

UNIVERSITATEA PEDAGOGICĂ DE STAT „ION CREANGĂ” DIN CHIȘINĂU
ȘCOALA DOCTORALĂ DE PSIHOLOGIE

Cu titlu de manuscris

C.Z.U: 159.923(043.2)

MOCANU MARIA NICOLETA

**IMPACTUL MECANISMELOR DE COPING ASUPRA PROFILULUI DE
PERSONALITATE LA VÂRSTA ADULTĂ**

Specialitatea: 511.02 - Psihologia dezvoltării și psihologia educațională

Rezumatul tezei de doctor în psihologie

CHIȘINĂU, 2025

Teza a fost elaborată în cadrul Școlii Doctorale de Psihologie din Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă”.

Componența Comisiei de susținere publică a tezei de doctorat:

Președinte:

OLĂRESCU Valentina, prof. univ., dr. în psihologie, Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău.

Conducător de doctorat:

RACU Igor, profesor universitar, doctor habilitat în psihologie, Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău.

Referenți oficiali:

LOSÎI Elena, conf. univ., dr. în psihologie, catedra de Psihologie UPSC

CUCU CIUHAN Geanina, prof. univ. dr. în psihologie, România

PERJAN Carolina, prof. univ., dr. în psihologie, AIC, Chișinău

Susținerea va avea loc la **27 iunie 2025**, ora **11:00** în ședința Comisiei de doctorat din cadrul Școlii Doctorale de Psihologie din UPSC „Ion Creangă” (str. Ion Creangă, 1, bloc 2, sala Senatului).

Teza de doctor în psihologie și rezumatul pot fi consultate la Biblioteca Științifică a Universității Pedagogice de Stat „Ion Creangă” și pe pagina web a ANACEC (www.anacec.md).

Rezumatul a fost expediat la _____ 2025

Președintele Comisiei de susținere,

OLĂRESCU Valentina, prof. univ., dr. în psihologie, UPS „Ion Creangă”

Conducător de doctorat,

RACU Igor, profesor universitar, doctor habilitat în psihologie

Autor,

MOCANU Maria Nicoleta

CUPRINS

REPERE CONCEPTUALE ALE CERCETĂRII	2
CONȚINUTUL TEZEI	7
CONCLUZII GENERALE ȘI RECOMANDĂRI	23
BIBLIOGRAFIE	26
LISTA LUCRĂRILOR ȘTIINȚIFICE LA TEMA TEZEI	28
ADNOTARE	30
АННОТАЦИЯ	31
ANNOTATION	32

REPERE CONCEPTUALE ALE CERCETĂRII

Actualitatea și importanța problemei abordate. Prezenta lucrare își propune să sublinieze importanța abordării mecanismelor de coping în relație cu trăsăturile de personalitate ale adultului, atât din perspectivă clinică (prin considerarea rolului intervenției de grup în restructurarea mecanismelor de coping și a trăsăturilor de personalitate), dar și din perspectiva organizațională (legătura dintre profilul de personalitate al adultului și coping capătă o deosebită relevanță în contextul deciziei selecției de personal, precum și în cazul asistenței psihologice de-a lungul carierei în mediul organizațional). Stresul reprezintă o realitate a lumii cotidiene și este tratat în literatura de specialitate ca o reacție de adaptare a organismului la mediu. Acesta se prezintă în forme diferite, amenințând nu doar sănătatea mintală, ci și cea fizică prin simptome de tip comportamental sau fizice. Atunci când apare o lipsă de echilibru între presiunea factorilor exteriori și posibilitatea individului de a face față realității apar simptome pe mai multe paliere, precum cele comportamentale dar și simptome fizice. Persistența factorilor declanșatori de stress în contra balans cu strategiile de adaptare (de coping) pot deveni pe termen mediu și lung indicatori de risc pentru somatizări emoționale sau fiziologice.

Tematica tezei doctorale este deosebit de importantă în contextul realității sociale actuale, în care există tot mai multe solicitări și sarcini externe pentru care resursele interne ale personalității adultului nu sunt întotdeauna suficiente pentru a le gestiona. Acest dezechilibru între posibilitățile interne și solicitările externe poate conduce pe termen lung la perturbarea laturii cognitiv – afectiv – conative a individului. Astfel, cercetarea capătă o actualitate practică și teoretică determinată de insuficienta investigare a mecanismelor de coping în relație cu complexitatea profilului de personalitate de la vârsta adultă. La momentul realizării acestei teze nu este suficient studiată legătura mecanismelor de coping cu factorii de personalitate Big Five din modelul alternativ, nu este realizată o analiza factorială în acest sens pentru populația adultă non clinică din România, totodată la nivel de literatură de specialitate din domeniul psihologiei organizaționale nu există studii efectuate în contextul selecției de personal care să prognozeze dezirabilitatea răspunsurilor în cadrul examenului psihologic pe baza mecanismelor de coping. De asemenea, aspectele diferențiale dintre bărbați și femei cu privire la coping, evoluția mecanismelor de coping la vârsta adultă, dar și legătura copingului cu autocontrolul emoțional completează cercetările actuale din domeniu, aducând o notă de înțelegere a acestora în contextul acestei vârste. Lipsa unui program specific de intervenție și asistență psihologică de grup, m-au determinat să aleg această temă în speranța unui aport la nivelul de cercetare și intervenție actual existent.

Descrierea situației în domeniul de cercetare și identificarea problemei de cercetare.

Modalitatea în care copingul a fost abordat și conceptualizat este foarte divers, însă punctul de pornire în studiul acestuia reprezintă un amestec de gânduri și comportamente, așa cum au constatat S. Folkman & R.S. Lazarus [8].

Mai mulți autori au studiat din punct de vedere teoretic și practic mecanismele de coping rezultând o serie de cercetări în domeniul psihologiei pe acest subiect : relația coping - mecanismele de apărare ale adultului - D.I. Crașovan & L.P. Maricuțoiu [4]; relația coping - sănătatea adultului: HIV - M. Acree & C. Bussolari [1], diabet -K.M. Duangdao [5], sau cu starea de sănătate a populației adulte generale – J.A. Penley [17]; relația coping - factori cognitivi / emoționali ai agresivității adolescentului – W. Ayers; C.A. Rose; S.D. Lane; F.C. Lunenburg [2;7;14;15]; relația stres, coping și performanța la locul de muncă – D.I. Crașovan & L.P. Maricuțoiu; M. Jamal; C. Jones; D. Eden [4;11;12;6]; diferențele de gen și coping – D.I. Crașovan; I. Gianakos; K.S. Latha; M.P. Matud; A.J. Rose; V.S. Helgeson [3;9;14;16;18;10].

Deși la momentul actual există studii pentru vârsta adultă care urmăresc relația dintre coping și diferite aspecte ale vieții adultului (sănătate, activitate profesională, factori cognitivi, gen), nici unul nu surprinde în mod aprofundat dinamica relațională dintre coping și personalitate pentru această perioadă de vârstă la care trăsăturile de personalitate sunt deja formate și stabile. Astfel, prezenta cercetare doctorală dorește să completeze nivelul de cunoaștere actual din domeniu prin concentrarea asupra unor aspecte mai puțin elucidate: identificarea mecanismelor de coping pe care adultul le utilizează în scop adaptativ, funcțional la realitatea stressantă; identificarea trăsăturilor de personalitate ale adultului care îi permit acestuia să se adapteze realității cotidiene; modalitatea în care poate fi influențată personalitatea adultului de către mecanismele de coping ale acestuia.

Pornind de la analiza literaturii de specialitate și luând în considerare practica curentă în domeniul psihologiei adulților, am formulat următoarea **problemă de cercetare**: Cum putem optimiza mecanismele de coping corelativ cu trăsăturile de personalitate în etapa adultă?

Direcțiile de soluționare a problemei de cercetare se pot individualiza prin răspunsurile cuprinse la o serie de probleme derivate: Care sunt factorii comuni care se află în spatele variabilelor mecanisme de coping și factorii de personalitate din modelul alternativ cu cinci factori? Care sunt mecanismele de coping predictorii ai impresiei favorabile, ca trăsătură de personalitate în profilul psihologic al adultului? Care este legătura dintre mecanismele de coping și autocontrolul emoțional al adultului, precum și diferențele în funcție de gen? Care este diferența între mecanismele de coping cognitiv -emoționale și comportamentale ale adultului tânăr (22 – 29 ani) și ale adultului de vârstă medie (30 – 50 ani)? Cum putem elabora și implementa un program integrativ de intervenție psihologică având ca obiectiv ameliorarea/ schimbarea strategiilor de

coping și a trăsăturilor de personalitate? Aceste direcții de soluționare a problemei sunt reflectate în ipoteză, scop și obiectivele cercetării întreprinse.

Scopul cercetării a fost de a cerceta și înțelege impactul mecanismelor de coping asupra profilului de personalitate la vârsta adultă și implementarea unui program de intervenție de grup pentru ameliorarea / schimbarea acestora.

Obiectivele care au fost stabilite pentru îndeplinirea scopului mai sus enunțat al cercetării sunt: 1) identificarea factorilor comuni care se află în spatele variabilelor mecanisme de coping și factorii de personalitate din modelul alternativ cu cinci factori (sociabilitate, căutare impulsivă de senzații, activitate, neuroticism – anxietate, agresivitate); 2) identificarea mecanismelor de coping predictor ai impresiei favorabile, ca trăsătură de personalitate în profilul psihologic al adultului; 3) investigarea legăturii dintre mecanismele de coping și autocontrolul emoțional al adultului, precum și diferențele în funcție de gen; 4) studiul diferenței între mecanismele de coping cognitiv-emoționale și comportamentale ale adultului tânăr (22 – 29 ani) și ale adultului de vârstă medie (30 – 50 ani); 5) elaborarea profilului psihologic al adultului; 6) elaborarea și implementarea unui program integrativ de intervenție psihologică având ca obiectiv ameliorarea/ schimbarea strategiilor de coping și a trăsăturilor de personalitate; 7) determinarea eficienței programului integrativ de intervenție psihologică aplicat; 8) formularea recomandărilor psihologice cu caracter practic de optimizare comportamentală, atitudinală și emoțională.

Realizarea acestor obiective a presupus mai multe **etape**:

1. *etapa analitică*, pe parcursul căreia a fost analizată și generalizată literatura științifică privind problema abordată în cercetare, au fost selectate metodele și tehnicile de cercetare și intervenție psihologică;
2. *etapa de constatare*, pe parcursul căreia a fost efectuat experimentul de constatare prin administrarea diferitor metode și tehnici;
3. *etapa de intervenție psihologică de grup*, în care a fost elaborat și implementat un program având ca obiectiv schimbarea mecanismelor de coping disfuncționale și a trăsăturilor de personalitate studiate;
4. *etapa de retestare* - experimentul de control pentru determinarea eficienței programului de intervenție psihologică aplicat, ulterior fiind generalizate și descrise rezultatele obținute.

Ipoteza generală a cercetării enunță că *mecanismele de coping au un impact asupra profilului de personalitate al adultului și printr-un program integrativ de intervenție psihologică putem modifica mecanismele de coping și trăsăturile de personalitate ale adultului.*

Suportul teoretic al cercetării a inclus următoarele: Diversi autori au elaborat o serie de studii teoretice și practice privind stresul și teorii ale copingului precum S. Folkman & R.S. Lazarus [8], D.I. Crașovan & L.P. Maricuțoiu [4], M. Acree & C. Bussolari [1], Duangdao [5], J.A.

Penley [17], W. Ayers; C.A. Rose; S.D. Lane; F.C. Lunenburg [2;7;14;15], D.I. Crașovan & L.P. Maricuțoiu; M. Jamal; C. Jones; D. Eden [4;11;12;6], D.I. Crașovan; I. Gianakos; K.S. Latha; M.P. Matud; A.J. Rose; V.S. Helgeson [3;9;14;16;18;10].

Metodologia cercetării științifice se constituie din metode teoretice - analiza literaturii de specialitate; metode empirice - probe de personalitate –ZKPQ, chestionar de coping cognitiv – emoțional (CERQ), scala de abordare cognitiv strategică a copingului (SACS); inventarul de personalitate CPI (California Personality Inventory); metode statistice - calculul frecvențelor (distribuția rezultatelor), mediei (tendința centrală a rezultatelor), testul t pentru eșantioane independente (semnificația diferenței între mediile a două eșantioane distincte), analiza factorială, testul F Levene (de apreciere a omogenității eșantioanelor), testul de corelație Pearson (puterea și sensul corelațiilor instituite între variabilele cercetării), testul U Mann–Whitney, testul Wilcoxon, ANOVA.

Noutatea și originalitatea științifică. Pentru prima dată la nivel national:

- este realizat studiul experimental al profilului de personalitate al adultului corelat cu mecanismele de coping,
- rezultatele cercetării au impact în două specializări psihologice diferite: psihologia organizațională prin studiul impactului mecanismelor de coping asupra profilului de personalitate în diferite contexte organizaționale (evaluare și selecție de personal, asistență psihologică a angajaților), dar și în domeniul clinic prin programul integrativ de intervenție în vederea schimbării strategiilor de coping dezadaptative și învățarea unor strategii adaptative, dar și prin modificarea semnificativă a trăsăturilor de personalitate studiate.
- sunt elaborate recomandări pentru specialiștii din domeniul psihologiei.

Rezultatele obținute contribuie la soluționarea problemei științifice și constau în:

- stabilirea fundamentelor teoretico-aplicative care stau la baza evaluării profilului de personalitate al adultului în relație cu mecanismele de coping;
- psihodiagnosticul personalității și al copingului de la vârsta adultă în elaborarea unui model de intervenție asupra strategiilor de coping și a trăsăturilor de personalitate la adulți;
- elaborarea, implementarea și aprobarea unui program integrativ de intervenție psihologică în vederea ameliorării / schimbării strategiilor de coping dezadaptative și a dezvoltării unor strategii adaptative, corelativ cu trăsăturile de personalitate ale adultului.

Semnificația teoretică. Rezultatele investigației reprezintă un aport de informații cu privire la cunoașterea particularităților de personalitate în raport cu mecanismele de coping la vârsta adultă. Programul integrativ de intervenție poate constitui reper metodologic pentru psihologii clinicieni și psihoterapeuți în desfășurarea intervenției care vizează ameliorarea copingului și a trăsăturilor de personalitate, dar și pentru psihologii organizaționali pentru

acordarea asistenței psihologice individuale și de grup în cazul constatării unor disfuncționalități prin analiza de climat organizațional realizată la nivelul instituției / a grupelor de muncă.

Valoarea aplicativă a lucrării constă în:

- programul integrativ de intervenție psihologică elaborat, implementat și validat reprezintă un protocol de intervenție în vederea ameliorării strategiilor de coping;
- programul integrativ de intervenție psihologică este necesar și practicienilor care activează în specializarea psihologia muncii și organizațională, pentru acordarea asistenței psihologice de grup;
- metodele selectate și propuse sunt utile la identificarea modurilor de coping specifice adulților, fără tulburări de personalitate, contribuind la clarificări de ordin metodologic și practic;
- rezultatele teoretice și practice pot constitui repere fundamentale în lucrări metodologice pentru specialiștii din domeniul sănătății mintale (psihologi, medici, asistenți sociali, psihopedagogi).

Rezultatele științifice principale înaintate spre susținere sunt următoarele:

- există 7 *factori principali* care explică relația între mecanismele de coping cognitiv emoțional, comportamentale și factorii de personalitate Big Five;
- există mecanisme de coping cognitiv emoțional și mecanisme de coping comportamentale care sunt predictorii ai impresiei favorabile;
- există o diferență semnificativă statistic între bărbați și femei în ceea ce privește autocontrolul, iar mecanismele de coping asociate autocontrolului emoțional sunt diferite în funcție de gen;
- o parte dintre mecanismele de coping rămân constante pe parcursul vârstei adulte (până la 50 de ani), iar o parte dintre mecanismele de coping sunt diferite în funcție de nișa de vârstă adultă;
- prin implementarea unui program integrativ de intervenție psihologică au fost modificate toate mecanismele de coping cognitiv emoțional și comportamentale, precum și trăsăturile de personalitate studiate.

Implementarea rezultatelor științifice: Conceptualizarea planului de intervenție și materialele rezultate sunt utilizate în procesul de formare continuă a psihologilor din domeniul clinic prin diseminarea informațiilor în cadrul volumelor conferințelor, workshopuri de formare profesională continuă, dar sunt și îndrumar pentru psihologii care desfășoară activități specifice de evaluare a personalității, atât la nivel clinic, cât și pentru selecția și recrutarea de personal în organizații. De asemenea, aspectele conceptuale și de cercetare sunt valorificate în cadrul disciplinelor Psihologia dezvoltării; Psihodiagnoza și statistică psihologică din cadrul U.P.S. „Ion Creangă”.

Aprobarea și implementarea rezultatelor cercetării. Rezultatele cercetării au fost aprobate în cadrul ședințelor Școlii doctorale de Psihologie, Catedrei de Psihologie a U.P.S. „Ion

Creangă” din Chișinău, la conferințe științifice organizate în cadrul U.P.S. “Ion Creangă” și în cadrul unor seminare, workshop-uri organizate în instituții educaționale, în reviste științifice și conferințe și Școli de vară din România

Publicații la tema tezei. Rezultatele cercetării din această lucrare au fost publicate în 15 lucrări științifice de specialitate, din cadrul conferințelor și a revistelor științifice și 2 rezumate.

Sumarul compartimentelor tezei. Teza este constituită din adnotări în trei limbi (română, engleză și rusă), lista abrevierilor, lista tabelelor, lista figurilor, introducere, trei capitole, concluzii generale și recomandări, bibliografie din 248 titluri, 5 anexe, 140 pagini de text de bază, 35 figuri și 11 tabele.

Cuvinte cheie: mecanisme de coping, trăsături de personalitate, reziliență, atașament, neuroștiință, program integrativ, vârsta adultă, psihoterapie, psihologie organizațională.

CONȚINUTUL TEZEI

În *Introducere* sunt prezentate actualitatea și importanța temei cercetării, gradul de cercetare a problemei, scopul și obiectivele cercetării, problema științifică importantă soluționată, noutatea științifică a rezultatelor înregistrate, importanța teoretică și valoarea aplicativă a lucrării, este expus modul de implementare a rezultatelor, alături de modalitatea de aprobare a rezultatelor cercetării.

În *Capitolul I*, cu titlul *Perspective teoretico-științifice în cercetarea mecanismelor de coping și a trăsăturilor de personalitate de la vârsta adultă* sunt abordate: mecanismele de coping în perspectivă teoretică, studiul actual al teoriilor personalității, relația copingului cu atașamentul și reziliență, neuroștiința autoreglajului emoțional, aceste subcapitole fiind importante pentru dezvoltarea capitolului III din prezenta lucrare și anume programul integrativ de intervenție psihologică. Coping-ul este un concept care traduce realitatea psihologică a persoanei de a pendula între adversitate și adaptare, combină fiziologia stresului și a trăsăturilor bazale de personalitate, implicând coordonarea emoției, comportamentului, atenției, motivației și cunoașterii către adaptare. Modalitatea prin care părinții răspund nevoilor primare ale copilului și comportamentelor asociate atașamentului codifică cele mai noi și cele mai puternice modele de adaptare la reguli în creierul uman. Cele mai fragede strategii de coping devin codate și stabilesc circuitul nostru neuronal până la vârsta de 12 până la 18 ani. Atașamentul timpuriu are rol semnificativ în dezvoltarea cortexului prefrontal și astfel creierul nu doar că învață strategii de reziliență și coping de la alte persoane, ci și dezvoltă strategii proprii pe care le va utiliza ulterior în relația sinelui cu ceilalți.

În *Capitolul II* intitulat *Cercetarea experimentală a mecanismelor de coping și a trăsăturilor de personalitate de la vârsta adultă* sunt prezentate rezultatele cercetării

experimentale constatative, scopul, obiectivele, ipotezele și metodologia cercetării. Sunt descrise pe scurt instrumentele de cercetare utilizate, prezentate caracteristicile lotului investigat (260 de adulți, 130 de bărbați și 130 de femei, populație non – clinică din România, cu vârsta între 22 – 50 ani, design-ul cercetării experimentale constatative, rezultatele cercetării experimentale și concluziile.

Scopul cercetării experimentale constatative se centrează pe impactul mecanismelor de coping cognitiv emoțional și comportamentale asupra profilului de personalitate de la vârsta adultă.

Obiectivele cercetării constatative sunt următoarele:

Obiectivul general: Identificarea mecanismelor de coping care au o influență asupra profilului de personalitate de la vârsta adultă.

Obiective specifice: 1. Identificarea factorilor comuni care se află în spatele variabilelor mecanisme de coping și factorii de personalitate din modelul alternativ cu cinci factori (sociabilitate, căutare impulsivă de senzații, activitate, neuroticism – anxietate, agresivitate), denumirea factorilor comuni, precum și reducerea numărului de variabile din cercetarea ipotezei; 2. Identificarea mecanismelor de coping predictor ai impresiei favorabile, ca trăsătură de personalitate în profilul psihologic al adultului; 3. Investigarea legăturii dintre mecanismele de coping și autocontrolul emoțional al adultului, precum și diferențele în funcție de gen; 4. Studiul diferenței între mecanismele de coping cognitiv -emoționale și comportamentale ale adultului tânăr (22 – 29 ani) și ale adultului de vârstă medie (30 – 50 ani); 5. Elaborarea profilului psihologic al adultului.

Pornind de la scopul și obiectivele prezentate formulăm următoarea **ipoteză generală pentru studiul experimental:** *se prezumă că mecanismele de coping au un impact asupra profilului de personalitate al adultului.*

Ipoteza generală a studiului experimental a permis avansarea următoarelor **ipoteze operaționale:**

Ipoteza 1. *Presupunem că variabilele coping cognitiv emoțional, coping comportamental și factorii de personalitate Big Five din modelul alternativ au factori comuni / variabile latente comune.*

Ipoteza 2. *Presupunem că există mecanisme de coping cognitiv emoționale și comportamentale care sunt predictor ai impresiei favorabile la vârsta adultă.*

Ipoteza 3. *Presupunem că există o diferență între bărbați și femei în ceea ce privește autocontrolul, iar mecanismele de coping care sunt în legătură cu autocontrolul diferă în funcție de gen.*

Ipoteza 4. *Presupunem că există o diferență între mecanismele de coping cognitiv-emoțional și comportamental ale adultului tânăr (22 – 29 ani) și adultului de vârstă medie (30 – 50 ani).*

Variabilele cercetării experimentale sunt de două tipuri: variabile independente și variabile dependente.

Variabile independente sunt: mecanisme de coping cognitiv – emoționale: autoculpabilizare, acceptare, ruminare, refocalizare pozitivă, refocalizare pe planificare, reevaluare pozitivă, punerea în perspectivă, catastrofarea, culpabilizarea celorlalți; mecanisme de coping comportamentale (abordare strategică a copingului): acțiune asertivă, relaționare socială, căutarea suportului social, acțiune prudentă, acțiune instinctivă, evitare, acțiune indirectă, acțiune antisocială, acțiune agresivă.

Variabile dependente sunt: caracteristicile temperamentale ale trăsăturilor de personalitate: sociabilitate, căutare impulsivă de senzații, activitate, neuroticism – anxietate, agresivitate – ostilitate; dimensiuni ale personalității: autocontrolul emoțional și impresia bună; nivelul vârstei adulte (adult tânăr, adult de vârstă medie și tardiv).

Instrumente utilizate: Pentru realizarea cercetării experimentale am utilizat un număr de patru instrumente: trei chestionare, două pentru evaluarea copingului (CERQ și SACS), unul pentru evaluarea personalității (ZKPQ), precum și un inventar de personalitate (CPI).

Rezultatele cercetării experimentale:

Ipoteza 1. Presupunem că variabilele coping cognitiv emoțional, coping comportamental și factorii de personalitate Big Five din modelul alternativ au factori comuni / variabile latente comune.

În vederea evaluării factorilor comuni ai mecanismelor de coping cognitiv emoționale, a celor comportamentale și a factorilor de personalitate Big Five din modelul alternativ am aplicat chestionarele de personalitate CERQ, SACS și ZKPQ, având drept obiective: reducerea complexității datelor (din cele 23 de variabile scopul este reducerea lor la un număr de factori comuni); determinarea factorilor comuni care se află în spatele variabilelor.

Pentru a verifica dacă există variabile latente între mecanismele de coping și trăsăturile de personalitate din modelul Big Five alternativ am calculat valoarea testului Bartlett de Sfericitate (1,356E3, Sig=0,0001). Acesta este suficient de mic pentru a concluziona că există o puternică relație între date. Aceste valori, indică prezența unuia sau mai multor factori comuni ceea ce motivează aplicarea unei proceduri de reducere factorială, reprezentată de metoda analizei principalelor componente.

Din figura 1 reiese faptul că pentru valoarea Eigen > 1 rezultă 7 componente / factori. Valorile proprii pentru toate componentele principale, obținute aplicând metoda ACP, sunt reprezentate grafic într-o secvență de factori principali. Numărul factorilor este ales acolo unde nivelele graficului prezintă un șablon descrescător liniar. Figura de mai jos, sugerează existența unei soluții cu șapte factori, de vreme ce valorile proprii prezintă o scădere liniară.

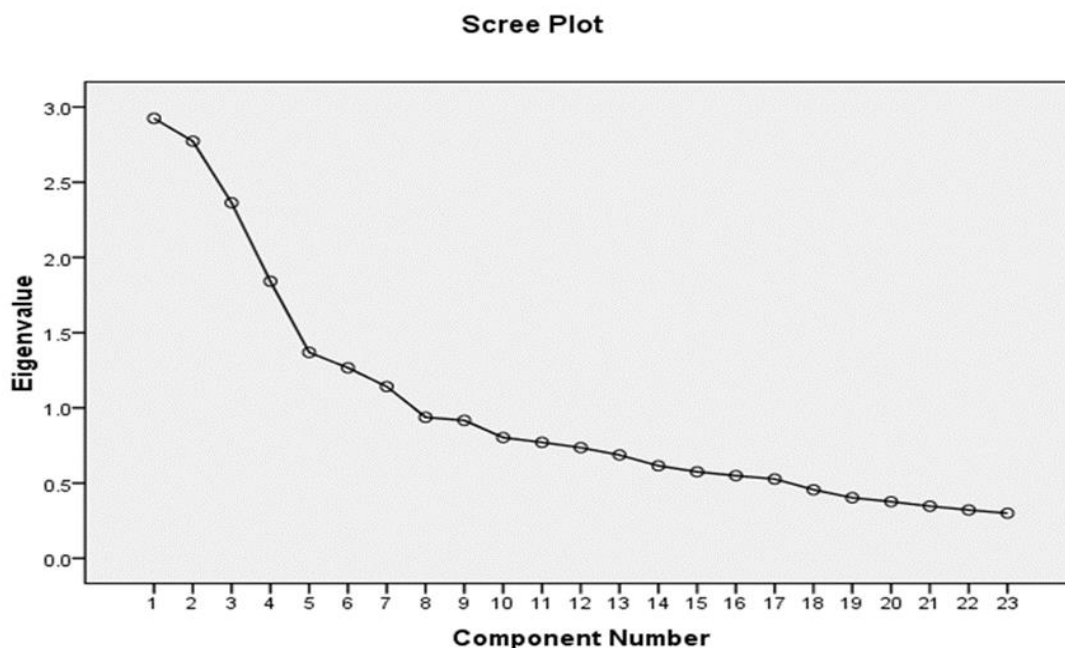


Figura 1. Reprezentarea grafică a numărului de componente/factori care depășesc valoarea Eigen 1

Varianța explicată de fiecare factor este distribuită astfel: primul factor 12,71%, al doilea factor 12,055%, al treilea factor 10,27%, al patrulea factor 8,005%, al cincilea factor 5,95%, al șaselea factor 5,50%, al șaptelea factor 4,96%. În ceea ce privește rotația încărcăturii sumelor pătrate aceasta prezintă valorile pentru cei șapte factori după aplicarea procedurii de rotație. Astfel, poate fi observată o redistribuire a varianței explicate de către fiecare factor: primul factor 10,997%, al doilea factor 10,033%, al treilea factor 9,432%, al patrulea factor 7,462%, al cincilea factor 7,444%, al șaselea factor 7,406%, al șaptelea factor 6,695 %.

Conform matricei factorilor rotați, au fost identificați un număr de **7 factori principali**, subfactorii rotați fiind în corelație semnificativă cu factorul principal (r cuprins între 0,313 și 0,811). În ceea ce privește comunalitatea, adică caracterul comun al unei variabile care este comună cu varianța altor variabile, majoritatea variabilelor sunt bine reprezentate de către modelul factorial folosit. Comunalitatea este semnificativă statistic, variind între medie (0,441) și ridicată (0,716).

În urma cercetării ipotezei se constată relevanța a 7 factori principali care explică relația între cele 23 de variabile (mecanisme de coping cognitiv emoțional, comportamental și factorii de personalitate Big Five): indicator antisocial; indicator prosocial; indicator labilitate emoțională; indicator gândire ambivalentă; indicator pesimism; indicator de optimism; indicator de atașament.

Ipoteza 2: Presupunem că există mecanisme de coping cognitiv emoționale și comportamentale care sunt predictorii ai impresiei favorabile la vârsta adultă.

În vederea evaluării predictorilor mecanismelor de coping cognitiv emoționale, a celor comportamentale și a impresiei favorabile am aplicat chestionarele de personalitate CERQ, SACS și inventarul de personalitate CPI, având obiective: măsura influenței pe care o au anumite variabilele independente (mecanismele de coping) asupra variabilei dependente (impresia favorabilă – good impression); predicția unei variabile dependente (impresia favorabilă – good impression) prin intermediul mai multor variabile independente (mecanismele de coping); formularea ecuației de predicție.

Conform rezumatului modelului celor 9 variabile independente, R^2 ajustat este 0,246, ceea ce semnifică că 24,6% variabilele covariază: variabila dependentă (imaginea favorabilă) și variabilele independente (mecanisme de coping cognitiv emoționale: reevaluare pozitivă, ruminare, culpabilitate și mecanisme de coping comportamentale: acțiune instinctuală, relaționare, agresivitate, suport). Testul Durbin Watson, având o valoare de 1,808 (este cuprins între 1,5 – 2,5) ne indică faptul că nivelul corelațiilor seriale este mediu – scăzut.

Testul ANOVA este semnificativ pentru pragul de semnificație $p = 0,0002$, $F=13,089$ și numărul de grade de libertate (df) fiind 7. Având în vedere că pragul de semnificație $p < 0,001$ înseamnă că cel puțin două medii diferă înalt semnificativ. În cazul de față, din tabelul sumar ANOVA reiese că media intergrup are 7 df (grade de libertate). În tabelul lui F valoarea corespunzătoare gradelor de libertate 7 este cuprinsă între 5,59 și 12,25, F obținut este mai mare decât valoarea lui F tabelar, ceea ce înseamnă că raportul F obținut este semnificativ statistic, deci există diferențe între medii.

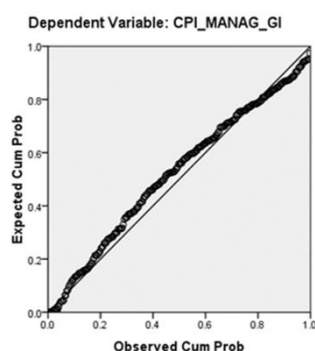
Coeficienții Beta sunt semnificativi statistic ($p = 0,0001 - 0,04$), iar corelația parțială dintre o variabilă independentă cu variabila dependentă, prin excluderea celorlalte variabile independente este cuprinsă între -0,111 și 0,222. Având în vedere că deja cunoaștem coeficienții Beta standardizați pentru variabilele independente reținute, precum și constanta putem acum să realizăm predicția multivariată construind ecuația de regresie lineară multiplă:

$$y = 0,240*a - 0,185*b - 0,168*c + 0,249*d - 0,203*e - 0,139*f - 0,116*g + 30,762$$

Unde: a, b, c, d, e, f, g sunt variabilele independente (mecanismele de coping), iar y este variabila dependentă.

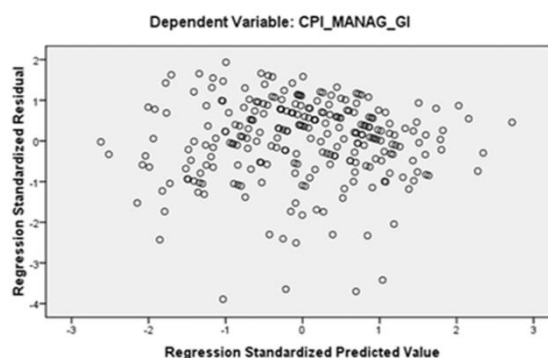
Din figura 2.A reiese normalitatea dispersiei valorilor reziduale deoarece punctele se întind de-a lungul diagonalei de 45° (dreapta de regresie) și foarte aproape de ea, cu mici deviații. Din figura 2.B reiese că punctele din norul de puncte din figură se pot considera într-o regiune de tip bandă orizontală ceea ce nu contrazice normalitatea erorilor. Distribuția punctelor nu arată nici o abatere de la normalitate și nici o încălcare a faptului că erorile au aceeași dispersie constantă.

Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual



A

Scatterplot



B

Figura 2. Dreapta de regresie (stânga)- A și norul de puncte (dreapta)-B

Având în vedere că variabila dependentă (impresia favorabilă – good impression) este prognozată prin intermediul unor variabile independente (mecanisme de coping), atât cognitiv - emoționale cât și comportamentale, putem afirma că ipoteza cercetării este confirmată, mecanismele de coping cognitiv, emoțional și comportamental sunt predictorii ai impresiei favorabile la vârsta adultă.

Ipoteza 3: *Presupunem că există o diferență între bărbați și femei în ceea ce privește autocontrolul, iar mecanismele de coping care sunt în legătură cu autocontrolul diferă în funcție de gen.*

În vederea evaluării predictorilor mecanismelor de coping cognitiv emoționale, a celor comportamentale și a autocontrolului emoțional am aplicat chestionarele de personalitate CERQ, SACS și inventarul de personalitate CPI, având ca *obiective*: identificarea legăturii între coping și autocontrolul emoțional în funcție de gen; studiul diferenței autocontrolului emoțional în funcție de genul persoanei.

Având în vedere prima parte a ipotezei și anume comparația autocontrolului în funcție de genul persoanei, reținem faptul că media pentru această variabilă dependentă, între bărbați și femei are valori apropiate, însă este mai ridicată în cazul femeilor ($B = 30,5846$; $F = 31,9846$).

Pentru a stabili dacă diferența dintre cele două medii obținute pentru bărbați și femei este semnificativă din punct de vedere statistic, am aplicat testul T pentru eșantioane independente (bărbați – femei). Rezultatele ne indică faptul că între femei și bărbați există o diferență semnificativă statistic în ceea ce privește autocontrolul (t pentru egalitatea varianței asumate are valoarea $-2,770$, gradele de libertate 258 , iar pragul de semnificație este $p < 0,05$), deci diferența este semnificativă statistic între femei și bărbați.

În ceea ce privește cea de a doua parte a ipotezei, legătura mecanismelor de coping cu autocontrolul, se constată atât în cazul bărbaților, cât și în cazul femeilor o legătură medie între coping și autocontrol, astfel cum rezultă din analiza coeficienților de corelație Pearson din tabelul 1.

Tabelul 1 Coeficienții de corelație Pearson pentru coping – autocontrol

Genul	Coping	Corelație autocontrol
Feminin	CERQ catastrofare	-0,340**
	SACS acțiune instinctivă	-0,307**
	SACS acțiune indirectă	-0,345**
	SACS agresivitate	-0,353**
Masculin	SACS acțiune antisocială	-0,380**
	SACS agresivitate	-0,303**

** p = 0,0001

Din tabelul 1 se remarcă o corelație medie și negativă între coping și autocontrol, astfel cu cât persoana manifestă mai puternic mecanismul de coping cu atât autocontrolul este mai scăzut. Pentru femei există atât mecanisme de coping emoționale (catastrofarea $r=-0,340$) cât și comportamentale (acțiune instinctivă $r=-0,307$, acțiune indirectă $r=-0,345$, agresivitate $r=-0,353$) care sunt în relație cu autocontrolul, iar pentru bărbați există doar mecanisme de coping comportamentale care sunt în relație inversă cu autocontrolul emoțional (acțiunea antisocială $r=-0,380$, agresivitatea $r=-0,303$). Din tabelul de corelații se observă că există mecanisme de coping diferite pentru bărbați și femei care se asociază cu autocontrolul fragil, doar un singur mecanism de coping este comun pentru ambele categorii: **comportamentul agresiv** ca mecanism de coping comportamental. Verificând dacă există o diferență în manifestarea acestui comportament comun de coping între bărbați și femei, rezultă faptul că **între bărbați și femei nu există diferențe din punct de vedere statistic în ceea ce privește mecanismul de coping comportamental agresivitate**, valoare lui $t = 1,022$, grade de libertate $df=258$, iar pragul de semnificație $p>0,05$.

Având în vedere că există o diferență semnificativă statistic între bărbați și femei în ceea ce privește autocontrolul, iar mecanismele de coping asociate autocontrolului emoțional sunt diferite în funcție de gen, apreciem că ipoteza cercetării se confirmă.

Ipoteza 4: Presupunem că există o diferență între mecanismele de coping cognitiv - emoționale și comportamentale ale adultului tânăr (22 – 29 ani) și adultului de vârstă medie (30 – 50 ani).

Obiectivele ipotezei sunt: studiul diferențelor între copingul cognitiv emoțional și comportamental între categorii de vârstă ale adultului; identificarea copingului manifest pentru fiecare categorie de vârstă adultă (tânăr și mediu).

Pentru testarea acestei ipoteze am aplicat chestionarele de coping cognitiv emoțional CERQ și cel de coping comportamental SACS, iar grupul a fost subîmpărțit în cele două categorii (adult tânăr $N=152$ și adult de vârstă medie $N= 108$). Mediile între cele două grupuri sunt diferite, iar pentru a stabili dacă diferențele dintre mediile obținute pentru adultul tânăr (22 – 29 ani) și adultul de vârstă medie (30 – 50 ani) sunt semnificative din punct de vedere statistic, am aplicat

testul T pentru eșantioane independente. Rezultatele ne indică faptul că există diferențe semnificative statistic în ceea ce privește mecanismele de coping în funcție de nivelul de vârstă adultă, existând anumite mecanisme de coping care presupun variabilitate de-a lungul perioadei adulte.

După cum se poate observa din tabelul 2 (mediile celor două grupuri), putem constata că pentru cele patru mecanisme de coping cognitive emoționale și cele patru mecanisme de coping comportamentale pentru care s-au înregistrat diferențe între medii semnificative statistic, mediile sunt mai ridicate pentru un anumit grup (adult tânăr sau adult mediu), centralizate prin următorul tabel:

Tabelul 2. Manifestarea mecanismelor de coping în funcție de nivelul de vârstă

CERQ	Media grupului mai ridicată	SACS	Media grupului mai ridicată
<i>Acceptare</i>	1	<i>Acțiune asertivă</i>	1
<i>Ruminare</i>	1	<i>Acțiune instinctivă</i>	2
<i>Refocalizare pozitivă</i>	2	<i>Acțiune indirectă</i>	2
<i>Categorizare</i>	2	<i>Agresivitate</i>	2

1 = adultul tânăr (22 – 29 ani)

2 = adultul de vârstă medie (30 – 50 ani)

Se poate observa faptul că pentru varianțele egale asumate pragul de semnificație este de $p = 0,01 - 0,05$, valoarea lui t = 1,91 - 3,07 , care conduc către constatarea că există mecanisme de coping atât cognitiv emoționale cât și comportamentale care diferă semnificativ între cele două grupuri comparate: mecanisme de coping cognitiv emoționale (acceptarea, ruminarea, refocalizarea pozitivă, catastrofarea) și mecanisme de coping comportamentale (acțiunea asertivă, acțiunea instrumentală, acțiunea independentă, agresivitatea). Astfel, pentru adultul tânăr (22 – 29 ani) mecanismele de coping care sunt mai dezvoltate în raport cu adultul de vârstă medie sunt acceptarea, ruminarea asertivitate, iar pentru adultul de vârstă medie (30 – 50 ani) refocalizare pozitivă, categorizare, agresivitate, acțiune instinctivă și acțiune indirectă. Având în vedere că există mecanisme de coping pentru care s-au înregistrat diferențe semnificative între mediile celor două eșantioane independente (adult tânăr și adult de vârstă medie), concluzionăm că ipoteza este confirmată.

Pornind de la media răspunsurilor participanților la cercetarea experimentală putem contura un **profil psihologic al adultului** în intervalul de vârstă analizat (22-50 ani), cu privire la mecanismele de coping și trăsăturile de personalitate analizate, rezultă faptul că adulții manifestă în general la nivel mediu cele mai multe dintre mecanismele de coping cognitiv emoționale (autoculpabilizare, acceptare, ruminare, refocalizare pozitivă, punere în perspectivă, culpabilizarea celorlalți), la nivel ridicat: refocalizare pe planificare, reevaluare pozitivă și la nivel scăzut: catastrofarea. Pentru mecanismele de coping comportamentale, toate acestea se află la nivel mediu. În ceea ce privește trăsăturile de personalitate: la nivel scăzut întâlnim următoare trăsături de

personalitate: impulsivitate, neuroticism, agresivitate; la nivel mediu : sociabilitatea, impresia favorabilă; la nivel ridicat activitatea și autocontrolul.

Având bază acest profil de personalitate al adultului, precum și rezultatele din cadrul cercetării experimentale, putem continua cu desfășurarea experimentului formativ în scopul de a schimba / ameliora aceste tendințe în capitolul 3.

În *Capitolul III*, cu titlul „*Elaborarea și valorificarea programului integrativ de intervenție psihologică*” sunt expuse strategii și principii ce stau la baza elaborării programului de intervenție psihologică. Sunt delimitate reperele principale ale experimentului formativ: obiectivele, ipoteza și metodologia demersului științific, este prezentată structura programului de intervenție, metodele și tehnicile specifice psihologice utilizate. Sunt evaluate efectele programului psihologic integrativ elaborat și implementat, este stabilită eficiența intervenției formative privind ameliorarea/ schimbarea mecanismelor de coping la vârsta adultă.

Scopul experimentului formativ a fost schimbarea / ameliorarea mecanismelor de coping și a trăsăturilor de personalitate ale adultului printr-un program integrativ de intervenție psihologică, ca urmare a participării la acest program. Acesta are în vedere următoarele aspecte: *ameliorarea mecanismelor de coping disfuncționale ale adultului*: coping cognitiv emoțional - autoculpabilizare, ruminare, catastrofarea, culpabilizarea celorlalți; coping comportamental: acțiune instinctivă, evitare, acțiune indirectă, acțiune antisocială, acțiune agresivă; *dezvoltarea mecanismelor de coping coping cognitiv emoțional* (acceptare, refocalizare pozitivă, refocalizare pe planificare, reevaluare pozitivă, punerea în perspectivă) ; coping comportamental (acțiune asertivă, relaționare socială, căutarea suportului social, acțiune prudentă); *schimbarea la nivel semnificativ a trăsăturilor de personalitate din profilul psihologic de la vârsta adultă*: sociabilitate, căutare impulsivă de senzații, activitate, neuroticism – anxietate, agresivitate – ostilitate, dezirabilitate socială, autocontrolul emoțional, impresia bună.

Obiectivele generale ale experimentului formativ au fost:

1. Elaborarea programului integrativ de intervenție psihologică în scopul influenței pozitive asupra dezvoltării mecanismelor de coping adaptative și a descreșterii semnificative a mecanismelor de coping dezadaptative, precum și a trăsăturilor de personalitate;
2. Realizarea programului cu subiecții din grupul experimental ;
3. Verificarea eficacității programului în cadrul experimentului de control ;
4. Delimitarea concluziilor generale și elaborarea recomandărilor pentru specialiștii din domeniu.

Obiective specifice ale cercetării formative au avut în vedere: dezvoltarea personală prin autocunoastere; depășirea rezistențelor de relaționare și dezvoltarea co-reglării emoționale; explorarea stilului de atașament al adultului; lucrul particularizat pentru fiecare categorie de coping în parte: coping cognitiv, emoțional și comportamental; crearea unui nou pattern funcțional: gând – emoție – comportament – coping; diminuarea copingului disfuncțional și dezvoltarea copingului funcțional; învățarea unor modalități de autoreglare emoțională și diminuare a nivelului de stress.

Variabila independentă a fost însuși *programul integrativ de intervenție psihologică de grup* la care adulții au participat cu scopul diminuării copingului disfuncțional și a dezvoltării copingului funcțional și a trăsăturilor de personalitate.

Variabilele dependente din cadrul programului de intervenție formativ de grup au fost: copingul cognitiv emoțional; copingul comportamental; trăsăturile de personalitate.

Ipoteza experimentului formativ enunță faptul că prin intervenții psihologice special organizate (plan de intervenție de grup) este posibilă diminuarea mecanismelor de coping dezadaptative și dezvoltarea mecanismelor de coping adaptative, precum și modificarea semnificativă a trăsăturilor de personalitate.

Cercetarea formativă a fost realizată cu participarea a 24 de persoane, adulți: 12 de gen masculin și 12 de gen feminin. Media de vârstă a subiecților pentru ambele grupuri este de 29 de ani, cu vârstă minimă de 22 de ani, iar cea maximă 44 ani. *Grupul experimental (GE)* a fost format din 12 adulți (6 B și 6 F). Membri acestui grup au participat la programul de intervenție psihologică de grup, pe o perioadă de 10 luni (perioada mai 2023 – februarie 2024). *Grupul de control (GC)* – este comparabil din punct de vedere statistic (vârstă, gen) cu grupul experimental și a fost format tot din 12 adulți (6 B și 6 F), care însă *nu* au participat la programul de intervenție psihologică de grup.

În figura 3 putem observa designul experimentului formativ ce cuprinde cele două grupuri, experimental și de control, precum și finalitatea programului integrativ de intervenție psihologică, adică schimbările înregistrate pentru grupul experimental cu privire la mecanismele de coping și trăsăturile de personalitate, dar și lipsa schimbărilor pentru grupul de control care nu a participat la programul integrativ de intervenție psihologică.

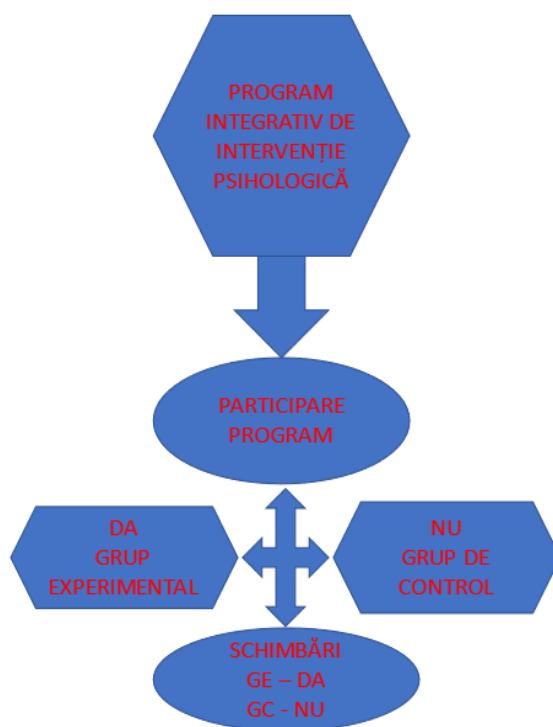


Figura 3. Designul experimentului formativ

Grupurile au fost constituite respectând criteriul *omogenității*: rezultatele obținute la chestionarele de coping și personalitate din experimentul de constatare, respectiv scoruri ridicate pentru mecanismele de coping disfuncționale și scăzute pentru cele funcționale, adaptative, asemenea și pentru trăsăturile de personalitate din modelul Big Five și cele din CPI studiate în experimentul constatativ. Pentru verificarea omogenității, am comparat rezultatele obținute de adulții din grupul experimental cu cele obținute de cei din grupul de control la probele de coping și de personalitate prin intermediul administrării testului neparametric U Mann – Whitney. La compararea rezultatelor la toate testele administrate și pentru toate scalele acestora, nu au fost obținute diferențe statistic semnificative la pragul de semnificație $p < 0,05$.

Criteriile de selecție pentru participarea la grup au fost cele ale apartenenței la categoria de vârstă a adultului (22 – 50 ani); disponibilitatea de a participa la programul formativ timp de 20 de ședințe; motivația pentru a modifica modalitatea de gândire, comportament și simțire.

În scopul realizării obiectivelor generale și specifice din cadrul experimentului formativ am recurs la realizarea a 20 de ședințe de **intervenție psihologică integrativă de grup**, desfășurate timp de aproximativ 2 ore o dată la două săptămâni, prin care au fost antrenate mecanismele de autoreglaj emotional, comportamental și cognitiv, demersul intervențional fiind de tip integrativ, eclectic, după cum poate fi observat în tabelul 3.

Tabelul 3. Demersul intervențional integrativ în lucrul cu mecanismele de coping ale adultului

<i>MODALITĂȚI</i>	<i>MECANISME DE SCHIMBARE</i>	<i>METODE ȘI TEHNICI DE INTERVENȚIE</i>
COGNITIVE	Mindfulness Schimbarea perspectivei Creșterea responsabilității în luarea deciziilor Conștientizarea consecințelor stilurilor de coping	Restructurare cognitivă Lucrul cu părțile personalității Filmul minții (mind movie) – efecte decizii
COMPORTAMENTALE	Conștientizarea impactului stilurilor de coping Oglindirea comportamentului celui alt	Modelare Joc de rol Mișcare Lucrul cu corpul Filmul minții (mind movie) – efecte comportament
EMOȚIONALE	Conectarea cu senzațiile din corp	Tehnici de respirație Imagerie dirijată Antrenarea coerenței inimă – creier

Pentru a evalua eficiența și utilitatea programului de intervenție psihologică am administrat la finalul programului formativ aceleași probe psihologice aplicate inițial: pentru coping SACS și CERQ, iar pentru personalitate ZKPQ și CPI.

Pentru a evalua eficiența programului nostru de intervenție am realizat o analiză comparativă a rezultatelor obținute de adulții din grupul experimental (GE) la testul inițial și retest,

rezultatele adulților din grupul de control (GC) la testul inițial și retest, precum și rezultatele adulților din grupul experimental la retest în comparație cu rezultatele adulților din grupul de control la retest. Această analiză ne va permite să evaluăm impactul programului nostru și să determinăm dacă există diferențe semnificative între grupurile de intervenție și de control în ceea ce privește evoluția rezultatelor pe parcursul timpului.

Prima etapă realizată de noi a fost **compararea rezultatelor subiecților din grupul experimental cu cele ale grupului de control după realizarea experimentului formativ**. În acest scop am administrat testul statistic neparametric U Mann – Whitney. Datele prezentate reflectă impactul intervenției psihologice asupra grupului experimental (GE) și grupului de control (GC). Analiza a fost realizată prin compararea scorurilor obținute la retestarea diferitelor dimensiuni ale copingului și ale trăsăturilor de personalitate.

La unele dintre scalele chestionarului CERQ constatăm o descreștere a rezultatelor cantitative pentru subiecții din grupul experimental, iar la altele o creștere a scorurilor, fapt care ne permite să vorbim despre impactul pozitiv al programului formativ pe care l-am elaborat și realizat. Am reușit să **diminuăm** în mod semnificativ ($p = 0,0001$): *autoculpabilizarea* (GE = 8,88; GC = 16,12), *ruminarea* (GE = 7,33; GC = 17,67), *catastrofarea* (GE = 7,67; GC = 17,33), *culpabilizarea celorlalți* (GE = 9,21; GC = 15,79) și să **creștem** semnificativ în grupul experimental raportat la grupul de control următoarele mecanisme de coping ($p = 0,0001$): *acceptarea* (GE = 16,62; GC = 8,38), *refocalizarea pozitivă* (GE = 17,29; GC = 7,71), *refocalizarea pe planificare* (GE = 16,38; GC = 8,62), *reevaluarea pozitivă* (GE = 16,75; GC = 8,25), *punerea în perspectivă* (GE = 17,67; GC = 7,33), astfel cum reiese din figura 4.

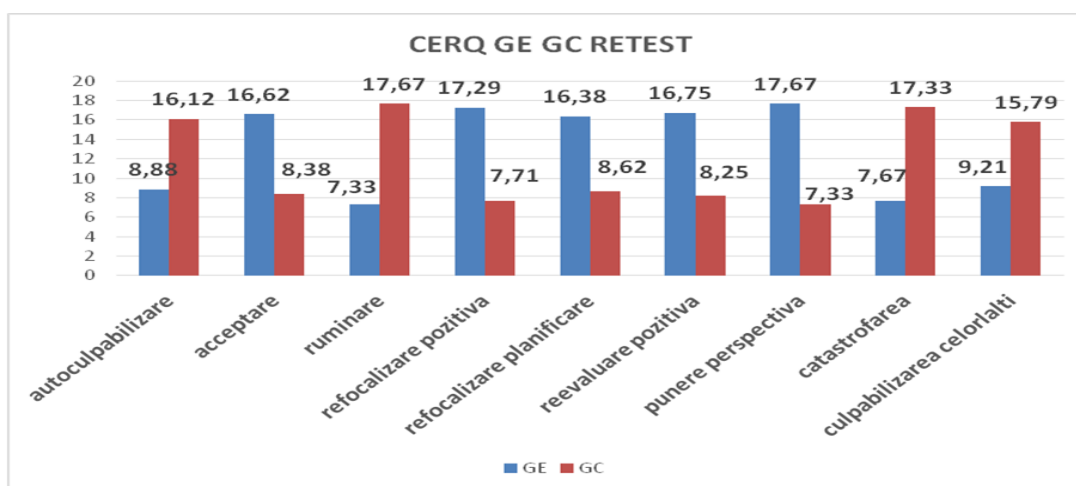


Figura 4. Chestionarul CERQ GE GC Retest

Pentru toate scalele chestionarului SACS am obținut diferențe semnificative pentru subiecții din grupul experimental în comparație cu adulții din grupul de control prin testul U Mann Whitney ($p = 0,0001$). Putem vorbi despre faptul că am reușit, prin intermediul programului formativ să modificăm din valorile cantitative ale subiecților din grupul experimental raportați la

grupul de control, deci să **diminuăm** din mecanismele de coping comportamentale disfuncționale (*căutarea suportului* GE =8,75; GC = 16,25, *acțiunea instinctivă* GE = 6,50, GC = 18,50, *evitarea* GE =6,62; GC = 18,38, *acțiunea antisocială* GE =6,58, GC =18,42, *acțiunea indirectă* GE = 6,79, GC =18,21, *acțiunea agresivă* GE =6,50, GC = 18,50) și să **creștem** mecanismele de coping comportamentale funcționale (*asertivitatea* GE = 18,08; GC =6,92, *relaționarea socială* GE = 16,75; GC =8,25, *acțiunea prudentă* GE =16,92; GC =8,08) studiate prin intermediul chestionarului SACS, astfel cum reiese din figura 5.

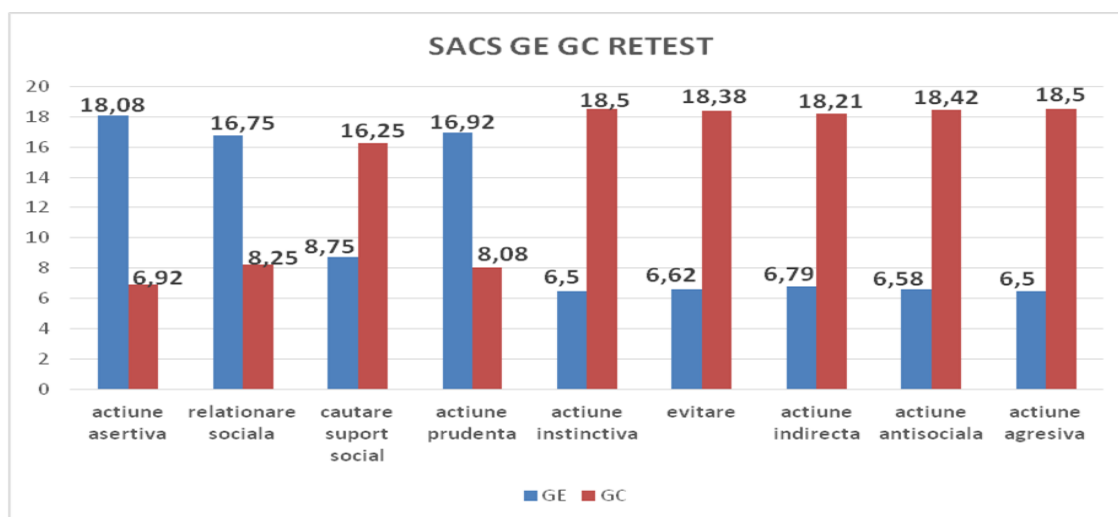


Figura 5. Chestionarul SACS GE GC Retest

La scalele chestionarului ZKPQ constatăm o diferență semnificativă a scorurilor prin testul U Mann Whitney ($p=0,0001$), fapt care ne permite să vorbim despre un impact pozitiv al programului pe care l-am realizat, pentru scalele impulsivitate (GE =7,33; GC =17,67), agresivitate (7,67; GC =17,33), neuroticism anxietate (GE =6,67; GC =18,33) și dezirabilitate (GE = 7,75; GC =17,25) scorurile sunt semnificativ mai mici în grupul experimental decât în grupul de control. Totodată, am reușit să creștem scorurile la sociabilitate (GE = 17,83; GC =7,17) și activitate (GE =16,17; GC =8,83) în grupul experimental, astfel cum reiese din figura 6.

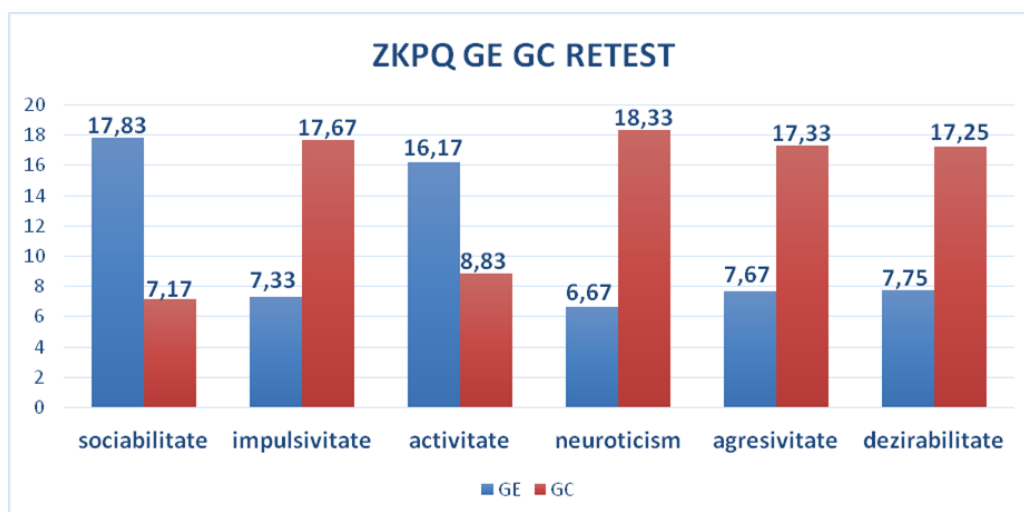


Figura 6. Chestionarul ZKPQ GE GC Retest

Pentru toate scalele dimensiunii managementul de sine din cadrul CPI au fost obținute rezultate mai mari în retest pentru grupul experimental, față de grupul de control, aspect care conduce la concluzia că experimentul a avut un impact favorabil pentru toate aceste trăsături de personalitate. La toate scalele acestei dimensiuni au fost obținute diferențe statistic semnificative în rezultatele subiecților din grupul experimental față de cei din grupul de control, scala responsabilitate GE = 16,21; GC = 8,79 ; scala conformism social GE = 18,08; GC = 6,92; scala autocontrol GE = 18,46; GC = 6,54; scala impresie bună GE = 17,83; GC = 7,17; scala comunalitate GE = 18,08; GC = 6,92 , scala sănătate GE = 15,67; GC = 9,33, scala toleranță GE = 18,50; GC = 6,50, astfel cum poate fi constatat prin testul U Mann Whitney ($p=0,0001$), astfel cum reiese din figura 7.

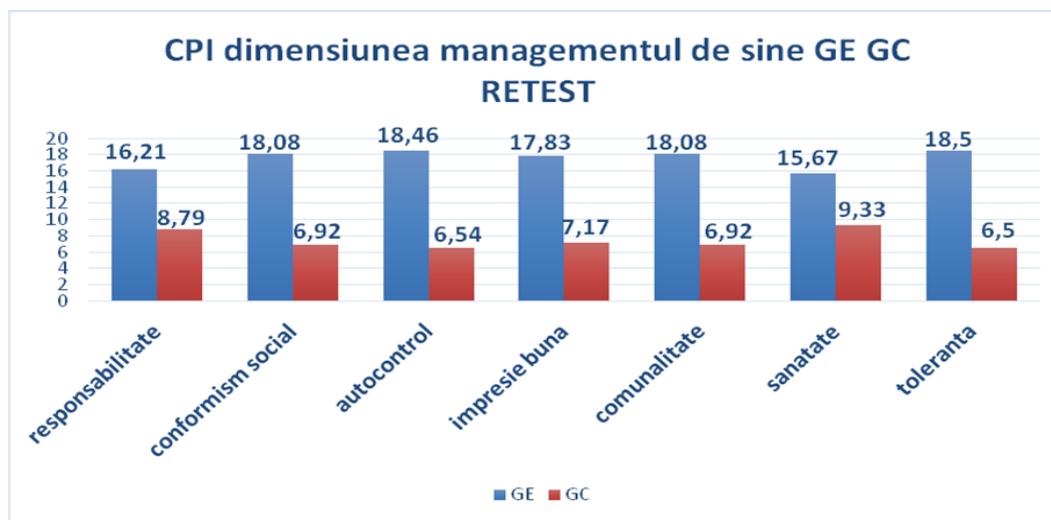


Figura 7. CPI retest GE – GC dimensiunea managementul de sine

Etapa a doua în experimentul formativ se referă la **grupul experimental** și anume rezultatele subiecților din grupul experimental obținute în experimentul de constatare și în cel de control. Această comparație statistică a fost realizată prin intermediul testului statistic neparametric **Wilcoxon (pentru eșantioane perechi)**, obținând diferențe semnificative pentru toate mecanismele de coping și trăsăturile de personalitate. La unele dintre scalele chestionarului de coping cognitiv emotional CERQ constatăm o *descreștere semnificativă* a rezultatelor cantitative pentru subiecții din grupul experimental în post-test (scalele autculpabilizare $W=-1,746$, $p=0,008$, ruminare $W=-3,065$, $p=0,002$, catastrofare $W=-2,445$, $p=0,01$, culpabilizarea celorlalți $W=-2,080$, $p=0,03$), iar la altele o *creștere semnificativă* (acceptare $W=-2,404$, $p=0,01$, refocalizare pozitivă $W=-3,069$, $p=0,002$, refocalizare pe planificare $W=-1,280$, $p=0,02$, reevaluare pozitivă $W=-2,111$, $p=0,03$, punere în perspectivă $W=-2,675$, $p=0,007$), fapt ce ne permite să vorbim despre impactul pozitiv al programului formativ pe care l-am realizat, astfel cum reiese din figura 8.

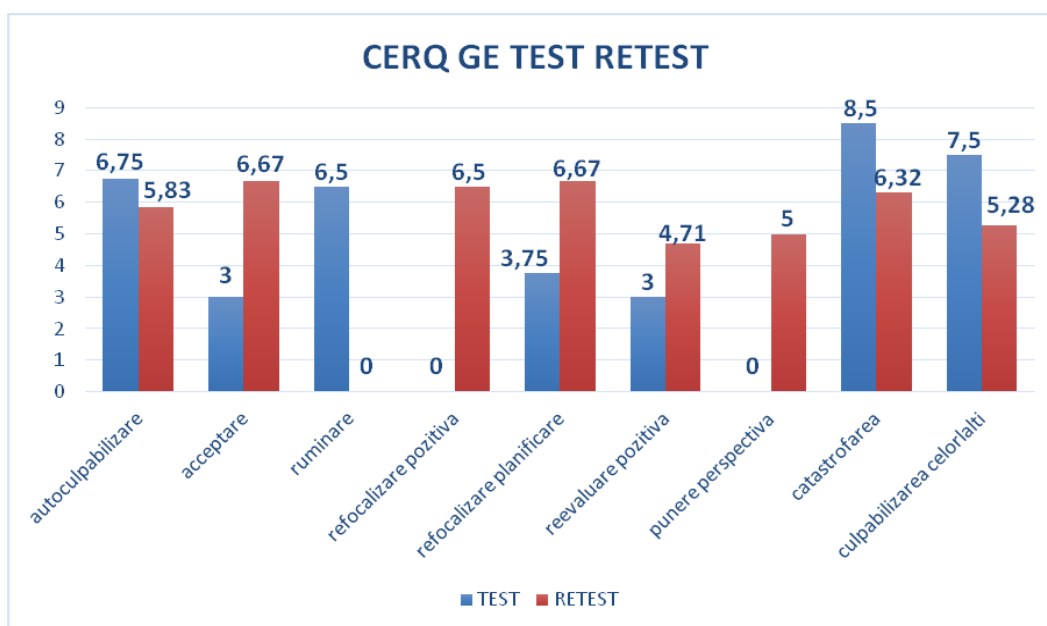


Figura 8. Chestionarul CERQ GE test retest valori medii.

Pentru majoritatea scalelor chestionarului de coping comportamental SACS constatăm o descreștere semnificativă a rezultatelor cantitative pentru subiecții din grupul experimental în post-test (scalele căutarea suportului $W = -2,320$, $p = 0,02$, acțiune impulsivă $W = -3,063$, $p = 0,02$, evitare $W = -3,063$, $p = 0,002$, acțiune indirectă $W = -3,071$, $p = 0,002$, acțiune antisocială $W = -3,062$, $p = 0,002$, acțiune agresivă $W = -3,074$, $p = 0,002$) și o creștere semnificativă a altor scale (asertivitate $W = -3,068$, $p = 0,002$, relaționare socială $W = -2,482$, $p = 0,01$, acțiune prudentă $W = -2,561$, $p = 0,1$), fapt ce ne permite să vorbim despre impactul pozitiv al programului formativ pe care l-am realizat, deoarece toate scalele au fost modificate semnificativ, astfel cum reiese din figura 9.

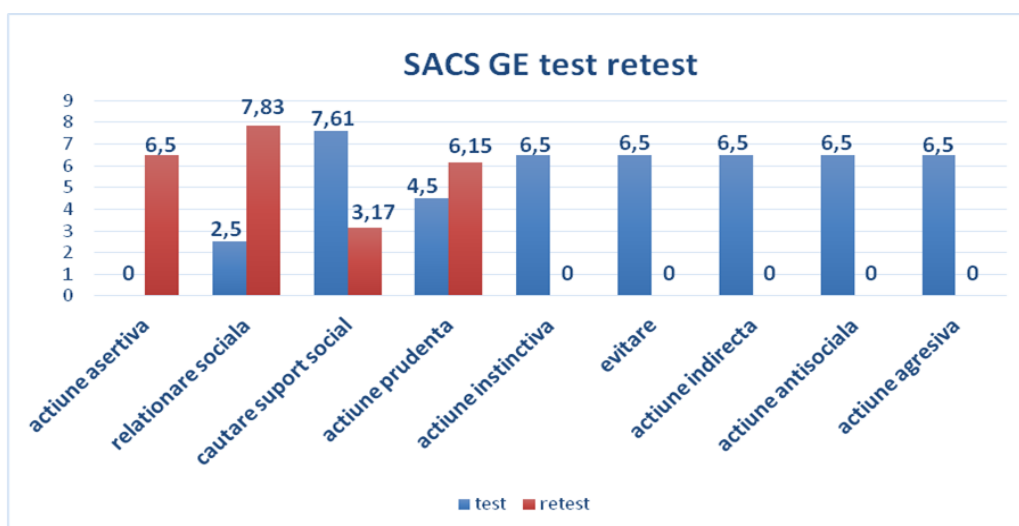


Figura 9. Chestionarul SACS GE test retest valori medii

Pentru o parte dintre scalele chestionarului ZKPQ constatăm o *descreștere semnificativă* a scorurilor pentru subiecții din grupul experimental în post-test (scalele impulsivitate $W = -3,103$,

$p= 0,002$, neuroticism anxietate $W=-2,213$, $p= 0,02$, agresivitate $W=-2,680$, $p= 0,007$, dezirabilitate $W=-2,264$, $p= 0,02$), iar la altele o *creștere semnificativă* a rezultatelor în post-test (sociabilitate $W= -3,071$, $p= 0,002$, activitate $W= -2,655$, $p= 0,008$), astfel cum reiese din figura 10.

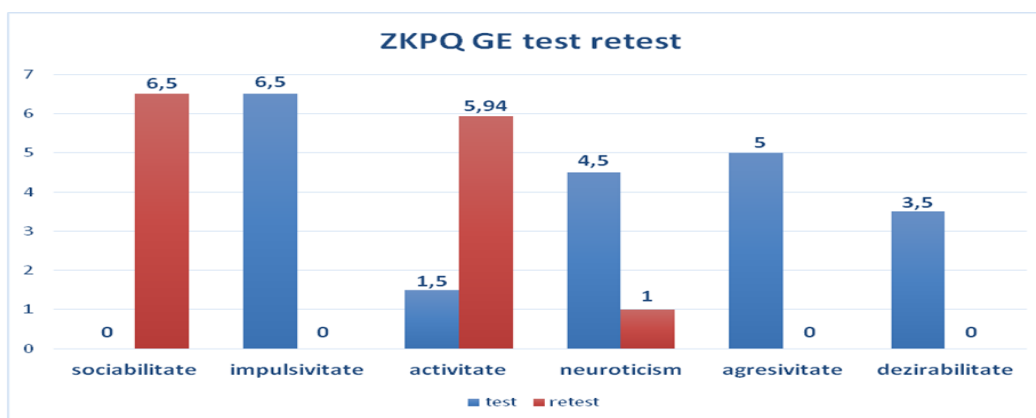


Figura 10. Chestionarul ZKPQ GE test retest valori medii

La toate scalele dimensiunii managementul de sine CPI constatăm o *creștere semnificativă* a rezultatelor cantitative pentru subiecții din grupul experimental în post-test (responsabilitate $W=-1,424$, $p=0,015$; conformism social $W= -2,861$, $p=0,004$; autocontrol $W=-2,937$, $p= 0,003$; impresia bună $W= -2,983$, $p= 0,003$; comunalitate $W=-2,923$, $p= 0,003$; sănătate $W= -1,459$, $p= 0,014$; toleranță $W=-3,074$, $p= 0,002$).

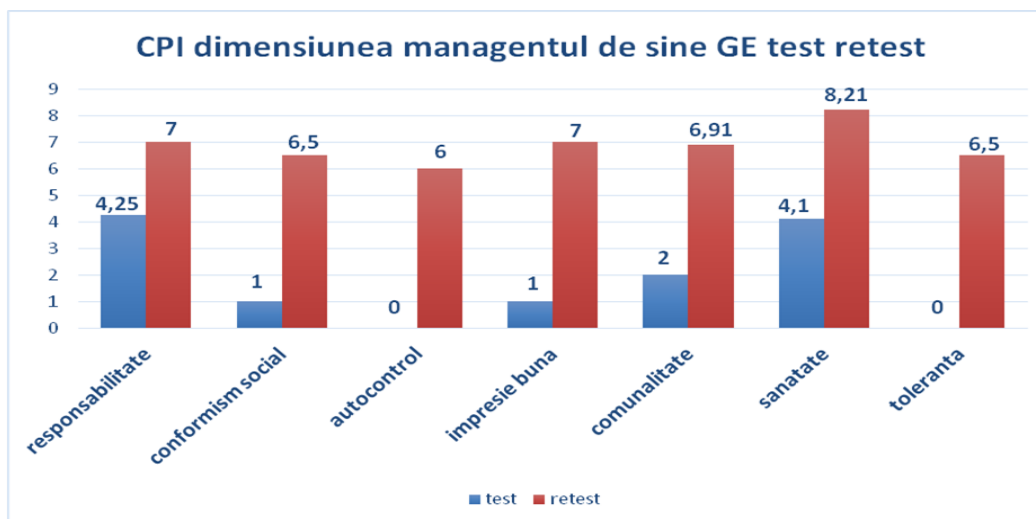


Figura 11. Chestionarul CPI dimensiunea managementul de sine GE test retest valori medii

În concluzie pentru etapa a doua, la compararea rezultatelor obținute de subiecții grupului experimental în experimentul de constatare și experimentul de control putem afirma că *prin intermediul ședințelor formative am reușit să obținem schimbări pentru toate mecanismele de coping cognitiv emoționale și comportamentale, precum și pentru toate trăsăturile de personalitate studiate.*

Etapa a treia constă în efectuarea celei de-a treia comparație în analiza statistică a rezultatelor subiecților din **grupul de control** obținute în experimentul de constatare și în experimentul de control. Această comparație statistică a fost realizată prin intermediul testului statistic neparametric Wilcoxon, obținându-se rezultate nesemnificative statistic pentru toate dimensiunile de personalitate și pentru toate mecanismele de coping. Ca și **concluzie pentru etapa a treia**, compararea rezultatelor obținute de subiecții grupului de control în experimentul de constatare și experimentul de control la toate probele administrate ne permit să vorbim despre faptul că *nu au intervenit schimbări în caracteristicile studiate*, adulții din acest grup păstrându-și constante mecanismele de coping cognitiv emoționale și comportamentale, precum și nivelul de dezvoltare al trăsăturilor de personalitate din profilul inițial, *deoarece nu au participat la programul formativ de grup*.

A fost confirmată ipoteza experimentului formativ în care am presupus că *prin intermediul ședințelor de intervenție psihologică integrativă este posibilă ameliorarea / schimbarea mecanismelor de coping cognitiv emoționale și comportamentale la vârsta adultă și a trăsăturilor de personalitate*.

Au fost obținute rezultate diferite semnificativ statistic pentru prima etapă (comparație GE – GC retest) și a doua etapă (GE test - rest) a experimentului formativ. Constatăm impactul pozitiv, favorabil al ședințelor formative, având în vedere faptul că s-a reușit modificarea semnificativă a tuturor mecanismelor de coping și a trăsăturilor de personalitate studiate. Astfel, prezentul program integrativ de intervenție psihologică asupra copingului și a trăsăturilor de personalitate la adult contribuie la dezvoltarea științei psihologice prin faptul că acest tip de intervenție corelativ cu ipoteza, scopul și obiectivele acestui studiu scot în evidență faptul că modificând mecanismele de coping ale adultului se modifică și trăsăturile de personalitate ale adultului.

CONCLUZII GENERALE ȘI RECOMANDĂRI

Prin rezultatele obținute în această cercetare a fost soluționată problema științifică actuală în domeniu cu privire la impactul mecanismelor de coping asupra profilului de personalitate de la vârsta adultă, precum și elaborarea și implementarea unui program formativ de ameliorare a mecanismelor de coping și a unor trăsături de personalitate la vârsta adultă. Analiza rezultatelor teoretice și experimentale ne permite să formulăm următoarele concluzii:

1. Coping-ul combină fiziologia stresului și a trăsăturilor bazale de personalitate, implicând coordonarea emoției, comportamentului, atenției, motivației și cunoașterii către adaptare. Reziliența indică capacitatea de adaptare la stres prin valorificarea resurselor personale. Având în vedere tipul de atașament primar din copilărie, adultul dezvoltă

mecanisme de coping specifice, pe care le transpune în plan comportamental atât în relație cu sine cât și cu ceilalți.

2. Există 7 *factori principali* care explică relația între mecanismele de coping cognitiv emoțional, comportamentale și factorii de personalitate Big Five, aceștia fiind denumiți după cum urmează: *indicator antisocial, indicator prosocial, indicator labilitate emoțională, indicator gândire ambivalentă, indicator pesimism, indicator de optimism, indicator de atașament.*
3. Există 3 mecanisme de coping cognitiv emoționale (reevaluare pozitivă, ruminare, culpabilitate) și 4 mecanisme de coping comportamentale (acțiune instinctuală, relaționare, agresivitate, suport) care sunt predictorii ai impresiei favorabile.
4. Există o diferență semnificativă statistic între bărbați și femei în ceea ce privește autocontrolul, iar mecanismele de coping asociate autocontrolului emoțional sunt diferite în funcție de gen.
5. O parte dintre mecanismele de coping rămân constante pe parcursul vârstei adulte (până la 50 de ani), iar o parte dintre mecanismele de coping sunt diferite în funcție de nișa de vârstă de la vârsta adultă. Putem concluziona deci că odată cu maturizarea biologică și psihoemoțională a individului sunt antrenate și manifestate mecanisme de coping diferite, care aparțin nișei de vârstă la de la momentul respectiv.
6. A fost elaborat profilul de personalitate al adultului cu privire la mecanismele de coping cognitiv emoțional și cele comportamentale, precum și în ceea ce privește trăsăturile de personalitate studiate.
7. A fost elaborat și implementat un program integrativ de intervenție psihologică, în urma căruia au fost modificate toate mecanismele de coping cognitiv emoțional și comportamentale, precum și trăsăturile de personalitate studiate.
8. Mecanismele de coping au un impact asupra profilului de personalitate la vârsta adultă, schimbând mecanismele de coping se modifică și profilul de personalitate al adultului.

Recomandări pentru implementare:

1. Procedura de intervenție psihologică prin programul integrativ psihologic dezvoltat în experimentul formativ pentru adulți poate fi implementată în cadrul grupurilor de dezvoltare personală a adulților din mediul organizațional sau privat, pentru dezvoltarea anumitor abilități specifice de adaptare și restructurare a personalității adultului;
2. Ecuația de predicție dezvoltată ca urmare a experimentului de constatare poate fi utilizată în cadrul procedurilor de selecție profesională în cadrul diferitelor instituții care prevăd examinarea psihologică pentru admiterea în sistem, astfel încât acum există posibilitatea

de a prognoza distorsiunea profilului de personalitate ca urmare a anumitor mecanisme de coping utilizate cu preponderență de adult;

3. Relațiile mecanismelor de coping cu anumite trăsături de personalitate, cât și specificitatea unor mecanisme de coping în funcție de genul persoanei și de nișa de dezvoltare (adult tânăr sau adult de vârstă medie) pot fi valorificate în dezvoltarea unor ghiduri de intervenție psihologică clinică pentru vârsta adultă.
4. Materialele prezentate în lucrare pot fi utilizate în predarea cursurilor universitare, masterale sau de specializare și formare profesională continuă pentru psihologi, psihoterapeuți și pot fi integrate în practica organizațională sau clinică.
5. Protocolul de intervenție de grup poate fi utilizat în lucrul cu gestionarea nivelului de stress sau dezvoltarea autocontrolului emoțional, precum și restructurarea semnificativă a personalității de la vârsta adultă.

Sugestii privind cercetările viitoare:

Lucrarea de față îți propune să deschidă orizonturi noi în cercetarea copingului, cum ar fi:

(1) Studii longitudinale, pornind din copilărie (de la vârsta aproximativă de 5 ani) prin investigarea pattern-urilor de atașament și a modului de dezvoltare a copingului până la vârsta adultă;

(2) Investigarea aprofundată a mecanismelor de coping ale adultului, evaluarea și psihoterapia acestora;

(3) Cercetarea consecințelor pe termen lung a mecanismelor de coping ale adultului în sfera profesională și în comparație cu vârsta bătrâneții (studii de geriatrie);

(4) Cercetarea transdisciplinară, medicală și psihologică, a mecanismelor de coping prin intermediul Brain Map-ului, astfel încât prin cartografierea creierului să poate fi identificate regiunile corticale activate de coping, iar prin Neurofeedback sa se procedeze la ameliorarea / schimbarea copingului;

(5) Cercetarea printr-un experiment formativ în paralel a două loturi omogene privind perioada și eficacitatea desfășurării unui program de intervenție psihologică de grup clasic (astfel cum a fost dezvoltat în prezenta lucrare) versus un program de intervenție asupra copingului prin Neurofeedback.

BIBLIOGRAFIE

1. ACREE, M.; BUSSOLARI, C.; HULT, J.R. & MOSKOWITZ, J.T. What works in coping with HIV? A meta-analysis with implications for coping with serious illness. *Psychological Bulletin*. 2009, nr 135(1), pp.121-41. ISSN 1939-1455.
2. AYERS, W. *City kids, city schools: More reports from the front row*. New York: The New Press, 2009. ISBN 10 – 1595583386.
3. CRAȘOVAN, D.I. Gender-related differences in self-reported coping mechanisms. A study on Romanian population. *Romanian Journal of Applied Psychology*. 2015, nr 17 (1), pp. 17-22. ISSN 1454-8062.
4. CRAȘOVAN, D.I. & MARICUȚOIU, L.P. Coping and defence mechanisms: What are we assessing?. *International Journal of Psychology*. 2014, nr 51(2), pp. 83 – 92. ISSN 1464-066X.
5. DUANGDAO, K.M. & ROESCH, S.C. Coping with diabetes in adulthood: a meta-analysis. *Encyclopedia of Behavioural Medicine*. 2008, nr 31, pp. 291–300. ISSN 9781441910042.
6. EDEN, D. & WESTMAN, M. Effects of a respite from work on burnout: Vacation relief and fade-out. *Journal of Applied Psychology*. 1997, nr 82(4), pp. 516–527. ISSN 1939-1854.
7. ESPELAGE, D.L.; MONDA-AMAYA, L.E. & ROSE, C.A. Bullying perpetration and victimization in special education: A review of the literature. *Remedial and Special Education*. 2011, nr 32(2), pp. 114–130. ISSN 07419325.
8. FOLKMAN, S. & LAZARUS, R. S. *Stress, appraisal and coping*. New York : Springer Publishing Company, 1984. ISBN 13 - 978-0826141910.
9. GIANAKOS, I. Gender roles and coping with work stress. *Sex Roles. A Journal of Research*. 2000, nr 42(11-12), pp. 1059–1079. ISSN 2348-6848.
10. HELGESON, V.S.; JANICKI, D. & TAMRES, L.K. Sex differences in coping behavior: A meta-analytic review and an examination of relative coping. *Personality and Social Psychology Review*. 2002, nr 6(1), pp. 2–30. ISSN 1532-7957.
11. JAMAL, M. Job Stress and Job Performance Controversy: An Empirical Assessment. *Organ. Organizational Behavior and Human Performance*. 1984, nr 33, pp 1-21. ISSN 0030-5073.
12. JONES, C. & LEVECK, M. The Nursing Practice Environment, Staff Retention, and Quality of Care. *Research In Nursing and Health*. 1996, nr 2, pp. 331-343. ISSN 0160-6891.

13. KAMATH, A.; LATHA, K.S. & MADHYASTHA, S. Stress, Coping and Gender Differences in Third Year Medical Students. *Journal of Health Management*. 2014, nr 16(2), pp.315-326. ISSN 0973-0729.
14. LANE, S.D. & MOELLER, F.G. Neuropsychiatry of aggression. *Neurology Clinics*. 2011, nr 29(1), pp. 49-64. ISSN 0733-8619.
15. LUNENBURG, F.C. The Principal and the School: What Do Principals Do? *National Forum of Educational Administration and Supervision Journal*. 2010, nr 27, pp. 1-13. ISSN 0888-8132.
16. MATUD, M.P. Gender differences in stress and coping styles. *Personality and Individual Differences*. 2004, nr 37(7), pp. 1401–1415. ISSN 1873-3549.
17. PENLEY, J.A.; TOMAKA, J. & WIEBE, J.S. The Association of Coping to Physical and Psychological Health Outcomes: A Meta-Analytic Review. *Encyclopedia of Behavioural Medicine*. 2002, nr 25, pp. 551–603. ISSN 9781441910042.
18. ROSE, A.J. & RUDOLPH, K.D. A review of sex differences in peer relationship processes: Potential trade-offs for the emotional and behavioral development of girls and boys. *Psychological Bulletin*. 2006, nr 132(1), pp. 98–131. ISSN 1939-1455.
19. SKINNER, E.A. & ZIMMER-GEMBECK, M.J. The development of coping across childhood and adolescence: An integrative review and critique of research. *International Journal of Behavioral Development*. 2011, nr. 35, pp. 1–17. ISSN 1464-0651.
20. SKINNER, E.A. & ZIMMER-GEMBECK, M.J. The Development of Coping. Stress, Neurophysiology, Social Relationship, and Resilience during Childhood and Adolescence. Berne: Springer International Publishing Switzerland, 2016. ISBN 13 - 978-3319824192.
21. TAYLOR, C. L. The inner child Workbook. What to do with your past when it just won't go away. New York: Penguin Publishing Group, 1991. ISBN 9780874776355.
22. TOLLE, E. The Power of Now. Washington DC: Amber Lotus Publishing, 2013. ISBN 1602376603.
23. VANDENBOS, G.R. APA Dictionary of Clinical Psychology. București: Ed. Trei, 2020. ISBN 978-606-40-0723-0.
24. VÎGOTSKI, L.S. Mind in society. Development of Higher Psychological Processes. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1980. ISBN 9780674576292.
25. WHITE, R.W. Motivation reconsidered: The concept of competence. *Psychological Review*. 1959, nr 66, pp. 297–330. ISSN 1939-1471.
26. YALOM, I.D. The gift of therapy: an open letter to a new generation of therapists and their patients. New York: Harper Perennial, 2003. ISBN 9780749923730.

LISTA LUCRĂRILOR ȘTIINȚIFICE LA TEMA TEZEI

Lucrări indexate *ISI (Scopus, Copernicus, Web of Science)* în reviste de specialitate cu factor de impact:

MOCANU, M.N. The effect of meditation and psychotherapy in changing the personality traits of the adults. *Revista de cercetare și intervenție socială*. 2025, nr 88, pp. 105 – 116, ISSN 1583-3410 (print), 1584-5397 (electronic). DOI: <https://doi.org/10.33788/rcis.88.7>

MOCANU, M.N. An integrative research study on changing coping mechanisms and personality traits for adults. *Cunoașterea științifică*. 2025, nr 1(4), pp. 19 – 43. ISSN 2821 – 8086, ISSN – L 2821 – 8086. DOI: [10.58679/CS96443](https://doi.org/10.58679/CS96443) <https://www.cunoasterea.ro/an-integrative-research-study-on-changing-coping-mechanisms-and-personality-traits-for-adults/>

Lucrări în cadrul *revistelor științifice de specialitate*:

MOCANU, M.N. Rolul mecanismelor de coping și al coerenței inimă creier în gestionarea stresului profesional al judecătorului. *Revista Română de Jurisprudență*. 2022, nr. 2, pp 688 – 695. ISSN 1844 – 6450.

RACU, I. & MOCANU, M.N. Cercetarea experimentală a mecanismelor de coping la vârsta adultă. *Univers Pedagogic*. 2023, nr 4(80), pp 5-11. ISSN 1811-5470. DOI:10.52387/1811-5470.2023.4.01

RACU, I. & MOCANU, M.N. Mecanismele de coping – predictorii ai dezirabilității răspunsurilor în cadrul examinării psihologice. *Psihologie Revista Științifică – Practică*. 2023, nr 42(1), pp 96 -104. ISSN E 2537-6276, ISSN P 1857-2502.

MOCANU, M.N.; LEUȚANU, G. & TÎRLEA, G. Starea de bine organizațională în context pandemic, de la coping la adaptare. *Revista de psihologie militară*. 2023, nr 2, pp. 47 – 55. ISSN 2784 – 2649.

RACU, I. & MOCANU, M.N. A formative approach on changing coping mechanisms and personality traits for adults. *Romanian Journal of Psychological Studies*. 2024, nr 1, pp 48 -55. ISSN 2559-1649, ISSN–L 2559-1649.

MOCANU, M.N. The Relationship between Emotional Self-Control and Coping Mechanisms - Applications of Neuroscience in Education. *Journal of Innovation in Psychology, Education and Didactics*. 2024, nr 28(1), pp. 17-26. ISSN 2392-7127. DOI:10.29081/JIPED.2024.28.1.02

Articole în lucrările *conferințelor* și altor manifestări științifice:

MOCANU, M.N. Neurobiologia alianței terapeutice și integrarea mecanismelor de coping în relația sinelui cu ceilalți. În: *Probleme actuale ale științelor umanistice : Analele științifice ale doctoranzilor*. 2022, vol 20, pp. 229 – 234. ISSN 1857-0267. ISBN 978-9975-46-420-8.

MOCANU, M.N. Mecanismele de coping în context adaptiv și dezadaptiv neuroștiințific. În: *Competențe adaptative și dezadaptative. Lucrări conferința APAR Ediția XVII*. Brașov: Ed APAR. 2022, pp 216 – 232. ISBN 978 606 9547007.

RACU, I. & MOCANU, M.N. Obiective și strategii în studiul dezvoltării mecanismelor de coping. În: *Probleme ale științelor socioumanistice și ale modernizării învățământului. Volumul conferinței naționale cu participare internațională*. 2022, seria XXIV vol I, pp 62 – 68. ISBN 978-9975-46-652-3.

MOCANU, M.N. Coping și epigenetică – de la adaptare la transformare. În: *Tulburări neurocognitive. Volumul conferinței internaționale APAR. Brașov*. 2023, pp 205 – 216. ISBN 978 – 606 – 95470 – 3- 8.

RACU, I. & MOCANU, M.N. Legătura copingului cu factorii de personalitate Big Five. În: *Volumul Conferinței Științifice Internaționale Știință și Educație: Noi abordări și perspective* . 2023, seria XXV vol nr 1, pp 72 - 78. ISBN 978-9975-46-774-2.

MOCANU, M.N. Evoluția copingului la vârsta adultă. În: „*Perspectivelor și Problemele Integrării în Spațiul European al Cercetării și Educației*”. 2023, Volumul X, partea 2, pp 169 -176. ISSN 2587-3563, E-ISSN 2587-3571.

MOCANU, M.N. Mecanismele de coping ale copilului interior. În: *Volumul Conferinței Științifice a doctoranzilor. Conferința Științifică Anuală a doctoranzilor cu participare internațională "Probleme actuale ale științelor umanistice"*. 2023, nr 1 pp 242 -246. ISBN 978-9975-46-849-7.

Publicație **rezumat** în volumul conferinței și e-poster:

MOCANU, M.N. Tratatamentul psihoterapeutic prin compasiune al copingului psihologic și al tipului de atașament. În: *Zilele Psihiatriei Socola, volum rezumate*. Iași: Ed Etna, 2022. pp 63. ISBN 978-973-1985-83-1.

MOCANU, M.N. The relationship of emotional self-control with coping mechanisms (Relația copingului cu autocontrolul emoțional). În: *Volumul de rezumate al Conferinței Internaționale a Doctoranzilor, Post doctoranzilor și tinerilor Cercetători în Științe Socio – Umane*. 2023, pp. 67. ISBN online: 978-606-714-779-7 , ISBN print: 978-606-714-780-3.

ADNOTARE

Mocanu Maria Nicoleta. Impactul mecanismelor de coping asupra profilului de personalitate la vârsta adultă.

Teză de doctor în Psihologie. Chișinău, 2025.

Structura tezei. Teza este constituită din adnotări în trei limbi (română, engleză și rusă), lista abrevierilor, lista tabelor, lista figurilor, introducere, trei capitole, concluzii generale și recomandări, bibliografie din 248 titluri, 5 anexe, 140 pagini de text de bază, 35 figuri și 11 tabele. Rezultatele obținute sunt publicate în 17 lucrări științifice.

Cuvinte-cheie: mecanisme de coping, personalitate, vârsta adultă, reziliență, atașament.

Domeniu de studiu: Psihologia dezvoltării personalității adultului.

Scopul cercetării a constat în cercetarea mecanismelor de coping și a profilului de personalitate la vârsta adultă și în elaborarea și implementarea unui program de intervenție de grup pentru modificarea mecanismelor de coping și a trăsăturilor de personalitate de la vârsta adultă.

Obiectivele cercetării au constat în: 1) identificarea factorilor comuni care se află în spatele variabilelor mecanisme de coping și factorii de personalitate din modelul alternativ cu cinci factori (sociabilitate, căutare impulsivă de senzații, activitate, neuroticism – anxietate, agresivitate); 2) identificarea mecanismelor de coping predictor ai impresiei favorabile, ca trăsătură de personalitate în profilul psihologic al adultului; 3) investigarea legăturii dintre mecanismele de coping și autocontrolul emoțional al adultului, precum și diferențele în funcție de gen; 4) studiul diferenței între mecanismele de coping cognitiv - emoționale și comportamentale ale adultului tânăr (22 – 29 ani) și ale adultului de vârstă medie (30 – 50 ani); 5) elaborarea profilului psihologic al adultului; 6) elaborarea și implementarea unui program integrativ de intervenție psihologică având ca obiectiv ameliorarea/schimbarea strategiilor de coping și a trăsăturilor de personalitate; 7) determinarea eficienței programului integrativ de intervenție psihologică aplicat; 8) formularea recomandărilor psihologice cu caracter practic de optimizare comportamentală, atitudinală și emoțională.

Rezultatele obținute care contribuie la soluționarea problemei științifice importante constau în elaborarea procedurilor pentru studierea mecanismelor de coping și a impactului acestora asupra profilului de personalitate a adultului, fapt ce a avut ca efect implementarea unui program de intervenție de grup pentru modificarea semnificativă a acestora.

Noutatea și originalitatea științifică. Pentru prima dată la nivel național este realizat studiul experimental prin care se constată consecințele mecanismelor de coping asupra profilului de personalitate la vârsta adultă; totodată, este elaborat și aplicat un program de intervenție psihologică de grup pentru schimbarea corelativă a mecanismelor de coping și a trăsăturilor de personalitate ale adultului.

Semnificația teoretică constă în analiza și integrarea cercetărilor din literatura de specialitate a mecanismelor de coping cu cele din psihologia personalității adultului, aducând noi perspective și înțelegere în acest domeniu.

Valoarea aplicativă a lucrării constă în elaborarea unui model de psihodiagnoză a legăturii dintre coping și personalitate la vârsta adultă precum și construirea, implementarea și verificarea eficienței unui program de intervenție psihologică de grup având ca obiectiv ameliorarea sau schimbarea mecanismelor de coping și a trăsăturilor de personalitate la vârsta adultă.

Implementarea rezultatelor științifice. Conceptualizarea planului de intervenție și materialele rezultate sunt utilizate în procesul de formare continuă a psihologilor din domeniul clinic prin diseminarea informațiilor în cadrul volumelor conferințelor, workshopuri de formare profesională continuă, dar sunt și îndrumar pentru psihologii care desfășoară activități specifice de evaluare a personalității, atât la nivel clinic, cât și pentru selecția și recrutarea de personal în organizații. De asemenea, aspectele conceptuale și de cercetare sunt valorificate în cadrul disciplinelor Psihologia dezvoltării; Psihodiagnoza și statistică psihologică din cadrul U.P.S. „Ion Creangă”.

АННОТАЦИЯ

Мокану Мария Николета. Влияние копинг-механизмов на профиль взрослой личности.

Докторская диссертация по психологии. Кишинев, 2025.

Структура диссертации: Диссертация состоит из аннотаций на трех языках (румынском, английском и русском), списка сокращений, списка таблиц, списка фигур, введения, трех глав, общих выводов и рекомендаций, библиографии из 248 наименований, 5 приложений, 140 страниц основного текста, 35 рисунков и 11 таблиц. Полученные результаты опубликованы в 17 научных работах.

Ключевые слова: механизмы копинга, личность, взрослый возраст, устойчивость, привязанность.

Область исследования: Психология развития взрослой личности.

Цель исследования заключается в изучении копинг-механизмов и профиля личности во взрослом возрасте, а также в разработке и реализации групповой интервенционной программы по модификации копинг-механизмов и особенностей личности во взрослом возрасте.

Задачи исследования заключались в: 1) выявлении общих факторов, лежащих в основе переменных копинг-механизмов и личностных факторов из альтернативной пятифакторной модели (коммуникабельность, импульсивный поиск ощущений, активность, невротизм – тревожность, агрессивность); 2) выявление копинг-механизмов предсказателей благоприятного впечатления как черты личности в психологическом профиле взрослого; 3) исследование связи копинг-механизмов и эмоциональным самоконтролем взрослого, а также гендерных различий; 4) изучение разницы между когнитивно-эмоциональными и поведенческими копинг-механизмами у молодых взрослых (22-29 лет) и взрослых среднего возраста (30-50 лет); 5) разработка психологического профиля взрослого человека; 6) разработка и реализация программы группового психологического вмешательства с целью улучшения/изменения копинг-стратегий и личностных свойств; 7) определение эффективности примененной программы психологического вмешательства; 8) формулирование практических психологических рекомендаций по оптимизации поведения, отношений и эмоциональной сферы.

Полученные результаты, способствующие решению важной научной проблемы, заключаются в разработке процедур исследования копинг-механизмов и их влияния на личностный профиль взрослого человека, что определило разработку и внедрение программы группового вмешательства с целью их значимого развития.

Научная новизна и оригинальность. Впервые на национальном уровне проведено экспериментальное исследование, определяющее влияние копинг-механизмов на личностный профиль взрослого человека; при этом разработана и применена программа группового психологического вмешательства для коррелятивного изменения копинг-механизмов и личностных черт взрослого человека.

Теоретическая значимость заключается в анализе и интеграции исследований копинг-механизмов с исследованиями в области психологии личности взрослых, что определяет новые перспективы и понимание в этой области.

Прикладное значение работы заключается в разработке психодиагностической модели изучения связи копинга и личности взрослого, а также разработке, реализации и проверке эффективности программы группового психологического вмешательства с целью улучшения или изменения копинг-механизмов и личностных качеств взрослого; Полученные результаты дополняют существующие знания и составляют основу методологического руководства по передовой практике в области психологии развития и педагогической психологии, организационной психологии, клинической психологии, психотерапии и психологического консультирования.

Внедрение научных результатов. Концептуализация плана вмешательства и полученные материалы используются в процессе непрерывного обучения клинических психологов путем распространения результатов исследования на конференциях, мастер классах, и они также являются руководством для психологов, осуществляющих специфическую диагностическую деятельность личности как на клиническом уровне, так и при наборе и отборе персонала в различные организации и предприятия. Результаты экспериментального исследования используются в преподавании курсов психология развития, психодиагностика и психологическая статистика в КГП Ион Крянгэ.

ANNOTATION

Mocanu Maria Nicoleta. The impact of coping mechanisms on the adult personality profile.
Doctoral thesis in Psychology. Chisinau, 2025.

Structure of the thesis: The thesis consists of annotations in three languages (Romanian, Russian and English), list of abbreviations, list of tables, list of figures, introduction, three chapters, general conclusions and recommendations, bibliography from 248 titles, 5 appendices, 140 basic text pages, 35 figures and 11 tables. The results obtained are published in 17 scientific publications.

Key words: coping mechanisms, personality, adulthood, resilience, attachment.

Field of study: Developmental psychology - adult psychology.

The purpose of the research consists in studying the coping mechanisms and personality profile in adulthood and in the development and implementation of a group intervention program to modify the coping mechanisms and personality traits in adulthood.

The objectives of the research consisted in: 1) identifying the common factors behind the coping mechanisms variables and the personality factors from the five-factor alternative model (sociability, impulsive sensation seeking, activity, neuroticism – anxiety, aggression); 2) identification of the coping mechanisms predictors of the favorable impression, as a personality trait in the adult's psychological profile; 3) investigating the link between coping mechanisms and the adult's emotional self-control, as well as gender differences; 4) the study of the difference between the cognitive-emotional and behavioral coping mechanisms of young adults (22-29 years) and middle-aged adults (30-50 years); 5) develop the adult's psychological profile; 6) the development and implementation of a integrative psychological intervention program with the objective of improving/changing coping strategies; 7) determining the effectiveness of the applied integrative psychological intervention program; 8) formulation of practical psychological recommendations for behavioral, attitudinal and emotional optimization.

The obtained results that contribute to the solution of the important scientific problem consist in the development of procedures for coping mechanisms and their impact on the personality profile of the adult, a fact that had the effect of implementing a group intervention program in order to significantly change them.

Novelty and scientific originality. For the first time at the national level, an experimental study is carried out that underlines the consequences of coping mechanisms on the personality profile of the adult; at the same time, a group psychological intervention program is developed and applied for the correlative change of coping mechanisms and personality traits of the adult.

The theoretical significance consists in the analysis and integration of research from coping mechanisms with those from adult personality psychology, bringing new perspectives and understanding in this field.

The applied value of the work: it consisted in the development of a psychodiagnostic model of the bond between coping and personality of the adult, as well as the construction, implementation and verification of the effectiveness of a group psychological intervention program with the objective of improving or changing coping mechanisms and personality traits of the adult.

Implementation of scientific results. The conceptualization of the intervention plan and the resulting materials are used in the process of continuous training of psychologists in the clinical field by disseminating information in conference volumes, continuous professional training workshops, but they are also a guide for psychologists who carry out specific personality assessment activities, both at clinical level, as well as for the selection and recruitment of personnel in organizations. Also, the conceptual and research aspects are valued within the disciplines of Developmental Psychology and Psychodiagnosis and Psychological Statistics within the U.P.S.C.

MOCANU MARIA NICOLETA

**IMPACTUL MECANISMELOR DE COPING ASUPRA PROFILULUI
DE PERSONALITATE LA VÂRSTA ADULTĂ**

Rezumatul tezei de doctor în psihologie

Specialitatea: 511.02 - Psihologia dezvoltării și psihologia educațională

Aprobat spre tipar: 12.05.2025
Hârtie offset. Tipar offset.
Coli tipar 1,5

Formatul hârtiei 60x84 1/16
Tirajul 40 ex.
Comanda 49

**Centrul Editorial-Poligrafic al Universității Pedagogice de Stat „Ion Creangă”
Din Chișinău, str. Ion Creangă, nr.1, MD-2069**