



ANXIETATEA ÎN PREADOLESCENȚĂ: CARACTERISTICI ȘI MECANISME EXPLICATIVE ANXIETY IN PREADOLESCENCE: CHARACTERISTICS AND EXPLICATIVE MECHANISM

Racu Iulia, conferențiar universitar, doctor în psihologie, Facultatea de Psihologie și Psihopedagogie Specială, Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău

CZU: 159.942.5-053.4

Rezumat

Articolul prezintă demersul experimental al anxietății la preadolescenți. Cercetarea a cuprins un eșantion de 320 de preadolescenți (151 preadolescenți și 169 preadolescente) cu vârsta cuprinsă între 10 și 15 ani. Caracteristicile și mecanismele evidențiate ne permite să conceptualizăm integrativ anxietatea în această etapă de dezvoltare prin prisma: abordării de vârstă, de gen, a tipurilor de anxietate, a factorilor determinanți ai acesteia și a trăsăturilor de personalitate definitorii preadolescenților cu anxietate.

Cuvinte-cheie: anxietate, tipurile de anxietate, factori psihosociali, factori individuali, trăsături de personalitate, vârsta preadolescentă.

Abstract

Article presents the results of experimental research of anxiety at preadolescents. The research included 320 preadolescents (151 boys and 169 girls) aged between 10 and 15 years. The underlined characteristics and mechanism allows us to conceptualize in preadolescence integrally anxiety through age, gender approach, types of anxiety, factors of anxiety and personality traits of preadolescents with anxiety.

Key-words: anxiety, types of anxiety, psychosocial factors, individual factors, personality trait, preadolescence.

Anxietatea poate fi definită fie ca o stare relaționată de anumite circumstanțe sau situații limitate în timp care este caracteristică fiecărui individ, fie ca o trăsătură stabilă de personalitate care se manifestă constant și nu depinde de circumstanțele și situațiile cotidiene, este o predispoziție individuală de a răspunde cu anxietate [4].

Abordarea și examinarea cursului ontogenetic al anxietății prezintă că anxietatea se întâlnește încă din primul an de viață al copilului, iar tipurile de manifestare ale anxietății se modifică de la o vârstă la alta. Preadolescenții trăiesc anxietatea produsă de modificările fizice, dezvoltarea identității, comunicarea și relațiile pe care le au cu părinții, semenii, colegii și preadolescenții de sex opus [1, 2, 3, 6, 7, 8, 9, 10].

Anxietatea trăită de preadolescenți produce multiple schimbări în organismul celui care o resimte, precum și are ca consecințe: inhibarea comportamentului, subminarea resurselor proprii, scăderea capacității de învățare, a productivității activității, dificultăți în comunicare și a funcționării sociale [4]. Mai mult de atât la preadolescenții cu anxietate, adesea, se evidențiază și alte probleme de sănătate emoțională și comportamentale: tulburări de deficit de atenție, hiperactivitate și depresie, etc. [4].



În concordanță cu cele expuse vom investiga integrativ anxietatea la preadolescenți prin prisma elucidării următoarelor: manifestarea anxietății (anxietății – stare, anxietății – trăsătură) la preadolescenți de diferit gen și vârstă, caracteristicile anxietății școlare la preadolescenți și preadolescente de diferită vârstă, factorii ce condiționează anxietatea în preadolescență și trăsăturile de personalitate la preadolescenții cu nivel ridicat de anxietate.

Eșantionul de cercetare a cuprins **320 de preadolescenți** cu vârsta cuprinsă între 10 și 15 ani. Distribuția eșantionului după criteriul gen și vârstă pot fi vizualizate în tabelul 1 și 2.

Tabelul 1. Distribuția preadolescenților în dependență de gen

Vârsta	Băieți	Fete
Preadolescenții	151	169

Tabelul 2. Distribuția preadolescenților în dependență de vârstă

Vârsta	Numărul de copii	
Preadolescenții	10 ani	24
	11 ani	61
	12 ani	61
	13 ani	46
	14 ani	70
	15 ani	58

Demersul integrativ al anxietății la preadolescenți a fost realizat prin administrarea următoarelor teste, inventare și chestionare: *Scala de manifestare a anxietății la copii*, *Scala de manifestare a anxietății Taylor*, *Inventarul de expresie a anxietății ca stare și ca trăsătură*, *Tehnica de diagnosticare a nivelului anxietății școlare Phillips*, *Testul Desenul familiei*, *Tehnica de studiere a autoaprecierii la preadolescenți Дембо-Рубинштейн (variante A. Прихожан)*, *Testul de studiere a încrederii în sine (B. Ромек)*, *Chestionarul pentru copii CPQ și Chestionarul 16 PF Cattell (Forma C)*.

Rezultatele studiului anxietății la preadolescenți ne oferă posibilitatea să formulăm următoarele constatări prin care fundamentăm caracteristicile și mecanismele esențiale ale acesteia:

Datele arată o incidență ridicată a anxietății în preadolescență. Anxietatea provoacă la preadolescenți: bătăi puternice de inimă, respirație superficială, tremurături și transpirație, convingeri pesimiste și îngrijorări, o stare emoțională de alarmă, teamă, tendință de a percepe lumea ca amenințătoare, timiditate, indecizie și încercare de a controla mediul în care se află.

Diferențele de gen în manifestarea anxietății stabilite la preadolescenți pot fi explicate prin tensiunea psihologică accentuată a preadolescentelor în fața schimbărilor biologice ale pubertății.



Alți factori posibili sunt felul în care sunt socializate fetele și vulnerabilitatea mai mare a acestora la stresul din relațiile sociale.

Preadolescenții de 12 ani, 13 ani, 14 ani și 15 ani prezintă anxietate mai ridicată comparativ cu preadolescenții de 10 ani și cei de 11 ani. La 12 ani anxietatea preadolescenților este generată de noutatea creșterii și a schimbărilor fizice și a modificării locului și rolului preadolescentului în familie, școală și comunitate. Anxietatea preadolescenților de 13 ani este condiționată de manifestarea crizei pubertane. Dezvoltarea intensă a conștiinței de sine, creșterea aspirațiilor de independență, de autonomie duc la o serie de trăiri nu întotdeauna pozitive: furie, negativism, agresivitate și anxietate. Perioada preadolescenței ce cuprinde vârstele de 14 și 15 ani este un prag de tranziție, stresant și tumultuos spre adolescență ce cuprinde o serie de caracteristici specifice, un ansamblu de modificări biologice, psihice și sociale. Schimbările enunțate accentuează neliniștea, tensiunile, frământările, agitația și anxietatea.

Odată cu anxietatea, preadolescenții trăiesc AS. AS este o condiție temporară însoțită de neliniște, senzații somatice neplăcute și îngrijorare și este determinată de anumite contexte specifice (în cazul nostru situația de testare). Preadolescentele prezintă AS mai ridicată decât preadolescenții. Dezvoltarea AS la preadolescente depinde de atenția și neliniștea sporită cu referire la cum vor fi evaluate și apreciate răspunsurile lor, precum și ce părere se va forma despre ele. AS ridicată este mai proeminentă la preadolescenții de 12 ani, 13 ani, 14 ani și cei de 15 ani.

Un element nou pentru preadolescență este faptul că începând cu această etapă de dezvoltare pe lângă AS observăm AT. AT este o caracteristică de personalitate, preadolescenții care trăiesc stările de anxietate la un nivel mai intens, pe durate mai lungi de timp și într-o arie mai largă de circumstanțe. Preadolescentele prezintă AT mai ridicată. Predominanța AT la preadolescente este condiționată de numărul mare de anxietăți, neliniști, temeri și frici caracteristice fetelor în etapele premergătoare de dezvoltare. Vom consemna aici și delicatețea preadolescentelor în fața dimensiunilor psihosociale și individuale care cauzează anxietatea. AT accentuată prevalează la preadolescenții de 11 ani, 12 ani, 13 ani și cei de 15 ani. Cadrul definitoriu al AS și AT accentuate la preadolescenții mai mari cuprinde implicațiile caracteristicilor și schimbărilor de vârstă și de gen.

Preadolescenții prezintă și AȘ. AȘ întâlnită la preadolescenți este explicată prin: trecerea de la învățământul primar la cel gimnazial, a obișnuirii cu mai mulți profesori, și stiluri de predare diferite, cu mai multe discipline școlare și a vehiculării unor informații tot mai bogate și mai abstracte. Aceasta implică un efort sporit și ritmic din partea preadolescentului, pe care acesta nu este dispus să îl facă, de aici posibil și apariția AȘ.



Preadolescentele trăiesc mai intens AȘ. Preadolescentele au o responsabilitate crescută față de activitatea de învățare, profesori, sarcini, exigențe, teme, teste și afirmarea propriului potențial. Toate acestea, împreună cu așteptările diferențiate ale profesorilor și dezaprobarea grupului de semeni pot condiționa AȘ a acestora.

AȘ ridicată este proeminentă la preadolescenții de 11 ani și cei de 14 și 15 ani. AȘ trăită de preadolescenții de 11 ani poate fi asociată cu modificările ce survin ca consecință a trecerii la ciclul gimnazial, iar cea manifestată de preadolescenții de 14 și 15 ani cu solicitările tot mai intense a școlii și volumul mare de informații în contextul susținerii examenelor și probelor de evaluare de încheiere a ciclului gimnazial.

În preadolescență factori importanți ce condiționează AȘ sunt preponderent cei individuali (rezistența fiziologică joasă la stres și frica de situațiile de verificare a cunoștințelor) fiind urmați de cei psihosociali (problemele și temerile în relațiile cu profesorii). La preadolescenți o corelată nouă în dezvoltarea AȘ sunt problemele și temerile în relațiile cu profesorii. Patternurile evidențiate sunt legate de schimbările ce survin în preadolescență în activitatea de învățare, precum și în dezvoltarea psihosocială a preadolescenților. Profesorii specializați pe discipline, profunzimea și extinderea conținuturilor învățării, amplificarea pretențiilor de libertate și independență favorizează apariția discuțiilor divergente și a disensiunilor în relațiile dintre profesori și elevi.

Factorii ce determină AȘ la preadolescenți sunt: rezistența fiziologică joasă la stres, problemele și temerile în relațiile cu profesorii și frica de situațiile de verificare a cunoștințelor. Pentru preadolescente observăm că dezvoltarea AȘ este asociată cu factorii: rezistența fiziologică joasă la stres, frica de situațiile de verificare a cunoștințelor și frica de autoafirmare.

Tabloul AȘ la preadolescenții de diferită vârstă este conturat preponderent de factorii: la preadolescenții de 10 ani – frica de situațiile de verificare a cunoștințelor, rezistența fiziologică joasă la stres și problemele și temerile în relațiile cu profesorii, la preadolescenții de 11 ani – frica de autoafirmare, frica de situațiile de verificare a cunoștințelor și rezistența fiziologică joasă la stres, la 12 ani – rezistența fiziologică joasă la stres, frica de situațiile de verificare a cunoștințelor și problemele și temerile în relațiile cu profesorii, la preadolescenții de 13 ani – rezistența fiziologică joasă la stres, frica de autoafirmare și frica de situațiile de verificare a cunoștințelor. La preadolescenții de 14 ani descoperim implicațiile rezistenței fiziologice joase la stres, fricii de autoafirmare și problemele și temerile în relațiile cu profesorii în AȘ. La 15 ani AȘ este condiționată de prezența factorilor: rezistența fiziologică joasă la stres, frica de situațiile de verificare a cunoștințelor și problemele și temerile în relațiile cu profesorii.



Rezultatele pentru AȘ sunt similare cu cele pentru anxietate, AS, și AT.

Anxietatea în preadolescență nu se poate explica, decât prin cunoașterea sistemului de factori psihosociali (componența familiei, climatul familial) și individuali (autoaprecierea, încrederea în sine, curajul social și inițierea contactelor sociale) ce acționează în strânsă legătură și intercondiționare reciprocă.

Considerăm familia temporar dezintegrată și familia monoparentală drept surse ale anxietății în preadolescență. Consemnăm și preadolescenți din familii complete cu anxietate ridicată. Tabloul conturat ne permite să afirmăm că nu doar componența familiei este sursa anxietății în preadolescență.

Preadolescenții sunt sensibili la atmosfera psihologică din familie. O situație socială de dezvoltare nefavorabilă și dezavantajoasă impregnată de lipsa dragostei, de antipatie, dușmănie, neacceptare, neîncredere, neînțelegere reciprocă între soți, de relații afective și spirituale marcate de emoții negative, de instabilitate, de o atmosferă de frică, de tensiune, îngrijorare, încordare, insecuritate și stres determină statornicirea anxietății în preadolescență.

În afara contextului familial, în preadolescență, surse ale anxietății țin de transformările în conținutul conștiinței de sine (autoaprecierea, încrederea în sine) și de experiența de comunicare a preadolescentului cu semenii și grupul de referință.

Producerea profundelor transformări în planul dezvoltării elementelor centrale ale conștiinței de sine conturează tabloul psihologic al preadolescentului. Perceperea și evaluarea propriilor capacități, aptitudini, trăsături fizice și de caracter, emoții, sentimente, gânduri și judecăți permite inițierea formării imaginii de sine. În preadolescență autoaprecierea și încrederea în sine sunt lipsite de precizie, schimbătoare, nestatornice și de multe ori negative. Astfel de particularități ale autoaprecierii și încrederii în sine au un impact asupra stării emoționale a preadolescentului generând nemulțumire, agresivitate, neliniște sufletească, temeri și anxietate.

Respingerea și dezaprobarea preadolescentului, interrelaționarea distantă, rezervată și neprietenoasă dintre colegi, limitarea sau lipsa comunicării în colectivul de elevi duc la închiderea, retragerea și însingurarea preadolescentului. Izolarea preadolescentului statornicește trăirea sentimentelor de sensibilitate, neliniște, susceptibilitate, neîncredere, insecuritate și anxietate evidentă.

Trăsăturile de personalitate caracteristice preadolescenților cu vârsta cuprinsă între 10 și 12 ani cu anxietate ridicată sunt: factorul A: *schizotimie* – *ciclotimie*, factorul C: *instabilitate emoțională* – *stabilitate emoțională*, factorul F: *expansivitate* – *nonexpansivitate*, factorul G *supraeu slab* – *forța*



supraeului, factorul H: *timiditatea* – îndrăzneala, factorul I *raționalitate* – afecțiuni și factorul Q4: tensiune ergică slabă și *tensiune ergică puternică*. Concomitent cu trăsăturile de personalitate de mai sus la preadolescenții cu vârsta între 13 și 15 ani vom mai adăuga și apariția asocierii cu factorul E *supunere* – dominanță, factorul L *atitudine încrezătoare* – *suspiciune*, factorul Q *încredere* – *tendință spre culpabilitate* și factorul Q2 *atitudinea de dependență* – independență față de grup.

Identificarea trăsăturilor de personalitate oferă fundamentul pentru reliefarea portretului psihologic al preadolescentului cu anxietate care vine să completeze exhaustiv conceptualizarea generală a anxietății.

Abordarea holistică a anxietății ne-a permis să elaborăm portretul psihologic al preadolescenților cu anxietate [5]. Anxietatea în preadolescență se intensifică pe fondul contextului exterior cât și a modificărilor biologice și psihosociale ce se produc în această etapă a dezvoltării. Preadolescentele demonstrează o anxietate mai proeminentă comparativ cu preadolescenții. Preadolescenții dau dovadă de AS în situația de testare. Nou pentru preadolescență este faptul că anxietatea are un caracter interiorizat intrapsihic, devenind trăsătură stabilă de personalitate. În plus preadolescenții experimentează AȘ. AȘ este determinată de modificări în sistemul educațional și a extinderii cunoștințelor care devin din ce în ce mai complexe, precum și necesitatea depunerii unui efort sporit. Experiențele care favorizează anxietatea țin de factorii psihosociali: componența familiei (familia temporar dezintegrată și familia monoparentală) și atmosfera familială negativă plină de dezechilibre emoționale, dezaprobare, tensiune, conflicte și ostilitate între membrii familiei, și factorii individuali: componentele personalității (autoaprecierea și încrederea în sine fragmentare, nestatornicie, deseori și o interrelaționare rezervată, distantă și neprietenoasă dintre colegi și semeni în preadolescență). Preadolescenții cu anxietate se caracterizează prin trăsături cum ar fi: rezervă, rigiditate, încordare, frustrare, agitație, iritare, surmenaj, caracter emotiv, dependență și imaturitate afectivă, nestatornicie, impresionabilitate, sensibilitate, prudență excesivă, timiditate, atitudine timorată, sentimente de inferioritate, neîncredere în forțele proprii, exprimare nesigură și reținută, sensibilitate exagerată, necesitatea aprobării grupului, supunere și modestie.

BIBLIOGRAFIE

1. ECKERSLEYD, J. *Copilul anxios. Adolescentul anxios*. tr. de B. Chircea. Prahova: Antet XX Press. 2005. 111 p. ISBN 973-636-195-0.
2. PAPALIA, D., WENDKOS OLDS, S., DUSKIN FIELDMAN, R. *Dezvoltarea umană*. tr. de A. Mîndrilă-Sonetto. București: TREI. 2010. 644 p. ISBN 978-973-707-414-0.



3. PETROVĂI, D. *Tulburările de anxietate la copii și adolescenți. Ghid de psihoeducație pentru profesioniști din domeniul sănătății*. București: Speed Promotion. 2009. 104 p. ISBN 978-973-8942-78-3.
4. RACU, IU. *Psihologia anxietății la copii și adolescenți*. Chișinău: UPS „Ion Creangă”. 2020. 331 p. ISBN 978-9975-46-433-8.
5. RACU, IU. Manifestarea și evoluția anxietății la copii și adolescenți în contextul noilor realități sociale. În : *Revista Psihologie Pedagogie Specială Asistență Socială*. Nr.3 (60). Chișinău: UPS „Ion Creangă”. 2020. p.74 – 82. ISSN 1857-0224.
6. STĂNCULEANU, D. *Aproape întotdeauna, în preajma unui copil cu anxietate vom descoperi rapid un adult semnificativ care se confruntă cu dificultăți similare [citată pe 1.07.20]*. Disponibil pe <https://republica.ro/psihologul-diana-stanculeanu-zaproape-intotdeauna-in-preajma-unui-copil-cu-anxietate-vom-descoperi-rapid>
7. VERZA, E., VERZA, F.. *Psihologia copilului*. București: TREI. 2017. 556 p. ISBN 978-606-40-0237-2.
8. ПРИХОЖАН, А. *Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст*. 2-е изд. Санкт – Петербург: Питер. 2007. 192 с. ISBN 978-5-469-01499-7.
9. ПРИХОЖАН, А. *Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика*. Воронеж: НПО МОДЭК. 2000. 304 с. ISBN 5-89502-089-5.
10. *Тревога и тревожность*. Хрестоматия. Сост. и общая ред. В. Астапова. Москва: ПЕР СЭ. 2008. 240 с. ISBN 978-5-9292-0167-7