

**UNIVERSITATEA PEDAGOGICĂ DE STAT „ION CREANGĂ” DIN CHIȘINĂU
ȘCOALA DOCTORALĂ DE PSIHOLOGIE ȘI ASISTENȚĂ SOCIALĂ**

Cu titlu de manuscris

C.Z.U: 159.922.8(043.2)

PLEȘEA ANDREEA-CRISTINA

DEZVOLTAREA INTELIGENȚEI EMOȚIONALE LA ADOLESCENȚI

Specialitatea 511.02 - Psihologia dezvoltării și psihologia educațională

Rezumatul tezei de doctor în psihologie

CHIȘINĂU, 2026

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

Componenta Comisiei de susținere publică a tezei de doctorat:

Președinte:

GLAVAN Aurelia, prof. univ., dr. hab. în psihologie, Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău.

Conducător de doctorat:

RACU Igor, prof. univ., dr. hab. în psihologie, Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău.

Referenți oficiali:

PLEȘCA Maria, conf. univ, dr. în psihologie, Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău.

ANGHEL (ȚOCU) Rodica, conf. univ., dr. în psihologie, Universitatea Dunărea de Jos, Galați, România.

BRICEAG Silvia, prof. univ., dr. în psihologie, Universitatea de Stat „Alec Russo” din Bălți, R. Moldova.

Susținerea va avea loc la **4 mai 2026**, ora **11:00** în ședința Comisiei de doctorat din cadrul Școlii Doctorale de Psihologie și Asistență socială 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 (<https://www.anacec.md/>.)

Rezumatul a fost expediat la _____ 2026

Președintele Comisiei de susținere,

GLAVAN Aurelia, prof. univ., dr. habilitat în psihologie, UPS „Ion Creangă”

Conducător de doctorat,

RACU Igor, prof. univ., dr. hab. în psihologie

Autor,

PLEȘEA Andreea-Cristina

© PLEȘEA Andreea-Cristina, 2026

CUPRINS

REPERE CONCEPTUALE ALE CERCETĂRII	3
CONȚINUTUL TEZEI.....	7
CONCLUZII GENERALE ȘI RECOMANDĂRI	24
BIBLIOGRAFIE	28
LISTA LUCRĂRILOR ȘTIINȚIFICE LA TEMA TEZEI	30
ADNOTARE	32
ANNOTATION.....	33
АННОТАЦИЯ.....	34

REPERE CONCEPTUALE ALE CERCETĂRII

Actualitatea și importanța problemei abordate. În contextul societății contemporane, caracterizate prin transformări accelerate, digitalizare intensă și incertitudini sociale și economice, competențele emoționale ale adolescenților reprezintă un factor esențial al dezvoltării personale și al adaptării sociale eficiente, astfel, inteligența emoțională nu mai poate fi considerată un atribut facultativ al dezvoltării individuale, ci reprezintă o competență esențială în gestionarea eficientă a provocărilor cotidiene, a stresului, în consolidarea relațiilor interpersonale armonioase și în menținerea echilibrului psihologic. Studiile recente subliniază rolul crucial al inteligenței emoționale în stimularea capacităților cognitive și comportamentale ale individului. Spre deosebire de abordările tradiționale, care privilegiau inteligența cognitivă, cercetările actuale evidențiază faptul că IE acționează ca un catalizator pentru dezvoltarea personală și motivațională, influențând dimensiuni ale personalității, adaptabilitatea și competențele sociale [1, 13]. În pofida creșterii coeficientului de inteligență cognitivă, există dovezi privind un declin al IE în rândul adolescenților, ceea ce se corelează cu dificultăți în relațiile interpersonale, creșterea riscului de tulburări emoționale, comportamente antisociale și probleme de autoreglare [12, 18, 19, 32]. Prin urmare, investigarea dezvoltării inteligenței emoționale în adolescență reprezintă nu doar o preocupare teoretică, ci și o nevoie practică, având implicații majore în formarea tinerilor capabili să gestioneze provocările lumii moderne și să contribuie la crearea unei societăți echilibrate și reziliente.

Descrierea situației în domeniul de cercetare și identificarea problemei de cercetare

Studiile din domeniul inteligenței emoționale evidențiază importanța acestui construct ca factor central în dezvoltarea holistică a individului, fapt care a generat un interes crescut și o implicare constantă a unui spectru larg de specialiști, atât la nivel național, cât și internațional. Cercetările din ultima decadă au explorat multiple dimensiuni teoretice ale inteligenței emoționale, printre care enumerăm: G. Hasson [16]; R. J. Davidson [9]; I.D. Fodor [11]; A. S. Drigas [10]; C. Papoutsis [10]; M.A. Brackett [1,2]; D. Goleman [13, 14]; T.J. Bradford [17]; D. Caruso [22]; A. Furnham [27]; H. Tolley [36]; M. Pleșca [28]; M. Vîrlan [35]; ș.a. De asemenea, în ultimul deceniu, s-au desfășurat multiple cercetări privind diverse aspecte ale sferei emoționale: J. Cosnier [7]; M. Brillion [5]; B. Nelson [26]; L. Mlodinow oferă o abordare modernă și critică asupra științei emoțiilor și sentimentelor [24]; A. Cury [8]; B. Rimé studiază comunicarea socială a emoțiilor [30]; J. Brantley, studiază modalități de gestionare a emoțiilor și de recăpătare a autocontrolului [23].

Printre teoriile care investighează modalități variate de intervenție și aplicare practică a acestui concept, enumerăm: L. Lantieri [20]; A. Vernon [33]; L. Shapiro [31]; J. Bradberry și J. Greaves care

propun un program structurat pentru îmbunătățirea inteligenței emoționale [3]. Caracteristicile emoționale ale adolescenților au fost studiate și descrise în lucrările lui: F. Golu [15]; A. Munteanu [25]; L.S. Vîgotski [34]; iar în Republica Moldova lucrările lui I. Racu, Iu. Racu [29]; S. Briceag [4]; E. Losfi [21]. Astfel, analizând literatura de specialitate și datele empirice recente, se constată că, deși există multiple studii asupra IE și adaptabilității psihosociale, deficitul de programe integrate de dezvoltare a competențelor emoționale la adolescenți rămâne o problemă majoră. Lipsa unui cadru educațional formal pentru dezvoltarea IE limitează capacitatea acestora de a-și gestiona emoțiile, de a interacționa eficient cu ceilalți și de a adopta strategii de coping adecvate.

Problema principală a cercetării se poate formula astfel: cum poate fi elaborat și implementat un program psihologic integrativ care să dezvolte eficient inteligența emoțională la adolescenți, contribuind la valorificarea trăsăturilor de personalitate și optimizarea strategiilor de coping? Pentru abordarea acestei probleme de cercetare, **direcțiile de soluționare** se individualizează prin răspunsurile formulate la o serie de probleme derivate: 1) În ce mod se manifestă influența diferențelor de gen asupra dezvoltării competențelor de inteligență emoțională în perioada adolescenței? 2) Care este etapa de vârstă în care manifestările inteligenței emoționale ating un nivel crescut de intensitate și complexitate în rândul adolescenților? 3) În ce măsură condițiile mediului de proveniență (urban vs. rural) pot determina variații semnificative în nivelul de dezvoltare a inteligenței emoționale la adolescenți? 4) Care este relația de asociere dintre nivelul dezvoltării inteligenței emoționale și trăsăturile de personalitate la adolescenți? 5) Ce strategii de coping sunt utilizate predominant de adolescenți și cum se corelează acestea cu nivelul inteligenței emoționale? 6) Care sunt metodele de intervenție validate empiric ce pot garanta eficiența dezvoltării inteligenței emoționale în rândul adolescenților, în funcție de contextul acestora?

Scopul cercetării constă în explorarea dimensiunilor inteligenței emoționale la adolescenți, precum și în elaborarea și implementarea unui program de intervenție psihologică orientat spre dezvoltarea abilităților emoționale.

În urma acestei analize, au fost conturate următoarele **obiective**: 1) Identificarea nivelului de dezvoltare a inteligenței emoționale pe parcursul vârstei adolescente; 2) Studiarea particularităților de dezvoltare a inteligenței emoționale în funcție de mediul de proveniență (rural, urban); 3) Stabilirea diferențelor cu privire la nivelul inteligenței emoționale în funcție de gen pe parcursul vârstei adolescente; 4) Determinarea trăsăturilor de personalitate la adolescenți în raport cu diferitele niveluri ale inteligenței emoționale; 5) Determinarea legăturii dintre nivelul dezvoltării inteligenței emoționale și strategiile de coping utilizate la vârsta adolescentă; 6) Elaborarea și aplicarea unui program de intervenție psihologică având ca obiectiv principal dezvoltarea inteligenței emoționale; 7) Evaluarea eficienței programului

integrativ de intervenție psihologică implementat; 8) Formularea recomandărilor psihologice pentru îmbunătățirea abilităților de inteligență emoțională la adolescenți.

Realizarea acestor obiective a implicat parcurgerea mai multor **etape** succesive:

1. Etapa analizei teoretice a implicat o examinare aprofundată și sistematică a literaturii de specialitate, având scopul de a asigura o fundamentare conceptuală solidă pentru întregul demers al studiului.

2. Etapa de constatare în cadrul căreia sunt prezentate în mod detaliat metodologia cercetării, structura eșantionului, precum și procedurile aplicate pentru colectarea și analiza datelor.

3. Etapa formativă a avut drept obiectiv principal elaborarea, implementarea și analiza impactului programului structurat de dezvoltare a inteligenței emoționale la adolescenți.

Ipoteza generală a cercetării: *Presupunem că nivelurile inteligenței emoționale în perioada adolescență variază în funcție de vârstă, gen, mediul de proveniență și manifestă un caracter distinct, adaptat particularităților acestei perioade de dezvoltare și pot avea o influență asupra trăsăturilor de personalitate și a strategiilor de coping emoțional utilizate de adolescenți.*

Suportul teoretic al cercetării a inclus următoarele: Numeroși autori au elaborat contribuții teoretice și cercetări empirice semnificative privind conceptualizarea și dezvoltarea inteligenței emoționale, printre care: D. Goleman [13, 14], J.D. Mayer [22], P. Salovey [22], D.R. Caruso [22], K. V. Petrides [27], H. TOLLEY [36], A. Furnham [27], M. Brackett [2], G. Hasson [16], I.D. Fodor [11], A. S. Drigas [10], C. A. Papoutsis [10], I. Chaidi [6], A. Vernon [33], L. Lantieri [20].

Metodologia cercetării științifice îmbină metode teoretice, examinarea critică a literaturii de specialitate; metode empirice, printre care: Testul „Diagnosticarea inteligenței emoționale”, elaborat de N. Hall; Testul de “Inteligență Emoțională” de D. Goleman; Scala de maturitate Friedman; testul ABCD – M; testul CERQ - Chestionarul de evaluare a coping-ului cognitiv emoțional. Metode statistice - calculul frecvențelor (distribuția rezultatelor), mediei (tendința centrală a rezultatelor), testul de independență Hi-pătrat (măsurarea asocierii dintre două variabile categoricale), Testul de corelație Gamma (măsurarea forței și direcției asocierii între două variabile ordinale), testul de corelație ordinală Kendall (măsoară asocierea sau corelația dintre două variabile ordinale sau cu distribuție non-normală), testul U Mann-Whitney și testul Wilcoxon.

Noutatea și originalitatea științifică rezidă în abordarea complexă a inteligenței emoționale la adolescenți, evidențiind interdependența acesteia cu trăsăturile de personalitate și strategiile de coping. Cercetarea a permis conturarea profilului de personalitate al adolescentului cu un nivel ridicat al inteligenței emoționale pe baza trăsăturilor de personalitate identificate și a fost conceput și implementat

un program de dezvoltare a inteligenței emoționale, având drept obiectiv îmbunătățirea competențelor emoționale, cu efecte benefice atât asupra structurii de personalitate, cât și asupra utilizării unor strategii de coping mai eficiente.

Rezultatele obținute care contribuie la soluționarea problemei științifice importante constau în determinarea caracteristicilor specifice în procesul de formare și dezvoltare a inteligenței emoționale la adolescenți, identificarea particularităților distincte ale acestei dimensiuni care variază semnificativ în funcție de gen, etapă de vârstă și mediul de proveniență, stabilirea trăsăturilor distinctive de personalitate la adolescenți în funcție de variațiile nivelurilor de inteligență emoțională, elaborarea unui profil de personalitate al adolescentului cu un nivel ridicat al inteligenței emoționale și a legăturii dintre inteligența emoțională și strategiile de coping utilizate de adolescenți, fapt ce a permis elaborarea și implementarea unui program de intervenție psihologică destinat dezvoltării inteligenței emoționale, având ca rezultat îmbunătățirea personalității adolescenților și dezvoltarea unor strategii de coping adaptative.

Semnificația teoretică a acestei lucrări constă în analiză aprofundată a literaturii de specialitate, având drept scop conturarea unui cadru teoretic solid pentru înțelegerea inteligenței emoționale la adolescenți. Cercetarea analizează și sintetizează principalele modele teoretice, evidențiind factorii determinanți ai inteligenței emoționale și modul în care aceasta influențează dezvoltarea personală și socială a adolescenților.

Valoarea aplicativă a lucrării constă în conturarea unui profil de personalitate al adolescentului cu un nivel ridicat al inteligenței emoționale, precum și în dezvoltarea și implementarea unui program de intervenție psihologică destinat optimizării competențelor emoționale. Rezultatele obținute contribuie la o mai bună înțelegere a procesului de dezvoltare emoțională în adolescență și oferă un cadru metodologic valoros pentru intervențiile educaționale și psihologice, având un impact semnificativ asupra formării unor strategii eficiente de gestionare a emoțiilor și adaptare la provocările specifice acestei etape de viață.

Rezultatele științifice principale înaintate spre susținere sunt următoarele:

- nivelul inteligenței emoționale la adolescenți diferă în funcție de vârstă, gen și mediul de proveniență;
- nivelurile maturității emoționale variază pe durata adolescenței, în funcție de vârstă, gen și mediul de proveniență;
- există o relație de interdependență între nivelul inteligenței emoționale și trăsăturile de personalitate la vârsta adolescentă;
- există o corelație între nivelul inteligenței emoționale și nivelul strategiilor de coping utilizate de adolescenți;

- implementarea unui program integrativ de intervenție psihologică a condus la creșterea semnificativă a nivelului inteligenței emoționale și a maturității emoționale, precum și la modificarea trăsăturilor de personalitate și a strategiilor de coping.

Implementarea rezultatelor științifice. Rezultatele studiului teoretic și experimental au fost integrate în procesul formării studenților la Facultatea de psihologie și PPS, cât și în programele de formare continuă, în activitatea de consiliere psihologică desfășurată la Asociația Eirini, contribuind astfel la extinderea orizonturilor cunoașterii și la perfecționarea competențelor profesionale ale specialiștilor din domeniu.

Aprobarea rezultatelor cercetării. Rezultatele cercetării au fost prezentate și validate în cadrul ședințelor Catedrei de Psihologie a UPS “Ion Creangă” din Chișinău, precum și în cadrul conferințelor științifice organizate de această instituție și de Universitatea Hyperion din București. În plus, activitatea desfășurată în cadrul Școlii Doctorale a fost completată prin participarea la evenimente academice naționale și internaționale, precum și prin publicarea de articole în reviste de specialitate, contribuind astfel la îmbogățirea literaturii de profil și la diseminarea rezultatelor obținute în domeniul cercetat.

Publicații la tema tezei: Rezultatele obținute sunt publicate în 13 lucrări științifice, dintre care 5 articole în reviste științifice naționale, 8 articole în lucrările conferințelor și ale altor manifestări științifice.

Sumarul compartimentelor tezei: Teza este constituită din: adnotări (în 3 limbi), lista abrevierilor, introducere, trei capitole, concluzii generale și recomandări, bibliografie alcătuită din 243 titluri, 8 anexe, 147 pagini de text de bază, 63 figuri.

Cuvinte-cheie: inteligență emoțională, maturitate emoțională, trăsături de personalitate, strategii de coping, program formativ, abordare integrativă, vârsta adolescentă.

CONȚINUTUL TEZEI

În *Introducere* este evidențiată actualitatea și importanța temei cercetării, fiind examinat contextul existent în domeniu și conturată problema de cercetare, sunt stabilite scopul și obiectivele cercetării, este prezentată noutatea, importanța teoretică și rezolvarea problemei științifice, incluzând implementarea concretă a rezultatelor obținute.

În *Capitolul I* „Aspecte teoretice privind inteligența emoțională” sunt evidențiate principalele direcții de cercetare ale conceptului de inteligență emoțională, alături de o analiză a celor mai relevante definiții. Sunt prezentate modelele teoretice din perspectiva mai multor specialiști în domeniu, iar pentru a obține o înțelegere mai detaliată a dezvoltării inteligenței emoționale, a fost examinată și relația dintre inteligența emoțională, trăsăturile de personalitate și strategiile de coping. Capitolul examinează, de

asemenea, particularitățile perioadei adolescenței și modurile în care inteligența emoțională se exprimă în această etapă a vieții.

În *Capitolul II*, intitulat „Cercetarea experimentală a inteligenței emoționale la adolescenți”, sunt prezentate rezultatele studiului, alături de scopul, obiectivele, ipotezele, eșantionul și instrumentele de cercetare utilizate.

Scopul cercetării experimentale constatative constă în stabilirea nivelului de dezvoltare a inteligenței emoționale la adolescenți în funcție de variabilele gen, vârstă și mediu, a relației de interdependență cu trăsăturile de personalitate, precum și a legăturii cu strategiile de coping.

În vederea realizării scopului ne-am propus următoarele **obiective de cercetare**: 1) Identificarea nivelului de dezvoltare a inteligenței emoționale pe parcursul vârstei adolescenței; 2) Studiarea particularităților de dezvoltare a inteligenței emoționale în funcție de mediul de proveniență (rural, urban); 3) Stabilirea diferențelor cu privire la nivelul inteligenței emoționale în funcție de gen pe parcursul vârstei adolescenței; 4) Determinarea trăsăturilor de personalitate la adolescenți în raport cu diferitele niveluri ale inteligenței emoționale; 5) Elaborarea profilului de personalitate al adolescentului inteligent emoțional; 6) Determinarea legăturii dintre nivelul inteligenței emoționale și strategiile de coping utilizate la vârsta adolescenței.

În cadrul acestui experiment am enunțat următoarea **ipoteză generală**: *Presupunem că nivelurile inteligenței emoționale în perioada adolescență variază în funcție de vârstă, gen, mediul de proveniență și manifestă un caracter distinct, adaptat particularităților acestei perioade de dezvoltare și pot avea o influență asupra trăsăturilor de personalitate și a strategiilor de coping-emoțional utilizate de adolescenți.*

Ipoteza generală a permis avansarea următoarelor ipoteze operaționale:

Ipoteza 1. Presupunem că nivelul inteligenței emoționale la adolescenți diferă în funcție de vârstă, gen și mediul de proveniență.

Ipoteza 2. Presupunem că nivelurile maturității emoționale pot varia pe durata adolescenței, în funcție de vârstă, gen și mediul de proveniență.

Ipoteza 3. Presupunem că există o relație de interdependență între nivelul inteligenței emoționale și trăsăturile de personalitate la vârsta adolescenței.

Ipoteza 4. Presupunem că există o corelație între nivelul inteligenței emoționale și nivelul strategiilor de coping utilizate de adolescenți.

Variabilele experimentului constatativ sunt:

Variabilele independente: 1) Trăsăturile de personalitate de tip Big Five: Extraversie, Maturitate, Agreabilitate, Conștiinciozitate, Autoactualizare; 2) Strategiile de coping cognitiv emoțional: Auto-culpabilizarea, Acceptarea, Ruminarea, Refocalizarea pozitivă, Refocalizarea pe planificare, Reevaluarea pozitivă, Punerea în perspectivă, Catastrofarea, Culpabilizarea; 3) Genul; 4) Vârsta; 5) Mediul de proveniență (rural, urban).

Variabila dependentă este reprezentată de inteligența emoțională.

Instrumentele utilizate: Testul „Diagnosticarea inteligenței emoționale” (Hall); Testul “Inteligență Emoțională” de D. Goleman; Scala de Maturitate Friedman; Chestionarul ABCD-M; Chestionarul CERQ .

Rezultatele cercetării experimentale a dezvoltării inteligenței emoționale la adolescenți

Ipoteza 1: Presupunem că nivelul inteligenței emoționale la adolescenți diferă în funcție de vârstă, gen și mediul de proveniență.

Administrând chestionarul „Diagnosticarea inteligenței emoționale” elaborat de N. Hall, am determinat nivelul inteligenței emoționale în funcție de genul, mediul de proveniență și vârsta adolescenților.

Dezvoltarea inteligenței emoționale la adolescenți în funcție de gen

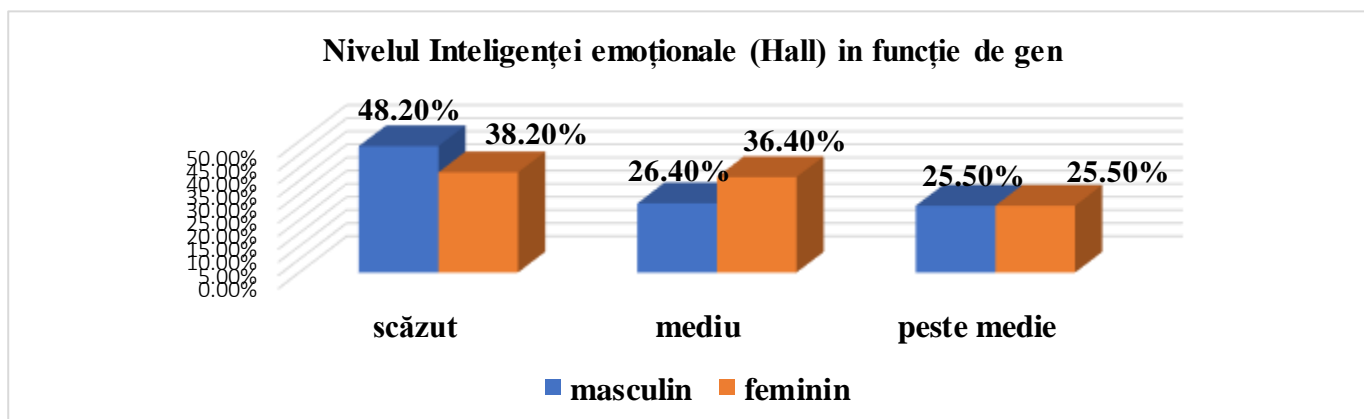


Fig. 1. Distribuția nivelurilor IE în funcție de variabila gen

Analiza nivelurilor inteligenței emoționale în funcție de gen arată că băieții se încadrează mai frecvent la nivel scăzut (48,2%) comparativ cu fetele (38,2%), în timp ce nivelul mediu este mai prezent la fete (36,4%) decât la băieți (26,4%), iar nivelul ridicat este egal pentru ambele genuri (25,5%); diferențele nu sunt semnificative statistic ($\chi^2(df=2)=3.03$; $p=0.220>0.05$), indicând egalitate a inteligenței emoționale între fete și băieți. Totuși, distribuția scorurilor sugerează o tendință în favoarea fetelor, acestea înregistrând mai frecvent niveluri medii de inteligență emoțională și mai rar niveluri scăzute, precum băieții, ceea ce sugerează o înclinație spre un control emoțional mai echilibrat.

Dezvoltarea inteligenței emoționale la adolescenți în funcție de mediul de proveniență

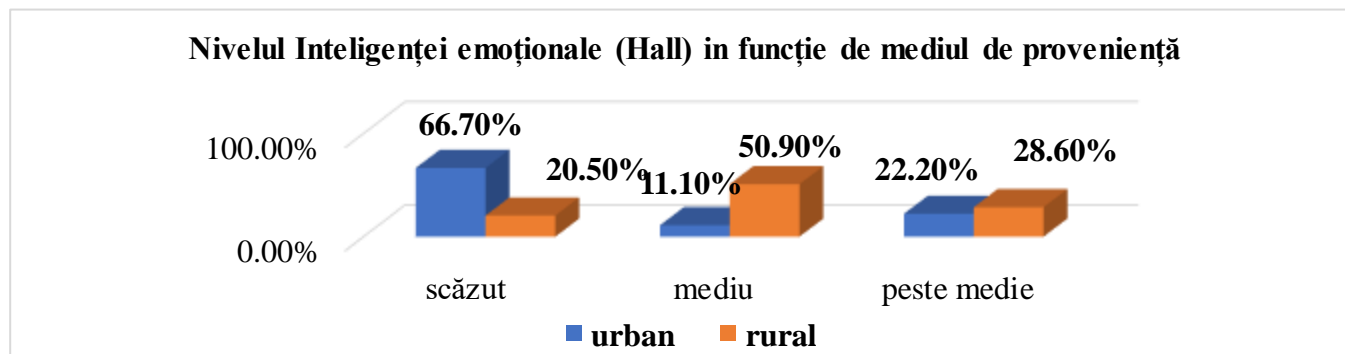


Fig. 2. Distribuția nivelului IE în funcție de variabila mediu

Analiza nivelului inteligenței emoționale în funcție de mediul de proveniență arată că nivelul scăzut predomină la adolescenții din mediul urban (66,7%) comparativ cu cei din mediul rural (20,5%), nivelul mediu predomină în mediul rural 50,9% față de 11,1% mediul urban, iar nivelul ridicat se regăsește în proporții relativ apropiate pentru ambele categorii (urban 22,2%; rural 28,6%); testul de independență Hi-pătrat indică o diferență semnificativă statistic ($\chi^2(df=2)=55,71$; $p=0.001$), confirmând impactul mediului asupra inteligenței emoționale.

Dezvoltarea inteligenței emoționale la adolescenți în funcție de vârstă

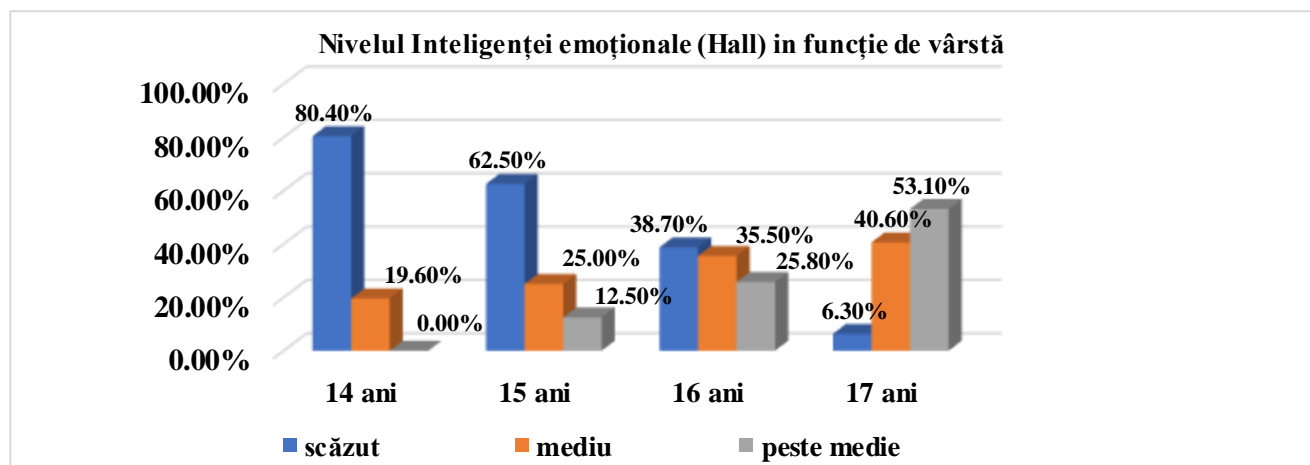


Fig. 3. Distribuția nivelului IE în funcție de variabila vârstă

Analiza nivelului inteligenței emoționale în funcție de vârstă evidențiază că nivelul scăzut predomină la 14–15 ani (62,5%–80,4%), nivelul mediu devine central la 16 ani, iar la 17 ani prevalează nivelul ridicat (53,1%); testul Hi-pătrat indică o dependență semnificativă între inteligența emoțională și vârstă ($\chi^2(df=6)=78,31$; $p=0.001$), cu o asociere liniară pozitivă și substanțială ($\chi^2(df=1)=73,91$; $\gamma=0.697$; $p=0.001$), sugerând că nivelul de inteligență emoțională crește odată cu vârsta.

Ipoteza 2. Presupunem că nivelurile maturității emoționale pot varia pe durata adolescenței, în funcție de vârstă, gen și mediul de proveniență.

Pentru a explora în profunzime inteligența emoțională a subiecților studiați, am aplicat testul de maturitate emoțională, Friedman. Analiza maturității emoționale în funcție de **gen** indică diferențe în distribuția nivelurilor, în sensul că băieții manifestă mai frecvent niveluri corespunzătoare reacțiilor adolescente și ușoarei imaturități emoționale (22,74%) comparativ cu fetele (9,1%), în timp ce tendințele spre dezechilibru și maturizarea emoțională medie sunt mai frecvente la fete (65,46%) decât la băieți (51,5%), nivelul corespunzător fiind similar pentru ambele genuri (25,5%), ($\chi^2 = 78,31$; $p = 0,001$).

Adolescenții din **mediul** urban prezintă o proporție mai mare de reacții emoționale imature, imaturitate ușoară și tendințe spre dezechilibru emoțional (66,6%), comparativ cu 20,6% în cazul celor din mediul rural. Adolescenții din mediul rural se remarcă printr-o frecvență mai mare a nivelului mediu și a nivelului corespunzător de maturizare emoțională (79,4%), față de doar 33,4% în mediul urban. Testul de independență Hi-pătrat indică semnificația statistică pentru diferența observată ($\chi^2(df=4)=58.92$; $p=0.001$), motiv pentru care se asumă relația dintre nivelul maturității emoționale și mediul de proveniență, în sensul unui nivel mai ridicat în cazul celor din mediul rural.

Analiza datelor arată o dezvoltare progresivă a maturității emoționale pe măsură ce adolescenții înaintază în **vârstă**: La 14 ani (58,7%), la 15 ani (62,5%), la 17 ani (93,7%). Testul de independență Hi-pătrat indică asumarea dependenței nivelului Maturității emoționale de nivelul de vârstă ($\chi^2(df=6)=141.92$; $p=0.001$).

Ipoteza 3. Presupunem că există o relație de interdependență între nivelul inteligenței emoționale și trăsăturile de personalitate la vârsta adolescentă.

Pentru a analiza și valida această ipoteză, am utilizat Chestionarul Big Five (ABCD-M).

Factorul Extraversie

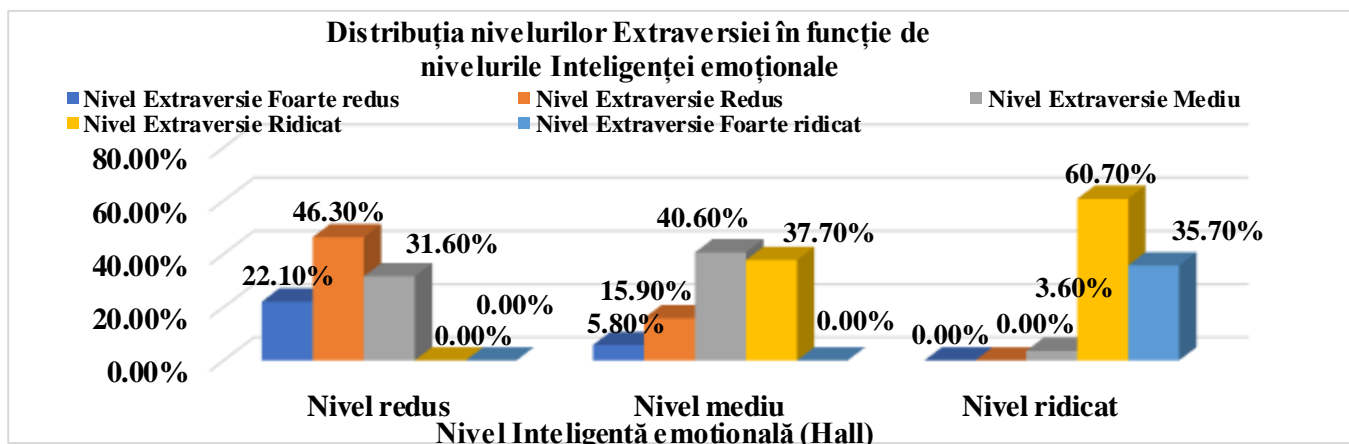


Fig. 4. Distribuția nivelului Extraversiei în funcție de nivelul IE

Se observă o corelație pozitivă puternică, semnificativă statistic la un prag de semnificație $p < 0.01$ între Inteligența emoțională (Goleman, Hall) și Extraversie (E) (0.700 – 0.731). În cazul fațetelor Extraversiei corelațiile observate sunt substanțiale: Activism (E1) (0.552 – 0.583), Optimism (E2) (0.629 – 0.639), Umor (E3) (0.629 – 0.651), Abilități interpersonale (E4) (0.678 – 0.743) și Afirmare personală (E5) (0.533 – 0.554).

Factorul Maturitate

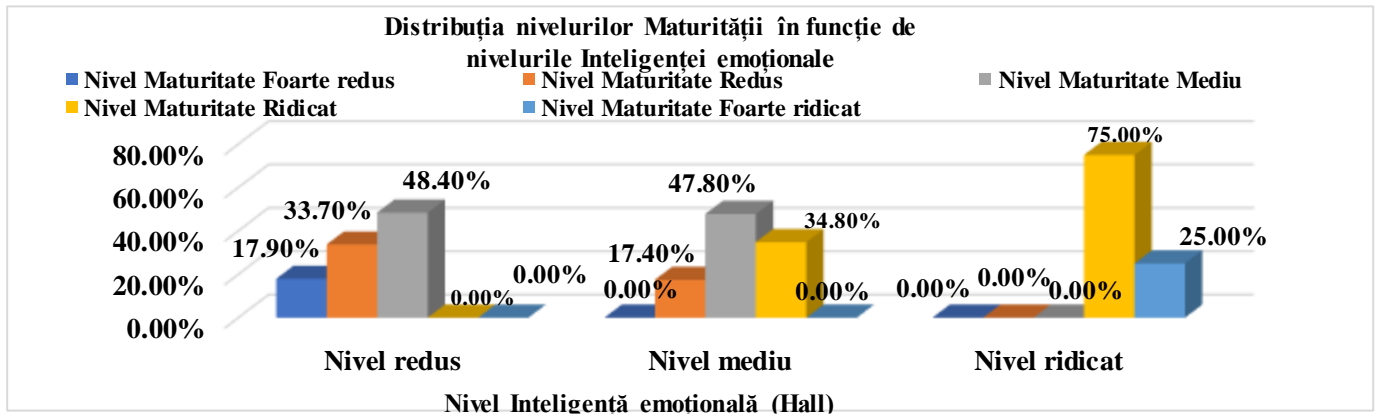


Fig. 5. Distribuția nivelului Maturității în funcție de nivelul IE

Constatăm o corelație pozitivă puternică, semnificativă statistic la un prag de semnificație $p < 0.01$, între cei doi factori: Inteligența emoțională (Goleman, Hall) și Maturitate (M) (0.703 – 0.716). În cazul fațetelor maturității, corelațiile observate sunt substanțiale: Respect (M1) (0.595 – 0.598), Adaptare (M2) (0.642 – 0.660), Forța inhibiției (M4) (0.526 – 0.530) și Forța eului (M5) (0.635 – 0.650). În cazul Prietenie (M3) corelația identificată este moderată (0.383 – 0.396), dar semnificativă statistic la un prag $p < 0.01$.

Factorul Agreabilitate

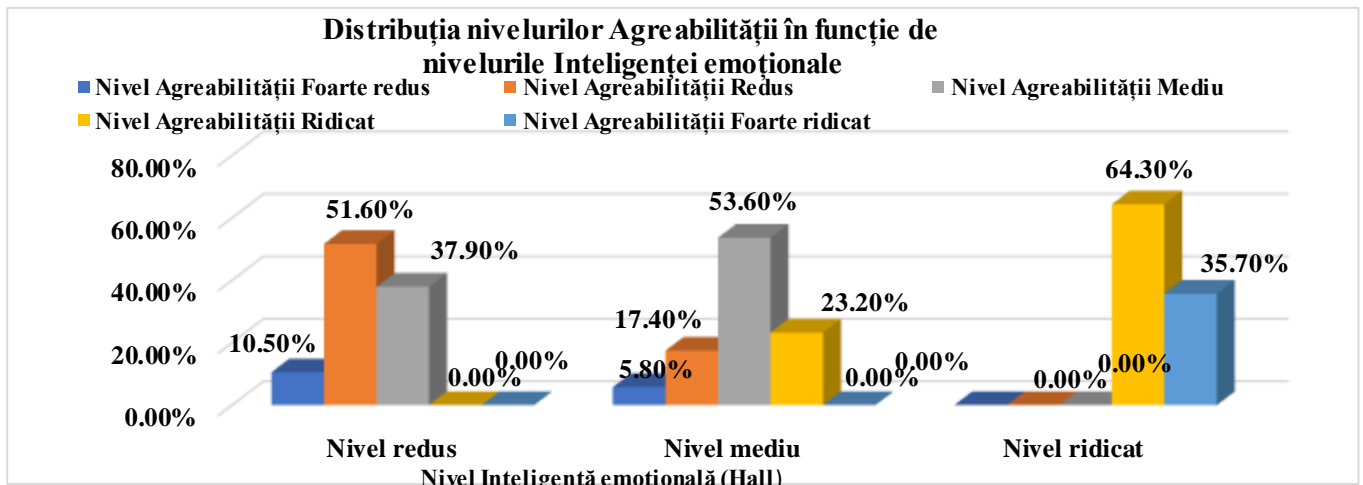


Fig. 6. Distribuția nivelului Agreabilității, în funcție de nivelul IE

Constatăm o corelație pozitivă substanțială, semnificativă statistic la un prag de semnificație $p < 0.01$, între cei doi factori: Inteligența emoțională (Goleman, Hall) și Agreabilitate (A) (0.628 – 0.692). În cazul fațetelor agreabilității corelațiile observate sunt substanțiale: Căldură afectivă (A3) (0.494 – 0.541), Empatie (A4) (0.461 – 0.560), Onestitate (A5) (0.680 – 0.690), Altruism (A1) (0.628–0.692). În cazul Romantismului (A2) corelația identificată este moderată (0.350 – 0.379), dar semnificativă statistic la un prag $p < 0.01$.

Factorul Conștiinciozitate

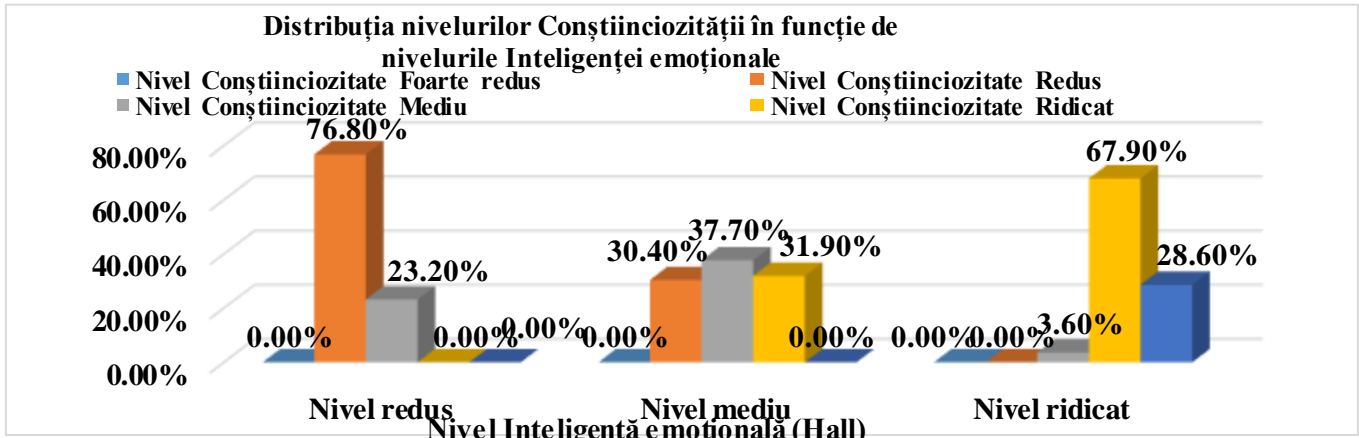


Fig. 7. Distribuția nivelurilor Conștiinciozității în funcție de nivelurile IE

Constatăm o corelație pozitivă puternică, semnificativă statistic la un prag de semnificație $p < 0.01$, între cei doi factori: Inteligența emoțională (Goleman, Hall) și Conștiinciozitate (A) (0.672 – 0.723). În cazul fațetelor Conștiinciozității corelațiile observate sunt substanțiale: Voință și perseverență (C1) (0.650 – 0.666), Raționalitate (C3) (0.620 – 0.682) și corelații moderate pentru Spirit de perfecțiune (C2) (0.355 – 0.360), Planificare (C4) (0.419 – 0.439) și Autodisciplină (0.437 – 0.506).

Factorul Autoactualizare

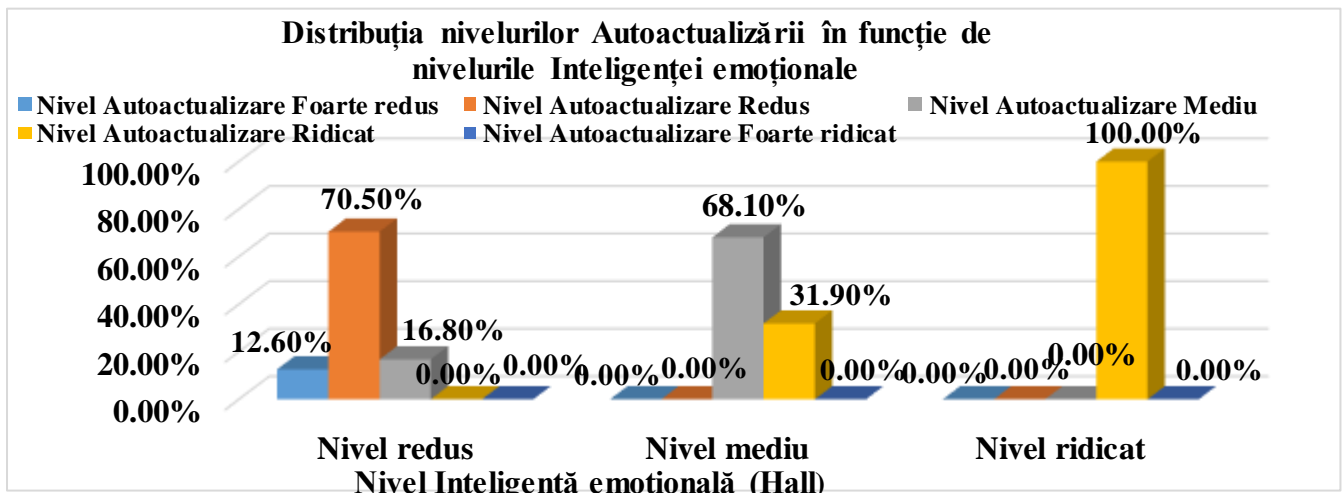


Fig. 8. Distribuția nivelurilor Autoactualizării în funcție de nivelurile Inteligenței emoționale

Constatăm o corelație pozitivă puternică, semnificativă statistic la un prag de semnificație $p < 0.01$, între Inteligența emoțională (Goleman, Hall) și Autoactualizare (A) (0.787 – 0.844). În cazul fațetelor Autoactualizării corelațiile observate sunt substanțiale: Aprofundare (AC1) (0.610 – 0.645), Toleranță (AC2) (0.671 – 0.681), Rafinare (AC3) (0.495 – 0.567), Independența (AC4) (0.492 – 0.589) și Creativitate (0.615 – 0.652).

Maturitatea emoțională, Friedman

Analiza evidențiază corelații pozitive semnificative între maturitatea emoțională (Friedman) și factorii de personalitate ABCD-M, testate prin corelație ordinală Kendall ($p < 0.01$): **Extraversie (E)**: 0.700–0.731; fațetele: Activism (E1) 0.552–0.583, Optimism (E2) 0.629–0.639, Umor (E3) 0.629–0.651, Abilități interpersonale (E4) 0.678–0.743, Afirmare personală (E5) 0.533–0.554.; **Maturitate (M)**: 0.703–0.716; fațetele: Respect (M1) 0.595–0.598, Adaptare (M2) 0.642–0.660, Forța inhibiției (M4) 0.526–0.530, Forța eului (M5) 0.635–0.650, În cazul Prieteniei (M3) 0.383–0.396 corelația identificată este moderată, dar semnificativă statistic la un prag $p < 0.01$.

Agreabilitate (A): 0.628–0.692; fațetele: Altruism (A1) 0.470–0.702, Căldură afectivă (A3) 0.494–0.541, Empatie (A4) 0.461–0.560, Onestitate (A5) 0.680–0.690. În cazul Romantismului (A2) corelația identificată este moderată (0.350 – 0.379), dar semnificativă statistic la un prag $p < 0.01$; **Conștiinciozitate (C)**: 0.672–0.723; fațetele: Voință și perseverență (C1) 0.650–0.666, Spirit de perfecțiune (C2) 0.355–0.360, Raționalitate (C3) 0.620–0.682, Planificare (C4) 0.419–0.439, Autodisciplină (C5) 0.437–0.506.

Autoactualizare (AC): 0.787–0.844; fațetele: Aprofundare (AC1) 0.610–0.645, Toleranță (AC2) 0.671–0.681, Rafinare (AC3) 0.495–0.567, Independență (AC4) 0.492–0.589, Creativitate (AC5) 0.615–0.652. Analiza trăsăturilor de personalitate a permis conturarea profilului adolescentului cu inteligență emoțională ridicată, caracterizat prin echilibru emoțional, optimism, flexibilitate afectivă, maturitate, perseverență și deschidere față de schimbare. Acesta manifestă empatie, altruism, toleranță și comportamente prosociale, precum și capacități dezvoltate de autoanaliză și autoreglare emoțională, gestionând adaptativ situațiile stresante. Totodată, se remarcă prin autonomie, autodisciplină și motivație pentru învățare și dezvoltare personală, stabilind relații interpersonale armonioase și exercitând o influență pozitivă asupra grupurilor din care face parte.

Ipoteza 4. Presupunem că există o corelație între nivelul inteligenței emoționale și nivelul strategiilor de coping utilizate de adolescenți.

Strategiile de coping ale adolescenților au fost evaluate cu ajutorul Chestionarului de Evaluare a Copingului Cognitiv Emoțional (CERQ).

1. Autoculpabilizarea

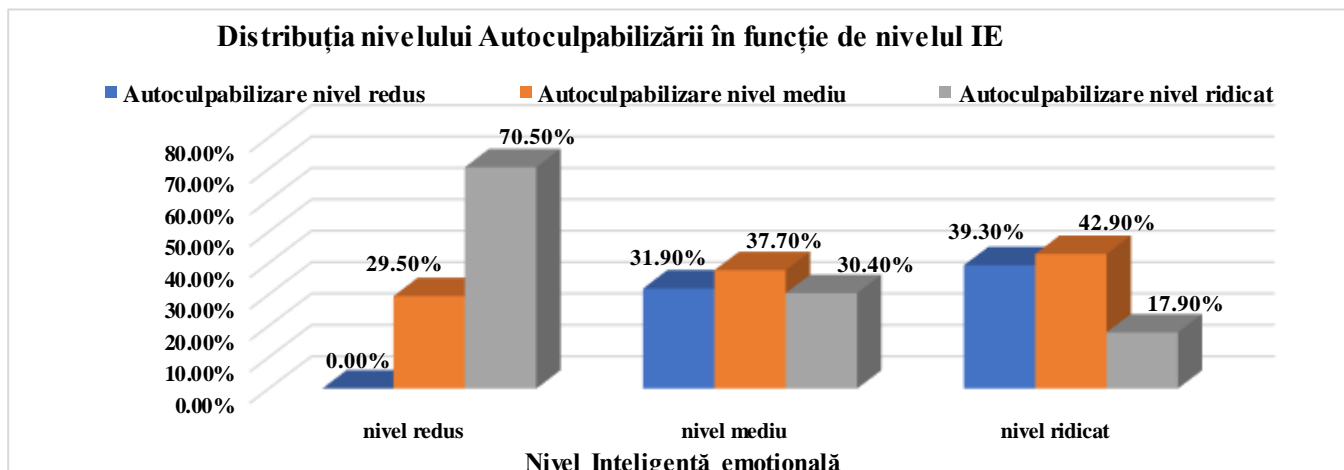


Fig. 9. Distribuția nivelurilor Autoculpabilizării în funcție de nivelul IE

Analiza **autoculpabilizării** în funcție de nivelul IE arată că adolescenții cu IE redusă utilizează frecvent această strategie (29,5% nivel mediu; 70,5% ridicat), cei cu IE medie prezintă o distribuție relativ echilibrată (31,9% redus; 31,9% mediu; 30,4% ridicat), iar cei cu IE ridicată: 39,3% redus; 42,9% mediu; 17,9% ridicat. Corelația ordinal Kendall evidențiază asumarea unei corelații negative substanțiale ($t = -0.544$; $p < 0.01$), în sensul asocierii semnificative a nivelului scăzut al Inteligenței emoționale cu nivelul ridicat de utilizare al Autoculpabilizării.

2. Acceptarea

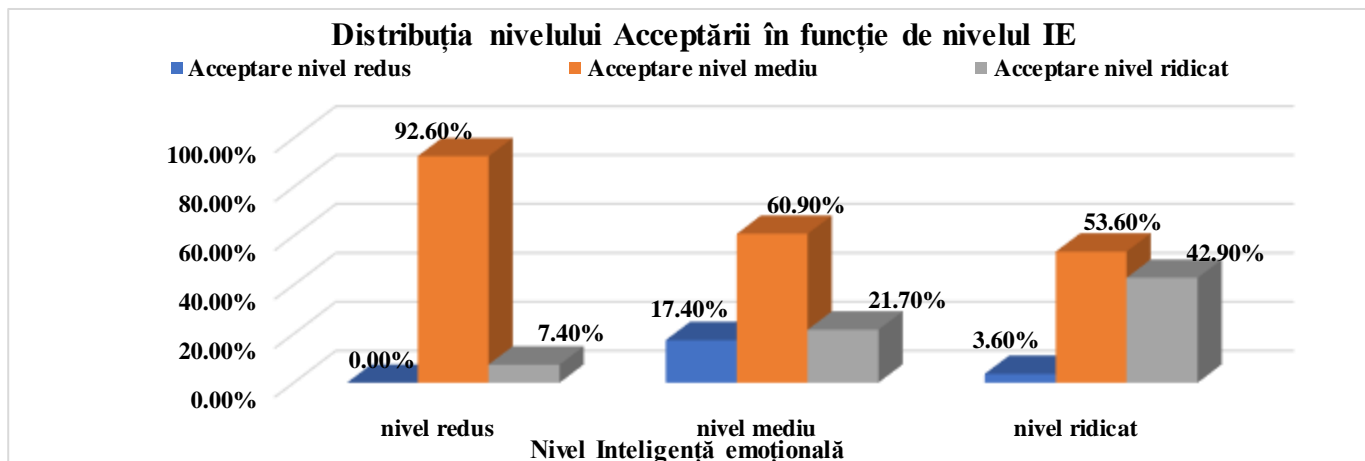


Fig. 10. Distribuția nivelurilor Acceptării în funcție de nivelul IE

Analiza strategiei de coping **Acceptare** în funcție de IE arată că adolescenții cu IE redusă utilizează preponderent nivelul mediu (92,6%) și 7,4% au un nivel ridicat. Cei cu IE medie: 17,4% redus; 60,9% mediu; 21,7% ridicat, iar cei cu IE ridicată: 3,6% redus; 53,6% mediu; 42,9% ridicat, indicând o capacitate superioară de a accepta inevitabilitatea anumitor evenimente. Rezultatele testului de corelație ordinală Kendall indică o asociere foarte redusă și nesemnificativă între nivelurile inteligenței emoționale

(Goleman, Hall) și utilizarea acceptării ca strategie de coping ($t = -0,053$; $p > 0,05$). Aceste rezultate sugerează că cele două dimensiuni sunt autonome.

3. Ruminarea

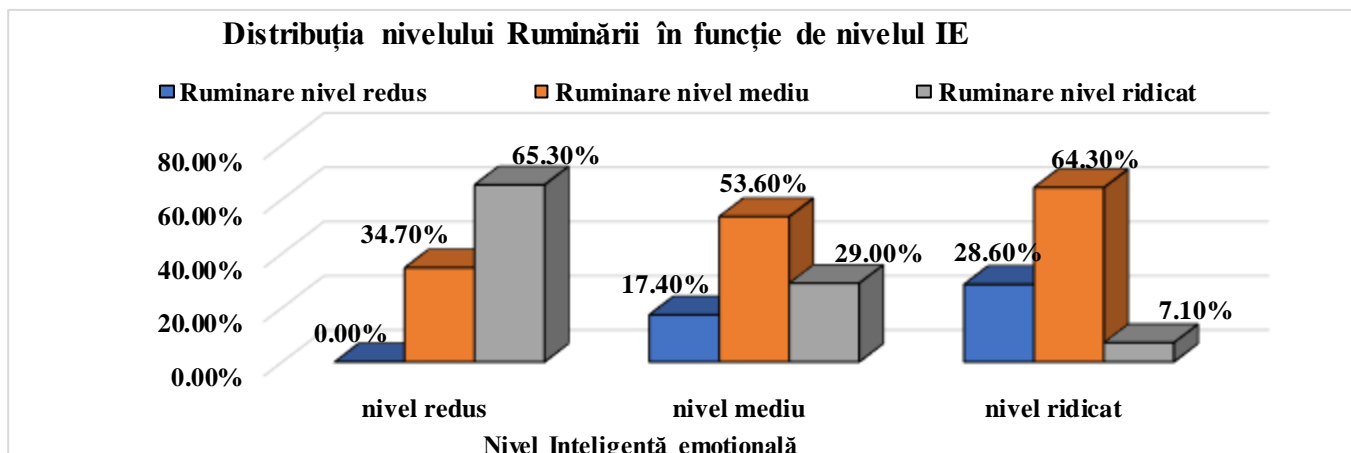


Fig. 11. Distribuția nivelurilor Ruminare în funcție de nivelul IE

Analiza **ruminării** în funcție de IE arată că adolescenții cu IE redusă prezintă următoarele rezultate: 34,7% utilizează nivel mediu; 65,3% ridicat, cei cu IE medie: 17,4% redus; 71% mediu; 29% ridicat, iar cei cu IE ridicată: 28,6% redus; 64,3% mediu; 7,1% ridicat, ceea ce reflectă capacitatea de a transforma emoțiile și gândurile negative în experiențe de învățare. Corelația Kendall, indică asumarea unei corelații negative substanțiale ($t = -0.500$; $p < 0.01$), în sensul asocierii semnificative a nivelului scăzut al Inteligenței emoționale cu nivelul ridicat de utilizare al Ruminării, în timp ce nivelurile mediu și ridicat ale Inteligenței emoționale se asociază cu nivelul mediu al acesteia.

4. Refocalizarea pozitivă

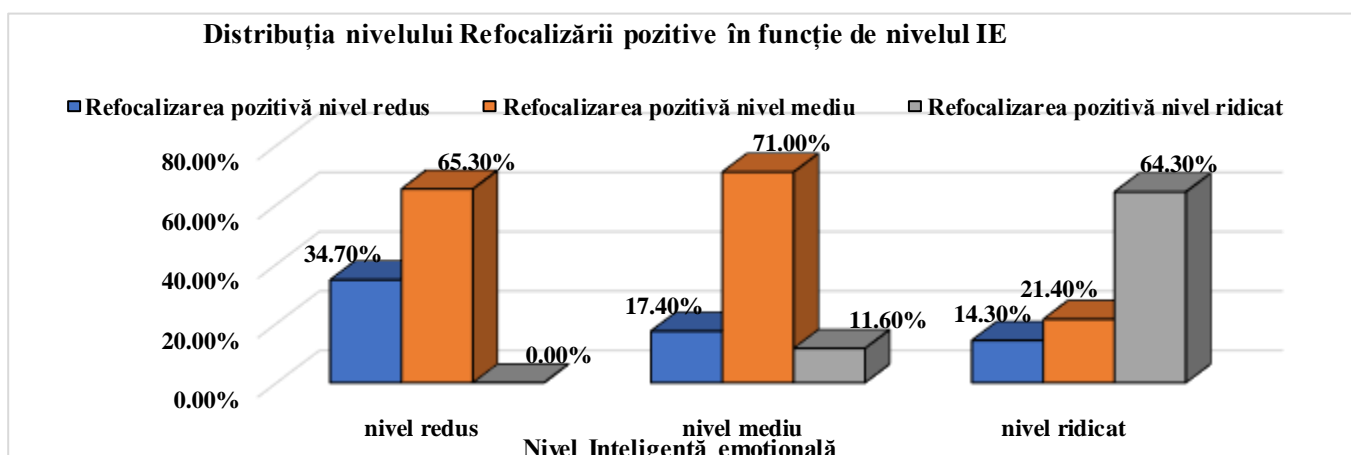


Fig. 12. Distribuția nivelurilor Refocalizării pozitive în funcție de nivelul IE

Analiza **refocalizării pozitive** în funcție de IE arată că adolescenții cu IE redusă utilizează: 34,7% scăzut; 62,3% mediu; cei cu IE medie: 17,4% scăzut; 71% mediu; 11,6% ridicat; iar cei cu IE ridicată

64,3%, ceea ce indică capacitatea de a redirecționa atenția de la amintirile neplăcute către aspecte pozitive sau constructive. Corelația Kendall confirmă o asociere pozitivă moderată între IE și refocalizarea pozitivă ($t = 0,379$; $p < 0,01$).

5. Refocalizare pe planificare

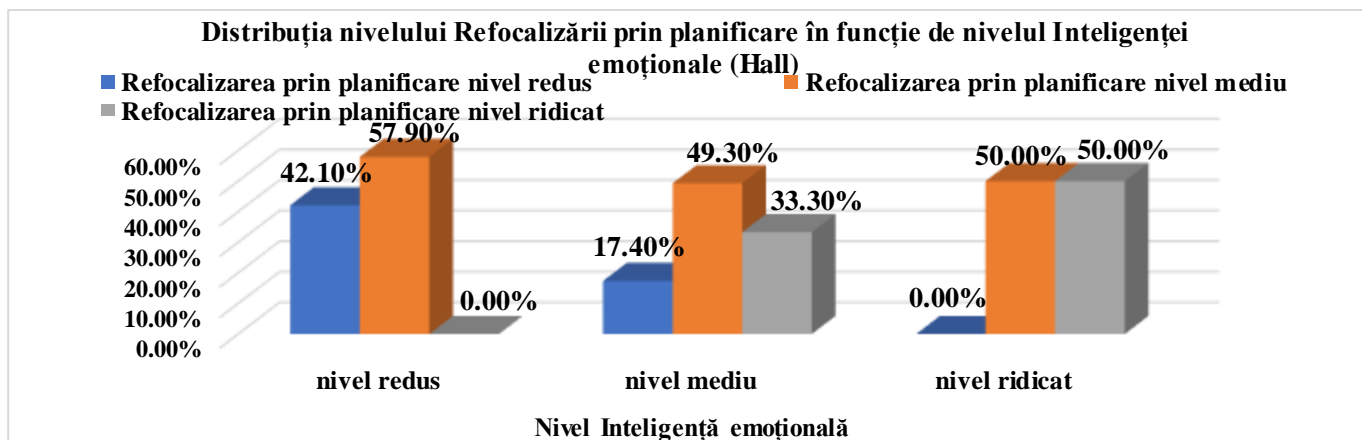


Fig. 13. Distribuția nivelurilor Refocalizării prin planificare în funcție de nivelul IE

Analiza **refocalizării prin planificare** în funcție de IE arată că adolescenții cu IE redusă utilizează: 42,1% redus; 57,9% mediu; cei cu IE medie: 17,4% redus; 49,3% mediu; 33,3% ridicat, iar cei cu IE ridicată: 50% mediu și 50% ridicat. Aceștia pot evalua acțiunile posibile și își mențin obiectivitatea și echilibrul emoțional în fața dificultăților. Corelația Kendall confirmă o corelație pozitivă moderată ($t=0.452$; $p<0.01$), în sensul asocierii semnificative a nivelului scăzut al Inteligenței emoționale cu nivelul cel mult mediu de utilizare al Refocalizării prin planificare, în timp ce nivelul ridicat al Inteligenței emoționale se asociază cu nivelul cel puțin mediu de utilizare al acestui mecanism de coping.

6. Reevaluarea pozitivă

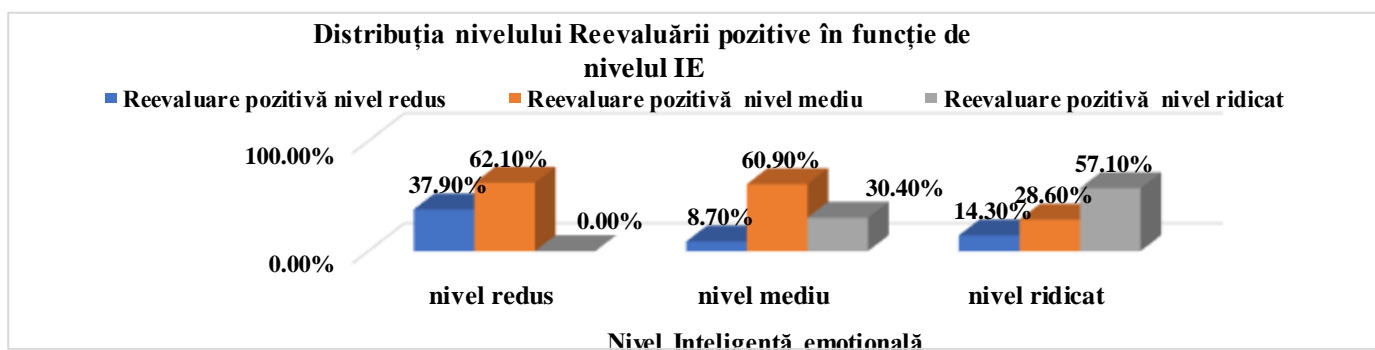


Fig. 14. Distribuția nivelurilor Reevaluării pozitive în funcție de nivelul IE

Analiza **reevaluării pozitive** în funcție de IE arată că adolescenții cu IE redusă prezintă următoarele rezultate: 37,9% utilizează un nivel redus; 62,1% mediu; cei cu IE medie: 8,7% redus; 60,9% mediu; 30,4% ridicat), iar cei cu IE ridicată: 14,3% nivel redus, 28,6 nivel mediu, 57,1% nivel ridicat. Aceștia percep experiențele dificile ca oportunități de creștere și se concentrează pe aspectele benefice ale

acestora. Corelația ordinală Kendall, indică asumarea unei corelații pozitive moderate ($t=0.424$; $p<0.01$), în sensul asocierii semnificative a nivelurilor scăzut și mediu al Inteligenței emoționale cu nivelul mediu de utilizare al Reevaluării pozitive, în timp ce nivelul ridicat al Inteligenței emoționale se asociază cu nivelul ridicat de utilizare a acestui mecanism de coping.

7. Punerea în perspectivă

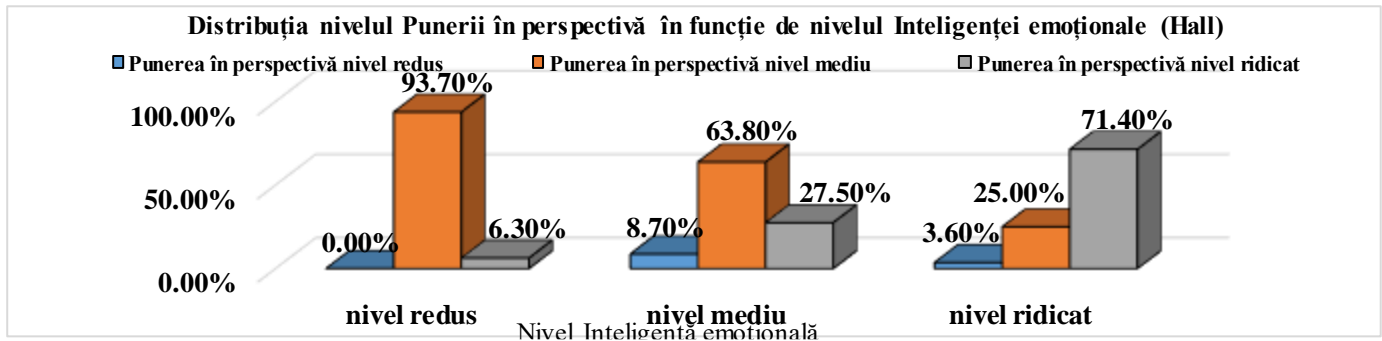


Fig. 15. Distribuția nivelurilor Punerii în perspectivă în funcție de nivelul IE

Analiza **punerii în perspectivă** în funcție de IE arată că adolescenții cu IE redusă utilizează preponderent nivel mediu (93,7%), iar 6,3% prezintă un nivel ridicat de utilizare. Cei cu IE medie: 8,7% redus; 63,8% mediu; 27,5% ridicat, iar cei cu IE ridicată, 3,6% manifestă utilizarea scăzută a mecanismului, 25% au un nivel mediu și 71,4% prezintă un nivel ridicat. Aceștia sunt capabili să pună în perspectivă evenimentele negative, comparându-le cu experiențe mai complexe sau cu situații mai dificile întâlnite de alții. Corelația Kendall indică asumarea unei corelații pozitive moderate ($t=0.437$; $p<0.01$), în sensul asocierii semnificative a nivelurilor scăzut și mediu al Inteligenței emoționale cu nivelul mediu de utilizare al Punerii în perspectivă, în timp ce nivelul ridicat al Inteligenței emoționale se asociază cu nivelul ridicat de utilizare a acestui mecanism de coping.

8. Catastrofarea

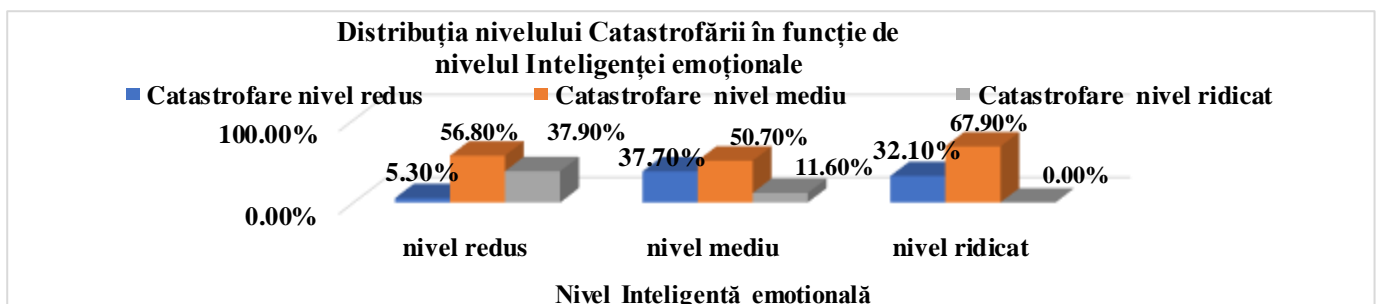


Fig.16. Distribuția nivelurilor Catastrofării în funcție de nivelul IE

Analiza **catastrofării** în funcție de IE arată că adolescenții cu IE redusă utilizează frecvent niveluri medii și ridicate; 5,3% scăzut; 56,8% mediu; 37,9% ridicat; cei cu IE medie: 37,3% redus; 50,7% mediu; 11,6% ridicat, iar cei cu IE ridicată: 32,1% redus; 67,9% mediu. Aceștia își mențin o perspectivă

echilibrată asupra situațiilor provocatoare, concentrându-se pe soluții și pe posibilitățile de îmbunătățire. Corelația Kendall indică asumarea unei corelații negative substanțiale ($t=-0.558$; $p<0.01$), în sensul asocierii semnificative a nivelului scăzut al Inteligenței emoționale cu nivelurile mediu și ridicat de utilizare al Catastrofării, în timp ce nivelul ridicat al Inteligenței emoționale se asociază cu nivelul mediu de utilizare a acestui mecanism de coping, nivelul ridicat nefiind prezent.

9. Culpabilizarea celorlalți

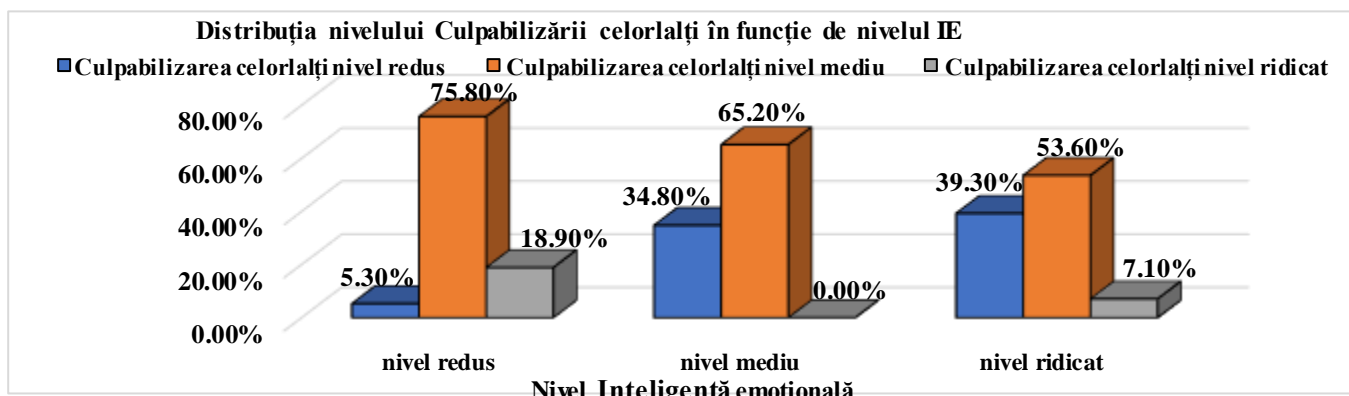


Fig . 17. Distribuția nivelurilor Culpabilizării celorlalți în funcție de nivelul IE

Analiza **culpabilizării celorlalți** în funcție de IE arată că adolescenții cu IE redusă folosesc frecvent niveluri medii și ridicate (5,30%; 75,8% mediu; 18,9% ridicat), cei cu IE medie: 34,8% redus; 65,2% mediu, iar cei cu IE ridicată: 39,3% redus; 53,6% mediu. Aceștia sunt mai conștienți de propriile emoții și de impactul acțiunilor lor asupra celor din jur. Corelația Kendall indică o corelație negativă moderată ($t=-0.439$; $p<0.01$), în sensul asocierii semnificative a nivelului scăzut al Inteligenței emoționale cu nivelul mediu de utilizare al Culpabilizării celorlalți. În timp ce nivelul ridicat al Inteligenței emoționale se asociază cu nivelurile scăzut și mediu de utilizare a acestui mecanism de coping.

Maturitatea emoțională, Friedman

Rezultatele obținute prin aplicarea testului de corelație ordinală Kendall evidențiază un pattern de asociere între nivelurile maturității emoționale (Friedman) și strategiile de coping utilizate. Nivelurile corespunzătoare imaturității emoționale se asociază semnificativ cu utilizarea crescută a strategiilor de coping dezadaptative, precum **Autoculpabilizarea** ($t=0.515$; $p<0.01$), **Ruminarea** ($t=-0.448$; $p<0.01$), **Catastrofarea** ($t=-0.483$; $p<0.01$) și **Culpabilizarea celorlalți** ($t=-0.401$; $p<0.01$), toate manifestate la nivel cel puțin mediu.

În schimb, un nivel mediu și corespunzător al maturității emoționale se corelează semnificativ cu utilizarea mai frecventă a strategiilor adaptative, respectiv **Refocalizarea pozitivă** ($t=0.401$; $p<0.01$), **Refocalizarea prin planificare** ($t=0.448$; $p<0.01$), **Reevaluarea pozitivă** ($t=0.414$; $p<0.01$), predominant la nivel cel puțin mediu sau ridicat și **Punerea în perspectivă** ($t=0.411$; $p<0.01$). Utilizarea **Acceptării** nu

prezintă o asociere semnificativă statistic cu maturitatea emoțională ($t=0.023$; $p>0.05$). În ansamblu, rezultatele confirmă rolul maturității emoționale ca factor diferențiator major între strategiile de coping adaptative și cele dezadaptative.

Capitolul III, intitulat Elaborarea și implementarea programului de dezvoltare a inteligenței emoționale la adolescenți prezintă principii, strategii și tehnici pentru dezvoltarea inteligenței emoționale.

Scopul experimentului formativ constă în elaborarea și implementarea unui program psihologic privind dezvoltarea inteligenței emoționale la adolescenți.

În general, programul de dezvoltare a inteligenței emoționale urmărește să ofere participanților un set de abilități și competențe care să le permită să se cunoască mai bine, să recunoască, să exprime și să-și gestioneze emoțiile într-un mod sănătos, să îmbunătățească abilitățile de comunicare, să dobândească abilitatea de rezolvare a conflictelor, să abordeze echilibrat provocările vieții și să dezvolte abilități de construire a relațiilor sănătoase.

Obiectivele generale ale experimentului formativ au fost acelea de a: elabora și implementa un program de intervenție psihologică; măsura eficiența programului cu privire la dezvoltarea inteligenței emoționale; formula concluziile științifice și recomandările pentru specialiști.

Programul de dezvoltare a inteligenței emoționale a fost orientat către următoarele **obiective specifice**: Dezvoltarea abilității de recunoaștere, interpretare și înțelegere a emoțiilor prin prisma dezvoltării personale, a încrederii în sine, a autocunoașterii, a conștientizării, a exprimării propriilor emoții și a clarificării valorilor personale; Dobândirea capacității de gestionare a emoțiilor prin dezvoltarea abilității de reglare a emoțiilor puternice (furie, vină, frică, frustrare), creșterea capacității de autocontrol al impulsurilor, conștientizarea legăturii dintre emoții-gânduri și comportament, dezvoltarea optimismului, a adaptabilității, reducerea impactului stresului; Dezvoltarea abilităților de comunicare și interrelaționare prin îmbunătățirea comunicării asertive, dezvoltarea empatiei și a ascultării active, gestionarea și prevenirea conflictelor, recunoașterea emoțiilor celorlalți, dezvoltarea și menținerea legăturilor interpersonale, lucrul în echipă; Dobândirea de gestionare a stresului și a emoțiilor prin practica tehnicilor de relaxare a corpului și a controlului respirației.

Variabila independentă este reprezentată de programul de intervenție psihologică.

Variabila dependentă este reprezentată de inteligența emoțională la adolescenți.

În conformitate cu scopul experimentului formativ am elaborat următoarea **ipoteză**: *Presupunem că implementarea unui program integrativ de intervenție psihologică va avea un impact pozitiv asupra dezvoltării inteligenței emoționale la adolescenți.*

Demersul experimentului formativ a fost realizat pe un eșantion de 24 de adolescenți cu vârste între 14 și 17 ani, distribuiți în două grupuri omogene: Grupul experimental (GE), 12 participanți (6 fete, 6 băieți) care au urmat programul formativ, și Grupul de control (GC), 12 participanți (6 fete, 6 băieți) care nu au participat la program. Selecția pentru grupul experimental s-a bazat pe nivelul cel mai scăzut al inteligenței emoționale obținut în cadrul experimentului de constatare.

Programul de intervenție psihologică a fost elaborat pe baza principiilor abordării integrative. Eficiența sa a fost verificată prin retestarea subiecților cu aceleași instrumente utilizate în experimentul de constatare. Omogenitatea grupurilor experimental și de control a fost evaluată cu testul U Mann-Whitney, rezultând că acestea sunt comparabile. Pentru a analiza impactul intervenției, s-au comparat rezultatele test/retest ale grupului experimental cu cele ale grupului de control, precum și performanțele grupului experimental la retest cu cele ale grupului de control, permițând evaluarea progresului participanților și a eficienței programului. Pe parcursul derulării programului de intervenție psihologică, sesiunile au fost realizate o dată sau de două ori pe săptămână, menținând un ritm constant și sistematic care a durat din ianuarie 2023 până în iunie 2023.

Prima etapă a constat în comparația rezultatelor obținute de grupul experimental (GE) la faza test/retest pentru nivelul inteligenței emoționale (Goleman, Hall) și al maturității emoționale (Friedman).

Pe baza rezultatelor obținute, s-au evidențiat creșteri semnificative pentru nivelurile **inteligenței emoționale** Goleman de la etapa test ($m_1=65.83\pm 13.95$) la etapa retest ($m_2=84.17$, $Z=-3.18$, $p=0.001$); și Hall etapa test ($m_1=26.83\pm 9.23$) la etapa retest ($m_2=47.33\pm 2.74$), $Z=-3.07$, $p=0.002$).

Pe baza rezultatelor obținute, s-au evidențiat creșteri semnificative pentru nivelurile **Maturității emoționale** (Friedman etapa test, $m_1=16.11\pm 1.19$ și etapa retest, $m_2=18.28\pm 0.63$, $Z=-3.07$, $p=0.002$).

Compararea rezultatelor grupului experimental în etapele test–retest, la nivelul **factorilor de personalitate** evaluați prin chestionarul ABCD-M, a evidențiat, pe baza datelor obținute, creșteri semnificative pentru toți factorii de personalitate analizați:

Extraversie (E): test $m_1 = 92,00 \pm 8,42$ față de retest $m_2 = 104,50 \pm 8,11$, $Z = -3,15$, $p = 0,002$;

Maturitate (M): test $m_1 = 85,83 \pm 10,22$ față de retest $m_2 = 101,17 \pm 9,93$, $Z = -3,12$, $p = 0,002$;

Agreabilitate (A): test $m_1 = 90,33 \pm 5,87$ față de retest $m_2 = 105,00 \pm 5,43$, $Z = -3,12$, $p = 0,002$;

Conștiințiozitate (C): test $m_1 = 94,67 \pm 13,41$ față de retest $m_2 = 104,17 \pm 11,11$, $Z = -3,07$, $p = 0,002$;

Autoactualizare (AC): test $m_1 = 95,50 \pm 11,61$ față de retest $m_2 = 107,33 \pm 10,71$, $Z = -3,09$, $p = 0,002$.

Compararea rezultatelor grupului experimental la faza test/retest, conform chestionarului CERQ, relevă prin analiza comparativă test–retest reduceri semnificative ale **strategiilor de coping** dezadaptative și creșteri semnificative ale celor adaptative: **Autoculpabilizarea** a înregistrat o scădere a mediei de la

14,50±2,88 la 10,33±0,98 ($Z = -3,11$; $p = 0,002$), **Ruminarea** de la 13,00±2,17 la 11,33±1,97 ($Z = -3,16$; $p = 0,002$), **Catastrofarea** de la 13,33±2,23 la 10,33±0,98 ($Z = -3,12$; $p = 0,002$), iar **Culpabilizarea celorlalți** de la 11,00±1,60 la 10,17±0,94 ($Z = -2,64$; $p = 0,008$).

De asemenea, s-au identificat creșteri semnificative de nivel în cazul strategiilor de coping adaptative: **Acceptarea** a crescut de la 12,00±1,18 la 13,50±1,31 ($Z = -3,17$; $p = 0,002$), **Refocalizarea pozitivă** de la 10,17±1,11 la 13,50±1,00 ($Z = -3,18$; $p = 0,001$), **Refocalizarea prin planificare** de la 11,30±2,39 la 15,33±1,78 ($Z = -3,10$; $p = 0,002$), **Reevaluarea pozitivă** de la 11,33±2,23 la 15,50±2,07 ($Z = -3,28$; $p = 0,001$), iar **Punerea în perspectivă** de la 11,17±2,04 la 14,83±1,64 ($Z = -3,18$; $p = 0,001$).

Următorul pas al cercetării din experimentul formativ a fost evidențierea diferențelor la faza retest pentru grupul experimental și grupul de control.

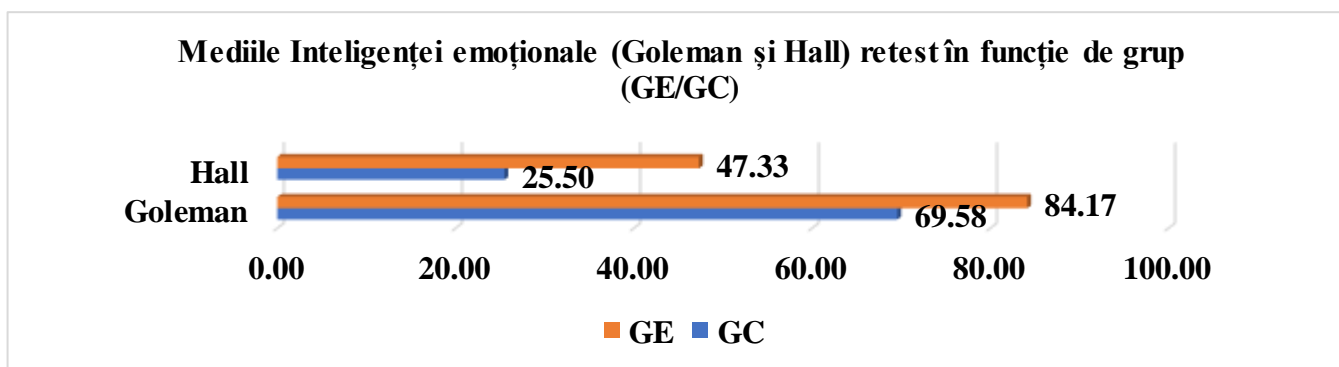


Fig. 18. Valorile medii ale Inteligenței emoționale (Goleman, Hall) GE retest/ GC retest

Pe baza rezultatelor obținute, s-au evidențiat diferențe semnificative statistic între grupul experimental și grupul de control privind nivelurile inteligenței emoționale (Goleman: $m_{GC} = 69,58 \pm 13,05$; $m_{GE} = 84,17 \pm 14,28$; $Z = -2,10$; $p = 0,046$; Hall: $m_{GC} = 25,50 \pm 7,89$; $m_{GE} = 47,33 \pm 2,74$; $Z = -4,18$; $p = 0,001$).

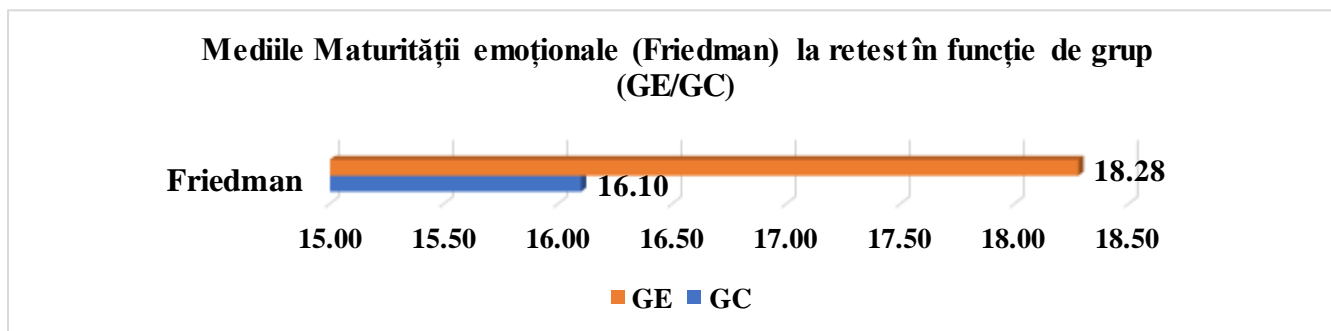


Fig. 19. Valorile medii ale Maturității emoționale (Friedman) GE retest/ GC retest

Pe baza rezultatelor obținute s-au evidențiat diferențe semnificative statistic între grupul experimental și grupul de control privind nivelurile maturității emoționale (Friedman: $m_{GC} = 16,10 \pm 1,80$; $m_{GE} = 18,28 \pm 0,63$; $Z = -3,83$; $p = 0,001$).

Următorul pas al cercetării experimentului formativ a fost evidențierea diferențelor dintre grupul experimental și grupul de control la etapa retest la factorii de personalitate conform chestionarului de personalitate ABCD-M.

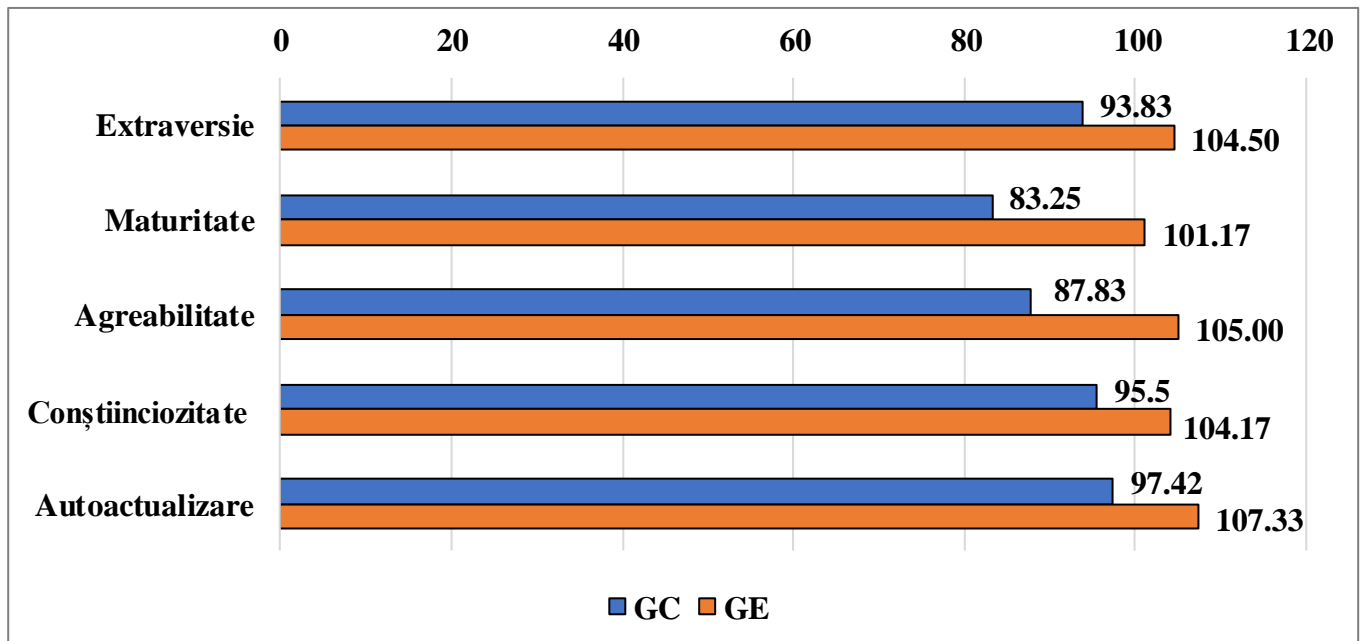


Fig. 20. Valorile medii ABCD-M GE retest/ GC retest

Pe baza rezultatelor obținute, s-a evidențiat că nivelurile pentru toți factorii de personalitate ABCD-M sunt semnificativ mai mari în cazul grupului experimental: **Extraversia (E)** este mai ridicată în GE ($mGE=104,50\pm 8,1$) față de GC ($mGC=93,83\pm 7,51$), $Z=-2,67$, $p=0,007$. **Maturitatea (M)** înregistrează valori semnificativ superioare în GE ($mGE=101,17\pm 9,93$) față de GC ($mGC=83,25\pm 7,92$), $Z=-3,43$, $p=0,001$, reflectând un progres în echilibrul emoțional și autoreglarea afectivă. **Agreabilitatea (A)** este mai ridicată în GE ($mGE=105,00\pm 5,43$) comparativ cu GC ($mGC=87,83\pm 5,47$), $Z=-4,17$, $p=0,001$, evidențind o mai bună adaptare la schimbări și situații noi. **Conștiinciozitatea (C)** este superioară în GE ($mGE=104,17\pm 11,11$) față de GC ($mGC=95,50\pm 3,90$), $Z=-2,32$, $p=0,020$, indicând o responsabilitate și perseverență mai pronunțată în atingerea obiectivelor. **Autoactualizarea (AC)** este mai ridicată în GE ($mGE=107,33\pm 10,71$) comparativ cu GC ($mGC=97,42\pm 8,02$), $Z=-2,21$, $p=0,028$. Rezultatele obținute în urma analizelor statistice demonstrează că implementarea programului de intervenție psihologică ce a avut ca scop dezvoltarea inteligenței emoționale, a facilitat și dezvoltarea factorilor de personalitate ai subiecților din grupul experimental.

În continuare prezentăm comparația rezultatelor la faza retest pentru grupul experimental și grupul de control pentru nivelul coping-ului cognitiv emoțional, conform chestionarului CERQ.

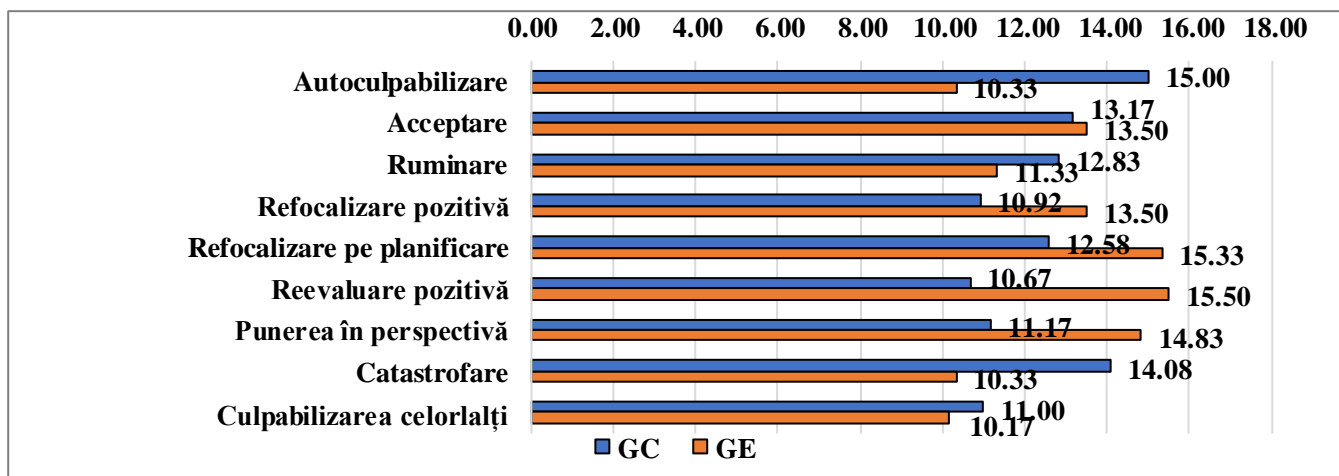


Fig. 21. Valorile medii ale CERQ, GE retest/ GC retest

S-au identificat diferențieri semnificative în sensul unui nivel mai scăzut al strategiilor dezadaptative pentru grupul experimental. **Autoculpabilizarea** este mai redusă în GE ($m_{GE}=10.33\pm 0.98$) față de GC ($m_{GC}=15.00\pm 2.22$), $Z=-4.22$, $p=0.001$. **Ruminarea** este mai scăzută în GE ($m_{GE}=11.33\pm 1.97$) comparativ cu GC ($m_{GC}=12.83\pm 1.11$), $Z=-2.36$, $p=0.028$. **Catastrofarea** este semnificativ mai mică în GE ($m_{GE}=10.33\pm 0.98$) față de GC ($m_{GC}=14.08\pm 1.83$), $Z=-3.99$, $p=0.001$. În schimb, strategiile adaptative au înregistrat creșteri semnificative: **Refocalizare pozitivă** $GE=13.50\pm 1.00$ vs $GC=10.92\pm 2.87$, $Z=-2.22$, $p=0.028$; **Refocalizare pe planificare** $GE=15.33\pm 1.78$ vs $GC=12.58\pm 2.39$, $Z=-2.94$, $p=0.002$; **Reevaluare pozitivă** $GE=15.50\pm 2.07$ vs $GC=10.67\pm 1.97$, $Z=-3.76$, $p=0.001$; **Punere în perspectivă** $GE=14.83\pm 1.64$ vs $GC=11.17\pm 2.04$, $Z=-3.70$, $p=0.001$. Rezultatele obținute la nivelul strategiilor de coping demonstrează că implementarea programului de intervenție psihologică ce a avut ca scop dezvoltarea inteligenței emoționale a avut un aport considerabil și asupra ameliorării strategiilor de coping dezadaptative și a creșterii strategiilor de coping adaptative utilizate de adolescenții cu inteligență emoțională scăzută din grupul experimental.

Analiza comparativă test–retest a **grupului de control**, realizată cu aceleași instrumente pentru evaluarea inteligenței emoționale, maturității emoționale, trăsăturilor de personalitate și strategiilor de coping, a evidențiat că nu au intervenit schimbări semnificative în niciuna dintre dimensiuni, atât nivelurile de inteligență și maturitate emoțională, cât și trăsăturile de personalitate și strategiile de coping rămânând constante. Aceasta indică faptul că, în absența participării la programul formativ, caracteristicile psihologice ale participanților s-au menținut la nivelul inițial.

CONCLUZII GENERALE ȘI RECOMANDĂRI

Rezultatele cercetării oferă o perspectivă relevantă asupra rolului inteligenței emoționale în dezvoltarea echilibrată a adolescenților, evidențiind influența genului, vârstei și mediului de proveniență asupra

competențelor emoționale, precum și relația dintre inteligența emoțională, trăsăturile de personalitate și strategiile de coping, alături de utilitatea elaborării și implementării unui program de intervenție psihologică specific. Analiza detaliată a datelor obținute în cadrul cercetării teoretice și experimentale privind dezvoltarea inteligenței emoționale la adolescenți permite formularea următoarelor concluzii și recomandări:

1. În ultimele decenii, inteligența emoțională s-a impus ca un domeniu central al psihologiei și al intervenției psihologice, evidențiind importanța integrării emoțiilor în procesele cognitive și relaționale pentru succesul personal și adaptarea socială. Adolescența constituie o etapă critică pentru dezvoltarea competențelor emoționale; deși tinerii încep să manifeste empatie și autoreglare, aceste abilități rămân adesea instabile, fapt ce explică vulnerabilitățile emoționale și dificultățile de integrare socială.
2. Cercetarea a evidențiat că inteligența emoțională nu este distribuită uniform în rândul adolescenților, ci variază semnificativ în funcție de vârstă, gen și mediul de proveniență, astfel, s-a constatat o creștere a abilităților de reglare emoțională pe măsură ce adolescenții înaintază în vârstă, acestea fiind mai pronunțate la fete și la adolescenții din mediul rural.
3. Rezultatele obținute au evidențiat faptul că inteligența emoțională reprezintă un factor fundamental în modelarea și dezvoltarea trăsăturilor de personalitate, influențând într-un mod complex dimensiunile fundamentale ale modelului Big Five și favorizând o maturizare psihologică progresivă. Dezvoltarea competențelor emoționale a fost asociată cu creșterea extraversiei, maturității, conștiinciozității, agreabilității și autoactualizării.
4. Cercetarea a permis conturarea profilului de personalitate al adolescentului cu un nivel ridicat al inteligenței emoționale pe baza trăsăturilor de personalitate identificate, oferind suport pentru elaborarea programului de intervenție psihologică.
5. A fost evidențiat faptul că nivelul de inteligență emoțională reprezintă un predictor fundamental al adaptabilității psihosociale și al strategiilor de coping utilizate. Adolescenții cu inteligență emoțională ridicată utilizează strategii adaptative, precum refocalizarea pozitivă, reevaluarea pozitivă și punerea în perspectivă a situațiilor stresante, în timp ce adolescenții cu inteligență emoțională scăzută recurg la strategii dezadaptative, cum ar fi autoculpabilizarea, ruminarea, catastrofarea și culpabilizarea celorlalți.
6. În urma participării la programul de intervenție psihologică, participanții din grupul experimental au înregistrat o creștere semnificativă a scorurilor la toți indicatorii inteligenței emoționale, progresând de la un nivel sub mediu la un nivel mediu de dezvoltare. După intervenție, s-au înregistrat creșteri

la nivelul factorilor de personalitate: extraversie, maturitate, agreabilitate, conștiinciozitate și autoactualizare. De asemenea, s-a constatat reducerea utilizării strategiilor de coping dezadaptative (autoculpabilizarea, ruminarea, culpabilizarea celorlalți și catastrofarea) și creșterea frecvenței strategiilor adaptative, precum refocalizarea pozitivă, reevaluarea pozitivă și punerea în perspectivă.

7. Analiza comparativă a datelor colectate în cele două etape ale cercetării indică stabilitatea rezultatelor înregistrate de subiecții din **grupul de control**, fără apariția unor diferențe semnificative la nivelul instrumentelor de evaluare administrate: testul “Diagnosticarea inteligenței emoționale”, elaborat de N. Hall, testul “Inteligență Emoțională” de D. Goleman, Scala de maturitate Friedman, testul ABCD–M, testul CERQ. Aceștia întâmpină în continuare dificultăți în gestionarea emoțiilor și a situațiilor tensionate, manifestând empatie redusă și o înțelegere limitată a celorlalți. În fața provocărilor, reacționează impulsiv sau agresiv, fiind vulnerabili la anxietate și frustrare.
8. Rezultatele obținute ne-au permis să confirmăm ipoteza conform căreia implementarea unui program integrativ de intervenție psihologică are un impact pozitiv asupra dezvoltării inteligenței emoționale la adolescenți.

Rezultatele investigației ne oferă baza pentru a propune următoarele recomandări privind implementarea:

1. Programul complex de intervenție psihologică, fundamentat pe rezultatele cercetării, contribuie la îmbogățirea cunoștințelor din domeniul psihologiei și poate fi integrat atât în formarea profesională continuă a psihologilor, psihoterapeuților, consilierilor școlari și profesorilor, cât și în ghiduri practice, ateliere interactive și grupuri de sprijin.
2. Programul dezvoltat poate fi transpus în platforme digitale și aplicații mobile dedicate dezvoltării inteligenței emoționale la adolescenți, prin exerciții interactive, scenarii simulate și resurse multimedia. Acestea pot facilita învățarea experiențială, colaborarea în comunități online, monitorizarea progresului și personalizarea activităților în funcție de nivelul emoțional al utilizatorilor, menținând motivația și implicarea.
3. Pot fi elaborate programe complementare pentru părinți și familii care să vizeze sprijinirea dezvoltării inteligenței emoționale a adolescenților în mediul familial.
4. Programul poate fi extins în comunități locale și organizații non-guvernamentale prin adaptarea modulelor pentru tinerii din centre comunitare, promovând competențele socio-emoționale și incluziunea socială. Totodată, se pot organiza campanii educaționale pentru a crește conștientizarea rolului inteligenței emoționale în prevenirea conflictelor și susținerea sănătății mintale a adolescenților.

Rezultatele obținute indică necesitatea unor noi direcții pentru cercetări viitoare:

1. Influența mediului familial asupra dezvoltării inteligenței emoționale poate fi analizată prin examinarea efectelor diferitelor stiluri parentale, ale dinamicilor relaționale și ale nivelului de sprijin emoțional asupra competențelor emoționale ale adolescenților.
2. Se recomandă investigarea intervenției timpurii în școala primară, care să vizeze dezvoltarea și testarea unor programe adaptate vârstei, orientate spre stimularea precoce a competențelor socio-emoționale ale copiilor.
3. Testarea intervențiilor personalizate pentru dezvoltarea inteligenței emoționale poate fi realizată prin programe adaptate profilului de personalitate și stilului de coping al fiecărui adolescent, comparând metode tradiționale (workshop-uri, grupuri de sprijin) cu strategii digitale, precum platforme interactive și aplicații mobile.

În ciuda rezultatelor semnificative obținute, este necesar să subliniem anumite limite ale cercetării.

1. Studiul nu a inclus date referitoare la contextul familial, respectiv la nivelul de pregătire al familiei contemporane și la nivelul de inteligență emoțională al părinților în sprijinirea dezvoltării emoționale a adolescenților. Având în vedere că anumite competențe emoționale se transmit intergenerațional prin modelare, comunicare și climat afectiv, această omisiune restrânge înțelegerea modului în care profilul emoțional al familiei poate facilita sau inhiba efectele intervenției și limitează posibilitatea generalizării rezultatelor.
2. Absența unei evaluări pe termen lung împiedică aprecierea sustenabilității dezvoltării inteligenței emoționale și maturității emoționale în timp. Cercetările longitudinale asupra inteligenței emoționale și adaptabilității sociale pot urmări evoluția competențelor emoționale pe parcursul adolescenței, precum și analiza impactului acestora asupra integrării sociale, performanței academice și sănătății psihice.

În ansamblu, concluziile și recomandările prezentate subliniază relevanța și eficiența programului de dezvoltare a inteligenței emoționale, oferind atât fundament teoretic, cât și ghid practic pentru intervenții viitoare și direcții de cercetare menite să sprijine evoluția armonioasă a adolescenților.

BIBLIOGRAFIE

1. BRACKETT, M.A. and MAYER, J.D. Convergent, Discriminant and Incremental Validity of Competing Measures of Emotional Intelligence. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 2003, no. 29 (9), pp. 1147-1158. DOI: 10.1177/0146167203254596.
2. BRACKETT, M. *Permission to Feel: The Power of Emotional Intelligence to Achieve Well-Being and Success*, 2020. S.U.A.: Celadon Books. ISBN 9781250212832.
3. BRADBERRY, T. și GREAVES, J. *Inteligența emoțională 2.0. Strategii esențiale pentru succesul personal și profesional*, 2016. București: Litera. ISBN: 9786063303180.
4. BRICEAG, S. *Psihologia vîrstelor*, Bălți, 2017. ISBN 978-9975-50-196-5.
5. BRILLON, M. *Emoțiile pozitive, emoțiile negative și sănătatea*, 2010. Iași: Polirom. ISBN 978-973-46-1704-3.
6. CHAIDI, I. and DRIGAS, A. Theories - models of emotional intelligence. *Scientific Electronic Archives*. 2022, no. 15 (12), pp. 26-40. DOI:10.36560/151220221638.
7. COSNIER, J. *Introducere în psihologia emoțiilor și a sentimentelor*. Iași: Polirom, 2007. 200 p. ISBN 978-973-46-0681-8.
8. CURY, A. *Eliberează-te din temnița emoțională*. București: For You, 2013. ISBN 978-606-639-032-3.
9. DAVIDSON, R. J. and BEGLEY, S. *Creierul și inteligența emoțională*, 2020. București: Litera. ISBN 978-606-33-6771-7.
10. DRIGAS, A. S. and PAPOUTSI, C. A new layered model on emotional intelligence, 2018. *Behavioral Sciences*, no. 8 (5). DOI: 10.3390/bs8050045.
11. FODOR, I.D. *Inteligența emoțională și stilurile de conducere*. Iași: Lumen, 2009. ISBN- 978-973-166-147-6.
12. GALLO, L. *Emoțiile negative. Cum să ne eliberăm de frică, anxietate, tristețe, furie, agresivitate, rușine*. București: Niculescu, 2015. ISBN 978-973-748- 982-1.
13. GOLEMAN, D. *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. New York: Bantam, 2005. ISBN: 978-0553383713.
14. GOLEMAN, D. *Inteligența emoțională*. București: Curtea Veche, 2001. ISBN 973-8120-67-5.
15. GOLU, F. *Psihologia dezvoltării umane*. București: Universitară, 2010. ISBN 9789737498656.
16. HASSON, G. *Inteligența emoțională*. București: Meteor, 2016. ISBN: 978-606-910-000-4.
17. HUGHES J. și BRADFORD T.J. *Inteligența emoțională în acțiune*. București: Curtea Veche. 2017. ISBN: 978-606-588-941-5.
18. KEYES, K. M. and PLATT, J.M. Annual Research Review: Sex, gender, and internalizing conditions among adolescents in the 21st century - trends, causes, consequences. *Department of Epidemiology, Mailman School of Public Health*. 2024, no. 65 (4). pp. 384-407. DOI: 10.1111/jcpp.13864.
19. KORTE, M. The impact of the digital revolution on human brain and behavior: Where do we stand? *Clinical Neuroscience*. 2020, no. 22 (2), pp. 101–111. DOI: 10.31887/DCNS.2020.22.2/mkorte.
20. LANTIERI, L. *Dezvoltarea inteligenței emoționale a copiilor*. București: Curtea Veche, 2017. ISBN: 978-606-588-665-0.

- 21.LOSÎI, E. Dezvoltarea componentelor structurale ale inteligenței emoționale la adolescenți, 2021. În: *Dezvoltarea personală și integrarea socială a actorilor educaționali*, Chișinău: CEP UPS, pp. 97-104. ISBN 978-9975-46-570-0.
- 22.MAYER, J.D.; SALOVEY P.; CARUSO, D. R. Emotional Intelligence: Theory, Findings, and Implications. *Psychological Inquiry*. 2004, no. 15 (3): pp. 197–215. DOI: 10.1207/s15327965pli150302.
- 23.MCKAY, W. and BRANTLEY, J. *The Dialectical Behavior Therapy Skills Workbook*. S.U.A: New Harbinger Publications, 2019. ISBN: 978-1684034581.
- 24.MLODINOW, L. *Revoluția emoțiilor. Impactul radical al emoțiilor asupra gândirii*. București: Bookzone, 2023. ISBN 9786303050409.
- 25.MUNTEANU, A. *Psihologia copilului și adolescentului*. Timișoara: Augusta, 2003. ISBN 973-9353-21-5.
- 26.NELSON, B. *Codul emoțiilor*. Brașov: Adevărul Divin, 2012. ISBN 978-606-80-2.
- 27.PETRIDES, K.V. and FURNHAM, A. Trait Emotional Intelligence: Psychometric investigation with reference to established trait taxonomies. *European Journal of Personality*. 2001, no. 15 (6), pp. 425-428. DOI:10.1002/per.416.
- 28.PLEȘCA, M. Influența inteligenței emoționale asupra performanței academice. *Revistă de științe socioumane*. 2016, nr. 1 (32), pp. 52-57. ISSN 1857-0119.
- 29.RACU, I. și RACU, Iu. *Psihologia dezvoltării*. Chișinău: Univ. Pedagogică de Stat din Chișinău „Ion Creangă”, 2007. ISBN 978-9975-821-26-8.
- 30.RIMÉ, B. *Comunicarea socială a emoțiilor, 2008*. București: Trei. ISBN: 9789737071552.
- 31.SHAPIRO, L. E. *Limbajul secret al copiilor: Cum să-ți înțelegi mai bine copilul*. București: Trei, 2011. ISBN: 9789737074485.
- 32.*State of the Heart: The emotional intelligence network*. Six Seconds. S.U.A. 2024. Disponibil <https://www.6seconds.org/emotional-intelligence/research/> [accesat 2021-04-25].
- 33.VERNON, A. *Programul pașaport pentru succes în dezvoltarea emoțională, socială, cognitivă și personală a adolescenților din clasele IX-XII*. Cluj Napoca: RTS, 1998. ISBN: 9789731816258.
- 34.VÎGOTSKI, L.S. *Opere psihologice alese*. Vol I și Vol. II. București: Ed. Didactică și Pedagogică, 1971.
- 35.VÎRLAN, M. și MATRAN, T. Impactul inteligenței emoționale a asistenților sociali în prestarea serviciilor sociale. *Vector European*. 2020, nr. 2, pp. 200-208. ISSN 2345-1106.
- 36.WOOD, R. și TOLLEY, H. *Inteligența emoțională prin teste. Cum să vă evaluați și să vă creșteți inteligența emoțională*. București: Meteor Press, 2003. ISBN: 973-728-011-3.

LISTA LUCRĂRILOR ȘTIINȚIFICE LA TEMA TEZEI

Articole în reviste științifice:

1. PLEȘEA A.,C. „Factori modelatori ai relației dintre inteligența emoțională și trasăturile de personalitate la adolescenți”. În: *Scientific Jurnal of Economics, Social and Engineering Sciences*, Chișinău, 2023, nr. 1. 85-95 p. ISSN 2587-344.
2. PLEȘEA, A.,C. „Maturitatea emoțională și factorii de influență asupra dezvoltării personalității la adolescenți”. În: *Vector European, revistă științifico-practică*. 1/2024, USEM, p. 213-219, ISSN 2345-1106.
3. PLEȘEA, A.,C. și RACU, I. „Experimental study of the emotional development in adolescents”. In: *Romanian Journal Of Psychological Studies*, București, 2024, Vol. 12, issue 1, 39-48 p. ISSN 2559-1649.
4. PLEȘEA, A. C. The impact of emotional intelligence and socio-demographic factors on the coping mechanisms used by adolescents. În: *Studia Universitatis Moldaviae*. 2024, nr. 9 (179), pp. 296-306. ISSN 1857-2103.
5. RACU, I. și PLEȘEA, A.,C. „Interdependența dintre maturitatea emoțională și strategiile de coping în adolescență”. În: *Vector European, revistă științifico-practică*. 2026, nr. 1. În curs de apariție. ISSN 2345-1106.

Publicații științifice electronice:

1. PLEȘEA A.,C. „Caracteristicile inteligenței emoționale la adolescenți”. În: Conferința Științifică Anuală a Doctoranzilor „Probleme Actuale ale Științelor Umanistice”, titlul comunicării. Chișinău, 2021. 293-300 p. ISBN: 978-9975-46-235-8.
2. PLEȘEA A.,C. „Provocarile etapei contemporane și nevoia imperativă de dezvoltare a inteligenței emoționale la adolescenți.” În: Volumul de lucrări al Conferința Științifică cu Participare Internațională „Asistența psihologică la etapa contemporană: realități și perspective” Ediția II-a. Chișinău, 2021. 77-81 p. ISBN: 978-9975-50-269-6.
3. PLEȘEA A.,C. „Efectele mediului de dezvoltare și implicațiile inteligenței emoționale asupra competențelor socioemoționale ale adolescenților”. În: Volumul de lucrări al Conferinței "Dezvoltarea personală și integrarea socială a actorilor educaționali", Chișinău, 2021. 217-224 p. ISBN 978-9975-46-570-0.
4. PLEȘEA A.,C. „Direcții de implementare a metodelor de educație pentru drepturile copilului și vulnerabilitățile prezente în dezvoltarea acestora”. În: Volumul de lucrări al

Conferinței “Educația privind drepturile copilului: Experiințe și perspective în învățământul preșcolar și primar”, Chișinău, 2021. 203-296 p. ISBN 978-9975-46-617-2.

5. PLEȘEA A.,C „Factorii de influență în dezvoltarea inteligenței emoționale la adolescenți”. În Volumul de lucrări al Conferinței “Probleme ale științelor socioumanistice și ale modernizării învățământului” Chișinău, 2022. 28-35 p. ISBN 978-9975-46-652-3.

6. PLEȘEA A.,C „Abordare teoretică a relației dintre inteligența emoțională și factorii de personalitate la vârsta adolescentă”. În Volumul de lucrări al Conferinței științifice anuale a doctoranzilor. ”Probleme Actuale ale Științelor Umanistice” Chișinău, 2022. ISBN 978-9975-46-636-3.

7. PLEȘEA A.,C. „Mecanismele de coping și inteligența emoțională la adolescenți”. În: Volumul de lucrări al Conferinței științifice internaționale "Asistența psihologică la etapa contemporană: realități și perspective", Chișinău, 2022. 348-352 p. ISBN 978-9975-50-295-5.

8. RACU, I., PLEȘEA, A.,C. „Factorii implicați în formarea personalității de tip big five la adolescenți”. În: Volumul de lucrări al Conferinței științifice internaționale „Știință și educație: Noi abordări și perspective, Chișinău, 2023. 79-85 p. ISBN 978-9975-46-773-5.

ADNOTARE

Pleșea Andreea-Cristina. Dezvoltarea inteligenței emoționale la adolescenți.

Teză de doctor în Psihologie. Chișinău, 2026.

Structura tezei: Teza este constituită din: adnotări (în 3 limbi), lista abrevierilor, introducere, trei capitole, concluzii generale și recomandări, bibliografie alcătuită din 243 titluri, 8 anexe, 147 pagini de text de bază, 63 de figuri. Rezultatele obținute sunt publicate în 13 lucrări științifice.

Cuvinte-cheie: inteligență emoțională, maturitate emoțională, trăsături de personalitate, strategii de coping, program formativ, abordare integrativă, vârsta adolescentă.

Domeniul de studiu: psihologia inteligenței emoționale.

Scopul cercetării constă în explorarea dimensiunilor inteligenței emoționale la adolescenți, precum și în elaborarea și implementarea unui program de intervenție psihologică orientat spre dezvoltarea abilităților emoționale.

Obiectivele cercetării au constat în: analiza literaturii psihologice referitoare la conceptul de inteligență emoțională și la specificul vârstei adolescente; stabilirea nivelului de dezvoltare a inteligenței emoționale în adolescență în funcție de gen, vârstă și mediul de proveniență; determinarea trăsăturilor de personalitate la adolescenți în funcție de diferitele niveluri ale inteligenței emoționale; determinarea legăturii dintre inteligența emoțională și strategiile de coping utilizate de adolescenți; elaborarea și aplicarea unui program de intervenție psihologică având ca obiectiv principal dezvoltarea inteligenței emoționale; evaluarea eficienței programului integrativ de intervenție psihologică implementat; formularea recomandărilor psihologice pentru îmbunătățirea abilităților emoționale la adolescenți.

Rezultatele obținute în cadrul cercetării contribuie la soluționarea unei probleme științifice importante prin identificarea caracteristicilor specifice dezvoltării inteligenței emoționale la adolescenți, evidențiind diferențele semnificative în funcție de gen, vârstă și mediu. De asemenea, s-a stabilit relația dintre inteligența emoțională și trăsăturile de personalitate, precum și strategiile de coping, ceea ce a permis crearea unui program de intervenție psihologică ce a contribuit la îmbunătățirea personalității și la dezvoltarea strategiilor de coping adaptative.

Noutatea și originalitatea științifică rezidă în abordarea complexă a inteligenței emoționale la adolescenți, evidențiind interdependența acesteia cu trăsăturile de personalitate și strategiile de coping. Cercetarea a permis conturarea profilului de personalitate al adolescentului cu un nivel ridicat al inteligenței emoționale pe baza trăsăturilor de personalitate identificate, iar ulterior a fost conceput și implementat un program de dezvoltare a inteligenței emoționale, având drept obiectiv îmbunătățirea competențelor emoționale, cu efecte benefice atât asupra structurii de personalitate, cât și asupra utilizării unor strategii de coping mai eficiente.

Semnificația teoretică a acestei lucrări constă în analiza aprofundată a literaturii de specialitate, având drept scop conturarea unui cadru teoretic solid pentru înțelegerea conceptului de inteligență emoțională la adolescenți. Cercetarea analizează și sintetizează principalele modele teoretice, evidențiind factorii determinanți ai inteligenței emoționale și modul în care aceasta influențează dezvoltarea personală și socială a adolescenților.

Valoarea aplicativă a lucrării constă în conturarea unui profil de personalitate al adolescentului cu un nivel ridicat al inteligenței emoționale, precum și în dezvoltarea și implementarea unui program de intervenție psihologică destinat optimizării competențelor emoționale.

Implementarea rezultatelor științifice. Rezultatele studiului teoretic și experimental au fost integrate în procesul formării studenților la Facultatea de Psihologie și PPS, precum și în programele de formare continuă și în activitatea de consiliere psihologică desfășurată la Asociația Eirini, contribuind astfel la extinderea orizonturilor cunoașterii și la perfecționarea competențelor profesionale ale specialiștilor din domeniu.

ANNOTATION

**Plesea Andreea-Cristina. Development of emotional intelligence in adolescents.
Doctoral thesis in Psychology. Chisinau, 2026.**

Thesis structure: The thesis consists of: annotations (in 3 languages), list of abbreviations, introduction, three chapters, general conclusions and recommendations, bibliography consisting of 243 titles, 8 annexes, 147 pages of basic text, 63 figures. The results obtained are published in 13 scientific papers.

Keywords: emotional intelligence, emotional maturity, personality traits, coping strategies, training program, integrative approach, adolescence.

Field of study: psychology of emotional intelligence.

The purpose of the research is to explore the dimensions of emotional intelligence in adolescents, and to develop and implement a psychological intervention program aimed at developing emotional skills.

The objectives of the research consisted of: analyzing the psychological literature on the concept of emotional intelligence and the specific characteristics of adolescence; determining the level of emotional intelligence development in adolescents according to gender, age, and residential environment; identifying personality traits in adolescents in relation to different levels of emotional intelligence; examining the relationship between emotional intelligence and the coping strategies used by adolescents; designing and implementing a psychological intervention program with the primary objective of developing emotional intelligence; evaluating the effectiveness of the integrative psychological intervention program implemented; and formulating psychological recommendations for improving emotional skills in adolescents.

The results obtained in the present research contribute to addressing an important scientific problem by identifying the specific characteristics of emotional intelligence development in adolescents and highlighting significant differences according to gender, age, and residential environment. Furthermore, the relationship between emotional intelligence, personality traits, and coping strategies was established, which enabled the design of a psychological intervention program that led to the enhancement of personality traits and the development of adaptive coping strategies.

The scientific novelty and originality lies in the complex approach to emotional intelligence in adolescents, highlighting the interdependence with personality traits and coping strategies. The research allowed the contouring of the personality profile of the adolescent with a high level of emotional intelligence based on the identified personality traits and an emotional intelligence development program was designed and implemented, aiming to achieve emotional competences, with beneficial effects both on personality structures and on the use of more effective coping mechanisms.

The theoretical significance of this work consists in an in-depth analysis of the specialized literature, aiming to outline a solid theoretical framework for understanding the concept of emotional intelligence in adolescents. The study analyzes and synthesizes the main theoretical models, highlighting the determinants of emotional intelligence and the way in which it influences the personal and social development of adolescents.

The applied value of the work consists in outlining a personality profile of the adolescent with a high level of emotional intelligence, as well as in the development and implementation of a psychological intervention program aimed at optimizing emotional skills.

Implementation of scientific results. The results of the theoretical and experimental study were integrated into the training process of students at the Faculty of Psychology and PPS, as well as in continuing education programs, in the psychological counseling activity carried out at the Eirini Association, thus contributing to expanding the horizons of knowledge and improving the professional skills of specialists in the field.

АННОТАЦИЯ

**Плеша Андреа-Кристина. Развитие эмоционального интеллекта у юношей.
Докторская диссертация по психологии. Кишинев, 2026.**

Структура диссертации: Диссертация состоит из: аннотаций (на 3 языках), списка сокращений, введения, трех глав, общих выводов и рекомендаций, библиографии, включающей 243 названия, 8 приложений, 147 страниц основного текста, 63 рисунков. Полученные результаты опубликованы в 13 научных работах.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, эмоциональная зрелость, личностные черты, стратегии преодоления трудностей, программа обучения, интегративный подход, юношеский возраст.

Область исследования: психология эмоционального интеллекта.

Цель исследования – изучить аспекты эмоционального интеллекта у юношей, а также разработать и внедрить программу психологического вмешательства, направленную на развитие эмоциональных навыков.

Задачи исследования: анализ психологической литературы по концепции эмоционального интеллекта и специфике юношеского возраста; установление уровня развития эмоционального интеллекта в юношеском возрасте в зависимости от пола, возраста и места происхождения; определение личностных черт у юношей в зависимости от различного уровня развития эмоционального интеллекта; определение связи между эмоциональным интеллектом и стратегиями преодоления трудностей, используемыми юношами; разработка и внедрение программы психологического вмешательства с основной целью развития эмоционального интеллекта; оценка эффективности реализованной комплексной программы психологического вмешательства; формулирование психологических рекомендаций по улучшению эмоциональных навыков у юношей.

Полученные в ходе исследования результаты способствуют решению важной научной проблемы, выявляя специфические особенности развития эмоционального интеллекта у юношей и подчеркивая существенные различия в зависимости от пола, возраста и окружающей среды. Также была установлена взаимосвязь между эмоциональным интеллектом и личностными чертами, а также стратегиями преодоления трудностей, что позволило создать программу психологического вмешательства, направленную на консолидацию личности и развитие адаптивных стратегий преодоления трудностей.

Научная новизна и оригинальность исследования заключаются в комплексном подходе к эмоциональному интеллекту у юношей, подчеркивающим его взаимозависимость с личностными чертами и стратегиями преодоления трудностей. Исследование позволило на основе выявленных личностных черт составить профиль старшеклассника с высоким уровнем эмоционального интеллекта, а также разработать и внедрить программу развития эмоционального интеллекта, направленную на улучшение эмоциональных навыков, оказывающую благотворное влияние, как на структуру личности, так и на использование более эффективных стратегий преодоления трудностей.

Теоретическая значимость данной работы заключается в углубленном анализе специализированной литературы, направленном на создание прочной теоретической основы для понимания концепции эмоционального интеллекта у юношей. В исследовании анализируются и обобщаются основные теоретические модели, выделяются факторы, определяющие эмоциональный интеллект, и то, как он влияет на личностное и социальное развитие юношей.

Прикладная ценность работы заключается в определении личностного профиля юношей с высоким уровнем эмоционального интеллекта, а также в разработке и реализации программы психологического вмешательства, направленной на оптимизацию эмоциональных навыков.

Внедрение научных результатов. Результаты теоретического и экспериментального исследования были интегрированы в процесс обучения студентов факультета Психологии и СПП, а также в программы повышения квалификации, в деятельность по психологическому консультированию, осуществляемую в ассоциации «Эйрини», что способствовало расширению горизонтов знаний и повышению профессиональной квалификации специалистов в данной области.

PLEȘEA ANDREEA-CRISTINA

DEZVOLTAREA INTELIGENȚEI EMOȚIONALE LA ADOLESCENȚI

Rezumatul tezei de doctor în psihologie

Specialitatea 511.02 - Psihologia dezvoltării și psihologia educațională

Aprobat spre tipar:
Hârtie ofset. Tipar ofset.
Coli tipar 1,5

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

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