

**RELAȚIA DINTRE DEZVOLTAREA PERSONALĂ ȘI STAREA DE BINE A
CADRELOR DIDACTICE DIN ÎNVĂȚĂMÂNTUL PREUNIVERSITAR****THE RELATIONSHIP BETWEEN PERSONAL DEVELOPMENT AND
WELL-BEING AMONG TEACHERS WORKING IN PRE-UNIVERSITY
EDUCATION****Viorel ROBU**

dr., lector universitar, Universitatea „Vasile Alecsandri” din Bacău

Magda TUFEANU

dr., lector universitar, Universitatea „Petre Andrei” din Iași

CZU: 159.923.2:37.011.31

Cuvinte-cheie: dezvoltare personală; stare de bine în domeniul funcționării psihologice; stare de bine subiectivă; cadre didactice care activează în învățământul preuniversitar; studiu corelațional

Rezumat

Conceptul referitor la dezvoltarea personală atrage o atenție tot mai mare atât din partea cercetătorilor, cât și a profesioniștilor din domenii, precum consilierea psihologică, psihoterapie sau planificarea și dezvoltarea carierei profesionale. Prezentul articol sumarizează background-ul metodologic și principalele rezultate ale unui studiu corelațional realizat într-un eșantion de 56 de cadre didactice din învățământul preuniversitar. Scopul investigației a constat în explorarea relației dintre dimensiunile dezvoltării personale și indicatorii stării de bine psihologice și subiective. Sunt discutate implicațiile practice pe care constatările studiului le au în raport cu obiectivul creșterii calității personalului didactic din învățământul preuniversitar românesc.

Keywords: personal development; psychological well-being; subjective well-being; pre-university education teaching staff; correlational study

Summary

The concept of personal development draws an increasing attention to both researchers and professionals in fields such as psychological counseling, psychotherapy or professional career planning and development. This article summarizes the methodological background and the main results of a correlational study carried out in a sample of 56 teachers working in pre-university education. The purpose of the investigation was to explore the relationship between the dimensions of personal development and the indicators of psychological and subjective well-being. The practical implications of the findings of the study are related to the objective of increasing the quality of the teaching staff in the Romanian pre-university education.

Introducere

Constructele cheie pe care le abordează prezentul articol (și anume orientarea spre creșterea personală, conștientizarea semnificației proprii existențe de către individul uman, orientarea spre spiritualitate, starea de bine subiectivă, starea de bine în planul funcționării psihologice ș.a.) reprezintă preocupări ale specialiștilor care promovează perspectiva pozitivă în domeniul psihologiei, potrivit căreia ființa umană deține potențialul pentru a se dezvolta, a crește în plan spiritual și a fi fericită pe tot parcursul vieții. *Starea de bine subiectivă* și cea *psihologică* reprezintă expresii ale echilibrului și ale desfășurării în condiții optime a procesului dezvoltării, în contextul căruia caracteristicile individuale (de exemplu: predispozițiile personalității sau competențele dobândite de-a lungul vieții) și factorii de mediu (de exemplu: *status*-ul socio-economic, familia, relațiile sociale și cariera profesională) joacă un rol foarte important [10, 17]. Variabilele care contribuie la starea de bine subiectivă și în planul funcționării psihologice constituie obiectul de interes al cercetătorilor din întreaga lume. Autorii accentuează importanța identificării și a gestionării factorilor protectivi și a celor de risc în raport cu dezvoltarea echilibrată a indivizilor umani și cu provocările pe care aceasta le implică, în contextul societății contemporane care este animată de numeroase schimbări macro-structurale și de competitivitate. În această direcție, conceptul referitor la *dezvoltarea personală* a început să atragă atenția atât cercetătorilor, cât și profesioniștilor din domeniul consilierii psihologice, din cel al psihoterapiei și din cel al planificării și dezvoltării carierei profesionale.

Formarea continuă a cadrelor didactice înglobează o realitate vastă. Obiecti-

vele care ghidează activitățile de formare continuă pot fi grupate pe trei axe: dezvoltarea personală, dezvoltarea în raport cu nevoile organizațiilor școlare și ale sistemului educațional, respectiv dezvoltarea profesională [1]. În prezentul articol, ne-am concentrat atenția asupra dezvoltării personale. Alături de orientarea spre îmbogățirea permanentă a cunoașterii și de managementul optim al carierei, această dezvoltarea personală este esențială pentru adaptarea cadrelor didactice la solicitările societății postmoderne și postindustriale și la provocările secolului al XXI-lea. În acest context, dezvoltarea personală completează eforturile pe care dascălii le depun pentru perfecționarea și extinderea carierei didactice, înzestrându-i pe aceștia cu o serie de competențe transversale care sunt absolut necesare pentru a se adapta la solicitările societății contemporane [6].

Profesia didactică este una dintre cele mai complexe. În calitatea sa de agent al schimbării prin intervențiile educative, cadrul didactic joacă un rol cheie în obiectivarea în performanțe a misiunii și a direcțiilor prevăzute în documentele cadru pe care este fundamentat un sistem de învățământ. Dar, pentru ca un învățător sau profesor să participe în mod activ și să aibă o contribuție reală și consistentă la eforturile educative sistematice și la construirea unor generații de tineri abilitate, este necesar să dețină un set de resurse personale și profesionale (cunoștințe, abilități, deprinderi, priceperi, atitudini, motivații, comportamente) care se formează în traseul dezvoltării de-a lungul vieții.

Coordonate ale dezvoltării personale

Dezvoltarea personală este un proces complex și continuu prin care indivizii umani urmăresc să-și îmbunătățească performanțele individuale în domeniul

cognitiv, emoțional, social și profesional, prin clarificarea și iluminarea mentală, dezvoltarea abilităților și a competențelor emoționale și sociale, precum și prin stabilirea unor direcții mai clare spre care să se îndrepte în viața personală și în cea profesională [3]. Acțiunile, activitățile și experiențele orientate spre dezvoltarea (creșterea) personală urmăresc descoperirea și cultivarea aptitudinilor, abilităților și a talentelor de care dispunem, îmbogățirea cunoștințelor despre propria noastră persoană, reducerea riscurilor derapajelor de la traseul normal al dezvoltării, accesarea resurselor interne și externe în vederea realizării propriilor noastre proiecte, îmbunătățirea calității vieții, materializarea aspirațiilor, proiectelor și a viselor personale, accesarea unor experiențe de viață (culturale și sociale) satisfăcătoare, obținerea și menținerea stării de bine și alte domenii. Evoluția personală ne permite să trăim într-un mod plener, autentic și satisfăcător, în acord cu potențialul de care dispunem și cu resursele pe care ni le oferă mediul în care trăim și traseul vieții.

Acest proces implică inițierea deliberată a unor schimbări în viața personală și în mediile în care are loc dezvoltarea și are loc numai prin dorința (motivația internă), efortul și participarea activă (acțiunea independentă) a individului uman [16].

Relația dintre dezvoltarea personală și cea profesională

Profilul personalității, competențele și resursele solicitate unui cadru didactic acoperă o plajă foarte variată și derivă atât din natura complexității actului educativ, cât și a profesiei didactice. Aptitudinile, abilitățile și competențele pentru activitatea didactică, respectiv profilul care contribuie la tactul pedagogic au fost analizate în numeroase lucrări, dintre care unele

sunt de referință în domeniul educației [4, 5, 6]. Profilul competențelor cadrului didactic capabil să răspundă noilor exigențe pe care le promovează sistemelor de educație actuale (dintre care unele, de exemplu, cele din Țările Nordice, sunt puternic ancorate în politica orientată spre a răspunde nevoilor de dezvoltare ale societății postindustriale) include [1]:

- a) *competențe profesionale* – cognitive și funcțional-acționale;
- b) *competențe complementare* – digitale, lingvistice, de consiliere;
- c) *competențe transversale* – de rol, dezvoltare personală și profesională;
- d) *competențe de conducere, îndrumare și control*;
- e) *competențe dobândite prin programe de conversie profesională*.

În ultimii ani, tot mai mulți specialiști din domeniile pedagogiei, psihologiei educației și managementului educațional, accentuează asupra importanței pe care competențele pentru dezvoltarea personală o au în creșterea calității activității educative pe care cadrele didactice o desfășoară [1, 2]. Potrivit A. Bolboceanu și V. Vrabii, „Societatea modernă – cu tendința firească spre cunoaștere și schimbare – solicită cadrelor didactice o nouă dinamică în procesul de adaptare la condițiile prezente și cerințele actuale necesare pentru a se realiza pe plan personal și profesional. Dezvoltarea personală și profesională a cadrelor didactice este necesară pentru formarea abilităților de utilizare a strategiilor de învățare pe tot parcursul vieții, menținerii motivaționale în profesie. În acest context, documentele de politici educaționale direcționează continuu oportunități pentru dezvoltarea competențelor personale și profesionale ale cadrelor didactice.” [2, p. 5].

Beneficii ale eforturilor orientate spre dezvoltarea personală

Începând cu anii 1980, investigațiile de natură conceptuală și studiile empirice care s-au preocupat de starea de bine s-au diversificat și au conturat două direcții majore interrelaționate [8, 11, 17-20]:

a) *perspectiva hedonică* care este interesată de modul în care indivizii umani caută și trăiesc plăcerea și fericirea;

b) *perspectiva eudaimonică* care își concentrează atenția pe activarea și valorificarea potențialului uman, în vederea creșterii individuale și a dezvoltării personale de-a lungul vieții.

Integrând perspectiva hedonică care accentuează asupra rolului pe care satisfacția, emoțiile pozitive și sentimentul de fericire îl au în funcționarea individului uman, autorii care s-au preocupat de investigarea stării de bine subiective au identificat două aspecte relevante, și anume [8, 17]:

a) *evaluările pe care o persoană le realizează cu privire la emoțiile și sentimentele pe care le trăiește* (de exemplu, impresia că este fericită sau balanța dintre stările afective pozitive și cele negative);

b) *percepția și satisfacția pe care o persoană le are referitor la propria sa viață* privită în totalitatea aspectelor ei (abordare globală) sau din punctul de vedere al anumitor domenii (abordare multidimensională).

Starea de bine a unei persoane este considerată subiectivă, deoarece aceasta evaluează într-un mod general măsura în care se simte mulțumită și fericită și conferă propriei sale vieți un sens în acord cu experiențele pe care le trăiește, condițiile de care beneficiază și oportunitățile de creștere și dezvoltare pe care le accesează [10].

Pe de altă parte, dimensiunea eudaimonică se referă la dezvoltarea umană din

perspectiva unui set amplu și divers de trebuințe și nu este întotdeauna congruentă cu fericirea sau satisfacția. Perspectiva eudaimonică pune accent pe dezvoltarea calităților și a virtuților individului uman și poate fi apropiată de concepte, precum [18]: *realizarea de sine* (autoactualizarea) – A. H. Maslow, *maturitatea psihologică* – G. W. Allport, *funcționarea totală a unei persoane* (C. Rogers), *individuație* sau *devenirea propriului Sine* (C. G. Jung), *dezvoltarea personală* (E. Erickson), *sănătatea mintală* (M. Jahoda) sau *dorința de a reuși* (V. E. Frankl). Perspectiva eudaimonică asupra stării de bine evidențiază importanța și beneficiile dezvoltării personale a individului uman, a stabilirii și cultivării relațiilor interpersonale pozitive, precum și a angajamentului continuu în realizarea unor scopuri valorizate social și cultural [17]. Un concept central al modelelor eudaimonice asupra stării de bine este reprezentat de *funcționarea pozitivă și plenară (integrală) a individului uman*, care include starea de bine în plan psihologic și starea de bine în planul relațiilor sociale. Aceasta se asociază cu anumite experiențe subiective pe care individul uman le trăiește atunci când dobândește autonomia totală, își atinge obiectivele pe care și le stabilește, controlează într-un mod eficient mediul în care trăiește și evenimentele care au loc în viața sa, își descoperă și valorifică potențialul unic de care dispune, realizează lucruri merituose și se îndreaptă spre realizarea de sine [11].

Pornind de la modelele teoretice cu privire la modul în care o persoană poate funcționa pozitiv și eficient, precum și de la contribuțiile promotorilor psihologiei umaniste, C. D. Ryff a propus un model multidimensional al stării de bine în plan psihologic, care include [18]:

a) *acceptarea de sine* – atitudinea pozi-

tivă pe care o persoană o are în legătură cu toate aspectele personale și propriul trecut;

b) *relațiile pozitive cu ceilalți* – abilitatea persoanei de a cultiva relații bazate pe căldura, încredere și intimitate, precum și preocuparea față de nevoile celorlalți și capacitatea de cooperare;

c) *autonomia personală* – independentă în propriile decizii și acțiuni și autodeterminarea;

d) *controlul asupra mediului în care are loc dezvoltarea* – abilitatea de a manageria sarcinile cotidiene, de a beneficia de oportunități și de a alege sau crea contextele care vor facilita îndeplinirea nevoilor personale;

e) *scopul vieții* – scopurile și obiectivele pe care persoana și le stabilește, la care se adăugă convingerile că viața are o direcție clară spre care se îndreaptă;

f) *dezvoltarea/creșterea persoană* – utilizarea continuă a abilităților, talentelor și a oportunităților, în vederea realizării propriului potențial și dezvoltării personale, la care se adăugă deschiderea către noi experiențe și către identificarea provocărilor.

După părerea noastră, orientarea cadrelor didactice spre dezvoltarea personală continuă, pe lângă dezideratul perfecționării profesionale, contribuie la:

a) reducerea vulnerabilităților individuale, cum ar fi problemele de sănătate, stresul cronic sau epuizarea profesională (care pot interfera negativ cu prestația profesională în domeniul educației), creșterea calității vieții și achiziționarea stării de bine;

b) prin gestionarea domeniilor la care ne-am referit în punctul anterior, asigurarea tuturor condițiilor pentru optimizarea actului didactic, îmbunătățirea performanței în domeniul educației și stabilitatea în activitatea profesională.

Scopul, variabilele și ipotezele prezentului studiu

În ultimii ani, în literatura internațională, interesul pentru factorii (printre care se numără și diverse dimensiuni ale dezvoltării personale) care contribuie la starea de bine în rândul cadrelor didactice și pentru impactul pe care acest aspect al funcționării îl are asupra calității investițiilor pe care dascălii le fac în cariera didactică a început să sporească [12, 13, 15, 22]. În România, acest teren de cercetare nu a suscitat, încă, interesul cuvenit. Studiul pe care l-am realizat răspunde acestei nevoi. Ne-am propus *investigarea relațiilor dintre dimensiunile dezvoltării personale și indicatorii stării de bine în rândul cadrelor didactice care activează în învățământul primar și gimnazial*.

Colectarea datelor din populația de cadre didactice din învățământul preuniversitar a fost realizată utilizându-se metoda anchetei pe bază de chestionare completate de către respondenți. Studiul s-a bazat pe un *design* corelațional. *Variabilele urmărite* au inclus:

- caracteristici socio-demografice;
- variabile referitoare la status-ul profesional și ocupațional al cadrelor didactice;
- percepția pe care cadrele didactice o aveau cu privire la propria lor stare generală a sănătății;
- orientarea participanților la studiu spre creșterea personală (angajamentul intenționat și activ al unui cadru didactic în propria sa dezvoltare, în vederea îmbogățirii resurselor individuale și gestionării schimbărilor necesare pentru optimizarea funcționării și a vieții personale);
- orientarea spre spiritualitate ca stil de viață (acest domeniu de variabile a inclus importanța acordată credințelor spirituale, implicarea în practici spirituale, respectiv afirmarea propriilor nevoi în materie de

spiritualitate);

- percepția pe care cadrele didactice o aveau cu privire la semnificația propriei lor vieți (acest domeniu a fost operaționalizat prin două variabile, și anume sentimentul că propria lor viață este plină de importanță și are un scop și un sens clar, respectiv eforturile orientate spre căutarea semnificației și a sensului propriei lor vieți);

- indicatorii stării de bine în planul funcționării psihologice – sentimentul autonomiei personale, sentimentul controlului asupra situațiilor de viață, propriilor responsabilități de zi cu zi și asupra mediului de viață, sentimentul utilizării întregului potențial în vederea creșterii personale, relațiile pozitive cu ceilalți, sentimentul că propria existență are o semnificație, un scop și o direcție clară, respectiv acceptarea de sine;

- indicatorii stării de bine subiective – satisfacția pe care cadrele didactice o aveau față de propria lor viață privită în totalitatea aspectelor ei, respectiv dispozițiile afective negative.

Delimitarea universului variabilelor de interes pentru studiul nostru, alegerea instrumentelor pentru colectarea datelor din teren și prelucrările statistice au fost realizate avându-se în vedere următoarele ipoteze de lucru:

1) în rândul cadrelor didactice, nivelurile ridicate ale indicatorilor stării de bine psihologice corelează pozitiv cu percepția că au o stare generală bună a sănătății fizice, orientarea spre creșterea personală, sentimentul că propria lor viață este plină de semnificație și sens, importanța ridicată pe care o acordă credințelor spirituale, implicarea în practici spirituale, respectiv afirmarea propriilor lor nevoi spirituale.

2) în rândul cadrelor didactice, ni-

velurile ridicate ale indicatorilor stării de bine în domeniul funcționării psihologice corelează negativ cu eforturile orientate spre căutarea semnificației și a sensului propriei lor vieți.

3) în rândul cadrelor didactice, nivelul ridicat al satisfacției față de viață corelează pozitiv cu percepția că au o stare generală bună a sănătății fizice, orientarea spre creșterea personală, sentimentul că propria lor viață este plină de semnificație și sens, importanța ridicată pe care o acordă credințelor spirituale, implicarea în practici spirituale și afirmarea propriilor lor nevoi spirituale.

4) în rândul cadrelor didactice, nivelul ridicat al satisfacției față de viață corelează negativ cu eforturile orientate spre căutarea semnificației și a sensului propriei lor vieți.

5) în rândul cadrelor didactice, tendința de a trăi stări afective negative corelează negativ cu percepția că au o stare generală bună a sănătății fizice, orientarea spre creșterea personală, sentimentul că propria lor viață este plină de semnificație și sens, importanța ridicată pe care o acordă credințelor spirituale, implicarea în practici spirituale, respectiv afirmarea propriilor lor nevoi spirituale.

Metodologie.

Datele brute au provenit din prelucrarea a **56 de protocoale** cu răspunsuri eligibile. Acestea au fost furnizate de către **7** învățători, **30** de profesori pentru învățământul primar, respectiv **19** profesori care activau în învățământul gimnazial. Cadrele didactice au fost recrutate din **14 școli primare/gimnaziale și un colegiu național** din mediul urban ($n = 4$) și rural ($n = 10$) din Județul Bacău (România). În momentul colectării datelor, vechimea totală pe care participanții o aveau în activitatea di-

dactică era cuprinsă între 0.41 și 33 de ani ($m = 16.91$; $s = 9.98$). Vârstele participanților (50 femei și 6 bărbați) erau cuprinse între 18 și 54 de ani ($m = 41.46$; $s = 8.52$).

Distribuția în funcție de nivelul educației pentru participanții care activau pe posturi didactice în învățământul primar s-a prezentat, după cum urmează: școală normală/liceu pedagogic – 4; școală postliceală pedagogică – 2; colegiu universitar de institutori-educatori-învățători – 2; studii de licență (programul *Pedagogia Învățământului Primar și Preșcolar/PIPP*) – 14; facultate și colegiu universitar de institutori-educatori-învățători – 4; facultate și programul PIPP – 5; master în domeniul științelor educației sau într-un alt domeniu – 6. Pentru profesorii care activau în învățământul gimnazial, distribuția în funcție de ultimele studii pe care le absolviseră s-a prezentat, după cum urmează: studii universitare de bază (diplomă de licență) – 13; master – 5; cu studii postuniversitare avansate - doctorat în pedagogie (*istorie*) – 1. Profesorii de gimnaziu absolviseră următoarele programe de studii de licență: educație fizică și sport, engleză-română, franceză-română, geografie, inginerie, istorie-filosofie, matematică, română-franceză, psihologie, respectiv teologie romano-catolică. Pentru profesorii care absolviseră un program de studii de master, specializările au fost: limba franceză-practici de comunicare, management educațional, management organizațional și resurse umane, matematica didactică, performanță sportivă.

Rezultate. Cei mai mulți dintre participanți – 84,7% s-au declarat destul de mulțumiți sau foarte mulțumiți de munca pe care o prestau pe postul de cadru didactic și numai 15,3% au indicat că nu sunt satisfăcuți.

Pentru itemul care le-a solicitat să

aprecieze starea generală de sănătate fizică pe care credeau că o aveau în momentul chestionării doar șase dintre participanți au obținut **scorul 5** apreciat propria lor stare de sănătate fizică ca fiind **mediocră**. Restul dintre participanți au apreciat propria lor stare de sănătate fizică ca fiind **destul de bună** (scor = 6/7), **bună** (scor = 8), **foarte bună** (scor = 9) sau **excelentă** (scor = 10).

Primul dintre cele șapte chestionare pe care participanții la studiu le-au completat a inclus 14 itemi care au urmărit caracteristici socio-demografice, informații privitoare la *status*-ul profesional și ocupațional, nivelul satisfacției față de munca didactică privită în totalitatea aspectelor ei, respectiv percepția cu privire la *status*-ul general al sănătății fizice (participanții la studiu au utilizat o scală cu 11 trepte distribuite de la 0 – *foarte proastă* la 10 – *excelentă*).

În vederea măsurării dispoziției afective negative (dimensiunea emoțională a stării de bine subiective), participanții la studiu au completat versiunea în limba română ($n = 5$ itemi) pentru *Mental Health Index-5/MHI-5* [7]. Un scor ridicat a fost interpretat ca indicând un nivel scăzut al stării de bine în planul funcționării afective. Pentru prezentul eșantion de cadre didactice din învățământul preuniversitar, valoarea consistenței interne (evaluată prin calcularea coeficientului α propus de J. L. Cronbach) a fost egală cu 0.69 și a indicat un nivel satisfăcător al fidelității.

Indicatorii stării de bine în planul funcționării psihologice au fost operaționalizați cu versiunea în limba română ($n = 42$ itemi) pentru *Ryff's Scales of Psychological Well-Being/SPWB* [19, 20]. Pentru fiecare dintre cele șase subscale, scorul ridicat a fost interpretat ca semnificând un nivel ridicat al indicato-

rului stării de bine în planul funcționării psihologice, pe care subscala respectivă l-a operaționalizat. În prezentul studiu, valorile consistenței interne au fost: autonomia personală – 0.63, controlul asupra situațiilor de viață, responsabilităților personale și asupra mediului de viață – 0.67, dezvoltarea personală – 0.81, relațiile pozitive cu ceilalți – 0.70, existența unui scop clar al vieții – 0.72, acceptarea de sine – 0.65. Estimarea nivelului global al satisfacției față de viață a fost realizată prin administrarea versiunii în limba română ($n = 5$ itemi) pentru *Satisfaction With Life Scale/SWLS* [9]. Un scor ridicat semnifică un nivel ridicat al satisfacției față de viață, atunci când acest domeniu este evaluat global. Pentru eșantionul de cadre didactice care au participat la studiul nostru, valoarea coeficientului α a fost egală cu 0.90. În prezentul studiu, orientarea participanților spre domeniul spiritual (crența în importanța pe care spiritualitatea o are în viața unei persoane, implicarea în practici spirituale și afirmarea nevoilor spirituale) a fost măsurată cu versiunea în limba română ($n = 18$ itemi) pentru *Spirituality Questionnaire/SQ* [14]. Scorurile ridicate pentru cele trei scale ale instrumentului au semnatificat orientarea participanților către a considera spiritualitatea ca fiind importantă pentru viața și creșterea personală a unui individ, implicarea în diverse practici spirituale (de exemplu: relaxarea, meditația sau lectura cărților despre spiritualitate), respectiv afirmarea și promovarea nevoilor spirituale (de exemplu: a găsi răspunsul la misterele vieții, dobândirea păcii interioare sau identificarea scopurilor și a semnificațiilor vieții). Valorile consistenței interne au fost bune: importanța acordată credințelor spirituale – 0.88, implicarea în practici spirituale – 0.84, afirmarea nevoi-

lor spirituale – 0.82.

În vederea evaluării orientării spre creșterea personală (motivației), a fost administrată versiunea tradusă în limba română ($n = 9$ itemi) a scalei dezvoltată de către C. Robitschek [16] – *Personal Growth Initiative Scale/PGIS*. Scorul ridicat indică eforturile respondentului orientate spre creșterea personală. În prezentul studiu, consistența internă a fost foarte bună ($\alpha = 0.88$). Fațetele percepției pe care participanții la studiu o aveau în legătură cu semnificația propriei lor vieți au fost evaluate utilizându-se versiunea în limba română ($n = 10$ itemi) pentru *Meaning in Life Questionnaire/MLQ* [21]. Scorurile ridicate pentru cele două scale indică sentimentul unei persoane că propria sa viață are semnificație și este plină de sens, respectiv orientarea spre căutarea semnificației propriei vieți. În prezentul studiu, valorile consistenței interne pentru cele două scale au fost egale cu 0.76, respectiv 0.79.

În urma analizei valorilor mediilor pentru distribuțiile scorurilor pe care participanții la prezentul studiu le-au obținut, s-au constatat următoarele tendințe: a) tendința respondenților de a obține un scor scăzut ($m = 6.25$; $s = 2.50$) pentru dispoziția afectivă negativă; acest rezultat poate fi explicat prin natura non-clinică a eșantionului de cadre didactice care au fost chestionate în ceea ce privește dimensiunile dezvoltării personale și cele ale stării de bine; b) tendința cadrelor didactice care au participat la studiu de a obține scoruri moderate pentru următoarele dimensiuni: orientarea spre căutarea semnificației și a sensului propriei lor vieți ($m = 23.6$; $s = 6.14$), importanța pe care o acordau credințelor spirituale ($m = 3.03$; $s = 0.71$) și implicarea în practici spirituale ($m = 2.78$; $s = 0.62$), sentimentul autonomiei perso-

nale ($m = 29.39$; $s = 4.49$) și acceptarea de sine ($m = 31.8$; $s = 4.33$), respectiv satisfacția globală față de viață ($m = 23.92$; $s = 5.81$); c) tendința cadrelor didactice de a înregistra scoruri moderate spre ridicate pentru: orientarea spre creșterea personală ($m = 41.92$; $s = 5.88$), sentimentul că propria lor viață este plină de semnificație și sens ($m = 26.96$; $s = 4.87$), afirmarea propriilor lor nevoi spirituale ($m = 3.25$; $s = 0.42$), sentimentul că dețineau controlul asupra situațiilor de viață, responsabilităților pe care le aveau și asupra mediului de viață ($m = 33.39$; $s = 4.07$), sentimentul că își utilizau întregul potențial în vederea dezvoltării personale ($m = 33.05$; $s = 6.01$), respectiv satisfacția față de relațiile pozitive pe care le aveau cu alte persoane semnificative din propria lor rețea socială ($m = 33.48$; $s = 3.55$).

Pentru verificarea ipotezelor de lucru, au fost calculate corelațiile liniare dintre indicatorii stării de bine și celelalte variabile care au fost urmărite în studiu. În total, au fost analizate 88 de corelații, dintre care 32 au fost semnificative din punct de vedere statistic ($p < 0.05$, $p < 0.01$ sau $p < 0.001$). Pentru indicatorii stării de bine în planul funcționării psihologice, valorile absolute ale corelațiilor au fost cuprinse între 0.01 și 0.75 ($n_{\text{corelații}} = 66$; $m_{\text{corelații}} = 0.26$; mediana $_{\text{corelații}} = 0.21$). Douăzeci și șapte dintre corelații au avut valori peste 0.30. Pentru indicatorii stării de bine subiective, valorile absolute ale corelațiilor s-au situat între 0.002 și 0.50 ($n_{\text{corelații}} = 22$; $m_{\text{corelații}} = 0.15$; mediana $_{\text{corelații}} = 0.13$). Patru dintre aceste corelații au avut valori peste 0.30.

În ansamblu, *pattern*-ul corelațiilor dintre indicatorii stării de bine în planul funcționării psihologice, pe de o parte, respectiv vârsta cadrelor didactice, vechimea în munca în domeniul educației,

percepția pe care o aveau cu privire la starea generală a sănătății fizice și dimensiunile dezvoltării personale, pe de alta a fost mult mai consistent decât *pattern*-ul corelațiilor pentru indicatorii stării de bine subiective. Dintre variabilele luate în calcul, percepția pe care dascălii o aveau cu privire la starea generală a propriei lor sănătăți fizice, orientarea spre creșterea personală și sentimentul că propria lor viață era plină de semnificație și avea un sens clar au prezentat cele mai consistente relații de asociere cu aproape toți indicatorii stării de bine.

Vechimea în munca didactică s-a asociat negativ și semnificativ statistic ($r = -0.35$; $p < 0.01$) doar cu scorul pentru acceptarea de sine (indicator al stării de bine psihologice). Comparativ cu dascălii care aveau mai multă vechime în munca pe postul curent, cei cu vechime mai scăzută au tins să raporteze un nivel mai ridicat al acceptării de sine. Un factor care ar putea explica acest rezultat este disponibilitatea dascălilor cu o experiență mai redusă în munca în domeniul educației de a conștientiza și de a analiza mai frecvent și mai realist propriile lor resurse și limite, respectiv de a fixa obiective și de a întreprinde acțiunile care sunt necesare, pentru a depăși în timp limitele personale. O altă corelație care ne-a atras atenția a fost cea dintre vârsta participanților la studiu și nivelul acceptării de sine ($r = -0.27$; $p < 0.05$). Această corelație poate fi explicată prin factorul la care ne-am referit. În plus, trebuie să ținem cont de faptul că, în toate studiile cantitative care sunt efectuate în rândul angajaților din diverse sectoare ocupaționale, vârsta și vechimea în munca sunt două variabile care corelează puternic între ele, deci împărtășesc o varianță comună semnificativă.

S-a mai remarcat faptul că scorul pen-

tru dispoziția afectivă negativă s-a asociat în direcția așteptată și semnificativ din punct de vedere statistic ($r = -0.35$; $p < 0.01$) doar cu percepția pe care cadrele didactice o aveau cu privire la propria lor stare generală a sănătății fizice. Dascălii care considerau că propria lor stare de sănătate fizică era mai proastă au manifestat tendința de a obține un scor mai ridicat pentru dispoziția afectivă negativă, deci pentru indicatorul emoțional al stării de bine subiective. Acest rezultat este firesc. Un alt rezultat care trebuie evidențiat privește corelațiile dintre scorurile pentru importanța pe care dascălii o acordau credințelor spirituale și implicarea în practici spirituale, respectiv indicatorii stării de bine în planul funcționării psihologice. Prima dintre dimensiunile orientării spre spiritualitate a prezentat o singură corelație pozitivă și semnificativă statistic ($r = 0.32$; $p < 0.05$), și anume cu sentimentul de control asupra situațiilor de viață, responsabilităților personale și asupra mediului de viață. Dascălii care considerau credințele spirituale ca fiind importante pentru propria lor existență au manifestat tendința de a raporta un nivel mai ridicat al controlului pe care îl dețineau asupra cursului propriei lor vieți și asupra mediului în care își duceau existența. Importanța acordată credințelor spirituale a mai evidențiat două corelații pozitive, și anume cu sentimentul autonomiei personale ($r = 0.25$; $p = 0.055$) și cel al dezvoltării personale ($r = 0.26$; $p = 0.049$), însă acestea au fost marginale în ceea ce privește semnificația statistică. Implicarea în practici spirituale a prezentat o singură corelație pozitivă și semnificativă statistic ($r = 0.35$; $p < 0.01$), și anume cu sentimentul autonomiei personale. Dascălii care se implicau mai frecvent în practici spirituale au tins să se evalueze ca trăindu-și viața în

acord cu propriile lor convingeri, valori, opțiuni și decizii. Scorul pentru dimensiunea referitoare la implicarea în practici spirituale a mai prezentat o corelație pozitivă ($r = 0.26$; $p = 0.050$) cu scorul pentru sentimentul de control asupra situațiilor de viață, responsabilităților personale și mediului de viață, însă această corelație s-a situat la limita semnificației statistice. Cea de-a treia dintre dimensiunile orientării spre spiritualitate, și anume **afirmarea propriilor trebuințe spirituale**, a prezentat un *pattern* ceva mai consistent al corelațiilor cu indicatorii stării de bine în planul funcționării psihologice.

În concluzie, datele corelaționale au susținut parțial trei dintre ipotezele de lucru, și anume 1, 3 și 5, celelalte două – 2,4, nu s-au confirmat.

Concluzii. Implicații pentru formarea și dezvoltarea personalului didactic

În contextul prefacerilor sociale și economice actuale și al dinamicii societății contemporane, care este puternic marcată de performanță (individuală sau de grup) și competiție, dezvoltarea personală reprezintă atât o competență cheie, cât și un deziderat al oricărui tânăr și adult care urmărește să acceseze piața muncii, să-și construiască o carieră profesională solidă și să obțină succesul în viață. Dezvoltarea personală presupune un set de acțiuni formale sau informale care sunt orientate spre achiziționarea unei palete largi de resurse pe care individul uman le poate utiliza, pentru a se adapta solicitărilor propriei sale vieți, exigențelor carierei într-un anumit domeniu, evenimentelor imprevizibile ce pot apărea pe parcursul existenței și pentru a accesa cât mai multe oportunități prin care să crească și să aibă succesul dorit. De asemenea, eforturile permanente orientate spre dezvoltarea personală pot echipa individul uman cu abilitățile de

care are nevoie pentru a trăi o viață consistentă, plină de semnificație, provocări și satisfacții.

Deoarece personalitatea cadrului didactic reprezintă o structură de trăsături care permite confruntarea continuă a condițiilor interne cu anumiți invarianți externi, aceasta se poate dezvolta ca o individualitate unică și originală. Astfel, se asigură una dintre premisele favorabile pentru dobândirea și îmbogățirea competențelor didactice autentice care vor asigura liantul dintre planul social-normativ al profesiei didactice și planul personal emergent [3]. Dezvoltarea personală a cadrului didactic trebuie orientată spre persoana în individualitatea și unicitatea nevoilor sale, spre descoperirea autentică a Sinelui, prin care dascălul de vocație realizează nu doar un proces continuu de cunoaștere și autocunoaștere, dar și o adaptare creativă a procesului educativ. În acest fel, cadrul didactic va contribui consistent și autentic la îndeplinirea misiunii educației și, prin aceasta, a propriei sale misiuni pe care și-o asumă încă din momentul în care hotărăște să îmbrățișeze cariera didactică.

Pentru a contribui în mod real la dezvoltarea integrală și armonioasă a tinerilor secolului al XXI-lea și la integrarea acestora în dinamica societății bazată pe cunoaștere, cadrele didactice sunt permanent încurajate să inițieze acțiuni orientate spre dezvoltarea profesională, personală și socială. Astăzi, se vorbește despre noua educație care este capabilă să răspundă exigențelor, provocărilor și nevoilor de dezvoltare ale societății postmoderne și postindustriale. Pentru ca noua educație să-și îndeplinească cu succes misiunea și să-și atingă obiectivele strategice, este necesar, printre alte direcții, investirea continuă în creșterea calității personalului

didactic. Indiferent de treapta sistemului educativ pe care își desfășoară activitatea, dascălul contemporan trebuie să se erijeze într-un agent al propriei sale educații și dezvoltări continue, procese care au loc simultan cu acțiunile educative orientate spre tinerele generații. În această optică, dezvoltarea personală ocupă un loc central și reprezintă una dintre competențele cheie care sunt urmărite în procesul profesionalizării viitoarelor cadre didactice. Dezvoltarea personală se referă la achiziționarea acelor puncte tari și resurse care îi vor ajuta pe dascăli să-și definească mai bine cariera în sistemul educativ și să-și delimiteze mai clar propriile trebuințe de dezvoltare și aspirații. Dezvoltarea personală implică achiziționarea și îmbogățirea unui set de abilități de viață care le vor servi cadrelor didactice pentru a-și împlini trebuințele de creștere profesională și pe cele de adaptare la provocările din propria lor existență. Practicienii din domeniul dezvoltării personale și specialiștii în managementul resurselor umane vorbesc despre o varietate de abilități de viață care reprezintă resurse cheie pentru adaptarea dascălilor la provocările vieții de zi cu zi și la cele care apar în profesia didactică. Acestea includ *marketing*-ul personal, capacitatea de comunicare, abilitatea de planificare și autoorganizare, capacitatea de rezolvare a problemelor practice și cea de soluționare a conflictelor interpersonale, competențele sociale și emoționale, precum și abilitatea cadrelor didactice de a acorda suport continuu copiilor și tinerilor pe care îi gestionează din punct de vedere educativ.

Deoarece rolurile profesionale ale cadrelor didactice pot fi afectate de anumiți factori care le grevează viața personală, achiziționarea anumitor abilități relaționate cu gestionarea provocărilor ce apar

în existența fiecăruia dintre noi reprezintă un atu pentru un cadru didactic de succes și un câștig pentru sistemul care se ocupă de educarea tinerelor generații. Astfel de abilități de viață includ capacitatea de a asigura un echilibru între viața de familie și responsabilitățile profesionale, adaptarea rezilientă la evenimentele de viață stresante și la fluxul emoțiilor negative, capacitatea de a lua într-un mod eficace decizii importante pentru cursul vieții personale, precum și abilitatea de a menține starea de sănătate fizică și mintală în parametri funcționali. Dezvoltarea personală reprezintă un mijloc consistent prin care un cadru didactic poate să ajungă la sentimentul bine definit și sănătos că întreprinde ceva valoros pentru propria persoană, comunitatea din care face parte și pentru societatea umană. În timp, acest sentiment se asociază cu sporirea încrederii în propriile forțe, cu o stimă de sine stabilă în timp și cu dorința cadrului didactic de a investi mai mult efort pentru dezvoltarea profesională, personală și socială. În plus, dezvoltarea personală poate înzestra un cadru didactic cu abilitatea de a recunoaște, înțelege și gestiona emoțiile inerente funcționării individului uman în diferite situații de viață și contexte ale dezvoltării. Unii autori consacrați în domeniul dezvoltării competențelor sociale și emoționale (de exemplu, R. Bar-On, H. Gardner sau D. Goleman) vorbesc despre inteligența intrapersonală sau inteligența emoțională. Inițiativa orientată spre creșterea din punct de vedere social și emoțional se vor reflecta în caracterul constructiv al atitudinilor pe care un cadru didactic le va manifesta în relațiile cu o varietate de copii și tineri (care sunt eterogeni în ceea ce privește particularitățile dezvoltării), precum și în interacțiunile pozitive cu ceilalți specialiști care activează în sistemul educativ.

Având în vedere dimensiunile la care ne-am referit, considerăm că dezvoltarea personalității cadrelor didactice necesită o abordare holistă și este crucială pentru creșterea calității educației contemporane, care trebuie să răspundă noilor cerințe sociale, economice și culturale ale societății globale. În această direcție, dezvoltarea personală trebuie să reprezinte o prioritate pe agenda de lucru a programelor de formare profesională inițială și continuă a cadrelor didactice.

BIBLIOGRAFIE:

1. AFANAS A. Formarea continuă a profesorului – deziderat al școlii contemporane. În: *Univers Pedagogic*, 2016, vol. 2, nr. 50, p. 92-96.
2. BOLBOCEANU A., VRABII V. Dezvoltarea personală a cadrului didactic ca organizator al cunoașterii și facilitator motivational. Ghid metodologic. Chișinău: Institutul de Științe ale Educației, 62 p. www.ise.md (vizitat 09.10.2019)
3. DAVID D. Dezvoltare personală și socială. Eseuri și convorbiri despre viață cu psihologul. Iași: Editura Polirom, 2014, 200 p.
4. GHERGHINESCU R. Conceptul de competență didactică. În: Marcus S. (Coord.). *Competența didactică*. București: Editura All, 1999, p. 11-23.
5. JINGA I. Competența profesională a educatorilor. În: Jinga I., Istrate E. (Coord.) *Manual de pedagogie*. București: Editura All, 1998.
6. SĂLĂVĂSTRU D. *Psihologia educației*. Iași: Editura Polirom, 2004, 288 p.
7. BERWICK D. M. și colab. Performance of a five-item mental health screening test. În: *Medical Care*, 1991, vol. 29, nr. 2, p. 169-176.
8. DIENER E. Subjective well-being.

În: *Psychological Bulletin*, 1984, vol. 95, nr. 3, p. 542-575.

9. DIENER E. și colab. The Satisfaction with Life Scale. În: *Journal of Personality Assessment*, 1985, vol. 49, nr. 1, p. 71-75.

10. DIENER E. și colab. Subjective well-being: Three decades of progress. În: *Psychological Bulletin*, 1999, vol. 125, nr. 2, p. 276-302.

11. KEYES C. L. M., SHMOTKIN D., RYFF C. D. Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. În: *Journal of Personality and Social Psychology*, 2002, vol. 82, nr. 6, p. 1007-1022.

12. LIANG J.-L. și colab. Relationship among workplace spirituality, meaning in life, and psychological well-being of teachers. În: *Universal Journal of Education Research*, 2017, vol. 5, nr. 6, p. 1008-1013.

13. ÖZÜ Ö. și colab. Teachers' psychological well-being: A comparison among teachers in USA, Turkey and Pakistan. În: *International Journal of Mental Health Promotion*, 2017, vol. 19, nr. 3, p. 144-158.

14. PARSIAN N., DUNNING T. Developing and validating a questionnaire to measure spirituality: A psychometric process. În: *Global Journal of Health Science*, 2009, vol. 1, nr. 1. www.ccsenet.org. doi: 10.5539/gjhs.v1n1p2 (vizitat 11.10.2019).

15. POORMAHMOODA., MOAYEDI F., ALIZADEH K. H. Relationships between psychological well-being, hap-

piness and perceived occupational stress among primary school teachers. În: *Archives of Hellenic Medicine*, 2017, vol. 34, nr. 4, p. 504-510.

16. ROBITSCHEK C. Personal growth initiative: The construct and its measure. În: *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 1998, vol. 30, nr. 4, p. 183-198.

17. RYAN R. M., DECI E. L. On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. În: *Annual Review of Psychology*, 2001, vol. 52, p. 141-166.

18. RYFF C. D. Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. În: *Psychotherapy & Psychosomatics*, 2014, vol. 83, nr. 1, p. 10-28.

19. RYFF C. D. BEYOND Ponce de Leon and life satisfaction: New directions in quest of successful aging. În: *International Journal of Behavioural Development*, 1989a, vol. 12, nr. 1, p. 35-55.

20. RYFF C. D. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. În: *Journal of Personality and Social Psychology*, 1989b, vol. 57, nr. 6, p. 1069-1081.

21. STEGER M. F. și colab. Assessing the presence of and search for meaning in life. În: *Journal of Counseling Psychology*, 2006, vol. 53, nr. 1, p. 80-93.

22. YLDIRIM K. Main factors of teachers' professional well-being. În: *Educational Research and Reviews*, 2014, vol. 9, nr. 6, p. 153-163.

Primit la redacție 18.11.2019