

STRATEGII DE PROFILAXIE ȘI DIMINUARE A STRESULUI PARENTAL ÎN SITUAȚII DE CONFRUNTARE CU COMPORTAMENTE DE BULLYING ÎN ȘCOALĂ

Eugenia TIMCO, *Facultatea de Științe ale Educației, Psihologie și Arte, Universitatea de Stat „Alecă Russo” din Bălți*
Conducător științific: **Silvia BRICEAG, dr., conf. univ.**

Abstract: *In this research we aimed to study the relationship that can exist between parental stress in situations of confrontation with bullying behaviors in school. We believe that parental stress can be a significant variable that can be a cause but also a consequence of bullying. Research has repeatedly demonstrated that aggression in children seems to be linked with parenting and the behavior model taken from the family, at the same time, it is possible that parental stress affects the behavior and development of children more strongly than stress in other areas of life. We consider the mutual influence of parental stress and the child's behavior to be essential, which led us to study these parameters, as well as to identify strategies to prevent and reduce stress, something that would contribute to optimizing the well-being of the parent, respectively, and the child.*

Keywords: *parental stress, behavior, bullying, well-being.*

Prezentul studiu a urmărit să examineze relația care poate exista între stresul parental și comportamentul de bullying ale copilului în școală. Studiul dat a încercat să meargă dincolo de stilurile parentale, variabilă ce a fost analizată în majoritatea studiilor anterioare ce implică bullying-ul, astfel am ales stresul parental, variabilă ce pare a fi semnificativă în situațiile de confruntare cu comportamente de bullying-ul în școală. Cercetările au demonstrat în nenumărate rânduri că agresiunea la copiii pare a fi legată cu parentingul și modelul de comportament preluat din familie, totodată, este posibil ca stresul parental să afecteze mai puternic comportamentul și dezvoltarea copiilor decât stresul în alte domenii ale vieții [2, 5].

Într-un studiu care a urmărit dezvoltarea unui grup de copii, s-a demonstrat că stresul parental a fost cel mai puternic predictor al problemelor emoționale și comportamentale ale copiilor la vârsta de patru ani, iar un alt studiu a demonstrat că părinții care aveau un nivel ridicat al stresului aveau și copii cu cele mai mari niveluri de probleme în dezvoltarea lor cognitivă și socială [2].

Considerăm esențială influența reciprocă a stresului parental și comportamentul copilului, motiv ce ne-a determinat să studiem acești parametri, totodată și pentru a identifica strategii de prevenire și diminuare a stresului fapt ce ar contribui la optimizarea stării de bine a părintelui, respectiv și a copilului.

Atât stresul, cât și bullying-ul sunt două fenomene destul de studiate în ultimele decenii. În una din lucrările sale, Lazarus scria că nu a existat vreodată atât de mult interes pentru stres la nivel mondial, în rândul oamenilor de știință

și din partea publicului larg. Acest interes a avut un aport deosebit din partea practicienilor clinici care au aplicat și aplică cunoștințe pentru ameliorarea suferinței emoționale, a disfuncțiilor și a bolilor fizice generate de stres. Cu toate că stresul a devenit un cuvânt de uz casnic, studiile și dovezile abundente au demonstrat că stresul poate fi prevenit, diminuat și/sau gestionat [3].

Problema *stresului parental* este studiată de psihologii internaționali din anii 80 a sec. XX. La început, a fost studiat în familiile cu copii cu diverse boli și întâzieri în dezvoltare. Totuși, cercetătorii acestei probleme au început să vorbească despre faptul că stresul parental este caracteristic tuturor părinților, indiferent de propriile calități și de caracteristicile copiilor lor, de condițiile lor socio-economice și de sistemul de sprijin [7].

A fost dovedit că stresul parental afectează relația dintre părinte și copil drept urmare părintele are o atitudine negativă față de propriul copil și este mai puțin sensibil la trăirile acestuia. Părintele cu un nivel crescut de stres parental întâmpină dificultăți în reglarea emoțiilor copilului, perceperea și interpretarea acestora [8].

După cum am menționat anterior *bullying-ul* este un fenomen care s-a bucurat de interesul cercetătorilor la nivel mondial fiind obiectul mai multor studii de specialitate din diverse domenii: psihologie, pedagogie, sociologie, medicină etc. Termenul de *bullying* este un cuvânt de origine engleză care servește la identificarea fenomenului de agresiune și victimizare în rândul semenilor și este descris ca abuz sistematic de putere, deoarece este un comportament agresiv exercitat de unul sau mai mulți indivizi asupra altora și este identificat prin intenția de a răni pe cineva [4].

Mai mulți cercetători consideră *bullying-ul* un comportament agresiv intenționat care este menit să provoace disconfort sau durere, implică un dezechilibru de putere și tărie între agresor și victimă, și se manifestă repetitiv, regulat. Aceasta este o formă de violență care, așa cum afirmă Fante (2005), se întâmplă într-un mod voalat, printr-un „ansamblu de comportamente crude, intimidante și repetitive, prelungite împotriva aceleiași victime” și cu mare putere distructivă, întrucât doare „cel mai mult” [5].

Există suficiente dovezi în literatura de specialitate că practicile, atitudinile și comportamentul părinților la domiciliu sunt legate de activitatea agresivă a copilului la școală. Snyder și colab. (2005) au testat un model de dezvoltare timpurie a problemelor de conduită a copilului care încorporează efectele reciproce ale comportamentului copilului asupra practicii parentale și ale parentalității asupra comportamentului copilului. Ei au concluzionat că, copiii sunt producători activi ai relației lor cu părinții lor, iar caracteristicile lor comportamentale influențează în mod unic această relație [5, 6].

Cercetătorii au demonstrat existența stresului parental, totodată au propus și strategii de prevenire și diminuare a stresului, strategii cărora li s-a demonstrat eficacitatea în timp. Deater Deckard susține ideea că odată ce un eveni-

ment a fost considerat a fi potențial agent stresor, există o serie de strategii cognitive, emoționale și comportamentale pe care părinții le pot folosi pentru a minimiza reacția de stres. Însă părinții aflați în aceeași situație stresantă îi fac față în moduri diferite, iar unii se descurcă mai bine decât alții. Acest lucru ajută la explicarea de ce unii părinți care se luptă ani de zile cu probleme cronice ale copiilor (de exemplu, boală, tulburări de conduită) prezintă doar reacții ușoare de stres, dar alții sunt profund afectați [2]. Calitatea comportamentului parental suferă atunci când stresul parental crește, iar legătura dintre stresul parental și comportamentul parental poate fi întreruptă dacă părintele este capabil să continue să folosească strategii eficiente de coping în fața factorilor de stres.

Scopul studiului constă în identificarea strategiilor de profilaxie și diminuare a stresului parental în situații de confruntare cu comportamente de bullying.

Ipotezele cercetării: (1) În situațiile de confruntare cu comportamente de bullying în școală părinții se confruntă cu stări intense de stres. Strategiile de coping adaptative, concentrate pe problemă au un impact pozitiv în prevenirea și diminuarea stării de stres. (2) Elaborarea și implementarea unui program de consiliere psihologică sporește activarea resurselor interioare și contribuie la prevenirea și diminuarea stresului parental cât și la adoptarea noilor comportamente de a face față stresului.

Pentru realizarea cercetării ne-am propus următoarele obiective: (1) Analiza opiniilor părinților cu privire la bullying în care pot fi implicați copiii; (2) Evaluarea nivelului de stres al părinților și a modalităților de coping în situații de stres;

Instrumentele folosite în studiul dat sunt *Scala de percepție a stresului* (Perceived Stress Questionnaire) elaborată de Levenstein și colab. (1993) și este un instrument relevant în stabilirea nivelului de stres perceput, Chestionarul „*Modalități de coping la stres*” elaborat de S. Hobfoll – conține 9 strategii de coping în stres; *Chestionar pentru părinți în situații de confruntare cu comportamente de bullying* (inspirat și adaptat după Chestionarul APRI-BT Adolescent Peer Relations Instrument – Bully/Target). Instrumentele au fost aplicate pe un eșantion constituit din 67 părinți ai elevilor din instituțiile preuniversitare. Din ei 45 sunt părinții elevilor din ciclul primar, 16 sunt părinții elevilor din ciclul gimnazial și 6 – părinții elevilor din ciclul liceal.

Rezultate și comentarii. Rezultatele *Chestionarului pentru părinți în situații de confruntare cu comportamente de bullying* demonstrează că părinți consideră că numărul cazurilor de bullying au scăzut anul acesta comparativ cu anul trecut (n=8), au crescut anul acesta comparativ cu anul trecut (n=9), s-au menținut constant (n=13), nu sunt siguri (n=37) figura 1.

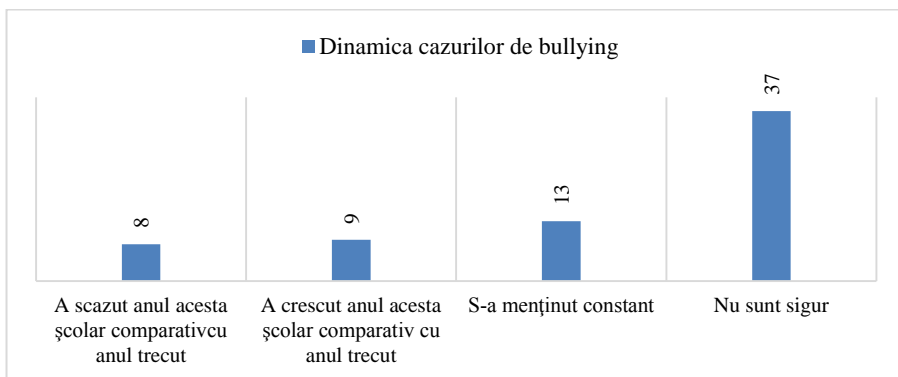


Fig. 1. *Opinia părinților cu referință la dinamica cazurilor de bullying*

După cum putem observa în figura 2, părinții au indicat că în școala în care învață copilul său se manifestă violența fizică, verbală și emoțională din partea copiilor. Din totalul părinților 36 nu sunt siguri dacă există violență în clasa/școala copilului său, 13 părinți sunt de părerea că în clasa/școala copilului său se manifestă violența verbală, 10 părinți au ales violența emoțională, iar 6 părinți consideră că în școala/clasa copilului său există violența fizică.

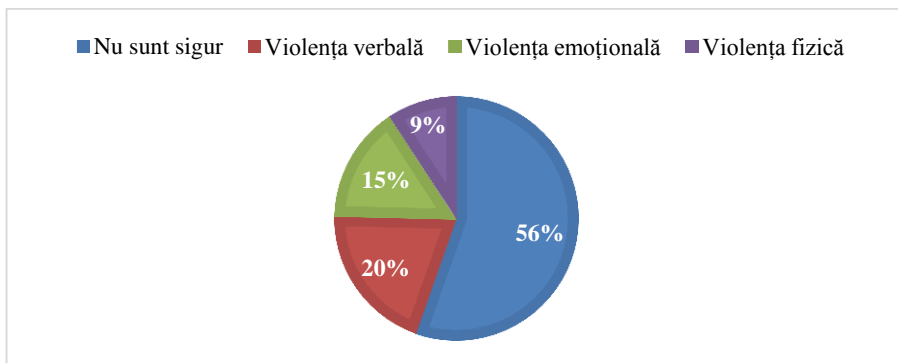


Fig. 2. *Tipul de violență manifestat în clasă/școală după părerea părinților*

Prin urmare, putem observa cum au evaluat părinții comportamentele de bullying și frecvența acestora. Așadar, părinții consideră că în clasa/școala în care învață copilul său au loc comportamentele de bullying pe care le putem analiza în figura 3. Cumulând răspunsurile celor patru variante de răspuns *foarte rar*, *rar*, *des* și *foarte des* vom obține rezultate care indică că certurile/conflictele sunt cele mai răspândite în rândul copiilor, urmat de injurii/ cuvinte urâte, apoi expresii jignitoare referitoare la trăsăturile fizice sau psihice, după care urmează bătăile între elevi și celelalte comportamente violente (fig. 3).

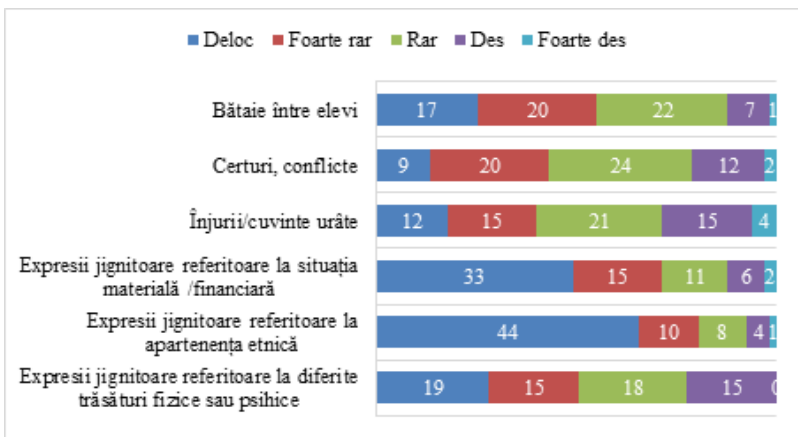


Fig. 3. Comportamentele asociate bullying-ului și frecvența acestora din perspectiva părintelui

Prin chestionarul de evaluare a opiniilor părinților cu referire la comportamentele de bullying, ne-am propus să identificăm dacă aceștia cunosc că copiii lor ar putea fi inițiatorii acțiunilor violente. Părintele a fost rugat să răspundă cât mai sincer cât de des copilul său a făcut unui coleg (colegilor) următoarele lucruri indicate în figura 4.

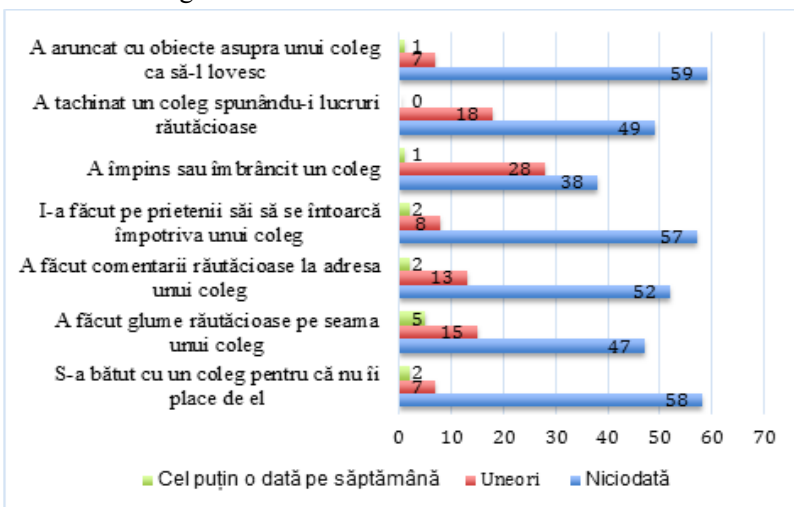


Fig. 4. Comportamente de bullying inițiate de copil în calitate de agresor din perspectiva părintelui

Analizând diagrama (Fig. 4), vom observa că 29 dintre părinții chestionați au răspuns că *uneori* sau *cel puțin o dată pe săptămână* copilul său a împins sau îmbrâncit un alt coleg și 9 părinți au indicat că *uneori* sau *cel puțin o dată*

pe săptămână copilul său s-a bătut cu un coleg pentru că nu îi place de el. În figura 5 putem analiza raportul dintre ciclurile de învățământ și sexul copilului implicat în acțiuni violente. Astfel, rezultatele indică că dintre acești 29 părinți (Fig. 4), 7 sunt părinți de fete și 22 părinți de băieți, dintre care 18 sunt părinții elevilor din ciclul primar (școlarul mic), 10 părinți au copil în ciclul gimnazial (preadolescent) și 1 este părinte al elevului din clasă liceală (adolescent).

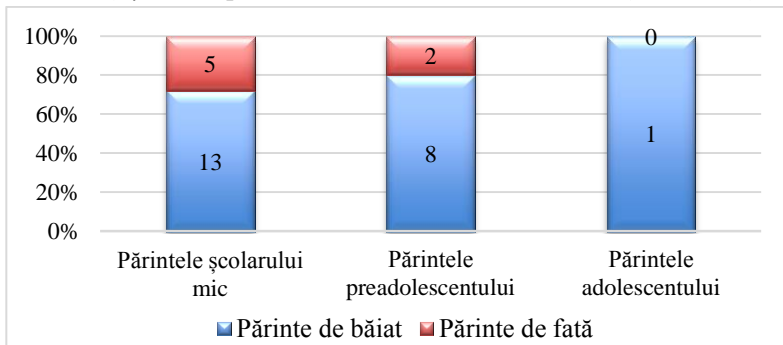


Fig. 5. *Comparația dintre sexul copilului și ciclul de învățământ din care face parte*

Am analizat și comportamentele de bullying pe care ar putea să le sufere copilul în calitate de victimă din perspectiva părintelui. Astfel, părintele a fost rugat să răspundă cât mai sincer cât de des un coleg (colegii) i-a făcut (i-au făcut) următoarele lucruri copilului său în figura 5.

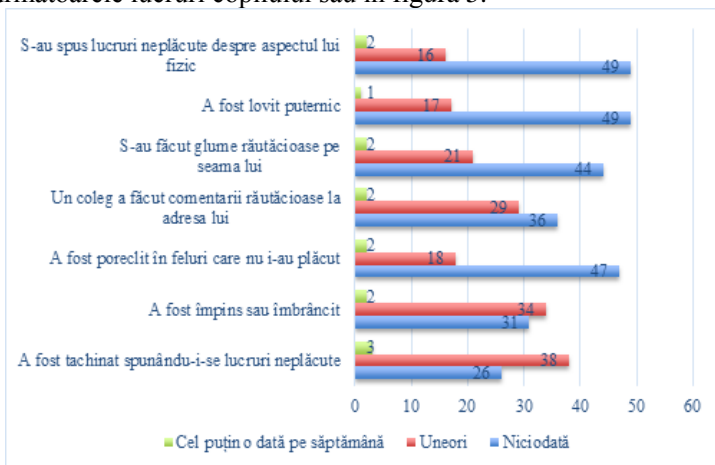


Fig. 5. *Comportamente de bullying pe care copilul le-ar putea suferi în calitate de victimă din perspectiva părintelui*

La fel, cumulând variantele de răspuns *uneori* și *cel puțin o dată pe săptămână* putem observa că cele mai multe răspunsuri au fost obținute la afirmația „a fost tachinat spunându-i-se lucruri neplăcute” (n=41), urmat de „a fost îm-

pins sau îmbrâncit” (n=36). Dintre cei 67 părinți, 18 au indicat că copilul său „a fost lovit puternic” uneori sau cel puțin o dată pe săptămână.

Rezultatele *Scalei de percepție a stresului* indică că cei mai mulți dintre subiecți au un nivel de stres moderat (n=42), urmat de un nivel de stres ridicat (n=16) și un nivel de stres redus (n=9).

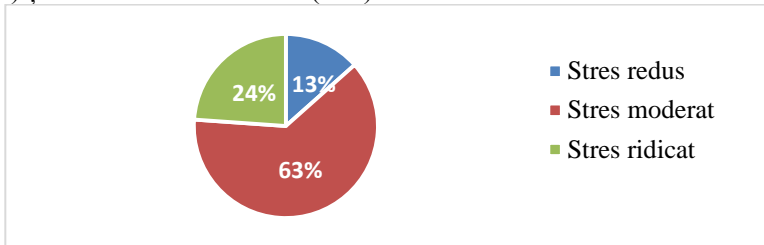


Fig. 6. Nivelul de stres al părinților conform rezultatelor

În ordine crescătoare observăm (Fig. 7) că dintre cei 9 părinți cu nivel de stres redus 3 părinți au elev școlar mic, 4 părinți au elev preadolescent, 2 părinți au elev adolescent. Dintre cei 42 părinți cu nivel de stres moderat 32 părinți au elev școlar mic, 6 părinți au elev preadolescent, 4 părinți au elev adolescent, iar dintre cei 16 părinți cu un nivel de stres ridicat 10 părinți au elev școlar mic și 6 părinți au elev preadolescent. Nici un părinte al adolescentului nu a atins un nivel ridicat de stres.

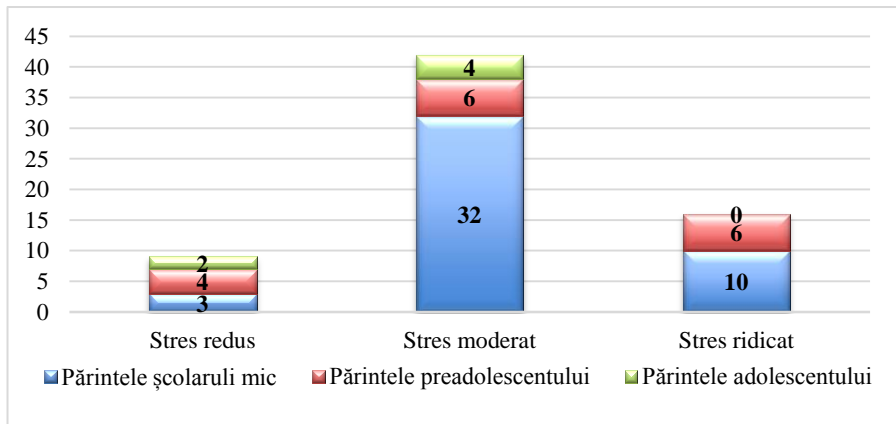


Fig. 7. Nivelul de stres în funcție de rolul de părinte

Vom analiza în special rezultatele ce indică un nivel de stres ridicat al părinților. Așadar, dintre cei 16 părinți cu un nivel ridicat de stres, 10 sunt părinții elevilor ce învață în ciclul primar și 6 sunt părinții elevilor ce învață în ciclul gimnazial. Analiza calitativă ne-a permis să identificăm că dintre acești 16 părinți, 7 au indicat că copilul său ar putea suferi în calitate de victimă în urma comportamentelor de bullying în școală, 6 au indicat că copilul său în calitate de agresor

ar putea iniția comportamente de bullying, iar 3 dintre părinți nu se confruntă cu careva comportamente violente în care poate fi implicat copilul său (Fig. 8).

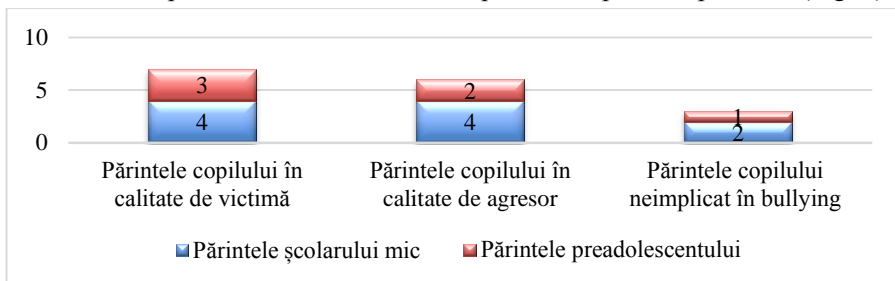


Fig. 8. *Comparația nivelului de stres ridicat al părintelui*

Vom acorda atenție și nivelului de stres moderat pe care l-au obținut 63% dintre părinții chestionați. Specialiștii susțin ideea că începând cu 55 puncte acumulate, e bine să ne gândim la o strategie de prevenție, iar la un scor de peste 80 puncte, deja este nevoie de reactualizarea mecanismelor de coping comportamental și emoțional [1],[2].

Chestionarul „*Modalități de coping la stres*” demonstrează care din cele 9 strategii de coping în stres (*acțiuni asertive, inițierea contactului social, căutarea sprijinului social, prudență în acțiuni, impulsivitate în acțiuni, evitare, manipulare în acțiuni, acțiuni antisociale, acțiuni agresive*) sunt folosite de părinți în situațiile stresante.

Așadar, în figura 9 sunt prezentate gradul de exprimare a strategiilor de coping pe care le-au obținut părinții.

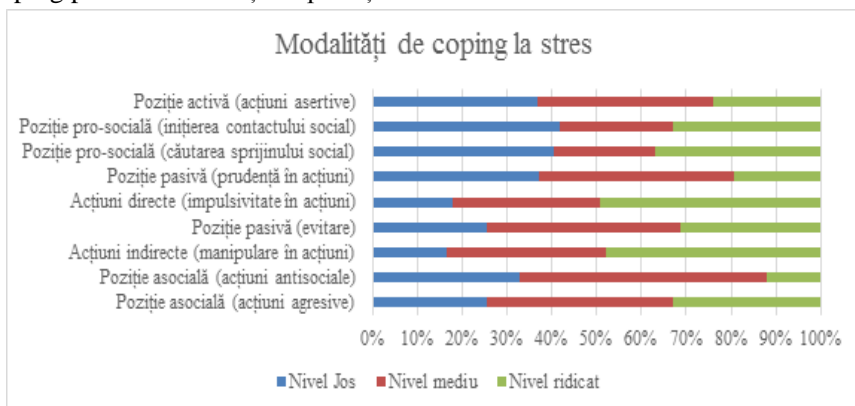


Fig. 10. *Gradul de exprimare al strategiilor de coping*

Revenind la nivelul de stres ridicat al părinților (fig. 8), menționăm că 13 din 16 adoptă acțiuni agresive și 16 din 16 – acțiuni impulsive. Am sesizat că părinții care au un nivel înalt la acțiunile agresive au un nivel jos la acțiunile asertive și invers.

Rezultatele indică o relație între comportamentul de bullying inițiat de copil, nivelul de stres ridicat al părintelui și poziția asocială (*acțiuni agresive*) ca strategie de coping, dar și relația dintre comportamentul de victimă al copilului, nivelul de stres ridicat al părintelui și poziția pasivă (*evitare*) ca strategie de coping (fig. 11).

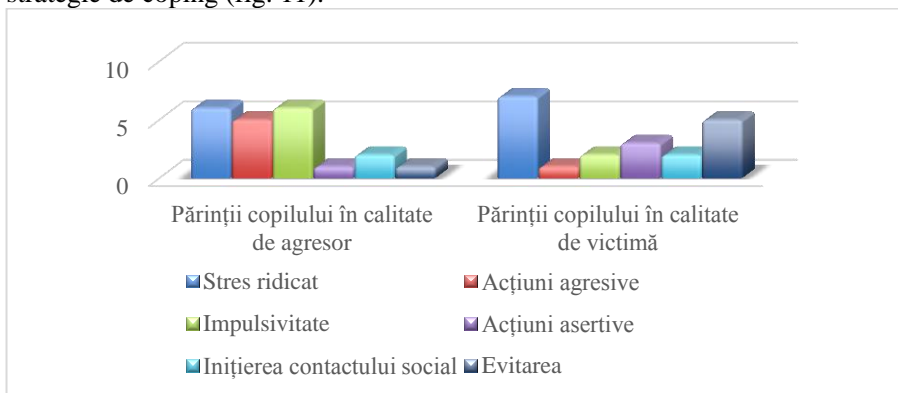


Fig. 11. Relația dintre stresul ridicat al părintelui și strategiile de coping

În baza rezultatelor, ne-am propus elaborarea și implementarea unui program de consiliere psihologică axat pe strategiile de coping ce ar optimiza modelul comportamental al părintelui în prevenirea și diminuarea stresului parental.

Concluzie. Prin urmare, pe baza constatărilor actuale, nu putem spune cât de mult influențează stresul parental comportamentul violent al copilului la școală sau dacă comportamentul de violență al copilului provoacă sau exacerbează stresul parental, probabil, ambele sunt adevărate și este în funcțiune un model bidirecțional de influență. Totuși, am demonstrat existența relației între nivelul ridicat de stres și acțiunile de bullying al copilului atât în calitate de agresor, cât și victimă.

O cercetare longitudinală, cu certitudine, ar demonstra dacă există o corelație semnificativă între comportamentele de bullying și stresul parental.

Bibliografie:

1. Compas, B. E., Malcarne, V. L., & Fondacaro, K. M. (1988). Coping with stressful events in older children and young adolescents. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56(3), 405-411. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.56.3.405>
2. Deater-Deckard, Kirby, Parenting stress, Yale University Press, 2004, p. 221, ISBN 0-300-10393-X
3. Lazarus, Richard S., Stress and emotion: a new synthesis, Copyright 1999 by Springer Publishing Company Paperback, ISBN 0-8261-1250-1
4. Sonia Maria de Souza Pereira, Bullying e suas implicacoes no ambiente escolar, Editora Paulus, p. 114, ISBN 978-85-349-3431-2 [online]. [accesat

- 20.12.2022], Disponibil pe: <https://ro.scribd.com/read/405823200/Bullying-e-suas-implicacoes-no-ambiente-escolar#>
5. Stelios N. Georgiou, Panayiotis Stavrinides, Parenting at home and bullying at school, *Social Psychology of Education An International Journal* ISSN 1381-2890 Soc Psychol Educ DOI 10.1007/s11218-012-9209-z
 6. Bullying-ul în rândul copiilor, *Studiu sociologic la nivel national*, 2016, [online].[accesat 20.02.2023], Disponibil pe: <https://www.salvaticopiii.ro/sci-ro/files/10/10551dfa-f0b2-4cb0-a103-08d811dc31a9.pdf>
 7. Психология стресса и совладающего поведения, DOI 10.34216/2073-1426-2019-25-4-113-117 УДК 159.923 online].[accesat 20.12.2022], Disponibil pe: <https://cyberleninka.ru/article/n/roditelskiy-stress-i-koping-strategii-u-rabotayuschih-i-nerabotayuschih-materey-detey-rannego-vozrasta/viewer>.
 8. Аникина В.О., Пшонова К.А. Взаимосвязь родительских компетенций, эмоционального состояния и уровня родительского стресса матерей детей дошкольного и младшего школьного возраста // *Мир науки. Педагогика и психология*, 2019 №6, <https://mir-nauki.com/PDF/59PSMN619.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.