

LBRIS

We know
books

Veronica Jardan
coordonator

**LUCRĂRI CONFERINȚA A.P.A.R.
EDIȚIA XVII**

Conferință națională cu participare internațională

**COMPETENȚE ADAPTIVE
și DEZADAPTATIVE**

Coperta – autor Maria Mihaela Jardan



Editura A.P.A.R. Brașov, România
2022

Cuprins:

CUVÂNT ÎNAINTE.....	9
Autor: Veronica Jardan	
WORKSHOP: ANALIZA FACTORILOR TERAPEUTICI NON-SPECIFICI DIN PERSPECTIVA COMPETEȚELOR ADAPTIVE.....	16
Autori: Martine France Delfos și Emilia Opreșan	
WORKSHOP: TULBURĂRI ASOCIATE TRAUMEI PSIHICE ȘI FACTORIILOR DE STRES ÎN CONTEXTUL PANDEMIEI COVID-19.....	17
Autori: Constantin Edmond Cracsner și Irina Ioana	
WORKSHOP: A FI SAU A NU FI...PSIHOTERAPEUT.....	23
Autor: Liana Viviana Olivia Don	
WORKSHOP: COMUNICAREA- COMPETENȚĂ CHEIE ÎN ADAPTAREA PROFESIONALĂ.....	25
Autori: Emilia Opreșan și Daniel Cristea	
WORKSHOP: COMPETENȚE ADAPTIVE ȘI DEZADAPTATIVE ALE PERSOANELOR PRIVATE DE LIBERTATE- CAZURI CLINICE.....	26
Autor: Livia Anda Ștefircă	
WORKSHOP: EXERCIȚII DE FLEXIBILITATE PSHIOLÓGICĂ ÎN CABINET ȘI DINCOLO DE EL (CÂINELE MEU, OSUL, CELĂLALT CÂINE ȘI EU).....	28
Autor: Krisztina G. Szabó	

WORKSHOP: COMPETENȚE ADAPTIVE ȘI
DEZADAPTATIVE ÎN PSIHOTERAPIA ADLERIANĂ
PRIN METAFORĂ..... 30

Autor: Cătălin Marius Gherasim

WORKSHOP: DIAGNOSTICUL DIFERENȚIAL,
COMPETENȚELE ADAPTIVE ȘI DEZADAPTATIVE
SPECIFICE TULBURĂRILOR DE COMPORTAMENT
ALIMENTAR ÎN PSIHOLOGIA CLINICĂ..... 45

Autor: Cătălin Marius Gherasim

COMPETENȚELE PSIHICE ȘI VULNERABILITATEA
PENTRU PSIHPATOLOGIE..... 106

Autor: Mircea Lăzărescu

EXPERIENȚELE TRAUMATICE ANTERIOARE –
PREDICTOARE ALE DEZADAPTĂRII MENTALE ÎN
PERIOADA PANDEMIEI COVID-19..... 111

Autor: Florin Vancea

COMPETENȚE ADAPTIVE PRIN BASME
TERAPEUTICE..... 134

Autor: Ioana Lepădatu

COMPORTAMENTUL ADAPTIV ÎN
COMPLEXITATEA SITUAȚIONALĂ..... 137

Autor: Marilena Ticușan

ADAPTARE ÎN REZOLVAREA DE PROBLEME..... 143

Autor: Marilena Ticușan

IMPACTUL MEDIULUI INSECURIZAT TIMPURIU
ASUPRA PREVALENȚEI TULBURĂRII
ANTISOCIALE LA FEMEILE PRIVATE DE LIBERTATE... 150

Autori: Angela (Verdes) Groza și Anca Daniela Chițoi

MANAGEMENTUL STRESULUI- SINDROMUL
GENERAL DE ADAPTARE..... 160

Autor: Ioana Costantinescu

ROLUL ȘI IMPORTANȚA FACILITATORULUI PENTRU ELEVUL CU C.E.S.oks.....	169
--	-----

Autor: Iris Ionelia Diță

SUGESTII PRIVIND ORIENTAREA PROFESIONALĂ A PERSOANELOR CU DIZABILITĂȚI	179
---	-----

Autor: Lilia Golovei

DEZVOLTAREA COMPETENȚELOR ADAPTIVE ÎN CONTEXT PANDEMIC.....	190
--	-----

Autor: Hajnalka Gyórfy

ABORDAREA EXPERIMENTALĂ A ÎNVĂȚĂRII CU MOTIVAȚIA INTRINSEACĂ.....	201
--	-----

Autor: Gabriela Leuțanu

MECANISME DE COPING ÎN CONTEXT ADAPTIV ȘI DEZADAPTATIV NEUROȘTIINȚIFIC ȘI SCHIMBAREA LOR PRIN IMAGERIA RESCRIPTIVĂ.....	216
---	-----

Autor: Maria Nicoleta Mocanu

COMPETENȚE ADAPTIVE ȘI DEZADAPTIVE ÎN SISTEMUL MEDICAL	233
---	-----

Autori: Liliana Neagu și Gabriela Iorgulescu

TULBURARE DE SPECTRU AUTIST IN DEZVOLTAREA COMPETENȚELOR ADAPTIVE- STUDIUL DE CAZ.....	252
--	-----

Autor: Valentina Pascu

ABORDAREA ADAPTIVĂ ȘI DEZADAPTATIVĂ ÎN ANXIETATE.....	262
--	-----

Autor: Mirela Stanciu

WORKSHOP: TULBURĂRI ASOCIATE TRAUMEI PSIHICE ȘI FACTORIILOR DE STRES ÎN CONTEXTUL PANDEMIEI COVID-19

*Autori: Lect. Univ. Dr. Constantin Edmond Cracsner,
decan Universitatea Ecologică din București,
co-fondator Asociația de Psihologie Aplicată în Domeniul
Securității Naționale- APADSNRO, București;*

*Dr. Irina Ioana,
Emotional Intelligence Research Association – EmIRA, București.*

Apreciem că problematica tulburărilor asociate traumei psihice și factorilor de stres în contextul pandemiei COVID-19 reprezintă un subiect de interes major, mai ales că, în prezent, ne aflăm în cel de-al patrulea val al pandemiei, care se dovedește a fi cel mai virulent de până acum.

Subiectul constituie o preocupare teoretică și practică majoră a specialiștilor din domenii diverse, inclusiv ale psihologiei, precum cele din clinică, muncă și organizații, educație, securitate națională etc. și, de aceea, problematica extrem de complexă a tulburărilor asociate traumelor psihice și influențelor factorilor de stres este abordată din diverse perspective și de către variate domenii științifice, precum: psihologia cognitivă, psihologia dezvoltării, psihologia clinică, psihologia educației, antropologia, epidemiologia, medicina și altele (Horowitz, 1986; Donovan, 1991; Riedesser & Fischer, 2007).

Într-o abordare complexă, trauma psihică se explică prin aspectele și caracteristicile sale generale, diferențiatorie și speciale. Perspectiva generală evidențiază aspectele fundamentale de natură etiologică, antropologică și fenomenologică a traumei

psihice, perspectiva diferențială focusează diversele deosebiri interindividuale atât subiective, cât și obiective, iar perspectiva specială particularizează diferitele situații și procese traumatice identificate (Avina, O'Donohue, 2005; Jakupcak, Conybeare, Phelps, Hunt, Holmes, Felker, Klevens & McFall, 2007; Johnson, Thompson, 2007; Subramaniam, Ying, Ghazali, Sinniah, & Mahadevan, 2009).

Considerarea actuală a tulburărilor asociate traumei și factorilor de stres ca o entitate nosologică și nosografică distinctă are ca element central de analiză stresul psihologic consecutiv expunerii la un eveniment traumatic sau stresant (genul proxim), în condițiile de maximă variabilitate fenotipică (diferența specifică). Reamintim, în context general, că tulburările asociate traumei și factorilor de stres pot fi grupate astfel: tulburarea de atașament reactivă; tulburarea de comportament social dezinhibat; tulburarea de stres posttraumatic; tulburarea acută de stres; tulburările de adaptare în funcție de tip (cu dispoziție depresivă; cu dispoziție anxioasă; cu dispoziție mixtă, anxioasă și depresivă; cu perturbare a conduitei; cu perturbări mixte ale emoțiilor și conduitei; nespecificată); altă tulburare asociată traumei și factorilor de stres specificată (cu debut întârziat; cu sau fără prelungire a duratei; diverse sindroame culturale, gen atacuri nervoase, tulburare de doliu persistentă și complexă etc.; tulburare asociată traumei și factorilor de stres nespecificată (DSM-5, 2013).

Din multitudinea tulburărilor prezentate mai sus, considerăm că, în contextul general al pandemiei COVID-19 generată de virusul SARS-CoV 2 (Severe Acute Respiratory Syndrom Coronavirus), tulburarea de adaptare, la noile condiții ale vieții și activității cotidiene, a devenit cel mai frecvent întâlnită în practica actuală a profesiei de psiholog. Prin urmare, tema noastră este prezentată din trei perspective: teoretică, metodologică și practică.

Perspectiva teoretică subliniază că problematica tulburărilor asociate traumei psihice și factorilor de stres cunoaște un interes deosebit. O simplă căutare pe Google Academic, cu privire la articolele care au ca temă tulburările de stres în condițiile pandemiei de COVID-19, identifică peste 111.000 de titluri, dintre care peste 17.000 doar în anul 2021 (Google, 2021). De asemenea, o analiză sistematică a literaturii de specialitate, de la începutul pandemiei până la data de 17.05.2020, a evidențiat următoarele: rate relativ ridicate de simptome de anxietate (6,33% până la 50,9%), depresie (14,6% până la 48,3%), tulburare de stres posttraumatic (7%

până la 53,8%), suferință psihologică (34,43% până la 38%) și stres (8,1% până la 81,9%) au fost raportate la populația generală din China, Spania, Italia, Iran, SUA, Turcia, Nepal și Danemarca; factorii de risc asociați cu măsurile de suferință au inclus sexul feminin, grupa de vârstă mai mică de 40 de ani), prezența bolilor cronice/psihiatrice, șomajul, statutul de student și expunerea frecventă la social media/știri referitoare la COVID-19 (Xiong, și alții, 2020). Declararea pandemiei COVID-19, la 30.01.2020, de către Organizația Mondială a Sănătății (OMS), a fost semnalul unei urgențe de sănătate publică de interes internațional, care a avut deja un impact direct asupra sănătății fizice a milioane de oameni și, în plus, reprezintă și o amenințare de mai mare amploare pentru sănătatea mintală. Sunt numeroase dovezi cu privire la răspunsurile psihologice imediate în rândul populației generale, al lucrătorilor din domeniul sănătății și al populațiilor clinice, precum și a altor grupuri cu risc de suferință suplimentară. Acordarea primului ajutor psihologic devine o componentă esențială de îngrijire a populațiilor și reclamă un nou model de intervenție psihologică în situații de criză, astfel că minimizarea interacțiunii față în față au impus organizarea și desfășurarea serviciilor de sănătate mintală online pe scară largă în foarte multe țări (Talevi, și alții, 2020). Un alt studiu a arătat că principalele simptome constatate au fost stresul, anxietatea, depresia, frustrarea, incertitudinea, tulburările de somn, dar și că diversele probleme psihologice și consecințele cele mai importante în ceea ce privește sănătatea mintală, inclusiv în timpul focarului de COVID-19, au apărut progresiv. Impactul psihologic al carantinei legat de infecția cu COVID-19 a fost major și a relevat reacții psihologice semnificative în populația generală (Cullen, Gulati, & Kelly, May 2020). De asemenea, o altă cercetare a constatat importanța crescută a factorilor de risc și de protecție împotriva potențialului de a dezvolta tulburări psihiatrice la persoanele vulnerabile (Serafini, și alții, 2020). Un aspect relevant este și acela al susținerii lucrătorilor din domeniul sănătății, care s-au confruntat cu pandemia de COVID-19, cu numeroși pacienți critici și decese, dar și cu un volum mare de muncă. Calitatea îngrijirii este legată de starea psihică a lucrătorilor din domeniul sănătății. O meta-analiză, realizată până la 8 octombrie 2020, a estimat prevalența problemelor de sănătate mintală, în rândul lucrătorilor din domeniul sănătății în timpul acestei pandemii, printr-o revizuire sistematică ce a inclus 70 de studii de înaltă

calitate, la care au răspuns 101 017 de participanți din mai multe țări. Studiile au fost clasificate, conform temei principale abordate, în cercetări privind anxietatea, depresia, stresul acut, stresul posttraumatic și tulburările de somn. Prevalențe cumulate estimate au fost următoarele: 300 % anxietate (95 % CI, 24,2–37,05); 311 % depresie (95 % CI, 25,7–36,8); 565% stres acut (95 % CI, 30,6–80,5); 20,2% stres post-traumatic (95% CI, 9,9–33,0); 44,0 % tulburări de somn (95 % CI, 24,6–64,5). Concluzia fundamentală a studiului a fost aceea că sunt necesare strategii de prevenire și sprijin, care să fie proiectate încă de acum și implementate foarte rapid în cazul unor viitoare crize de sănătate. (Marvaldi, Mallet, Dubertret, Moro, & Guessoum, 2021).

Perspectiva metodologică trece în revistă câteva instrumente de măsurare, evaluare și diagnosticare a tulburărilor asociate stresului utilizate chiar de la debutul pandemiei COVID-19 în diferite țări. Dintre acestea amintim doar câteva, astfel: Patient Health Questionnaire (PHQ-9); Maslach Burn-out Inventory (MBI); Generalized Anxiety Disorder scale (GAD-7); Impact of Event Scale-Revised (IES-R); CoviD-19 Peritraumatic Distress Index (CPDI) Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21). Totodată, vom prezenta și rezultatele unui studiu efectuat în țară cu privire la anxietatea generată de teama față de virusul SARS-CoV 2 și metodele de coping utilizate pentru creșterea rezilienței la stres (Cracsner & Puican, 2021).

Perspectiva practică prezintă câteva studii de caz considerate relevante pentru manifestările diverse ale tulburărilor asociate factorilor de stres din perioada de început a pandemiei COVID-19 în țara noastră. Cazurile sunt selectate dintr-o bază de date EmIRA (Emotional Intelligence Research Association), care, în perioada aprilie - octombrie 2020, în colaborare cu STS (Serviciul de Telecomunicații Speciale) și Telekom România a organizat Programul de voluntariat CoSE (Consiliere și Suport Emoțional). În cadrul programului organizat și desfășurat online, au participat ca voluntari 16 psihologi care au oferit consiliere unui număr de peste 200 de persoane și au răspuns la peste 1000 de apeluri telefonice (Ioana & Cracsner, 2020).

Scopul acestui workshop este acela de a sensibiliza psihologii din diverse domenii aplicate ale psihologiei spre o abordare hipercomplexă și dinamică a tulburărilor asociate traumei psihice și factorilor de stres atât din perspectiva situațională, fenomenologică

și hermeneutică, cât și din perspectiva psihodinamică, dialectică și ecologică. Prin urmare, publicul țintă vizat îl reprezintă psihologii atestați sau care doresc să-și obțină atestatul în psihologia clinică, psihologia aplicată în domeniul securității naționale și/sau în psihologia muncii și organizațională, precum și toți cei interesați de această temă.

Cuvinte cheie: stres psihic, traumă psihică, tulburare de adaptare, COVID-19.

Bibliografie

American Psychiatric Association - APA, (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders. Fifth Edition. DSM-5. Arlington, VA.

Avina, C., O'Donohue, W. (2005). Sexual harassment and PTSD: Is sexual harassment diagnosable trauma? *Journal of Traumatic Stress*, vol. 15 (1). <https://doi.org/10.1023/A:1014387429057>.

Cracsner, C., & Puican, I. (2021). Anxietatea și metode de coping în perioada pandemiei COVID- 19. Lucrare de licență. *Lucrare de licență*. București. UEB: nepublicat.

Cullen, W., Gulati, G., Kelly, B.D. (2020). Mental health în the COVID-19 pandemic, *QJM: An International Journal of Medicine*, Volume 113, Issue 5, May 2020, Pages 311–312, <https://doi.org/10.1093/qjmed/hcaa110>

Donovan, J. (1991). Older people and medications. *Australian Journal on Ageing*. <https://doi.org/10.1111/j.1741-6612.1991.tb00187.x>

Horowitz, MJ. (1986). Stress-response syndromes: a review of posttraumatic and adjustment disorders. *Hospital & Community Psychiatry*. Mar; 37(3):241-9. DOI:10.1176/ps.37.3.241. Ioana, I., & Cracsner, C. (2020). Program de voluntariat Consiliere și suport emoțional (CoSE). București: EmIRA: nepublicat.

Jakupcak, M., Conybeare, D., Phelps, L., Hunt, St., Holmes, H.A., Felker, B., Klevens, M., McFall M.E. (2007). Anger, hostility, and aggression among Iraq and Afghanistan war veterans reporting PTSD and subthreshold PTSD. *Journal of Traumatic Stress*, vol. 20 (6). <https://doi.org/10.1002/jts.20258>

LIBRIS | WE KNOW BOOKS

Johnson, H., Thompson, A. (2007). The development and maintenance of post-traumatic stress disorder (PTSD) in civilian adult survivors of war trauma and torture: A review. *Clinical Psychology Review*. Vol. 28 (1). <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2007.01.017>.

Marvaldi, M., Mallet, J., Dubertret, C., Moro, M.R. & Guessoum, S.B. (2021). Anxiety, depression, trauma-related, and sleep disorders among healthcare workers during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*. Vol. 126, Pages 252-264,, <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev>.

Riedesser, P. & Fischer, G. (2007). *Tratat de psihotraumatologie*. Ed. II. (trad.). București: Ed. Trei. Serafini, G., Parmigiani, B., Amerio, A., Aguglia, A., Sher, L., Amore, M. (2020). The psychological impact of COVID-19 on the mental health in the general population, *QJM: An International Journal of Medicine*, Volume 113, Issue 8, August 2020, Pages 531–537, <https://doi.org/10.1093/qjmed/hcaa201>

Subramaniam, P., Ying, C.H., Ghazali, S.E., Sinniah, A., Mahadevan, R. (2009). Post traumatic stress disorder (PTSD) symptoms, coping styles and social support among survivor of the december 26th 2004 Malaysian Tsunami Disaster. Early Online Edition, *ASEAN Journal of Psychiatry*, Vol.10(1).

Talevi, D., Socci, V., Carai, M., Carnaghi, G., Faleri, S., Trebbi, E.,... Pacitti, F. (2020). Mental health outcomes of the CoViD-19 pandemic. *Rivista di psichiatria*, 55(3), 137–144. <https://doi.org/10.1708/3382.33569>.

Xiong, J., Lipsitz, O., Nasri, F., Lui, L., Gill, H., Phan, L.,... McIntyre, R. (2020). Impact of COVID-19 pandemic on mental health in the general population: A systematic review. *Journal of Affective Disorders*, volume 277, 5564. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.08.001>.

WORKSHOP: A FI SAU A NU FI... PSIHOTERAPEUT

*Autor: Dr. Liana Viviana Olivia Don,
medic primar psihiatru, psihoterapeut principal, formator și supervizor
în psihoterapie pozitivă și hipnoterapie Ericksoniană, Cluj-Napoca.*

Psihoterapia între meserie și vocație deține un spectru continuu care necesită o formare specifică și o muncă de autocunoaștere susținută precum și un proces de supervizare permanent pe tot parcursul carierei profesionale. Strategiile integrative psihoterapeutice permit diversificarea și structurarea unor alternative ale submodalităților specifice fiecărei persoane în raport cu abordarea unor probleme decizionale sau de dezvoltare a abilităților de adâncire în insight-ului personal precum și a motivelor și motivațiilor preexistente care nu au permis schimbările propuse. Procesele psihoterapeutice utilizate se completează prin integrarea stărilor Ego-ului clientului cu ajutorul un procesului de oglindire, reflectare și construire a unor elemente solvative ale situațiilor traumatice prezente sau trecute. Reprezentarea comportamentului selfului sau al altora în termeni fundamentali legați de starea mentală personalizată simbolică (gânduri, dorințe, credințe, intenții și cunoștințe) se poate realiza prin abordări legate de transfer și contratransfer precum și de tehnici psihoterapeutice specific în toate fazele psihoterapeutice pornind de la crearea alianței terapeutice, continuând cu munca terapeutică propriu zisa și terminând cu etapa de detașare terapeutică și încheierea terapiei. Pentru a putea fi alături de client pe parcursul întregului proces terapeutic e nevoie să cunoaștem maniera în care ne putem internaliza întregul spectru competențelor noastre psihoterapeutice prin introspecție și spirit analitic. Ființa umană este permanent în