



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 in 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 de 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 de Psihologie și Științe ale Educației, Sociologie și Asistență Socială, Universitatea de Stat din Moldova

Svetlana TOLSTAIA, Doctor, conferențiar univ., Departamentul de 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 in 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 de 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 de 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

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

L. MARGINEAN (<i>Republica Moldova</i>). Importanța promovării de către autorități a mesajelor cu privire la dreptul copiilor la o familie	109
B. ПАСКАРУ-ГОНЧАР (<i>Республика Молдова</i>). Рекомендации для оказания психолого-педагогической помощи беженцам	119
A. RACU, T. MUNTEANU (<i>Republica Moldova</i>). Noi viziuni asupra familiei care are în componență copii cu dizabilități.	129
O. RUDIC (<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
M. SUCIAGHI (<i>România</i>). Rolul și implicarea familiei în îngrijirea pacienților spitalizați în secțiile de anestezie și terapie intensivă	153
S. TOLSTAIA (<i>Republica Moldova</i>). Reziliența psihologică a părinților în situații de urgență	163
M. TOMA (<i>Republica Moldova</i>). Importanța terapiilor individuale în demersul compensator și / sau recuperator al elevului cu C.E.S.	173
M. UNGUREANU (<i>România</i>). Soluții ale școlii pentru reziliența familiei. Eroii basmelor — modele de reziliență	183
D. VASILACHE (<i>Republica Moldova</i>). Teorii ale conceptului de cuplu: sinteze teoretice	191
H. WITTMAN (<i>Israel</i>). Teaching methods of multilingual education in schools. Motivation and multilingual education in schools	199
B. BEAUJOLAIS (<i>United State of America</i>), V. BODRUG-LUNGU (<i>Republica Moldova</i>). Empowerment self-defense as a strategy to promote family resilience in Moldova.	211
Д. ДРУМЯ (<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

Valorificarea consilierii în eficientizarea relațiilor cu familia la persoanele dependente de droguri

O. GROIȚĂ

Consilierea se concentrează pe aspecte privind autocunoașterea și dezvoltarea optimă a resurselor proprii. Se adresează în special persoanelor sănătoase aflate în dificultate sau celor care vor să-și îmbunătățească relațiile cu ceilalți. Consilierul îl ajută pe client să controleze o situație de criză și îl asistă în găsirea unei soluții la problema cu care se confruntă. De regulă, presupune un număr mai redus de ședințe față de psihoterapie și abordează tulburări mai puțin severe.

Consilierea are caracter informativ și se axează pe dezvoltarea abilităților practice ori personale. Prin consiliere se urmărește autocunoașterea, optimizarea și dezvoltarea personală și adaptarea eficientă la mediul extern a clientului cu ajutorul consilierii.

Consilierii sunt psihologi specializați în consiliere care intervin prin mijloace tipice în scopul de a optimiza și de a stimula autocunoașterea și dezvoltarea personală, de a preveni unele probleme emoționale și cognitive și de comportament.

Cuvinte-cheie: *droguri, dependență, consiliere, relații cu familia*

Capitalizing on counseling in improving relationships with the family for drug addicts

O. GROIȚĂ

Counseling focuses on aspects of self-knowledge and the optimal development of one's own resources. It is especially addressed to healthy people in difficulty or to those who want to improve their relationships with others. The counselor helps the client to control a crisis situation and assists him in finding a solution to the problem he is facing. It usually involves fewer sessions than psychotherapy and addresses less severe disorders.

Counseling is informative and focuses on the development of practical or personal skills. Counseling aims at self-knowledge, optimization and personal development and effective adaptation of the client to the external environment with the help of counselling.

Counselors are psychologists specialized in counseling who intervene through typical means in order to optimize and stimulate self-knowledge and personal development, to prevent some emotional and cognitive and behavioral problems.

Keywords: *drugs, addiction, counseling, family relationships*

Introducere

În prezent, problema dependenței de droguri reprezintă una dintre cele mai importante preocupări în societatea noastră, o problemă viată pentru viitorul copiilor și o metodă de evitare a realității. Din această cauză, putem spune că în lupta cu drogurile este esențială voința de a renunța, conștientizarea dependenței, recunoașterea statutului de toxicoman și dorința unei vieți independente, normale. Societatea, statul, știința nu au putut să răspundă la creșterea dependenței de droguri din țară. Eforturile depuse astăzi nu aduc rezultatul dorit. Problema asociată abuzului de substanțe psihoactive, o considerăm ca o problemă a unei persoane care consumă droguri într-un anumit context socio-cultural, unul dintre cele mai importante elemente ale căruia este familia unui dependent de droguri.

Potrivit unor studii recente, persoanele dependente de droguri prezintă o serie de probleme în ceea ce privește relațiile lor interpersonale, inclusiv probleme de comunicare și dificultăți în menținerea relațiilor. În plus, dependența de droguri poate afecta modul în care o persoană își percepe propria familie și poate influența atitudinea sa față de căsătorie și relațiile romantice. Cu toate acestea, cercetările în acest domeniu sunt încă limitate, iar existența unei astfel de relații nu este încă clară.

Căsătoria și familia sunt două instituții sociale fundamentale în orice societate, iar atitudinea față de acestea poate avea un impact semnificativ asupra vieții individuale și a relațiilor interpersonale. Cu toate acestea, dependența de droguri poate fi o problemă complexă și dificilă, care poate afecta negativ atât persoana dependentă, cât și familia sa. Din acest motiv, în ultimii ani, cercetările privind particularitățile manifestării atitudinilor față de căsătorie și familie la persoanele dependente de droguri au devenit din ce în ce mai relevante.

Actualitatea unei cercetări științifice dedicate aspectelor de drept comparat ale infracțiunilor legate de traficul de droguri în legislația Republicii Moldova și în cea a României se datorează faptului că traficul de droguri nu are frontiere geografice, reprezentând o amenințare reală pentru fundamentul existențial al oricărei națiuni. Prevenirea și combaterea traficului de droguri denotă o relevanță deosebită în contextul proceselor de integrare europeană și de extindere a Uniunii Europene, care se desfășoară în paralel cu expansiunea rețelelor criminalității organizate transnaționale. În acest sens, scopul studiului nostru este de a studia sistematic rolul familiei în apariția și dinamica dependenței psihice la dependenții de

droguri din perioada de creștere, de a dezvolta principiile terapiei de co-dependență, de fundamentarea teoretică și clinică a conținutului, forme și metode de lucru cu familiile persoanelor care consumă droguri.

Consilierea este o formă de intervenție psihologică ce se adresează persoanelor sănătoase care se află într-o situație de impas în ceea ce privește rezolvarea anumitor situații de criză, profesionale, sociale ori familiale. Consilierul îl ajută pe pacient să controleze aceste situații și îl asistă pentru a găsi o soluție la problema pe care o trăiește. Consilierea psihologică presupune un număr mult mai redus de ședințe comparativ cu psihoterapia, folosind metodele și tehnicile similare acestora, dar diferența este esențială și stă în faptul că la consilierea psihologică se urmărește prevenția apariției unor tulburări și o astfel de abordare este adresată persoanelor sănătoase din punct de vedere psihic.

Consilierea psihologică a persoanelor aflate în dificultate psihologică e unul din cele mai utile instrumente pentru a depăși anumite probleme care sunt mai stresante în viață.

În general consilierea este realizată de către o persoană care are competențe în sensul acesta și principalul său scop este acela de a sprijini persoanele în a își clarifica situațiile de viață și în a își atinge scopurile prin luarea unor decizii informate și care să aibă sens.

Cel mai important scop al consilierii este rezolvarea unor probleme de natură emoțională sau interpersonală. Prin urmare, consilierea este cea care va pune la dispoziție o serie de instrumente pentru a putea depăși dificultățile.

Consilierea psihologică este intervenție psihologică:

- (a) în scopul optimizării, autocunoașterii și dezvoltării personale;
- (b) în scopul remiterii problemelor emoționale, cognitive și de comportament.

Consilierea psihologică se deosebește de consilierea educațională/ școlară

În timp ce consilierea educațională/ școlară este focalizată pe probleme de educație și carieră putând fi practică de profesioniști cu pregătire non-psihologică (ex. sociologi, pedagogi etc.), consilierea psihologică implică intervenția specialistului psiholog (sau asimilat) în optimizare personală și în ameliorarea problemelor psiho-emoționale și de comportament.

Consilierea psihologică se deosebește de psihoterapie

În timp ce psihoterapeutul poate să fie psiholog sau medic, consilierul psihologic nu poate să fie decât psiholog; în plus, numai psihoterapeutul poate face intervenție psihologică pentru psihopatologie, în timp ce consilierul psihologic se focalizează pe optimizare și dezvoltare personală, probleme subclinice (ex. disforie) sau patologii somatice în care sunt implicați factori psihologici. Psihoterapeutul-psiholog are toate competențele consilierului psihologic.

Consilierea psihologică se poate realiza în regim:

- individual;
- în grup;
- de grup (ex. cuplu, familie).

Componentele unui proces de consiliere psihologică sunt:

- evaluarea cerințelor (obiectivelor/ scopurilor)/ problemelor clientului;
- conceptualizarea psihologică a cerințelor (obiectivelor/ scopurilor)/ problemelor clientului;
- intervenții psihologice individuale și de grup;
- relația de consiliere;
- evaluarea procesului de consiliere psihologică și a rezultatelor acestuia.

Intervenții ale consilierului psiholog:

- optimizare, dezvoltare și autocunoaștere;
- educația pentru sănătate, prevenția primară;
- prevenție secundară, terțiară, recuperare;
- soluții pentru problemele de cuplu și familie.

Consilierea ca demers acțional realizat de psiholog/ consilier, reprezintă un proces specializat de sfătuire, susținere, orientare a persoanelor aflate în dificultate. Dicționarul explicativ al limbii române, coordonat de acad. Cotoeanu I., dr. Seche L., dr. Seche M., [6, p. 298], definește consilierea ca fiind un proces de sfătuire. În contextul unei perspective de maximă generalitate putem spune că consilierea constituie un instrument indispensabil al psihologului, pedagogului, asistentului social și a oricărei persoane ce posedă o vastă experiență de viață.

Wallis J. (1978) definește consilierea ca fiind un dialog în care o persoană ajută pe alta care are dificultăți semnificative [Apud 27].

Cercetătorul Gustad J. W. consideră consilierea ca fiind un proces de orientare — învățare care se desfășoară în spațiul realității create între

două persoane, cuplu în care sfătuitorul cu competență în probleme psihologice, oferă clientului său metode adecvate nevoilor acestuia, în raport cu contextul evenimentelor vieții, stabilindu-se în acest fel un program personal [Apud 17, p.286] de depășire a dificultăților.

Inskipp F. și John H. (1984) menționează că consilierea este o cale de a relaționa și de a răspunde unei alte persoane, pentru ca aceasta să fie ajutată să-și exploreze gândurile, emoțiile și comportamentul în direcția câștigării unei înțelegeri de sine mai clare și pentru a învăța să găsească și să utilizeze părțile sale mai tari/ resursele, astfel, încât să se poată confrunța cu viața mai eficient, luând decizii adecvate și acționând corespunzător.

După cum am putut observa, consilierea este un proces complex ce cuprinde o arie foarte largă de intervenții, care impun o pregătire profesională de specialitate. În esență, conceptul de consiliere denotă o relație interumană axată pe ajutor, realizată de o persoană specializată/ consilierul, și o altă persoană, care solicită asistență specială — beneficiarul (Egan,1990). Relația dintre consilier și persoana consiliată este una de alianță, de participare și colaborare reciprocă. În cadrul consilierii operăm cu conceptele cunoscute din psihologie, sociologie, pedagogie însă folosim și unele concepte și categorii științifice speciale, ca de exemplu: termenii asistență și consiliere. Acestea au origine latină. Consiliere, consilium înseamnă sfătuire, îndrumare. Termenul asistență — provine din cuvintele latinești: assisto, -ere și adsisto, -ere și, care, semnifică a fi alături de cineva, a-i acorda ajutor în rezolvarea unei probleme, susținere a unei persoane.

În ceea ce privește consilierea pentru problemele de familie la pacienți, aceasta poate fi împărțită în două categorii: consiliere pentru pacient și consiliere pentru membrii familiei.

Consilierea pentru pacient poate fi realizată în cadrul narcodispensarului și poate include diferite tipuri de intervenții, cum ar fi terapia individuală sau de grup. Scopul acestei consilieri este de a ajuta pacientul să își dezvolte abilitățile de adaptare la viața fără droguri și de a face față factorilor de stres care pot contribui la recădere.

Consilierea pentru membrii familiei trebuie stabilite de și bine gândite de către medicii și psihologii care lucrează cu pacienții. Subliniem faptul că este foarte important să se construiască relația terapeutică cu clientul și să se utilizeze tehnicile adecvate de consiliere în dependență de personalitatea clientului.

Astfel, relația terapeutică trebuie să respecte următoarele condiții de bază:

- Consiliatul este responsabil pentru el însuși;
- Clientul dorește schimbarea în sens pozitiv;
- Consilierul trebuie să stabilească o atmosferă caldă și permissivă;
- Consilierul nu stabilește o limită a atitudinilor, ci numai a comportamentelor;
- Consilierul utilizează doar tehnici care conduc clientul la o înțelegere profundă a propriilor atitudini și stări emoționale.

Dintre tehnicile de consiliere utilizate menționăm:

- Ascultarea activă;
- Tehnici de reflectare (repetiția ecou, repetiția pe alt ton, amplificarea);
- Tehnicile de reformulare;
- Tehnicile de deschidere.

În acest subcapitol, vom explora câteva strategii de adaptare care pot fi utile pentru membrii familiilor cu dependență de droguri.

✓ **Comunicarea asertivă, deschisă și sinceră**

Comunicarea asertivă este una dintre cele mai importante strategii de adaptare pentru membrii familiei cu dependență de droguri. Acest lucru presupune deschiderea canalelor de comunicare între toți membrii familiei și dezvoltarea unui spațiu sigur și confortabil în care aceștia pot discuta problemele legate de dependența de droguri. Comunicarea deschisă și sinceră poate ajuta la evitarea conflictelor și la dezvoltarea unei relații mai apropiate între membrii familiei.

✓ **Înțelegerea dependenței de droguri**

Înțelegerea dependenței de droguri este, de asemenea, o strategie importantă de adaptare pentru membrii familiei. Aceștia trebuie să înțeleagă că dependența de droguri este o boală și că persoana care suferă de dependență nu este vinovată pentru situația sa. Prin înțelegerea dependenței de droguri, membrii familiei pot dezvolta empatie și compasiune față de persoana dependentă, ceea ce poate ajuta la îmbunătățirea relației lor.

✓ **Susținerea reciprocă**

Susținerea reciprocă este o altă strategie importantă de adaptare pentru membrii familiei cu dependență de droguri. Aceștia trebuie să se susțină reciproc în toate momentele dificile și să ofere sprijin emoțional și psihologic celuilalt. Această strategie poate ajuta la creșterea încrederii și a respectului între membrii familiei și la dezvoltarea unei relații mai strânse.

✓ **Căutarea ajutorului profesional**

Căutarea ajutorului profesional este, de asemenea, o strategie importantă de adaptare pentru membrii familiei cu dependență de droguri. Psihologii și terapeuții specializați în dependența de droguri pot oferi suport și îndrumare pentru membrii familiei, ajutându-i să facă față situației dificile. De asemenea, aceștia pot oferi terapie pentru persoana dependentă de droguri, contribuind la procesul de recuperare.

✓ **Găsirea unor activități comune**

Găsirea unor activități comune este o altă strategie importantă de adaptare pentru membrii familiei cu dependență de droguri. Dependența de droguri poate afecta atât psihic, cât și fizic, persoanele care se confruntă cu această problemă. De aceea, intervențiile psihologice în cadrul relațiilor de familie ale persoanelor cu dependență de droguri sunt esențiale pentru ajutarea acestora să își îmbunătățească relațiile și să se recupereze.

✓ **Încurajarea activităților constructive**

Persoana afectată poate fi încurajată să își dezvolte interese și activități constructive, cum ar fi sportul, arta sau voluntariatul. Aceste activități pot ajuta la menținerea unei stări mentale pozitive și la reducerea stresului.

✓ **Îmbunătățirea calității somnului**

Persoanele dependente de droguri pot avea probleme cu somnul, ceea ce poate agrava problemele de sănătate mentale și fizice. Prin urmare, este important ca persoana afectată să își dezvolte o rutină de somn regulată și să evite consumul de substanțe care afectează somnul.

✓ **Identificarea și gestionarea emoțiilor**

Persoanele dependente de droguri pot avea dificultăți în identificarea și gestionarea emoțiilor. În timpul procesului de recuperare, se poate învăța cum să recunoască și să gestioneze emoțiile, cum ar fi furia, anxietatea sau tristețea, într-un mod sănătos.

✓ **Promovarea unui stil de viață sănătos**

Adoptarea unui stil de viață sănătos, care include o dietă echilibrată și exerciții fizice regulate, poate ajuta la menținerea sănătății fizice și mentale.

✓ **Învățarea și aplicarea strategiilor de evitare a recăderilor**

Persoana afectată poate învăța și aplica strategii pentru a evita recăderile, cum ar fi evitarea situațiilor care ar putea declanșa consumul de droguri, dezvoltarea de relații sănătoase și stabile cu persoane care nu consumă droguri sau participarea la programe de suport continuu.

Este important de reținut că fiecare caz este diferit și că strategiile pot varia în funcție de circumstanțe. De aceea, este important să fie personalizate pentru fiecare situație.

Există, de asemenea, un program de reabilitare la fel de eficient dar care nu prea este folosit de medicii din cadrul institutiei tocmai din acest motiv propunem implementarea aceste tehnici numite :

SMART — înseamnă auto-învățare și învățarea să se recupereze, din prisma pacientului unde el singur isi definește problemele, actiunile de întreprins si termenii in care trebuie sa fie realizate.

Scopul lui cum este programul de a ajuta oamenii să găsească noi moduri preia controlul asupra vieții tale, gândește-te diferit despre comportamentul tău și găsește motivația de a restabili viața în timpul recuperării. Această idee de reabilitare este diferită de multe alte stiluri de tratament, care îi învață pe oameni că sa gindeasca altfel asupra comportamentului sau si motivatia sa. SMART le insuflă participanților la întâlnire pe care se pot baza asupra propriului comportament pozitiv și schimbă gândirea, procesele pe măsură ce tratamentul lor se dezvoltă, ajungând în cele din urmă la adevărată recuperare. Există o caracteristică care distinge SMART departe de regimurile tradiționale de tratament și suport este că nu se include în reabilitare generală. SMART conduce printr-o rețea de întâlniri suport similar cu AA dar fără 12 pași. Ei pot fi conduși doar de care sunt instruiți în principiile și instrumentele sale de programare. SMART de asemenea este util pentru cei care suferă de probleme de sănătate mintală, în special pentru cei cu care avea un dublu diagnostic de dependență. Prin exercitarea abilităților de viață și aplicarea tehnicilor de autocontrol, persoane cu instabilitate psihică, probleme emoționale sau bolile mintale grave pot dobândi o nouă perspectivă asupra vieții și încep să trăiască o viață mult mai sănătoasă. SMART se bazează foarte mult pe programul său în 4 puncte pentru management eficient și combaterea recuperării dependenței.

Acest Program de reabilitare aderă la 4 puncte:

I. Crearea și menținerea motivației: Primul pas în recuperare este căutarea motivației pentru schimbare. Implicarea în imaginea care provoacă dependență viața necesită capacitatea de a recunoaște această problemă atunci când intră în recuperare, vedeți cum afectează viața și aplicați motivația de a te împinge până la punctul de recuperare. INTELLIGENT recunoaște că cei cărora le lipsesc instrumentele și motivația pentru a-și schimba comportament, nu își pot schimba în mod eficient viața.

II. Face față impulsurilor: al doilea pas către recuperare este acceptarea schimbării și lupta consumului de droguri.

III. Gestionarea gândurilor, sentimentelor și comportamentului: cu dependența active de gânduri și sentimente cel mai adesea irațional. Iraționalitatea duce la un comportament negativ deoarece contemplarea acțiunii este compromisă. În SMART rațional emoțional-comportamentală terapia este folosită și aplicată pentru a gestiona gânduri. Similar cu terapia cognitiv-comportamentală, se concentrează privind găsirea de soluții și rezolvarea problemelor când comportamentul și acțiunile sunt în cea mai proastă stare. Acest moment este important pentru că formează baza pentru învățarea de noi abilități de viață. Acesta permite pacienților implicați în tehnica SMART să înțeleagă modul în care gândurile lor se leagă de a lor comportamentul și modul în care gândirea rațională poate fi aplicată în înaintând spre un stil de viață nou și sănătos.

IV. Trăind o viață echilibrată: Ultimul moment în SMART este a trăi o viață echilibrată și găsim noi recompense în viață, diferite de cele care au provocat dependență. Balansare activității și să nu se concentreze prea mult pe un aspect al cotidianului vieții poate ajuta la recuperarea din acțiunile care creează dependență. Echilibrul poate fi adoptat și menținut pe tot parcursul vieții pentru a păstra sobrietate.

Implementarea strategiilor de consiliere

Suport psihologic

Psihoeducația

Tehnici de relaxare

Modelul ABC

Analiza cost-beneficiu

Ciclul de despărțire

Cercul de încredere

Tehnica hărții rutiere

Rezultate S-a observat o îmbunătățire semnificativă a problemelor lui Alexandru de la prima sesiune până la ultima. Comportamentul său s-a îmbunătățit considerabil. Tutorele lui a raportat că acesta este acum cel mai activ membru al departamentului și i se atribuie mai multe sarcini în unitate. Graficul arată că acum Alex nu mai prezintă poftă de droguri, iar modelul său de comunicare s-a îmbunătățit semnificativ. În plus față de aceste îmbunătățiri semnificative, se observă îmbunătățiri ale stării de spirit, comportamentului și durerilor somatice ale clientului. Prin

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

urmare, se observă schimbări pozitive semnificative în starea de spirit și comportamentul clientului; comportamentele sale problematice au scăzut semnificativ.

Tabelul 1.
Rezultatele pre-evaluării și post-evaluării pacientului

Simptome	Pre-evaluari	Post-Evaluari
Obiceul de a fura	10	6
Pofta de droguri	4	0
Tristețe	9	5
Inutilitatea	10	7
Antipatie de sine	10	4
Pasivitatea	10	3
Dureri musculare	9	3
Total	62/70	28/70
Diferență procentuală	89%	40%
Îmbunătățire	89-40 = 49 %	

Tabelul arată rezultatele pre și post evaluare ale pacientului asupra comportamentelor sale problematice. Comparația sugerează că clientul a progresat mult și rata lui de îmbunătățire este 49%.

În ceea ce privește relațiile cu familia pacientului, menționăm că au fost observate îmbunătățiri substanțiale. Pacientul a început a comunica cu membrii familiei mai constructiv, nu manifesta impulsivitate și era mult mai echilibrat în comunicarea verbală și nonverbală, exprimând un limbaj și gesturi adecvate. Atitudinea manifestată față de familia sa este binevoitoare, afectuoasă și respectuoasă.

Concluziile sunt că consilierea problemelor de familie la persoanele dependente de droguri este o componentă importantă în tratamentul acestora, iar implicarea membrilor de familie în procesul de recuperare este esențială. Analiza psihologică și psihodiagnostică a personalității pacienților poate ajuta la înțelegerea trăsăturilor specifice acestora și poate facilita identificarea celor mai potrivite strategii de intervenție.

Strategiile de reabilitare psihologică și recuperare a relațiilor cu membrii familiei pot ajuta la îmbunătățirea calității vieții pacienților și a familiilor acestora și pot contribui la prevenirea recăderilor.

Un studiu practic al caracteristicilor psihologice ale ideilor despre căsătorie și familie la persoanele cu dependență de droguri a permis tragerea următoarelor concluzii:

Persoanele cu dependență de droguri au un nivel mai scăzut de inteligență, și nu se caracterizează prin tensiune, sunt mai relaxate. Sunt mai diplomatici, vicleni, uneori nesiguri, prudenți; mai anxios, vulnerabil, predispus la dispoziție, predispus la premoniții; se caracterizează mai mult prin autocontrol ridicat, intenție; precum și comportament normativ ridicat, perseverență. Dependenții de droguri sunt mai sensibili, impresionabili, adesea se caracterizează printr-o multitudine de experiențe emoționale și au și o imaginație bogată, sunt absorbiți de iluzii interne. S-a dovedit a fi interesant că dependenții de droguri sunt oameni cu o voință puternică și o dorință de conformare socială normativă, au un simț dezvoltat al datoriei, al conștiințiozității. Acest fapt necesită fără îndoială o verificare experimentală suplimentară.

În structura valorilor tinerilor, dragostea ocupă o poziție dominantă, totuși, printre dependenții de droguri, dragostea se îmbină cu dorința de libertate și distracție. La persoanele fără dependență de droguri, dragostea este combinată cu dorința de a avea o viață de familie fericită. În general, dorința de a avea o familie este mai pronunțată la persoanele fără dependență de droguri.

Majoritatea atât a dependenților de droguri, cât și a tinerilor fără dependență și-ar dori să aibă o familie. Dar pentru dependenții de droguri, dorința de a se căsători este mai puțin tipică, pentru unii dintre ei nu este deloc obișnuit să se gândească la căsătorie. Toți respondenții au fost caracterizați de dorința de a avea copii.

S-au dezvoltat diferențe în motivele creării unei familii. Așadar, pentru dependenții de droguri și persoanele fără dependență de droguri, motivul dominant pentru căsătorie este „dorința de a trăi cu o persoană dragă”. Totuși, dependenții de droguri combină acest lucru cu dorința de a găsi bunăstare materială în căsătorie și cu teama de singurătate.

Principalele valori ale familiei pentru dependenții de droguri sunt dragostea și copiii. Pentru jumătate dintre ei, independența personală, asistența reciprocă și bunăstarea materială sunt și ele anumite valori.

Atunci când se determină acceptabilitatea și preferința unei anumite forme de căsătorie, atât dependenții de droguri, cât și cei care nu sunt dependenți de droguri preferă forma tradițională de căsătorie. În același timp, dependenții de droguri, alături de forma tradițională de căsătorie, consideră acceptabile conviețuirea neînregistrată și sexul extraconjugal și preferă formele de căsătorie tradițională și sexul extraconjugal.

S-a găsit o relație între unele trăsături de personalitate și formele preferate de familie și relații de căsătorie precum căsătoria tradițională și sexul extraconjugal.

Persoană care alege forma tradițională a relațiilor mai des decât o persoană care alege relații alternative are astfel de trăsături de personalitate precum: suspiciune, prudență, egocentrism, precauție față de oameni; tendința la gelozie, dorința de a-și pune responsabilitatea greselilor asupra celorlalți, încredere în sine și independența în comportamentul social, iritabilitate, nonconformism, orientare către propriile decizii, inventivitate.

În virtutea rezultatelor obținute, este posibil să se întocmească un portret al unei persoane care alege o astfel de formă de căsătorie și relații de familie ca sexul extraconjugal. Astfel de oameni au o atitudine precaută față de oameni, dorința de a-și asuma responsabilitatea pentru greșeli asupra altora, se caracterizează prin egocentrism și iritabilitate. Aceștia sunt nonconformiști, sunt independenți, independenți și se străduiesc să aibă propria părere. Se caracterizează prin comportament normativ ridicat, perseverență, rezonabil, orientare spre afaceri.

O. GROIȚĂ

**Valorificarea consilierii în eficientizarea relațiilor cu familia
la persoanele dependente de droguri**

Referințe:

1. Andries L. Internetul — aspecte psihologice. In: Revista Psihologia, 6/2001, București.
2. Boroi A., Neagu N., Sultănescu R. Combaterea traficului și consumului ilicit de droguri. București, 2001. Ed. Rosetti.
3. Brenner V. The results of an on-line survey for the first thirty days, lucrare prezentată la a 105-a întrunire anuală a Asociației Psihologice Americane, August 18, 1997. Chicago.
4. Bulgaru M. Aspecte teoretice și practice ale asistenței sociale. Chișinău, Centrul Ed. poligr. a USM, 2003.
5. Cicu G., Georgescu D., Moldova A.-M. Concepte de baza privind tulburările datorate consumului de substanțe. București, 2007, Agenția Națională Antidrog.
6. Convenția internațională privind limitarea fabricării și reglementării distribuirii stupefiantelor semnată la Geneva la 13 iulie 1931. Prevenirea drogurilor: teorie și practică. M.: Ed. S.V. Berezina, K.S. Lisetsky. Editura Perspektiva, 2005, p.32.
7. Spinei L., Lozan O., Badan V. Biostatistica. Chișinău: Tipografia Centrală, 2009. p. 94.
8. Vaisov S.B. Dependența de droguri și alcool. Un ghid practic pentru reabilitarea copiilor și adolescenților. Sankt Petersburg: Știință și tehnologie, 2008. 272 p. Lumea psihologiei și psihoterapiei.

Date despre autor

Olga GROIȚĂ (*Republica Moldova*).

E-mail: nicu.olea@mail.ru