

CZU: 37.014.5:159.942(478)

DOI: <http://doi.org/10.5281/zenodo.4557261>

DIMENSIUNEA AFECTIVITĂȚII REFLECTATĂ ÎN ACTELE DE POLITICI NAȚIONALE ÎN EDUCAȚIE

Mariana BATOG

Institutul de Științe ale Educației

Bunăstarea psihoemoțională a elevului în cadrul procesului de învățare este foarte importantă, iar școala e necesar să ofere un mediu educațional favorabil și sigur pentru sănătatea emoțională a elevilor. Considerăm relevantă necesitatea includerii în actele normative și reglatorii din educație a prevederilor în scopul consolidării dimensiunii psihologice afective, și anume – a bunăstării emoționale a elevilor. Studiile de politici educaționale naționale confirmă faptul că politicile educaționale sunt dezechilibrate în acest sens și oferă prioritate formării altor dimensiuni psihologice, decât cea de bunăstare emoțională. Formarea disponibilităților afective devine o finalitate importantă a educației și o sarcină majoră a psihologilor școlari. Crearea noilor structuri la nivel de stat și promovarea legilor ce vor facilita activitatea psihologilor în instituțiile educaționale este indispensabilă. Totodată, este necesară extinderea cercetărilor științifice în vederea studierii particularităților afectivității elevilor în noile condiții vitale, a caracteristicilor sferei emoționale a elevilor ca răspuns la noile provocări societale.

Cuvinte-cheie: *afectivitate, bunăstare emoțională, echilibru psihoemoțional, studiu experimental, acte de politici naționale, asistență psihologică.*

THE DIMENSION OF AFFECTIVITY REFLECTED IN THE NATIONAL EDUCATION POLICY ACTS

The psychoemotional well-being of the pupils in the learning process is very important, and the school needs to provide a favourable and safe educational environment for their emotional health. We consider relevant the need to include in the normative and regulatory acts for education the provisions in order to strengthen the emotional psychological dimension, namely the emotional well-being of the pupils. Studies of national education policies confirm that education policies are unbalanced in this sense and give priority to the formation of other psychological dimensions than that of emotional well-being. The formation of affective availabilities becomes an important goal of education and a major task of school psychologists. The creation of new structures at the state level and the promotion of laws that will facilitate the work of psychologists in educational institutions is indispensable. At the same time, it is necessary to expand scientific research in order to study the particularities of the affectivity of pupils in new vital conditions, and the characteristics of the emotional sphere of pupils in response to new societal challenges.

Keywords: *affectivity, emotional well-being, psychoemotional balance, experimental study, acts of national policies, psychological assistance.*

Introducere

Situația complicată prezentă astăzi la nivel național și mondial, condițiile de incertitudine, starea de urgență în sănătate publică, dar și numeroasele știri, informații ce apar zilnic în mass-media și pe rețelele de socializare, ne încarcă negativ și ne tensionează, iar stările afective mai puțin plăcute sunt omniprezente. Actualmente, îngrijirea și gestionarea stărilor emoționale constituie o componentă valoroasă de igienă mintală, contribuind la prevenția instalării emoțiilor disfuncționale, la depășirea impedimentelor ce se creează din acest motiv în cadrul procesului de învățare la elevi și consolidând bunăstarea emoțională a tuturor actorilor procesului educațional.

Afectivitatea reprezintă o permanentă alarmă în procesul de adaptare, dar și o expresie a confortului sau disconfortului provocat de situații și de starea generală psihică concomitent. Afectivitatea este spontană și încărcată de starea generală biologică și psihologică și chiar de încărcăturile inconștiente [1, p.111]. În *Dicționarul de psihologie* conceptul de afectivitate este explicat ca fiind proprietatea subiectului de a simți emoții și sentimente; ansamblul proceselor, stărilor și relațiilor emoționale sau afective [2, p.29]. Afectivitatea mai poate fi conceptualizată ca fiind un ansamblu procesual, între cinci elemente între care există un raport de interdependență: *un stimul declanșator, interpretarea cognitivă a acestuia, modificări în plan fiziologic, manifestări comportamentale, o stare/trăire subiectivă* [3, p.1]. A.Baban susține ideea conform căreia emoțiile sunt trăiri subiective ce rezultă din acordul sau discrepanța dintre trebuințele sau expectanțele unei persoane și realitate; sunt stări interne caracterizate prin: reacții fiziologice, gânduri specifice și expresii comportamentale [4, p.54]. În accepțiunea lui L.Clark și D.Watson (1994), există trei categorii de funcții ale proceselor afective: de semnalizare, de mobilizare a resurselor, de conservare a resurselor [Apud 4].

Potrivit lui K.Изард, un mare psiholog american, profesor de psihologie la Universitatea din Delaware, specialist în probleme de emoție umană, autor al *teoriei diferențiale a emoțiilor*, **sistemul emoțional** funcționează sincron cu alte sisteme, cum ar fi: sistemul perceptiv, cognitiv și motor, iar eficiența personalității depinde de gradul de echilibrare și integrare a funcțiilor diferitor sisteme în procesul comunicării [5]. În acest context, remarcăm nevoia majoră a persoanelor în a îngriji, gestiona și monitoriza stările emoționale proprii în condițiile provocărilor societale complexe. Îngrijirea emoțiilor înseamnă a avea grijă de „rețeaua noastră umană”, de dezvoltarea noastră, de societatea noastră în general. Potrivit lui D.Dolci, emoțiile constituie instrumentele necesare pentru a descoperi și a aprecia viața și toate relațiile pe care le dezvoltăm în viața noastră [6, p.5]. A.Baban specifică două tipologii ale afectivității în funcție de calitatea și tipul emoției: *afectivitate pozitivă* și *afectivitate negativă* [4, p.55]. **Afectivitatea negativă** este efectul repetitiv al trăirilor emoționale negative și se manifestă prin: *anxietate, depresie, iritabilitate, lipsa de speranță, sentiment de neajutorare* etc. **Afectivitatea pozitivă** se referă la stările și trăsăturile emoționale care induc percepții pozitive de sine (stimă de sine, autoeficacitate), ale lumii (sentiment de coerență, controlabilitate) și ale viitorului (optimism).

Cercetările efectuate la nivel global atestă că există o legătură directă între bunăstarea emoțională a elevilor și a cadrelor didactice în cadrul școlii și reușita școlară și prestația profesională [7, p.2]. Astfel, promovarea bunăstării elevilor și a profesorilor va determina îmbunătățirea rezultatelor educaționale și a calității proceselor educaționale în școală.

În Republica Moldova în domeniul psihologiei s-au realizat studii ce abordează varii aspecte teoretice și praxiologice ale afectivității copiilor și adolescenților, dar și problemele emoționale ce apar în condiții sociale și educaționale diferite. Aceste tematici au fost reflectate în lucrări științifice valoroase de către specialiști în domeniul psihologiei, profesori universitari și cercetători: N.Bucun, V.Maximciuc (2013) – particularitățile dezvoltării sferei emoțional-volitivă la copiii cu reținere în dezvoltarea psihică [8, p.10]; R.Jelescu (2010) – strategii de coping al stresului școlar [9, p.25.]; M.Cojocaru-Boroazan (2011) – cultura emoțională a profesorului, competența emoțională și impactul în mediul educațional [10, p.74]; E.Losii (2012) – emoțiile și problemele alimentare ale adolescenților [11, p.152]; O.Stamatin, L.Ciobanu (2014) – strategii de coping utilizate în situații de stres de către adolescenți [12, p.27]; S.Briceag (2017) – specificul afectivității elevilor la diferite etape de vârstă [13, p.192]; D.Terzi-Barbăroșie (2018) – bunăstarea emoțională a elevilor în școală [7, p.1]; R.Cerlat (2019) – optimizarea stabilității emoționale a cadrelor didactice din învățământul primar [14, p.3]; M.Batog (2020) – asigurarea activității psihologice cu referire la afectivitatea elevilor în contextul provocărilor societale [15, p.179]; Iu.Racu (2020) – anxietatea școlară a elevilor mici, a preadolescenților – factorii determinanți; anxietatea academică la adolescenți; evoluția anxietății la copii și adolescenți în condițiile noilor realități sociale [16, p.3].

Bunăstarea emoțională este conturată în cadrul studiilor de politici realizate la nivel național, reprezintă modul în care oamenii își evaluează propria viață și include variabile precum satisfacția de viață și satisfacția maritală, lipsa depresiei, anxietății și stările de spirit sau emoțiile pozitive [7]. Psihologul D.Terzi- Barbăroșie reliefează idei importante cu referire la politicile naționale vizând sănătatea emoțională a elevilor și a cadrelor didactice, în studiul de sinteză **Bunăstarea emoțională în școală contează?** elaborat în cadrul *Proiectului Educațional al Fundației Soros-Moldova* (2018). Studiul face parte din demersul comun al *Comunității pentru o Educație de Calitate*, înființată de experți și profesioniști în domeniul educațional, pentru impulsivarea inițiativelor din domeniul de referință și monitorizarea reformelor în derulare [*Ibidem*]. În cadrul acestui studiu au fost estimate și studiate documente de politici educaționale și cadrul legal normativ în domeniul de referință și s-a realizat o analiză sumară a datelor oferite de rapoartele sectoriale efectuate de agențiile guvernamentale, parteneri de dezvoltare și organizații non-guvernamentale [*Ibidem*, p.2].

O altă problemă remarcată în acest studiu, promovat la nivel național, este **pregătirea insuficientă a cadrelor didactice** cu referire la bunăstarea emoțională și sănătatea mintală a elevilor. Profesorii nu sunt adesea suficient instruiți pentru a identifica semnele de probleme privind sănătatea mintală, pentru a aborda confidențial aceste probleme [*Ibidem*, p.11].

Studiile realizate de Maia Cojocaru-Boroazan, doctor habilitat, profesor universitar, conturează importanța culturii emoționale a cadrelor didactice pentru comunicarea eficientă în mediul educațional [10, p.74]. Profesorul menționează rolul cadrului didactic în formarea culturii emoționale a elevilor, a climatului afectiv în mediul școlar, a comunicării și competențelor emoționale; dezvăluie problemele comunicative de natură afectivă reflectate în comportamentul comunicativ al agenților educației. M.Cojocaru-Boroazan pune în evidență și descrie concepte importante ce țin de afectivitate: *sistem emoțional, univers afectiv, cultură emoțională, implicații afective, maturizare afectivă, competență emoțională, comunicare emoțională, valori emoționale, constelații emoționale, rezonanță afectivă, disciplinare emoțională, profil emoțional constructiv, inteligență emoțională*.

Dânsa remarcă faptul că climatul și dispoziția afectivă a comunicării este domeniul strict al responsabilității profesorului la nivel de management al retroacțiunii comunicării; gama de nevoi emoționale ale educaților în continuă dezvoltare provoacă probleme ce solicită formarea unor competențe specifice de autoreglare emoțională pentru recuperarea organismului, de relaxare progresivă prin alternarea eforturilor, pentru adaptarea la schimbări și păstrarea integrității mentale. **Competențele emoționale** sunt reprezentative în structura personalității profesorului pentru soluționarea problemelor de ordin afectiv [Ibidem, p.76].

Material și metode

În perioada septembrie – octombrie am realizat un studiu experimental în format online, în care au fost implicați psihologi din instituțiile educaționale, elevi, cadre didactice din mediul urban și rural. Studiul a fost promovat în cadrul Sectorului *Psihologie*, Institutul de Științe ale Educației (IȘE). Scopul cercetării constă în determinarea nevoilor și problemelor de asigurare a activității psihologice cu privire la afectivitatea elevilor din învățământul general în contextul noilor provocări sociale. Demersul experimental a cuprins următoarele instrumente psihologice: *Chestionar destinat psihologilor cu referire la afectivitatea elevilor*; *Chestionar destinat cadrelor didactice cu referire la afectivitatea elevilor*; *Chestionar destinat elevilor cu referire la problemele emoționale*, elaborate de M.Batog, cercetător științific la IȘE. Chestionarele conțin itemi de tip mixt. Eșantionul de cercetare a cuprins 251 de subiecți experimentali și a fost constituit din cadre didactice (106), psihologi (43), elevi (102). Vom prezenta în continuare unele rezultate experimentale obținute în urma promovării chestionarelor.

Rezultate și discuții

O mare parte dintre cadrele didactice implicate în chestionare activează în licee (46,1%) și gimnazii (42,2%), iar cea mai mică parte dintre subiecții experimentali activează în cadrul școlilor primare (8,9%) și în alte instituții (școală specială (1%), colegiu (1%), universitate (1%)). În opinia cadrelor didactice, elevii *au nevoie* de asistență psihologică pentru a soluționa problemele de ordin emoțional (87,3%), elevii *nu au nevoie* de asistență psihologică consideră 9,8% dintre subiecți și *doar unii, uneori* au răspuns 2% dintre subiecți. Cadrele didactice afirmă că încurajează elevii să vorbească despre problemele emoționale (72,5%), *uneori* consideră 24,5% din cadrele didactice, *rare* – 1% dintre subiecți, *niciodată* – 1% dintre subiecți.

Elevii chestionați – în mare parte adolescenți (16-19 ani), în rată de 59,8% și preadolescenți (13-15), în rată de 29,4% dintre subiecți, iar elevii cu vârsta între 10 și 12 ani, în rată de 10,8% dintre subiecți – consideră că: *au nevoie de asistență psihologică în soluționarea problemelor emoționale* (51,5% dintre subiecți); *periodic* au nevoie de asistență psihologică (39,6% dintre subiecți); *nu au nevoie de asistență psihologică* (8,9% dintre subiecți). Elevii opinează că cadrele didactice îi încurajează periodic să vorbească despre problemele lor emoționale (34,7%), *rare* (42,6%), *frecvent* (13,9%), *niciodată* (8,9%). Aceste date diferă mult de opiniile expuse de cadrele didactice. În opinia elevilor, cele mai frecvente **probleme emoționale** cu care ei se confruntă în ultima perioadă sunt: stările depresive (23,2%), suspiciune Covid (18,2%), neliniște, anxietate (13,1%), stres școlar (12,4%), probleme ce țin de sentimentul dragostei (7,1%), crize emoționale (4%), timiditate (4%), furie (4%), singurătate (4%), toate împreună (3%), frică (3%), panică (2%), un amalgam din mai multe stări negative (3%), surmenaj din cauza programei încărcate (1%). Problemele emoționale expuse de elevi sunt prezentate în formă grafică în Figura 1.

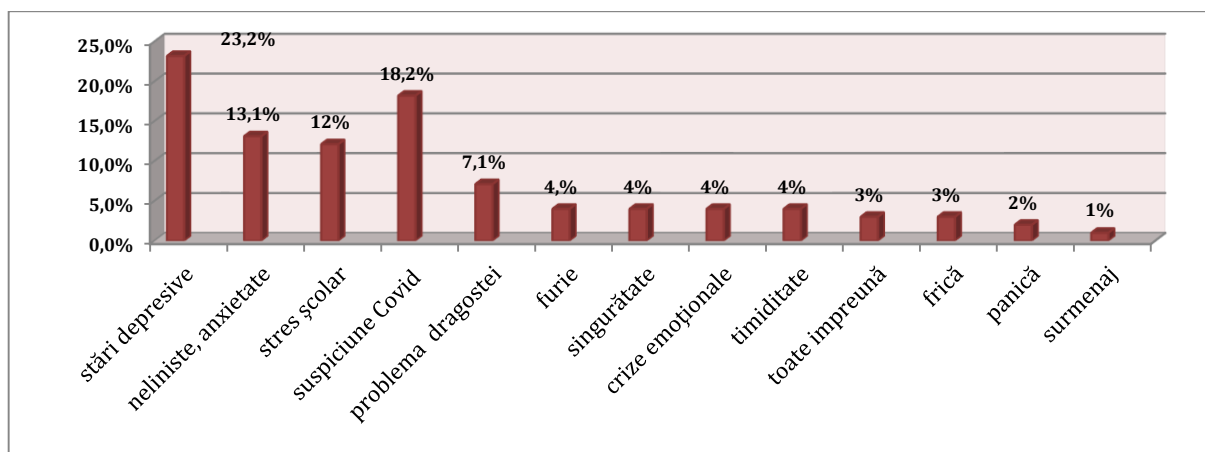


Fig.1. Problemele emoționale trăite de elevi în ultima perioadă.

În acest context, evidențiem însemnătatea serviciilor de asistență psihologică în prevenirea stărilor de afectivitate negativă și menținerea, consolidarea bunăstării emoționale a elevilor și a tuturor agenților educaționali. Prevederi cu referire la asigurarea asistenței psihologice calitative în vederea bunăstării psihoemoționale a elevilor în mediul educațional au fost punctate în diverse acte normative și reglatorii din domeniul educațional: *Codul educației al Republicii Moldova*, HG nr.152 din 17.07.2014 [17]; *Metodologia de evaluare a dezvoltării copilului*, adoptată prin Ordinul MECC nr.99 din 26.02.2015 [18]; *Metodologia de înscriere a copiilor în clasa întâi*, aprobată prin Ordinul MECC din 30 martie 2016 [19], *Programul național privind sănătatea mintală pe anii 2017-2021*, HG nr.337 din 26 mai 2017 [20]; *Repere metodologice privind activitatea psihologului din instituțiile de învățământ general*, aprobate prin Ordinul MECC nr.02 din 02.01.2018 [21]; *Regulamentul cu privire la organizarea și desfășurarea activității psihologului în instituțiile de învățământ general*, aprobat de DGETS la 20.06.2018 [22, 23]; *Instrucțiune privind organizarea asistenței psihologice a copiilor/elevilor, părinților și cadrelor didactice pe perioada suspendării procesului educațional* aprobată prin Ordinul MECC nr.380 din 26.03.2020 [24]; *Reglementări speciale privind organizarea anului de studii 2020-2021, în contextul epidemiologic de COVID-19, pentru instituțiile de învățământ primar, gimnazial, liceal și extrașcolar*, aprobate prin Ordinul MECC nr.840 din 19.08.2020 [25]; *Repere metodologice privind securitatea și siguranța online a elevilor în procesul educațional la distanță pentru instituțiile de învățământ primar, gimnazial și liceal în anul de studii 2020-2021*, aprobate prin Ordinul MECC nr.1069 din 06.10.2020 [26]; *Recomandări cu privire la programul de activitate a psihologilor școlari din mun. Chișinău în perioada de carantină, 2020* [23] și în alte acte care sunt expuse pe site-ul Ministerului Educației, Culturii și Cercetării (MECC) [27] și pe al Centrului Republican de Asistență Psihopedagogică (CRAP) [22].

În urma studiilor cu referire la politicile naționale realizate în Republica Moldova [7, p.2] în vederea elucidării aspectelor bunăstării emoționale în școală, în cadrul *Proiectului Educațional al Fundației Soros-Moldova*, s-a constatat că: susținerea sănătății emoționale a copiilor, bunăstarea și reziliența eficientă în școli necesită reconceptualizarea cadrului de politici și aplicații practice care să abordeze sarcina respectivă în toată complexitatea sa [Ibidem, p.7]; la momentul actual sistemul educațional din Moldova este dezechilibrat din această perspectivă: se pune prea mult accent pe realizarea academică și nu se concentrează suficient pe promovarea bunăstării elevilor; tot mai mulți profesori semnalează **problema lipsei psihologilor școlari**; părinții copiilor care manifestă dezadaptare, suferință emoțională sau care au anumite probleme de sănătate mentală au cea mai mare probabilitate să caute sfaturi sau ajutorul unui profesor, decât al oricărui alt profesionist sau serviciu [Ibidem, p.9]. În cele ce urmează intenționăm să analizăm unele dintre actele normative și reglatorii ce reflectă activitatea psihologului în educație, în special acțiunile specialistului ce vizează **domeniul afectivității**.

Evaluarea dezvoltării sferei emoționale a copilului este stipulată în cadrul **Metodologiei de evaluare a dezvoltării copilului (MEDC)** [18], în contextul *evaluării inițiale, evaluării complexe* a elevilor, mai frecvent alături de evaluarea dezvoltării sociale. Analiza **manifestărilor psiho-socio-emoționale** observabile la copii, dar și a altor sfere se realizează în cadrul evaluării inițiale, realizate în instituția de învățământ de către *Comisia multidisciplinară intrașcolară* [Ibidem, p.4], în urmă căreia se stabilește dacă copilul prezintă sau nu deficiențe de dezvoltare, dificultăți de învățare, probleme comportamentale care pot fi soluționate la clasă, din resursele instituției sau necesită intervenția specialiștilor calificați din cadrul *Serviciului de asistență psihopedagogică*.

Starea emoțională generală a copilului este un factor important în procesul de organizare a evaluării de care se va ține cont, pe lângă starea fizică a copilului, la momentul inițierii evaluării și în procesul evaluării [18, p.4]. În acest context menționăm că în cadrul întocmirii unui *Proces-verbal de evaluare a dezvoltării copilului*, la etapa evaluării inițiale a copilului, la rubrica *Constatări pe domeniul dezvoltării comportamentului socio-emoțional/relaționare* se vor introduce datele cu privire la afectivitatea copilului, emoționalitate. Setul de instrumente referitoare la **evaluarea inițială a sferei socio-afective** este stipulat în Anexa 4 a MEDC [Ibidem, p.16]. Referitor la evaluarea *sferei afective* a elevilor sunt propuse teste de anxietate, anxietate școlară, de evaluare a stărilor psihice, de examinare a climatului psihologic în grupul de elevi, precum și teste proiective.

Evaluarea dezvoltării socio-emoționale se realizează și în cadrul evaluării complexe [18, p.3], de către specialiștii *Serviciului de asistență psihopedagogică*, alături de alte sfere de dezvoltare și este stipulată ca un domeniu de dezvoltare separat. Metodele și instrumentele psihologice de evaluare complexă a copilului sunt prezentate în Anexa 4 a MEDC [Ibidem, p.16], în care se propun și teste de evaluare psihologică pe domeniul socio-afectiv. Problemele în sfera emoțională pot fi identificate prin administrarea testelor de anxietate școlară, de autoapreciere a stărilor psihice, a frustrării, a climatului școlar, dar și a testelor de autoapreciere, a testelor proiective. **Problemele din sfera socio-emoțională** a copilului pot servi ca obiect al *reevaluării dezvoltării copilului*.

Implicații vizând asistența psihologică a *sferii socioemoționale* a elevilor se regăsesc în **Reperete metodologice privind activitatea psihologului din instituțiile de învățământ general** [21].

Elucidarea aspectelor ce țin de **afectivitatea elevilor** în cadrul acestui act normativ se expun mai puțin, doar în aspecte generale prin prisma altor dimensiuni psihologice sau alături de sfera socială (utilizând termenul **socio-emoțională**) sau prin acțiuni generale ale psihologului ce implică atribuții, drepturi, direcții de activitate. Aspectele ce au tangență cu dezvoltarea afectivității pozitive a copiilor și prevenirea, intervenția sau consilierea în soluționarea problemelor afective nu sunt stipulate clar și nu sunt puse în evidență. În cadrul activității de dezvoltare personală inițiată de psiholog cu elevii apar primele referințe concrete vizând sfera socio-emoțională, și anume – selectarea și elaborarea programelor de intervenție pe diverse domenii de dezvoltare.

În **Nomenclatorul documentelor psihologului** expus în Anexa 1 [21] se indică prezența Registrului de evidență a elevilor din grupul de risc; mapelor cu materiale pentru activitatea de prevenție pentru elevi și cadre didactice, părinți; mapelor cu materiale de evaluare psihologică și psihodiagnoză pentru fiecare treaptă de instruire; mapelor cu materiale pentru activitatea de consiliere psihologică; mapelor cu programe de asistență pe domenii de dezvoltare, unde, alături de alte domenii, este remarcat și **domeniul socio-emoțional**. În **Fișa postului (tip) a psihologului din instituțiile de învățământ general** (Anexa 2 cu privire la mijloacele de lucru ale psihologului) sunt punctate instrumente de evaluare, pe domenii de dezvoltare, inclusiv cel **socio-emoțional** [21, p.11]. Printre cerințele funcției față de persoana psihologului se solicită **atitudini ce țin de emoții**: rezistență la efort și stres, empatie și alte atitudini și comportamente asociate [*Ibidem*, p.12].

Astfel, considerăm că ar fi binevenit ca în acest document să fie scoasă mai mult în evidență dimensiunea psihologică afectivă a elevilor și punctate repere elocvente cu privire la acțiuni detaliate, metode vizând dezvoltarea sferei emoționale a elevilor.

Dezvoltarea sferei socio-emoționale este un aspect psihologic important remarcat în cadrul **Metodologiei de înscriere a copiilor în clasa întâi**, aprobată prin Ordinul MECC din 30 martie 2016 [19]. Activitatea psihologului în acest document este menționată în comisii de școlarizare a copiilor. Psihologul, pe lângă alți specialiști ai *Serviciului raional/municipal de asistență psihologică* (logoped, psihopedagog etc.), este membru al *Comisiei raionale/municipale de școlarizare* care coordonează procesul de înscriere în clasa întâi în fiecare unitate administrativ-teritorială [*Ibidem*, p.3], dar și al *Comisiei de școlarizare din instituția de învățământ*.

Comisia de școlarizare din instituția de învățământ, în care un rol important îi revine psihologului, are funcția și responsabilitatea de a realiza următoarele sarcini: organizează procesul de evaluare a maturității școlare și psihosomatice a copiilor care nu au împlinit vârsta de 7 ani până la începutul anului școlar și nu au frecventat grupa pregătitoare [19, p.3]. Apreciază gradul de maturitate în conformitate cu *Standardele de învățare și dezvoltare a copiilor, Instrumentul de monitorizare a pregătirii copilului pentru școală*; identifică copiii cu cerințe educaționale speciale în colaborare cu *Serviciul de asistență psihopedagogică*, întreprinde măsurile necesare. Date despre **dezvoltarea sferei socio-emoționale** a copilului (care a frecventat grădinița) sunt solicitate în *Raportul despre dezvoltarea fizică, socio-emoțională, cognitivă, a limbajului și a comunicării, precum și a dezvoltării capacităților și atitudinilor de învățare*, la finele grupei pregătitoare [*Ibidem*, p.10], care este prezentat în anexa Metodologiei. Raportul implică itemi cu referire la: *reacțiile emoționale ale copilului, verbalizarea emoțiilor, exprimarea sentimentelor* (în special negative) etc.

Situația de criză creată de pandemia de COVID-19 poate fi extrem de stresantă pentru populație. Frica și anxietatea față de o boală pot fi copleșitoare și pot provoca emoții puternice la adulți și copii. Referințe privind stresul, fricile, anxietatea populației trăite în perioada pandemică, nevoia prioritară de a menține echilibrul emoțional în sinergie cu un mod sănătos de viață, în condiții de activitate la distanță, au fost expuse în **Reperete metodologice cu privire la menținerea unui stil de viață sănătos în perioada de carantină, 2020** [27]. Situația pandemică la nivel global, cauzată de răspândirea infecției cu noul Coronavirus (COVID-19), a determinat Guvernul Republicii Moldova să instituie măsuri de carantină instituționalizată și de izolare la domiciliu, pentru a combate răspândirea virusului în Republica Moldova și să elaboreze *reperete și recomandări cu privire la menținerea unui stil de viață sănătos în perioada de carantină*. Noile condiții de activitate impun necesitatea schimbării radicale a stilului de viață, atât al persoanelor solitare și familiilor, cât și al persoanelor care își desfășoară activitățile profesionale la distanță, de acasă [*Ibidem*, p.4]. **Echilibrul psihologic** este unul dintre principalele componente ale modului sănătos de viață, evidențiat în aceste Repere metodologice alături de regimul alimentar echilibrat, activitatea fizică, igiena generală a corpului, întărirea organismului. Este important de a face față stresului pentru a fi protejați, dar și pentru a proteja oamenii de care aveți grijă și întreaga comunitate. **Stresul în timpul pandemiei cu COVID-19** poate include:

- Teama și îngrijorarea pentru propria sănătate și sănătatea celor dragi;
- Modificări ale somnului sau regimului alimentar;

- Dificultăți de concentrare;
- Agravarea unor probleme cronice de sănătate;
- Acutizarea problemelor de sănătate mintală;
- Consumul crescut de alcool, tutun sau alte substanțe.

În cadrul acestui act normativ se face trimitere la **asistența psihologică** [27, p.13] și la programul de asistență psihologică pentru elevi: „Aleg să mă simt bine” pentru a ajuta elevii să-și protejeze sănătatea mentală și emoțională. De asemenea, au fost create mai multe grupuri de specialiști care oferă asistență psihologică și resurse informaționale oferite de organizațiile internaționale. Totodată, în acest document sunt propuse activități de relaxare pentru părinții cu copii pentru a le reduce stresul în condiții pandemice, sunt oferite resurse electronice cu recomandări elocvente [28].

Reglementările speciale privind organizarea anului de studii 2020-2021, în contextul epidemiologic de COVID-19, pentru instituțiile de învățământ primar, gimnazial, liceal și extrașcolar, aprobate prin Ordinul MECC nr.840 din 19.08.2020 [25], prezintă drept unul dintre obiectivele sale importante mobilizarea comunității educaționale pentru respectarea, protecția și asigurarea drepturilor copilului la educație de calitate în condițiile învățării în condiții speciale. La capitolul *Managementul organizării anului de studii 2020-2021*, printre atribuțiile conducătorului instituției de învățământ sunt stipulate acțiuni care **previn apariția dificultăților în bunăstarea psiho-emoțională a elevilor** și intervin în cazuri de discriminare, violență și alte situații de disconfort psihologic: asigură măsuri de prevenire și de protecție împotriva discriminării, izolării/excluderii, stigmatizării/etichetării elevilor care au fost și/sau sunt infectați cu COVID-19; asigură accesul fiecărui elev, părinte/reprezentant legal al acestuia și cadru didactic la serviciile psihologului școlar, iar acolo unde nu este angajat – la *Serviciul de Asistență Psihopedagogică* [Ibidem, p.5]; informează elevii, părinții, cadrele didactice despre posibilitatea și modul de accesare a serviciilor de asistență psihologică; evaluează periodic, împreună cu diriginții, psihologul școlar, **starea psiho-emoțională** a elevilor în instituția de învățământ.

De asemenea, sunt stipulate obligațiile cadrului didactic pe discipline: consultă și ia în considerare opinia elevilor referitor la **climatul psiho-emoțional**, accesul și calitatea procesului educațional; recomandă elevilor și părinților servicii de consiliere psihologică [25, p.6]. La fel, dirigintele de clasă monitorizează zilnic **starea de bine a elevilor** [Ibidem, p.7]; menține o colaborare permanentă și respectuoasă cu familia elevului, oferă informații elevilor despre posibilitățile de accesare a *Serviciilor de asistență psihologică* și de sănătate, de dezvoltare personală și socială; examinează toate cazurile suspecte de violență față de copil, inclusiv de bullying (tachinare, intimidare) și le raportează coordonatorului pentru protecția copilului față de violența din instituție.

În scopul asigurării unui mediu sigur pentru elevi și cadre didactice în instituțiile de învățământ primar, gimnazial și liceal din Republica Moldova au fost aprobate de către MECC **Repere metodologice privind securitatea și siguranța online a elevilor în procesul educațional la distanță pentru instituțiile de învățământ primar, gimnazial și liceal în anul de studii 2020-2021** [26]. **Siguranța online** a copiilor reprezintă rezultatul unui șir de măsuri întreprinse pentru a proteja bunăstarea copilului în mediul virtual de eventuale riscuri ce îi pot afecta integritatea fizică, emoțională sau sexuală. Elevii vor fi informați referitor la serviciile de consiliere online a copiilor în situații de abuz și violență online, telefonul copilului, linia verde a MECC. **Psihologul** va ajuta cadrul didactic în cazul depistării unei situații neplăcute în care elevul deja a fost implicat. În situații de abuz al unui elev sau al elevilor în timpul orelor pe platforma web, psihologul școlar va pregăti un plan de lucru cu clasa în care a avut loc situația sau cu elevul [Ibidem, p.5].

Totodată, au fost elaborate **Recomandări cu privire la programul de activitate a psihologilor școlari din mun. Chișinău în perioada de carantină și Registrul desfășurării activității psihologice la distanță** [23]. Recomandările menționate anterior prevăd faptul că directorii instituțiilor de învățământ vor transmite elevilor și părinților, prin intermediul diriginților de clasă, informația prezentată de psiholog cu indicarea datelor de contact ale psihologului/psihologilor care activează în instituția dată. Psihologii, împreună cu diriginții de clasă, vor stabili modalități de **identificare și monitorizare a stării de bine a elevilor din instituțiile de învățământ secundar și general**. Psihologii vor stabili împreună cu directorul instituției de învățământ modalitățile de acces al beneficiarilor la asistență psihologică. De asemenea, vor oferi consiliere și suport psihologic online copiilor, părinților, cadrelor didactice (care prezintă stări de criză, panică, frici, anxietate) prin: Skype, Viber, Messenger, aplicații de video call, platforme online, e-mail, telefon. În situațiile de criză, psihologii vor completa **Registrul desfășurării activității psihologice la distanță** [Ibidem].

Este de menționat deschiderea *Centrelor comunitare de sănătate mintală* (HG nr.55 din 30.01.2012) și aprobarea *Programului național privind sănătatea mintală pe anii 2017-2021* (HG nr.337 din 26.05.2017) [20]. *Organizația Mondială a Sănătății* (OMS) definește **sănătatea mintală** ca o stare de bunăstare emoțională și socială, în care o persoană realizează abilitățile sale, poate face față tensiunilor normale ale vieții, poate lucra productiv și este capabilă să contribuie la viața comunității sale [Apud 20]. Bunăstarea mentală este recunoscută ca o componentă importantă a calității vieții.

Printre cele mai semnificative provocări ale sănătății publice este sănătatea mintală și maladiile mentale. Potrivit datelor OMS, unul din cinci copii are o problemă de sănătate mintală, iar două treimi dintre ei nu primesc ajutorul de care au nevoie. Scopul acestui *Program național* este promovarea bunăstării mentale a populației, prevenirea tulburărilor mintale, oferirea oportunităților egale de acces la servicii de calitate și protecția drepturilor persoanelor cu probleme de sănătate mentală și a familiilor acestora. **Asigurarea populației cu psihologi** [20, p.22] este unul dintre indicatorii de evaluare a gradului de atingere a rezultatelor în cadrul acestui program, la rubrica *Indicatori de progres și performanță*. În cadrul USMF „Nicolae Testemițanu” este aprobat *Programul curricular de specializare primară în psihologia medicală „Psihologia medicală”*, iar MECC și ONG-urile au realizat desfășurarea cursului de **instruire în domeniul consilierii familiei și adolescentului** pentru specialiștii *Centrelor de Sănătate Prietenoase Tinerilor*.

Actualmente, în țară derulează *Programe de asistență psihologică* pentru a păstra și menține sănătatea mentală, bunăstarea emoțională a copiilor, adolescenților, părinților și a altor actori educaționali [27, 29]. Este extrem de valoros *Programul Educațional de Asistență Psihologică dedicat părinților, pedagogilor și psihopedagogilor din Republica Moldova*, în contextul epidemiei COVID-19, lansat în data de 30.04.2020 de către MECC, CRAP, cu susținerea Elveției prin intermediul proiectului moldo-elvețian MENSANA [29]. Acest program educațional implică două componente semnificative de instruire online: **Școala părinților informați**, prin care se promovează tutoriale video dedicate părinților în privința comunicării cu copiii de 7-14 ani, pe durata stării de urgență în sănătate; sunt abordate subiecte referitoare la adaptarea în situația de izolare, gestionarea stărilor emoționale și anxietății etc.; **Ciclul de webinare destinate psihologilor și psihopedagogilor** din structurile de asistență psihopedagogică și din instituțiile de învățământ profesional tehnic, prin intermediul cărora aceștia sunt pregătiți să transmită mesaje pe etape de vârstă în managementul anxietății la copii, mecanisme de reglare emoțională și grijă față de sine pentru adulții ce exercită roluri parentale și profesionale, dar și particularitățile ajutorului psihologic online/telefonice în timp de criză etc. „Aceste acțiuni tind să sublinieze că **echilibrul psihonoțional** este absolut necesar pentru confruntarea cu avalanșa de emoții și temeri generate de pandemie”, a menționat directorul CRAP, V.Rusnac [29].

Protejarea sănătății mentale și emoționale a elevilor în contextul crizei provocate de COVID-19 este scopul *Programului de asistență psihologică „Aleg să mă simt bine”* lansat la inițiativa MECC [27] și a Fondului ONU pentru Populație (UNFPA Moldova) în perioada aprilie-iulie 2020. Mai târziu vor urma și alte webinare de acest fel. Programul este destinat adolescenților și tinerilor cu vârsta de 14-20 de ani. El a inclus sesiuni tematice desfășurate în regim online, precum: *Echilibrul emoțional; Cum să faci față schimbărilor de dispoziție; Cum luptăm cu stresul; Gestionarea anxietății, fricii și a stărilor de panică*, dar și alte subiecte ce țin de stările afective ale adolescenților. Acest program a fost completat și prelungit cu noi sesiuni și subiecte tematice.

Un subiect de dezbateri actuale al psihologilor în context național constituie *Proiectul de lege cu privire la profesiunea și activitatea de psiholog* [30, 32, 33]. **Suportul emoțional** este menționat în acest *Proiect de lege* [30] ca fiind un tip al activității de intervenție psihologică. Articolul 8 al legii se intitulază „Principalele direcții și tipuri de activitate psihologică”. **Suportul psihonoțional** este menționat ca un tip de intervenție psihologică, acordat în prezență sau la distanță, în scopul diminuării impactului factorilor stresogeni ce au repercusiuni negative asupra stării psihologice a beneficiarului, inclusiv în situație de criză psihologică. **Examinarea funcționalității cognitiv-emoționale** este o componentă în cadrul activității de evaluare și psihodiagnostic, pentru cunoașterea holistică a personalității. Iar **dezvoltarea în plan emoțional** este parte a activității de formare și dezvoltare a psihologului expusă în articolul 8 din același *Proiect de lege* [Ibidem, p.5].

Prezintă interes rolul **Asociației Psihologilor Practiceni din Moldova**, care este o asociație benevolă, ne-guvernamentală, independentă, cu statut necomercial, fondată în anul 2006, din inițiativa unui grup de persoane [31]. Asociația organizează varii evenimente științifice și cu caracter practic, atât pentru membrii Asociației, cât și pentru alte persoane cointeresate în valorificarea competențelor profesionale și a culturii psihologice.

Concluzii

La finele acestui demers științific reliefăm următoarele idei: este foarte important ca copilul să se simte bine în școală, iar școala să ofere un mediu educațional favorabil, prietenos și sigur necesar pentru asigurarea bunăstării emoționale a elevilor. În cadrul actelor normative și reglatorii în educație e necesar să se acorde o mai mare pondere în vederea consolidării acestei dimensiuni psihologice, precum afectivitatea, și anume – *bunăstării emoționale* a elevilor. Studiile de politici educaționale confirmă faptul că politicile educaționale actuale sunt dezechilibrate și oferă prioritate formării altor dimensiuni psihologice sau celor de învățare, decât cele de bunăstare emoțională. Totodată, actele de politici educaționale oferă date multiple referitor la atribuțiile psihologului, îndatoririle, formele de activitate și mai puțin sunt propuse inițiative pentru a eficientiza condițiile de muncă a psihologilor școlari: dotare cu tehnica necesară, oferirea cabinetelor separate sau spațiilor pentru activitate individuală cu clienții. De asemenea, ar fi necesar în acest context de a stipula acțiuni ce ar atrage și menține personalul în câmpul muncii, acțiuni ce ar oferi facilități de formare profesională realizate atât în cadrul național, cât și internațional în mod gratuit, prevederi ce ar contribui la o salarizare decentă a psihologilor.

În această ordine de idei considerăm relevante promovarea politicilor educaționale naționale eficiente pentru psihologi și elevi și a proiectelor ce ar evalua și monitoriza actele normative și reglatorii în educație, pentru sporirea stării emoționale de bine a elevilor. Sunt necesare acțiuni în scopul realizării evenimentelor și activităților de instruire, formare a cadrelor didactice privitor la aspectele sănătății mentale, dezvoltarea competențelor sale emoționale și ale celor educați. Ar fi binevenită organizarea manifestărilor științifice pentru cadrele didactice, psihologi, dar și a evenimentelor pentru elevi și părinți în scopul valorificării competențelor lor emoționale, sensibilizării referitor la conceptele de *educație emoțională*, *cultură emoțională* și *sănătate emoțională*. Formarea disponibilităților afective devine astăzi o finalitate importantă a educației în instituțiile școlare.

Actualmente, pentru eficientizarea calității și dezvoltarea serviciilor psihologice în instituțiile educaționale la nivel național ar fi binevenite următoarele acțiuni: *adoptarea Legii privind exercitarea profesiei de psiholog în Republica Moldova* [30, 33], *crearea Federației sau a Uniunii Profesionale a Psihologilor din Republica Moldova și aderarea la Federația Europeană a Asociațiilor Profesionale a Psihologilor*, *crearea Comitetului de teste și testare, responsabil de sistemul de evaluare a calității testelor; aprobarea Codului Deontologic al psihologilor din R. Moldova și crearea noilor structuri la nivel de stat ce vor monitoriza și facilita activitatea psihologilor la nivel național*. Concomitent sunt binevenite următoarele acțiuni: extinderea noilor cercetări științifice în vederea studierii particularităților afectivității copiilor în noile condiții vitale actuale, în situațiile organizării procesului de învățare în condiții speciale; perfecționarea și completarea actelor normative și reglatorii cu privire la activitatea psihologilor în instituțiile de învățământ general, în cadrul cărora să fie pusă în valoare dimensiunea emoțională a personalității elevului, ce sa dovedit a fi una dintre cele mai vulnerabile în condițiile epidemiologice dificile actuale.

Referințe:

1. EȚCO, C., FORNEA, I.U., DAVIDESCU, E. et al. *Psihologie generală*. Suport de curs. Chișinău: USMF, 2007. 366 p. ISBN 978-9975-9528-4-2
2. POPESCU-NEVEANU, P. *Dicționar de psihologie*. București: Albatros, 1978. 784 p.
3. *Procesele afective*. 2011. [Accesat: 15.11.2020]. Disponibil: <http://socioumane.ro/blog/mariuscioara/files/2011/05/Procesele-afective.pdf>
4. BABAN, A. *Consiliere educațională: Ghid metodologic pentru orele de dirigenție și consiliere*. Prima ediție. Cluj-Napoca: Imprimeria „Ardealul”, 2001. 259 p. ISBN 973-0-02-400-6
5. ИЗАРД, К.Э. *Психология эмоций*. Питер, 2008. 464 с. ISBN: 978-5-314-00067-0
6. DOLCI, D., BIONDO, A., ALESSI, A. et al. *EUMOSCHOOL. Produs intelectual 3: Ghid pentru implementarea EUMOSCHOOL ca abordare holistică pentru prevenirea părăsirii timpurii a școlii*. Programme of the European Union, 2018, 101 p. [Accesat: 22.11.2020] Disponibil: <https://eumoschool.eu/wp-content/uploads/eumoschool>
7. TERZI-BARBĂROȘIE, D. *Bunăstarea emoțională în școală – contează?* Studiu de sinteză. Fundația Soros-Moldova, 2018, p.7-11. [Accesat: 28.11.2020]. Disponibil: <https://www.soros.md/files/publications/documents/Terzi%20Daniela%20Sinteza%20de%20pol>
8. BUCUN, N., MAXIMCIUC, V. Particularitățile dezvoltării sferei emoțional-volitive la copiii cu reținere în dezvoltarea psihică. În: *Revista Univers Pedagogic*, 2010, nr.2, p.10-17. ISSN 1811-5470
9. JELESCU, R. Strategii de coping al stresului școlar. În: *Perspectiva psihosocială a asigurării calității în învățământ*. Chișinău: Print-Caro, 2010. 123 p. ISBN978-9975-4187-3-7

10. COJOCARU, M. Implicațiile culturii emoționale a profesorului asupra eficienței comunicării în mediul educațional. În: *Revista Univers Pedagogic*, 2011, nr.1, p.74-81. ISSN 1811-5470
11. LOSÎI, E. Emoțiile și problemele alimentare ale adolescenților. În: *Paradigmele inteligenței în psihologia contemporană*. Materialele Conferinței internaționale științifico-practice a psihologilor, 26 aprilie, 2012. Chișinău: Sirius, 2012, p.152-155. ISBN 978-9975-57-045-9
12. STAMATIN, O., CIOBANU, L. Strategii de coping utilizate în situații de stres de către adolescenții din diferite instituții de învățământ. În: *Revista Psihologie. Psihopedagogie specială. Asistență socială*, 2014, nr.36, p.27-38. ISSN 1857-0224
13. BRICEAG, S. *Psihologia vârstelor*: Curs universitar. Bălți: Universitatea de Stat „Alec Russo” din Bălți, 2017. 291 p. ISBN 978-9975-50-196-5
14. CERLAT, R. *Particularități psihosociale ale stabilității emoționale a cadrelor didactice din învățământul primar*: Teză de doctor în psihologie. Chișinău, 2019. 231 p.
15. BATOG, M. Managementul afectivității elevilor în contextul provocărilor societale: abordări psihologice. În: *Dezvoltarea economico-socială durabilă a Euroregiunilor și a zonelor transfrontaliere*. Materialele Conferinței științifice internaționale, cea de a XVI-a ediție, din 30 octombrie 2020. Institutul de Cercetări Economice și Sociale „Gh. Zane”. Coord. M.Rusu, M.Doncean, D.Jijie. Iași: Performantica, 2020. p.179-185. ISBN: 978-606-685-744-4
16. RACU, IU. *Psihologia anxietății la copii și adolescenți*: Teză de doctor habilitat în psihologie. Chișinău, 2020. 351 p.
17. Codul educației al Republicii Moldova. În: *Monitorul Oficial al Republicii Moldova*, 2014, nr.319-324, art.634. Data intrării în vigoare: 23.11.2014. [Accesat: 03.12.2020]. Disponibil: <http://lex.justice.md/md/355156/>
18. Ordinul MECC nr.99 din 26.02.2015 cu privire la aprobarea *Metodologiei de evaluare a dezvoltării copilului*, 2015. [Accesat: 21.11.2020]. Disponibil: https://mecc.gov.md/sites/default/files/ordin_me_nr_99_26_02_2015.pdf
19. Ordinul MECC cu privire la *Metodologia de înscriere a copiilor în clasa întâi*, 2016. [Accesat: 19.11.2020]. Disponibil: https://mecc.gov.md/sites/default/files/ordin_305_din_30_martie_2016.pdf
20. *Programul național privind sănătatea mintală pe anii 2017-2021*. [Accesat: 27.11.2020]. Disponibil: https://gov.md/sites/default/files/document/attachments/intr14_101.pdf
21. Ordinul MECC cu privire la aprobarea *Reperelor metodologice privind activitatea psihologului în instituțiile de învățământ general*, 2018. [Accesat: 18.11.2020]. Disponibil: https://mecc.gov.md/sites/default/files/ordin_nr.02_din_02.01.2018_0.pdf
22. *Documente și link-uri utile. Platforma Educației incluzive*. [Accesat: 17.09.2020]. Disponibil: <http://includiune.edu.gov.md/ro/node/87>
23. *Documente pentru psihologi. Acte normative*. [Accesat: 18.10.2020]. Disponibil: <http://csp.psihologie.md/category/documente-pentru-psihologi/>
24. Ordinul MECC nr.380 din 26.03.2020 cu privire la aprobarea *Instrucțiunii privind organizarea asistenței psihologice copiilor/elevilor, părinților și cadrelor didactice pe perioada suspendării procesului educațional*, 2020. [Accesat: 18.11.2020]. Disponibil: https://mecc.gov.md/sites/default/files/instructiune_asistenta_psihologica.pdf
25. Ordinul MECC nr.840 din 19.08.2020. *Reglementări speciale privind organizarea anului de studiu 2020-2021, în contextul epidemiologic de COVID-19, pentru instituțiile de învățământ primar, gimnazial, liceal și extrașcolar*. [Accesat: 25.11.2020]. Disponibil: https://mecc.gov.md/sites/default/files/doc_baza_1.pdf
26. Ordinul MECC nr.1069 din 06.10.2020. *Repere metodologice privind securitatea și siguranța online a elevilor în procesul educațional la distanță pentru instituțiile de învățământ primar, gimnazial și liceal în anul de studii 2020-2021*. [Accesat: 13.11.2020]. Disponibil: https://mecc.gov.md/sites/default/files/img20201007_13332167.pdf
27. *Ministerul Educației, Culturii și Cercetării*, 2020. [Accesat: 18.11.2020]. Disponibil: <https://mecc.gov.md/>
28. *Activități de relaxare pentru copii pentru a reduce stresul și anxietatea*. [Accesat: 25.11.2020]. Disponibil: <https://www.unicef.org/moldova/articole/activit%C4%83%C8%9Bi-de-relaxare-p>
29. *Programul Educațional de Asistență Psihologică în contextul epidemiei Covid 19*, 2020. [Accesat: 22.11.2020]. Disponibil: <https://mecc.gov.md/ro/content/ministerul-educatiei-culturii>
30. *Proiect de lege cu privire la profesiunea și activitatea de psiholog*. [Accesat: 07.11.2020]. Disponibil: <http://www.parlament.md/ProcesulLegislativ/Proiectedeacteleislative/tabid/61/L>
31. *Asociația Psihologilor Practiceni din Moldova*. [Accesat: 05.12.2020]. Disponibil: <http://psihologie.key.md/appm>
32. RACU, I. Dezvoltarea psihologiei teoretice și practice în Republica Moldova. În: *Revista Psihologie. Pedagogie specială. Asistență socială*, 2011, nr.23, p.60-65. ISSN 1857 0224
33. VASILIU, V. *Psihologii din Moldova vor activa în baza unei legi. Cine le va elibera licențe și în ce condiții*. 2018. [Accesat: 19.11.2020]. Disponibil: <https://sanatateinfo.md/News/Item/7500>

Date despre autor:

Mariana BATOG, doctorandă; cercetător științific la Institutul de Științe ale Educației, Sectorul Psihologie.

E-mail: batog.mariana@gmail.com

ORCID: 0000-0003-3310-2495

Prezentat la 20.12.2020