillars for the rational organization of the student's free time were, are and will be the *family* in partnership with the school and the community that permanently promotes eternal-human values in a modernized context.

*Family leisure time or the time spent in the family* by parents with their children is considered quality time, this idea has been

developed in the researches of scholars J.K. Daly [6], L. Cuznetsov [4] etc., by quality time in the family, researchers understand different leisure activities of parents with their children supported on the basis of being together.

J.K. Daly analyzes that family time can be less than ideal, as there are often conflicts, tensions, fights between the child-adolescent and the parent. Often these occur when family members are tired of school or work responsibilities. Moreover, family time is not equally satisfied by all family members, but rather is used in the service of the child. As researcher J.K. Daly explains, family time "is often thought of as a constant one-way construct of what parents do for the sake of their children." [6, p.291]

From the perspective of family education, the researcher L. Cuznetsov deals with the issue of leisure time in her fundamental works. Thus, she analyzes the time budget for children's education and establishes the relationship between family-school, which depends on the level of parents' culture, the duration of family relations, the age of children and parents, living conditions [4, p.37-41, p.49-61].

The value of free time is a child's right that stimulates the need for a conceptualization of free time education in school with family involvement. This, in turn, leisure education provides the possibility for pupils to develop the competence of rational management of leisure time through the ability to know their own interests, to select their preferences on a priority level, and to design their time for those activities/occupations offered by the school according to the requirements of society. At the same time, to make the most of their free time even after graduating from school, as a healthy way of life, family, work and leisure are fundamental to being human.

In the literature and studies on the science of leisure time, we find that the local education in relation to the years of its existence, never as today teenage students have never enjoyed a more generous rate of leisure time, caused by the emergence of new ideologies of valuing fractions of social time under the impact of *new technologies* and *new forms of social interaction*, established by R. Sue on the postmodern society, called the age of computerization or the knowledge-based society that emphasizes the lifestyle of the individual in leisure time [apud 2, p. 93], hence the need for a competence of value management of leisure time

promoted in educational institutions, but supported by the family partnership.

*Leisure education* is generated by the family factor. These educational prerequisites not only include the before/after school hours, but also the correct *management of leisure time in the family*, which needs to be managed efficiently. The value of an adolescent pupil is also deduced from how/when and where he/she spends his/her free time constructively. This *new education* in partnership with the family aims to inform the adolescent pupil about the specific ways of spending free time and to train him/her in the skills of planning and organizing free time, by combining intellectual activities with recreational-distractive, cultural-artistic, sporting and practical activities. [1, p.43]

Leisure management education in the family is essential to improve the quality of children's lives through a developmental process in which they learn to do what is important and useful for their personality development during their leisure time, as attested to by international definitions in the World Leisure and Recreation Association Charter, [apud 1]. We emphasize that leisure time is a global issue of the XXI-st century, and it requires

a high level of culture and awareness of the value of time and freedom for the whole human society.

In A. Sivan [8], leisure education from the perspective of lifelong learning expands into several forms of realization, initiated as early as in the family environment, shown in Figure 1:

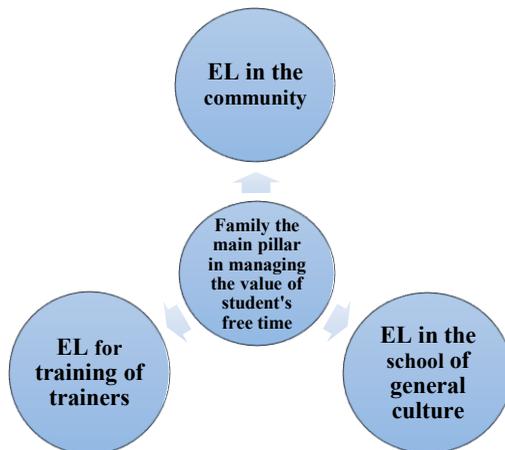


Figure 1. *Student's education for leisure (EL) generated by family context*

There is a need to initiate the quality of the dimension of leisure time spent in the family in order to initially form the competence of students' value management of leisure time. Thus, on the basis of scientific literature and our research topic, we will present below some strategies, according to L. Cuznețov, which have been experimented by the author and proved to be effective in children's family education [5, p.26-27]:

➤ *Strategies for getting to know the child in depth*, which includes a range of methods and procedures for deepening parental knowledge and skills; empathic and active listening to the child; systemic observation of the child; understanding the child's manifestations;

➤ *Strategies for ensuring the conditions, rhythm and rituals of education and parental and brotherly love*, which we consider central in the formation of the child's personality, because it combines the creation of appropriate moral, spiritual, psychophysical, aesthetic conditions for practicing self-serving actions, work with those of respecting a harmonious regime, way and lifestyle and of course focusing on actions - rituals of love that correspond to the child's age, interests and aspirations, such as: reading before going to sleep; analyzing what has been experienced / the vicissitudes of the day; every Sunday children spend with their parents; serving the child with something pleasant; going every two weeks to the grandparents, etc.

➤ *The strategy of focusing on the child's avoidance of undesirable actions* is based on the psychophysical peculiarities of human beings. Its effectiveness depends on the concrete situation, the child's age and parental skills. It can be applied in various ways:

changing the topic of discussion; conversation on topics in which the child is interested; playing a game or reading; original and interesting demonstrations of objects or actions, etc.

➤ *The strategy of valorization of the child in actions / activities* involves the child's practice and active involvement in the daily life of the family; creating opportunities for the child to develop its potential by practicing various tasks; analyzing the quality of the tasks; approving and helping the child in case of calling the adult.

Making use of the above strategies requires psycho-pedagogical skills, patience and trust in the child. Motivating the child through various methods of support, approval, disapproval, encouragement, and demonstrating demandingness, combined with parental esteem and kindness, will be practiced in all educational strategies. Effective leisure time in the family will focus on positive role models that parents will promote: *appropriate behavior in fulfilling family roles; balanced moral conduct focused on humanism; open and honest family communication and relationships; positive attitude towards people and life; active civic stance; centering on the values of practical philosophy; focusing on a way of life oriented on respecting the unity between the way of thinking,*

*deciding/saying and acting; conduct centered on reflection and continuous self-improvement.*

Therefore, the dreptul copiilor and adoloscențelor de a petrece the free timper este atestatet in mod explicite in articolul 31 of "Convenția cu privire la drepturile copilului" of 1989. Free time is meant to be a time of personal growth, recreation, recreation and participation in society [10]. Addressing this problem is a dimension of well-being in the development of children and adolescents, necessary for the development of various activities based on personal interests and needs.

The writer G. Torkildsen, one of the authors in our country, examined and identified the most important needs of free time in the formation of personality, according to the theory of the hierarchy of human needs of A. Maslow and the theories of multiple intelligences, he classified them as follows [*apud* 1, p. 27]:

- ✓ *the need for new experiences*: such as adventure, relaxation and fantasy; of identity and identity;
- ✓ *the need for comfort*: being free from being thirsty, hungry, pain;
- ✓ *the need to dominate*: to direct others or to control the environment;

- ✓ *the need for social interaction and interest*: the need to relate and relate to other people;
- ✓ *the need for mental alertness*: to research and understand/scientize;
- ✓ *the need for creativity*;
- ✓ *the need for interpersonal service*: to be needed;
- ✓ *the need for physical activity*: to keep fit, healthy, etc.

The management of free time cannot be approached without reference to an achiological system. Or, the category of free time, even in the region of summer or rest, cannot be established without reference to the world of values and their significance. According to the National Research Council of the Washington Institute of Medicine, "the impact of positive change, the environment, and the people, and the opportunities to obtain and respond to it." life, supports young people in acquiring and maintaining their values " [9].

C. Cucuș states that free time is the time of individual autonomy [3, p.78]. The benefits of the activities carried out in the free time contribute to the life of the person through three major functions:

a) *regenerating*, restoring the physical and ritual forces that have been eroded in order to fulfill school, family, professional and social obligations;

b) *training*, training of insufficiently trained individuals in terms of educational and professional activities;

c) *development*, an ideational function that has the role of providing resources for a certain orientation in the field of ideas.

Parents' responsibility is maximum during the holidays. This period, which needs to be balanced with various positive actions, will help the sisters and teenagers to rationally value their free time. The last election of the various significant stakeholders in the field of the sisters and teenagers together with their parents, indicates the degree of interest in their compliance and personal development. In addition to social or other reference activities (summary of digital messages or online communications on facebook, tiktok, instagram, viber, etc.), the recreation of free time in the country , we consider to be the last in the following actions to recreate:Hobby;

- Free activities offered by the school / educational center;
- Retrieving free time with the family during the retirement or rest day;

- Artistic, aesthetic, entertainment activities in commercialized studios;
- Entertainment, animation and asvatise songs;
- Children and teenagers;
- Life insurance;
- Educational films;
- Downhills, hiking, rest in the open air;
- Efficient communication, media socialization;
- Activities to develop creativity, communication and emotional intelligence;
- Excursion (to the sea, to the mountain, etc.)
- Tourism, vagabonds, holidays in the country / other borders;
- Summer camp;
- Visit to museums, monasteries, historical sites, etc.

Free time in childhood and high school plays a variety of roles in supporting healthy development during adolescence and adulthood. First of all, it provides children with a framework for developing meaningful social relationships both with adults and with peers, and these relationships favor emotional, psychological and cognitive development. In the second place, such activities

offer both structured and unstructured lower order, summary and choice of the sorrel in other achiological ortions.

In conclusion, *the management of free time in the family* presents a state of well-being, both for the body and for the development of the personality of the sisters and teenagers, but, above all, it contributes to the maintenance of the "physical well-being of the person". diminished by the informational and transformative stress of lives. The activities and recreations of the free time, rationally dosed, contribute to the systematic enrichment of the spiritual life, the thirstless raising of the degree of consciousness, the broadening of the cultural horizon, the development of everything of human skills and talents, stimulating his creative abilities.

#### **Bibliography:**

1. CLICHICI, V. *Educația pentru timpul liber din perspectivă axiologică. Conceptualizare. Modelizare. Implementare.* Chișinău: Lyceum, 2018. 200 p. ISBN 978-9975-3285-2-4.  
[http://ise.upsc.md/uploads/files/1548322736\\_educaia-pentru-timpul-liber.pdf](http://ise.upsc.md/uploads/files/1548322736_educaia-pentru-timpul-liber.pdf)
2. CLICHICI, V. Rolul competențelor educației pentru timpul liber în contextul învățării pe tot parcursul vieții. În: *Relevanța și calitatea formării universitare: compentețe pentru prezent și viitor.* Volumul II, 2020. Conferința „Relevanța și calitatea formării universitare: compentețe pentru prezent și viitor” Bălți, Moldova, 09 octombrie 2020. [https://ibn.idsi.md/sites/default/files/imag\\_file/39-42\\_50.pdf](https://ibn.idsi.md/sites/default/files/imag_file/39-42_50.pdf)
3. CUCOȘ, C. *Timp și temporalitate în educație. Elemente pentru un management al timpului școlar.* Iași: Polirom, 2002. 159 p.

**Conferința științifico-practică**  
**„PERSPECTIVELE DE REZILIENȚĂ A FAMILIEI ÎN CONTEXTUL**  
**SCHIMBĂRILOR CLIMATICE”**

4. CUZNEȚOV, L. *Etica educației familiale*. Chișinău: Complexul editorial-poligrafic al ASEM, 2000.
5. CUZNEȚOV, L. Profilul valoric al familiei între stabilitate și schimbare: tendințe, orientări și perspective în educația și dezvoltarea calității vieții de familie. În: *Familia – factor existențial de promovare a valorilor etern-umane*. Materiale Conf.. Șt. Intern. UPS „I. Creangă”, 15 mai 2012. Chișinău: CEP USM, 2012. p. 9-29. ISBN 978-9975-71-325-2.
6. DALY, K.J. Deconstructing Family Time: From Ideology to Lived Experience. In: *Journal of Marriage and Family*, 63(2), 2001.
7. JIGĂU, M. (coord.) ș.a. *Timpul elevilor*. București: IȘE, 2008.
8. SIVAN, A.; RUSKIN, H. *Leisure education, community development, and populations with special needs*. CABI Publishing, 2000.
9. *Shaping Summertime Experiences: Opportunities to Promote Healthy Development and Well-Being for Children and Youth*. In: National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine; Division of Behavioral and Social Sciences and Education; Board on Children, Youth, and Families; Committee on Summertime Experiences and Child and Adolescent Education, Health, and Safety; Hutton R, Sepúlveda MJ, editors. Washington (DC): National Academies Press (US); 2019 Sep 26. (vizualizat: 10.05.2024) <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK552668/>
10. *The right to free time in childhood and adolescence*. In: „Challenges” Newsletter on childhood and adolescence, Nr. 19, August 2016 (vizualizat: 10.05.2024) [https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/40760/1/S1601046\\_en.pdf](https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/40760/1/S1601046_en.pdf)

**Date despre autoare:**

**Veronica CLICHICI**, PhD, Lecturer, Moldova State University

[veronicaclichici@yahoo.com](mailto:veronicaclichici@yahoo.com)

## COLABORAREA DINTRE FAMILIE ȘI GRĂDINIȚĂ ÎN SPRIJINUL DEZVOLTĂRII COPILULUI

### THE COLLABORATION BETWEEN FAMILY AND KINDERGARTEN IN SUPPORTING CHILD DEVELOPMENT

**Birescu Mihaéla**  
Ungaria

#### **Abstract**

Parteneriatul dintre familie și grădiniță joacă un rol crucial în dezvoltarea copilului, deoarece el asigură un mediu educațional stabil și sănătos. Această colaborare include comunicare deschisă, implicare activă și respect reciproc, fiind fundamentată pe obiective comune: creșterea și educarea armonioasă a copilului. Articolul subliniază importanța unor modele de implicare parentală diverse, precum colaborarea participativă, comunicarea interactivă și consilierea parentală. Aceste abordări contribuie la o conexiune strânsă între părinți și educatori, oferind copilului un mediu stabil și continuu, unde valorile și practicile educative sunt aliniate. Parteneriatul autentic între familie și grădiniță are multiple beneficii, nu doar pentru copil, ci și pentru părinți și educatori, susținând o comunitate educațională solidă. Astfel, copiii cresc într-un mediu care le cultivă empatia, încrederea și deschiderea față de diversitate.

**Cuvinte-cheie:** parteneriat familie-grădiniță, comunicare educațională, implicare parentală, dezvoltarea copilului, comunitate educațională

### **Abstract**

*The partnership between family and kindergarten plays a crucial role in child development, ensuring a stable and healthy educational environment. This collaboration includes open communication, active involvement, and mutual respect, grounded in shared goals: the harmonious growth and education of the child. This article highlights the importance of diverse models of parental involvement, such as participative collaboration, interactive communication, and parental counseling. These approaches foster a close connection between parents and educators, providing the child with a stable and continuous environment, where educational values and practices are aligned. An authentic family-kindergarten partnership offers multiple benefits not only for the child but also for parents and educators, supporting a strong educational community. Consequently, children grow up in an environment that nurtures empathy, confidence, and openness to diversity.*

**Keywords:** *family-kindergarten partnership, educational communication, parental involvement, child development, educational community*

Importanța unui parteneriat autentic între grădiniță și familie

Un parteneriat autentic între grădiniță și familie este esențial pentru dezvoltarea timpurie armonioasă a copilului, deoarece contribuie la formarea unui mediu educațional și emoțional sănătos. Această colaborare presupune participare constantă, empatie și cooperare între părinți și educatori pentru a atinge obiective comune, cum ar fi susținerea echilibrată și eficientă a copilului. Mediul și educația copilului trebuie să fie constante și

coerente, iar grădinița și familia au roluri complementare și decisive în viața sa. Batâr [1] subliniază că dinamica socială modernă face comunicarea între părinți și educatori esențială, pentru ca familia să devină un partener activ. Golu [2] adaugă că parteneriatul se bazează pe încredere și un scop comun – bunăstarea copilului. O colaborare armonioasă elimină inconsecvențele dintre valorile familiei și cele ale grădiniței, oferind copilului stabilitate emoțională și socială.

Comunicarea deschisă și eficientă: fundamentul unui parteneriat de succes

Comunicarea deschisă și eficientă este un factor-cheie pentru succesul parteneriatului dintre familie și grădiniță, contribuind la stabilitatea mediului educațional al copilului. Faber și Mazlish subliniază importanța unei comunicări empatică în relațiile cu preșcolarii, principiu aplicabil și în interacțiunile dintre părinți și cadrele didactice. Atât educatorii, cât și părinții trebuie să fie deschiși la dialog, să se asculte reciproc și să colaboreze, asigurând astfel un climat previzibil și stabil pentru copil. [3] Educatorii au un rol crucial în inițierea acestei comunicări, iar Dumitru recomandă formarea lor în consilierea psihopedagogică, pentru a putea oferi părinților feedback constructiv și susținere. Educatorii trebuie să comunice progresul și comportamentul copilului în mod clar și să fie receptivi la sugestiile părinților. [4] Stan accentuează necesitatea unei comunicări constante, prin întâlniri periodice, apeluri telefonice și platforme digitale, toate acestea facilitând prevenirea problemelor și asigurând implicarea părinților. Contactul frecvent sporește sentimentul de valorizare a părinților în procesul educațional, pentru că el duce la

consolidarea colaborării și a sprijinului acestora în activitățile grădiniței. [5]

Trei modele de implicare a părinților în viața educațională a copilului

Pentru a crea un parteneriat eficient, grădinițele pot adopta diverse modele de implicare a părinților. Un exemplu este modelul de colaborare participativă, care îi invită pe părinți să se implice direct în activitățile zilnice ale grădiniței, cum ar fi activități de lectură, de artă sau excursii organizate de instituție. Mateiaș subliniază că acest model îi ajută pe părinți să simtă că fac parte din comunitatea educațională a copilului lor și îi ajută pe copii să observe că și părinții lor participă activ la educația lor, ceea ce întărește sentimentul de sprijin și siguranță. [6] Exemple de astfel de activități includ:

- **Ateliere de lectură:** Părinții sunt invitați să le citească povești sau cărți preferate copiilor din grupă, promovând astfel interesul pentru lectură și dezvoltarea vocabularului.
- **Activități artistice:** Participarea la ateliere de artă și creație, unde părinții și copiii colaborează pentru a realiza diverse proiecte artistice.
- **Excursii și vizite educative:** Părinții se alătură grupelor în excursii la muzee, teatre, grădini zoologice sau alte locuri de interes educațional, ajutând la supravegherea și îmbogățirea experiențelor copiilor.
- **Evenimente și serbări tematice:** Organizarea de evenimente speciale, precum serbări de Crăciun, zile ale

porților deschise sau festivaluri culturale, unde părinții pot participa activ și pot contribui cu idei și resurse.

Mateiaș [7] accentuează faptul că acest model de implicare îi ajută pe părinți să simtă că fac parte integrantă din comunitatea educațională a copilului lor. Participarea lor activă nu doar că întărește legătura dintre familie și grădiniță, dar are și un impact pozitiv asupra copilului. Preșcolarii observă implicarea părinților lor și au un sentiment de mândrie și securitate, ceea ce le sporește încrederea în sine și motivația pentru învățare. Colaborarea participativă facilitează o mai bună înțelegere a mediului educațional de către părinți, care pot vedea direct metodele și abordările pedagogice folosite de educatori. Acest lucru conduce de obicei la coerență între practicile educative de acasă și cele de la grădiniță, contribuind la o dezvoltare armonioasă a copilului.

Un alt model de implicare este comunicarea interactivă, care se concentrează pe crearea unor canale de comunicare deschise și bidirecționale între părinți și educatori. Acest model include:

- **Jurnale de comunicare:** Caiete sau aplicații digitale, de exemplu OviKRETA, în care educatorii și părinții notează observații, întrebări și comentarii despre progresul copilului.
- **Întâlniri individuale periodice:** Discuții programate, în care se analizează evoluția copilului, se stabilesc obiective și se discută eventualele probleme.
- **Grupuri de discuție și forumuri online:** Platforme unde părinții și educatorii pot împărtăși idei, resurse și pot discuta diverse teme educaționale.

Acest exemplu încurajează un dialog continuu și permite ajustarea strategiilor educaționale în funcție de nevoile specifice ale copilului. Prin comunicare interactivă, părinții sunt informați în timp real despre activitățile și realizările copilului, putând oferi la rândul lor feedback și sugestii.

Un alt model este cel al consilierii parentale, prin care grădinițele organizează sesiuni de instruire pentru părinți. În aceste sesiuni, educatorii le explică părinților tehnici de disciplinare pozitivă, metode de susținere a învățării acasă și strategii pentru a stimula dezvoltarea emoțională și socială a preșcolarilor. Cojocarul și Cojocarul menționează că astfel de sesiuni sunt foarte utile, mai ales în cazul părinților care nu au experiență în gestionarea problemelor de comportament ale copiilor sau care nu știu cum să sprijine educația copilului acasă [8].

Trei tipuri de provocări ale colaborării dintre grădiniță și familie și soluții pentru depășirea acestora

Parteneriatul dintre familie și grădiniță este foarte important pentru dezvoltarea echilibrată a copilului, însă poate întâmpina obstacole variate, legate de diferențele culturale, sociale, economice sau educaționale ale familiilor. Aceste provocări pot afecta comunicarea și implicarea părinților, însă educatorii, prin abordări atente și adaptate, facilitează depășirea acestora, susținând astfel o colaborare eficientă.

1. Lipsa unei înțelegeri clare a rolului grădiniței și a implicării părinților. Unul dintre obstacolele frecvent întâlnite este percepția eronată a rolului grădiniței și a importanței implicării parentale. În familiile din medii defavorizate sau cu un nivel scăzut de educație, grădinița poate fi văzută ca fiind singura

responsabilă de educația copilului. Conform lui Cojocaru și Cojocaru [9], părinții din aceste categorii pot subestima rolul lor activ în procesul educativ. Pentru a aborda această provocare, educatorii organizează sesiuni de informare și discuții deschise cu părinții, subliniind beneficiile colaborării pentru dezvoltarea copilului. Oferirea de exemple practice și concrete, cum ar fi cititul poveștilor sau susținerea exprimării emoțiilor, ajută părinții să conștientizeze contribuția lor esențială și îi motivează să se implice mai activ în activitățile educative ale copiilor.

2. Barierele culturale și etnice. Diferențele culturale și etnice constituie obstacole semnificative în colaborarea dintre părinți și grădiniță, mai ales când există neînțelegeri în privința valorilor sau normelor educative. Familiile din medii culturale diferite au, în general, așteptări distincte, iar abordările educaționale de la grădiniță pot intra uneori în conflict cu obiceiurile lor. Vrasmaș și Vrasmaș subliniază importanța respectului pentru diversitatea culturală a părinților, o atitudine incluzivă fiind esențială [10]. Educatorii pot organiza activități care să celebreze diversitatea, cum ar fi „Ziua Culturilor” sau ateliere interculturale, unde părinții să împărtășească tradiții și obiceiuri specifice. Traducerea materialelor informative și prezența unor interpreți, acolo unde este necesar, contribuie de asemenea la crearea unui climat de acceptare și respect, consolidând astfel relațiile dintre familie și grădiniță.

3. Gestionarea diferențelor de stil educațional între părinți și educatori. Diferențele de abordare în educația copilului, în special în ceea ce privește disciplina și gestionarea comportamentului, pot provoca tensiuni între părinți și educatori. În astfel de cazuri, este bine ca educatorii să faciliteze o comunicare constructivă și să

explice principiile educaționale utilizate la grădiniță. Organizarea de sesiuni de informare sau consiliere, unde educatorii descriu strategiile aplicate și beneficiile lor, ajută părinții să înțeleagă mai bine raționamentele și să găsească puncte comune cu practicile de acasă. Flexibilitatea și deschiderea educatorilor sunt importante pentru a echilibra așteptările părinților și nevoile copilului. Această abordare consolidează parteneriatul și contribuie la stabilirea unor standarde educaționale clare și coerente pentru copil.

Colaborarea între grădiniță și familie, deși afectată de provocări, poate deveni mai eficientă prin adoptarea unor strategii adaptate și prin cultivarea unei atitudini incluzive și deschise, promovând un mediu de dezvoltare echilibrat și susținut pentru copil.

Cinci beneficii ale parteneriatului dintre familie și grădiniță

Un parteneriat solid între familie și grădiniță este adesea crucial pentru dezvoltarea armonioasă a copilului. Colaborarea activă a părinților și educatorilor contribuie la un mediu educațional stabil, sprijinind dezvoltarea emoțională, socială și cognitivă a copilului. O relație constantă și constructivă între cele două părți generează rezultate vizibile atât la nivel individual, cât și în întreaga comunitate educațională.

1. Dezvoltarea armonioasă a copilului. Implicarea părinților în educația copilului contribuie la o dezvoltare echilibrată pe toate planurile – social, emoțional și intelectual. Grolnick et al. arată că prezența activă a părinților în viața educativă a copilului îi întărește încrederea în sine, echilibrul emoțional și performanțele academice pe termen lung. Observând colaborarea dintre părinți și educatori, copilul dezvoltă o rețea de susținere stabilă, care îi

oferă securitate emoțională și încredere în propriile abilități [11]. Această stabilitate îl ajută să fie deschis la noi experiențe și să accepte provocările educaționale, devenind mai rezilient și motivat să învețe. Totodată, implicarea parentală favorizează participarea copilului în activitățile grădiniței și îi consolidează abilitățile sociale, esențiale pentru o dezvoltare armonioasă.

2. Îmbunătățirea cunoașterii copilului de către părinți. Parteneriatul cu grădinița le permite părinților să înțeleagă mai bine nevoile și progresul copilului lor. Educatorii îi informează despre aptitudinile, interesele și dificultățile copilului, ceea ce le permite să susțină mai bine dezvoltarea acestuia acasă. De exemplu, dacă educatorul constată un interes deosebit pentru artă, părinții pot organiza activități creative suplimentare, stimulând astfel imaginația copilului. În cazul unor dificultăți emoționale, educatorii pot oferi părinților tehnici și sfaturi pentru a susține dezvoltarea acestor atitudini, favorizând o relație mai apropiată și suportivă între copil și părinți. În acest mod, părinții devin mai conștienți de responsabilitatea lor educativă și de rolul lor în ghidarea copilului.

3. Beneficii pentru educatori: o perspectivă completă asupra copilului. Colaborarea cu părinții oferă educatorilor o înțelegere mai profundă a copilului și a mediului său familial, contribuind la adaptarea abordărilor educaționale. Detalii despre viața de acasă, precum obiceiurile zilnice, valorile și relațiile familiale, îi ajută pe educatori să identifice mai ușor cauzele unor comportamente sau reacții ale copilului în mediul educațional. De exemplu, dacă un copil are o perioadă de tranziție – cum ar fi mutarea sau nașterea unui frate –, educatorul poate oferi sprijin emoțional suplimentar, pentru că înțelege mai bine nevoile

copilului. Colaborarea permite și consilierea părinților în gestionarea tranzițiilor acasă, contribuind la o abordare integrată între familie și grădiniță.

4. Crearea unui mediu educațional stabil și pozitiv. Un parteneriat autentic între familie și grădiniță contribuie la un mediu educațional stabil, unde copiii se simt protejați și sprijiniți. Atunci când părinții și educatorii mențin o comunicare deschisă și transparentă, conflictele sunt reduse, iar copilul beneficiază de un model relațional bazat pe respect și cooperare. Sprijinul părinților îi motivează pe educatori, iar părinții devin mai deschiși față de metodele educaționale aplicate în grădiniță. Acest climat stabil îi oferă copilului previzibilitate și îi facilitează adaptarea la cerințele educaționale. De asemenea, colaborarea activă dintre părinți și educatori permite soluționarea rapidă a problemelor comportamentale sau emoționale, prevenind astfel escaladarea lor.

5. Formarea unei comunități educaționale unitare. Parteneriatul dintre familie și grădiniță favorizează dezvoltarea unei comunități educaționale unitare, în care părinții, educatorii și copiii colaborează, pentru a atinge obiective comune. Implicarea părinților în activitățile grădiniței și interacțiunile cu alți părinți creează un sentiment de apartenență și solidaritate, transformând grădinița într-un loc primitiv și susținător, într-o familie mai mare. Această comunitate educațională are numeroase beneficii, inclusiv schimbul de resurse și idei între părinți și educatori. Pentru copii, sentimentul de apartenență la o comunitate colaborativă în care cooperarea și sprijinul reciproc sunt esențiale favorizează o dezvoltare bazată pe empatie, solidaritate și

deschidere față de ceilalți. Astfel, ei își formează valori și atitudini fundamentale pentru integrarea armonioasă în societate.

Aceste beneficii demonstrează importanța colaborării între familie și grădiniță, contribuind la o educație echilibrată și susținută pentru copiii aflați în proces de formare.

## **Concluzii**

Parteneriatul între familie și grădiniță reprezintă un element esențial în dezvoltarea armonioasă a copilului, asigurând un mediu educațional și emoțional coerent. Prin implicarea activă a părinților și colaborarea strânsă cu educatorii, copilul beneficiază de o continuitate a valorilor și practicilor educative, dezvoltându-și astfel încrederea în sine și echilibrul emoțional. Comunicarea constantă și deschisă între părinți și educatori consolidează acest parteneriat, prevenind conflictele și promovând o dezvoltare armonioasă. Colaborarea participativă, interactivă și sesiunile de consiliere parentală ajută la crearea unei comunități educaționale solide, în care copiii, părinții și educatorii își sprijină reciproc nevoile și obiectivele educaționale. Prin acest efort comun, copilul este pregătit pentru provocările sociale și academice viitoare, iar relațiile de parteneriat devin o resursă valoroasă pentru toți cei implicați.

## **Bibliografie**

- [1] Batâr, G. (2004). *Educația în contextul schimbărilor sociale*. București: Editura Didactică și Pedagogică.
- [2] Golu, M. (2015). *Psihologia dezvoltării și educației*. București: Editura Universitară.

- [3] Faber, A., Mazlish, E. (2002). *How to Talk So Kids Will Listen & Listen So Kids Will Talk*. București: Editura Curtea Veche (traducerea română).
- [4] Dumitru, I. (2008). *Consiliere psihopedagogică*. Iași: Editura Polirom.
- [5] Stan, L. (2016). *Comunicarea între grădiniță și familie*. București: Editura Aramis.
- [6], [7] Mateiaș, G. (2003). *Modele de implicare a părinților în educația preșcolară*. București: Editura Didactică și Pedagogică.
- [8], [9] Cojocaru, Ș., & Cojocaru, D. (2011). *Familia și școala: Parteneriat pentru educația copilului*. Iași: Editura Polirom.
- [10] Vrasmaș, T., & Vrasmaș, E. (2012). *Educația interculturală în grădiniță*. București: Editura Universitară.
- [11] Grolnick, W. S., Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). *The Role of Parents in Supporting Student Motivation and Achievement*. Cambridge: Cambridge University Press.

**Date despre autoare:**

**Birescu Mihaéla, PhD, lector – Facultatea de Pedagogie,**

Universitatea Gál Ferenc, Szarvas, Ungaria

ORCID: 0009-0008-5537-3062

[mihaela.birescu@gmail.com](mailto:mihaela.birescu@gmail.com), 0040720988266

ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛИЗАЦИИ МЛАДШИХ  
ШКОЛЬНИКОВ В КОНТЕКСТЕ ПАРТНЕРИАТА  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ И СЕМЬИ

FEATURES OF SOCIALIZATION OF PRIMARY SCHOOL  
CHILDREN IN THE CONTEXT OF PARTNERSHIP  
BETWEEN AN EDUCATIONAL INSTITUTION AND A  
FAMILY

Maria IANIOGLO, Zinaida CALPACCI

Republica Moldova

**Rezumat.** Articolul științific este dedicat studiului parteneriatului dintre o instituție de învățământ și o familie în procesul de socializare a școlărilor mai mici. În acest articol, veți înțelege cum să faceți ca unitatea profesorului și a familiei să beneficieze un elev de școală primară. Teoretic, vor fi determinate trăsăturile interacțiunii pedagogice dintre familie și școală în procesul de socializare a copiilor.

**Cuvinte cheie:** parteneriat, socializarea, familia, elevii de vârstă școlară mica, interacțiune, formarea personalităților.

**Abstract.** The scientific article is devoted to the study of the partnership of an educational institution and a family in the process of socialization of younger schoolchildren. In this article, you will understand how to make the unity of the teacher and the family benefit a primary school student. Theoretically, the features of pedagogical interaction between family and school in the process of socialization of children will be determined.

**Keywords:** partnership, socialization, family, primary school student, interaction, personality formation.

Одним из фундаментальных вопросов, который задают ученые, педагоги, исследователи состоит в том, каким образом можно лучше подготовить обучающихся к гармоничной интеграции в социум в условиях XXI века. По мере того, как общество становится все более сложным, все очевиднее, что учащиеся, которые вовлечены в систему формального/институционального обучения, должны уметь решать задачи высокой степени сложности, иметь способность критически рассматривать условия и анализировать различные альтернативы, дополняя это принятием обдуманых решений в соответствии с представленными реальностями.

Эффективная интеграция обучающихся в общество требует от образования, формирование у учащихся определенных навыков просоциального поведения. Поскольку в семье закладываются основы развития, воспитания и культуры, а начальная школа представляет собой продолжение и создание научного фундамента знаний, повышение ценности образовательных ресурсов на формальном, неформальном, неофициальном уровне, эффективное сотрудничество между этими институтами полезно и необходимо. Образовательное партнерство школы и семьи ученика представляет собой определяющий источник эффективного сотрудничества как для дидактического персонала, так и для членов семьи, что способствует развитию школьника, так как социализация является важнейшим условием формирования личности ребенка и его обучения, поскольку это процесс, посредством которого человек присваивает и усваивает определенные правила, социальные ценности, нормы, модели поведения, навыки и отношения, что способствует его становлению как члена сообщества.

Таким образом, социализация представляет собой обучение, социальный контекст во всей его гамме значений, символов, моделей, правил-норм поведения с целью адаптации к среде,

становясь сегодня весьма актуальной и значимой проблемой психолого-педагогических исследований.

Широкий спектр обсуждаемых в психолого-педагогической литературе вопросов о качестве образования соотносится с уровнем формирования-развития личности ученика. Под качеством образования как «совокупность характеристик образовательной программы и ее организаторов, которыми удовлетворяются ожидания потребителей, вытекающие из стандартов качества» [3], сегодня понимают осознанное овладение обучающимися основными составляющими человеческой культуры, социальным опытом, новейшими фундаментальными знаниями и т.д. Ведущие положения нормативно-регламентирующих документов в системе начального образования особо акцентируют значимость формирования способности у обучающихся использовать освоенное содержание образования для решения практических задач. Эти приоритеты отражены в Кодексе Республики Молдова об образовании: миссии образования (статья 5), образовательном идеале (статья 6) «формирование инициативной и способной к саморазвитию личности, которая обладает не только системой знаний и необходимых компетенций для востребованности на рынке труда, но и независимостью мнений и действий, открытостью к межкультурному диалогу в контексте освоенных национальных и мировых ценностей»; в образовательных целях (статья 11), среди которых отмечается формирование ключевых компетенций, в том числе отмечены «социальные и гражданские навыки» и др. [3, с. 25]. В Национальном Куррикулуме *Начальное образование* отражены условия для реализации выдвинутых задач, среди которых «создание благоприятного социально-психологического климата; создание соответствующей образовательной среды; создание условий для стимулирования мотивации учителей и учащихся; эффективный партнериат школы

и родителей...» [5, с. 9]. Социализация младших школьников обусловлена спецификой содержания документов.

Современные условия организации образовательного процесса требуют особого внимания со стороны педагогов и родителей. В настоящее время младшие школьники находятся в огромном информационном и широком социальном пространстве, которое, казалось бы, не имеет ни внешних, ни внутренних границ. Изолирование детей от проблем, с которыми сталкиваются взрослые, мешает им успешно интегрироваться в общество и нарушает процессы их взросления. Реальные формы социализации становятся все более заменяемыми виртуальными.

Еще не так давно, школа была единственным ключевым источником информирования детей о мире, человеке, обществе и природе. Однако, с развитием средств массовой коммуникации и интернета, они стали играть значительную роль в формировании мировоззрения у обучающихся. Именно родители играют ключевую роль в социализации детей младшего школьного возраста, обеспечивая им приоритетную адаптацию в обществе через семейное и школьное/институциональное воспитание. Целью этого взаимодействия является формирование у детей адекватного восприятия окружающей среды и развитие здоровых отношений внутри нее и с ней.

Партнериат – это процесс взаимного влияния и образовательного учреждения и родителей, это форма их взаимосвязи и отношений. Данный процесс требует специальной организации, межсубъектных отношений, а именно: образовательная организация и семья на основе совместной деятельности и общения. Понятие образовательного партнериата следует рассматривать сквозь призму социализации, которая заключается в задействовании важнейших составляющих структурных компонентов: общения, конформность, креативность,

последовательность, сплоченность и эффективность, проявляющиеся через познание, эмоции и собственно поведения, а также концепт социализации, который заключается в развитии соответствия правила, социальных отношений и просоциального поведение детей через деятельность.

Анализ научных исследований свидетельствует, что педагогическое взаимодействие нуждается в инновационных, современных подходах организации взаимодействия с семьями учащихся младшего школьного возраста. Актуальность изучения социализации школьников во взаимодействии семьи и школы подтверждается поиском новых путей развития рациональных взаимоотношений детей этого возраста с внешним миром, накоплением личного социального опыта. На данном этапе развития общества, в процессе взаимодействия семьи и школы, важно развивать у школьников навыки успешной социализации в обществе.

Актуальность темы исследования, а также обнаруженные противоречия определили проблему исследования: каким образом педагогическое взаимодействие, партнерият семьи и школы способствует успешной социализации младших школьников?

Цель данного исследования заключалась в теоретическом обосновании содержания социализации младших школьников в контексте партнериата семьи и школы. Среди ведущих задач исследования были определены: всесторонне рассмотреть понятие «социализация» детей младшего школьного возраста; определить особенности партнериата семьи и школы в процессе социализации младших школьников.

Л.В. Мардакаева идентифицирует процесс социализации как «процесс формирования личности, в ходе которого индивид усваивает язык, социальные ценности, опыт (нормы, образцы

поведения), культуру, присущую данному обществу, социальные связи и опыт групп, а также воспроизводит их сам» [4, с. 322].

Эффективное воспитание детей возможно только при тесном сотрудничестве семьи и школы. Семейные ценности и базовые навыки социализации формируются в семье, но образовательное учреждение играет ключевую роль в развитии социальных навыков у детей. Школа является важным институтом для формирования модели поведения в обществе, где дети приобретают новый социальный контент и осваивают систему общественных норм [7].

В процессе социализации ребёнок не только приспосабливается к обществу и обстоятельствам, но и стремится к самореализации и самоутверждению. По теории К. Роджерса «формирование «Я-концепции» имеет огромное значение, положительное отношение окружающих превращается в веру ребёнка в себя» [6, с. 164].

Т.А. Флоренская размышляет «о духовном достоинстве человека, о мире в его душе и в его доме, о семье и о психологии», которая помогает родителям и детям найти «путь к духовному сближению», что помогает сделать процесс социализации менее драматичным [8, с. 87].

В.А. Вершинин рассматривает жизнь ребенка в семье и школе, анализирует различные типы поведения детей, а также предлагает оригинальные методы семейного и школьного воспитания, что оказывает положительное влияние на процесс социализации ребёнка [2].

Е.В. Бондаревская в числе важных составляющих воспитательного потенциала семьи называет: личный пример родителей, их «общественное лицо», авторитет, основанный на активной гражданской позиции; образ жизни семьи, ее уклад, традиции, внутрисемейные отношения, эмоционально-нравственный микроклимат, разумную организацию свободного времени и досуга семьи [1].

Школа, по утверждению ученых [1; 4; 6; 9 и др.], выступает как важный институт в формировании личности ребенка и служит ему моделью общества, где приобретенные в семье навыки и принципы социальной жизни находят новый социальный контекст.

N. Silistraru подчеркивает, что использование средств народной педагогики, таких как качественная литература, устное народное творчество, материальное и духовное искусство, народные традиции, обряды и праздники, также способствует развитию личности младшего школьника. Важно создать специальные психолого-педагогические условия для успешной социализации детей этого возраста и направленно воздействовать на их личностное становление [10].

Современная начальная школа сталкивается с другой важной задачей – необходимостью улучшения педагогической культуры родителей. Педагогическая культура родителей играет существенную роль в духовно-нравственном и социальном развитии младших школьников. Образ жизни семьи представляет собой ключевой фактор формирования нравственных ценностей ученика. Поэтому повышение педагогической культуры родителей является одним из основных направлений для обеспечения эффективного воспитания и социализации младших школьников.

Таким образом, социализация личности ребенка выступает стратегической задачей общества, своевременна и одна из общих задач образования, которая предполагает формирование системы комплексных знаний о социальных нормах и ценностях, о поведении и человеческих отношениях. В этом смысле необходимо определить некоторые стратегии повышения эффективности социализация ребенка, факт, который позволит ему адаптироваться к социальным условиям, а также обеспечит приобретение принятых в обществе моделей поведения.

Социализация младшего школьника – это процесс, который требует времени и внимания.

Экспериментальное исследование проводилось на базе теоретического лицея имени Н. Третьякова мун. Комрат, в котором участвовали учащиеся 1 «В» класса в количестве 25 учеников, 25 родителей, 6 педагогов, работающих с данным контингентом детей.

Для оценки уровня социализированности необходимо проведение диагностики в отношении каждого ученика. Одним из методов оценки социализированности личности школьника, который был применен, является анкетирование. Для выявления уровня социализации младших школьников была использована анкета «Уровень социализации младших школьников», разработанная Л.Н. Собчик.

Целью данного анкетирования явилось выявление особенностей и уровня социализации детей младшего школьного возраста. С помощью данного метода, посредством применения анкеты, стало возможным выявить уровень социализации младших школьников. Результаты, полученные по итогам анкетирования представлены на Рис. 1.

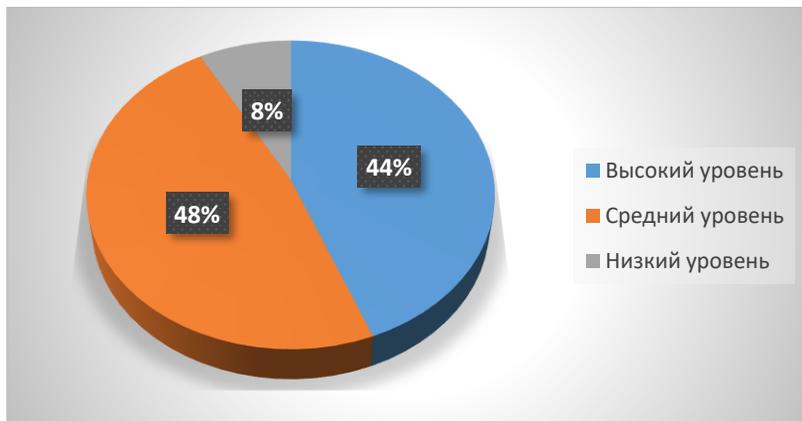


Рис. 1. Уровень социализации младших школьников

Согласно полученным данным, 44% первоклассников обладают высоким уровнем социализации и имеют активное воздействие на социальную среду/свой класс; средним уровнем социализации обладают 48% учащихся 1 «В» класса. Средний уровень говорит о том, что на жизнь ребенка влияют, как его собственные возможности и усилия в процессе социализации, отношение к обстоятельствам, так и внешние обстоятельства, заставляющие иногда излишне приспособляться даже в ущерб себе и своим потребностям, и вести себя по типу пассивного наблюдателя. Низким уровнем социализации обладают 8% учеников, которые пассивны в принятии целей, задач и ценностных ориентаций группы, не взаимодействуют с другими детьми, а также проявляют пассивность в своём поведении и высказывании собственного мнения.

Для диагностирования уровня социальной адаптированности, активности, автономности и нравственной воспитанности младших школьников была использована анкета «Диагностика для изучения социализированности личности», разработанная М.И. Рожковым.

Показатели социализированности личности учащихся классе показали, что высокий уровень социальной адаптации продемонстрировали 57% учащихся, которые приспособлены к социальной среде, в которой обучаются и благополучно функционируют в ней.

**Conferința științifico-practică**  
*„PERSPECTIVELE DE REZILIENȚĂ A FAMILIEI ÎN CONTEXTUL  
SCHIMBĂRILOR CLIMATICE”*



Рис. 2. Результаты диагностики социализированности первоклассников

По критерию *автономность* были получены следующие показатели: высоким уровнем автономности обладают 15% детей, средним уровнем 9% детей и низким уровнем 76% детей. Автономность дает возможность продемонстрировать утверждение собственной индивидуальности. Обычно такая личность всегда остается верной собственным убеждениям и ценностям, взгляды такой личности непоколебимы.

Показатели нравственности личности учащихся, по итогам применения анкетирования «Диагностика для изучения социализированности личности» (М.И. Рожков), являются следующими: 64% учащихся обладают набором внутренних правил и ценностей на высоком уровне. На среднем уровне 32% детей и на низком уровне 4% учеников. Дети видят нравственность как проявление доброты, справедливости, сострадания и ответственности.

Большое значение в осуществлении социализации младших школьников, бесспорно, играет семья ребенка и партнериат образовательного учреждения и семьи, сотрудничество, содружество, взаимодействие. Наряду с перечнем прав родителей, они имеют возможность «создавать благотворительные объединения родителей, имеющие основной целью содействие

развитию образовательного учреждения» [3], что также будет способствовать социализации детей.

Для выявления уровня информированности родителей в вопросах школьной жизни и степени их удовлетворенности образовательными услугами, взаимодействием со школой была использована анкета для родителей «Взаимодействие семьи и школы», автор Н.В. Калинин. Цель анкетирования: выявить уровень информированности родителей в вопросах школьной жизни и определить степень удовлетворенности взаимодействием учреждения образования и семьи.

На основании результатов анкетирования, представляется возможным сделать вывод о том, что с родителями учащихся 1 «В» класса работа ведётся в постоянном режиме. Большинство семей полностью удовлетворены учебной организацией, педагогами, качеством предоставляемых образовательных услуг, что объяснимо, так как само партнерство исключает дидактизм, не поучает, а советуется, строится на принципах взаимного доверия, открытости, уважения, поддержки, толерантности, взаимопонимания.

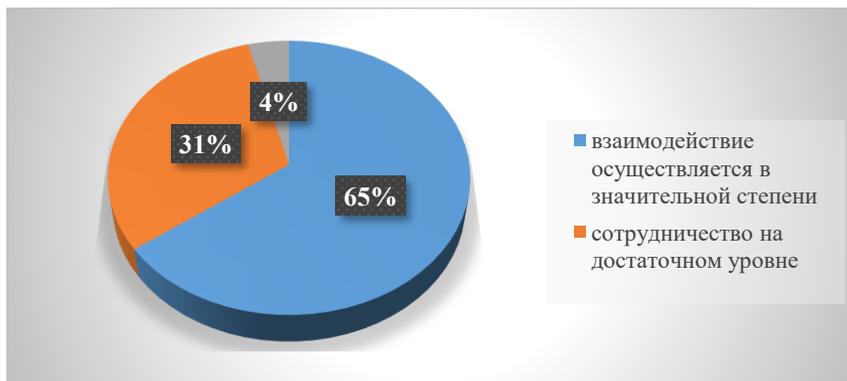


Рис. 3. Удовлетворенность родителей партнерством со школой

Одновременно была поставлена задача: изучить мнение дидактических кадров, (6 человек), работающих с данным классом,

как педагоги оценивают вовлеченность родителей в осуществление образовательного процесса, в решение проблем класса и, в итоге, их участие и содействие социализации детей первого класса.

Беседа с дидактическими кадрами

В целом беседа проходила в доброжелательной атмосфере. Результаты представлены на Рис. 4. Анализируя ответы учителей, возможным представляется сделать вывод о том, что работа с родителями проводится постоянно.



Рис. 4. Уровень удовлетворенности педагогов партнериатом школы и семьи

Выявленный уровень удовлетворённости дидактических кадров партнериатом с родителями учеников (Рис. 4), указывает, что более трети родителей (39%) демонстрируют низкий уровень участия в жизни класса и 8% родителей не вовлечены в содействие/осуществление образовательного процесса данного класса. По личному мнению, педагогов, более четверти (27%) родителей демонстрируют средний уровень участия в жизни класса их детей.

Вместе с тем, результаты диагностирования автономности детей, как показателя социализированности, составляет 76% от общего количества учеников, что является недопустимо высоким показателем позволяющим утверждать, что процесс социализации

нуждается в регулировании и разработке системы работы по совершенствованию процесса социализации и привлечению к данному процессу родительской общественности. В этой связи была разработана и предложена Программа по успешной социализации младших школьников в контексте партнериата образовательного учреждения и семьи.

Каждый учитель, работающий с учениками в начальной школе, призван помнить о важности создания условий, которые способствуют интересу детей к обучению и взаимодействию с другими детьми. Понимание возрастных особенностей первоклассников и их индивидуальности играют ключевую роль в успешности образовательной среды. Важно подходить к каждому ребенку индивидуально, с учетом его внутреннего потенциала и самобытности, уникальности, неповторимости. Социализация младших школьников посредством партнериата образовательного учреждения и семьи помогает успешно адаптироваться в социуме, позитивно воспринимать окружающих, снимать социальные барьеры и выстраивать уважительные взаимоотношения между детьми независимо от этнического происхождения, пола, языка, религии и т.д.

Таким образом, партнериат школы и семьи – это итог целенаправленной и долгосрочной работы, которая строится на принципах взаимного доверия, поддержки, терпимости по отношению друг к другу. Все участники процесса социализации должны быть максимально заинтересованы в успехе. Взаимодействие и сотрудничество в рамках партнериата школы и семьи принесет положительные результаты в процессе социализации младших школьников тогда, когда целью взаимодействия будет объединение знаний, ресурсов, опыта и устремлений и послужит решению сложных задач в достижении наилучших показателей.

Несмотря на многочисленные исследования проблемы социализации учащихся, можно сказать, что эта проблема еще требует дальнейшего изучения и, приведенное в настоящей статье исследование, открывает новые перспективы для дальнейших практических исследований по выявлению нового структурного содержания социализации детей, разработке инструментов оценки социализации, достигнутой посредством образовательного партнерииа школы и семьи, влияние эффективной школьной социализации на мотивацию и перспективную ориентацию обучающихся.

### **Библиографический список**

1. БОНДАРЕВСКАЯ, Е.В Введение в тексты и ценностные основания лично- ориентированного воспитания гуманистического типа//Образование в поисках человеческих смыслов. Ростов н/Д., 1995.
2. ВЕРШИНИН, В.Н. Очерки о семье и семейном воспитании [Текст]: Книга для учителей, воспитателей, родителей / В.Н. Вершинин. – Чебоксары: «КЛИО», 1998. 200 с.
3. [Кодекс Республики Молдова от 17 июля 2014 года № 152 «Об образовании» \(с изменениями и дополнениями по состоянию на 14.03.2024 г.\). Доступен: lege.md](#)
4. МАРДАХАЕВ, Л.В. Социальная педагогика. Полный курс [Текст]: учебник. 5-е изд., перераб. и доп. М.: Юрайт, 2011. 797 с.
5. Национальный куррикулум / М-во образования, культуры и исследования Респ. Молдова; нац. коорд.: А. Кутасевич и [др.]; нац. эксперты коорд.: Л. Урсу [и др.]. Кишинэу: Lyceum, 2018 (F.E.-P. “Tipografia Centrală”).
6. РОДЖЕРС, К. Взгляд на психотерапию; Становление человека [Текст] / Пер. с англ. М. М. Исениной; Общ. ред. и предисл. Е. И. Исениной. М., 1994. 377 с.

7. Социальная педагогика [Текст]: учебник для бакалавров / под ред. В. И. Загвязинского, О. А. Селивановой. М.: Юрайт, 2012. 405 с.
8. ФЛОПЕНСКАЯ, Т.А. Диалоги о воспитании и здоровье [Текст] / Т.А. Флоренская. Москва: «Школьная Пресса», 2001. 96 с.
9. GUȚU, VI. et. al. Educația centrată pe cel ce învață. Ghid metodologic. Chișinău: CEP USM, 2009. 132 p.
10. SILISTRARU, N. Vademecum în pedagogie. Chișinău: Editura Universitatea de Stat din Moldova, 2011. 192 p.

**Date despre autoare:**

**Maria IANIOGLO, doctor, conf. univ.**

**Universitatea de Stat din Comrat**

<https://orcid.org/0000-0001-7285-541X>

e-mail: maria.ianioglo@gmail.com

**Zinaida CALPACCI, studentă, master,**  
**program „Management educațional”**

<https://orcid.org/0009-0006-8690-9654>

e-mail: zinkacalpacci@gmail.com

**SPRIJINUL FAMILIAL – PIATRĂ DE TEMELIE ÎN  
CULTIVAREA INTERESULUI PENTRU LECTURĂ LA COPII**

**FAMILY SUPPORT - A CORNERSTONE IN NURTURING  
CHILDREN'S INTEREST IN READING**

**Adelina OLTEANU-STURZA**

**Republica Moldova**

*Summary:* Family support plays a crucial role in nurturing children's interest in reading and is essential for their emotional and cognitive development. From the earliest months, children associate reading with a sense of security and comfort through positive reading experiences with their parents. Family reading role models, be they parents, grandparents or older siblings, inspire young children to view this activity with interest and curiosity.

Reading rituals and routines, such as bedtime stories, create habits that can last a lifetime, and reading together improves vocabulary development and empathy. Through stories, children learn to explore different perspectives and express their emotions. Families can support this process by choosing appropriate books and creating a reading space. In this way, family support is the cornerstone in forming a lasting relationship between children and reading.

*Keywords:* family support, interest in reading, emotional development, reading rituals, positive role models, empathy

**Rezumat:** Sprijinul familial joacă un rol crucial în cultivarea interesului copiilor pentru lectură, contribuind esențial la dezvoltarea lor emoțională și cognitivă. Încă din primele luni, copiii asociază cititul cu un sentiment de siguranță și confort prin experiențele pozitive de lectură împreună cu părinții. Modelele de lectură din familie, fie că sunt părinți, bunici sau frați mai mari, îi inspiră pe cei mici să privească această activitate cu interes și curiozitate.

Ritualurile și rutinele de citit, cum ar fi povestea de seară, creează obiceiuri care pot dura toată viața, iar lectura comună îmbunătățește dezvoltarea vocabularului și empatia. Prin povești, copiii învață să exploreze perspective diferite și să își exprime emoțiile. Familiile pot susține acest proces alegând cărți potrivite și creând un spațiu dedicat lecturii. Astfel, sprijinul familiei este piatra de temelie în formarea unei relații de durată a copiilor cu lectura.

**Cuvinte cheie:** sprijin familial, interes pentru lectură, dezvoltare emoțională, ritualuri de lectură, modele pozitive, empatie

### *Introducere*

Lectura este mai mult decât o simplă activitate de petrecere a timpului liber; este o poartă deschisă spre imaginație, creativitate și descoperirea lumii. Prin lectură, copiii nu doar învață cuvinte noi, ci își dezvoltă abilități de gândire critică și empatie, deoarece poveștile le oferă perspective și experiențe diferite. Lectura stimulează mintea copiilor, invitându-i să exploreze tărâmurii necunoscute, să rezolve probleme și să viseze fără limite. [2]

În ultima perioadă, tot mai multe voci se alătură îngrijorării legate de scăderea interesului copiilor pentru lectură. Cartea trece printr-o criză profundă, recunoscută pe plan global, dar nu este o criză editorială, deoarece librăriile și editurile oferă o diversitate largă de cărți, ci o criză intelectuală. Educatoarele, profesorii, bibliotecarii, părinții și alți adulți sunt tot mai îngrijorați, observând că tot mai mulți copii nu mai citesc cărți. Copilul care citește nu este văzut cu ochi buni de ceilalți, nu primește aprecierea și respectul cuvenit, ba chiar este privit cu uimire și neînțelegere. Activitățile precum ascultarea muzicii, vizionarea filmelor și jocurile video sunt mult mai captivante decât lectura. Totuși, cercetările arată că lectura activează semnificativ emisfera stângă a creierului, unde se generează undele beta, implicate în procesele de gândire, analiză și concentrare. Acestea sunt fundamentale pentru dezvoltarea motivației, creativității, curiozității, imaginației și judecății. [10]

Sprijinul familial este esențial în procesul de cultivare a curiozității pentru lectură. Atunci când părinții sau alte figuri apropiate investesc timp în activități de lectură împreună cu cei mici, aceștia dobândesc o legătură pozitivă cu cărțile și asocierea lecturii cu momentele de căldură și siguranță. În acest context de sprijin, copiii ajung să perceapă cărțile ca pe niște prieteni de încredere, iar lectura devine o activitate dorită, care le hrănește constant imaginația și dorința de a învăța.

Cercetările psihologice au arătat că dragostea pentru cărți poate fi cultivată până la vârsta de 9 ani. După această vârstă, trezirea interesului pentru lectură devine mult mai dificilă, uneori chiar imposibilă. Astfel, părinții au un rol esențial, întrucât ei sunt cei care le citesc povești copiilor înainte de culcare și răspund la

întrebările lor „de ce?”. Studiile au demonstrat că cei mai mulți copii care au beneficiat de lecturi încă din primii ani de viață au performanțe mai bune în școală. Ascultarea poveștilor contribuie semnificativ la dezvoltarea gândirii, imaginației și creativității. Însă pentru ca lectura să devină un obicei zilnic și plăcerea de a citi să devină o necesitate emoțională, ea trebuie cultivată înainte chiar de învățarea alfabetului, prin implicarea constantă a părinților în familiarizarea copiilor cu farmecul poveștilor. Fiecare părinte își dorește un copil educat, inteligent și apreciat. Una dintre modalitățile de a atinge aceste obiective este revigorarea lecturii de familie, care trebuie să devină o activitate cotidiană esențială, ce îmbogățește viața fiecărei familii. [10]

### *Desfășurarea interviului de tip focus-grup*

Am organizat două interviuri de tip focus-grup cu participarea copiilor din grupa mare și a elevilor din clasele I-IV de la Școala Generală și Grădinița Română "Lucian Magdu" din Battonya, Ungaria. Discuțiile au avut loc în aceeași zi, la ore diferite, și au durat 30 de minute pentru preșcolari și o oră pentru elevi.

Am folosit un ghid de interviu pregătit anterior pentru a asigura coerența discuției și orientarea acesteia către atingerea obiectivelor stabilite. Pentru a reda fidel răspunsurile și a facilita interpretarea corectă a datelor, am notat reacțiile participanților atât în timpul discuției, cât și la final. [1]

Întrebările au fost orientate către ideea de experiență în lectură, pentru a încuraja dezvoltarea competențelor interpretative și cvasi-literare.

## *Analiza datelor*

În continuare voi prezenta răspunsurile la primele patru întrebări care sunt relevante pentru studiul de față:

### *1. Îți plac poveștile?*

Toți copiii, preșcolari și școlari, au afirmat cu plăcere că le plac poveștile.

### *2. Care a fost ultima poveste pe care ai ascultat-o?*

„Azorel”, „Ursul păcălit de vulpe”, „Fluturașul”, „Scufița Roșie”, „Omul de zăpadă”, „Sam pompierul”, „Povestea lui Moș Nicolae”, au afirmat preșcolarii, iar școlarii: „Scufița Roșie”, „Alba ca Zăpada”, „Biblia”, „Fata cu părul de aur”, „Rapunzel”, „Peștele și porcul”, „Cei trei purceluși”, „Micul prinț”, „Ariel”, „Cartea Junglei”, „Regele Leu”, „Elsa”, „Fenomene ale naturii”, „Moș Crăciun”, „Cars”, „Peter Pan”, „Pikachu”, „Alba ca Zăpada”, „Wednesday”.

### *3. Cine ți-a citit-o sau ți-a povestit-o?*

Unii preșcolari au răspuns că mama le citește înainte de culcare, sau le pune pe tabletă și ascultă poveștile la grădiniță. Alții au răspuns că destul de rar le citește mama, mai degrabă le pune pe telefon. Școlarii au răspuns că ei singuri citesc povești și poezii, 3 copii și scriu poezii simple, fără rimă. Majoritatea au răspuns că citesc în maghiară. Acest aspect este unul firesc, deoarece la școlile bilingve, prima dată copiii învață să citească în limba maghiară. Alți elevi au afirmat că tata și mama le citesc povești seara, înainte de culcare. A fost și un altfel de răspuns: „Adorm din prima când mă pun în pat și nu mai ascult povești”. La școală, poveștile le citește doamna învățătoare sau sunt proiectate pe televizor.

#### 4. Cât de des mama îți citește povești înainte de culcare?

5 preșcolari au afirmat că mama le citește în fiecare seară și doi copii urmăresc poveștile pe telefon. La școală, răspunsurile au fost diferite: o singură fetiță din clasa a treia a afirmat că mama îi citește în fiecare seară o poveste de 3-5 minute, majoritatea copiilor au răspuns că citesc poveștile care fac parte din lecturile obligatorii din care își scriu apoi jurnalul de lectură.

#### *Interpretarea datelor*

Din răspunsurile participanților, s-au evidențiat următoarele:

*Rolul familiei în primii pași spre lectură:* Încă din primele luni de viață, copiii sunt receptivi la poveștile citite de părinți, tonul vocii și atmosfera creată. Ritualul lecturii se poate transforma într-un moment de conexiune și siguranță, ceea ce îi ajută pe cei mici să asocieze lectura cu o experiență plăcută și relaxantă.

*Exemple pozitive-modele în familie:* Părinții, bunicii și chiar frații mai mari joacă rolul de modele de lectură. Atunci când copiii observă că adulții din jurul lor citesc, ei încep să considere această activitate valoroasă și demnă de urmat.

*Ritualurile și rutinele de lectură în familie:* Stabilirea unor rutine de lectură, cum ar fi o poveste înainte de culcare sau cititul împreună în weekend, contribuie la crearea unui obicei de lectură. Astfel, copiii sunt încurajați să-și dezvolte răbdarea, atenția și plăcerea de a citi, obiceiuri ce pot persista pe termen lung.

*Beneficiile lecturii împreună pentru dezvoltarea limbajului și a empatiei:* Cercetările arată că lectura comună îmbunătățește dezvoltarea limbajului, vocabularul și capacitatea de înțelegere a copiilor. De asemenea, poveștile le oferă ocazia de a experimenta situații și

perspective diverse, ajutându-i să dezvolte empatie și înțelegere față de ceilalți. [3]

*Sugestii pentru părinți:* [10]

- Comunicați, discutați și jucați-vă alături de copii.
- Stabiliți un timp dedicat lecturii în familie.
- Citiți cel puțin 10 minute pe zi.
- Implicați copiii în alegerea cărților.
- Citiți cu voce clară, fluent și expresiv.
- Experimentați citirea pe roluri împreună cu copilul.
- Citiți oriunde și în orice moment.
- Oferiți-le cărți ca daruri.
- Vizitați librăriile și bibliotecile împreună cu cei mici.
- Discutați despre cărțile citite.
- Creați o minibibliotecă acasă.
- Arătați prin exemplu personal interesul pentru lectură.
- Evitați să pedepsiți copilul prin obligarea lui la lectură.

### ***Rezultate***

Rezultatele acestui studiu pot include o serie de constatări importante legate de impactul lecturii în familie asupra dezvoltării copiilor, precum și despre rolul părinților în stimularea interesului pentru lectură. [8]

*Percepția copiilor asupra lecturii:* Majoritatea copiilor care au fost expuși la lectură în familie, încă din primii ani de viață, au

exprimat o apreciere mai mare pentru cărți și activitățile de lectură. De asemenea, aceștia au arătat un interes crescut pentru povești, fiind capabili să își exprime opinii și să comenteze asupra celor citite.

*Efectele asupra dezvoltării cognitive:* Copiii care au avut parte de lecturi frecvente și au participat activ în discuții despre cărțile citite au demonstrat o dezvoltare mai bună a vocabularului, imaginației și abilităților de gândire critică. Aceștia au fost mai capabili să-și formuleze întrebări legate de poveștile citite și să aprecieze diferitele perspective prezentate în cărți.

*Relația cu părinții:* În cadrul studiului, părinții care au dedicat timp lecturii alături de copii au fost considerați drept modele pozitive. Aceștia au reușit să creeze un mediu de învățare stimulat, contribuind la creșterea interesului copiilor pentru lectură. Participarea activă a părinților în alegerea cărților și în discuțiile post-lectură a fost considerată un factor cheie în menținerea motivației pentru citit.

*Impactul asupra performanțelor școlare:* Deși nu toate cazurile au fost la fel, copiii care au fost implicați în activități de lectură în familie au prezentat un nivel mai înalt de motivație școlară și performanțe mai bune în activitățile educaționale, comparativ cu cei care nu au avut parte de aceleași stimulente.

*Obstacole întâmpinate:* Unii copii au menționat că activitățile precum jocurile video și vizionarea de filme sunt preferate față de citit, însă părinții au subliniat importanța unui echilibru între aceste activități și timpul alocat lecturii. De asemenea, câțiva părinți au menționat că este uneori dificil să mențină interesul copiilor pentru lectură pe termen lung.

*Recomandări:* Pe baza rezultatelor studiului, s-a evidențiat necesitatea implicării constante a părinților în educația copiilor, prin crearea unor obiceiuri zilnice de lectură, alegerea de cărți interesante și potrivite vârstei și vizite regulate la biblioteci sau librării. De asemenea, s-a sugerat că educația timpurie în domeniul lecturii poate contribui semnificativ la formarea unui comportament de cititor pe termen lung.

Aceste rezultate sugerează că implicarea activă a părinților și crearea unui mediu favorabil lecturii pot contribui la dezvoltarea unei relații pozitive a copiilor cu cărțile și la o performanță mai bună în educație.

### ***Concluzii***

*Importanța lecturii în familie:* Studiul confirmă faptul că lectura în familie joacă un rol esențial în formarea unei relații pozitive cu cărțile și în dezvoltarea abilităților cognitive ale copiilor. Părinții care sunt implicați activ în lecturi alături de copii reușesc să cultive un interes crescut pentru lectură, să îmbogățească vocabularul acestora și să stimuleze creativitatea și imaginația.

*Impactul asupra performanței școlare:* Copiii care beneficiază de sprijinul părinților în activitățile de lectură au tendința să prezinte performanțe mai bune în cadrul școlii. Prin lectură, aceștia dobândesc abilități esențiale de gândire critică, concentrare și judecată, care le sunt de folos în procesul educativ formal.

*Relația între activitățile digitale și lectură:* Studiul subliniază un contrast între preferințele copiilor pentru activitățile digitale (jocuri video, vizionarea de filme) și interesul pentru lectură. Deși activitățile digitale sunt populare, rezultatele arată că lectura

poate coexista armonios cu acestea, iar părinții pot ajuta la crearea unui echilibru între diversele forme de distracție.

*Rolul părinților în formarea unui comportament de cititor:* Implicarea activă a părinților în alegerea cărților și în discutarea acestora cu copiii contribuie semnificativ la dezvoltarea unei atitudini pozitive față de lectură. Părinții care citesc corect, expresiv și într-un mod captivant își pot stimula copiii să adopte lectura ca un obicei zilnic.

*Provocări și recomandări:* Una dintre principalele provocări menționate de părinți și copii este menținerea unui interes constant pentru lectură pe termen lung. Pentru a depăși aceste obstacole, se recomandă stabilirea unor rutine de lectură, crearea unui spațiu dedicat cititului și încurajarea copiilor de a vizita librăriile sau bibliotecile. Este esențial ca lectura să devină o activitate plăcută și naturală, iar părinții să fie modele în acest sens.

*Importanța educației timpurii:* Concluzia finală a studiului este că educația timpurie în domeniul lecturii are un impact deosebit asupra dezvoltării copiilor. Părinții care își educă copiii în spiritul lecturii încă de la vârste fragede pot contribui decisiv la formarea unor obiceiuri de cititor pe termen lung și la dezvoltarea intelectuală și emoțională a acestora. [13]

În concluzie, modelul familial are un impact semnificativ asupra dezvoltării dependenței de lectură de plăcere la copii în perioada preșcolară și școlară mică. Prin crearea unui mediu familial propice lecturii, prin exemplul personal al părinților, prin citirea însoțită și discuțiile despre cărți și prin vizitele la bibliotecă, copiii vor fi încurajați să îmbrățișeze lectura ca pe o activitate plăcută și

valoroasă. Această dependență de lectură de plăcere le va deschide orizonturile, le va dezvolta abilitățile cognitive și lingvistice și le va oferi un instrument esențial pentru succesul lor în școală și în viață.

În ansamblu, rezultatele studiului sugerează că sprijinul familiei este crucial în dezvoltarea interesului pentru lectură la copii. Poveștile și timpul petrecut împreună în jurul cărților construiesc bazele pentru un viitor în care lectura va juca un rol important în viața lor.

### **Bibliografie**

1. Adler K., Salantera S., Zumstein-Shaha M. *Focus Group Interviews in Child, Youth, and Parent Research: An Integrative Literature Review* in *International Journal of Qualitative Methods*. Volume 18: 1–15, 2019.
2. Baker, S., & Freebody, P. *Teaching Reading: Theories, Research and Practice*. Editura Routledge, 2003.
3. Berk, L. E. *Child Development*, ediția a IX-a, Editura Pearson, 2013.
4. Bunescu, G. *Educația părinților – strategii și programe*. Ch.: Lumina, 1995. 178 p.
5. Călin, D. *Modelul familiei în formarea deprinderii de lectură de plăcere la vârsta școlară mică*, 2023. <https://edict.ro/modelul-familiei-in-formarea-deprinderii-de-lectura-de-placere-la-varsta-scolara-mica/>
6. Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. *Research Methods in Education*, ediția a VIII-a, Routledge, 2017.
7. *Familia ca utilizator și partener al bibliotecii*: Simpozion, Chișinău, 8 aprilie 2011. În: *Cartea Biblioteca. Cititorul: buletin*

*metodic și bibliografic*. Ch.: Bibl. Naț. pentru Copii „Ion Creangă”, 2012. Fasc. 21, 2012. p. 19-45. ISBN 978-9975-654-34-9.

8. Harris, P. L., & Dent, D. A. *Children's Literature: A Developmental Perspective*. Cambridge University Press, 2004.
9. Krueger R.A., Casey M. A. *Metoda focus grup. Ghid practic pentru cercetarea aplicată*. Iași: Polirom, 2005.
10. *Lectura în familie – o condiție primordială pentru cultivarea dragostei de lectură a copiilor*  
<https://bibliotecaciorescu.wordpress.com/servicii/lectura-in-familie-o-conditie-primordiala-pentru-cultivarea-dragostei-de-lectura-a-copiilor/>
11. Morrow, L. M. *Literacy Development in the Early Years: Helping Children Read and Write*, ediția a VII-a, Editura Pearson, 2012.
12. Patton, M. Q. *Qualitative Research & Evaluation Methods*, ediția a III-a, Sage Publications, 2002.
13. Snow, C. E., & Beals, D. E. *Measuring Literacy: A New Framework for Research*. Educational Testing Service, 2006.
14. Terzi-Barbaroșie, D. *Parteniriatul familie – școală: unicul scenariu verosimil pentru un învățământ de calitate*. În: Didactica Pro, 2013, nr.3 (79), p.2-5 SESCO, Educația copilului în familie. <http://www.familiasiviata.ro/educatie/educatia-copilului-in-familie.html>

**Date despre autoare:**

**Adelina OLTEANU-STURZA**, doctorandă, UPS „Ion Creangă” din Chișinău

ORCID: 0009-0008-8446-9100

[adelinaolteanusturza@gmail.com](mailto:adelinaolteanusturza@gmail.com)

## What is the color of Heartbreak?

Care este culoarea Inimii Frânte?

Daniela Lungu

Republica Moldova

**Summary:** This article explores the subject connected with sciences such as psychology, arts, and education. Despite the popular color theories and research on color psychology, as shown, there is no “most suitable” color or shape to visually portray heartbreak. Even the red color, which often is seen as the symbol of passion and love, has become a symbol of heartbreak for the majority of the respondents. This confirms that every human’s experience dealing with a broken heart is individual and very different from others. Thus, graphic designers, illustrators and art directors should keep this aspect in mind when creating visual materials addressing the theme of heartbreak. To what for someone means one thing, for another can be the opposite. This is why knowing and understanding your audience is vital for artists, as their creative choices should create an emotional connection with the public.

**Keywords:** color, heartbreak, visual materials, human’s experience, color psychology.

**Rezumat:** Acest articol explorează subiecte legate de științe precum psihologia, artele și educația. În ciuda teoriilor populare despre culori și a cercetărilor privind psihologia culorilor, așa cum se arată, nu există o culoare sau o formă „cea mai potrivită” pentru a reprezenta vizual o inimă frântă. Chiar și culoarea roșie, care este adesea văzută ca simbol al pasiunii și iubirii, a devenit

un simbol al inimii frânte pentru majoritatea respondenților. Acest lucru confirmă faptul că experiența fiecărui om în ceea ce privește confruntarea cu o inimă frântă este individuală și foarte diferită de a altora. Prin urmare, designerii grafici, ilustratorii și directorii artistici ar trebui să țină cont de acest aspect atunci când creează materiale vizuale care abordează tema inimii frânte. Ceea ce pentru cineva înseamnă una, pentru altul poate fi opusul. De aceea, cunoașterea și înțelegerea publicului este vitală pentru artiști, deoarece alegerile lor creative ar trebui să creeze o conexiune emoțională cu publicul.

*Cuvinte cheie:* culoare, suferință, materiale vizuale, experiența umană, psihologia culorilor.

### **Introduction**

When animated cartoons and movies address real human matters (love, family, grief etc.), the choice of colors is significant to portray a relatable experience and create an emotional impact on the viewers. While there are standard practices used by art directors, illustrators and graphic designers to influence the emotions of an audience, human feelings in response to certain colors are often based on people's personal memories, life experiences and even personalities. Thus, colors can evoke associations which are not always similarly interpreted. In order to understand how humans interpret their feelings and create visual associations, this paper will focus on the experience of a heartbreak after a break up. Because going through a break-up is such a common, yet individual and life-changing experience for many, it is important for artists to know how to address it and represent it in visual materials in order to successfully deliver the message and provide emotional relevance to the audience.

In this context, the following report aims to research the most suitable color for visually representing the human experience of **heartbreak**. This research will explore how heartbreaks are visually portrayed in films/ animated movies nowadays, how people interpret their own *broken heart* and what colors they associate it with. As decision-makers, this will help artists make the best creative choices (use of color, symbols, shapes) in order to accurately portray such an underrated, yet common human matter as heartbreak.

### **Literature review**

Color is a powerful tool with an exceptional effect on people's minds and bodies. Colors influence people's way of thinking, reacting, understanding, feeling and even decision-making (Olesen, 2013). Whether it's creating a new logo for a company, designing an overlay for social media posts or developing the visual asset for a campaign ad, the choice of colors has a significant weight. Understanding how colors can influence peoples' emotions, moods and behaviors is part of the study of color psychology. While color psychology has been extensively studied, only partial research has been done on colors and their association with life experiences such as heartbreak. Art directors, graphic designers and illustrators should be aware of these associations when choosing a certain color or visual element because viewers associate what they see with personal contexts (Smiley, 2019). "Previous research on the link between color and emotion tend to come from exploring peoples' color preferences, or people's behaviors toward colored stimuli. The majority of empirical research comes from marketing, art and design, and studies of consumer behavior " (Fugate and Franco, 2019). Based

on color psychology and emotion theory, this paper investigates what approaches and solutions are used in film and cartoons to express and represent real emotions and sympathetic experiences - particularly the heartbreak, to which the audience could relate. This will help artists make better decisions and select visual elements more carefully when portraying real human matters in their artistic work.

Color psychology explores the way human behavior is dictated by colors. One of the important aspects in color psychology is understanding the effects that colors have on people's perception and association with various things, events, and life experiences. "People don't realize how frequently colors control them. Certain hues can evoke fond memories. Others may give rise to dreadful feelings" (Olesen, 2013). In order to understand how people interpret them, color associations can be classified as direct and indirect. **Direct associations** correlate with the color of an object that has that color: *Red* is associated with heart, *Orange* is associated with the fruit orange, and *Black* is associated with darkness. **Indirect associations** are highly conceptual and are linked to emotions and ideas: the heart is red and commonly used to symbolize love, thus Red is associated with love. Oranges are orange and are vitalizing—so the color Orange is associated with energy. And in the dark, everything looks black and scary around—so Black often is associated with fear and lurking evils (Ackerman, 2017).

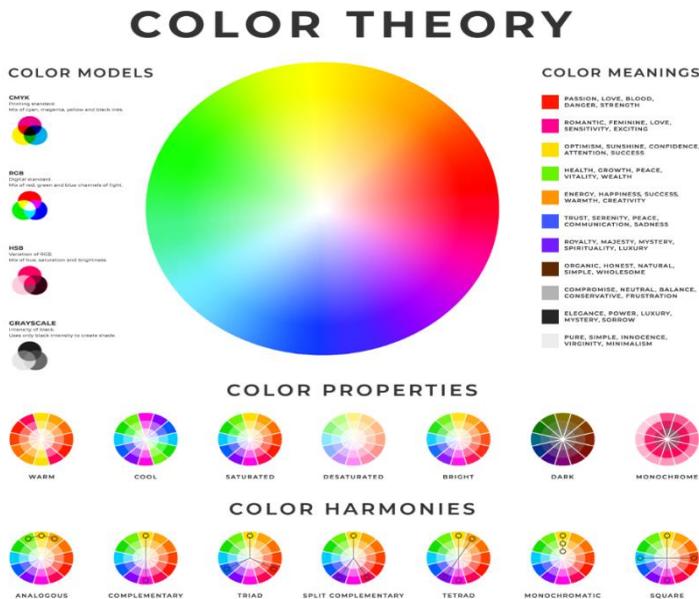


Fig. 1. An overview of *The Modern Color Wheel* (Olesen J.)

In the book *Color Psychology and Color Therapy*, Faber Birren (1961) mentions the little interest in the physical nature of color and focuses on its abstract beauty, the sense of color from the human’s perspective and understanding. Although certain colors have properties that can evoke fixed emotions and associations, because humans’ minds are in a continuous state of evolvement, the meaning of colors can also shift. For instance, while many people associate the colors on the blue side of the spectrum with sadness and loneliness, others consider blue, purple and green to be very calm and peaceful. While many describe red as the color of passion or warmth, for others red represents anger and hostility. In Pixar’s movie *Inside Out* (2015), each of the five basic

emotions living in a teenage girl's mind is attributed to a certain color and, surprisingly or not, the red color is assigned to *Anger*.



Fig. 2. *Anger, Fear, Joy, Disgust and Sadness* (Pixar Wiki, 2015)

But what color can be assigned to the feeling of heartbreak?

Heartbreak is never easy. It is always painful and difficult to overcome, no matter the age. But according to Dr. Rahul Jandial, heartbreak hurts more to a younger person, because „in younger people - teenagers, or those in their twenties or thirties - the brain hormones, like oxytocin, are more intense and all over the place when falling in love” (Savin, 2019). Although, a lot of broken-hearted people are left in a better place and heal afterwards, this intense experience of a person's life should be taken more seriously and given more credence. From the research, it was found that emotional pain caused by a relationship break-up appears to activate the same receptors in human's brain as physical pain. (Potter and Kachouh, 2022). A heartbreak can also lead to „changes in eating habits, reduced motivation, anxiety, and depression”. Thus, when referring to heartbreak, depression,

anxiety, and isolation are some of the most common emotional reactions people have (Schaefer, 2016).

When it comes to describing feelings of sadness or depression, grey and blue are the first colors linked to low mood. A [2016 study](#) (Korkmaz, [2016](#)) revealed that the study group with the highest depression and anxiety scores selected grey as their color of choice. Grey is often considered to be [a neutral color](#), and in color psychology, it is considered a color of no emotions, which explains the link to depression, as depression is commonly explained as a sense of emptiness and hopelessness, a loss of interest and pleasure in life. In addition to grey, blue is also a color often linked to low mood, particularly sadness. A 2017 Japanese study (Hanada, 2017) found that most people associated depression with dark blue. In both studies, an important aspect to be taken into consideration, as the color itself, was the value of color. Cooler, darker tones were more closely associated with negative emotions compared to warmer, lighter tones (Psych Central, 2022).

In order to better understand how artists use color to enhance or portray certain emotions, the report will analyze break-up scenes in films and animated cartoons to investigate how colors change along with the emotional beats of the story and characters' feelings.

#### *Break-up scene in La La Land (2016)*

The entire set design in *La La Land* (2016), inspired by old Hollywood musicals and French films, is an explosion of bright, vivid colors, which underlines how vibrant life is when living in a big city like L.A. and being in love.

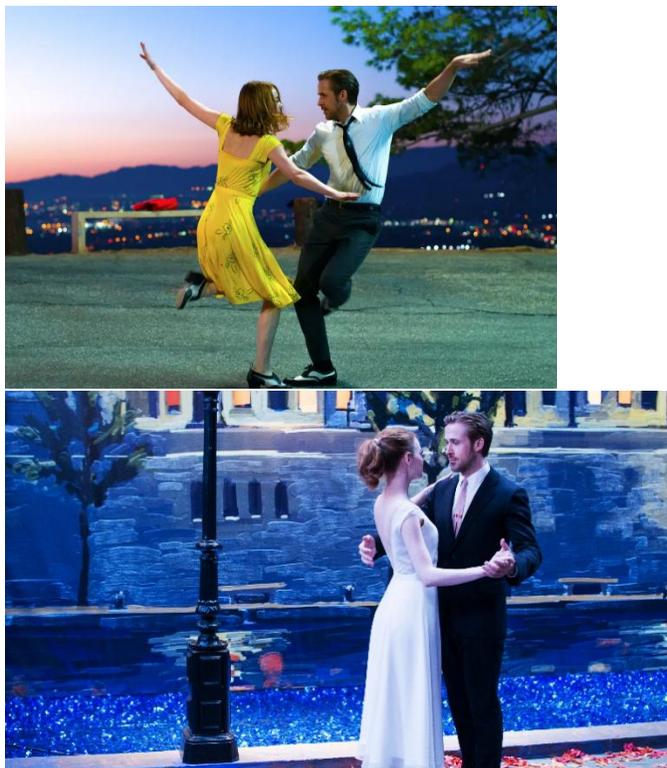


Fig. 3. Ryan Gosling and Emma Stone in “La La Land” (Lionsgate, 2016)

However, as the film continues and dreams and romance falter, everything is not so lighthearted anymore, and the colors are more subdued (Freedman, 2019). The breakup scene, where Mia tells her lover Seb that their relationship is over, uses a whole palette of dark blues, blue-violet, blue-green and pink colors to enhance the drama and tension between the two of them and express how disappointed and hurt Mia felt. The use of color in art direction plays an important role in building the dramatic arc of this scene.

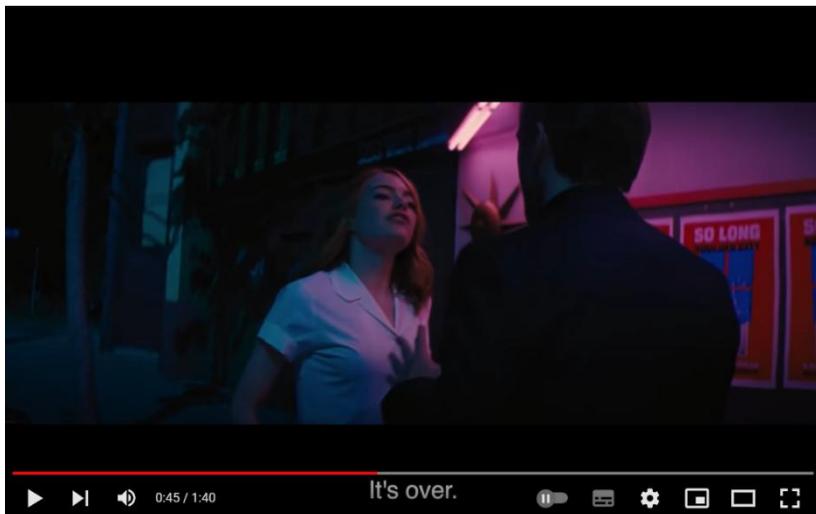


Fig. 4. *La La Land - The Break Up scene* (Lionsgate, 2016)

*In a Heartbeat animated short film (2017)*

In the animated short film *In a Heartbeat* (2017), in the scene where the protagonist sits under the tree with his heart broken, holding just one piece of it in his hands, the colors are dull and the intensity is down. It feels like a cloudy day and the rain is going to start any second, which enhances the low mood even more.





Fig. 5. *In a Heartbeat* (In a Heartbeat Animated Short Film, 2017)

*Bella suffering from heart break scene in The Twilight Saga: New Moon (2009)*

While the second film of the Twilight series *New Moon* (2009) is well-known for its warm autumnal look, the entire sequence where Bella Swan suffers from a heartbreak is dominated by a palette of dull colors and greenish tones. The colors used in the art direction increase the feeling of coldness and loneliness felt by the protagonist after her break-up with Edward Cullen. The use of color is smartly done, as the set design complements the energy of the scene and doesn't take the attention away from the story.



Fig. 6. *The Twilight Saga: New Moon* (Summit Entertainment, 2009)

*Call Me By Your Name* (2017)

The final scene of *Call Me By Your Name* (2017) is dominated by cold winter light and faded colors. The remains of the pomegranate on the plate reflect the reminiscent of summer while the cold winter sun reminds us of a persistent, sad reality: the summer is over, and so is the love story.



Fig. 7. *Call Me By Your Name* (Sony Pictures Entertainment, 2017)

The examples analyzed above confirm the importance of choosing the appropriate colors and details in the art direction/ set design of a film or animated movie in order to accurately express the spectrum of emotions experienced by the characters.

### **Methodology**

In order to respond to the research question about the color of heartbreak and gain a deeper understanding of how young people respond to it, a survey was held among the students of London Metropolitan University (Aldgate Campus). The survey was carried out to help with analyzing and understanding what people associate heartbreak with, and how they visually interpret and represent it.

For a graphic designer, illustrator, or even art director, choosing a color, shape, typography, and mood is very important to accurately represent emotions in their works, so that the audience can relate when visualizing it. The survey was carried out in a different format than the standard one - setting a table with 2

boxes, emojis, pens, sticky notes and free candies in the university's cafeteria. 50 students, 12 boys and 38 girls, aged between 18-30 years old, with a diverse cultural and ethnical background, participated in the survey and answered key questions about their own heartbreak experience and their associations. Thus, the students were asked to express their associations through a color, complementary – through a word and a shape.

### Discussion & analyses

According to the survey's findings:

- 36 % of the respondents associate heartbreak with the color **Red**
- 16 % of the respondents refer to **Sadness** when thinking about heartbreak
- 74 % of the respondents said the shape of a **Broken Heart** best visually represents breakup.

*Red* was the top mostly associated with heartbreak. Some respondents mentioned dark red and blackish red like blood. *Black* (22%) and *grey* (18%) are other colors that were frequently used to relate to heartbreak, following *blue/ dark blue* (12%) and *purple* (6%). Respondents also mentioned the low value of color, assuming a better suit. An interesting finding from the survey was the use of colors *dark pink*, *white* and *vivid orange* with sparkles of *red* to associate with heartbreak. White is usually considered to be a pure color, associated with hope, while for one of the respondents, it perfectly describes his/her heartbreak experience, because it felt like a *blank space*.

Next, the survey asked the respondents to describe their heartbreak experience in a word. The most frequently used word was *sadness*. Some respondents (12%) mentioned *crying*, followed by the words: *confusion* (8%), *alcohol* (3%) and *pain* (3%). While some of the answers like pain, depression, panic attack and shock are commonly used to describe heartbreak and were predictable, others were distinctive. One respondent said lipstick (she used pink lipstick to write on her boyfriend’s car after finding out he cheated on her), and another respondent mentioned chocolate, “lots of chocolate” as it helped him/her feel better and heal.

Responses to what shape best represents heartbreak in visual language were more complex and unique; the most common association in this case was the shape of a *broken heart in 2 halves* (74%). A sad face (emoji), broken line, teardrop, arrow, knife, chain, missing puzzle piece, black rose, question mark or an abstract shape, all were mentioned as the best visual representation of the end of a love relationship.

## **Conclusion**

Despite the popular color theories and research on color psychology, as shown, there is no “most suitable” color or shape to visually portray heartbreak. Even the red color, which often is seen as the symbol of passion and love, has become a symbol of heartbreak for the majority of the respondents. This confirms that every human’s experience dealing with a broken heart is individual and very different from others. Thus, graphic designers, illustrators and art directors should keep this aspect in mind when creating visual materials addressing the theme of heartbreak. To what for someone means one thing, for another can be the opposite. This is why knowing and understanding your

audience is vital for artists, as their creative choices should create an emotional connection with the public.

Few details should also be taken into consideration when making color associations: value, chroma and hue. As mentioned in the literature review and findings, they also play an important role in matching color to expressions. Since previous studies and surveys on color association did not provide sufficient material to explain how and why people associate emotions, life-experiences and events with specific colors, future studies may investigate deeper the correlation between visual design and cognitive processes, if culture, age or gender has an impact on these associations or not.

### References:

1. Ackerman, A. (2017) *Color Psychology Questionnaire Results – Story Behind The Cloth*. (ONLINE) Available at: <https://storybehindthecloth.com/color-psychology-overview-and-questionnaire-results/> (Accessed: 2 May 2023).
2. American Heart Association (2022) *Is Broken Heart Syndrome Real?* [ONLINE] Available at: <https://www.heart.org/en/health-topics/cardiomyopathy/what-is-cardiomyopathy-in-adults/is-broken-heart-syndrome-real#:~:text=But%20a%20real%20life%20broken,an%20impact%20on%20your%20heart> (Accessed: 1 April 2023).
3. Birren, F. (1961) *Color Psychology and Color Therapy*, New Hyde Park, New York: University Books, pp.3.

4. Dillner, L. (2008) *Love by numbers* [ONLINE]. Available at: <https://www.theguardian.com/lifeandstyle/2008/sep/13/family.relationships> (Accessed: 1 April 2023).
5. Freedman, D. B. (2019) *Understanding Design in Film Production: Using Art, Light and Locations to Tell Your Story*. New York: Routledge.
6. Fugate, J. and Franco, C. (2019) *What Color Is Your Anger? Assessing Color-Emotion Pairings in English Speakers* [ONLINE] Available at: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2019.00206/full> (Accessed: 26 April 2023).
7. Hanada, M. (2017) *Correspondence analysis of color-emotion associations* [ONLINE] Available at: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/pdf/10.1002/col.22171> (Accessed: 25 April 2023).
8. Korkmaz, S. (2017) *The correlation between color choices and impulsivity, anxiety and depression* [ONLINE] Available at: <https://www.ejgm.co.uk/download/the-correlation-between-color-choices-and-impulsivityanxiety-and-depression-7344.pdf> (Accessed: 25 April 2023).
9. Olesen, J. (2013) *Color Meanings - All About Colors and Symbolism* [ONLINE] Color-Meanings.com. Available at: <https://www.color-meanings.com/> (Accessed: 26 April 2023).
10. Pixar Wiki. (2015) *Sadness* [ONLINE] Available at: <https://pixar.fandom.com/wiki/Sadness> (Accessed: 26 April 2023).

11. Potter, C. and Kachouh, V. (2022) *How to heal from heartbreak (or at least feel less broken. A Breakup Journal*, Piatkus, London, UK, pp.6.
12. Psych Central. (2022) *Is Depression Linked with Certain Colors?* [ONLINE] Available at: <https://psychcentral.com/depression/decreased-perception-of-color-in-depression#color-and-depression> (Accessed: 26 April 2023).
13. Savin, J. (2019) *The scientific theory why breakups hurt more when you're younger* [ONLINE] Available at: <https://www.cosmopolitan.com/uk/body/a29513628/breakup-s-heartbreak-worse-younger/> (Accessed: 22 March 2023).
14. Schaefer, A. (2016) *What Does Heartbreak Do to Your Health?* [ONLINE] Available at: <https://www.healthline.com/health/what-does-heartbreak-do-to-your-health> (Accessed: 1 April 2023).
15. Smiley, L. (2019) *How To Use Visual Communication and Why It Matters* [online] Available at: <https://www.techsmith.com/blog/why-visual-communication-matters/> (Accessed: 2 April 2023).
16. Stamp, E. (n.d.) *The Colorful and Captivating Set Designs of La La Land* [ONLINE] Architectural Digest. Available at: <https://www.architecturaldigest.com/story/la-la-land-set-design> (Accessed: 26 April 2023)

### **Filmography:**

*Call Me By Your Name* (2017) Directed by Luca Guadagnino. Italy: Warner Bros. Pictures.

*In a Heartbeat* (2017) Directed by Esteban Bravo and Beth David. USA: [Ringling College of Art and Design](#).

*Inside Out* (2015) Directed by Pete Docter. USA: Pixar Animation Studios.

*La La Land* (2016) Directed by Damien Chazelle. USA: Lionsgate.

*The Twilight Saga: New Moon* (2009) Directed by Chris Weitz. USA: Summit Entertainment.

### **Image References:**

1. In a Heartbeat Animated Short Film (2017) *In a Heartbeat - Animated Short Film* [screenshot] Available at: <https://www.youtube.com/watch?v=GgfvMHeOiqQ> (Accessed: April 26 2023)
2. Olesen, J (2013) *An overview of The Modern Color Wheel* [diagram] Available at: <https://www.color-meanings.com/> (Accessed: 26 April 2023)
3. Pixar Wiki (2015) *Anger, Fear, Joy, Disgust and Sadness* [image] Available at: <https://pixar.fandom.com/wiki/Sadness> (Accessed: 26 April 2023)
4. Lionsgate (2016) *Ryan Gosling and Emma Stone in a scene from "La La Land"* [image] Available at: <https://www.lionsgate.com/movies/la-la-land> (Accessed: April 26 2023)
5. Lionsgate (2016) *La La Land - the break up scene* [screenshot]
6. Sony Pictures Entertainment (2017) *Call Me By Your Name* [screenshot]

7. Summit Entertainment (2009) *The Twilight Saga: New Moon*  
[screenshot]

## Appendix 1

**Survey Title:** *Heartbreak*

*Color Association Survey*

**Questionnaire**

**Personal Info:**

**Age:**

**Gender:** *Male/Female/other*

**Nationality:**

**Occupation:**

**Questions:**

1. What is the first thing that comes to your mind when you think of first heartbreak?
2. What color do you associate heartbreak with?
3. Describe your heartbreak experience in a word.
4. In your opinion, what is the most suiting shape to represent a breakup?

**Thank you for your participation!**

**Date despre autoare:**

**Daniela Lungu,**

DN7017 Design Research for Practice

MA Visual Communication: Graphic Design

[danalungu09@gmail.com](mailto:danalungu09@gmail.com)

**Buildin Blocks of Resilience: Fostering Family Support for  
Children**  
**Elementele constitutive ale rezilienței: Promovarea sprijinului  
familial pentru copii**  
**Ungureanu Nastasia Anca-Gabriela**  
**Republica Moldova**

*Abstract.* This article is intended to discuss a key factor in children`s cognitive development- building resilience on the base of strong family relationships. Parents are an essential tool for the emotional well-being of their children and for their future evolution.

Nowadays, people have the tendency to live only in the moment and this way overlooking the fact that a 4-year-old child is going to be a future 50-year-old. From a very young age, children have to be prepared to be productive and to contribute to their own wellbeing, to that of their community or country, this way leading us all into the future. To reach their full potential children and young people first need to thrive in their families so that later in life they can give back, a process that has to go on throughout their whole life.

In his award winning book Building Resilience in Children and Teens: Giving Kids Roots and Wings professor and doctor Kenneth R.Ginsburg states that we:” need to consider their happiness and achievement today, as well as the skills they’ll need to navigate an increasingly complex world tomorrow. We want them to be able to overcome adversity and view challenges as opportunities for growth and innovation. We need them to be resilient.” (1)

Therefore, from what the professor says, it seems that from all life skills the future functional adult has to master resilience as

a way of expressing its own uniqueness. To reach this stage, resilience has to be nurtured through strong family bonds. Parents will become their first life-teachers.

**Keywords:** resilience, future adults, family, parent, life skills.

**Rezumat.** Acest articol își propune să aducă în discuție un factor cheie în dezvoltarea cognitivă a copiilor - construirea rezilienței pe baza unor relații puternice în interiorul familie. Părinții sunt un instrument esențial în asigurarea bunăstării emoționale a copiilor lor dar și a evoluției ulterioare a acestora. În zilele noastre, oamenii au tendința de a oferi importanță doar prezentului, astfel trecând cu vederea faptul că un copil de 4 ani se va transforma în viitor într-un adult de 50 de ani. De la o vârstă foarte fragedă, copiii trebuie să fie pregătiți pentru a fi productivi și să contribuie astfel la propria bunăstare dar și la cea a comunității sau țării lor, conducându-ne astfel pe toți spre viitor. Pentru a-și atinge potențialul maxim, copiii și tinerii trebuie mai întâi să prospere în familiile lor, astfel încât mai târziu în viață să poată la rândul lor oferi; un proces care trebuie să continue pe parcursul întregii vieți.

În cartea sa extreme de apreciată *Building Resilience in Children and Teens: Giving Kids Roots and Wings*, profesorul și medical Kenneth R.Ginsburg afirmă că: „trebuie să luăm în considerare fericirea și realizările lor astăzi, precum și abilitățile de care vor avea nevoie pentru a naviga prin situații din ce în ce mai complexe, lumea de maine. Ne dorim ca ei să poată depăși adversitățile și să vadă provocările ca oportunități de creștere și inovare. Avem nevoie de ei să fie rezilienți.” (1)

Prin urmare, din ceea ce spune profesorul, se pare că din toate abilitățile de viață necesare viitorul adult funcțional, acesta trebuie să posede reziliență ca un mod de a-și exprima propria

unicitate. Pentru a ajunge la această etapă reziliența trebuie să fie hrănită prin legături puternice de familie. Părinții vor deveni cei dintâi profesori despre viață.

**Cuvinte cheie:** reziliență, viitori adulți, familie, părinte, abilități de viață.

## **Background**

Children need to thrive and this is a notion used more frequently when talking about young children or primary school pupils. It implies a sum of factors that offer the child the chance to reach its maximum potential in school.

This topic has started to migrate outside the school system and now it applies to the child`s more personal space as well, that of its family. A child has to thrive inside its family so that he or she can develop and progress in school. Furthermore, childhood it is also the time to focus on preparation and prevention so that when the time comes, the teen or young adult can take its own justified decisions.

Professor K. Ginsburg adds to this that:”If we all work together as parents, schools, communities, and policy makers to nurture our children today, they will become the strong, compassionate, creative adults we need tomorrow.” (1)

To work together means building strong relationships that are based on love or mutual likeness. In the parents` case, who can give a perfect definition for what love truly means?

If one is a parent, the love for his child could be perceived as an indestructible force that offers protection. Parents love their children to show them that they are unique and worthy of being loved. This is something that will certainly affect them later in life as well when they will try to build their own relationships. The concept of love is so complex that there can never be a scientific

definition that can pinpoint, measure and describe into words the love a parent has for its child. (2)

Love is also an active process that has to be practiced every day. It is essential for children to know that they are cared about and that the adult tries to see deeper inside of him and not just focus on a particular behaviour.

Professor K. Ginsburg states that there are 8 ways of demonstrating love and he presents them in the following order:

1. Telling them.

Constant verbalization of affection helps children and adolescents get the persistent reassurance that they are cared about.

2. Seeing the best in them.

Adults tend to evaluate people based on what they produce and how they behave. This kind of behaviour is not right for children and adolescents because they do not value their worth based on these factors. This could lead to anxiety and they could tend to think about themselves as products “I offer I am worthy if not I do not count”.

3. Protecting them.

Keeping children safe from physical injuries or mental abuse helps them develop harmoniously.

4. Preparing them:

Children do not possess the same life experience as adults do, so parents have the duty to guide them and help them become their best self.

5. Be there for them.

Overlooking occasional misunderstandings, children need to know that despite all there is someone there for them, a parent that does not judge and forgives.

6. Spending time with them.

Life for an adult can be hectic: trying to have a stable job, a house and giving a child everything he needs. Parents still have to find the internal resources to spend quality time with them even if just for a small talk.

7. Doing things with them.

Even the simplest things like doing household chores can be an excellent way of doing things together.

8. Getting out of their way:

As children grow, it is normal for them to have bad days as well. It is a moment when it is important to respect their privacy. (1)

Parents also need to take caution; loving actions can backfire at any time. Protection can become control. Preparation can become lack of confidence in the child's abilities.

In dealing with families, one issue does not cover the whole range of situations, behaviours, or circumstances. Families are complicated and the world is unpredictable. It is important to help children understand that:

- Happiness is a personal matter and that everyone's happiness is different.
- Strong moral values are essential. The future adult must take decisions that stand for his or her personal beliefs. They need to find solutions for social problems and at the same time taking into consideration how their actions will affect others. They need to be generous and compassionate without judgement and to reach across differences rather than to stroke division.
- Future adults need to be creative and flexible. Committed to innovation and opened to hearing new ideas.
- Future adults also need the ability to succeed at the workplace. Successful adults are hardworking and they are driven by a sense of purpose.

- Collaborative skills are essential in developing interpersonal relationships. Humans are social creatures that live in groups. Being part of a community gives purpose to one's existence. (1)

### **Why is resilience so important?**

Every parent's dream is to keep its child safe from every possible situation that could cause any kind of harm, worries or emotional hurt. However, this could lead to the opposite of what a parent imagines for its child. This could very well lead to the creation of a cold individual incapable of empathy, unable to express love or compassion.

A parent's goal must be to raise children who can handle any kind of situations that come and be able to cope with difficult challenges and bounce back. All parents want their child to develop deep, strong roots as they grow so that they can step successfully and independently into the future. This is why parents' goal should be resilience.

Resilience could be defined as the human capacity to rise above a difficult, stress producing circumstance. This ability allows humans to exist and to move forward in a less than perfect world.

Resilience is also commonly viewed as an ability to recover from setbacks, the quality of bouncing back. (3)

Professor K. Ginsburg states that resilience is similar to buoyancy. "When pushed under water, our bodies instinctively rise back up to the surface. It's what we want young people to be able to do: when pushed under, rise to the top again." (1)

Resilience is also a mind-set and an essential life skill. Resilient people see challenges as opportunities and a chance to learn new things. People who possess resilience don't have the tendency to victimize themselves and they always seek solutions.

Nevertheless, this does not mean that such a person is immune to all stressful situations. They might be highly resilient in one aspect of life and need much higher levels of support in another. Resilience is not a form of isolation from all risk. (1)

Resilience is also a trait parents can develop in children. This way they will be equipped to navigate a stressful and complicated world. Resilience is not a trait only for “perfect” people, because perfectionists will always fear making mistakes. “Resilient people are more successful because they push their limits and learn from their mistakes. Resilience may be a core factor in determining not only who will adapt, but who will thrive.” (1)

Resilience is also a quality that is part of the original; this means that people are born with it. “It is already packaged in our children”, stated Ann Masten, PhD, University of Minnesota, one of the leading thinkers on resilience. (4) She calls it in one of her speeches, later the name of a book, an “ordinary magic.” (4) It is not something that parents need to go out and acquire for their children; rather, it is already within them. Resilience just has to be nurtured.

It is extremely important to realise that all children come equipped with abilities and strengths that can become sources of ongoing accomplishments. A parent’s role is to help the child gain appropriate confidence by helping him recognize what he already possess. This confidence is an essential ingredient of resilience and can be nurtured at any time in life. Just as muscles develop, strength by exercise in the same manner parents can develop resilience by paying attention to those strengths and building on them.

### **Stress and Resilience**

All children have a natural resilience but adults can become more resilient.

Children and teens live in a world that is constantly bombarding them with all sorts of information and messages. Families are always on the run and children have deadlines to accomplish and to get good grades in school. Social media bombards youth with messages: “they aren’t thin enough, cool enough, sexy enough, or attractive enough”. (1)

In such a high-pressure atmosphere, they need all the strength they can get and they cannot succeed on their own. This is the point where parents take the lead together with all the adult community around them.

### **The Resilience Movement**

Professor Kenneth R.Ginsburg gives the example of two children that grow-up in similar environments. Despite this, they achieve different levels of success. The analysis of this process has as its focus the level of resilience that each individual has been able to achieve. The professor adds to all this that resilience is opposed to the most commonly approach of learning what went wrong.

This movement gathers specialists from a wide range of disciplines and perspectives. (1)

Sociologists look at the social fabric of how communities work. Psychologists examine individuals’ experiences and their way of being and how these influence their ability to cope. Anthropologists study human evolution patterns. They examine how culture and communities can influence resilience.

The majority of books that deal with resilience tend to go towards only one specific direction that concerns the study area. However, human beings cannot be defined only by a single discipline. Humans are complex creatures that have behaviour patterns that are influenced on various scales by different factors.

There can never be a single perspective. So by trying to understand how young people think one must also take into consideration the social and community forces that affect them. It is impossible to present every idea out there about building resilience because it depends on each child`s individual needs. (5)

In his book, professor Kenneth R.Ginsburg also brings up 7 factors that help young people develop resilience and they are called Cs. He puts them in the following order: competence, confidence, connection, character, contribution, coping, and control. (1)

He further states that every C is a different layer of a total approach, nurturing children with protection, while at the same time reinforcing their own strengths.

The original 4 Cs –

competence, confidence, connection, and character were first used by Rick Little, the founder of the International Youth Foundation. (6)

Overall, there is a web of the 7Cs and children cannot gain one without the other. They need to have competences so that they can reach confidence. They need to connect with others to reinforce competence. They need character so that they realise their own contribution to their community, and character can be forged only by connections with others. The professor further adds that contribution is what actually builds character and leads to deeper interpersonal connections. Children who contribute to their communities have more confidence and so they become more and more competent. This in turn helps them recognize their social value and so it gives them a sense of control of their environment. This in turn will offer them better coping strategies because their need to escape reality will diminish.

Coping can be taught and this can be made only by turning to people with whom children have strong connections and this way the path of building resilience goes on and on. (1)

### **The Essential Themes That Affect Resilience**

There seem to be 3 essential themes that can affect a child's resilience. (1)

The first one is unconditional love. An essential developing factor because it offers security. Unconditional love does not mean unconditional approval and the child is not just the way he acts at a certain moment. Parents have the right to reject certain behaviours and simultaneously love their child unconditionally. The key is for the child to know parents are there no matter what. This way parents will be the source of this essential ingredient of resilience. The more supportive adults are in a child's life, the more firmly rooted and unshakable his security will be.

The second one is children living up to adults' expectations. These might include high academic results, being good at sports or simply being a compassionate human being.

Thirdly, children absorb messages from outside the family and change their behaviour to meet those expectations. Sometimes these messages can have a positive impact on the young child but most frequently, parents have to deal with distorted information that can be harmful for them.

Parents are a child's most powerful model and they are in a position to teach them about resilience.

Overall, just as parents fantasize the perfect world for their children, in the same way professor Kenneth R. Ginsburg envisions a better world for the young people he deals with every day. Young people that are "drug-abusing, depressed, and suicidal kids; pregnant 14-year-olds; youth without stable homes who ricochet from the streets to shelters and back; kids with

sexually transmitted infections; victims of gunshots; and those who wield the weapons”. (1)

However, not only those who live in poverty have to deal with these issues. The professor also cares for patients with upper-incomes as well: “who binge drink, are anxious, depressed, and suicidal, use drugs, get pregnant, have sexually transmitted infections; and have eating disorders. They are so overstressed that they deal with pressure in destructive ways”. (1)

These apparently similar yet very diverse groups suffer the consequences of poverty and the different but very real pressures of affluence.

In between these extremes, still many other young people struggle to make their way through childhood and adolescence. This is why parents have such an important role in child’s development. While children have many natural abilities and strengths, they can always develop greater resilience, but it is difficult to do on their own. They all need adults that care for them, that are willing to guide them and the best starting point is at home while the child is still very young.

### **Parents- the driving force in children’s lives**

The actions that parents take years before adolescence, beginning with infancy, can make a difference in the health of children and their success and well-being as future adults. Regardless of a child’s age, parents must keep in mind that it is never too late to begin new approaches to building and teaching resilience.

The product of all this effort will grow throughout childhood, solidify in adolescence, and later serve the child in his adult life. Parents` effort must also be accompanied by that of teachers, friends, communities, and society at its whole.

As professor Kenneth R.Ginsburg puts it: “ there is no magic plan for raising children, only love and the very best of intentions”, (1)and continuous work in guiding and reassuring each child that he is going to become the best version of himself.

## **Bibliography**

1. Ginsburg, Kenneth R. and Jablow, Martha M. *Building Resilience In Children And Teens- Giving Kids Roots And Wings*. Philadelphia : American Academy of Pediatrics, 2020.
2. Center For Children And Youth. [Online] December 31, 2019. [Cited: March 26, 2024.] <https://ccy.jfcs.org/changing-the-narrative-on-adolescents/>.
3. Busse, Michael. Social Media and Its Psychological Effects. *Everand*. [Online] May 17, 2023. [Cited: April 12, 2024.] <https://www.everand.com/read/647535949/Social-Media-and-Its-Psychological-Effects>.
4. Carter, Christine. Insight Of Christine Carter, Ph.D.”s Raising Happiness. *Everand*. [Online] May 09, 2022. [Cited: April 23, 2024.] <https://www.everand.com/read/573537681/Summary-of-Christine-Carter-Ph-D-s-Raising-Happiness>.
5. Cox, John Woodrow. Insight on John Woodrow Cox”s Children under Fire. *Everand*. [Online] July 07, 2022. [Cited: April 20, 2024.] [everand.com/read/581694699/Summary-of-John-Woodrow-Cox-s-Children-Under-Fire](https://www.everand.com/read/581694699/Summary-of-John-Woodrow-Cox-s-Children-Under-Fire).
6. Gloria Degaetano, Diane Dreher. Parenting Well in a Media Age: Keeping Our Kids Human. *Everand*. [Online] June 1, 2004. [Cited: April 17, 2024.] <https://www.everand.com/read/161850182/Parenting-Well-in-a-Media-Age-Keeping-Our-Kids-Human>.
7. Linn, Susan. Who Is Raising The Kids? *Everand*. [Online] September 13, 2022. [Cited: April 10, 2024.] <https://www.everand.com/read/577827979/Who-s-Raising-the-Kids-Big-Tech-Big-Business-and-the-Lives-of-Children>.
8. The Rudd Adoption Research Program. Ordinary Magic on the Developmental Road to Resilience" by Dr. Ann Masten, University of

Minnesota. *youtube*. [Online] May 26, 2015. [Cited: March 30, 2024.]  
[https://www.youtube.com/watch?v=JR\\_K4x3naLQ](https://www.youtube.com/watch?v=JR_K4x3naLQ).

9. Tough, Paul. How Children Succeed- Grit, Curiosity, and the Hidden Power of Character. *Everand*. [Online] August 10, 2015. [Cited: March 30, 2024.] [everand.com/read/556012168/How-Children-Succeed-by-Paul-Tough-Key-Takeaways-Analysis-Review-Grit-Curiosity-and-the-Hidden-Power-of-Character](http://everand.com/read/556012168/How-Children-Succeed-by-Paul-Tough-Key-Takeaways-Analysis-Review-Grit-Curiosity-and-the-Hidden-Power-of-Character).

**Date despre autoare:**

**Ungureanu Nastasia Anca-Gabriela,**

Doctorandă, Universitatea de Stat din Moldova

ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-3056-2466>

Email: [nastasia.anca.gabriela@gmail.com](mailto:nastasia.anca.gabriela@gmail.com)

## STRATEGII DE MODIFICARE A ATITUDINII FAȚĂ DE SINE GENERATĂ DE PATTERNURI TRANZACȚIONALE LA FEMEI

*Elena TCACI*  
*Republica Moldova*

**Abstract:** *Patternurile tranzacționale, concept introdus de E. Berne în cadrul analizei tranzacționale, sunt modele repetitive de interacțiuni și comportamente care se desfășoară în cadrul relațiilor interpersonale. Aceste patternuri pot influența în mod semnificativ modul în care o persoană se percepe pe sine și interacționează cu ceilalți. În cazul femeilor, care sunt adesea implicate într-o varietate de relații interpersonale complexe, patternurile tranzacționale pot juca un rol crucial în formarea și modelarea atitudinii față de sine. Identificarea și înțelegerea acestor patternuri pot fi esențiale pentru îmbunătățirea relațiilor și a bunăstării emoționale. Unii cercetători consideră că comportamentul este determinat de factorii din mediul înconjurător. Scopul acestui articol este de a prezenta strategii de modificare a atitudinii față de sine generate de patternurile tranzacționale la femei. Identificarea și înțelegerea acestor patternuri pot fi esențiale pentru îmbunătățirea relațiilor și a bunăstării emoționale a femeilor.*

**Cuvinte-cheie:** *atitudine față de sine, patternuri tranzacționale, stimă de sine, imagine de sine, familie, injuncție.*

**Abstract:** *Transactional patterns, a concept introduced by E. Berne within the framework of transactional analysis, are repetitive models of interactions and behaviors that occur within interpersonal relationships. These patterns can significantly influence how a person perceives themselves and interacts with others. For women, who are often involved in a variety of complex interpersonal relationships, transactional patterns can play a crucial role in shaping and forming their self-*

*attitude. Identifying and understanding these patterns can be essential for improving relationships and emotional well-being. Some researchers believe that behavior is determined by environmental factors. The aim of this article is to present strategies for modifying self-attitude generated by transactional patterns in women. Identifying and understanding these patterns can be essential for improving relationships and emotional women well-being.*

**Keywords:** *self-attitude, transactional patterns, self-esteem, self-image, family, injunction.*

### **Introducere. Delimitări conceptuale ale patternurilor tranzacționale**

Analiza tranzacțională, introdusă de Eric Berne, reprezintă un cadru teoretic și metodologic esențial în psihologie, care se concentrează pe interacțiunile umane și comunicarea dintre indivizi. Patternurile tranzacționale pot influența semnificativ modul în care o persoană se percepe pe sine și interacționează cu ceilalți (1).

**Pentru femei, care sunt adesea implicate într-o varietate de relații interpersonale complexe, patternurile tranzacționale pot juca un rol crucial în formarea și modelarea atitudinii față de sine. Aceste patternuri pot avea atât efecte pozitive, cât și negative asupra stimei de sine și a imaginii de sine.**

Importanța patternurilor tranzacționale în analiza tranzacțională rezidă în capacitatea lor de a evidenția modul în care oamenii răspund unul la celălalt în diferite situații și contexte. Prin identificarea și înțelegerea acestor patternuri, consilierii și pacienții pot să devină conștienți de modul în care se comportă și interacționează în relații și pot să identifice posibilele schimbări sau ajustări necesare pentru a îmbunătăți comunicarea și relațiile interpersonale (2).

Din perspectiva psihologului și autorului H. Lerner (3),

specializat în relații și dezvoltare personală, patternurile tranzacționale la femei ar putea fi analizate în contextul modului în care femeile interacționează cu ceilalți și cu sine în relațiile lor. Aceste patternuri pot include modul în care femeile își exprimă nevoile și limitele, cum se angajează în confruntări și cum își îndeplinesc rolurile sociale și familiale.

### **Injunctiile**

În analiza tranzacțională, „injunctiile reprezintă mesaje sau directive interne negative pe care o persoană le primește în copilărie și care îi influențează modul de a gândi, simți și acționa în viața de adult” (4). Acestea pot fi încorporate în scenariile unei persoane și pot determina comportamente repetitive și nesănătoase. Injunctiile pot contribui la formarea scenariilor prin influențarea modului în care o persoană percepe și reacționează la anumite situații.

Conform teoriei Analizei Tranzacționale, „majoritatea mesajelor se pot cristaliza în jurul a 12 injunții, care au caracterul unor mesaje restrictive, de constrângere sau interdicție, emise și recepționate inconștient” (1). Fiecare injuncție poate contribui la apariția unor patternuri tranzacționale specifice în relațiile interpersonale:

#### 1. Nu trebuie să exist (Nu exista!)

Psihoterapeutul O. M. Popescu (4) afirmă că părinții care emit astfel de mesaje se simt incomodați, amenințați chiar de prezența unui copil, în general nedorit; chiar reprimată și exclusă din comportamentul verbal al adultului, agresivitatea, toxicitatea unei astfel de injunții se insinuează subtil în gesturi, ton, privire, iar copilul o percepe foarte clar. Uneori, ea devine explicită, luând forme maxime ale violenței fizice și simbolice și însoțită, eventual, de metacomunicări de genul: „Eu te-am facut, eu te omor!”/ „Te bat ca să te fac om!” etc.;

- Această injuncție poate duce la un pattern tranzacțional de

”Retragere-Pasivitate”, în care persoana evită să își exprime sau să își afirme propria identitate și existență în relațiile interpersonale.

2. Nu trebuie să fiu eu (Nu fi tu însăși!)

Mesajul este transmis de către părinții care-și doreau un băiat, dar au o fată și invers; reproșul lor inconștient este emis prin felul în care i se adresează copilului, cum îl numesc, cum îl tund sau îl îmbracă etc. La un nivel mai general, acest tip de injuncție devine: Fii altcineva!

• Această injuncție poate contribui la apariția unui pattern tranzacțional de ”Conformare-Adaptare”, în care persoana încearcă să se schimbe sau să se conformeze pentru a se potrivi cu așteptările altora, suprimându-și propria autenticitate și individualitate.

3. Nu trebuie să fiu copil (Nu fi copil!)

Părintele simte un ”rival” în propriul copil, el însuși considerându-se copil sau, dimpotrivă, fiind frustrat, odinioară, de copilăria proprie; ”aici este loc pentru un singur copil” - este mesajul implicit – ”te pot tolera numai dacă te porți ca un adult!” Expresii ”familiare” acestei injuncții sunt: ”Băieții nu plâng/ Nu te mai smiorcăi ca o fata/ Nu te mai alinta!” etc.

• Această injuncție poate duce la un pattern tranzacțional de ”Maturitate excesivă”, în care persoana încearcă să se comporte și să se prezinte ca un adult responsabil în toate aspectele vieții, ignorând sau negând nevoile și dorințele sale de joacă și explorare.

4. Nu trebuie să cresc (Nu crește/ Nu te maturiza!)

O astfel de injuncție primesc, de regulă, mezinii ori copiii unici care sunt pe punctul de a părăsi casa părintească, când pleacă la școală/facultate sau când se căsătoresc etc.; mesajul implică disperarea parentală în fața eventualității unei singurătăți iminente: Nu mă părăsi!

• Această injuncție poate contribui la un pattern tranzacțional de “Stagnare-Ambivalență”, în care persoana se simte blocată sau împiedicată să își dezvolte potențialul și să își atingă obiectivele de creștere și dezvoltare personală.

5. Nu trebuie să reușesc (Nu reuși!)

Pare incredibil, dar numeroși copii, care au interiorizat conștiincios această injuncție, ratează examene, căsnicii ori profesii pentru a împlini nevoia parentală de sprijin și protecție la bătrânețe. Ori poate fi, pur și simplu, gelozia părinților pentru abilitățile/realizările fiului/fiicei. Ca și în cazul tuturor celorlalte injuncții, și această injuncție va fi “transmisă” de la o generație la alta, majoritatea adulților repetând în mod reflex expresii absurde, suportate în propria copilărie: “Ești un nătărău!”/ “Ești bătut în cap!”/ “Nu ești bun de nimic!” etc.

• Această injuncție poate duce la un pattern tranzacțional de “Auto-sabotaj-Depreciere”, în care persoana se auto-sabotează și se auto-critică constant, percepând succesul și realizarea personală ca fiind inaccesibile sau neadecvate.

6. Nu trebuie să fac nimic (Nu fă nimic/ Nu acționa!)

Este, de fapt, o abreviere a mesajului „Nu acționa, pentru că, orice ai face, este atât de periculos, încât este mai bine să nu faci nimic!” și reprezintă proiecția neimplicării proprii a adultului ori a neputinței acestuia de a face față realității - transferată inconștient asupra copilului său.

• Această injuncție poate contribui la un pattern tranzacțional de “Pasivitate-Acceptare”, în care persoana evită asumarea responsabilității și acțiunea, așteptând să se întâmple lucrurile fără a lua inițiativa sau a lua decizii active.

7. Nu trebuie să fiu important (Nu fi important!), cu varianta “Nu cere nimic! Fii invizibil!” - mesajul traduce respingerea parentală divers motivată: teama de a fi părinte, egoismul, automenajarea confortului propriu etc.;

- Această injuncție poate duce la un pattern tranzacțional de “Subestimare-Inferioritate”, în care persoana se percepe pe sine ca fiind lipsită de valoare și importanță, suprimându-și aspirațiile și dorințele de a fi recunoscută și apreciată.

8. Nu trebuie să aparțin (Nu aparține/ Nu te amesteca cu ceilalți!)

Destinatar constant al acestui mesaj mut, copilul, viitorul adult sfârșește prin a fi un singuratic, nesociabil, autoexclus; direct sau indirect, părinții i-au criticat prietenii, i-au interzis călătoriile, i-au ironizat gusturile, pasiunile, preferințele, susținând, în mod paradoxal, tot timpul “unicitatea” lui, superioritatea față de ceilalți.

- Această injuncție poate contribui la un pattern tranzacțional de “Izolare-Excludere”, în care persoana se simte separată și izolată de ceilalți, evitând să se conecteze emoțional sau să stabilească legături sociale sănătoase.

9. Nu trebuie să fiu apropiat (Nu fi apropiat!/ Nu avea încredere în nimeni!)

În “traducere liberă”: “Ceilalți sunt hoți/mincinoși etc” - mesajul ascunzând, de regulă, scepticismul exacerbat al părintelui însuși.

- Această injuncție poate duce la un pattern tranzacțional de “Distanțare-Rezistență”, în care persoana se retrage emoțional și evită apropierea și intimitatea în relațiile interpersonale, percepend-o ca fiind periculoasă sau amenințătoare.

10. Nu trebuie să fiu sănătos (Nu fi sănătos!/ Fii bolnav!)

Mesajul maschează, sub aparenta disponibilitate la orice mic semn de slăbiciune fizică sau de răceală, tentativa parentală de a infantiliza un fiu/o fiică aflat/-ă în pragul adolescenței, iar injuncția merge uneori până la a produce regresii mentale și fizice apreciabile. “Fii slab, ca să am pe cine proteja/domina” sau, la celălalt pol, “Uite ce neajutorat sunt, am nevoie de ajutorul tău/

de fidelitatea ta/ de supunerea ta/ de atenția ta!”

- Această injuncție poate contribui la un pattern tranzacțional de “Nepăsare-Neglijare”, în care persoana ignoră sau neglijează propriile nevoi și bunăstarea fizică și mentală, prioritizând alte aspecte ale vieții în detrimentul sănătății.

11. Nu trebuie să gândesc (Nu gândi!)

Este genul de mesaj care îi transformă în nulități și pe cei mai înzestrați copii: ironia, sarcasmul sau numai indiferența afectivă cronică acționează pârghii emoționale invizibile, blocând evoluția intelectuală; una dintre variante este: “Nu gandi ca tine, ci ca mine! Fă ce-ți spun! Fii ascultător! Fii conformist!” etc.

- Această injuncție poate duce la un pattern tranzacțional de “Dependență-Adaptare”, în care persoana evită să își exprime propriile gânduri și opinii și se supune cu ușurință voinței altora, renunțând la capacitatea sa de a gândi critic și independent.

12. Nu trebuie să simt (Nu simți!)

Una dintre cele mai toxice injuncții, agreată de educatori sau de adulții pentru care proverbe de genul “Sărută-ți copiii numai în somn!” sunt expresia unui embargo emoțional în întreaga familie. Exteriorizarea emoțiilor este cenzurată. Mesajul maschează frica adulților de propriile sentimente, vechi eșecuri sentimentale refulate. În variante mai permissive, tipic maternelor, mesajul sună așa: “Nu simți ceea ce simți tu, simte ceea ce simt eu!” Și se înregistrează deghizat în expresii de genul: “Mie mi-e foame. Ce vrei să mănânci?”, “Mie mi-e frig. Îmbracă-te mai gros!”

- Această injuncție poate contribui la un pattern tranzacțional de “Negație-Represiune”, în care persoana suprimă sau reprimă emoțiile sale și evită să le exprime sau să le exploreze, percepându-le ca fiind incomode sau periculoase.

### **Atitudinea față de sine - manifestări**

Atitudinea față de sine este un construct complex, influențat de mai multe variabile psihologice, culturale, sociale. În cadrul studiilor psihologice și sociale, atitudinea față de sine la femei este recunoscută ca un aspect esențial al identității personale și al sănătății mentale (5).

Manifestarea atitudinii față de sine se poate observa în stabilirea obiectivelor și luarea deciziilor. Atitudinea față de sine poate influența modul în care o persoană își stabilește obiectivele și își prioritizează valorile și interesele personale. Persoanele cu o atitudine pozitivă față de sine sunt mai susceptibile să-și urmeze pasiunile și să-și urmărească obiectivele cu determinare, în timp ce cele cu o atitudine negativă pot fi mai puțin înclinate să-și asume riscuri și să-și urmeze visurile.

Atitudinea ne determină comportamentul și constituie o formă ascunsă, care se manifestă în opinii, sentimente și comportamente (6). În structura atitudinilor, se evidențiază componentele: cognitivă, afectivă și comportamentală.

Formarea atitudinii față de sine la femei poate fi influențată de o varietate de factori (7), inclusiv:

- cultura și societatea - normele culturale și așteptările sociale în ceea ce privește rolurile de gen pot influența puternic modul în care femeile își percep sinele și valorile lor personale. De exemplu, în societățile care pun o mare valoare pe aspectul fizic al unei femei, aceasta ar putea avea o atitudine mai critică față de aspectul său fizic și, implicit, față de sine;

- experiențele de viață - experiențele individuale, inclusiv traumele, reușitele și relațiile interpersonale, pot contribui la dezvoltarea unei atitudini pozitive sau negative față de sine. De exemplu, o femeie care a fost susținută și încurajată în viața ei ar putea avea o încredere mai mare în sine decât una care a fost supusă abuzului sau neglijenței;

- media și presiunile culturale - imaginile și mesajele prezentate în media, cum ar fi reclamele, filmele și revistele, pot influența în mod semnificativ percepția femeilor despre propriile lor corpuri și abilități. Expunerea constantă la standarde nerealiste de frumusețe și perfecțiune poate afecta încrederea și stima de sine;

- educația și succesul profesional - succesul în domeniul educației și carierei poate juca un rol important în dezvoltarea unei atitudini pozitive față de sine. Realizările academice sau profesionale pot consolida încrederea în sine și sentimentul de valoare personală;

- relațiile interpersonale - calitatea relațiilor cu familia, prietenii și partenerii romantici poate influența modul în care o femeie își percepe propria valoare și merită. Relațiile de sprijin și încurajare pot contribui la o imagine pozitivă de sine, în timp ce relațiile toxice sau abuzive pot eroda încrederea și stima de sine;

- aspectul fizic - percepția asupra aspectului fizic poate influența puternic atitudinea față de sine la femei. Standardele de frumusețe și presiunile legate de aspectul fizic pot afecta încrederea în sine și autoevaluarea.

### **Rolul patternurilor tranzacționale în formarea atitudinii față de sine la femei**

Patternurile tranzacționale pot fi învățate și internalizate încă din copilărie, pe baza interacțiunilor cu părinții, frații, surorile sau alte figuri de autoritate. Femeile pot adopta comportamente sau reacții specifice în funcție de modelele de comunicare și relaționare observate în familie sau în alte medii sociale. Patternurile tranzacționale pot influența stima de sine a femeilor în moduri variate. Patternurile de comunicare sau relaționare toxice pot submina încrederea în sine și pot alimenta sentimentele de nevrodnicie sau de inferioritate.

Ținând cont de literatura de specialitate și cercetările care s-

au realizat, concluzionăm că patternurile tranzacționale influențează atitudinea femeilor față de sine în moduri diferite (8). Fiecare dintre cele 12 patternuri tranzacționale identificate în baza injunecțiilor de către psihoterapeutului Oana Maria Popescu influențează atitudinea femeilor față de sine în diverse moduri (4).

Femeile care adoptă patternul "Retragere-Pasivitate" pot avea tendința de a se percepe ca fiind lipsite de putere sau de voce în relațiile lor interpersonale. Acest lucru poate duce la o atitudine de pasivitate sau de neajutorare față de sine, în care se pot simți incapabile să-și exprime nevoile sau să-și îndeplinească aspirațiile personale.

Femeile care au patternul "Conformare-Adaptare" se conformează excesiv la cerințele sau așteptările altora pot ajunge să-și subordoneze propria lor identitate și nevoi în favoarea satisfacerii altora. Acest lucru poate diminua încrederea în sine și poate duce la o imagine de sine fragilă sau dependentă.

Adoptarea unui comportament excesiv de matur, generat de patternul tranzacțional "Maturitate Excesivă", poate face ca femeile să se simtă responsabile pentru rezolvarea problemelor sau satisfacerea nevoilor altora în detrimentul propriilor lor nevoi și dorințe. Această auto-impozare de responsabilități poate duce la epuizare emoțională și la o imagine de sine bazată pe sacrificiu și auto-neglijare.

Stagnarea în viață și ambivalența față de direcția și scopul personal pot afecta încrederea și stima de sine. Femeile care sunt în patternul "Stagnare-Ambivalență" se simt blocate și incerte și pot dezvolta o atitudine de incertitudine și de lipsă de încredere în propriile lor capacități și potențial.

Auto-critica și auto-deprecierea pot diminua încrederea și stima de sine. Femeile care manifestă patternul "Autosabotaj-Depreciere" se auto-sabotează sau se auto-depreciază și pot dezvolta o imagine de sine deficitară și pot avea dificultăți în a-și

recunoaște și valoriza propriile lor calități și realizări.

Femeile care adoptă patternul “Pasivitate-Acceptare” pot să-și subestimeze nevoile și să-și neglijeze propria bunăstare, ceea ce poate duce la o imagine de sine deficitară și la sentimente de neglijare și lipsă de valoare personală (9).

Femeile cu patternul “Subestimare-Inferioritate” se subestimează și se simt inferioare față de ceilalți și pot avea dificultăți în a-și recunoaște și valoarea propriilor lor calități și realizări. Acest lucru poate afecta încrederea și stima de sine, determinându-le să se perceapă ca fiind nevrednice de iubire și respect.

Patternul “Izolare-Excludere” aduce cu sine izolarea și evitarea relațiilor interpersonale, care au drept consecință o atitudine de singurătate și de izolare, care poate afecta negativ încrederea și stima de sine. Femeile care se simt separate de ceilalți pot dezvolta o imagine de sine deficitară și pot avea dificultăți în a se percepe ca fiind valoroase și importante pentru ceilalți.

Patternul “Distanțare-Rezistență” implică distanțarea emoțională și rezistența la apropiere. Ceea ce poate duce la o atitudine de respingere a legăturilor interpersonale strânse și la o evitare a intimității. Această atitudine poate afecta încrederea și stima de sine, determinând femeile să se simtă nevalorificate și nepotrivite pentru relațiile interpersonale sănătoase.

Patternul tranzacțional “Nepăsare-Neglijare” reliefează neglijarea propriei bunăstări și a nevoilor personale. Ceea ce poate duce la o atitudine de auto-neglijare și de nepăsare față de sine. Femeile care se ignoră și se neglijează pot dezvolta o imagine de sine deficitară și pot avea dificultăți în a-și recunoaște și valoriza propriile lor nevoi și dorințe.

Patternul “Dependență-Adaptare” includ dependența excesivă de aprobare externă și de sprijinul altora, care poate diminua autonomia și încrederea în sine. Femeile care se bazează

excesiv pe alții pentru a-și menține stima de sine pot avea dificultăți în a-și defini și valoriza propria lor valoare și auto-stimă.

Patternul tranzacțional ”Negație-Represiune” duce la suprimarea și negarea emoțiilor și a experiențelor neplăcute, ceea ce creează o atitudine de negare și reprimare a propriei identități și a sentimentelor personale. Această atitudine poate afecta încrederea și stima de sine, determinând femeile să se perceapă ca fiind lipsite de autenticitate și validitate personală (10).

### **Strategii de modificare a atitudinii față de sine generată de patternurile tranzacționale la femei**

Rezultatele experimentului de constatare au scos în evidență lacunele și au creat temeiul elaborării demersului formativ, în cadrul căruia au fost valorificate premisele teoretice, create în cadrul conceptual al cercetării.

Eșantionul experimental constituit din 10 subiecți, care au prezentat atitudine față de sine scăzută, este reprezentativ statistic pentru abordarea problemei investigate. Eșantionul experimental a inclus femei cu vârste cuprinse între 25 și 35 de ani, provenind din mediul urban. Majoritatea participantelor au raportat experiențe personale și profesionale variate, care au contribuit la formarea unei atitudini față de sine scăzute.

Aspectele realizate în cadrul etapei formative vizează: activități didactice, exerciții de cunoaștere a propriei personalități și de împuternicire.

Este esențial să se dezvolte și să se implementeze programe de consiliere adaptate specificității patternurilor tranzacționale și nevoilor individuale ale femeilor. Aceste programe ar trebui să includă tehnici de conștientizare, auto-reflecție și dezvoltare a auto-compasiunii, pentru a maximiza eficacitatea intervențiilor.

Profesioniștii din domeniul psihologic ar trebui să beneficieze de formare continuă în identificarea și abordarea

patternurilor tranzacționale. Aceasta va permite o intervenție mai eficientă și o susținere adecvată a femeilor care se confruntă cu probleme legate de stimă de sine. Cursurile și workshop-urile specializate pot contribui la îmbunătățirea competențelor profesionale și la actualizarea cunoștințelor în domeniu.

Intervențiile psihologice ar trebui să includă în mod explicit componente de dezvoltare a auto-compasiunii. Auto-compasiunea poate contribui semnificativ la reducerea autocriticii și la îmbunătățirea generală a bunăstării emoționale. Exercițiile de mindfulness, meditație și tehnicile de auto-îngrijire pot fi integrate în programele de consiliere pentru a sprijini acest aspect.

Este necesară continuarea cercetărilor privind patternurile tranzacționale și impactul acestora asupra diferitelor aspecte ale sănătății mentale. Studiile viitoare ar putea explora și alte grupuri demografice și culturale pentru a extinde aplicabilitatea și relevanța rezultatelor. Investigarea efectelor pe termen lung ale intervențiilor psihologice asupra patternurilor tranzacționale ar putea oferi informații valoroase pentru optimizarea strategiilor de consiliere.

Este recomandată colaborarea interdisciplinară între psihologi, consilieri, medici și alți profesioniști din domeniul sănătății pentru a oferi un sprijin holistic și integrat femeilor care se confruntă cu probleme legate de o atitudine negativă față de sine. Acest tip de abordare poate asigura o înțelegere mai profundă și o gestionare mai eficientă a problemelor complexe.

Pentru femeile cu atitudine scăzută față de sine generată de patternurile tranzacționale se recomandă:

- lucrul cu un specialist calificat pentru a explora și a înțelege mai bine aceste dinamice legate de stima de sine și patternurile tranzacționale și abordarea problemelor legate de percepția de sine și de relațiile interpersonale;
- identificarea și schimbarea gândurilor și comportamentelor

negative care contribuie la o atitudine față de sine scăzută;

- tehnici de comunicare non-violentă - acestea pot îmbunătăți relațiile și pot reduce conflictele generate de patternuri tranzacționale disfuncționale;

- participarea la ateliere care se concentrează pe creșterea stimei de sine și îmbunătățirea imaginii de sine;

- practici de mindfulness - tehnici precum meditația și yoga pot ajuta la reducerea stresului și la îmbunătățirea conștientizării de sine;

- auto-compasiune - învățarea auto-compasiunii poate ajuta femeile să fie mai blânde cu ele însele și să își recunoască valoarea personală;

- scrierea unui jurnal - încurajarea femeilor să țină un jurnal zilnic în care să își exprime gândurile, sentimentele și realizările poate ajuta la procesarea emoțiilor și la identificarea patternurilor negative;

- recunoașterea realizărilor - notarea zilnică a realizărilor, indiferent de cât de mici ar fi, pentru a consolida sentimentul de competență și valoare personală;

- art-terapia - participarea la activități creative precum desenul, pictura sau scrisul poate fi o modalitate eficientă de a exprima emoțiile și de a lucra prin problemele de stimă de sine;

- obiective SMART (Specifice, Măsurabile, Accesibile, Relevante, cu Termen): Învățarea stabilirii și urmării obiectivelor SMART poate ajuta femeile să își dezvolte sentimentul de realizare și să își îmbunătățească încrederea în sine;

- planificarea și revizuirea progresului - stabilirea unor întâlniri periodice pentru a revizui progresul și pentru a ajusta obiectivele după cum este necesar;

- exerciții fizice - participarea la activități fizice regulate, cum ar fi mersul pe jos, alergatul, sau participarea la cursuri de fitness, poate îmbunătăți starea de spirit și poate crește energia;

- organizarea eficientă - învățarea tehnicilor de management al timpului pentru a reduce stresul și pentru a crește productivitatea;
- evitarea supraîncărcării - încurajarea femeilor să își gestioneze sarcinile și să evite suprasolicitarea, ceea ce poate afecta negativ stima de sine.
- participarea la cursuri și ateliere - încurajarea femeilor să participe la cursuri și ateliere care le interesează și le pot aduce satisfacție personală;
- citirea cărților motivaționale și educative - citirea literaturii de specialitate și a cărților motivaționale pentru a învăța noi perspective și tehnici de dezvoltare personală;
- gestionarea relațiilor toxice - identificarea și gestionarea relațiilor toxice care pot afecta negativ stima de sine;
- explorarea valorilor personale - identificarea și trăirea în acord cu valorile personale poate oferi un sentiment de direcție și scop în viață.

### **Concluzii**

Patternurile tranzacționale au un impact semnificativ asupra formării atitudinii față de sine la femei, iar înțelegerea acestui fenomen poate contribui la dezvoltarea unor strategii eficiente de intervenție și sprijin psihologic în vederea promovării unei stime de sine sănătoase și a unei atitudini pozitive față de sine la femei. Direcțiile viitoare de cercetare ar trebui să se concentreze pe explorarea mecanismelor psihologice implicate în relația dintre patternurile tranzacționale și atitudinea față de sine la femei, precum și pe dezvoltarea și evaluarea intervențiilor terapeutice destinate să sprijine femeile în confruntarea și depășirea efectelor negative ale patternurilor tranzacționale asupra stimei de sine și bunăstării psihologice.

Patternurile tranzacționale negative, cum ar fi

comportamentul de a se subestima sau de a se autosabota, pot duce la o imagine distorsionată sau la o scădere a încrederii în sine. Pentru ca aceste patternuri tranzacționale să nu mai domine și pentru a îmbunătăți atitudinea față de sine, este important să se înțeleagă și să se identifice aceste modele de comportament. Auto-reflecția și conștientizarea sunt primele etape în acest proces. Femeile pot să-și examineze modul în care se raportează la sine în diverse situații și să identifice gândurile și comportamentele care le afectează negativ în mod repetat.

În concluzie, modificarea atitudinii față de sine generată de patternuri tranzacționale la femei este un proces continuu și personal. Prin conștientizare, efort și sprijin, femeile pot să-și transforme percepțiile și să-și îmbunătățească încrederea în sine, conducând la o viață mai împlinită și la relații interpersonale mai sănătoase. Intervențiile care vizează îmbunătățirea atitudinii față de sine la femei trebuie să ia în considerare nu doar schimbările la nivel individual, dar și modificările în patternurile tranzacționale și în mediul cultural și social înconjurător. Prin înțelegerea și adresarea acestor multiple influențe, programele de consiliere și educație pot fi mai eficiente în promovarea unei imagini de sine sănătoase și pozitive.

#### **BIBLIOGRAFIE:**

1. Berne, E. Analiza tranzacțională în psihoterapie. București: Editura TREI, 2011, 326 p.
2. Berne, E. Jocurile noastre de toate zilele. București: Editura TREI, 2020, 248 p.
3. Lerner, H. Dansul furiei. Ghid pentru femeile care vor să schimbe tiparul propriilor relații. București: Herald, 2022, 240 p.
4. Popescu, O. M. Psihoterapie integrativă strategică vol I., Snagov: Letras, 2021, 382 p.

5. Callo T. Pedagogia practică a atitudinilor. Chișinău: Editura „Litera”, 2014, 240 p.
6. <https://oaji.net/articles/2017/2056-1521195130.pdf>, accesat 13.05.2024
7. Paniș, A. Repere pedagogice în formarea atitudinilor. Ghid metodologic. Chișinău: Institutul de Științe ale Educației, 2020, 84 p.
8. Fowlie, H. & Sills, C. Relational Transactional Analysis. Principles in Practice. London: Karnac, 2011
9. Johnson, A. M. The influence of transactional patterns on self-esteem among adult women. Journal of Personality and Social Psychology, 2019
10. Cardon, A., Lenhardt, V., Nicolas, P. Analiza tranzacțională. Instrument de comunicare și evoluție. București: Editura BMI, 2018, 216 p.

**Date despre autoare:**

*Elena TCACI, Masterandă,*

*Specialitatea Consiliere pentru Probleme de Familie*

*Universitatea de Stat din Moldova*

[tcaci.elena@gmail.com](mailto:tcaci.elena@gmail.com)

**IMPACTUL CONSILIERII PASTORALE ASUPRA  
ARMONIZĂRII RELAȚIILOR FAMILIALE**

**THE IMPACT OF PASTORAL COUNSELING ON THE  
HARMONIZATION OF FAMILY RELATIONS**

**Ciobanu Nicolae  
Republica Moldova**

*Rezumat.* Familia este una dintre cele mai vechi forme de comunitate umană. În cadrul ei, fiecare se descoperă pe sine, căci acolo creștem, ne maturizăm, evoluăm și tot de acolo plecăm în lume. Acolo ne avem rădăcinile și bazele profunde ale ființei noastre. Și tot acolo tindem să revenim atunci când formăm, mai târziu, propria familie. Iar dacă nu reușim acest lucru, împlinirea personală nu pare a fi deplină. Conflictul poate să se răspândească repede dintr-un domeniu în altul. Unele cupluri nu pot să-și ofere unul altuia intimitatea și distanța de care amândoi au nevoie în momente diferite și grade diferite. Aceste probleme pot conduce la o înstrăinare permanentă. Iar înstrăinarea poate merge până la înstrăinarea de sine însuși. Fiecare familie are probleme. Ar fi bine dacă nu am avea aceste conflicte, dar dacă nu avem posibilitatea de a le evita tot timpul, trebuie să învățăm a ști cum să le rezolvăm.

**Cuvinte-cheie:** consiliere pastorală, Biblia, familie, consilier, consiliat

**Summary.** The family is one of the oldest forms of human community. Within it, everyone discovers themselves, because there we grow, mature, evolve and from there we go out into the world. There we have our roots and the deep foundations of our being. And that's where we tend to return when we later form our own family. And if we do not succeed in this, personal fulfillment does not seem to be complete. Conflict can quickly spread from one area to another. Some couples cannot give each other the intimacy and distance they both need at different times and to different degrees. These problems can lead to permanent alienation. And alienation can go as far as alienation from oneself. Every family has problems. It would be nice if we didn't have these conflicts, but if we don't have the possibility to avoid them all the time, we have to learn to know how to solve them.

**Keywords:** pastoral counseling, Bible, family, counselor, counseled.

## Introducere

Într-o societate tot mai secularizată, în care valorile creștine au ajuns să fie ignorate, trebuie să recunoaștem că una din instituțiile cele mai afectate a fost și rămâne familia. Fiind considerată un izvor de înnoire și sensibilitate, de bogăție spirituală, familia este un act al împlinirii vieții omenești fapt pentru care aceasta (familia) trebuie să depășească momentele de criză atât prin latura evident umană cât și prin dimensiunea ei spirituală. „Familia este cea mai grea școală ale cărei examene nu sunt date în câteva zile doar, sau în diferite sesiuni, ci țin toată viața așa că eșecurile și biruințele dintr-o etapă a vieții își pun amprenta pe etapa următoare”.[1, p.31].

Or, chiar dacă lumea actuală se află într-o continuă transformare și căutare de noi modele de organizare umană, familia, ca celulă fundamentală a vieții și societății umane, nu trebuie neglijată. La nenumăratele probleme familiale, care sunt în realitate rezultatul problemelor pe care le are fiecare societate, una din resursele fundamentale a familiei rămâne consilierea spirituală. Fundamentul stabilității familiei îl constituie esența morală a acesteia care nu poate să facă abstracție de dimensiunea spirituală.

## Rezultate obținute

Având în vedere complexitatea vieții de familie, circumstanțele uneori severe și chiar austere în care aceasta se desfășoară, se remarcă cu atât mai mult nevoia unei consilieri spirituale care până la urmă rămâne o resursă fundamentală pentru familie. Prin urmare, atât nevoia de cunoaștere a modelului divin de familie cât și nevoia de consolidare a familiei prin raportare permanentă la acest model fac parte integrantă din procesul de consiliere spirituală a familiei. „Cum ne putem apropia de acest subiect al consilierii? Aceasta depinde de cine suntem și de ce urmărim. Ca rezultat obținem ceea ce intenționăm să facem din ea”. [2, p.13]. H. Hoxter, președintele onorific al Asociației Internaționale de Consiliere, consideră că termenul consiliere poate avea mai multe accepțiuni dar că nici o definiție nu este capabilă să acopere complexitatea activității în sine. „Consilierea poate fi descrisă ca o metodă de relaționare și de răspuns la alții, cu scopul de a le oferi oportunități de explorare și clarificare a resurselor pe care le au la îndemână, pentru o viață mai fericită și de succes”. [3, p.9-10]. Din punct de vedere practic, consilierea înseamnă ajutorul și speranța pe care le oferă o persoană, pregătită în acest domeniu, unei alte personae. Ajutorul acordat poate varia de la un sfat sau

o îndrumare generală la o mângâiere și încurajare personală. Pentru H. Clinebell „consilierea înseamnă folosirea multipleror metode de vindecare (terapeutice) pentru a-i ajuta pe oameni să înfrunte problemele lor și crizele într-un mod benefic și așa să experimenteze vindecarea distrugerilor provocate”. [4, p.26]. Conform creștinismului, una din cele mai grave consecințe ale căderii omului în păcat a fost degradarea moral-spirituală care a afectat nu doar ființa umană ci și relațiile interumane iar cea dintâi dintre ele fiind relația familială cu implicații profund distructive asupra însăși ființei familiei. Prin urmare, sublinia J. D. Hamilton: „Ținta consilierii spirituale este să aducă pe om într-o relație corectă cu Dumnezeu și să-l conducă la o viață plenară”. [5, p.15]. În atacul sub formă continuată asupra familiei, Diavolul s-a folosit și se folosește cu succes de presiunea culturii seculare a societății. Aceasta înglobează în ea tot ceea ce, în teologie, este descris ca fiind mersul lumii acesteia. Prin lume înțelegând, acea parte a societății, care trăiește ca și când Dumnezeu n-ar exista, nu s-ar fii revelat și în consecință nu ar exista absoluturi morale după care omul să-și trăiască viața. Scriitorul creștin J. Coblenz descrie influența negativă a presiunii culturale din societatea noastră, în ceea ce privește conceptele de autoritate pe care le-a stabilit

Dumnezeu de la început pentru familie. Societatea contemporană nu numai că a ajuns să accepte, dar și promovează acele mentalități care susțin ideile de genul „lasă-mă să fac ce-mi place”. Astfel, cuvinte de forma „autoritate, ascultare”, au ajuns să aibe o conotație negativă nu numai în societate, dar ce este și mai grav, chiar și în familie. Familia a fost înțeleasă dintotdeauna ca o comuniune de viață și iubire. I. Chelaru afirma la rândul său faptul că: „Mereu dragostea responsabilă a inclus atât noțiunea de iubire conjugală, cât și familială, iar iubirea dintre soți devine comunitară când fiecare dintre ei e pregătit să împărtășească viața sa cu celălalt și să existe pentru celălalt fără ca prin această existență să-l îngrădească pe celălalt, să dispună cumva de el în sensul negativ al cuvântului”.[6, p.10]. În epoca actuală, datorită dezvoltării tehnologice și a unei oferte de bunuri materiale incredibil de generoasă o altă formă de presiune culturală asupra familiei este aceea a materialismului. Familia este bombardată prin tot felul de mijloace (uneori agresive) prin reclamele care vin dinspre piața de consum. Pe de o parte, cultura materialistă a vremii face presiuni mari stârnind nemulțumirea față de ceea ce ai deja, pe de altă parte există o permanentă preocupare a pieței de a-ți fura ochii și a-ți cuceri inima cu ceea ce „se poartă” și

culmea, nu doar „anul ăsta” ci „sezonul ăsta”. Pentru familiile „convinse” de ofertă, tentația de a avea ce e la modă e așa mare încât sunt gata să plătească inclusiv prețul renunțării la viața de familie, pentru a obține bunul material dorit. Acest lucru a adus și continuă să aducă grave prejudicii familiei. Prin urmare, sublinia M. Chapien: „este necesar să cunoaștem trebuințele noastre și să avem controlul lor. Dacă nu ne controlăm trebuințele, ele ne vor controla pe noi”. [7, p.67]. Presiunea unei societăți profund îmbolnăvită de materialism a generat premisa renunțării la lucrurile care nu se pot cumpăra cu bani dar care sunt extrem de valoroase (ex: dragoste, armonie, timp petrecut împreună cu familia, etc). O altă presiune culturală asupra familiei este făcută prin modelele de familie pe care societatea le propune. Familii deschise (mai mulți parteneri), „familii” cu parteneri de același sex, familii a căror parteneri trăiesc în concubinaj, adică fără obligații, etc. O lume care adoră „plăcerea” refuzând să-și asume responsabilitatea. Atunci când se calcă în picioare modelul original a ceea ce trebuie să fie familia, ceea ce rezultă e doar o caricatură grotescă, morbidă cu implicații nefaste/grave pentru prezent și eternitate.

Dacă nu se va acorda atenția cuvenită resurselor care există în practica consilierii familiei se va ajunge la caricaturizarea rolului pe care familia îl are în dezvoltarea personalității umane și de aici la eșecul societății de a-și îndeplini menirea. J. Coblentz abordează acest aspect al caricaturizării rolurilor partenerilor în familie, având la bază nu doar neglijarea ci chiar respingerea modelului divin pentru viața de familie. [8, p.28]. El atrage atenția nu doar asupra caricaturizării modelului de familie ci și asupra redefinirii și caricaturizării în acelaș timp al rolurilor partenerilor chiar într-o familie după modelul conservator/clasic. Riscul semnalat de J. Coblentz fiind acela al dispariției familiei. Într-o astfel de situație, când presiunea și asaltul concertat asupra familiei, cu scopul nemărturisit dar clar de a fi distrusă, este așa de mare, cine își poate îngădui să negligeze resursele avute la dispoziție pentru salvarea familiei. Consilierea spirituală a familiei, are de-a face cu „folosirea multiplelor metode de vindecare (terapeutice) pentru a-i ajuta pe oameni să înfrunte problemele lor și crizele în mod benefic și așa să experimenteze vindecarea distrugerilor provocate”. [9, p.26]. În același sens Sttan Dekoven, autorul cărții „Despre ancorare – O introducere în psihologia consilierii”, prezintă următoarea definiție a consilierii creștine: Consilierea

creștină și consilierea în general, este interacțiunea dintre două sau mai multe persoane la nivelul nevoilor vieții. Consilierea creștină ajută la aplicarea Cuvântului lui Dumnezeu în problemele vieții de fiecare zi.[10, p.16]. Pe de altă parte, dr. S. Săndulache, în cartea „Consiliere și psihoterapie pastorală”, face următoarea precizare cu privire la consiliere: Consilierea este un proces necesar al cercetării și descoperirii de sine prin care ne așezăm în raporturi scripturistice și științifice cu noi însine, cu Dumnezeu, cu semenii și cu mediul natural și social. El ne fortifică, ne conferă suplețea adaptării, ne capacitează să ne bucurăm de pace, fericire și echilibru, ne face slujitorii înțelepciunii profunde a spiritualității autentice, care vine de sus.[11, p.15]. Apreciind și acceptând valoarea principiilor consilierii pastorale și a caracterului lor unic, atât familia consiliată, cât și cel care consiliază se pot bucura de standardele înalte și de adevărurile Sfintei Scripturi. Consilierea pastorală a familiei nu este un șablon după care toate familiile vor fi abordate la fel, ci familiile consiliate, fiind unice în așteptările lor, în problemele lor, în valorile lor și în experiențele lor, vor avea parte de consiliere specifică situațiilor lor. Desfășurarea consilierii va diferi prin urmare de la o familie la alta. Totuși există anumite

principii care trebuie respectate chiar dacă situațiile diferă, așa cum spune și dr. S. Săndulache: „orice consiliere are un algoritm sau faze stereotipice care trebuie urmărite”. [12, p.17]. Schema Collins, poate fi de un real folos în acest sens: Stabilirea contactului - aceasta implică inițierea, edificarea și menținerea relației dintre consilier și familia consiliată. Explorarea problemei - această explorare a problemelor îl conduce pe consilier și familia consiliată să consolideze un raport și să clarifice înțelegerea situației dificile. Planificarea acțiunii - pe parcurs, familia consiliată începe să perceapă natura problemei într-o lumină diferită; se discută în legătură cu obiectivele și acțiunile care ar trebui întreprinse pentru a găsi soluții. Împreună, consilierul și familia vor întocmi noi planuri de acțiune. Exercițiul activ - consilierul oferă suport, orientare, încurajare și familia consiliată trece la acțiune. Ciclul acesta de planificare-exercițiu active, se poate repeta de mai multe ori până se ajunge în stadiul de soluționare. Finalizarea consilierii - chiar dacă problemele au fost dureroase, iar timpul pentru rezolvarea problemelor a fost îndelungat, împlinirea personală în urma consilierii spirituale primite este cu atât mai mare. În acest sens, un grup de autori ai cursului „Căsătoria”, predat prin „Biblical Education by

Extension” scriau următoarele: Pentru a avea o conviețuire conjugală sănătoasă și înfloritoare este nevoie de muncă, timp, dedicare și energie. Sunt momente când este extrem de greu să vă slujiți partenerul așa cum dorește Dumnezeu, din pricina unor mari dezamăgiri și decepții. Dar mulțumirea sufletească pe care o veți trăi atunci când veți asculta cu sfințenie Cuvântul lui Dumnezeu pentru făurirea unei căsătorii frumoase este atât de mare, încât depășește cu mult suferința pe care trebuie să o îndurați. [13, p.105]. R. Walters, citat de S. Săndulache în Consiliere și psihoterapie pastorală, propune unele etape ale consilierii sub formula HELP. Hello-stabilirea contactului cu familia ce urmează să fie consiliată, Exploration-explorarea și clarificarea problemelor, Learning-stabilirea obiectivelor și planificarea pentru viitor și Progress-acțiune în vederea atingerii scopurilor. Formula propusă de R. Walters include, astfel, pașii fundamentali necesari consilierii care se finalizează cu soluționarea problemelor. Toate aceste principii, etape ale consilierii, au rolul de a ajuta familia să depășească momentele de criză în care se află.

## **Concluzii**

Având în vedere importanța familiei cât și problemele tot mai multe cu care aceasta se confruntă, trebuie reținut că o consiliere autentică nu se rezumă la alinarea unor suferințe sau rezolvarea unor probleme, ci are în vedere și pregătirea familiei pentru a fi utilă comunității, pentru a prelua valorile autentice și a le promova, pentru a se deschide unei relații profunde cu Dumnezeu. Consilierea creștină trebuie să optimizeze concepțiile, simțămintele, atitudinile și comportamentul în fața acestor crize. Ajută oamenii să răspundă problemelor imediate, să ia propriile decizii în mod constructiv și creator, să facă față responsabilităților și să-și optimizeze atitudinile, comportamentul, simțămintele, atât față de situație, cât și față de semenii, față de ei înșiși și în raport cu Dumnezeu. Consilierea creștină trebuie să abordeze simțămintele blocate, prejudecățile, atitudinile eronate, să desfacă aceste noduri gordiene din viața și structura personalității consiliatului pentru ca să se poată adapta cu suplețe, să devină creativ și armonios, făcând față cu succes tuturor problemelor cu care se confruntă pe calea vieții. Astfel, cu cât familia va fi mai temeinic consolidată spiritual, cu cât legătura

dintre părinți, copii și Biserică se va adânci, cu atât familia își va reveni mai repede din derută și își va regăsi echilibrul spiritual.

## **BIBLIOGRAFIE**

1. Miclea C.A, Familii pentru rai, (Cluj Napoca: Risoprint) 2014
2. Johnson P.E. Person and Counselor, (Nashville: Abingdon Press) 1967
3. Hoxter H. Technical and Vocational Education and Training in 21 st Century, (United Nations Educational: Scientific and Cultural Organization) 2002
4. Clinebell H. Basic Types of pastoral care & Counseling, (Nashville: Abingdon Press) 1989
5. Hamilton J.D. Lucrarea consilierii pastorale ( Michigan: Baker Book House) 1997
6. Chelaru I. Căsătoria și divorțul, Aspecte juridice, civile, religioase și de drept comparat, (Iași: A 92 ACETON) [f.a.]
7. Chapian M. Staying Happy in an Unhappy World, (Great Britain: Kingswors Publication) 1986
8. Coblentz J. Viața familiei creștine, (Berlin, Ohio, USA: T.G.S. International) [f.a.]
9. Clinebell H. Basic Types of pastoral care & Counseling, (Nashville: Abingdon Press) 1989

10. Dekoven S. Despre ancorare - O introducere în psihologia consilierii, (București: Gnosis) 1997
11. McDowell J. & Hostetler B. Manual de consiliere a tinerilor, (Cluj Napoca: Noua Speranță) 1999
12. BEE, International, Căsătoria, (Viena: Austria) 1991
13. Săndulache S. Consiliere și psihoterapie pastorală, (Oradea: Casa Cărții) 2009

**Date despre autor:**

**Ciobanu Nicolae**, doctorand, Universitatea de Stat din Moldova,  
Școala Doctorală Științe Umaniste și ale Educației

[pr.nicolae.ciobanu@gmail.com](mailto:pr.nicolae.ciobanu@gmail.com)

**GENERAL OVERVIEW OF WOMEN'S  
ENTREPRENEURSHIP IN THAILAND AND VIETNAM**

**PREZENTARE GENERALĂ A  
ANTREPRENORIATULUI FEMININ ÎN THAILANDA ȘI  
VIETNAM**

**Victoria LUNGU, Daniela LUNGU, Sorin GOLOVATIC**

**Republica Moldova**

**Summary.** Women's entrepreneurship has a significant importance for social and economic development of the society. Female entrepreneurship, by empowering women, provides livelihoods and supports their independence and economic security. Furthermore, it provides support to their families, becoming a catalyst for economic and social progress. At the same time, despite the adoption of a legal framework supportive of gender equality, women in many countries continue to face various barriers in starting and developing businesses. This article reflects the findings of a comparative research conducted by the authors in Thailand and Vietnam. The results of the research indicate that women's entrepreneurship represents one of the key elements of the economic development of both countries, which

has shown resilience following the multiple crises that have marked the macroeconomic climate in recent years.

**Key words:** *women's entrepreneurship, economic security, wellbeing, independence.*

**Abstract.** Antreprenoriatul feminin are o importanță semnificativă pentru dezvoltarea socială și economică a societății. Antreprenoriatul feminin, prin abilitarea femeilor, le oferă mijloace de trai și sprijin independența și securitatea economică a acestora. În plus, oferă sprijin familiilor acestora, devenind un catalizator al progresului economic și social. În același timp, în pofida adoptării unui cadru legal în favoarea egalității de gen, în multe țări femeile continuă să se confrunte cu diverse bariere în inițierea și dezvoltarea businessului. În prezentul articol sunt reflectate rezultatele generale ale studiului comparativ, realizat de autori/autoare în Thailanda și Vietnam. Rezultatele studiului denotă că antreprenoriatul feminin reprezintă unul dintre elementele cheie ale dezvoltării economice a ambelor țări, care a dat dovadă de reziliență în urma multiplelor crize ce au marcat climatul macroeconomic în ultimii ani.

**Cuvinte cheie:** *antreprenoriat feminin, securitate economică, bunăstare, independență.*

## **Introduction**

Globally, only 44 percent of the legal provisions that support the entrepreneurship of women are in place. Across the world, women hold just one out of every five corporate board positions. Less than one in five economies mandate gender-sensitive criteria for public procurement processes, meaning women are largely cut out of a nearly US\$10 trillion a year economic opportunity [1].

Women play a vital role in economic development. They have the potential and the will to start and manage businesses. Women entrepreneurs are quickly becoming a major force in the business world and are involved not only in business for survival, but also to demonstrate their capabilities, to achieve their dreams and life aspirations. To thrive, they need meaningful support and encouragement from their family members, the government and society.

Studies show that while there are many successful women entrepreneurs around the world, pervasive gender inequalities challenge women's ability to start and grow their businesses in most countries. As a result, businesses owned and run by women tend to be smaller than those run by men, concentrated in sectors

with limited value-added potential, and overrepresented in the informal economy. These challenges are compounded by women's caregiving responsibilities, as well as unfavorable institutional environments that can lead to unequal access to resources and decision-making roles, and inadequate social protection coverage [2].

In the frame of the MSCA-SE scheme within the HORIZON Programme "Precarious Labor in Asia: Exploring Challenges and Solution to Labor Insecurity through Case-Study-Based Evidence from 8 Asian Countries (PRELAB)", we proposed to explore the women's entrepreneurship subject, based on cases of Thailand and Vietnam.

### **Methodology**

Guided by international standards on gender equality and several international research findings, we used methodology structured on two pillars. The first pillar, based on desk review, was focused on the analysis of existing data and legal framework in both countries that affect women's economic opportunities. The second pillar included collecting new data through primary research methods such as video interviews with female entrepreneurs, based on structured questionnaires.

Emphasizing the existence of several studies in the field, we will mention only some that served as methodological benchmarks in our research. Some notable examples include Christopherson et al. (2022) [3] and Hyland, Djankov, and Goldberg (2021) [4], which argue that while legal reforms can improve women's economic participation, their success depends on the strength of institutional enforcement and cultural acceptance. Banerjee et al. (2024) [5] shows how legal provisions strengthen women's economic security.

Thailand and Vietnam are signatory to a number of international instruments dedicated to gender equality, including the Convention on the Elimination of All Forms of Discrimination against Women (CEDAW) and the Sustainable Development Goals (SDGs). Despite the progress on legal framework, both countries still face specific challenges related Gender Equality and Women's Empowerment.

### **Thailand's legal and socio-economic context**

Thailand is one of the five leading economies in the Eastern Asia and the Pacific region. The country has made progress in gender equality through legislation, primarily the Gender Equality Act B.E. 2558 (2015), criminalizing gender-based

discrimination and recognizing diverse gender identities. The Constitution of the Kingdom of Thailand B.E. 2560 (2017) also emphasizes gender equality and equal protection under the law. The Marriage Equality Act, passed in 2024 and effective on January 23, 2025, brings life-changing benefits to LGBTIQ+ individuals, couples, and families.

These legal frameworks are complemented by initiatives promoting gender-responsive budgeting and education on gender equality and women’s support in the economic field. Equal rights to access finance are provided by legal provisions: access to financial services, access to land assets, access to non-land assets. However, despite the existence of the legal framework, there are gaps in its implementation.

According to the Global Gender Gap Index 2024 rankings (World Economic Forum), Thailand ranked 65th out of 146 countries. Table 1 shows the gender gap scores corresponding to each of the four subindexes (2024 vs 2023) [6].

**Table 1. The gender gap scores corresponding to subindexes, Thailand**

<b>Year</b>	<b>Total Rank</b>	<b>Economic Participation and Opportunity</b>	<b>Educational Attainment</b>	<b>Health and Survival</b>	<b>Political Empowerment</b>
<b>2024</b>	<b>65</b>	<b>21</b>	<b>95</b>	<b>42</b>	<b>102</b>
<b>2023</b>	<b>74</b>	<b>24</b>	<b>61</b>	<b>42</b>	<b>120</b>

In 2024, Thailand reduced its gender gap by a further +0.9 points, posting a 72% gender parity score – higher than the global as well as regional average for Eastern Asia and the Pacific, but ultimately insufficient to propel it upwards in rank. Despite of the progress on Economic Participation and Opportunity, and Political Empowerment subindexes, the Health and Survival subindex denotes lack of progress, and Educational Attainment subindex indicates regress. In the Economic Participation and Opportunity subindex, Thailand’s gender parity rose from 24th rank in 2023 to 21st rank in 2024, making it a leading performer in its region. The result reflects a combination of full parity in professional and technical workers and nearly closed gaps in estimated earned income (80.9%) and in labor-force participation rate (78.8%). Nonetheless, the women’s labor-force participation rate is 59.86% vs 75.96% men participation (2024), and 59.23% women vs 75.22% men (2023); the gender difference in labor force participation increased from -15.99 (2023) to -16.11(2024) [7, p.343]. In general, informal employment of women in Thailand is decreasing thanks to the revisions in social security regulations that allowed self-

employed women to be included in the formal social protection scheme [8].

Women in Thailand are active in the business sphere. Firms with female majority ownership represent 33.40% firms; firms with female top managers – 64.80% firms [9, p.342]. Despite of Thai women’s significant leadership roles in business, gender inequality remains a persistent problem. Women-owned businesses lack formal financing, and women face a disproportionate burden of care work. Government policies support male-dominated sectors, which exacerbates disparities [10].

In the past years, Thai women have been economically active and have achieved higher levels of education, which has reduced the wage gap and gender disparities in the formal and informal sectors. Women's progress in business has been supported by childcare provided by extended families and employed caregivers. With Thai society rapidly aging and the country facing a shortage of domestic workers, changes in the gender sharing of care work responsibilities are needed to ensure that women's position in the economy is not affected.

Government policies need to address gender inequality in socio-economic status and care work responsibilities.

Even though online businesses have provided women entrepreneurs with an outlet for their businesses, they are still predominantly in the retail sector. These entrepreneurs are facing increased competition from cheap Chinese goods, but the government is not providing support for them to survive. The Thai government also emphasizes green economy support through its environmental, social and governance policy. But again, green economy sectors such as energy and transportation are largely dominated by men [11]. Addressing these issues is crucial to ensure economic progress and achieving gender equality.

### **Vietnam’s legal and socio-economic context**

Considered one of the world’s poorest countries in the 1980s, in 2024 Vietnam ranks 6th among major economies in East Asia and the Pacific region, following Thailand. By 2035, Vietnam aims to graduate from lower- to upper-middle income status, and become a prosperous, creative, equitable, and democratic society [12].

In 2006, Viet Nam promulgated the Law on Gender Equality (GE Law), mandating Government bodies to fulfill gender equality responsibilities and address violations. Over the years, the GE Law has been supplemented with several provisions to ensure continued improvement in gender equality, including its commitments to eliminate gender-based violence and to promote gender equality towards achieving its sustainable development goals.

Vietnam's labor laws mandate extensive benefits for female employees, aiming to support their health, family responsibilities, job security, and gender equality in the workplace. Employers are legally required to uphold these 15 key benefits and protections, as stipulated by: The Law on Occupational Safety and Health; The 2019 Labor Code; The 2014 Law on Social Insurance; Decree 145/2020/ND-CP. Female workers are integral to Vietnam's labor force, with their rights, including labor and maternal protections, safeguarded by laws. Ongoing legal and policy reforms continue to strengthen these protections, providing a supportive environment for women workers while promoting workplace standards that uphold their rights and well-being.

According to the Global Gender Gap Index 2024 rankings (World Economic Forum), Vietnam ranked 72nd out of 146 countries. Table 2 shows the gender gap scores corresponding to each of the four subindexes (2024 vs 2023) [13].

**Table 2. The gender gap scores corresponding to subindexes, Viet nam**

<b>Year</b>	<b>Total Rank</b>	<b>Economic Participation and Opportunity</b>	<b>Educational Attainment</b>	<b>Health and Survival</b>	<b>Political Empowerment</b>
2024	72	29	76	144	96
2023	72	31	89	144	89

In 2024, Viet Nam reduced its gender gap by a further +0.3 points, posting a 71.5% gender parity score – higher than the global as well as regional average for Eastern Asia and the Pacific, but ultimately insufficient to propel it upwards in rank. Despite of the progress on the Economic Participation and Opportunity, and Educational Attainment subindexes, the Health and Survival and Political Empowerment subindexes denote lack of progress.

In the Economic Participation and Opportunity subindex, Viet Nam shows a slight increase in gender parity, rising from 74.9% in 2023 to 75.1% in 2024, positioning it as a regional leader. This progress is driven by full parity among professional and technical workers, as well as significant narrowing of gaps in

estimated earned income (79.9%) and labor force participation (88.1%). However, a gender gap persists in labor force participation, with a difference of 9.29 percentage points – 68.5% for women compared to 77.8% for men [14, p.369].

In Vietnam’s emerging market, an increasing number of women are becoming involved in business ownership; this has grown to be one of the most significant features of the economy [15]. Women entrepreneurs contributed considerably to the job creation and economic development. Firms with female majority ownership represent 19.70 % firms; firms with female top managers – 22.40% firms [16, p.370].

The statistics, however, are not very encouraging if we take a deeper look at women’s entrepreneurial participation. The percentage of women-owned business is still lower than the indicator set for 2020 (26.5 versus 35), and [99](#) percent of these are micro-, small-, and medium-sized enterprises concentrated in lower productivity sectors. In the economic downturn due to the COVID-19 pandemic, [half](#) of these enterprises were partially suspended or temporarily dissolved. Furthermore, the rate of women-owned businesses reporting decline in revenues of 75

percent or greater in the first quarter of 2020 was almost double that of their male counterparts [17].

The literature shows a multitude of challenges faced by female entrepreneurs in Vietnam, including discriminatory social and cultural norms and beliefs, limited access to financing, inadequate knowledge of information and communication technologies (ICTs), lack of social networks and opportunities for capacity building, and gender-biased or even gender-blind legislation [18]. Many women work in low-skill, labor-intensive sectors, face job vulnerability due to technological advancements, and earn lower wages than men. Additionally, in the digital age, women have fewer job opportunities due to lower access to professional training, technical skills, and technology compared to men [19]. These challenges obviously affect women’s ability to fulfill their entrepreneurial ambitions.

According to the National Strategy on Gender Equality for 2021-2030, the Vietnamese government expects to see more women business owners in the coming years, accounting for 27 percent of all enterprises by 2025 and 30 percent by 2030. As women are half of the population and women’s economic empowerment increases social and economic benefits, creating

more female entrepreneurs is a central part of the government’s agenda.

### **Interview results**

The second component of the research consists of individual video interviews with female entrepreneurs from both Thailand and Vietnam. Their responses, guided by a structured questionnaire, offer insights into their personal experiences and perspectives on women's entrepreneurship.

Here are some key reflections of these interviews:

1. When asked “*Why women become entrepreneurs?*”, most interviewees stated that women become entrepreneurs to become economically independent, to secure greater freedom and mobility. Women who enter business can achieve social status and recognition in society. Owning and controlling a successful business gives a female entrepreneur self-confidence, personal satisfaction, a prestigious status and a sense of independence.
2. Most women entrepreneurs accepted entrepreneurship in the name and with the support of their family. The family business is an important factor that motivates a woman to participate in the entrepreneurship, together/alongside her

husband and other family members. There is a great need for women to carry out economic activities or family businesses and support their loved ones in the family business, so as to reduce the expenses of the family business and increase its income.

3. Women who enter the business field have different levels of education. For successful women's entrepreneurship, Government and non-governmental organizations should invest in programmes focused on economic and financial literacy, encouragement to women's economic conditions through self-employment and business ventures.
4. Many women become entrepreneurs out of economic necessity, in order to earn some income and increase their family income in days of inflation.
5. The sincerity and hard work of women are the basis of business sustainability.
6. Women entrepreneurs are oriented towards security and satisfaction rather than enrichment. A textile shop owner from Bangkok shared that her idea of successful business depends on "happiness and not money".

7. While the interviewees agreed that by law, both men and women have equal opportunities and potential to run a business today, most of them mentioned that due to social norms and traditions, women are still expected to take care of the family and household first. One interviewee from Hanoi noted that, when looking for potential partners and customers, men are often easier to approach by going out for a drink to discuss business ideas. Women still face numerous limitations and have more responsibilities as mothers, wives, care-givers etc. Another interviewee, a restaurant owner from Hanoi, shared that balancing family obligations and work is one of the main challenges for a business woman. She believes that with proper training and knowledge, women have full potential to become successful entrepreneurs, however societal attitudes and deeply rooted customs often discourage them from starting or sustaining a business.

8. When asked about the needs of women to succeed as entrepreneurs, most interviewees mentioned:

- ❖ *Family support and cooperation.* Women are more willing to engage in entrepreneurship if there is full cooperation and encouragement from family members, especially

husband, father-in-law and mother-in-law, children and other members. For instance, a husband's active involvement in household responsibilities and childcare can significantly ease a woman's workload, allowing her more time and flexibility to focus on her business. One interviewee, a tailor shop owner in Hoi An, shared that her husband played a pivotal role in her entrepreneurial journey. He primarily looks after their children and regularly helps with cooking and cleaning, which has been immensely beneficial in enabling her to manage and grow her business.

- ❖ *Adequate Financial Facilities.* The government should provide the necessary financial facilities to women entrepreneurs to motivate them to start their businesses or industries in different areas. Banks and development finance institutions should provide financial assistance to women entrepreneurs. More women will be tempted to start their own businesses when such facilities are easily accessible to them.
- ❖ *Development Programmes.* The central and local authorities should provide development and training programmes

particularly for women, to enable them to become entrepreneurs. Such training and development programmes should offer all types of facilities for women to start their business independently.

- ❖ *Public support.* It is essential to raise awareness about entrepreneurship development, emerging products and trends, marketing opportunities, and the dynamics of competition. Beyond reforming the legal framework, it is equally important to educate the younger generation, shift outdated mindsets, and promote gender equality—particularly by supporting and encouraging women entrepreneurs.

### **Conclusions:**

In both Thailand and Vietnam, a legal and institutional framework supportive of women’s entrepreneurship has been established. In recent years, increased attention from governmental and non-governmental actors has been directed toward enhancing women’s economic participation, particularly through self-employment and entrepreneurial initiatives. A range of policies, programs, and incentive schemes have been introduced with the aim of fostering a more favorable

environment for women entrepreneurs. These efforts have contributed to a rise in female-led businesses. Nevertheless, further investment and targeted support are required to strengthen and sustain women’s entrepreneurial activities and to address persistent structural and socio-economic barriers.

Women’s entrepreneurship plays significant role in both countries’ social and economic development, but women continue to face various challenges, which create significant disparities in the opportunities for women to start or expand their businesses. Women-owned businesses tend to be smaller, operate in sectors with limited growth potential, and are often found in the informal economy. These challenges are compounded by women's care responsibilities, inadequate social protection coverage and insufficient state support, and limited access to decision-making roles. Effectively addressing these barriers through targeted policies and inclusive support systems is essential to unlocking the full potential of women’s entrepreneurship and promoting more equitable, inclusive, and sustainable economic growth.

## References:

1. Women, Business and the Law. International Bank for Reconstruction and Development / The World Bank, 2024
2. Women's Entrepreneurship Development. ILO, 2024  
<https://www.ilo.org/ilo-department-sustainable-enterprises-productivity-and-just-transition/areas-work/womens-entrepreneurship-development>
3. Christopherson Puh, Khaterine M., Audrey Yiadom, Juliet Johnson, Francisca Fernando, F., Hanan Yazid, and Clara Thiemann. 2022. “Tackling legal impediments to women's economic empowerment.” Working Paper No. 2022/037. International Monetary Fund. Washington, DC.
4. Hyland, Marie, Simeon Djankov, and Pinelopi Koujianou Goldberg. 2021. “Do gendered laws matter for women's economic empowerment? Working Paper 21-5. Peterson Institute for International Economics.
5. Banerjee, Abhijit, Rema Hanna, Benjamin A. Olken, and Daniele Sverdlin Lisker. 2024. “Social Protection in the Developing World.” *Journal of Economic Literature*, 62(4), 1349–1421
6. The Global Gender Gap Report, 2024. World Economic Forum  
[https://www3.weforum.org/docs/WEF\\_GGGR\\_2024.pdf](https://www3.weforum.org/docs/WEF_GGGR_2024.pdf)
7. The Global Gender Gap Report, 2023. World Economic Forum.  
[https://www3.weforum.org/docs/WEF\\_GGGR\\_2023.pdf](https://www3.weforum.org/docs/WEF_GGGR_2023.pdf)
8. Kusakabe Kyoko, Thai women’s business success belies broader gender inequality, 2024.  
<https://eastasiaforum.org/2024/08/27/thai-womens-business-success-belies-broader-gender-inequality/#:~:text=Thailand%20ranks%20around%2074th%20in,after%20Singapore%2C%20Malaysia%20and%20Brunei>

9. The Global Gender Gap Report, 2024
10. Kusakabe, 2024
11. Kusakabe, 2024
12. Vietnam 2035. Toward Prosperity, Creativity, Equity, and Democracy. World Bank Group, Ministry of Planning and Investment of Vietnam, 2016. DOI: 10.1596/978-1-4648-0824-1
13. The Global Gender Gap Report, 2024
14. The Global Gender Gap Report, 2024
15. Tran Thi Ngoc Tran, Training and support for female entrepreneurs in Vietnam: What do women want and need? 2021. <https://www.brookings.edu/articles/training-and-support-for-female-entrepreneurs-in-vietnam-what-do-women-want-and-need/>
16. The Global Gender Gap Report, 2024
17. Tran Thi Ngoc Tran, 2021
18. Vu Nguyen Hanh, Female Workers in Vietnam: Legal Rights and Gender Equality Targets, 2024 <https://www.vietnam-briefing.com/news/female-workers-in-vietnam-legal-rights-gender-equality-targets.html/>

This research was supported by a MSCA-SE scheme within the HORIZON Programme (grant acronym: PRELAB, GA: 101129940)

**Date despre autor/re:**

**Victoria LUNGU**, Gender-Centru, Republica Moldova

E-mail: [victoria.lungu95@gmail.com](mailto:victoria.lungu95@gmail.com)

**Daniela LUNGU**, Gender-Centru, Republica Moldova

E-mail: [danalungu09@gmail.com](mailto:danalungu09@gmail.com)

**Sorin GOLOVATIC**, Gender-Centru, Republica Moldova

E-mail: [golovatic.s@gmail.com](mailto:golovatic.s@gmail.com)

**PARTICULARITĂȚILE PSIHO-AFECTIVE ALE TRAUMEI  
LA DIFERITE CATEGORII DE VÂRSTĂ**  
**PSYCHO-AFFECTIVE PARTICULARITIES OF TRAUMA IN  
DIFFERENT AGE GROUPS**

**Ngongo Bebelas Grăce Israel**

Republica Moldova

***Rezumat:***

În articol sunt prezentate particularitățile psiho-afective ale traumei la diferite categorii de vârstă. Recunoașterea acestor schimbări și provocări în fiecare etapă a vieții este crucială pentru a înțelege nevoile emoționale și provocările psihologice asociate cu acestea. Înțelegând aceste particularități psiho-afective, suntem mai în măsură să oferim sprijin, resurse și instrumente adecvate pentru a încuraja o dezvoltare emoțională și psihologică sănătoasă pe tot parcursul vieții.

***Cuvinte cheie:*** traumă, particularități psiho-afective, conceptualizare teoretică, categorii de vârstă.

***Abstract:***

The article presents the psycho-affective peculiarities of trauma at different age categories. Recognizing these changes and challenges at each stage of life is crucial to understanding the emotional needs and psychological challenges associated with them. By understanding these psycho-affective peculiarities, we are better able to provide appropriate support, resources and tools

to encourage healthy emotional and psychological development throughout life.

**Keywords:** trauma, psycho-affective peculiarities, theoretical conceptualization, age categories.

## I. Introducere

Trauma psiho-afectivă a fost recunoscută ca fiind un domeniu de cercetare crucial pentru înțelegerea impactului experiențelor traumatice asupra dezvoltării emoționale și psihologice a indivizilor. Din copilărie și până la vârsta adultă, aceste traume pot lăsa cicatrici de durată care influențează relațiile interpersonale, stima de sine și sănătatea mintală. Este esențial să se evidențieze particularitățile acestor traume în fiecare etapă a vieții, pentru a înțelege mai bine consecințele lor și a propune intervenții adecvate.

Această cercetare își propune să exploreze particularitățile traumei psiho-afective din copilărie până la vârsta adultă, pe baza unei analize teoretice aprofundate și a unei metodologii riguroase. Prin trecerea în revistă a lucrărilor existente, definirea termenilor-cheie și prezentarea unei metodologii adecvate, acest studiu își propune să contribuie la o mai bună înțelegere a mecanismelor care stau la baza acestor traume, oferind în același timp perspective pentru gestionarea lor eficientă.

Punând accentul pe trăsăturile specifice ale traumei psiho-afective în fiecare etapă de dezvoltare, această cercetare se înscrie într-o abordare menită să lumineze profesioniștii din domeniul

sănătății mintale, educatorii și alte persoane implicate în sprijinirea persoanelor care au suferit traume. Prin urmare, acest studiu este de o importanță fundamentală în promovarea bunăstării emoționale și psihologice în toate etapele vieții.

## II. Analiza literaturii de specialitate

A. Autori care au studiat trauma psiho-afectivă din copilărie până la vârsta adultă :

1. *Bessel van der Kolk* - este un psihiatru renumit pentru cercetările și contribuțiile sale semnificative în domeniul traumei și al tulburărilor de stres posttraumatic. Este renumit în special pentru activitatea sa privind neurobiologia traumei și implicațiile acesteia pentru tratamentul supraviețuitorilor traumelor. El a fondat Trauma Center din Boston, o instituție de renume mondial specializată în tratamentul și cercetarea în domeniul traumelor. [6].

Van der Kolk este autorul mai multor cărți influente, inclusiv "The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma", care a devenit o referință majoră în domeniul traumei și al psihiatriei. Lucrarea sa evidențiază importanța înțelegerii efectelor traumei asupra creierului și a corpului, precum și eficiența abordărilor terapeutice bazate pe corp în vindecarea supraviețuitorilor traumelor.

Cu toate acestea, în anii 1980, datorită activității multor oameni, cum ar fi Charles Figley, un veteran al Marinei din

Vietnam, care a scris o carte intitulată "Trauma și urmările ei" și a lansat Societatea Internațională pentru Studiul Stresului Traumatic, psihiatria și psihologia mainstream au devenit din ce în ce mai interesate de traume. În această perioadă, Judith Herman și cu mine am început să studiem relația dintre tulburarea de personalitate borderline, comportamentul de autoagresiune și traumele din copilărie și neglijarea din partea celor care aveau autoritate asupra lor. Cu toate acestea, la începutul anilor 1990, ca și în 1902, 1917 și 1947, când mișcarea pentru traume a început să ia avânt, a existat un contracurent [6].

2. *Judith Herman* - Cunoscută mai ales pentru cartea sa "Trauma și recuperarea", în care dezvoltă o înțelegere aprofundată a traumei psihologice și a efectelor acesteia asupra indivizilor. Herman este, de asemenea, cunoscută pentru susținerea recunoașterii traumelor legate de violența domestică și de război, precum și pentru rolul ei în evoluția politicilor de sănătate mintală. Munca ei continuă să aibă un impact semnificativ asupra domeniului sănătății mintale la nivel mondial. Bazându-se pe propriile cercetări privind incestul și violența sexuală, precum și pe o vastă literatură dedicată victimelor de război ale regimurilor dictatoriale, ea stabilește paralele fără precedent între sfera privată (abuzul asupra copiilor) și sfera publică. [2].

3. *Bruce D. Perry* - este Senior Fellow al Child Trauma Academy, Senior Fellow al Neurosequential Network și profesor adjunct în cadrul Departamentului de Psihiatrie și Științe

Comportamentale al Școlii de Medicină Feinberg de la Universitatea Northwestern din Chicago. Dr. Perry a efectuat atât cercetări de neuroștiințe fundamentale, cât și cercetări clinice. Cercetările sale în domeniul neuroștiințelor au examinat efectele expunerii prenatale la medicamente asupra dezvoltării creierului, neurobiologia tulburărilor neuropsihiatrice umane, neurofiziologia evenimentelor traumatice din viața de zi cu zi și mecanismele fundamentale legate de dezvoltarea receptorilor de neurotransmițători din creier. Cercetarea și practica sa clinică s-au concentrat pe copiii cu risc ridicat. Această activitate a examinat efectele cognitive, comportamentale, emoționale, sociale și fiziologice ale neglijării și traumei la copii, adolescenți și adulți.

4. *Christine A. Courtois*: Este un psiholog clinician și cercetător de renume, specializat în traume și sănătate mintală. Activitatea sa s-a concentrat pe efectele traumei psihologice, în special pe efectele abuzului sexual și ale traumei intergeneraționale. Este renumită în special pentru expertiza sa în domeniul rezilienței și al vindecării supraviețuitorilor de traume.

Courtois a dezvoltat modele teoretice inovatoare privind trauma și reziliența și este autorul mai multor cărți de referință pe această temă, cum ar fi "It's Not You, It's What Happened to You: Complex Trauma and Treatment" și "Trauma and Complex PTSD: A Guide for Therapists and Helping Professionals". De asemenea, a contribuit la formarea de clinicieni și la elaborarea de protocoale de tratament pentru supraviețuitorii traumelor.

5. *John Briere*: Psiholog clinician și cercetător renumit pentru activitatea sa privind evaluarea și tratamentul traumei, precum și pentru expertiza sa în ceea ce privește impactul traumei asupra sănătății mintale. Cele mai importante lucrări ale sale includ cercetări aprofundate privind tulburările disociative, intervențiile terapeutice pentru supraviețuitorii traumelor și consecințele pe termen lung ale traumei asupra bunăstării psihologice.

Briere a dezvoltat, de asemenea, instrumente de evaluare, cum ar fi Scala simptomelor posttraumatice (PSS) și Lista de verificare a simptomelor traumatice pentru copii (TSCC), care sunt utilizate pe scară largă pentru a evalua simptomele și sechelele traumei la copii și adulți.

6. *Louis Crocq*, născut la 14 ianuarie 1928 la Asnières și decedat la 8 iunie 2021 la Fontenay-aux-Roses<sup>2</sup>, a fost psihiatru și doctor în psihologie, specializat în nevroze de război. El explica faptul că trauma psihică este "un fenomen de invazie a psihicului și de depășire a apărărilor sale prin excitații violente asociate cu producerea unui eveniment agresiv sau amenințător pentru viața sau integritatea (fizică sau psihică) a unui individ, care este expus la acesta în calitate de victimă, martor sau actor". (crocq, 2014, p.10) [4].

7. *Peter A. Levine* este psiholog, cercetător și fost consultant pe probleme de stres la NASA. El este specializat în lucrul cu traume și tulburări legate de stres. Peter a dezvoltat Somatic Experiencing, o abordare orientată spre corp pentru tratarea

traumelor, care se concentrează pe procesarea memoriei traumatice, calmarea sistemului nervos și eliberarea șocului traumatic din corp. Abordarea a fost inspirată de observarea de către Peter a comportamentelor de recuperare a traumei în natură. El este autorul mai multor cărți despre tratamentul traumei, printre care *Waking the Tiger* și *In an Unspoken Voice* . [11].

8. *Sandra L. Bloom, M.D.*, este un psihiatru american specializat în sănătate mintală comunitară și traume complexe. Ea este cunoscută mai ales pentru activitatea sa de pionierat în domeniul intervențiilor bazate pe înțelegerea traumei cronice, inclusiv *Healthy Recovery System*, care s-a concentrat pe impactul traumei asupra indivizilor, familiilor și comunităților. A contribuit, de asemenea, la punerea în aplicare a practicilor și politicilor axate pe traume și siguranță în domeniul sănătății mintale [5].

9. *Stephen Porges* este cercetător universitar distins la Universitatea Indiana, unde este directorul fondator al Consorțiului de Cercetare a Stresului Traumatic din cadrul Institutului Kinsey. Este profesor de psihiatrie la Universitatea din Carolina de Nord și profesor emerit atât la Universitatea Illinois din Chicago, cât și la Universitatea din Maryland. A fost președinte al Societății pentru Cercetare Psihofiziologică și al Federației Asociațiilor din domeniul Științelor Comportamentale și ale Creierului și este fost laureat al unui premiu de dezvoltare a cercetătorilor științifici de la Institutul Național de Sănătate Mintală. Este inițiatorul teoriei Polyvagal, o teorie care subliniază

importanța stării fiziologice în exprimarea problemelor comportamentale, mentale și de sănătate legate de experiențele traumatiche. El este creatorul unei intervenții bazate pe muzică, Safe and Sound Protocol <sup>TM</sup> , care este utilizat în prezent de aproximativ 3.000 de terapeuți pentru a îmbunătăți angajamentul social spontan, pentru a reduce sensibilitatea auditivă și pentru a îmbunătăți procesarea limbajului, reglarea stării și angajamentul social spontan. Dr. Porges este unul dintre fondatorii Institutului Polyvagal [11].

10. *Janina Fisher*, Ph.D., este psiholog clinician licențiat și fost instructor la Harvard Medical School. Expertă internațională în tratamentul traumei, este membră a Consiliului consultativ al Fundației de Cercetare a Traumei și autoarea a trei cărți, *Healing the Fragmented Selves of Trauma Survivors: Overcoming Self-Alienation* (2017), *Transforming the Living Legacy of Trauma: a Workbook for Survivors and Therapists* (2021) și *The Living Legacy Instructional Flip Chart* (2022). Este cunoscută mai ales pentru activitatea sa de integrare a intervențiilor bazate pe mindfulness în tratamentul traumei și este, de asemenea, creatoarea Terapiei de stabilizare bazată pe traumă (TIST)[1].

11. Pat Ogden este un pionier al psihologiei somatice, creatorul metodei de psihoterapie senzomotorie și fondatorul Institutului de Psihoterapie Senzorimotorie. Dr. Ogden este format într-o mare varietate de abordări somatice și psihoterapeutice și are o experiență de peste 45 de ani de lucru cu indivizi și grupuri. Este co-fondator al Institutului Hakomi, fost

profesor la Universitatea Naropa (1985-2005), clinician, consultant și vorbitor internațional căutat. Dr. Ogden este primul autor a două cărți revoluționare în domeniul psihologiei somatice: *Trauma and the Body: A Sensorimotor Approach to Psychotherapy* și *Sensorimotor Psychotherapy: Interventions for Trauma and Attachment* (2015), ambele publicate în seria W. W. Norton *Interpersonal Neurobiology Series*. Cea de-a treia carte a sa din această serie, *The Pocket Guide to Sensorimotor Psychotherapy*, va fi publicată în 2021 și lucrează la psihoterapia senzorio-motorie pentru copii, adolescenți și familii împreună cu Dr. Bonnie Goldstein [10].

### III. Definirea termenilor

- Particularități: caracteristici distinctive sau specifice ale unei situații, ale unui eveniment sau ale unui set de circumstanțe.
- Traumă: leziune fizică sau psihologică care provoacă durere sau suferință.
- Psiho-afectiv: Care aparține atât psihicului, cât și emoțiilor.
- Copilărie: Perioada vieții umane de la naștere până la adolescență.
- Adulțism: Perioadă a vieții care urmează adolescenței și care marchează maturitatea fizică și recunoscută din punct de vedere social.

#### **Detalii despre trauma psiho-afectivă**

-trauma psihologică: Este un termen împrumutat din domeniul chirurgiei și rezervat leziunilor fizice. De origine

greacă, termenul "traumă" desemnează o leziune sau o rană produsă de un agent extern: o lovitură, un șoc, o zguduială violentă etc. Freud a fost cel care i-a lărgit sensul transpunându-l în domeniul psihologic. Pentru el, se poate spune că există traumă doar dacă capacitatea de procesare a subiectului este copleșită de violența șocului suferit, ceea ce duce la leziuni de durată.

În anii 1980 și 1990, sistemele internaționale de clasificare (DSM/CIM) au introdus și recunoscut termenul de "tulburare de stres posttraumatic".[7].

### **Sănătate mintală**

#### Definiție științifică

Termenul "mental" se referă la gânduri, sentimente, emoții și la funcționarea creierului în legătură cu acestea.

Sănătatea mintală este influențată de o varietate de factori determinanți personali, sociali și economici. [7].

#### Traumă / Traumatism

#### Definiție pentru publicul larg

Termenii traumă și leziuni traumatice nu apar în prezent pe listele de diagnosticare DSM-5-TR sau ICD-11 [7].

Trauma este ceva care provoacă un prejudiciu fizic, emoțional, spiritual sau psihologic.

#### Traume complexe

#### Definiție pentru publicul larg

Trauma complexă nu se află în prezent pe lista de diagnostice DSM-5-TR sau ICD-11.

Trauma complexă este o leziune psihologică care apare ca urmare a unor evenimente traumatizante psihologice severe.

Termenul de traumă complexă este adesea utilizat cu referire la tulburarea complexă de stres posttraumatic (C-PTSD).

Consultați "Tulburare complexă de stres posttraumatic (C-PTSD)" pentru mai multe informații[7].

### Stres și trauma

În situațiile de pericol, două concepte sunt frecvent asociate: stresul și trauma. Aceste concepte nu se suprapun în ceea ce privește definiția lor sau co-apariția lor în situații potențial traumatizante. Astfel, este posibil să trăiești un stres adecvat și să dezvolti o tulburare posttraumatică sau, invers, să trăiești un stres care a trecut fără să apară o tulburare ulterioară. Crocq definește stresul ca fiind "reacția reflexă neurobiologică, fiziologică și psihologică[9].

## **IV. Efecte ale traumei psihice resimțite la diferite etape de vârstă**

### Aspecte clinice ale traumei la copii

La copii, experiența unui eveniment violent unic sau repetat care le copleșește capacitățile de apărare poate fi traumatizantă, indiferent dacă copilul este victimă sau martor . Copiii pot

experimenta frica (frica dincolo de frică) și, în același timp, pot trăi distrugerea brutală a credinței lor în invulnerabilitatea părinților lor și în infailibilitatea protecției lor. La bebeluși, evenimentele traumatogene pot fi experiențe de haos senzorial extern (frig, căldură,) [8].

### Copilărie (0-6 ani) :

- Neglijarea emoțională și fizică: Copiii care sunt neglijăți de părinți sau de îngrijitori sunt susceptibili de a dezvolta probleme emoționale și de relaționare pe termen scurt și lung. Activitatea lui D.W. Winnicott, pediatru și psihanalist, este relevantă pentru înțelegerea impactului neglijenței asupra dezvoltării copilului.

- Abuzul fizic, emoțional sau sexual: Copiii care suferă abuzuri pot avea dificultăți în stabilirea unor relații sănătoase și durabile la vârsta adultă. Activitatea lui Judith Herman, psihiatru și expert în traume, evidențiază impactul traumei asupra dezvoltării copiilor.

Neglijarea copiilor poate avea repercusiuni grave asupra sănătății fizice, bunăstării psihologice, facultăților cognitive, abilităților academice și dezvoltării sociale ale copilului. Gravitatea, momentul și cronicitatea neglijării influențează amploarea impactului negativ asupra copilului. Dezvoltarea copilului este, prin definiție, cumulativă, astfel încât capacitatea copilului de a îndeplini noi sarcini de dezvoltare se bazează pe atingerea etapelor de dezvoltare anterioare. Un copil care este neglijat la o vârstă fragedă ar putea avea deficiențe și, prin

urmare, să întâmpine dificultăți în îndeplinirea sarcinilor de dezvoltare ulterioare. [12]

### **Copilărie (6-12 ani):**

- Efecte asupra școlarizării: Copiii care au suferit traume pot întâmpina dificultăți la școală, cum ar fi probleme de concentrare, tulburări emoționale sau probleme de comportament. Activitatea lui Bruce Perry, pediatru și expert în traume la copii, este relevantă pentru înțelegerea impactului traumei asupra funcționării cognitive a copiilor.

#### **-Semne observabile la copii**

- Anxietate, teamă și îngrijorare cu privire la propria lor siguranță și la siguranța celorlalți (dificultăți în a se îndepărta de personalul școlii sau de părinți).
- Teama de a fi supus din nou unor acte de violență.
- Anxietate crescută (plâns anormal, iritabilitate, toane).
- Modificări ale comportamentului.
- Creșterea activității.
- Scăderea atenției sau a concentrării.
- Retragere din activități.
- Izbucniri de furie sau violență.
- Absenteism.
- Neîncredere în ceilalți, afectând interacțiunile cu adulții și cu ceilalți elevi.
- Schimbarea capacității de a interpreta și de a răspunde în mod corespunzător la indicii sociale.

### Adolescența (13-18 ani):

Risc crescut de comportamente riscante: Adolescenții care au suferit traume pot fi mai predispuși la comportamente riscante, cum ar fi abuzul de substanțe, automutilarea sau comportamente delincvente. Activitatea Lisei Firestone, psiholog specializat în relații de familie, poate ajuta la înțelegerea interacțiunilor dintre aceste comportamente de risc și traumele din copilărie.

### Vârsta adultă (18 ani și peste):

Efecte asupra sănătății mintale: Adulții care au suferit traume în copilărie prezintă un risc mai mare de a dezvolta probleme de sănătate mintală, cum ar fi tulburarea de stres posttraumatic, depresia, anxietatea și tulburările de personalitate. Lucrările lui Bessel van der Kolk, psihiatru specializat în tulburarea de stres posttraumatic, subliniază importanța acestor probleme pe tot parcursul vieții.

Impactul asupra relațiilor romantice: Adulții care au suferit traume în copilărie pot întâmpina dificultăți în relațiile lor intime și romantice, cum ar fi probleme de încredere, tipare repetitive de comportament și dificultăți în stabilirea intimității emoționale. Activitatea lui John Bowlby, psihanalist și teoretician al atașamentului, subliniază importanța experiențelor relaționale timpurii în dezvoltarea relațiilor romantice la vârsta adultă.

### Efectele posibile ale unei experiențe traumatice

- Comportament impulsiv și o tendință puternică de a-și asuma riscuri.
- Risc mai mare de abuz de droguri decât în cazul populației generale de adolescenți.
- Percepție negativă a celorlalți și pierderea încrederii în ceilalți.
- Dificultate crescută cu autoritatea, supravegherea sau critica. [12]

### **V. Concluzii**

În concluzie, este clar că caracteristicile psiho-afective evoluează semnificativ din copilărie până la vârsta adultă. Copilăria este marcată de o mai mare dependență emoțională față de figurile primare de atașament, cum ar fi părinții, și de dezvoltarea treptată a abilităților sociale și emoționale. Copiii învață să-și înțeleagă și să-și reglementeze emoțiile, să dezvolte relații sociale cu semenii lor și să deprindă abilități sociale care sunt esențiale pentru dezvoltarea lor viitoare.

Adolescența este o perioadă de căutare a identității, de căutare a autonomiei și de explorare a noilor experiențe. Adolescenții se confruntă cu provocări emoționale complexe legate de identitatea lor, de presiunea socială, de luarea deciziilor și de stabilirea unor relații intime. Aceștia navighează adesea între maxime și minime emoționale, trăind conflicte și confruntări, dar

și momente de bucurie și împlinire. Aceasta este o perioadă în care încearcă să se poziționeze în lume și să își definească locul în societate, ceea ce poate avea o influență majoră asupra bunăstării lor psiho-emoționale.

În cele din urmă, la vârsta adultă, indivizii sunt, în general, mai stabili din punct de vedere emoțional și mai capabili să își gestioneze mai bine relațiile interpersonale, dar se confruntă cu noi provocări legate de viața profesională, de construirea unei familii și de gestionarea responsabilităților. Experiențele și evenimentele de pe parcursul vieții își pot imprima profund amprenta asupra psihicului lor și le pot influența bunăstarea emoțională.

Recunoașterea acestor schimbări și provocări în fiecare etapă a vieții este crucială pentru a înțelege nevoile emoționale și provocările psihologice asociate cu acestea. Înțelegând aceste particularități psiho-afective, suntem mai în măsură să oferim sprijin, resurse și instrumente adecvate pentru a încuraja o dezvoltare emoțională și psihologică sănătoasă pe tot parcursul vieții.

### **Bibliografie**

1. Acasă - Janina Fisher
2. And Recovery Judith Herman, M. D. New York: Basic Books, 1992 (O lectură de aproximativ șase ore.)
3. Capitolul 4 Definiția traumei psihice timpurii Philippe Liébert În Quand la relation parentale est rompue (2015), paginile 45-52.

4. Crocq, Traumatismes psychiques. Prise en charge psychologique des victimes (2014)
5. Dr. Sandra L. Bloom - Psihiatru certificat de către consiliul de administrație (sandrabloom.com)
6. Bessel Van Der Kolk | REVIS - Inceste Et Psychotraumatisme (revisherault.org).
7. Glossary of Terms: A Common Understanding of Common Terms Used to Describe Psychological Trauma, Version 3.0, PSPMC: Vol 43(10/11), October/November 2023 - Canada.ca
8. Manly JT, Kim JE, Rogosch FA, Cicchetti D. Dimensiunile maltratării copilului și adaptarea copiilor: Contribuții ale momentului de dezvoltare și ale subtipului. 2001;13(4):759-782.
9. Médecine de Catastrophe - Urgences Collectives Volume 4, Issue 1, Aprilie 2020, Pages 35.37
10. Pat Ogden, Ph.D. Institute of Sensorimotor Psychotherapy (sensorimotorpsychotherapy.org)
11. Institutul Polyvagal | Stephen Porges , Dr. Peter Levine
12. Pour une pédagogie sensible à l'impact des traumatismes sur l'apprentissage © Le Centre franco, 2019 435 Donald Street, Ottawa, Ontario

**Date despre autoare:**

**Ngongo Bebelas Grâce Israel,**

Doctorandă Universitatea de Stat din Moldova,

ȘCOALA DOCTORALĂ ȘTIINȚE SOCIALE

Email: [bebelasgrace@gmail.com](mailto:bebelasgrace@gmail.com)

## RECOMANDĂRI PRIVIND ACORDAREA SUPPORTULUI PSIHOPEDAGOGIC FAMILIILOR ÎN SITUAȚII DE CRIZĂ

**Valeria PASCARU-GONCEAR,**  
**Republica Moldova**

**Rezumat:** Situațiile de criză cu care se confruntă familiile pot afecta profund dinamica relațională și echilibrul psihologic al membrilor. Articolul îmi propune să evidențieze diversitatea reacțiilor individuale la criză, conflictele care pot apărea în acest context, etapele evoluției unei crize familiale și strategiile psihopedagogice eficiente pentru gestionarea și depășirea acestora. Scopul este de a formula recomandări practice pentru specialiștii în consiliere și intervenție psihopedagogică, în vederea sprijinirii familiilor aflate în dificultate.

**Termeni cheie:** familie, criză, reziliență, strategii, educație, consiliere psihopedagogică.

Famiile contemporane se confruntă cu o varietate de provocări – de la probleme financiare și boli grave, la divorț, migrație sau pierderi majore. Aceste evenimente pot declanșa o criză cu impact asupra funcționării întregului sistem familial. Într-un astfel de context, familia poate deveni un spațiu de tensiune,

incertitudine și dezechilibru, unde rolurile tradiționale se pot estompa, iar capacitatea de reziliență este pusă la încercare.

Crizele familiale pot fi clasificate în mai multe categorii: crize normative (legate de tranziții firești în ciclul de viață – nașterea unui copil, plecarea copiilor de acasă), crize accidentale (evenimente neașteptate și destabilizatoare precum moartea, boala, pierderea locului de muncă), sau crize cronice (acumularea tensiunilor și conflictelor nerezolvate de-a lungul timpului). Indiferent de tip, acestea solicită adaptări emoționale, cognitive și relaționale din partea tuturor membrilor.

Intervenția psihopedagogică devine astfel esențială pentru a preveni dezorganizarea funcțională și a sprijini dezvoltarea rezilienței în rândul membrilor. Psihopedagogul are rolul de a însoți familia în procesul de înțelegere a propriei crize, de a facilita comunicarea și reconectarea relațională, și de a susține construirea unor strategii de adaptare pozitive și durabile.

Crizele nu pot fi complet evitate, dar modul învățat de gestionare a lor este fundamental pentru menținerea sănătății psihice și relaționale a familiei. Din acest motiv, intervenția psihopedagogului trebuie să fie adaptată specificului familiei, culturii, vârstei membrilor și naturii evenimentului declanșator.

În plus, este necesară o abordare centrată pe resurse, care să valorifice potențialul transformator al crizei, în locul unei abordări strict problematizante. se confruntă cu o varietate de provocări – de la probleme financiare și boli grave, la divorț, migrație sau pierderi majore. Aceste evenimente pot declanșa o criză cu impact asupra funcționării întregului sistem familial. Intervenția psihopedagogică devine astfel esențială pentru a preveni dezorganizarea și a sprijini dezvoltarea rezilienței în rândul membrilor.

Crizele nu pot fi complet evitate, dar modul învățat de gestionare a lor este fundamental pentru menținerea sănătății psihice și relaționale a familiei. Din acest motiv, intervenția psihopedagogului trebuie să fie adaptată specificului familiei, culturii, vârstei membrilor și naturii evenimentului declanșator.

O provocare pentru membrii familiei pot fi reacțiile diferențiate ale membrilor familiei în fața crizei și interpretarea acestora. Răspunsul emoțional și comportamental la o situație de criză variază în funcție de:

- *Vârsta*: Copiii pot deveni retrași, regresivi sau agresivi; adolescenții pot dezvolta comportamente de risc; adulții manifestă anxietate, insomnie sau sentimente de vinovăție.

- *Rolul încadrat*: Părintele poate simți o responsabilitate accentuată de a proteja, ceea ce duce la suprasolicitare sau rigiditate decizională. Copiii au nevoie de sprijin emoțional, iar dacă nu este oferit, apar frustrări și neînțelegeri.

- *Experiențele anterioare de pierdere sau traume*: Pot reactiva suferințe mai vechi și influența tipul de reacție prezent.

- *Personalitatea și stilul de atașament*: Persoanele anxioase se vor teme de abandon, cele evitante pot nega gravitatea situației.

Aceste diferențe de percepție și reacție pot conduce la confruntări, izolare sau răcire emoțională între membrii familiei. Este necesară medierea unui specialist pentru a favoriza reconcilierea perspectivelor.

Conform teoriei crizei a lui Gerald Caplan, evoluția tipică a unei crize include următoarele etape:

1. **Evenimentul declanșator**: Un accident, pierderea locului de muncă, o separare, o boală gravă sau moartea unei persoane apropiate. Este momentul în care echilibrul familiei este perturbat brusc și profund.

2. **Reacția inițială**: Familia apelează la mecanismele uzuale de coping – susținere reciprocă, mobilizarea resurselor

emoționale și sociale, reinterpretarea pozitivă. Totuși, aceste strategii pot fi insuficiente sau inadecvate.

3. **Ineficiența metodelor clasice:** Tensiunea se acumulează, apar conflicte între membri, dificultăți de comunicare și manifestări psihosomatice (insomnie, lipsă de apetit, iritabilitate). Uneori, criza este negată sau evitată, ceea ce duce la adâncirea dezechilibrului.

4. **Dezorganizare sau adaptare:** Familia poate ajunge în faza de dezorganizare totală (separare, depresie colectivă, comportamente disfuncționale) sau poate învăța să se adapteze și să se reconfigureze funcțional. Intervenția profesionistului în această etapă este esențială pentru a ghida familia spre reconstrucție și coeziune.

Este important de subliniat că unele crize se pot croniciza dacă nu sunt abordate la timp, iar membrii pot interioriza tipare disfuncționale cu impact negativ pe termen lung.

Pentru acordarea suportului psihopedagogic familiilor aflate în situații de criză, pot fi aplicate următoarele strategii:

*Evaluarea comprehensivă a familiei*

Psihopedagogul trebuie să identifice:

- tipul crizei (acută, cumulativă, de tranziție);

- resursele emoționale și cognitive ale membrilor;
- stilul de comunicare și decizie familială;
- vulnerabilitățile psihologice individuale (ex. risc de depresie, anxietate, abuz de substanțe);
- dinamica relațională și istoricul conflictelor nerezolvate.

### *Sprijinirea comunicării eficiente*

Este esențială antrenarea abilităților de ascultare activă, exprimare emoțională autentică și evitare a mesajelor disfuncționale. Specialistul facilitează un spațiu de dialog non-judicativ și promovează metode de reglare emoțională precum tehnici de respiro conștient, reflecție ghidată și feed-back constructiv.

### *Educația pentru reziliență*

Se poate lucra cu familia pentru dezvoltarea următoarelor aspecte:

- sentimentul de coeziune familială;
- speranța și resemnificarea suferinței;
- stabilirea unor rutine de susținere psihologică reciprocă;
- exersarea flexibilității cognitive și a mentalității de învățare din experiențe dureroase.

### *Consilierea parentală*

Părinții pot fi instruiți cum să sprijine emoțional copilul, să evite supraimplicarea, să mențină granițe clare în raport cu criza

și să modeleze comportamente adaptative. Prin tehnici specifice de parenting pozitiv, părinții pot reduce anxietatea copiilor și pot reda sentimentul de securitate afectivă.

#### *Intervenții specifice vârstei copilului*

- La preșcolari: joc terapeutic, povești metaforice, desen expresiv;
- La școlari: tehnici de restructurare cognitivă, jurnal reflexiv;
- La adolescenți: consiliere individuală, terapie narativă, coaching de identitate;
- La părinți: grupuri de sprijin, ateliere de parenting adaptativ și sesiuni de psycho-educație.

#### *Colaborarea cu instituțiile*

Colaborarea cu școala, serviciile sociale sau medicale este vitală pentru a oferi un sprijin integrat. În cazul unor crize severe, este recomandată intervenția unei echipe interdisciplinare formată din consilier psihopedagog, psiholog clinician, asistent social și, la nevoie, medic psihiatru sau avocat de familie.

O provocare importantă în depășirea situațiilor de criză este *reticența familiei* de a solicita ajutor. Stigmatizarea socială sau rușinea față de criză pot limita eficiența consilierii. Adesea,

famiile preferă să gestioneze singure dificultățile, ceea ce întârzie intervenția și agravează impactul psihologic.

De asemenea, unele familii au *modele rigide de funcționare*, ceea ce îngreunează schimbarea. Lipsa flexibilității cognitive, credințele limitative despre rolurile familiale sau dificultatea de a accepta sprijinul extern constituie obstacole frecvente.

Un alt aspect de luat în considerare este *durata intervenției*, care diferă în funcție de gravitatea crizei și de disponibilitatea membrilor pentru schimbare. Este necesară o abordare *secuențială, flexibilă și adaptativă*, însoțită de evaluări periodice ale progresului și ajustări ale planului de intervenție.

Totodată, consilierul psihopedagog trebuie să își recunoască propriile limite profesionale, să mențină o conduită etică și să solicite supervizare atunci când natura crizei depășește cadrul său de competență. Colaborarea interdisciplinară este cheia succesului în cazurile complexe.

### **Concluzii**

Suportul psihopedagogic acordat familiilor aflate în situații de criză reprezintă o componentă esențială a intervenției orientate spre echilibrare psihoemoțională, restabilirea comunicării funcționale și reconstrucția coeziunii familiale. Criza nu trebuie

percepută doar ca o ruptură, ci și ca o oportunitate de a reconstrui pe baze mai solide structura relațională a familiei.

Un aspect fundamental al intervenției este capacitatea specialistului de a înțelege unicitatea fiecărei familii și de a propune soluții personalizate, în acord cu particularitățile culturale, istoricul familial și nivelul de dezvoltare emoțională al membrilor. Abordarea trebuie să fie holistică, cu accent pe prevenție, sprijin adaptiv și implicarea activă a tuturor membrilor în procesul de transformare.

Rezultatele favorabile apar atunci când familia este încurajată să își identifice propriile resurse, iar procesul de consiliere devine unul colaborativ și nu prescriptiv. Este necesară promovarea unei culturi a rezilienței și a flexibilității psihologice, prin intermediul educației emoționale și al stimulării empatiei reciproce.

Un rol esențial îl joacă intervențiile timpurii, care pot preveni cronicizarea disfuncționalităților și escaladarea conflictelor. În acest context, formarea continuă a specialiștilor, supervizarea cazurilor dificile și colaborarea interinstituțională sunt condiții sine qua non ale eficienței intervenției psihopedagogice.

În concluzie, criza nu este doar o ruptură, ci și un prilej de evoluție. O familie sprijinită cu profesionalism și respect poate transforma suferința în înțelepciune, iar fragilitatea în forță interioară. Intervenția psihopedagogică devine astfel un catalizator al schimbării, orientat spre reconectare, încredere și echilibru durabil.

### **Bibliografie:**

1. Beciu, C., & Popescu, A. (2020). *Relațiile familiale și consilierea parentală*. Editura Universității din București.
2. Ungar, M. (2016). *Change Your World: The Science of Resilience and the True Path to Success*. Sutherland House.
3. Cojocaru, D. (2017). *Intervenția în criza familială*. Editura Institutul European.
4. Zamfir, E., & Stănescu, S. (coord.). (2021). *Asistența socială în România: politici, strategii, practici*. Editura Polirom.
5. Runcan, P. L., & Popa, D. (2015). *Consilierea familiei și intervenția în criză*. Editura Presa Universitară Clujeană.
6. Andrei, T. (2019). *Psihopedagogia familiei: Teorie și practică*. Editura Didactică și Pedagogică.
7. Gherguț, A. (2018). *Psihopedagogie specială: Ghid teoretic și metodologic*. Editura Polirom.

### **Date despre autoare:**

**Valeria PASCARU-GONCEAR, dr., lector USM, FPSESAS**

**INCREASING THE RESILIENCE OF SURVIVORS OF  
GENDER-BASED VIOLENCE BY PROVIDING  
FINANCIAL SUPPORT AS PART OF CASE  
MANAGEMENT**

**CREȘTEREA REZILIENȚEI SUPRAVIEȚUITOARELOR  
VIOLENTEI ÎN BAZĂ DE GEN PRIN OFERIREA  
SPRIJINULUI FINANCIAR CA PARTE A  
MANAGEMENTULUI DE CAZ**

**Violeta TERGUȚĂ**  
**Republica Moldova**

*This review explores the practices of increasing the resilience of survivors of gender-based violence (GBV) by providing financial support as part of case management. As part of the response to the refugee crisis in Ukraine, around 500 survivors of violence from Ukraine and Moldova received cash assistance in 2023-2024. The action was an integrated part of case management for survivors of violence. The objective of the intervention was to mitigate the risks of GBV and increase resilience to GBV by addressing the economic barriers that prevent survivors from escaping abusive situations and accessing specialized violence response services. Two modalities were utilized: one-off emergency cash assistance and recurring cash assistance for up to three months. The programme*

*started in 2023 and continues in 2024. In order to carry out this intervention, the international recommendations in this field, included in the UNFPA Guide, "Guidance how to design and set up cash assistance in GBV Case Management" were followed.*

**Keywords:** *resilience, survivors, gender-based violence, financial support, case management.*

*Prezenta publicație explorează practicile de creștere a rezistenței supraviețuitoarelor violenței în bază de gen (VBG) prin acordarea de sprijin financiar ca parte a managementului de caz. Ca parte a răspunsului la criza refugiaților din Ucraina, aproximativ 500 de supraviețuitoare a violenței din Ucraina și Moldova au primit asistență în numerar în 2023-2024. Acțiunea a fost o parte integrată a managementului de caz pentru supraviețuitoarea violenței. Obiectivul intervenției a fost de a atenua riscurile de VBG și de a crește reziliența la VBG prin abordarea barierelor economice care împiedică supraviețuitoarele să scape din situații abuzive și să acceseze servicii specializate de răspuns la violență. Au fost utilizate două modalități: asistență în numerar de urgență unică și asistență în numerar recurentă timp de până la trei luni. Programul a început în 2023 și continuă în 2024. Pentru realizarea acestei intervenții s-au urmat recomandările*

internaționale în acest domeniu, incluse în Ghidul UNFPA, „Guidance how to design and set up cash assistance in GBV Case Management”.

**Cuvinte cheie:** reziliență, supraviețuitoare, violență în bază de gen, sprijin financiar, management de caz.

### **Background**

The invasion of Ukraine in February 2022 led to immense displacement in Europe, particularly affecting Ukraine’s neighboring countries. About 1 million Ukrainian refugees have fled to the Republic of Moldova, with approximately 110,000 still remaining in the country at the time of this publication, the majority of which reside outside of refugee accommodation centers. The displacement has disproportionately affected women and girls, who face significant GBV risks in Ukraine, during transit, and in Moldova [9].

Studies show that displaced Ukrainian women and girls as well as women and girls from Moldova face risks of GBV in both community and family - more than two out of three women have experienced GBV in various forms. The trauma experienced by the victim is significant. Traumatic experiences usually accompany a threat or serious injury to an individual's life or physical well-being and/or a threat or serious injury to the life or

physical well-being of the individual's child, spouse, relative, or close friend.

*“When people experience a disruption of their basic psychological needs (safety, confidence, independence, power, intimacy, and esteem), they experience psychological trauma” [4].*

According to the 2023 GBV Safety Audit, women and girls are at risk of GBV in transit and in the host country. These risks include sexual violence, intimate partner violence, and sexual exploitation and abuse, partly related to unsafe conditions, separation from safety nets, reduced ability to meet basic needs, and limited access to protective support. A notable number of refugees are adolescent girls, elderly women, women from the Roma community or women with disabilities who are identified as risk groups particularly vulnerable to GBV [5].

In addition, GBV risks are also prevalent for women and girls in the host community. A 2018 OSCE research, "Women's Well-Being and Safety" [8], shows that 26.8% of Moldovan women between the ages of 15 and 65 have experienced physical, sexual or psychological violence from intimate partners in the last 12 months. This may be partly related to deep-rooted patriarchal socio-cultural norms and prevailing gender stereotypes, where

60% of the population believe that women should mainly take care of their family and household. Traditional gender roles for both women and men may be associated with an increased risk of GBV.

### **Terminology.**

The term "GBV" is most commonly used to describe violence against women and girls. The United Nations Declaration on the Elimination of Violence Against Women defines GBV as "a manifestation of historically unequal power relations between men and women, which have led to the domination and discrimination of women by men and the prevention of women's full advancement"[2].

In defining GBV, the Inter-Agency Standing Committee (IASC) Guidelines for Integrating Gender-Based Violence Interventions in Humanitarian Action (2015)[3] highlight that “women and girls everywhere are disadvantaged in terms of social power and influence, control over resources, control over the body and participation in public life – all as a result of socially determined gender roles and relations”, and therefore GBV against women and girls must be understood within the context of this power imbalance between men and women.

GBV case management is a structured method of providing help to a victim. It involves an organization, usually a psychosocial support or social service actor, taking responsibility for ensuring that survivors are informed of all available options and that the problems and issues facing a survivor and their family are identified and tracked in a coordinate and providing the survivor with emotional support throughout the process [1].

The case management, which included the financial component, also became the main entry point for victims of violence both from Moldova and for refugees' victims of violence from Ukraine, to receive psychosocial and cash support in crisis situations.

UNFPA și Artemida Association provided survivors of GBV, refugees and from host community, with GBV case management services to ensure the access to quality multi-sectoral GBV response services. Within this framework, financial barriers to accessing specialist GBV response services and mitigating the risks of GBV were identified as a major concern for GBV survivors and persons at risk of GBV enrolled in case management.

Crucially, UNFPA has identified financial barriers to accessing life-saving GBV services as a major concern for GBV survivors and those at risk enrolled in case management in Moldova. While various national social protection schemes exist in the country to assist specific groups of refugees and vulnerable host community members facing economic hardship or social vulnerabilities, their responsiveness and inclusivity in providing cash assistance tailored to GBV survivors vary. Although the schemes address general needs, they lack specialized protocols and eligibility criteria for women affected by GBV who are in need of urgent financial support, potentially hindering their ability to escape abusive situations, access life-saving medical care, or rebuild their lives.

To address this gap, UNFPA introduced unconditional and unrestricted cash assistance in GBV case management in Moldova as a complementary component to national social protection schemes. This intervention aimed to mitigate GBV risks faced by women and other vulnerable groups in case management, enhance GBV response by addressing economic barriers, and facilitate the recovery and empowerment of survivors.

## **Methods**

*Eligibility, targeting and prioritization*

Ukrainian refugees, vulnerable Moldovan GBV survivors, and individuals at risk of GBV enrolled in case management were eligible for cash assistance if they required financial support to achieve goals outlined in their case action plans. This included those facing specific GBV risks compounded by financial constraints hindering access to urgent GBV-related services such as medical, legal, shelter, as well as immediate essential needs.

Before integrating cash assistance into GBV case management, an analysis was conducted to ensure alignment of the implementing partner’s procedures with the Interagency GBV Case Management Guidelines. A response analysis was also carried out to determine situations in which cash would be a suitable intervention based on context-specific analysis of GBV cases in Moldova. A subsequent Response Framework was established to aid caseworkers in deciding whether cash will be an appropriate form of assistance for the survivor, outlining criteria for determining when cash assistance is appropriate for addressing the needs of women and girls affected by GBV.

The Response Framework delineated the following scenarios of GBV where cash assistance would be deemed an appropriate course of action:

- Cash assistance would enable the survivor to leave a living situation made unsafe by intimate partner violence, domestic violence, harassment, or other violence related to the living arrangement. The cash assistance could help to support the safety of her and her children by enabling relocation to a safe place, covering basic needs, and preventing sexual exploitation by facilitating withdrawal from the perpetrator or threats, including cases where landlords demand sex for accommodation.

- Cash assistance would enable survivors who have already fled unsafe living situations risking their safety and that of their children and who lack financial resources to secure accommodation, meet basic needs, and prevent potential returns to unsafe environments due to financial constraints.

- Cash assistance would ensure access to essential fee-based GBV services such as health, legal, shelter, and others, to address and mitigate serious harm resulting from GBV incidents or risks.

- Cash assistance would help survivors with limited economic resources due to workplace violence or harassment

meet basic needs by preventing them from returning to unsafe work environments and providing time to find new employment.

- Cash assistance would support meeting the basic needs of survivors with little or no access to economic resources due to workplace violence or harassment, and thereby prevent returning to an unsafe work environment due to financial constraints and allocate time for finding a new job;

It is important to note that this Response Framework allied for flexibility in response as needed, recognizing the individuality of each GBV case. The key analytical question guiding decisions was whether cash assistance would help reduce GBV risk or aid in the recovery of survivors, considering the specific situation and case characteristics identified.

#### *Delivery mechanism*

Cash transfers to bank accounts were deemed the most appropriate delivery mechanism. This approach allows for significant discretion, prioritizing survivor confidentiality and privacy. With this, it is an efficient disbursement approach, especially for survivors with existing personal bank accounts. For the many survivors who did not have bank accounts when beginning case management, the approach contributed to

financial inclusion and promoted financial independence by motivating them to open bank accounts.

*Transfer amount, frequency, and conditionality*

Unrestricted and unconditional cash assistance was chosen for its flexibility and responsiveness, aligning with UNFPA standards outlined in its Guidance: How to Design and Set Up Cash Assistance in GBV Case Management [6; 7]. Unrestricted and unconditional cash assistance helps to ensure the agency and empowerment of GBV survivors by enabling quick disbursement times and by providing the survivor with significant flexibility.

Cash assistance was provided either as recurrent payments for up to three months or as a one-off emergency payment. The amount transferred was determined based on the individual's needs as outlined in their case plan. The transfer amount was calculated based on the specific needs and aligned with the consumption basket determined by the Moldovan National Bureau of Statistics. Transfer amounts were adjusted based on ongoing monitoring of the general inflation rates as well as based on beneficiary feedback.

*Monitoring*

A monitoring framework was established to ensure regular and systematic data collection and analysis of the integration of cash within GBV case management. The purpose was to collect feedback in order to improve cash assistance implementation, track its risks and benefits, and enhance protection outcomes for survivors and those at risk of GBV. The framework utilized various tools and involved only case workers and managers to ensure survivor confidentiality, safety, and wellbeing.

Output monitoring tracked program outreach, including the number of individuals reached and the total value of cash assistance transferred to individuals. Disaggregated data on gender, age, disability, displacement status, dependents, installments, and delivery mechanism enabled trend analysis.

Process monitoring, through PDM surveys and a complaint and feedback mechanism, aimed to capture any factors affecting the quality, safety, and access to cash assistance. PDM surveys were administered to capture whether the survivors were able to safely access the cash assistance and if they deemed the duration, timing, and amount of the cash assistance to be adequate to improve their safety. PDM surveys were administered by different case workers than the survivor's primary case workers

in order to provide a neutral space for feedback and possible complaints. Data collected from PDMs was then anonymized and triangulated with data from the complaint and feedback mechanism. Field visits and regular meetings with the implementing partner complemented these tools.

Outcome monitoring, mainly through PDMs, assessed the impact of cash assistance on physical and mental wellbeing, household relations, and GBV service access. Regular analysis of disaggregated data identified factors hindering positive outcomes.

### **Results**

In 2023, over 300 survivors received cash assistance as part of their GBV case management plan. Of these, 52% received recurrent cash assistance, with 67% of these individuals receiving three installments. Additionally, 108 individuals received one-off cash assistance, with 32% of these using it to access specialized health services related to GBV. PDM surveys were conducted with 208 cash recipients three to five weeks after the last distribution. Monitoring showed that:

- 98% of respondents stated that the cash assistance helped them access necessary services for themselves or their children to recover from a violent incident.

- 87% of respondents reported that the cash assistance significantly contributed to improved physical and mental wellbeing.

*After losing her home in a fire caused by her physically abusive husband, Kateryna\* received cash assistance as part of her GBV case action plan. She remarked:*

*“I was left on the streets, with a child, without clothes or basic necessities, and no source of income. This help was life-saving for me – I bought clothes for myself and my child, shoes, food, and building materials to repair an outdoor kitchen so that we can live there in the winter. Now I can focus on providing my children with a better life.”*

*\* Name changed*

- 100% of respondents asserted that the received amount was adequate (75% of respondents) or somewhat adequate (25% of respondents) to improve their safety.

- 65% of cash recipients were enrolled in GBV case management after being referred to the service by another actor. This was due to the fact that the implementing partner's GBV services, including case management, were widely recognized and referred to by other actors because of their flexible service

delivery and mobile outreach. This approach helps overcome barriers that limit women and girls' access to essential GBV services.

- The provision of cash assistance was complemented by direct provision of and referrals to: medical services (received by 64% of cash recipients), psychosocial services (61%), police or security services (8%), legal services (8%), and/or safe house services (4%).

- Only 12% of respondents reported that they will be able to prevent further exposure to harm when the cash assistance ends. This could be attributed to the absence of sufficient exit strategy options for beneficiaries, emphasizing the need for robust referral pathways to other assistance for a smooth transition after the cash assistance ends.

The pilot results were presented in a round-table with the Moldovan Ministry of Labour and Social Protection, civil society organizations, and UN agencies. The aim was to explore further opportunities for integrating cash assistance into GBV case management. The Ministry expressed interest in the intervention and announced their intention to study other countries' use of

cash assistance in GBV case management to assess its feasibility in government-run and government-sponsored services.

The Ministry also stressed the importance of having a strong GBV case management system for the integration of cash assistance. Ultimately, the success of the pilot was instrumental in helping UNFPA to advocate for the integration of cash assistance into national protection schemes and for structuring GBV case management processes in a way that is conducive to the safe integration of cash, thus enhancing government-led responses to GBV.

### **Conclusions**

- Cash assistance had a positive impact on protection outcomes, including preventing and mitigating further GBV risk and ensuring access to life-saving GBV services.

- An exit strategy, including referrals to additional assistance, is crucial to meet survivors' long-term needs beyond the short-term provision of cash assistance. Exit strategies should be developed by collaborating with key stakeholders involved in livelihood opportunities, economic inclusion, and long-term social protection.

- To integrate cash assistance into GBV case management, a well-functioning case management system is essential. This requires monitoring caseworker-to-survivor ratios and supervision systems to ensure sufficient capacity. High caseloads can hinder case workers, so continuous monitoring is needed to ensure enough capacity for cash assistance as a tool within the case management process.

### **Bibliography**

1. *Communities Care Programme: Transforming Lives and Preventing Violence*. UNICEF, New York, 2014  
<https://www.unicef.org/media/103711/file/Introduction-to-Communities-Care-2021.pdf>
2. *Declaration on the Elimination of Violence against Women*. Proclaimed by UN General Assembly resolution 48/104 of 20 December 1993  
[https://www.un.org/en/genocideprevention/documents/atrocities-crimes/Doc.21\\_declaration%20elimination%20vaw.pdf](https://www.un.org/en/genocideprevention/documents/atrocities-crimes/Doc.21_declaration%20elimination%20vaw.pdf)
3. *Guidelines for Integrating Gender-based Violence Intervention in Humanitarian Action*. Reducing Risk, Promoting Resilience and Aiding Recovery. IASC, 2015  
<https://interagencystandingcommittee.org/sites/default/files/migrated/2021-03/IASC%20Guidelines%20for%20Integrating%20Gender-Based%20Violence%20Interventions%20in%20Humanitarian%20Action%202015.pdf>
4. Herman, J. *Trauma and Recovery: The Aftermath of Violence from Domestic Abuse to Political Terror*. Basic Books, New York, 1992.

5. *Ukraine Situation-Moldova: GBV Sub-Working Group Gender-Based Violence Safety Audit Report*. UNFPA, UNHCR, UNICEF. Chisinau, 2022.

<https://moldova.unfpa.org/en/publications/ukraine-situation-moldova-gbv-sub-working-group-gender-based-violence-safety-audit>

6. UNFPA Guidance how to design and set up cash assistance in GBV case management. UNFPA Humanitarian Response Division, Geneva, 2023
7. UNFPA *Guidance how to design and set up cash assistance in GBV Case Management*, Geneva, 2018.

<https://www.calpnetwork.org/publication/unfpa-guidance-how-to-design-and-set-up-cash-assistance-in-gbv-case-management/>

8. *Well-being and Safety of Women for Moldova*. OSCE-led Survey on Violence Against Women, 2019

<https://www.osce.org/secretariat/424979>

9. *Situation Ukraine Refugee Situation (unhcr.org)*

[https://data.unhcr.org/en/situations/ukraine?\\_gl=1\\*1bzf03x\\*\\_rup\\_ga\\*Njg5MTA5MTcyLjE3MDYwOTM0OTM.\\*\\_rup\\_ga\\_EVDQTI4LMY\\*MTcwNzIzNzUxOC40LjEuMTcwNzIzNzY0OS4wLjAuMA..\\*\\_ga\\*Njg5MTA5MTcyLjE3MDYwOTM0OTM.\\*\\_ga\\_YM3N62XTTL\\*MTcwNzIzNzU1My4xLjEuMTcwNzIzNzY0OS4wLjAuMA..#\\_ga=2.37669280.1600265587.1707237518-689109172.1706093493](https://data.unhcr.org/en/situations/ukraine?_gl=1*1bzf03x*_rup_ga*Njg5MTA5MTcyLjE3MDYwOTM0OTM.*_rup_ga_EVDQTI4LMY*MTcwNzIzNzUxOC40LjEuMTcwNzIzNzY0OS4wLjAuMA..*_ga*Njg5MTA5MTcyLjE3MDYwOTM0OTM.*_ga_YM3N62XTTL*MTcwNzIzNzU1My4xLjEuMTcwNzIzNzY0OS4wLjAuMA..#_ga=2.37669280.1600265587.1707237518-689109172.1706093493)

**Date despre autoare:**

**Violeta TERGUȚĂ,**

*Moldova State University*

## ABORDĂRI GENERALE ALE STRESULUI

### GENERAL APPROACHES TO STRESS

**DIMIAN Larisa**

Republica Moldova

**Rezumat:** Stresul este o problemă importantă în majoritatea țărilor. Pe lângă faptul că este responsabil pentru numeroase boli, acesta provoacă și multă suferință. Stresul apare ca reacție de adaptare a organismului nostru la acei factori din exterior pe care îi percepem ca fiind agresivi și care adesea ne induc o stare de alarmă resimțită atât la nivel psihic (încordare, teamă, nervozitate), cât și fizic (creșterea secreției de adrenalină, intensificarea bătăilor inimii, transpirație). El nu este propriu-zis o boală, dar poate duce în timp la îmbolnăvire. De aceea este bine să știm ce anume ne stresează și cum ne putem elibera de stres.

**Cuvinte cheie:** stres, mecanisme, conflicte, stres ocupațional, mediul de muncă.

**Summary:** Stress is a major problem in most countries. In addition to being responsible for numerous diseases, it also causes a lot of suffering. Stress occurs as a reaction of our body to adapt to those external factors that we perceive as aggressive and that often induce a state of alarm felt both psychologically (tension, fear, nervousness) and physically (increased adrenaline secretion, increased heartbeat, sweating). It is not a disease per se, but it can lead to illness over time. That is why it is good to know what exactly stresses us out and how we can free ourselves from stress.

**Keywords:** stress, mechanisms, conflicts, occupational stress, work environment.

### **Stresul existential general**

Termenul de „stres” desemnează o serie de substantive cu nuanțe ce pot diversifica sensul: încordare, presiune, povară, forță, efort, solicitare, tensiune, constrângere etc. Potrivit Webster's Encyclopedic Unabridged Dictionary of the English Language etimologia cuvântului „stres” provine parțial din abrevierea cuvântului englezesc „distres”, parțial din cuvântul „estrece” din vechea franceză, ce aveau înțelesurile de „constrângere, suferință”, derivate la rândul lor din latinescul

„strictus”, participiul trecut a lui „stringere”, cu înțelesul de „a trage (din) greu”.

Geneza conceptului de sindrom general de adaptare (SGA) este legată de observația lui Selye, aceea că boli complet diferite, dincolo de manifestările specifice, au un corolar de manifestări comune: stare generală alterată, incompetență, tulburări digestive, dureri articulare și musculare, febră etc. Fără a menționa încă termenul de stres, Selye publică, în 1936 [6], un studiu despre tendința organismului de a reacționa stereotip la diferiți agenți chimici, fizici și biologici, descriind această tendință sub denumirea de „sindrom general de adaptare” (SGA), centrată pe totalitatea mecanismelor nespecifice (considerate astfel tocmai pentru că ele apar la oricare dintre agenții declanșanți menționați), capabile să asigure mobilizarea resurselor adaptative ale organismului în fața agresiunii care-i amenință integritatea morfologică sau a constantelor sale umorale.

Alături de termenul de stres, Selye introduce și noțiunea de „boală de adaptare”. El recunoaște că nu există boală a cărei unică și exclusivă cauză ar fi stresul, dar un stres prea puternic poate determina prăbușirea mecanismelor de apărare ale organismului. Creșterea frecvenței bătăilor inimii și presiunii sangvine datorită

stresului prelungit poate duce la îngroșarea arterelor, favorizând astfel apariția infarctului. O creștere de acid gastric poate provoca o iritație a mucoasei stomacului, cauzând ca și răspuns direct al situațiilor de stres, ulcerul duodenal sau gastric.

Pe lângă aceste efecte mai există și alte consecințe ale stresului care trebuie luate în considerare. Depresiile grave, un rezultat al stresului prelungit, pot duce la dependența față de medicamente sau alcool. Spre deosebire de Selye, Keiholtz a studiat [apud 1] modalitatea prin care o stare prelungită de stres duce la depresia de epuizare (exhaustion depression). Depresia de stres se instalează după o lungă durată de convulsii emoționale, după traume psihice repetate și după o prelungită tensiune afectivă negativă. Din punct de vedere tipologic, depresia de epuizare apare mai frecvent la persoanele cu structură introvertă și cu ușoare înclinații patologice către renunțarea la responsabilități.

### **Stresul și viața profesională**

Denumit și *maladia invizibilă*, stresul este, în general, consecința adecvării ritmului vieții profesionale la cel al vieții private (Petrescu, 2004) [apud 8]. Evenimentele cele mai distructive și periculoase sunt cele care implică un conflict sau o pierdere. Poate fi pierderea unei persoane sau a unui lucru

important. O suferință fizică poate afecta imaginea propriei persoane și încrederea în forțele proprii, dacă nu-si poate continua viața normală. Pe acest fond conflictele sunt prezente atât la muncă, dar și acasă.

Necesitatea de a alege între mai multe variante naște de asemenea conflicte. Când oamenii sunt confrunțați cu alegere, ideea deciziei crește nivelul stresului. Dacă varianta pe care o preferă le este refuzată datorită unor circumstanțe pe care nu le pot controla, apare frustrarea și amărăciunea. Uneori oamenii evită să ia o decizie pentru că nu doresc să se streseze din acest motiv. Această reacție nu face decât să înrăutățească situația . La locul de muncă, șefii care nu reușesc să ia decizii sunt o sursă de frustrare pentru subordonați . Stresul poate apărea și dacă oamenilor nu le este clar ce au de făcut sau dacă simt că nevoile lor nu au fost luate în considerare . Obiectivele nerealiste sunt o sursa de stres pentru studenți , fie că se referă la părinți sau la școală. În societatea modernă nevoia de realizare este foarte importantă. Dacă aceasta devine o motivație obsedantă, cu siguranță va determina apariția stresului.

Nu numai evenimentele neplăcute, dar și cele plăcute, creează situații de stres. Studiile pe acesta temă (Zlate [8]; Saunier [5]) au

arătat ca stresul este declanșat de un eveniment semnificativ, care ne șochează sau ne alarmează și căruia trebuie să-i facem față. Să ne gândim numai la un examen pentru ocuparea unui post. Câte tensiuni ne creează și cum răsuflăm ușurați când s-a terminat! Sau prima întâlnire cu viitoarea soacră: câte lucruri trebuie să punem la punct ca să facem impresia cea mai bună! Chiar avansarea la locul de muncă, oricâtă satisfacție ne-ar da, ne pune o serie de probleme prin noi sarcini și amplificarea responsabilităților.

Să suferi din cauza stresului nu este un semn de slăbiciune. Stresul decurge din responsabilitățile care ne copleșesc, la care se poate adăuga lipsa de susținere a colegilor și a familiei (Petrescu, 2004) [apud 8]. Stresul ambiental, având ca factori principali zgomotul, căldura/frigul, trepidațiile, poluarea aerului, radiațiile etc.; stresul gravitațional, având ca factori principali imponderabilitatea și accelerația; stresul urban, având ca factori principali zgomotul, aglomerația, poluarea; stresul hiperbar, având ca factor principal presiunea atmosferică ridicată; tehnostresul, având ca factor principal excesul informațional; stresul prenatal și neonatal, având ca factor principal hipoxia. Toate aceste forme de manifestare duc la grave disfuncționalități ale organismului nostru, cele mai afectate fiind organele vitale.

În funcție de factorii stresanți putem vorbi despre stresul emoțional, financiar, familial, decizional și, nu în ultimul rând, despre stresul legat de activitatea profesională.

Dispus pe două dimensiuni, stresul poate avea patru variații fundamentale: distresul vs. eustresul și hiperstresul vs. hipostresul. Termenul de „eustres” desemnează nivelul unei stimulări psihoneuroendocrine moderate, optime, care menține echilibrul și tonusul fizic și psihic al persoanei, starea de sănătate și induce o adaptare pozitivă la mediu. Pradoxal sau nu, „eustres”, în componenta sa definitivă, are și o valoare pozitivă, fiind pentru fiecare dintre noi și un posibil factor mobilizator în vederea realizării sarcinilor primite, a autodepășirii, antrenând și stimulând vitalitatea organismului. Evenimente percepute drept fericite în viața noastră, precum căsătoria, venirea pe lume a copiilor, avansarea pe scara ierarhică, organizarea concediilor, etc. generează stres, presupunând adaptare și responsabilități.

Stresul ce depășește o intensitate critică, a cărei valoare variază în limite largi, de la individ la individ, este desemnat prin termenul de „distres”. Distresul este provocat de supraîncărcări, suprastimulări intense și prelungite, care depășesc resursele fiziologice și psihologice personale, rezultând scăderea

performanței, insatisfacție, tulburări psihosomatice și fizice. Termenul de „hiperstres” desemnează un nivel de suprastimulare ce depășește limitele adaptabilității, ducând de la suprasolicitarea mecanismelor adaptative până la epuizarea lor, în vreme ce termenul de „hipostres” desemnează un nivel de substimulare, ce duce la o lipsă de auto-realizare manifestată prin imobilitate fizică, plictiseală și deprivare senzorială.

Stresul ocupațional generat de viața socioprofesională și de mediul muncii influențează activitatea socioprofesională dar și sănătatea persoanelor din diferite ramuri de activitate [2; 4;7; 8]. Pe măsură ce munca dobândește noi valențe, cu accente pe încărcătura psihologică, iar peste problemele muncii / ocupației se suprapun și cele de natură socio-economică și politică, stresul ocupațional (S.O.) „își amplifică forța de penetrație, iar consecințele sale devin devastatoare pentru persoana celui implicat nemijlocit în procesul de producție” [4].

Există o diversitate de dovezi care indică că sursele de stres într-o anumită profesie combinate cu caracteristicile individuale ale deținătorului postului pot cauza insatisfacția muncii, producerea unor accidente de muncă, abuzul de alcool și probleme sociale sau în familie. Simplul fapt că trăiești în

societatea de azi este stresant, ceea ce a condus la remarcă că „fiecare individ este hărțuit zilnic nu numai de realitatea propriei vieți dar și de fiecare dezastru din țară sau lume pe care îl află din mass-media. Probabil câștigurile civilizației moderne vor fi depășite de efectele stresului cauzat dacă noi nu încercăm să înțelegem, controla, preveni sau adapta la stres și anxietate.” (Kutash, Schlesinger, 1980 [apud 1]).

Indivizii reacționează la stres în moduri diferite: unii fumează mai multe țigări, consumă mai mult alcool sau se droghează. Efectele psihologice ale stresului includ problemele familiale, tulburări ale somnului, probleme de dinamică sexuală, depresie, anxietate, burnout. Efectele fiziologice ale stresului cuprind afecțiunile cardio-vasculare, dureri de cap, de spate și oboseală.

În afara acestor probleme, costurile cauzate de stres cresc rapid. S-a calculat că stresul cronic costă economia S.U.A. în jur de 150 miliarde \$, datorită absenteismului, reducerii productivității, daunelor cerute în justiție și cheltuielilor medicale directe și s-a estimat că angajatorii din S.U.A. cheltuiesc 700 milioane \$ pe an pentru a înlocui 200.000 angajați care suferă de afecțiuni ale inimii; anual industria S.U.A. pierde mai mult de 550 milioane \$ pe zi numai din cauza absenteismului și 54% dintre aceste absențe sunt

într-un fel legate de stres. De asemenea în S.U.A. o treime din bugetul sănătății este cheltuit pentru tratarea afecțiunilor cauzate de stres.

Referitor la costul stresului în cadrul organizațiilor, într-un raport publicat de Institutul Național pentru Siguranța Muncii și Sănătate din S.U.A. se menționează că 60%-80% dintre toate accidentele de muncă sunt datorate stresului.

### **Mecanismele stresului**

Viața înseamnă 10% lucruri care ni se întâmplă și 90% reacțiile noastre față de ele. În zilele noastre, o avalanșă de stimuli ne zguduie abilitatea de adaptare. Iar slaba gestionare a stresului declanșează boli reale și scade semnificativ calitatea vieții. Neurotransmițătorii stresului se eliberează la nivel cerebral, dar și la periferie. Este vorba de adrenalină, de noradrenalină și de vasopresină, de cortizol și de factorul de eliberare a corticotropinei (CRF), eliberat de hipotalamus. Mai ales ultimii doi par să pună probleme organismului, atunci când sunt eliberați pe termen lung și într-un ritm neregulat. Iată care pot fi consecințele.

Psihologic și biologic. Stresul ca suprasolicitare se interpretează din punct de vedere psihologic, dar și biologic.

Endocrinologul canadian de origine maghiară Hans Selye a fost printre primii care au demonstrat existența stresului biologic, în anii '50. De exemplu, febra musculară este o reacție la stres (la suprasolicitarea prin efort), după cum un fascicul de lumină pulsatilă plasat la nivelul pielii provoacă un stres capilarelor și fibroblaștilor (celule conjunctive). Acestea se modifică și se deplasează, grăbind vindecarea rănilor.

Mecanismele de apărare au funcția de reducere a anxietății legată de un conflict între exigențe interne disonante ce pot apărea în relațiile dintre diverse instanțe psihice și chiar la nivelul aceleiași instanțe. Considerăm că este vorba de un conflict intern deoarece chiar dacă avem de-a face cu un conflict aparent între o exigență internă și una externă, în realitate conflictul se naște doar atunci când exigență externă a fost îndeajuns de mult internalizată pentru a funcționa ca exigență internă. Mai mult, este falsă ideea conform căreia mecanismele de apărare ne apăra doar de conflictele dintre eu și șine; sursă conflictului poate fi atât în relațiile tensionate dintre două instanțe distincte ale psihicului, cât și între două nevoi/exigențe ce țin de aceeași instanță, dar de nivele diferite ale acesteia (de exemplu, de nivelul conștient și inconștient al eului).

Prin urmare, apărarea se realizează întotdeauna în raport cu un pericol intern, sau, cu reprezentarea unui pericol intern sau extern.

Orice apărare reușită presupune menținerea în inconștient a conflictului generator de angoasă prin deformarea realității (modificarea reprezentării realității în sensul mascării elementelor conflictogene). Gradul de deformare a realității poate fi chiar un indice al caracterului patologic al unei apărări (dacă activismul nu presupune decât o ignorare a unui aspect al realității, proiecția implică o falsificare a acesteia; diferențierile pot merge și mai departe, există înde proiectii relativ inocente și altele extrem de nocive).

Apărările sunt mecanisme inconștiente, care însă pot fi conștientizate; de subliniat faptul că un mecanism defensiv devenit conștient nu implică și conștientizarea conflictului subiacent. În virtutea acestui fapt, ele pot rămâne funcționale și eficiente chiar dacă subiectul este conștient că un anume comportament are o funcție defensivă (de exemplu, accesele bulimice care se presupun că ar servi drept defensă în raport cu anxietatea de separare în relația cu mamă).

În urmă considerațiilor de mai sus definiția pe care o propunem este următoarea:

Apărările sunt mecanisme psihice inconștiente care se activează datorită anxietății legate de reprezentarea unui conflict generat de un pericol intern sau extern și care au funcția de reducere a anxietății printr-o deformare a acestei reprezentări.

În ultimii ani s-a impus o nouă teorie privind organizarea funcțională a mecanismelor de apărare și a mecanismelor de coping. În timp ce concepția clasică (Menninger, 1963; Haan, 1977) [apud 8] susținea că mecanismele de coping preced mecanismele de apărare, concepțiile actuale arată că, în fapt, mecanismele de apărare preced copingul (Chabrol, Callahan, 2004) [apud 8].

Cel mai adesea noi elaborăm strategii pentru eliminarea stărilor afective negative provocate de stresori, adică punem în funcție mecanisme de coping. În majoritatea lucrărilor se insistă asupra celor două tipuri de mecanisme de coping, analizate mai întâi de de Lazarus și Folkman (1984) [apud 7]: a) Copingul centrat pe problemă, care implică strategii orientate spre “management-ul” evenimentului; b) Copingul centrat pe emoții

se referă la strategiile ce vizează reglarea emoțiilor asociate evenimentului stresant.

Din perspectiva psihologiei cognitive, Miclea (1997, pag. 21-24 și 26 [3]) realizează o taxonomie comprehensivă, o clasificare biaxială a mecanismelor de coping, cu reale valențe euristice și metodologice, în funcție de vectorul funcționării (confruntare- evitare) și de tipul de mecanism (comportamental, cognitiv și neurobiologic).

Referitor la copingul focalizat pe emoție/gestiunea emoțiilor, se precizează că "trăirile emotiv-subiective sunt rezultanta conștientizată a combinării componentelor neurobiologice (în special, biochimice), cognitive și comportamentale, iar modificarea unuia din acești factori schimbă semnificația trăirii subiective" (Miclea, 1997, p.10 [3]).

Mecanismele de coping presupun o capacitate de control a situațiilor, respectiv o anumită "controlabilitate". Credința că situația este controlabilă va da posibilitate persoanei de a modifica sau de a elimina stresul prin strategia de coping care a fost găsită. Se disting două tipuri de control: comportamental și cognitiv. Stilurile de coping cuprind combinații ale unor trăsături

de personalitate, respectiv judecăți apreciative, gânduri raționale sau iraționale, convingeri și atitudini rezultate din experiența stresului. Stilurile de coping pot fi descrise cu referire la dimensiunile și gradele de complexitate și flexibilitate ale acestora (Lazarus și Folkman, 1984 [apud 7]). Stilul de coping rigid s-a dovedit a fi mai puțin eficient decât stilul de coping flexibil.

Cercetările din ultimii ani au evidențiat existența unor tipuri specifice de coping, pe care le prezentăm în cele ce urmează. a) Teoria coping-ului pozitiv reprezintă o abordare novatoare care pune accentul pe beneficiile potențiale ale „sentimentelor pozitive” („positive feelings”), permițând indivizilor, comunităților sau societăților să se dezvolte (Seligman și colaboratorii, 2000). b) Teoria coping-ului proactiv („Proactive Coping Theory”) este o abordare care integrează aspectele temporale ale coping-ului, în special copingul în fața evenimentelor viitoare. Teoria coping-ului proactiv (Schwarzer și Taubert, 2002) cuprinde, în același timp, strategii de auto-reglare pentru realizarea scopurilor („self-regulated goal attainment strategies”) și conceptul de dezvoltare personală („personal growth” [apud 7]).

Atunci când dorim să reducem cât mai mult cu putință stresul, trebuie să identificăm potențialele surse de stres, să ne evaluăm realist resursele personale de a face față situațiilor problemă și să ne familiarizăm cu tehnicile de control al stresului, punând în acțiune mecanisme și strategii de coping eficiente.

### **Concluzii**

Stresul este o reacție normală a organismului la factori de mediu sau evenimente care pot amenința echilibrul său intern. Este o parte naturală a vieții și poate avea atât efecte pozitive, numite stresuri pozitive sau eustres, cât și efecte negative, numite stresuri negative sau distres.

Factorii de stres psihosociali rezultă din interacțiunea individului cu mediul său socio-profesional, economic și familial.

Având în vedere realitatea conform căreia, orice factor psihosocial poate tulbura adaptarea organismului, se poate considera că sănătatea mintală, cu o funcționalitate psihică optimală este rezultatul unei adaptări și adaptabilități eficiente și optimale.

Strategia adaptologiei psihice la solicitările factorilor psihosociali potențial stresanți, implică trecerea prin mai multe etape (Badiu, Papari, 1999 [apud 2]) care, schematic, ar consta în:

1. Etapa evaluării semnificației factorilor stresori: constă într-o serie de procese neuropsihice (judecăți, raționamente, deducții, opțiuni) prin care informațiile sunt asimilate în sferă cognitivă în vederea stabilirii unei strategii adaptative. Evaluarea nu reprezintă o simplă percepție a elementelor unei situații, ci presupune un proces continuu de căutare și monitorizare de informații asupra a ceea ce se întâmplă și atribuirea de semnificații personale informațiilor obținute.

Procesul de evaluare este determinat de două categorii de factori: situaționali și personali. Factorii situaționali se referă la noutatea, severitatea, ambiguitatea, iminența, durata, predictibilitatea stimulilor. Această evaluare este individuală, bazată pe experiența personală, dar și în raport cu variatele condiții mereu schimbătoare ale mediului și cu interrelațiile individului cu mediul social. Există o evaluare inițială primară și alta secundară sau finală.

Prin evaluare primară situația este definită ca având sau nu semnificație pentru confortul persoanei, iar prin evaluarea secundară se identifică alternativele adaptative pe care subiectul le are la îndemână pentru a face față situației. Deși se susține

caracterul conștient al evaluării, trebuie amintit totuși că de multe ori tocmai nesensizarea factorului și al gradului de nocivitate al acestuia, subaprecierea sau supraaprecierea factorului stresant sau a conjuncturii de acțiune, face ca un stimul major sau alteleori chiar minor să producă mari modificări neuropsihice sau generale. Identificarea mecanismelor neuropsihice, atenției, memoriei, motivației, gândirii, a componentelor afectiv-emoționale implicate în această etapă a evaluării semnificației stimulilor poate fi preciată mai mult axiomatic și mai puțin demonstrată după reacțiile somatice, vegetative sau psihocerebrale apărute la stimuli.

2. Etapa decizională a semnificației stimulilor în urma prelucrării complexe cerebrale se concretizează în apariția unor răspunsuri, care pot fi psiho-comportamentale, somatice și/sau vegetative. Acestea determină fie adaptarea la stimuli potențial stresanți, fie depășirea capacității adaptative și apariția unor îmbolnăviri, ca urmare a instalării stresului. Este de remarcat faptul că de multe ori strategia adaptativă elaborată, care include un întreg lanț de procese, este dificilă și nu întotdeauna urmată de succes. Adaptarea decizională este determinată de mai multe procese cognitive: identificarea și aprecierea consecințelor

diferitelor variante decizionale, ierarhizarea obiectivă și subiectivă ale acestora, estimarea rezultatelor și în final reducerea deciziilor la una sau mai multe variante care să asigure cu posibilitatea cea mai mare un rezultat optim împotriva acțiunii stimulului potențial stresant. Etapa decizională se poate concretiza în selecția unor strategii directe (atacul, evitarea, blocarea) sau indirecte (influențarea componentei emoționale determinată de factorii stresanți).

3. Etapa concretizării și utilizării strategiilor adaptative se concretizează prin răspunsuri psiho-comportamentale, somatice, vegetative ce pot fi apreciate și evaluate ușor și care au rolul de a asigura succesul adaptării față de acțiunea stimulilor potențial stresanți. Această etapă, face posibilă și inferarea asupra unor procese adaptative ce se produc în etapele anterioare de evaluare sau decizionale și care, printr-un mecanism de feed-back pozitiv sau negativ, influențează schimbarea sau păstrarea mecanismelor din primele două etape ale strategiei adaptative. Această etapă a strategiei adaptative se concretizează prin acțiuni conștiente sau inconștiente. Utilizarea unor metode psihoterapeutice (terapii de relaxare, terapie comportamentală,

etc.) au rolul de a diminua acțiunea factorilor stresanți și de a preveni apariția stresului.

## BIBLIOGRAFIE

1. Bogathy, Z., Manual de psihologia muncii și organizațională, Editura Polirom, Iași, 2004;
2. Capotescu, R., Stresul ocupațional, teorii, modele, aplicații, p. 25-80, Editura Lumen, Iași, 2006;
3. Miclea, M. (1994). Psihologie cognitivă, Cluj Napoca: Editura Gloria.
4. Pitariu, H. D., Managementul resurselor umane. Măsurarea performanțelor profesionale, Editura All, București, 1994
5. Saunier Eric, Să muncim fără stres!, Editura Curtea Veche, București, 2008;
6. Selye, H. (1984). Știință și viață, București: Editura Politică.
7. Ticu, C., Evaluarea psihologică a personalului, p.122,p.185,p.273-285, Editura Polirom, 2004;
8. Zlate, M., Tratat de psihologie organizațional-managerială, p.434-444, p.567-591, Editura Polirom, 2007.

**Date despre autoare:**

**DIMIAN Larisa**, Doctorandă

Universitatea de Stat din Moldova

**ABORDĂRI GENERALE PRIVIND  
INTERCONEXIUNEA DINTRE POLITICILE FAMILIALE ȘI  
SCHIMBĂRILE CLIMATICE  
(CAZUL REPUBLICII MOLDOVA ȘI THAILANDA)**

**GENERAL OVERVIEW ON THE INTERCONNECTION  
BETWEEN FAMILY POLICIES AND CLIMATE CHANGE  
(CASE OF THE REPUBLIC OF MOLDOVA AND  
THAILAND)**

**Valentina BODRUG-LUNGU  
Otilia DANDARA  
Waraporn CHATRATICHART**

*Rezumat.* Studiile demonstrează că schimbările climatice afectează toate domeniile de dezvoltare, inclusiv instituția familiei. Rolul familiilor în acțiunile climatice este extrem de important, contribuind prin roluri de: educatori, consumatori, avocați. În contextul schimbărilor climatice, majoritatea țărilor abordează și interconexiunile cu instituția familiei. În prezentul articol sunt reflectate rezultatele generale ale studiului comparativ, realizat de autoare în Republica Moldova și Thailanda. Rezultatele studiului denotă Republica Moldova și Thailanda au stabilit aranjamente instituționale, au dezvoltat un cadru de politici cuprinzător de abordare a schimbărilor climatice. Totodată, dincolo de progrese, se constată necesitatea includerii

în politicile referitor la schimbările climatice a abordărilor prietenoase vizavi de familie, încurajând reziliența membrilor familiei. Schimbul de experiență între țări este benefic pentru toate părțile implicate din perspectiva dezvoltării durabile.

*Cuvinte cheie:* schimbările climatice, familia, dezvoltare, politici, interconexiuni.

*Summary.* Studies demonstrate that climate change affects all areas of development, including the institution of the family. The role of families in climate action is extremely important, contributing through the roles of: educators, consumers, advocates. In the context of climate change, most countries also address the interconnections with the institution of families. This article reflects the general results of the comparative study, conducted by the author in the Republic of Moldova and Thailand. The results of the study show that the Republic of Moldova and Thailand have established institutional arrangements, developed a comprehensive policy framework for addressing climate change. At the same time, beyond the progress, there is a need to include family-friendly approaches in climate change policies, encouraging the resilience of family members. The exchange of experience between countries is

beneficial for all parties involved from the perspective of sustainable development.

**Keywords:** climate change, family, development, policies, interconnections.

### **Introducere**

Politicile familiale și schimbările climatice se condiționează reciproc. Pe de o parte, impactul schimbărilor climatice pune presiune pe familii, afectând sănătatea, bunăstarea, stabilitatea și deciziile viitoare privind nașterea copiilor, necesitând politici care să protejeze familiile și să le integreze în soluțiile climatice. Schimbările climatice dăunează sănătății copiilor (căldură, poluare) și dezvoltării lor, sporind responsabilitatea părinților. Șocurile climatice (vremea extremă, deficitul de resurse) pot perturba viața de familie, pot crește stresul, migrația și chiar pot influența deciziile privind fertilitatea și căsătoria. Familiile se confruntă cu anxietate și traume din cauza schimbărilor climatice, afectând sănătatea mintală și relațiile [5].

Pe de altă parte, unitățile familiale puternice promovează conștientizarea și acțiunile climatice prin învățarea intergenerațională și modelarea rolurilor în mitigarea și adaptarea

la schimbările climatice. De exemplu, politicile care susțin bunăstarea familiei (cum ar fi locurile de muncă verzi, stabilitatea economică) permit familiilor să adopte practici sustenabile, cum ar fi reducerea deșeurilor, alegerea unor diete bogate în plante și consumul mai redus. În același timp, principiul reciprocității indică faptul că indivizii și familiile nu sunt receptori pasivi ai influențelor ecologice, ci pot influența și ecologiile și sistemele mai largi (Bronfenbrenner & Morris, 2007)[1]. Prin urmare, politicile pot sprijini educația climatică la nivel familial, promovând transmiterea intergenerațională a valorilor și preocupărilor legate de mediu, încurajând comportamentele de atenuare. Respectiv, promovarea rezilienței permite indivizilor și familiilor să joace un rol major în atenuarea schimbărilor climatice și promovarea adaptării și, pe termen lung, a dezvoltării durabile. Extinderea serviciilor de planificare familială și sănătate reproductivă contribuie la încetinirea creșterii populației, reducând amprenta de carbon viitoare și sporind reziliența.

În acest sens, se conturează un șir de indicatori ai politicii familiale și ai schimbărilor climatice, care se referă la modul în care impactul climei influențează structurile familiale (cum ar fi migrația, căsătoriile timpurii, divorțul, schimbarea fertilității,

creșterea stresului și conflictelor/violenței) și modul în care acțiunile din partea familiilor (cum ar fi comunicarea, educația, consumul, sprijinirea locurilor de muncă verzi, emanciparea femeilor) pot atenua schimbările climatice.

În cadrul Marie Curie Research and Innovation Staff Exchange scheme within the H2020 Programme (grant acronym: LABOUR, no: 101007766), ne-am propus să explorăm subiectul conexiunilor dintre politicile privind schimbările climatice și familia, bazându-ne pe cazurile din Republica Moldova și Thailanda.

### **Metodologie**

Ghidați de standardele internaționale privind schimbările climatice și de mai multe rezultate ale cercetărilor internaționale, am utilizat metodologia de "desk review", analiza documentară a cadrului legal și a publicațiilor/rapoartelor/datelor existente la tematica propusă din ambele țări.

Republica Moldova și Thailanda sunt semnatare ale unei serii de instrumente internaționale dedicate schimbărilor climatice, Convenția-cadru a Națiunilor Unite privind schimbările climatice, Agenda 2030 pentru dezvoltare durabilă/Obiectivele de dezvoltare durabilă (ODD) ș.a., inclusiv

Convenția privind eliminarea tuturor formelor de discriminare împotriva femeilor (CEDAW)/Recomandarea generală Nr 37 privind dimensiunile de gen ale reducerii riscului de dezastre în contextul schimbărilor climatice [3].

În pofida progreselor înregistrate în ceea ce privește cadrul juridic, ambele țări se confruntă în continuare cu provocări specifice legate de incorporarea politicilor prietenoase familiilor și copiilor, egalitatea de gen și incluziunea socială.

### **Profilul Republicii Moldova și Thailanda**

*Republica Moldova* (RM) este situată în partea centrală a Europei, în Balcanii de Nord-Est, pe un teritoriu de 33.846 mii km<sup>2</sup>. Cu o populație de aproximativ 2,6 milioane de locuitori în 2023, Moldova se învecinează cu România și Ucraina. Clasificată drept o economie cu venituri medii-inferioare, sectorul serviciilor este cel mai mare contribuitor la creșterea economică, urmat de agricultură și industrie prelucrătoare, cu un PIB pe cap de locuitor ajustat la paritatea puterii de cumpărare echivalent cu 73% din media mondială [16]. 57% din populație locuiește în zone rurale, obținând mijloace de trai și de venit din agricultură, piatra de temelie a existenței.

În ceea ce privește riscurile naturale legate de climă, Republica Moldova este deosebit de predispusă la inundații și secete. Conform studiului Biroului ONU pentru Reducerea Riscurilor de Dezastre (UNISDR) „Costul Uman al Dezastrelor Legate de Vreme 1995-2015”, Moldova se clasează în primele zece țări din lume cu cea mai mare proporție de persoane afectate de dezastre climatice. Impactul schimbărilor climatice în Moldova este evident în diverse sectoare, prezentând provocări care necesită strategii proactive de atenuare și adaptare. Moldova este expusă unui risc ridicat de secetă și evenimente climatice extreme, acestea fiind accentuate de schimbările climatice [12]. Ploile abundente, inundațiile și secetele, care perturbă mijloacele de trai, deteriorează infrastructura și prezintă riscuri semnificative pentru populațiile vulnerabile. Schimbarea modelelor de precipitații și ratele mai mari de evaporare contribuie la deficitul de apă. Sezoanele de creștere alterate, precipitațiile neregulate și fluctuațiile de temperatură au impact asupra randamentelor culturilor și amenință securitatea alimentară. Populațiile vulnerabile, inclusiv gospodăriile conduse de femei, cele care îngrijesc copii, vârstnicii, persoanele cu dizabilități, femeile cu dizabilități, supraviețuitoarii violenței, femeile în vârstă, copiii și

comunitățile marginalizate sunt afectate în mod disproporționat. Femeile din zonele rurale sunt de patru ori mai expuse la sărăcie absolută și mai vulnerabile la schimbările climatice. Aceste condiții impun acțiuni concrete pentru a spori accesul lor la activități care ar genera venituri adiționale și servicii de suport (precum subsidii), precum și informații și cunoștințe cu privire la gestionarea rezilientă și durabilă a resurselor naturale și agricole de care depind [17].

Programul național de adaptare la schimbările climatice până în anul 2030 (în continuare PNASC 2030) aprobat prin Hotărârea Guvernului nr. 624/2023, este axat pe *șase sectoare vulnerabile – agricultura, resursele de apă, sănătatea, forestier, energetic și de transport*, cu un accent special pe grupurile vulnerabile (bătrâni, copii, membri ai familiilor migranților, refugiaților și persoanelor strămutate intern). Acesta va contribui la realizarea agendei naționale de dezvoltare încorporate în Strategia Națională de Dezvoltare (SND) „Moldova Europeană 2030”, obiectivele de dezvoltare durabilă asumate în cadrul acesteia, precum și Contribuția Națională Determinată (CND) actualizată prezentată de Republica Moldova în 2020 în temeiul Acordului de la Paris [13].

Cu referire la familie, în Republica Moldova, Constituția și diverse documente reglementează statutul familiei, drepturile și obligațiile membrilor săi, inclusiv protecția minorilor și sprijinul pentru părinți. În esență, familia este o instituție fundamentală, protejată prin lege și sprijinită prin politici publice. Legislația națională (Codul Civil, Codul Familiei) și convențiile internaționale la care statul a aderat (Convenția ONU privind drepturile copilului, Convenția Europeană a Drepturilor Omului) ș.a. asigură protecția drepturilor și libertăților fundamentale ale familiilor, inclusiv drepturile copiilor și ale părinților. Codul familiei [6] stipulează că familia și relațiile familiale în Republica Moldova sînt ocrotite de stat. În același timp, există eforturi constante de aliniere a politicilor familiale naționale la standardele internaționale, vizând susținerea egalității de gen, prevenirea și combaterea violenței în familie, bunăstarea familială, sănătatea reproducerii. În pofida progreselor, instituția familiei se confruntă cu provocări socio-economice și culturale, pe fundalul multiplelor crize (criza umanitară, urmare a războiului în Ucraina și fluxului de refugiați; criza legată de schimbările climatice; criza energetică).

Totodată, analiza documentelor permite constatarea faptului că aspectele ce vizează familia sunt treptat incluse în politicile dedicate schimbărilor climatice, pe când politicile din sfera familiei, nu sunt la fel de explicite în acest sens. De exemplu, Programul de stat „Familia”, având drept scop oferirea de protecție socială mai bună copiilor din toate categoriile sociale, de a extinde serviciile adresate copiilor în dificultate și de a susține familiile tinere cu noi opțiuni de creștere și îngrijire a copilului [4], nu conține referințe la schimbările climatice. Diverse aspecte ale familiei în raport cu schimbările climatice se regăsesc mai mult în proiecte dedicate rezilienței climatice a comunităților și suport inițiativelor verzi de antreprenoriat și energie durabilă [17; 8]; educația ecologică a elevilor/tinerilor/ prin disciplina opțională „Educația ecologică” (suportul didactic editat cu finanțare din Fondul Ecologic Național) ș.a.

*Thailanda*, situată în Asia de Sud-Est, are o suprafață terestră de aproximativ 514.000 km<sup>2</sup> și o populație de 66,09 milioane de locuitori. Zonele economice maritime ale țării acoperă 212.200 km<sup>2</sup> în Marea Andaman și Golful Thailandei. Thailanda are un venit național brut (VNB) pe cap de locuitor de 7.090 USD și un indice de performanță industrială competitivă (PCI) de

0,128. Cel de-al 13-lea Plan Național de Dezvoltare Economică și Socială (2023-2027) își propune să transforme Thailanda într-o economie progresivă și durabilă [14].

Thailandă se confruntă cu impactul schimbărilor climatice, inclusiv creșterea temperaturilor, fluctuația precipitațiilor, eroziunea costieră și creșterea nivelului mării. Țara se numără printre cele mai vulnerabile țări la impactul schimbărilor climatice. Se clasează pe locul nouă în topul 10 țărilor cele mai afectate de schimbările climatice în cadrul Indicelui Global de Risc Climatic (IRC) pe termen lung, în perioada 2000-2019, pe baza valorilor medii ale evenimentelor, a deceselor înregistrate și a pierderilor economice. Schimbările climatice au avut impacturi semnificative asupra vieții multor oameni, întreprinderi, industriei și sectoare din țară [11].

Țara implementează obiective de dezvoltare durabilă și acțiuni privind schimbările climatice. Schimbările climatice sunt abordate la cel mai înalt nivel politic în cadrul Strategiei Naționale a Thailandei 2018-2037, alături de alte considerații economice și sociale, inclusiv eradicarea sărăciei. Planul general privind schimbările climatice 2015-2050 reflectă Strategia națională privind atenuarea schimbărilor climatice, adaptarea, consolidarea

capacităților și aspectele transversale. În calitate de parte la Convenția-cadru a Națiunilor Unite privind schimbările climatice (UNFCCC), Thailanda implementează Acțiunile de atenuare adecvate la nivel național (NAMA), concentrându-se în principal pe sectoarele energiei și transporturilor [7].

Totodată, analiza documentelor a relevat că, deși politicile, strategiile și planurile climatice naționale ale Thailandei recunosc impactul schimbărilor climatice asupra populațiilor sărace și vulnerabile, în special asupra persoanelor în vârstă și a săracilor din mediul rural din sectorul agricol, există o discrepanță între obiectivele politicilor și liniile directoare de implementare în ceea ce privește reducerea sărăciei, reducerea inegalităților și promovarea egalității de gen în contextul schimbărilor climatice. Dimensiunea umană în politicile și planurile Thailandei privind schimbările climatice nu este bine definită. Sunt necesare definiții și criterii clare pentru grupurile vulnerabile și strategii/indicatori clari pentru a reduce impactul negativ asupra acestora [11].

Combinată cu schimbările climatice, dependența Thailandei de resursele naturale și biodiversitate amenință eforturile de conservare. Susceptibilitatea țării la dezastre naturale exacerbează vulnerabilitatea economică, inclusiv în sectorul agricol. În plus,

Thailanda este al zecelea cel mai mare contribuitor la deșeurile marine, iar carantina impusă în urma pandemiei a dus la o creștere a poluării cu plastic. Ambiția țării de a realiza o economie cu emisii reduse de carbon ar putea fi amenințată de devierea resurselor către producția economică în sprijinul redresării după pandemie [7]. Totodată, Thailanda subliniază elementele cheie ale unei acțiuni climatice robuste printr-o abordare echilibrată: maximizarea ambiției naționale, protejarea oamenilor, ecosistemului, naturii, vieților și mijloacelor de trai, promovarea obiectivelor de dezvoltare durabilă.

Politica familială a Thailandei se concentrează pe consolidarea familiilor prin intermediul centrelor sociale, pune accent pe protecțiile legale prin Codul Civil și Comercial (care acoperă căsătoria, divorțul, custodia, adopția, moștenirea). Legislația promovează incluziunea, gestionând în același timp probleme precum fertilitatea prin politici de sănătate, dar și egalitatea de gen și incriminarea discriminării bazate pe gen (Gender Equality Act B.E. 2558 (2015),) ș.a. Aspectele cheie includ drepturile părintești, bunăstarea copilului în temeiul Legii privind protecția copilului și recunoașterea înregistrării căsătoriei ca fiind esențială pentru recunoașterea legală, instanțele

judecătorești decizând custodia pe baza interesului superior al copilului. Politicile sunt axate pe: consolidarea unităților familiale ca element fundamental pentru societate, protejarea femeilor și a copiilor, inclusiv de violență; promovarea egalității de gen și a incluziunii (de exemplu, egalitatea în căsătorie); gestionarea ratelor de fertilitate și a sănătății familiei. În același timp, în pofida existenței diferitor politici și practici prietenoase familiei [10], acestea nu conțin conexiuni explicite cu schimbările climatice. În prezent, dincolo de exemple pozitive, există o aliniere limitată între agenda economiei verzi și politicile de ocupare a forței de muncă [9] și politicile familiale.

### **Constatări generale:**

*La nivel de politici, strategii și planuri:* Republica Moldova și Thailanda au stabilit aranjamente instituționale, au dezvoltat un cadru de politici cuprinzător și au implementat un sistem MRV intern pentru a aborda schimbările climatice. Deși schimbările climatice sunt recunoscute ca o problemă importantă la nivel de politici, cadrul de politici privind familia nu reflectă aspectele schimbărilor climatice și aspectele de reziliență relevante. Majoritatea programelor și proiectelor formulate pentru depunerea bugetară în Thailanda nu țin cont atât de dimensiunea

schimbărilor climatice, cât și de dimensiunea socială de gen [11] (și familie). Drept exemplu pozitiv poate servi experiența Moldovei de includere a dimensiunilor de gen și sociale în analiza vulnerabilității unor sectoare la schimbările climatice [8].

*Mecanisme instituționale:* Deși schimbările climatice sunt tratate ca o problemă semnificativă la nivel de politici și planificare, acestea sunt, în general, neuniform integrate în activitatea funcțională a majorității agențiilor. Mecanismul de coordonare intersectorială a adaptării la schimbările climatice nu este operaționalizat [11; 15]. Deseori, în ambele țări, coordonarea instituțională este limitată, structurile responsabile de schimbările climatice, politicile sociale (de suport a familiilor), egalitatea de gen și prevenirea discriminării și violenței, angajarea în câmpul muncii funcționează paralel, fiind necesară o abordare intersectorială mai strânsă.

*Ațiuni climatice:* În pofida recunoașterii importanței schimbărilor climatice la nivel de politici, este necesară asigurarea implementării durabile a acestora, instituționalizarea bunelor practici cu resurse adecvate. Prevalența activităților legate de mitigarea și adaptarea la schimbările climatice susținute din

fonduri internaționale, insuficiența unei bugetări integrate afectează durabilitatea și eficiența acestora.

Pentru ambele țări sunt cruciale câteva momente în sprijinirea transformării Thailandei și Republicii Moldova: creșterea conservării și rezilienței biodiversității și un mediu propice pentru a sprijini o dezvoltare economică verde, circulară, incluzivă, sensibilă la gen și cu emisii reduse de carbon. Trebuie acordată atenție legăturilor dintre dezvoltarea umană și creșterea economică, drepturile omului și protecția mediului.

*Dimensiuni sociale:* În ambele țări, dincolo de progrese, răspunsul guvernelor la dezastre este preponderent reactiv, intervenind mai frecvent atunci când se produc dezastre, în locul prevenirii în mod proactiv. Această insecuritate descurajează părinții să aibă copii și scade și mai mult fertilitatea. Dezvoltarea inegală exacerbează decalajul social și economic dintre zonele urbane și cele rurale. Zona rurală rămâne subdezvoltată, bazându-se pe practici agricole tradiționale (deseori depășite și ineficiente). Fermierii în vârstă, care au în grijă nepoții în timp ce părinții caută salarii mai mari în orașe/zonile industrializate (Thailanda, Moldova) și peste hotare (Moldova), continuă să ducă viața tipică a locuitorilor de la țară.

Totodată, se conturează decalaj social semnificativ în raport cu TIC, copiii din mediul rural având oportunități mai reduse comparativ cu omologii lor din mediul urban, care utilizează tehnologii avansate pentru învățare și trai de la o vârstă fragedă. Dezastrele intermitente împiedică socializarea, afectând relațiile umane dintre membrii familiei și colegi.

O lată problemă socială este legată de îmbătrânirea populației. În Thailanda, cei care locuiesc în zonele rurale sunt mai puțin vulnerabili, deoarece capitalul social rămâne robust. Cu toate acestea, persoanele în vârstă cu adevărat vulnerabile care locuiesc singure sunt cele din zonele suburbane, unde facilitățile esențiale sunt slab dezvoltate, iar capitalul social este limitat [2]. În Moldova, persoanele în vârstă cu adevărat vulnerabile care locuiesc singure sunt cele din zonele rurale, unde facilitățile esențiale sunt subdezvoltate, iar capitalul social este limitat. Societatea super-îmbătrânită, proiectată în 2040 în Thailanda și în 2050 proiectată în Moldova, va avea un număr mare de persoane în vârstă care locuiesc singure.

Ceea ce fac schimbările climatice este să exacerbeze impactul asupra altor factori economici și politici mai tradiționali ai migrației. De exemplu, în Thailanda se implementează acțiuni

care urmăresc reunirea familiilor separate de migrația cauzată de schimbările climatice [18]. Deși migrația internă din zonele rurale către cele urbane persistă, odată cu utilizarea platformele digitale pentru asigurarea traiului, situația cu încetul se îmbunătățește.

În pofida eforturilor legate de asigurarea securității societății pe diferite dimensiuni corelate cu alte sectoare (socială, de sănătate, educație, ordine publică, angajare în câmpul muncii), cuplurile tinere rămân ezitante să aibă mai mulți copii, nesigure de viitoarele dezastre.

### **Recomandări:**

La nivel de politici, este necesară asigurarea conexiunii dintre politicile de sprijinire a familiei (sănătatea reproductivă, dezvoltarea copilului, acces la locuri de muncă verzi flexibile și bine plătite) cu acțiunile climatice (ODD) pentru beneficii sinergice. Se impune sprijinirea familiei ca agenți activi: împuternicirea familiilor ca actori ai schimbării prin resurse, educație și implicarea lor în co-crearea de politici în comun. Respectiv, sunt necesare politici sensibile la copii și prietenoase familiei; recunoscând familiile ca agenți cheie pentru dezvoltarea durabilă, corelând bunăstarea socială cu sănătatea mediului.

Măsurile și politicile guvernamentale, care acoperă toate sectoarele, ar trebui să sublinieze diversitatea tot mai mare din cadrul societății. Este imperativ ca aceste politici să adopte abordări favorabile familiei, încurajând membrii familiei să locuiască împreună și să se sprijine reciproc. Respectiv, sunt necesare stimulente pentru a descuraja dispersarea unităților familiale. Acest lucru poate fi realizat prin promovarea educației de calitate în toate localitățile. Totodată, în timp ce în Thailanda această schimbare strategică își propune să limiteze migrația populației apte de muncă din provinciile și regiunile lor de origine, reducând necesitatea de a trimite copiii în centre urbane mai mari pentru învățământul superior, în Moldova se merge pe altă cale – optimizarea școlilor și concentrarea lor în comunități mai mare (fiind o provocare pentru comunități mai mici).

Politicile guvernamentale trebuie să abordeze inegalitatea de gen în ceea ce privește statutul socio-economic și responsabilitățile legate de munca de îngrijire. *Munca de îngrijire este muncă climatică.* Criza climatică va amplifica nevoia de îngrijire a copiilor, persoanelor vârstnice și cu dizabilități și alte îngrijiri domestice în cadrul familiilor și comunităților, ca răspuns la impactul în creștere asupra sănătății și modului de trai, iar

această activitate este esențială pentru a face față impacturilor climatice curente și viitoare.

Abordarea fenomenului familiilor cu ”generații omise”, care continuă să crească, deoarece copiii rămân cu bunicii, în timp ce părinții își caută de lucru în centrele urbane or peste hotare. Legăturile familiale slăbesc, deoarece relațiile sunt menținute în principal prin intermediul platformelor online. Persoanele trebuie să rămână vigilente în ceea ce privește igiena și sănătatea pentru a preveni potențialele pandemii, iar familiile să lucreze activ pentru a se proteja împotriva amenințărilor de mediu, cum ar fi schimbările climatice și poluarea. Aceste măsuri proactive se bazează în mare măsură pe finanțarea personală, cu un ajutor guvernamental minim, ceea ce pune o povară financiară considerabilă asupra gospodăriilor. Această presiune financiară exacerbează și mai mult inegalitatea, deoarece costurile afectează în mod disproporționat familiile cu venituri mici, influențând ratele de fertilitate și amplificând provocările de mediu cu care se confruntă generațiile viitoare [2].

Membrii familiei au nevoie de educație și îndrumare în vederea gestionării cu grijă a dezastrelor viitoare anticipate, care se așteaptă să apară în diverse forme și mai frecvent. Protecția

împotriva bolilor, pandemiilor și dezastrelor legate de climă poate implica costuri semnificative, dar este esențială pentru menținerea unui aspect de normalitate în viață.

### **Bibliografie:**

1. Bronfenbrenner, U., & Morris, P. (2007). The bioecological model of human development. In W. Damon, R. M. Lerner, & R. M. Lerner (Eds.), Handbook of child psychology.  
<https://doi.org/10.1002/9780470147658.chpsy0114>
2. Bhubate Samutachak. Future Scenarios for Thai Families in 2040. Thai Families 2040 – IPSR Mahidol University  
<https://social.desa.un.org/sites/default/files/Paper%20Bhubate%20Samutachak.pdf>
3. CEDAW/C/GC/37 General recommendation No. 37 (2018) on the gender-related dimensions of disaster risk reduction in the context of climate change.  
<https://digitallibrary.un.org/record/1626306?ln=ru&v=pdf>
4. CE REPREZINTĂ PROGRAMUL „FAMILIA”? MMPS, 2024  
<https://social.gov.md/wp-content/uploads/2024/01/Familie-1.pdf>
5. Climate change and noncommunicable diseases: connections. WHO, 2023 <https://www.who.int/news/item/02-11-2023-climate-change-and-noncommunicable-diseases-connections>
6. COD Nr. 1316 din 26-10-2000 CODUL FAMILIEI (cu modificările ulterioare)  
[https://www.legis.md/cautare/getResults?doc\\_id=145543&lang=ro#](https://www.legis.md/cautare/getResults?doc_id=145543&lang=ro#)
7. COUNTRY PROGRAMME DOCUMENT FOR THE KINGDOM OF THAILAND, 2022-2026, UNDP  
[https://www.undp.org/sites/g/files/zskgke326/files/2022-06/220608\\_Country%20programme\\_ENG\\_digital%20version\\_V\\_23\\_0.pdf](https://www.undp.org/sites/g/files/zskgke326/files/2022-06/220608_Country%20programme_ENG_digital%20version_V_23_0.pdf)

**Conferința științifico-practică**  
*„PERSPECTIVELE DE REZILIENȚĂ A FAMILIEI ÎN CONTEXTUL  
SCHIMBĂRILOR CLIMATICE”*

8. DUBAN, E., BODRUG-LUNGU, V., GANEA, E., National gender profile of agriculture and rural livelihoods – The Republic of Moldova. Country Gender Assessment Series – Europe and Central Asia. Budapest: Food and Agriculture Organization of the United Nations, 2022. – 118 p. ISSN 2710-1622 <https://doi.org/10.4060/cb9555en>
9. Green jobs and just transition policy readiness assessment in Thailand. ILO Brief, 2023.  
<https://unece.org/sites/default/files/2023-08/ILO%20Report%20-%20Green%20jobs%20and%20just%20transition%20policy%20readiness%20assessment%20in%20Thailand.pdf>
10. FAMILY-FRIENDLY POLICIES AND PRACTICES IN THAILAND'S PRIVATE SECTOR. UNICEF, 2022  
<https://www.unicef.org/thailand/media/8361/file/Friend-Friendly%20Policies%20and%20Practices%20in%20Thailand's%20Private%20Sector%20EN.pdf>
11. INTEGRATING CLIMATE CHANGE (CC), GENDER, AND SOCIAL INCLUSION (GSI) INTO PLANNING AND BUDGETING IN THAILAND. UNDP, 2023  
[https://www.undp.org/sites/g/files/zskgke326/files/2023-03/UNDP\\_CC-GSI%20Handbook\\_Eng\\_Final.pdf](https://www.undp.org/sites/g/files/zskgke326/files/2023-03/UNDP_CC-GSI%20Handbook_Eng_Final.pdf)
12. Moldova Notă specială: Vulnerabilitatea Moldovei în fața dezastrelor naturale și a riscurilor climatice. World Bank, 2021  
<https://thedocs.worldbank.org/en/doc/7bf12b95f10a3daf7b570718b2100e15-0080012021/related/MEU-DRM-Special-Topic-May-2021-FINAL-rom-Copy.pdf>
13. Raport anual de progress privind implementarea Programului național de adaptare la schimbările climatice până în anul 2030, pentru anul 2024  
<https://mediu.gov.md/sites/default/files/Documente%20atasate%20Advance%20Pagines/Raport%20de%20progres%202024.pdf>
14. Thailand Country Programme on Climate Change (2nd Edition). GREEN CLIMATE FUND, 2024.

- <https://www.dcce.go.th/wp-content/uploads/2025/03/Thailand-Country-Programme-on-Climate-Change-2nd-Edition-2024.pdf>
15. <https://mediu.gov.md/ro/content/3911>
  16. <https://www.worldbank.org/ext/en/country/moldova>
  17. <https://www.undp.org/ro/moldova/projects/finalizat-comunitati-durabile-si-reziliente-la-schimbari-climatice-prin-abilitarea-femeilor-etapa-1>
  18. <https://www.sei.org/about-sei/press-room/thailand-climate-change-driven-migration/>

*This research was supported by a Marie Curie Research and Innovation Staff Exchange scheme within the H2020 Programme (grant acronym: LABOUR, no: 101007766)*

**Date despre autoare:**

**Valentina BODRUG-LUNGU**, Universitatea de Stat din Moldova

E-mail: [valbodrug@mail.ru](mailto:valbodrug@mail.ru)

ORCID: 0000-0002-2957-2796

**Otilia DANDARA**, Universitatea de Stat din Moldova

E-mail: [otilia.dandara@usm.md](mailto:otilia.dandara@usm.md)

ORCID:

**Waraporn CHATRATICHART**, Chulalongkorn University, Thailand

E-mail: [waraporn.cha@chula.ac.th](mailto:waraporn.cha@chula.ac.th)