

Stima de sine și anxietatea profesorului - învățământ special și de masă -



COLECȚIE DE SUCCES

Nicoleta CRAMARUC

Stima de sine
și
anxietatea profesorului
- învățământ special și de masă-

Lumen

Iași 2007

Nicoleta CRAMARUC

Referent științific: Conferențiar dr. Dorina
Sălăvăstru

Stima de sine și anxietatea profesorului
- învățământ special și de masă-

**Editura Lumen este acreditată CNCSIS sub nr
003**

Redactor: Morariu Irina Maria

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale:

Nicoleta CRAMARUC

Stima de sine și anxietatea profesorului

- învățământ special și de masă-

Editura Lumen

Bibliografie

Pag. 138

ISBN - 978-973-1703-56-5

Extras din volumul:
Cramaruc, N. (2007). Stima de sine și anxietatea profesorului.
Învățământ special și de masă. Iași, România: Lumen.

Nicoleta CRAMARUC

Stima de sine
și
anxietatea profesorului
- învățământ special și de masă-

Lumen

Iași, 2007
Extras din volumul:
Cramaruc, N. (2007). Stima de sine și anxietatea profesorului.
Învățământ special și de masă. Iași, România: Lumen.

Pagina lasata intentionat goala

Extras din volumul:
Cramaruc, N. (2007). Stima de sine si anxietatea profesorului.
Invatamant special si de masa. Iasi, Romania: Lumen.

persevereză și vei reuși!

Extras din volumul:
Cramaruc, N. (2007). Stima de sine și anxietatea profesorului.
Invatamant special și de masa. Iasi, Romania: Lumen.

Pagina lasata intentionat goala

Extras din volumul:
Cramaruc, N. (2007). Stima de sine si anxietatea profesorului.
Invatamant special si de masa. Iasi, Romania: Lumen.

Cuprins:

ARGUMENT	9
PARTEA I SUPORTUL TEORETIC.....	11
CAPITOLUL 1 – STIMA DE SINE.....	13
I. DELIMITĂRI CONCEPTUALE	13
II. TEORII FUNDAMENTALE, MODELE EXPLICATIVE ALE STIMEI DE SINE	16
III. TIPOLOGIA STIMEI DE SINE.....	23
IV. FACTORI POZITIVI AI STIMEI DE SINE.....	34
V. CONSECINȚE ALE STIMEI DE SINE ÎNALTE - SCĂZUTE	37
CAPITOLUL 2 – ANXIETATEA	41
I. DELIMITĂRI CONCEPTUALE	41
II. TEORII EXPLICATIVE ALE ANXIETĂȚII	45
III. TIPOLOGIA TULBURĂRILOR ANXIOASE.....	50
IV. MECANISME DE APĂRARE.....	65
CAPITOLUL 3 – ÎNVĂȚĂMÂNTUL SPECIAL	71
I. DELIMITĂRI CONCEPTUALE	71
II. TIPURI DE DEFICIENȚE.....	75
III. CADRUL DIDACTIC DIN ÎNVĂȚĂMÂNTUL SPECIAL	79
IV. MODELE ALE SISTEMULUI DE ÎNVĂȚĂMÂNT SPECIAL ȘI INTEGRAT INTERN ȘI INTERNAȚIONAL.....	89

Extras din volumul:

Cramaruc, N. (2007). Stima de sine si anxietatea profesorului.
Invatamant special si de masa. Iasi, Romania: Lumen.

PARTEA A II-A CERCETAREA EXPERIMENTALĂ	97
I. IPOTEZELE CERCETĂRII EXPERIMENTALE	99
II. VARIABILELE INCLUSE ȘI MANIPULATE ÎN CADRUL CERCETĂRII.....	101
III. PLANUL EXPERIMENTAL	103
IV. CERCETAREA EXPERIMENTALĂ PROPRIU-ZISĂ	103
A. Chestionarele aplicate	103
B. Eșantionul de subiecți.	105
V. PRELUCRAREA STATISTICĂ A DATELOR ȘI INTERPRETAREA REZULTATELOR	107
VI. CONCLUZII	124
CONCLUZII FINALE	127
BIBLIOGRAFIE	131
ANEXE	133

Extras din volumul:
Cramaruc, N. (2007). Stima de sine și anxietatea profesorului.
Învățământ special și de masă. Iași, România: Lumen.

Argument

Atunci când interacționezi cu altă persoană în diverse situații, prima impresie se formează pe baza imaginii pe care celălalt o dezvăluie și o prezintă ca fiind proprie. Această imagine este susținută de un element important în existența individului fie interioară sau fie exterioară, respectiv stima de sine.

Fiind permanent sub impactul relaționării m-a incitat conceptul stimă de sine și modul în care influențează concepția și comportamentul unui individ și prin urmare mi-a surâs idea de a realiza o mică cercetare experimentală prin care să-l investighez pe un eșantion de profesori.

Se știe că o stimă de sine înaltă este benefică pentru individ atâta timp cât nu depășește limitele realului și că stima de sine scăzută atrage multiple consecințe asupra personalității, încât mi s-a părut interesant de analizat și nivelul anxietății rezultate.

De fapt tot demersul cognitiv al temei lucrării de disertație a pornit de la o situație concretă respectiv faptul că sunt profesoară într-o școală specială. Surprinzător poate, nu am nici un fel de complex sau stare de disconfort față de tipul

Extras din volumul:

Cramaruc, N. (2007). Stima de sine și anxietatea profesorului. Invatamant special și de masă. Iași, România: Lumen.

și formația școlii deși cunosc concepțiile conform cărora a lucra într-o școală specială nu reprezintă un atu al cărții de vizită personale.

Prin urmare, m-am hotărât să încerc să demonstrez prin lucrarea și cercetarea mea că lucrurile nu sunt deloc sumbre și că stima de sine și anxietatea personalului didactic din învățământul special sunt diferite față de cele ale profesorilor din învățământul de masă.

Având în vedere că instrumentele de măsură includeau afirmații vizând latura interioară, intimă a individului, am întâmpinat mici obstacole și rețineri din partea profesorilor care s-au constituit drept subiecți ceea ce m-a surprins puțin pentru că nu le-am solicitat nici o informație confidențială de identificare. Alegând aceste concepte am fost conștientă că aparțin de latura subiectivă a individului și că, cel puțin în ceea ce privește stima de sine, vor încerca să se prezinte într-o imagine pozitivă chiar dacă imaginea interioară se situează în sens opus. În ceea ce privește anxietatea aceasta se instalează inconștient și de aceea este necesar să fie conștientizată pentru a elimina influența nefastă asupra individului.

Cu toate inconvenientele întâmpinate am rămas la STIMA DE SINE ȘI ANXIETATE.

Extras din volumul:

Cramaruc, N. (2007). Stima de sine și anxietatea profesorului. Invatamant special si de masa. Iasi, Romania: Lumen.

Partea I

Suportul teoretic

Extras din volumul:
Cramaruc, N. (2007). Stima de sine si anxietatea profesorului.
Invatamant special si de masa. Iasi, Romania: Lumen.

Pagina lasata intentionat goala

Extras din volumul:
Cramaruc, N. (2007). Stima de sine si anxietatea profesorului.
Invatamant special si de masa. Iasi, Romania: Lumen.

Capitolul 1 – Stima de sine

I. Delimitări conceptuale

Stima de sine este unul din acele concepte cu care ne întâlnim frecvent în viața cotidiană, fiecare dintre noi având o idee despre ceea ce este stima de sine.

N. Branden o consideră „simțul înăscut al propriei valori”, respectiv „predispoziția de a te simți capabil să faci față provocărilor vieții și demn de a fi fericit”. În viziunea sa stima de sine presupune două componente: **eficacitatea sinelui** care înseamnă încrederea în capacitatea de a gândi, a înțelege, a învăța, a alege, a lua hotărâri și încrederea în sine, respectiv **considerația față de sine**, însemnând o atitudine încrezătoare față de dreptul meu de a trăi și de a fi fericit și trăirea demnității și a valorii personale.

„Stima de sine ? Ei bine, este felul în care ne vedem și dacă ne place sau nu ceea ce vedem”. Această idee aparținând unui absolvent, au descoperit-o F. Lerold și C. Andre pentru care stima de sine se fondează pe trei componente: **iubirea de sine** – a ne evalua și a ne iubi în ciuda defectelor și a limitelor, în ciuda eșecurilor și

Extras din volumul:

Cramaruc, N. (2007). Stima de sine si anxietatea profesorului. Invatamant special si de masa. Iasi, Romania: Lumen.

înfrângerilor, aspect care explică faptul că putem rezista la adversități și ne putem restabili după un eșec; **concepția despre sine** – nu include doar cunoașterea de sine ci și convingerea privind calitățile și defectele noastre, componentă a stimei de sine în care subiectivitatea joacă un rol esențial; **încrederea în sine** – a considera că ești capabil să acționezi într-o manieră adecvată în situațiile importante. Așadar între cele trei componente există o interdependență relevată de ideea de a te respecta indiferent de ce ți se întâmplă, a crede în capacitățile tale și a acționa fără teamă excesivă de eșec și de judecata altuia.

Stima de sine, expresie a unei aprobări sau dezaprobări a sinelui, indică în ce măsură un individ se crede capabil, valabil și important, evidențiind astfel trei aspecte importante:

a. stima de sine rămâne constantă pe parcursul a mai multor ani, Lecky (1945) fiind primul teoretician care a elaborat și demonstrat ipoteza că evaluarea sinelui rezistă relativ bine la schimbări datorită nevoii de coerență și de stabilitate internă;

b. stima de sine suportă variații în funcție de experiența individuală, sex, vârstă și asumarea rolurilor sociale, ceea ce înseamnă că o persoană

Extras din volumul:

Cramaruc, N. (2007). Stima de sine și anxietatea profesorului. Invatamant special și de masă. Iași, România: Lumen.

Stima de sine și anxietatea profesorului - învățământ special și de masă-

poate să se considere ca fiind bine apreciată într-o anumită calitate (student) și mai puțin apreciată în alta (muzician);

c. stima de sine include noțiunea de autoevaluare întrucât individul își evaluează meritele personale.

Ideile menționate mai sus s-au centrat pe două concepte: **stima de sine** și **încrederea în sine** care la nivel cotidian pot fi confundate, însă pentru psihologi există o diferență clară. Dacă stima de sine se referă la sentimentele pe care le raportăm la propriul nostru eu, încrederea în sine vizează credințele despre eul personal, deci stima de sine ține de domeniul afectivității, iar încrederea în sine ține de domeniul cognitiv.

De asemenea aceeași diferențiere se face între conceptele de stimă de sine și cel de sine. Dacă unii autori consideră stima de sine ca o parte a conceptului despre sine, alții susțin că cele două concepte sunt componente distincte sau dimensiuni distincte ale eului (Robinson și Shaver).

Prin urmare, pentru o mai bună înțelegere a comportamentelor individuale este absolut necesar să se cunoască sistemul de atitudini și opinii pe care individul îl are despre el însuși și pe care le utilizează în raporturile cu lumea externă.

Extras din volumul:

Cramaruc, N. (2007). Stima de sine și anxietatea profesorului. Învățământ special și de masă. Iași, România: Lumen.

II. Teorii fundamentale, modele explicative ale stimei de sine

Deși mulți teoreticieni ai personalității și psihologi din domeniul psihologiei clinice și sociale consideră că atitudinea față de sine reprezintă un factor important, puțini sunt cei care au studiat efectele stimei de sine asupra personalității, respectiv comportamentele specifice la care se raportează stima de sine. Totuși printre abordările stimei de sine s-au conturat câteva teorii valabile:

a. Modelul „aritmetic” al stimei de sine

„Un om cu capacități extrem de limitate poate fi dotat cu o suficiență de neclintit, în timp ce un altul, deși asigurat că a reușit în viață și se bucură de o apreciere universală va fi atins de o neîncredere incurabilă în propriile sale capacități” afirma autorul acestui model, W. James. Astfel stima de sine este rezultatul unei fracții în care la numărător avem ”succesele obținute”, iar la numitor „aspirațiile sau pretențiile inițiale”: $\text{stima de sine} = \frac{\text{succes}}{\text{aspirații}}$. Ecuația lui James reflectă ideea că, cu cât obținem mai multe reușite,

Extras din volumul:

Cramaruc, N. (2007). Stima de sine și anxietatea profesorului. Invatamant special și de masă. Iași, România: Lumen.

Stima de sine și anxietatea profesorului - învățământ special și de masă-

cu atât crește stima de sine, în situația în care aspirațiile noastre nu sunt prea mari.

Aspirațiile înalte pot constitui o frână pentru o bună stimă de sine. Dacă, de exemplu, Maria care se consideră o sportivă bună, nu este selecționată în lotul olimpic stima ei de sine va fi scăzută, dar doar în situația în care își dorește o carieră sportivă. Dacă sportul nu este important pentru ea, dorind să devină medic, faptul de a nu fi selectată nu va avea un impact major asupra stimei sale de sine.

Din perspectiva acestei prime definiții date de James, stima de sine globală este media autoevaluărilor particulare pe dimensiunile de relevanță personală, fiind astfel variabilă și variind în funcție de performanța obținută și relevanța dimensiunilor, ambele componente schimbându-se relativ ușor în timp¹.

Prin cea de-a doua definiție James subliniază ideea că stima de sine reflectă „o anume raportare afectivă globală la propriul eu, independentă de rațiuni obiective ce țin de satisfacții sau dezamăgiri personale.” Din această perspectivă stima de sine

¹ Strategia „strugurilor acri”- presupune schimbarea instantanee a relevanței.

Extras din volumul:

Cramaruc, N. (2007). Stima de sine și anxietatea profesorului. Învățământ special și de masă. Iași, România: Lumen.

E q p v k p w c t g c " c e g u v w k " x q n w o '
achizitionând volumul de pe

www.edituralumen.ro
www.librariavirtuala.com

u c w " f k p " n k d t t k k n g " p q c u v

ISBN 978-973-1703-56-5



Conținutul acestui volum nu
reprezintă în mod necesar
punctul de vedere al Editurii
Lumen sau al finanțatorilor

media
LUMEN
www.EdituraLumen.com

www.EuroMarket.ro
Design, Prints, Web sites
E-commerce applications