



**MATERIALELE**  
**Conferinței științifico-practice**  
**„PERSPECTIVELE DE REZILIENȚĂ**  
**A FAMILIEI ÎN CONTEXTUL**  
**MULTIPLELOR CRIZE”**

**EDIȚIA A X-A**

**11 MAI 2023, CHIȘINĂU,**  
**REPUBLICA MOLDOVA**

**Chișinău-2024**  
**Stratum plus**

Editarea volumului „Materialele Conferinței științifico-practice  
‘Perspectivele de reziliență a familiei în contextul multiplelor crize’”  
este realizată cu suportul financiar al Comisiei Naționale a Republicii Moldova pentru UNESCO  
în cadrul programelor de participare UNESCO și a proiectului „Promovarea egalității de gen în  
Moldova prin integrarea perspectivei de gen în familie și instituții de învățământ”

Publication of the volume “Materials of the Scientific-Practical Conference  
‘FAMILY RESILIENCE PERSPECTIVES IN THE CONTEXT OF MULTIPLE CRISES’  
is carried out with the financial support of the National Commission of the Republic of Moldova for  
UNESCO within the UNESCO participation programs and the project “Promoting gender equality in  
Moldova by integrating the gender perspective in the family and educational institutions”

#### DESCRIEREA CIP A CAMEREI NAȚIONALE A CĂRȚII DIN REPUBLICA MOLDOVA

“Perspectivele de reziliență a familiei în contextul multiplelor crize”, conferință  
științifico-practică (10 ; 2023 ; Chișinău). Materialele Conferinței științifico-  
practice “Perspectivele de reziliență a familiei în contextul multiplelor crize”, Ediția  
a 10-a, 11 mai 2023, Chișinău / comitet științific: Luminița Drumea [et al.]. – Chi-  
șinău : Stratum Plus, 2024 (Blitz Poligraf). – 226 p. : fig.

Antetit.: Universitatea de Stat din Moldova [et al.]. – Texte : lb. rom., engl., rusă. –  
Rez. paral.: lb. rom.-engl., engl.-rusă. – Referințe bibliogr. la sfârșitul art. – Editat cu  
suportul financiar al Comisiei Naționale a Republicii Moldova pentru UNESCO.  
– 700 ex.

ISBN 978-9975-3651-5-4. – ISBN 978-9975-3651-6-1 (PDF).

37.0:316.356.2(082)=135.1=111=161.1

P 52

Scopul conferinței este de a reitera importanța instituției familiei și necesitatea abordă-  
rii multidimensionale a acesteia, inclusiv din perspectivă socială și educațională, în ve-  
derea asigurării stării de bine a membrilor familiilor, în special în contextul multiplelor  
crize (pandemiei COVID-19, crizei umanitare generate de războiul în Ucraina, crizei  
energetice).

\* Responsabilitatea asupra conținutului articolelor revine în exclusivitate autorilor.  
Selectarea și prezentarea informației, precum și opiniile expuse în această publicație aparțin au-  
torilor/autoarelor și nu reflectă obligatoriu viziunea UNESCO.

*Se distribuie gratuit.*

© Universitatea de Stat din Moldova, 2024

© Comisia Națională a Republicii Moldova pentru UNESCO, 2024

© Instituția Privată Publicație Periodică „Stratum plus”, 2024

### COMITET ȘTIINȚIFIC:

**Luminița DRUMEA**, Doctor în filologie, Secretar General Adjunct al Comisiei Naționale a Republicii Moldova pentru UNESCO

**Svetlana ANDRIEȘ**, Coordonatoare de program, UN Women în Moldova

**Felicia BECHTOLDT**, Secretară de Stat, Ministerul Muncii și Protecției Sociale

**Valentina BODRUG-LUNGU**, Doctor habilitat, profesor univ., Universitatea de Stat din Moldova, Președinta Gender-Centru

**Valentina CHICU**, Consilieră a Președintei Republicii Moldova în domeniul educației și cercetării

**Otilia DANDARA**, Doctor habilitat, profesor, Prim-prorector, Universitatea de Stat din Moldova

**Dumitru DRUMEA**, Președinte, Speranța'87, Moldova

**Vladimir GUȚU**, Doctor habilitat, profesor univ., decan, Facultatea Psihologie și Științe ale Educației, Sociologie și Asistență Socială, Universitatea de Stat din Moldova

**Valeria PASCARU-GONCEAR**, Doctor, lect. univ., Departamentul Științe ale Educației, Universitatea de Stat din Moldova

**Lilia PASCAL**, Ministerul Muncii și Protecției Sociale

**Viorica REABOI-PETRACHI**, Doctor, lect. univ., Departamentul Științe ale Educației, Universitatea de Stat din Moldova

**Igor ȘAROV**, Doctor, conferențiar univ., rector, Universitatea de Stat din Moldova

**Maia ȘEVCIUC**, Doctor, profesor univ., șef, Departamentul Științe ale Educației, Universitatea de Stat din Moldova

**Ana TARNOVSCHI**, Doctor, conferențiar univ., prodecan, Facultatea Psihologie și Științe ale Educației, Sociologie și Asistență Socială, Universitatea de Stat din Moldova

**Svetlana TOLSTAIA**, Doctor, conferențiar univ., Departamentul Psihologie, Universitatea de Stat din Moldova

**Carolina ȚURCANU**, Doctor, conferențiar cerc., șef, Centrul de Cercetări Științifice „Politici educaționale și sociale”, Universitatea de Stat din Moldova

**Tataiana UDREA**, Manager de program, UN Women în Moldova

### COMITET ORGANIZATORIC:

**Valentina BODRUG-LUNGU**, Doctor habilitat, profesor univ., Universitatea de Stat din Moldova, Președinta Gender-Centru

**Vladimir GUȚU**, Doctor habilitat, profesor univ., decan, Facultatea Psihologie și Științe ale Educației, Sociologie și Asistență Socială, Universitatea de Stat din Moldova

**Aura MUTRUC**, Universitatea de Stat din Moldova

**Igor ȘAROV**, Doctor, conferențiar univ., rector, Universitatea de Stat din Moldova

**Maia ȘEVCIUC**, Doctor, profesor univ., șef, Departamentul Științe ale Educației, Universitatea de Stat din Moldova

**Ana TARNOVSCHI**, Doctor, conferențiar univ., prodecan, Facultatea Psihologie și Științe ale Educației, Sociologie și Asistență Socială, Universitatea de Stat din Moldova

**Carolina ȚURCANU**, Doctor, conferențiar cerc., șef, Centrul de Cercetări Științifice „Politici educaționale și sociale”, Universitatea de Stat din Moldova

**Miroslava VALIC**, Universitatea de Stat din Moldova

Tehnoredactare: Carolina ȚURCANU

# CUPRINS

Conceptul celebrării zilei internaționale a familiei . . . . . 9

## COMUNICĂRI ÎN PLEN

Andriana BÂTCA,  
Ina SCATICAIOV  
(Republica Moldova)

Măsurile statului de suport pentru  
familiile cu copii

Viorica  
REABOI-PETRACHI  
(Republica Moldova)

Reziliența psiho-emoțională a ca-  
drelor didactice în contextul crizei  
umanitare

Svetlana TOLSTAI  
(Republica Moldova)

Reziliența psiho-emoțională a  
părinților în situații de urgență

Lucia FLIURȚA  
(Republica Moldova)

Reziliența psiho-emoțională a  
adolescenților în situații de urgență

Valeria  
PASCARU-GONCEAR  
(Republica Moldova)

Recomandări pentru acordarea  
asistenței psihologice și pedagogice  
refugiaților

Tatiana UDREA  
(Republica Moldova)

Inițiative de susținere economică  
a familiilor prin prisma de gen în  
contextul crizelor

Dumitru DRUMEA  
(Republica Moldova)

Importance of fighting GBV: why  
is important to protect the women?

## COMUNICĂRI ÎN ATELIER

<b>E. АНДРЕЕВСКАЯ</b> ( <i>Republica Moldova</i> ). Психологическая опасность образовательной среды для жизни и здоровья детей и подростков . . . .	13
<b>Л. АНЦИБОР, Т. НОСОВА</b> ( <i>Republica Moldova</i> ). Влияние ипповенции на психоэмоциональный статус и устойчивость женщин в период кризиса . . . . .	21
<b>V. BALERCĂ</b> ( <i>România</i> ). Intervenția psihologului de familie în reglarea situațiilor de criză . . . . .	29
<b>M. BLÎNDUL</b> ( <i>Republica Moldova</i> ). Influența familiei asupra modului sănătos de viață a copiilor . . . . .	37
<b>A.-R. BORȘ</b> ( <i>România</i> ). Family-school partnership practices . . . . .	43
<b>Н. БРАЙЛЯН</b> ( <i>Republica Moldova</i> ). Взаимосвязь асертивного поведения и уровня мотивации достижения успеха в учебной деятельности студентов вуза . . . . .	49
<b>F. CHEIA</b> ( <i>România</i> ). Adaptarea curriculară pentru integrarea copiilor cu cerințe educative speciale (C.E.S) și schimbările de perspectivă generate de fenomenul globalizării . . . . .	59
<b>O. GROIȚĂ</b> ( <i>Republica Moldova</i> ). Valorificarea consilierii în eficientizarea relațiilor cu familia la persoanele dependente de droguri . . . . .	71
<b>T. IVANOV</b> ( <i>Republica Moldova</i> ). Strategii de reglare emoțională la supraviețuitoarele violenței în familie . . . . .	85
<b>C. L. LUNG</b> ( <i>România</i> ). Rolul familiei în viața pacienților cu boli inflamatorii cronice și psihopatologie asociată . . . . .	95
<b>R.-M. LUPUȘOR</b> ( <i>România</i> ), <b>V. BODRUG-LUNGU</b> ( <i>Republica Moldova</i> ). Rolul familiei în procesul de integrare a copilului cu autism în procesul educațional . . . . .	103

<b>L. MARGINEAN</b> ( <i>Republica Moldova</i> ). Importanța promovării de către autorități a mesajelor cu privire la dreptul copiilor la o familie . . . . .	109
<b>B. ПАСКАРУ-ГОНЧАР</b> ( <i>Республика Молдова</i> ). Рекомендации для оказания психолого-педагогической помощи беженцам . . . . .	119
<b>A. RACU, T. MUNTEANU</b> ( <i>Republica Moldova</i> ). Noi viziuni asupra familiei care are în componență copii cu dizabilități. . . . .	129
<b>O. RUDIC</b> ( <i>Republica Moldova</i> ). Abordări internaționale de combatere a inegalităților de gen în contextul multiplelor crize recente, cu efect de ameliorare a impactului asupra familiei . . . . .	139
<b>M. SUCIAGHI</b> ( <i>România</i> ). Rolul și implicarea familiei în îngrijirea pacienților spitalizați în secțiile de anestezie și terapie intensivă . . . . .	153
<b>S. TOLSTAIA</b> ( <i>Republica Moldova</i> ). Reziliența psihologică a părinților în situații de urgență . . . . .	163
<b>M. TOMA</b> ( <i>Republica Moldova</i> ). Importanța terapiilor individuale în demersul compensator și / sau recuperator al elevului cu C.E.S. . . . .	173
<b>M. UNGUREANU</b> ( <i>România</i> ). Soluții ale școlii pentru reziliența familiei. Eroii basmelor — modele de reziliență . . . . .	183
<b>D. VASILACHE</b> ( <i>Republica Moldova</i> ). Teorii ale conceptului de cuplu: sinteze teoretice . . . . .	191
<b>H. WITTMAN</b> ( <i>Israel</i> ). Teaching methods of multilingual education in schools. Motivation and multilingual education in schools . . . . .	199
<b>B. BEAUJOLAIS</b> ( <i>United State of America</i> ), <b>V. BODRUG-LUNGU</b> ( <i>Republica Moldova</i> ). Empowerment self-defense as a strategy to promote family resilience in Moldova. . . . .	211
<b>Д. ДРУМЯ</b> ( <i>Republica Moldova</i> ). Роль НПО в продвижении института семьи и гендерном воспитании в контексте устойчивости семьи в период множественных кризисов (на примере деятельности НПО «Speranta'87 Moldova») . . . . .	219

## CONCEPTUL CELEBRĂRII ZILEI INTERNAȚIONALE A FAMILIEI

Ziua Internațională a Familiei este marcată anual la 15 mai, în conformitate cu Rezoluția 47/237 din 20 septembrie 1993 a Adunării Generale a ONU. Prin adoptarea rezoluției respective, Națiunile Unite au confirmat angajamentul de a promova progresul social și standarde de viață mai bune pentru familiile din întreaga lume, sprijinând nu numai familiile, dar și culturile de pe glob.

Această zi oferă o oportunitate de a crește gradul de conștientizare cu privire la problemele legate de familii și de a fortifica cunoștințele despre procesele sociale, economice și demografice care le afectează. Obiectivul principal al acestei zile este de a evidenția importanța familiilor în cadrul societății și de a promova valorile majore ale familiei: dragoste, respect, egalitate, parteneriat, împărțirea responsabilităților casnice, prevenirea/ combaterea violenței în familie, concilierea vieții profesionale cu viața de familie, etc.

Prin Hotărârea Parlamentului nr. 433 din 26.12.1990 cu privire la zilele comemorative, zilele de sărbătoare și la zilele de odihnă în Republica Moldova, începând cu anul 2010, Ziua Familiei este consemnată ca sărbătoare la nivel național pe data de 15 mai. Guvernul, structurile de stat, APL, organizațiile non-guvernamentale, instituțiile de învățământ și persoanele fizice, etc. sunt încurajate să organizeze celebrarea Zilei pentru promovarea valorilor familiei.

În anul 2023 la nivel global Ziua de 15 mai are ca subiect: **Familiile și noile tehnologii**. Tehnologiile au devenit o parte componentă a existenței umane, atât cu impact negativ cât și cu impact pozitiv. În contextul, transformărilor sociale rapide, valorificarea acestora reprezintă instrumente valoros al dezvoltării durabile.

Reiterăm faptul că familia este unitatea de bază a societății. În familie din copilărie învățăm abilitățile esențiale de viață, care ne ajută să supraviețuim și să ne dezvoltăm pe tot parcursul vieții.

Pe parcursul ultimilor ani, ne-am confruntat cu diverse amenințări și nesiguranțe. În acest proces, am pierdut multe dar și am învățat și învățăm multe lucruri. Drept provocare dar și condiție a dezvoltării

Conferința științifico-practică  
„PERSPECTIVELE DE REZILIENȚĂ A FAMILIEI ÎN CONTEXTUL MULTIPLELOR CRIZE”  
11 mai 2023, Chișinău, Republica Moldova

umane se conturează capacitatea noastră de reziliență în plan personal, social și profesional, atât la nivel de familie cât și la nivel de societate.

În contextul celor menționate anterior, în vederea celebrării Zilei Familiei în 2023, se propune organizarea conferinței științifico-practice naționale cu participare internațională la tema: **PERSPECTIVELE DE REZILIENȚĂ A FAMILIEI ÎN CONTEXTUL MULTIPLELOR CRIZE**. Evenimentul este organizat în colaborare dintre Universitatea de Stat din Moldova, Ministerul Muncii și Protecției Sociale, Ministerul Educației și Cercetării, UNESCO, UN Women, Platforma pentru Egalitate de Gen, Gender-Centru, HopeSperanta’87.

Scopul conferinței este de a reitera importanța instituției familiei și necesitatea abordării multidimensionale a acesteia, inclusiv din perspectivă socială și educațională, în vederea asigurării stării de bine a membrilor familiilor, în special în contextul multiplelor crize (pandemiei COVID-19, crizei umanitare generate de războiul în Ucraina, crizei energetice).



## COMUNICĂRI ÎN PLEN

MĂSURILE STATULUI DE SUPORT  
PENTRU FAMILIILE CU COPII

**Andriana BÂTCA, Ina SCATICAILOV**  
*Ministerul Muncii și Protecției Sociale, Republica Moldova*

REZILIENȚA PSIHO-EMOȚIONALĂ A CADRELOR DIDACTICE  
ÎN CONTEXTUL CRIZEI UMANITARE

**Viorica REABOI-PETRACHI, dr., lect. univ.**  
*Departamentul Științe ale Educației,  
Universitatea de Stat din Moldova, Republica Moldova*

REZILIENȚA PSIHO-EMOȚIONALĂ A PĂRINȚILOR  
ÎN SITUAȚII DE URGENȚĂ

**Svetlana TOLSTAIA, dr., conf. univ.**  
*Departamentul Psihologie,  
Universitatea de Stat din Moldova, Republica Moldova*

REZILIENȚA PSIHO-EMOȚIONALĂ A ADOLESCENȚILOR  
ÎN SITUAȚII DE URGENȚĂ

**Lucia FLIURȚA**  
*AveCopii, Republica Moldova*

RECOMANDĂRI PENTRU ACORDAREA ASISTENȚEI  
PSIHOLOGICE ȘI PEDAGOGICE REFUGIAȚILOR

**Valeria PASCARU-GONCEAR, dr., lect. univ.**  
*Departamentul Științe ale Educației,  
Universitatea de Stat din Moldova, Republica Moldova*

INIȚIATIVE DE SUSȚINERE ECONOMICĂ  
A FAMILIILOR PRIN PRISMA DE GEN  
ÎN CONTEXTUL CRIZELOR

**Tatiana UDREA,**  
*Manager de program, UN Women în Moldova, Republica Moldova*

IMPORTANCE OF FIGHTING GBV:  
WHY IS IMPORTANT TO PROTECT THE WOMEN?

**Dumitru DRUMEA, dr.**  
*Secretar General Speranța'87, Moldova, Republica Moldova*

## **Influența familiei asupra modului sănătos de viață a copiilor**

***M. BLÎNDUL***

Articolul reprezintă un studiu teoretic al conceptului de mod sănătos de viață, abordat prin prisma Educației pentru sănătate, precum și sunt prezentarea aspectelor de influență a familiei cu privire la acest aspect. Modul sănătos de viață se formează și se dezvoltă prin intermediul educației pentru sănătate, iar baza acestuia de formare, dezvoltare și valorificare o reprezintă familia. Relația familială influențează dezvoltarea modului sănătos de viață, valorificând astfel gradul atitudinii pro-sănătate și stilului sănătos de viață implementat pe parcursul vieții.

**Cuvinte-cheie:** *mod sănătos de viață, relație intrafamilială, stil parental, educația pentru sănătate*

## **The influence of the family on children's healthy lifestyle**

***M. BLÎNDUL***

The article represents a theoretical study of the concept of a healthy lifestyle, approached through the lens of Health Education, as well as the presentation of aspects of family influence regarding this aspect. The healthy way of life is formed and developed through health education and the basis of its formation, development and valorization is the family. The family relationship influences the development of the healthy lifestyle, thus capitalizing on the degree of pro-health attitude and healthy lifestyle implemented throughout life.

**Keywords:** *healthy lifestyle, intra-family relationship, parenting style, health education*

### **Cadrul conceptual**

Formarea personalității copilului este un proces continuu și de durată. Familia este mediul primar de socializare a individului. În cadrul ei individul asimilează primele experiențe sociale, în particular cu referință la realizarea modelului de comportament parental [apud, 2]. Cercetătorii în mare parte împărtășesc opinia despre repetarea sistemului interrelațiilor, ce presupune în linii majore, va reflectarea modelului de comportament al părinților. Afinitatea parentală se prezintă ca o forță motrice a dezvoltării copilului, contribuind la satisfacerea trebuințelor de bază ale persoanei, care se referă la funcțiile vitale de importanță primară [2]. Dragostea părinților este trebuința umană ce se manifestă cel mai puternic asupra personalității copiilor.

Familia este grupul cel mai important dintre toate grupurile sociale, deoarece ea influențează și modelează persoana umană pe parcursul întregii vieți. Unii cercetători merg chiar mai departe și susțin că influența ei asupra persoanei este atât de mare, încât ea egalează acțiunea celorlalte grupuri sociale. Aceasta este cu deosebire, în cazul cercetărilor efectuate în psihanaliză, psihologia socială și sociologie, susținând că familia este adevăratul laborator de formare a personalității. Transformarea individului în personalitate, adică în individ cu statut social, este în primul rând opera familiei. Sunt două cauze care explică această influență a familiei asupra persoanei: una este legată de faptul că acțiunea familiei se exercită de timpuriu, iar a doua — că multă vreme familia e unica cale prin care se canalizează oricare altă acțiune de socializare, ea fiind identică cu întreaga lume socială a copilului [apud 2].

Primele legături dintre părinți și copii se construiesc foarte devreme. Observații clinice făcute de psihologi și pedopsihiatri, printre care D. Winnicott, B. Brazelton, au arătat că bebelușii dispun de competențe precoc care vor intra în funcție cu ocazia primelor schimburi cu mediul relațional. În decursul primei luni de viață, copilul își exprimă nevoile prin diferite semnale: plâns, expresii faciale, grimase. Începând cu vârsta de trei luni, copilul devine tot mai activ în interacțiunile lui, își diversifică progresiv semnalele și comportamentele și participă tot mai activ la relații. Așa cum au demonstrat psihanalisti ai micii copilării — D. Stern, S. Lebovici, B. Golse, bebelușii participă activ la interacțiunile precoc mamă-copil. Cu toate acestea, în funcție de copii, interacțiunile mamă-copil sau părinte-copil arată diferențe de calitate și intensitate. Acest lucru poate fi observat foarte devreme, în cursul primelor schimburi între

copii și ambientul lor interacțional. Dar dezvoltarea și bogăția modurilor de comunicare ale copilului vor depinde în același timp de răspunsurile, atenția, sensibilitatea și dragostea pe care le primește la rândul său din partea părinților [1].

Relația de dragoste dintre părinte și copil și mai ales mamă — copil, poate fi descrisă și analizată prin prisma conceptului de atașament, ce poate fi responsabil de modul de manifestare pe viitor.

Atașamentul reprezintă un sistem de organizare de bază, a cărui dezvoltarea condiționează și este fundamentul sănătății mentale.

F. Field susține că atașamentul este relația ce se creează și se dezvoltă între două sau mai multe organisme în momentul în care sistemele lor fiziologice și comportamentale intră în raport de afinitate și rezonanță reciprocă. J. Bowlby a dezvoltat conceptul de atașament cu referire la relația afectivă primară dintre copil și îngrijitor [apud 8]. Atașamentul influențează stima de sine, aspirațiile și abilitatea de a atrage și menține o relație sănătoasă, succesul sau eșecul, fiind răspunzător de calitatea relațiilor viitoare. Acesta pune bazele comportamentului copilului și ale sănătății lui mentale [8].

Dezvoltarea personalității copilului și dezvoltarea acestuia depinde în mare parte de stilul de educație și exemplul oferit de părinți. Un stil parental disfuncțional poate duce la apariția unor probleme de natură socială, educațională, și chiar de sănătate a copiilor.

Conform lui N. Darling și L. Steinberg, stilul parental este „un ansamblu de atitudini direcționate spre copil, care îi sunt comunicate copilului și care, luate împreună, creează un climat emoțional unde sunt exprimate comportamentele părinților” [apud 8].

Pe de altă parte, stilul de viață al copiilor se formează pe urma stilului parental adoptat de părinți, relaționând aspectele emoționale cu metodele, plecând de la sistemul de valori al părinților. Acest sistem de valori al părinților, influențând și el la rândul său modul de viață al părinților, fundament pentru copii.

Așadar, este foarte important modul de viață a părinților, or asimilarea unor atitudini și comportamente de către copil, este o consecință a relației părinte — copil, a educației în familie, care constituie model și factor esențial în formarea și dezvoltarea pro-sănătate a copiilor și realizarea modelului de comportament parental.

Sănătatea se constituie din trei mari dimensiuni: biologică/ fizică, psihologică și socială. Din punct de vedere biologic presupune axarea pe o

activitate fizică regulată, alimentație sănătoasă, respectarea igienei personale, evitarea unor factori de risc ca: fumatul, consumul de alcool și droguri, neglijarea adresării la timp la medic, excesul de alimentație, utilizarea neadecvată a medicamentelor, practicarea distorsionată a varietăților diete etc.. Din punct de vedere psihologic sănătatea poate fi înțeleasă ca o armonie dintre comportamentul cotidian și valorile fundamentale ale vieții, asimilate și valorificate de individ, care au devenit prioritățile acestuia. Sănătatea psihologică reprezintă acea stare a persoanei în care capacitatea ei de a munci, de a cunoaște sau de a desfășura activități preferate în mod creativ, cu plăcere și succes este optimă. Aspectul dat presupune capacitatea persoanei de a-și înțelege și dirija emoțiile, de a ști cum să facă față problemelor și dificultăților sociale, profesionale și cotidiene. Individul sănătos din punct de vedere psihologic posedă și o sănătate fizică bună, capacitate de a se autocontrola și de a rezolva cu succes problemele apărute, neutralizând situațiile stresante, fără a ajunge la dependențe; precum și capacitatea de a munci productiv, de a iubi, de a se preocupa față de soarta celorlalți, fiind în stare să conducă într-un mod rezonabil autonomia personală [6].

Analiza realizată de cercetătorii din domeniu, arată că dimensiunile sănătății acționează împreună pentru a asigura randamentul funcțiilor biologice și sociale, pentru a asigura confortul psihofizic al organismului. Cultivarea unei anumite dimensiuni atrage după sine dezvoltarea celorlalte. În mod similar, neglijarea unei dimensiuni poate induce consecințe severe asupra sănătății de ansamblu, cât și asupra diminuării bunei stări a organismului [6].

Modul de viață atestă conduita individului, care include variate stări ce denotă particularitățile, aspectele speciale ale unor comportamente, abordate ca elemente constitutive ale conduitei.

Astfel, modul sănătos de viață se realizează prin educația pentru sănătate.

*Obiectivele educației pentru sănătate* vizează formarea-dezvoltarea unor parametri de natură fizică (formă, forță, dinamism, rezistență), psihică (încredere în sine, dezvoltare complexă, umor pozitiv) și socială (sentimentul prieteniei, apartenenței la grup, reușitei) [3]. *Educația pentru sănătate* apare și se dezvoltă ca deziderat al noilor educații, constituit ca răspuns la problema societății contemporane — deteriorarea sănătății omului. Educația pentru sănătate presupune formarea și dezvoltarea în rândul populației, începând de la cea mai mică vârstă, a unei concepții

și a unor comportamente pozitive, echilibrate în scopul consolidării sănătății, dezvoltării armonioase și fortificării organismului; adaptării lui la condițiile mediului natural și social [3].

Educația pentru sănătate include trei dimensiuni ce necesită o abordare interconexă:

- dimensiunea cognitivă, care include comunicarea și însușirea de noi cunoștințe, necesare apărării și menținerii sănătății;
- dimensiunea motivațională, care asigură convingerea populației privind necesitatea prevenirii și combaterii bolilor și a dezvoltării armonioase a organismului, prin respectarea regulilor de sanogeneză;
- dimensiunea comportamental-volitivă, care rezidă în formarea competențelor, practicilor, deprinderilor și obișnuințelor sănătoase, asigurând aplicarea lor în practica cotidiană [apud 3].

De aceea susținem că în formarea și dezvoltarea educației pro-sănătate la copii, rolul primordial îl are familia. Aceasta pune bazele unui comportament pro-sănătate, unui stil de viață sănătos prin propriul exemplu.

În această ordine de idei, am elaborat o serie de recomandări direcționate către părinți, în vederea eficientizării dezvoltării unui mod sănătos de viață la copii.

- Părinții să se manifeste ca model pentru copii, astfel aceștia pot adopta și implementa obiceiurile pro-sănătate ale părinților, fiind și cei mai buni profesori. De aceea este foarte important ca părinții să se educe permanent în acest context.

- Încurajarea, susținerea, copiilor în implementarea obiceiurilor și stilului de viață sănătos, deoarece treptat copiii își schimbă opinia despre sine, în conformitate cu particularitățile de vârstă și astfel ar putea devia de la traiectoria pro-sănătate din diferite motive, cum ar fi stima de sine, anturajul și prietenii, unele expectanțe, etc..

- Crearea de situații, prin care copilul să înțeleagă consecințele fiecărui mod de viață — cel sănătos și cel mai puțin sănătos/ nesănătos.

- Instruirea și dirijarea spre un mod sănătos de viață să se înceapă de la cea mai fragedă vârstă, prin metode adecvate, specific vârstei, unde copilul să descopere, să decidă și să soluționeze treptat diferite sarcini, situații problematice ce apar și îl pot afecta în evoluția sa pro-sănătate.

Stimularea și ghidarea spre interacțiunea socială a copiilor, provoacă conflicte cognitive și ciocnirea cu situații uneori opuse în conformitate cu înțelegerile, cunoștințele și așteptările acestuia, și oferirea de instrumente pentru crearea propriilor concepte. Astfel, se ajunge la dezvoltarea

propriilor abilități de gândire și acțiune, nu doar pentru a depăși problemele prezente, ci și pentru a preveni și gestiona corespunzător problemele viitoare în diferite contexte.

#### Referințe:

1. Anaut, M. Interacțiunile dintre părinți și copii, legăturile afective și atașamentul de-a lungul vieții. În: Copiii de azi sunt părinții de mâine. Timișoara, Nr. 24, 2009.
2. Anțibor, L. Tolstaia S. Relația dintre atitudinea părinți-copii și stilul de soluționare a conflictului. În: Studia Universitatis: Seria Științe ale educației. Chișinău, Nr. 9, 2007.
3. Cristea S. Educația pentru sănătate. În: Didactica Pro, 2005, Nr. 3, Chișinău: CE PRO Didactica, p. 34—36.
4. Cuznețov, L. Educație prin optim axiologic. Chișinău: Primex-com SRL, 2010, 159 p.
5. Cuznețov, L. Tratat de educație pentru familie. Chișinău: CEP USM, 2008, 624 p.
6. Cuznețov, L., Calaraș, C., Ețco, C. Consilierea și educația pentru sănătate a familiei. Chișinău: Primex-Com, 2016, 517 p.
7. Cuznețov, L. Tratat de educație pentru familie. Pedagogia familiei. Chișinău: CEP USM, 2008, 624 p.
8. Turchină, T., Ciubotaru, C. Stil de atașament și satisfacția comunicării în relația copil-părinte. În: Psihologie: Revistă științifico — practică. Chișinău, Nr. 2, 2012, 96 p.

#### Date despre autor

**Mihaela BLÎNDUL** (*Republica Moldova*). Doctorandă, Școala Doctorală Științe Sociale, Facultatea de Psihologie și Științe ale Educației, Sociologie și Asistență Socială, Universitatea de Stat din Moldova.

**E-mail:** ellablindul@gmail.com

**ORCID:** 0000-0003-2754-8837