

ROLUL TERAPIEI COGNITIVE-COMPORTAMENTALE ÎN DIMINUAREA AGRESIVITĂȚII LA COPII DIN FAMILII VULNERABILE

Valeria PRODU, studentă,
Facultatea de Științe ale Educației, Psihologie și Arte,
Universitatea de Stat „Alec Russo” din Bălți
Conducător științific: Maria CORCEVOI, dr., lect. univ.

Abstract: *Preadolescent age, by itself, is a difficult period in which aggressive behaviour is greatly increased. What remains constant is the evolution and rise of this phenomenon. Aggressiveness and aggressive behaviour have become the most current issue in the field of social sciences. The family environment remains a precondition for the emergence and maintenance of deviant behaviour. As a function of stopping and improving this behaviour, we elucidate the major role of cognitive behavioural therapy and its techniques, which aims to reduce destructive behaviours through the learning of individuals to identify, evaluate, control and modify negative thoughts about potential dangers and as the behaviours associated with them.*

Keywords: *aggressive behavior, preadolescent age, vulnerable families, cognitive behavior therapy, hostility.*

Cercetările și statisticile oficiale înregistrate de Biroul Național de Statistică, raportează o creștere spectaculoasă a fenomenului agresivității în ultimele trei decenii în mai multe țări ale lumii, inclusiv și în Republica Moldova. Societatea asigură individului cadrul dezvoltării personalității sale, modele de gândire și de comportament, relații interpersonale și mijloace de trai, toate acestea reunite într-un ansamblu uimitor, într-un sistem bine organizat prin care individul devine dependent de cadrul social. Agresivitatea și comportamentul agresiv au devenit cea mai actuală problemă din câmpul științelor sociale [apud 7, p. 2].

În opinia lui I. Racu, comportamentul agresiv este, fără îndoială, una dintre temele actuale pentru știința psihologică contemporană. Preocuparea pentru manifestările de violență, dilemele privind creșterea criminalității și cauzele ei, strategii de prevenire și combatere a acestor fenomene reprezintă subiecte de reflecție pentru cercetători din diferite domenii ale științelor sociale [apud 3, p. 9-10].

Vârsta preadolescentă este o perioadă dificilă în care are loc o suită de modificări în ceea ce privește spectrul personalității, fiind cea mai vulnerabilă față de instabilitatea socială. Preadolescentul trăiește într-o lume complicată, care înaintea-ză mereu cerințe noi față de el și deseori, neștiind cum să reacționeze într-o situație nouă, reacționează agresiv, fiindcă nu dispune de o suficientă experiență de viață. Plus la aceasta, la ei se formează sentimentul protestului, deseori neconștientizat, dar care se implantează în procesul de individualizare și care se poate transforma în egoism, dacă va pierde interesul față de societate [6, p. 168].

Problema investigației este reprezentată de manifestarea agresivității la copii de vârstă preadolescentă.

Obiectul cercetării îl constituie strategiile și tehnicile din terapia cognitiv-comportamentală spre ameliorarea comportamentului agresiv la preadolescenți.

Scopul cercetării elucidarea importanței tehnicilor din terapia cognitiv-comportamentală în ameliorarea nivelului agresivității la copii de vârstă preadolescentă, care fac parte din familiile social vulnerabile.

Ipoteza cercetării

Ne așteptăm ca preadolescenții din familii vulnerabile să manifeste un scor al agresivității mai înalt, iar aplicarea strategiilor din terapia cognitiv-comportamentală va conduce la ameliorarea nivelului agresivității preadolescenților din familii social vulnerabile.

Lotul experimental: Pentru atingerea obiectivelor stabilite, am inclus în cercetarea noastră un număr de 30 de preadolescenți elevi ai Liceului Teoretic din satul Pelinia, raionul Drochia. 15 din ei provin din familii social vulnerabile (familii cu nivel economic scăzut, părinți șomeri, părinți plecați la muncă în străinătate, familiile în care se consumă alcool).

Cercetarea a prevăzut III etape:

1. *Experimentul de constatare*, unde am analizat influența tipului de familie asupra scorului de agresivitate la preadolescenți;
2. *Experimentul formativ*, care s-a bazat pe aplicarea strategiilor și tehnicilor terapiei cognitiv-comportamentale asupra preadolescenților proveniți din familii social vulnerabile;
3. *Experimentul de control*, care avut ca scop identificarea valorii experimentului formativ.

Instrumente utilizate: În scopul măsurării scorului la agresivitate la preadolescenți am utilizat *Chestionarul de agresivitate Buss-Darkee*.

Rezultatele obținute privind diagnosticarea scorului agresivității.

În analiza statistică a ipotezei precum că: *Copii din familii vulnerabile au un nivel mai ridicat al agresivității*, am analizat următoarele variabile:

Variabila Independentă (VII): tip familie: 1. familie nevulnerabilă; 2. familie vulnerabilă.

Variabila Dependentă: (VD) scorul de agresivitate (rezultat obținut la chestionar)

Ipoteza de cercetare: subiecții din familii vulnerabile vor avea un nivel al agresivității mai mare decât cel al subiecților din familii nevulnerabile.

Ipoteza de nul: tipul de familie din care fac parte preadolescenții nu va influența scorul agresivității.

Am aplicat **testul t pentru eșantioane independente**, obținând

Tab. 1. Mediile scorului la agresivitate

	Mediu	N	Mean
scor_total	nevulnerabile	15	19,8000
	Vulnerabile	15	25,5333

Tab. 2. Rezultatele testului t pentru eșantioane diferite

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	T	Df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
scor_ total	Equal variances assumed	,000	,995	-2,78	28	,009	-5,73333	2,05650	-9,94589	-1,52078
	Equal variances not assumed			-2,78	27,72	,009	-5,73333	2,05650	-9,94778	-1,51888

Mediile celor două grupe: Mgr1=19,8, Mgr2=25,5

Valoarea lui **t** și semnificația: $t(28)=-2,78$, $p = 0,009$, $p \leq 0,005$

Ceea ce ne permite să concluzionăm că valoarea lui **p** este semnificativă, deci apar diferențe între scorurile la nivelul agresivității la eșantionul cercetării noastre, preadolescenții din familiile vulnerabile și cei din familii nevulnerabile. Astfel încât preadolescenții din familii social vulnerabile au nivelul agresivității mult mai ridicat decât la cei din familii nevulnerabile.

În urma rezultatelor obținute, se observă faptul că preadolescenților proveniți din familii social vulnerabile au nevoie de o intervenție psihologică în vederea diminuării comportamentelor agresive. Prin urmare, e necesar să aducem în aplicare tehnici și strategii din terapia cognitiv – comportamentală.

Hawton, Salkovskis, Kirk și Clark (1989) arată că abordarea cognitiv-comportamentală pune un accent deosebit pe formularea conceptelor în termeni operaționali și pe validarea empirică a rezultatelor tratamentului [1, p. 107].

După cum afirmă Irina Holdevici, principiul de bază al terapiei cognitiv-comportamentale postulează că modurile în care individul se comportă sunt determinate de situațiile imediate și de felul în care subiectul le interpretează. În cursul ședințelor de consiliere, clientul trebuie să se simtă securizat pentru a putea furniza informații despre evenimente stresante. Aceasta se realizează prin crearea unei atmosfere calde, pline de încredere, psihologul fiind empatic și gata să-l ajute pe client să depășească dificultățile curente [1, p. 109].

Odată ce vom forma un program de intervenție bazat pe tehnicile și strategiile terapiei cognitiv-comportamentală, vom influența pozitiv asupra dezvoltării abilităților de autoreglare emoțională și la sporirea încrederii în sine, iar aceasta să contribuie la diminuarea agresivității.

Programul de intervenție psihologică, creat și implementat, în vederea diminuării comportamentului agresiv la preadolescenți, s-a bazat pe obiective și principii concrete și care cuprinde multiple metode, procedee și tehnici, precum: *tehnica înregistrării zilnice a gândurilor automate disfuncționale și/sau iraționale, teh-*

nica imageriei emotive, tehnica expunerii gradate, tehnici de relaxare, metoda modelării, modelul ABC comportamental.

Programul nostru a fost constituit din 5 ședințe cu o durată de până la o oră, cu frecvența de o dată pe săptămână. Participanții la studiu au fost 15 preadolescenți din familii social vulnerabile din Liceul Teoretic s. Pelinia, r-nul Drochia, care au dat acordul de participare. Desfășurarea programului propriu-zis a avut loc în cabinetul psihologului din liceul dat.

Determinarea eficienței programului de intervenție pentru preadolescenți agresivi

Plecând de la specificul și complexitatea problemei de cercetare abordate, am considerat necesar să analizăm impactul formativ al programului de intervenție în vederea diminuării scorului agresivității la preadolescenți din familii vulnerabile.

După realizarea și aplicarea programului, prin care ne-am propus să micșorăm scorul agresivității, am reevaluat cu același instrument (*Chestionarul de agresivitate – ostilitate BUSS - DARK*) subiecții participanți la experimentul formativ, aplicând testul T pentru eșantioane perechi, obținând următoarele date:

Tab. 3. Rezultatele mediilor la scorul agresivității pre și post programului de intervenție

	N	Mean
scor_agresivitate_postinterventie	15	22,7333
scor_agresivitate_preinterventie	15	25,5333

Tab. 4. Rezultatele testului T pentru eșantioane perechi

		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	scor_agresivitate_postinterventie - scor_agresivitate_preinterventie	-2,80000	1,65616	,42762	-3,7171	-1,88	-6,548	14	,000

Mediile inițiale și finale ale subiecților: Mjn= 25,53, Min=22,73. Valoarea lui t și a pragului de semnificație: $t(14) = -6,54, p < 0,001$

Apar diferențe semnificative a scorului agresivității înainte și după aplicarea programului de intervenție psihologică. A crescut semnificativ media scorurilor.

Concluzii. Aplicarea strategiilor din terapia cognitiv-comportamentală are o valoare semnificativă în diminuarea comportamentului agresiv la preadolescenții din familiile vulnerabile, observându-se o micșorare a rezultatelor obținute.

Rezultatele expuse ne permit să menționăm că intervențiile psihologice special organizate cu grupul experimental au avut impact pozitiv asupra diminuării agresivității. În comportamentul preadolescenților s-a produs următoarele modificări: au învățat să-și înțeleagă emoțiile, să ofere libertate de exprimare, își creează mai ușor

un climat favorabil de comunicare și interacțiune în care se realizează valorificarea resurselor personale, recunosc și înlătură cauzele care generează frustrările, au învățat tehnici de relaxare, meditație, respirație, cu scopul de a înlătura încordarea și tensiunea musculară și emoțională. Acești preadolescenți au devenit mai calmi, mai încrezuți, mai temperați, dispuși să-și controleze emoțiile.

Bibliografie:

1. HOLDEVICI, Irina. *Psihoterapia cazurilor dificile: abordări cognitive-comportamentale*. București: Editura Dual Tech, 2003. ISBN 973-85525-5-9.
2. DAFINOIU, Ion. *Psihoterapii scurte: strategii, metode, tehnici*. Iași: Editura Polirom, 2005. 356 p. ISBN 973-681-777-6
3. PÎSLARI, Stela. Problematika agresivității și violenței – repere teoretice. In: *Diminuarea comportamentelor agresive la copii: materialele conferinței șt. naț. cu participare internaț.* Chișinău, 2015. 284 p. ISBN 978-9975-46-253-2
4. VINNICENCO, Elena. Modalități de atenuare a agresivității la preadolescenți. In: *Diminuarea comportamentelor agresive la copii: materialele conferinței șt. naț. cu participare internaț.* Chișinău, 2015. ISBN 978-9975-46-253-2
5. DANIEL, David. *Tratat de psihoterapii cognitive și comportamentale*. Iași: Editura Polirom, 2006. ISBN 973-46-0491-0
6. GRECU, Genoveva, POTÂNG, Angela. Manifestarea formelor agresivității la preadolescenți. In: *Psihologie, Seria „Științe ale Educației”*. ISSN 1857-2103
7. FLOREA, Marius. *Tipuri de agresivitate și cauzalitate multiplă*. Cluj-Napoca: Institutul de Istorie „George Bariț”