

# **Relația dintre nivelul acceptării de sine necondiționate și al autonomiei personale la studenții de la Psihologie, comparativ cu cei de la Litere**

**Student:** Diaconu Maria-Georgia

**Coordonator științific:**  
Lector univ. dr. Stan Andreea

## **Rezumat**

Lucrarea de față își propune să studieze diferențele între studenții de la Psihologie și cei de la Litere în ceea ce privește Acceptarea necondiționată față de propria persoană și Autonomia personală. Studiul a fost realizat pe un grup de 82 de studenți de la o universitate din România, toți fiind în an terminal (anul III). Dintre ei, 45 (54, 87%) au fost studenți la Litere și 37 (45,12%) studenți la Psihologie. Cercetarea s-a desfășurat în format digital, prin intermediul aplicației Google Forms.

Subiecților li s-au aplicat Chestionarul de Acceptare Necondiționată a Propriei Persoane- USAQ și Chestionarul de Autonomie Personală (AP), rezultatele fiind compilate în SPSS. În urma aplicării Testului T pentru două eșantioane independente nu s-au obținut diferențe semnificative statistic între cele două grupuri, ambele obținând scoruri care corespund unui scor mediu în etalon. Interpretarea psihologică a datelor confirmă acest fapt, atât studenții de la Psihologie, cât și de la Litere încadrându-se în media populației pentru ambele variabile. Acest fapt nu susține ipoteza de cercetare, demonstrând că nu există diferențe semnificative statistic între cele două grupuri și sugerează că ar trebui să fie introduse modificări în ceea ce privește formarea din cadrul licenței a studenților la Psihologie, mizând pe dezvoltarea personală a studenților.

**Cuvinte-cheie:** *acceptare necondiționată, autonomie personală, studenți la Psihologie, studenți la Litere*

## **Introducere**

Lucrarea de față prezintă sinteza unor investigații din literatura de specialitate și o cercetare științifică realizată individual în ceea ce privește acceptarea de sine necondiționată și autonomia la studenți, urmărind efectele formării, cu precădere din domeniul Psihologiei, asupra variabilelor menționate anterior. Acest fapt este analizat din perspectiva unui studiu comparativ în ceea ce privește diferențele dintre studenții de la Psihologie și cei de la Litere, sub aspectul variabilelor menționate anterior.

Lucrarea vizează studiarea acestor concepte printr-o perspectivă umanistă și evidențierea unei realități semnificative pentru formarea viitorilor psihologi.

Acesta este și un subiect de interes personal, aflându-mă la intersecția dintre aceste domenii și, prin urmare, fiind o persoană influențată de ambele într-o mare măsură. Punctul de plecare al studiului a fost unul empiric, auzindu-mi colegii de la Psihologie afirmând că au fost ajutați de această facultate, că au o percepție mai bună despre ei și am considerat că este benefic să aflu în ce măsură a avut loc acest lucru, cât de mult au contribuit studiile la acest fapt, cum se diferențiază de alți studenți din această perspectivă și cum aş putea să integrez aceste informații sau să propun integrarea lor în aria de interes și a studenților de la alte facultăți.

Studiul realizat este organizat în trei capitole, dintre care primul abordează concepte teoretice, analizând teorii în ceea ce privește aceste variabile, alte lucrări pe aceeași temă, discutând rezultatele acestora și arătând inovațiile pe care le aduce această cercetare, iar al doilea abordează latura practică, prezentând metodologia cercetării înfăptuite, precum și rezultatele obținute, cel de-al treilea cuprinzând procedurile statistice și interpretarea datelor, alături de posibile implicații.

# Capitolul I- Acceptarea de sine necondiționată și Autonomia personală- caracterizare generală

## 1.1 Acceptarea necondiționată a propriei persoane

Conform lui [1], acceptarea a fost înțeleasă în cinci moduri diferite de-a lungul mileniilor: a) fără atașament- acceptarea că experiențele fluctuează în timp și lăsarea acestora să vină și să plece natural este preferabilă altor încercări de a le controla sau păstra; b) non-evitare- abținerea de la o evitare inutilă atunci când pericolele fizice nu există; c) non-critică- o înfrânare din a împărți experiențele în categorii dihotomice- bune sau rele, corecte sau greșite, să descrie stimuli mai degrabă decât să-i evalueze; d) toleranță- să aibă capacitatea de a rămâne prezent și conștient chiar și atunci când stimuli sunt frustranți sau nedoriți; e) disponibilitate- luarea unei hotărâri pentru a avea parte de o experiență.

Literatura în ceea ce privește această variabilă a identificat două forme de manifestare a ei- acceptarea față de propria persoană și față de ceilalți, demonstrându-se o asociere între ele. În scrierile contemporane, acceptarea de sine presupune o conștiință subiectivă și realistă a punctelor forte și punctelor slabe proprii. Acceptarea de sine poate fi dobândită prin oprirea criticilor la adresa propriei persoane și defectelor personale și, după aceea, acceptarea existenței acestora în cadrul propriei persoane, adică tolerarea imperfecțiunilor personale din anumite puncte de vedere [2]. Potrivit lui [3], trebuie să adoptăm o poziție conștientă în care nu judecăm și să ne recunoaștem gândurile, emoțiile și senzațiile noastre ca atare, pentru a ne accepta pe deplin. Acceptarea de sine are elemente comune cu sinele pozitiv al lui Rogers și auto-compasiunea lui Neff și discursul ei în ceea ce privește bunăvoința față de sine; cu toate acestea, absența auto-evaluării în acceptarea față de propria persoană separă aceste constructe. Tendința generală este de a ne evalua pozitiv atunci când acțiunile noastre au efecte pozitive și, deci, sunt dezirabile, și să trăim stări afective de aceeași natură, genul acesta de evaluări fiind învățate și încurajate social. Reversul medaliei este valabil- comportamentele mai îndepărtate de standardul ideal ne aduc distres emoțional. Concluzia și rezolvarea acestui conflict într-o manieră benefică a fost înlocuirea acestor evaluări cu ideea de acceptare necondiționată a propriei persoane (unconditional self-acceptance) [4].

Realizarea pentru care Rogers trebuie însă lăudat și apreciat este cea care ține de clienți- nu trebuie să fie competenți, productivi și inteligenți, nici responsabili, onești sau să aibă trăsături de caracter bune. Fiecare persoană este diferită și terapeutul trebuie să plece de la baza care îi este oferită și să îi accepte complet. Acceptarea, la Rogers, este o „considerație pozitivă în ceea ce privește valoarea de necontestat a persoanei, indiferent de starea de sănătate, comportamentul sau sentimentele ei” [5, p. 25]. Acceptarea necondiționată a propriei persoane se referă, deci, la capacitatea individului de a „se accepta în totalitate și necondiționat, indiferent dacă se comportă inteligent, corect sau competent și indiferent dacă oamenii îl aprobă, îl respectă sau îl iubesc” [6, p.101].

Persoanele care acceptă necondiționat dau dovadă de o serie de trăsături esențiale, evaluându-și obiectivele corect, acceptându-și valorile, preferințele, resursele, sentimentele, gândurile și acțiunile, recunoscându-și atât calitățile și realizările, cât și punctele slabe și greșelile, fără a se auto învinovăți sau a fi vanitoși [7].

Aceștia au o părere bună față de propria persoană și o stimă de sine crescută, fără să își schimbe opinia despre sine din cauza părerilor celorlalți [8]. Se auto consideră ființe cu adevărat și complexe, nefiind definite de o caracteristică unică, au capacitatea de a se iubi și au respect față de sine, ceea ce joacă un rol important în ceea ce privește starea generală de bine a persoanei [9]. Câteva moduri de a dezvolta această trăsătură sunt propuse de Dr. Marcum: ca persoanele cu acceptare scăzută a propriei persoane să își accepte valorile (să le identifice, exprime și să le accepte, fapt ce întărește sentimentul de identitate și crește stima de sine), să stabilească limite sănătoase (și să le respecte), să se ierte pe ei înșiși (să își recunoască greșelile și să învețe din ele, dar să nu se critice repetat), să evite auto-critica (să își dea seama că nu ei sunt cauza tuturor situațiilor negative pe care le întâlnesc și să fie obiectivi

în evaluarea cauzelor care ar putea duce la astfel de circumstanțe). De asemenea, un sfat util ar fi să nu se compare cu cei din jur, scopul lor trebuind să presupună o evoluție continuă, prin raportare la propriul sine- să fie o versiune mai bună a lor decât până acum [10].

## 1.2 Autonomia personală

Autonomia personală este definită de Deci și Ryan ca fiind „o trăsătură de personalitate, care diferențiază un individ în raport cu alții ca orientare generală în relațiile sale cu mediul fizic și social” [11]. Această definiție plasează autonomia în centrul relațiilor persoanei cu mediul extern.

[12] definește această variabilă astfel: „exprimă un grad de libertate și capacitate de deliberare neinfluențabilă și facilă, ca trăsătură psihică a conștiinței de sine și personalității” [13]. Cea de-a doua, a echipei Cognitrom este „Autonomia se referă la capacitatea individului și la libertatea sa de a se auto-guverna sub aspect psihologic, moral și social” [14]. Analizând în continuare alte definiții ale acestui construct, putem observa că aceasta are, însă, de această dată, și alte trăsături în subordine, definindu-se prin atribute ca încrederea în sine, orientarea spre muncă și spre identitate [15]. Acest concept este strâns legat de independență: „Autonomia este în primul rând un fenomen care implică independența în acțiune, vorbire și gândire” [16]. Pe de altă parte, părerea aceasta nu este împărtășită de toți autorii, existând persoane care consideră că cele două concepte sunt diferite: „Autonomia implică o abilitate de a gândi și acționa singur (pentru sine)”, iar independența „implică aproape o necesitate (pentru sine), de a fi separat de alții” [17]. Autonomia personală este văzută ca un construct complex, ce cuprinde mai multe dimensiuni. Numeroase aspecte sunt discutate, fiecare vizând un alt aspect al acestui construct, însă voi aborda doar patru dintre acestea, acelea fiind și dimensiuni ale chestionarului elaborat de echipa Cognitrom. Acestea sunt: Autonomia cognitivă, Autonomia emoțională, Autonomia comportamentală, Autonomia valorică.

Autonomia cognitivă este capacitatea „de a raționa independent, de a lua decizii fără a căuta în mod excesiv validarea socială, într-un simțământ de încredere în propria persoană și în credința că ai posibilitate de a alege” [18]. Aceasta presupune, astfel, o încredere mai mare în forțele proprii, astfel încât persoana să poată lua decizii fără să depindă de părerile celor din jur. Autonomia în gândire presupune opt criterii, propuse de [19]. Acestea sunt exprimarea opiniilor proprii, fără a se simți inhibați și reușita de a face acest lucru fără suprasolicitare emoțională, capacitatea de a-și forma propriile opinii și a le susține, abilitatea de a gândi critic, curiozitatea și dorința de a cunoaște, a formula întrebări, capacitatea de a lua decizii pe cont propriu, fără influențe din exterior, aptitudini de metacogniție și auto-analiză, ce presupun relații cauză-efect în ceea ce privește eșecul și succesul, capacitatea de a lua decizii independent, responsabil.

Autonomia emoțională a fost definită de Ryan și Lunch ca „detașare (...), o formă negativă a desprinderii de părinți” [20, p.4]. Această formă a autonomiei pare a îngloba relațiile familiale și funcționarea persoanei în afara contextului oferit inițial de acest grup de apartenență, împreună cu emoțiile proprii, autentice, ale persoanei. O componentă esențială a acestei dimensiuni este capacitatea persoanei de a își exprima și forma sentimentele independent, având încredere în propriile decizii indiferent de opiniile celor din jur. [21] oferă o explicație mai clară și mai detaliată a variabilei, afirmând că aceasta presupune o detașare față de nevoia presantă de a primi aprobare și asigurări.

Autonomia comportamentală este o altă fațetă importantă a acestui construct, ce presupune luarea de hotărâri independent și acțiunea pe baza acestora [22]. Abilitățile decizionale sunt, se pare, o parte semnificativă din toate cele trei dimensiuni ale acestui construct pe care le-am descris până acum, fapt susținut în acest caz și de definiția oferită de [23] „Autonomia comportamentală înseamnă autoconducere, reglare a propriului comportament și acționare conform propriilor decizii”.

Autonomia valorică presupune ca persoana să aibă „atitudini și credințe independente, legate de spiritualitate, politică și morală” [24]. Autonomia valorică provine din sfera nonconformismului, ce presupune rezistența la presiunile sociale de a se supune unor modele

comportamentale oferite de persoane din jur sau de covârșnici, persoanele nonconformiste având încredere în deciziile proprii, în defavoarea părerilor celor din jur [25].

Autonomia se referă, astfel, la o multitudine de cogniții, dorințe, factori motivaționali și alegeri. Aceasta are numeroase fațete, regăsindu-se în modul fiecărei persoane de a își gestiona atât propria viață interioară și nevoile individuale, cât și de a acționa în comunitate, fiind interconectată cu cei din jur. Totodată, este important să înțelegem că modul în care atât oamenii obișnuiți, cât și specialiștii tratează aceste aspecte este unul diferit, autonomia înglobând aspecte variate ale culturii și vieții noastre psihice- autonomie comportamentală, emoțională, cognitivă, valorică- acestea sunt doar câteva fațete ale înțelegerii acestui vast concept.

## Capitolul II

### 2.1. Ipotezele și obiectivele cercetării

[26] au demonstrat că studenții la Psihologie sunt mai îngrijorați în ceea ce privește sănătatea lor mintală, fiind mai predispuși decât studenții de la alte specializări să meargă la psihoterapie. Prin urmare, se poate presupune că au și o relație mai bună cu propria persoană, prin prisma naturii studiilor lor.

#### *Ipotezele cercetării:*

- Există diferențe statistic semnificative între studenții la Facultatea de Psihologie și cei de la Facultatea de Litere în ceea ce privește Acceptarea Necondiționată față de Propria Persoană.
- Există diferențe statistic semnificative între studenții la Facultatea de Psihologie și cei de la Facultatea de Litere în ceea ce privește Autonomia personală.

#### *Obiectivele pe care le-am avut în vedere au fost următoarele:*

- Realizarea unei sinteze teoretice privind variabilele studiului;
- Evaluarea Acceptării Necondiționate față de propria persoană pe cele două loturi de studenți (de la Psihologie și de la Litere);
- Evaluarea Autonomiei personale pe cele două loturi de studenți (de la Psihologie și de la Litere);
- Evaluarea diferențelor între cele două loturi de subiecți în ceea ce privește dimensiunea Acceptare necondiționată;
- Evaluarea diferențelor între cele două loturi de subiecți în ceea ce privește dimensiunea Autonomie personală.

### 2.2. Metodologia utilizată

Cercetarea fost realizată folosind metoda Analizei pe bază de chestionar, chestionarele fiind aplicate în format digital.

### 2.3. Designul cercetării

Studiul cantitativ se bazează pe un design de natură corelațională, urmărind să afle dacă există o legătură între domeniul de studiu ales și acceptarea necondiționată față de propria persoană și autonomia personală, precum și diferențe între cele două grupuri (studenții de la Psihologie și cei de la Litere).

### 2.4. Participanți și eșantionare

Subiecții au fost aleși pe bază de disponibilitate, având acces la ei prin prisma statutului meu de student la două specializări. Aceștia sunt în anul III (final) de studiu și sunt înscriși la o universitate din țară. La această cercetare au participat un număr de 82 de subiecți, dintre care 45 (54, 87%) au fost studenți la Litere și 37 (45,12%) studenți la Psihologie. 73 (89,02%) dintre

participanți sunt de gen feminin și 9 (10,98%) sunt de gen masculin. Dintre aceștia, la Litere au fost 30 (36,59%) de persoane de gen feminin și 7 (8,54%) de gen masculin, iar la Psihologie, 43 (52,44%) de persoane de gen feminin și 2 (2,44%) persoane de gen masculin<sup>1</sup>. Vârstele lor sunt cuprinse între 19 și 46 de ani, vârsta medie fiind de 24,56 de ani.

**Tabel 1.** Distribuția subiecților în funcție de specializare, gen, număr de persoane, vârstă medie

Facultate	Gen	Număr de persoane	Media vârstei	Total persoane/specializare
Psihologie	Feminin	43	28,27	45
	Masculin	2	23,00	
Litere	Feminin	30	20,23	37
	Masculin	7	20,71	

## 2.5. Instrumente folosite

În vederea îndeplinirii obiectivelor stabilite s-au aplicat în această cercetare două chestionare:

- **Chestionarul de Acceptare Necondiționată a Propriei Persoane- USAQ**

Chestionarul a fost realizat de Chamberlain și de Haaga [27], fiind adaptat mai târziu de Macavei în revista coordonată de Daniel David, intitulată „Sistem de evaluare clinică”, publicată de editura RTS din Cluj-Napoca.

Chestionarul cuprinde 20 de itemi, organizați pe scală Lickert în 7 trepte, organizate după cum urmează: Aproape întotdeauna fals-1, De obicei fals-2, Mai des fals decât adevărat-3, La fel de des adevărat și fals-4, Mai des adevărat decât fals-5, De obicei adevărat-6, Aproape întotdeauna adevărat-7. Subiecții trebuiau să citească itemii și să aleagă afirmația care li se potrivește cel mai bine. Aceste întrebări se raportează la opinia persoanei față de sine în relație cu lauda (ex: „1. Faptul că sunt lăudat mă face să mă simt mai valoros ca persoană”), feedback-ul negativ („3. Atunci când primesc un comentariu negativ, îl consider o oportunitate de a-mi îmbunătăți comportamentul sau performanța”) etc. Dintre cele 20 de întrebări, 9 itemi reflectau o acceptare necondiționată față de propria persoană, 11 urmărind să identifice o acceptare scăzută a propriei persoane.

Dintre acești 20 de itemi, 9 sunt cu cotare directă (2, 3, 5, 8, 11, 16, 17, 18, 20) și 11 sunt cotați invers (1, 4, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 15, 19). Scorul se obține însumând rezultatele obținute de subiecți la fiecare întrebare. Scorurile variază între 20 (scor minim) și 140 (scor maxim). Etalonul nu discriminează după genul persoanei, scorurile mai mici sau egale cu 70 (6,7% din subiecți) indicând o acceptare necondiționată a propriei persoane foarte scăzută, între 71 și 83 (24,2% din subiecți), o acceptare scăzută, între 84 și 98 (38,2% din subiecți), medie, între 99 și 113 (24,2% din subiecți), ridicată și mai mare sau egal cu 114 (6,7% din subiecți), foarte ridicată.

Fidelitatea USAQ a fost estimată cu ajutorul coeficientului Alpha Cronbach, valoarea obținută prin calcularea acestuia pe baza scorurilor a 437 de subiecți fiind de 0,73. Studiile făcute pe populație americană indică un Alpha Cronbach de 0.72. În ceea ce privește validitatea de conținut, chestionarul este conceput astfel încât să reflecte toate fațetele acceptării necondiționate, printre care aprobarea din partea celorlalți, iubirea celorlalți, competență, valoarea necondiționată a persoanei ca atare, indiferent de comportamentele ei.

În ceea ce privește validitatea de construct, un grup de 701 de persoane a fost testate cu Inventarul de Depresie Beck BDI-II, Scala de Atitudini Disfuncționale DAS-A, Scala de Atitudini și convingeri 2- ABS2, Chestionarul de Acceptare Necondiționată a propriei Persoane USAQ, Profilul Distresului Afectiv- PDA etc, cu scopul de a verifica asocierea dintre acceptarea necondiționată față de propria persoană și a anumitor emoții și cogniții, prevăzute în modelul lui

<sup>1</sup> Procentele sunt raportate la totalul de 82 de subiecți.

Albert Ellis. Acesta prevede că neacceptarea față de sine și față de mediul de viață și persoanele din jur corelează pozitiv cu credințele disfuncționale (sau dezadaptative, anxietatea).

S-a constatat că există o asociere între aceste concepte, fără ca acestea să se suprapună și că acceptarea necondiționată reflectă atât comportamente, cât și stări afective benefice persoanei. Pe scurt, varianta românească a USAQ are proprietăți psihometrice bune, asemănătoare versiunii din limba engleză, fiind fidelă originalului. Studiile realizate nefiind însă suficient de generalizate, se recomandă o atenție sporită în utilizarea acestui chestionar.

- **Chestionarul de evaluare a autonomiei personale (AP)**

Chestionarul face parte din bateria CAS++ elaborată de echipa Cognitrom (Miclea, M., Porumb, M., Cotârlea, P., & Albu, M.) în anul 2009 [28].

Chestionarul AP cuprinde 36 de itemi, dispuși pe patru scale: Autonomia valorică (8 itemi- 1, 7, 8, 11, 21, 27, 28, 34, dintre care 1 și 34 cu cotare indirectă), Autonomia cognitivă (9 itemi- 4, 5, 9, 13, 18, 20, 23, 26, 33, dintre care 4 și 13 cu cotare indirectă), Autonomia comportamentală (11 itemi- 2, 10, 14, 16, 17, 24, 25, 30, 31, 32, 36, dintre care 14, 32 și 36 cu cotare indirectă), Autonomia emoțională (8 itemi- 3, 6, 12, 15, 19, 22, 29, 35, dintre care 12, 15, 19, 29 și 35 cu cotare indirectă). Dintre acești itemi, 24 sunt cu cotare directă și 12 cu cotare indirectă.

Persoanele cărora le este aplicat chestionarul trebuie să decidă în ce măsură li se potrivesc afirmațiile cuprinse în acești itemi și să marcheze printr-un X pe Foaia de răspuns opțiunea care simt că îi reprezintă cel mai mult din seria: „foarte puțin”, „puțin”, „nici prea mult, nici prea puțin”, „mult” sau „foarte bun”. Acești itemi se cotează pe scala Lickert, de la 1 la 5, după cum urmează: „foarte puțin”=1, „puțin”= 2, „nici prea mult, nici prea puțin”=3, „mult”=4, „foarte mult”=5. Unii itemi au cotare inversă, caz în care cotarea se inversează. Scorul scalelor se obține prin realizarea sumelor cotelor itemilor componenți. Scorul chestionarului AP se obține prin însumarea tuturor itemilor, fiind egal cu suma celor patru scale.

Chestionarul poate fi utilizat în diagnoza personalității, scalele având o validitate relativă la construct și o consistență internă ridicată. Validitatea predictivă nu a fost testată. Fiind etalonat pe o populație non-clinică, formată din persoane cu vârstele cuprinse între 15 și 65 de ani. Etaloanele construite s-au realizat pe sexe și au fost sortate pe opt grupe de vârstă (15 ani, 16-17 ani, 18-20 de ani, 21-25 de ani, 26-35 de ani, 36-45 de ani și 56-65 de ani). Cotele T mai mari decât 60 corespund scorurilor mari și cotele T mai mici de 40, scorurilor mici. Chestionarul se bazează într-o măsură și pe activitatea școlară sau profesională a subiectului, la relațiilor lui cu prietenii, motiv pentru care chestionarul ar putea să nu reflecte adecvat realitatea unor persoane cu un stil de viață izolat, nu sunt activi profesional sau nu au fost niciodată, au un grup foarte mic de prieteni și nici nu urmează cursuri în vreo formă de învățământ.

Scorurile mici obținute la acest chestionar pot reflecta o anxietate ca stare și ca trăsătură crescută, o stimă de sine scăzută sau extraversie scăzută. Totodată, acest lucru este valabil și în cazul persoanelor care nu au fost susținute sau care au fost împiedicate de la o vârstă fragedă să își formeze sau să exprime păreri proprii, să ia singure decizii, sau să acționeze pe baza propriilor hotărâri. Acest lucru poate fi susținut și de natura profesiei, în special în cazul în care aceasta presupune o executare necondiționat a ordinelor primite și o respectare strictă a regulamentelor.

Scorurile mari pot fi generate de nota dezirabilă a unor itemi și de dorința subiectului de a crea o imagine favorabilă. O extraversie crescută ar putea, totodată să coreleze pozitiv cu această variabilă. Chestionarul CP5F este un instrument util, complementar, care poate fi folosit pentru evaluarea dezirabilității sociale, a extraversiei și stabilității emoționale.

## **2.6. Procedura**

Chestionarele, în formă originală creion-hârtie, au fost transpuse în format digital, cu ajutorul aplicației Google Docs. Subiecților le-a fost trimis link-ul aferent acestui chestionar, aceștia urmând să îl acceseze și să îl completeze individual. Înainte ca studenții să completeze

chestionarele, au fost informați în ceea ce privește confidențialitatea datelor, drepturile și obligațiile lor ca participanți la studiu și li s-au oferit instrucțiuni clare în ceea ce privește completarea chestionarelor.

Cercetarea s-a desfășurat în perioada 31 octombrie-2 noiembrie 2023. În urma colectării unei cantități suficiente de date, etapa de completare a chestionarului a luat sfârșit, fiind restricționată capacitatea subiecților de a oferi răspunsuri suplimentare. Datele obținute au fost colectate automat de programul Google Docs într-un fișier Google Sheets, care a fost după aceea convertit într-o bază de date în programul SPSS for Windows. Acesta a permis analiza statistică a datelor, în primă etapă fiind realizată statistica descriptivă (s-au calculat media, abaterea standard, indicatorul asimetriei, eroarea standard a acestuia, indicatorul boltirii, eroarea standard a acestuia și minimul și maximum valorilor obținute de subiecții din cele două grupuri). După aceea, a fost folosit Testul T pentru două eșantioane independente pentru a calcula statistica inferențială și a observa dacă există diferențe semnificativ statistice între cele două grupuri.

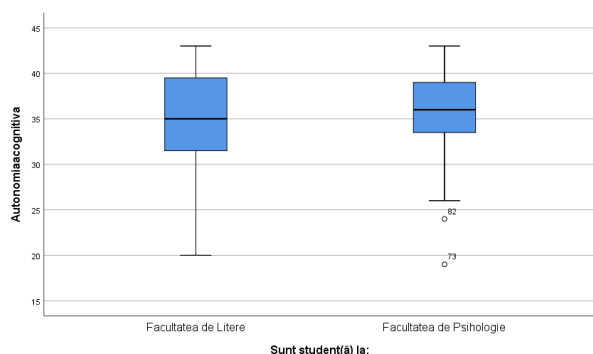
## Capitolul III- Proceduri statistice și interpretare psihologică

### 3.1 Statistică descriptivă și inferențială

**Tabel 1.** Indicatorii statistici descriptivi și inferențiali pentru scorurile obținute de subiecți la „Chestionarul de evaluare a autonomiei personale (AP)”, „Scala Autonomie Cognitivă”

	Facultatea de Litere	Facultatea de Psihologie
Număr subiecți	36	48
Media	35,20	35,21
Abaterea standard	5,417	5,013
Indicatorul asimetriei	-0,639	-1,032
Eroarea standard a indicatorului asimetriei	0,398	0,347
Indicatorul boltirii	0,143	1,373
Eroarea standard a indicatorului boltirii	0,778	0,681
Minim	20	19
Maxim	43	43
Scorul T	0,916	0,731
Sig	0,991	

Scorurile subiecților studenți la Facultatea de Litere la dimensiunea „Autonomie cognitivă” sunt cuprinse între valorile 20 și 43, iar scorul mediu este  $m = 35,20$ , cu o abatere standard de 5,417. La aceeași dimensiune, scorurile subiecților studenți la Facultatea de Psihologie sunt cuprinse între valorile 19 și 43, având un scor mediu de  $m = 35,21$ , cu o abatere standard de 5,013.



Graficul de tip box-plot și valoarea indicatorului de asimetrie = -0,639 indică o distribuție ușor asimetrică a scorurilor la dimensiunea „Autonomie cognitivă”, în ceea ce îi privește pe studenții la Litere. În schimb, pentru aceeași dimensiune, în cazul studenților la Psihologie, deși valorile indicatorului de asimetrie este de -1,032, graficul box-plot indică o distribuție puternic asimetrică.

**Fig 1.** Reprezentarea grafică a dimensiunii Autonomie cognitivă

Din punct de vedere al statisticii inferențiale, media studenților la Litere s-a dovedit a nu fi statistic semnificativ diferită față de media studenților de la Psihologie. Primii au obținut media  $m=35,20$ , abaterea standard=5,417,  $t=0,916$ , iar studenții de la Psihologie au obținut  $m=35,21$ , abaterea standard=5,013,  $t=0,731$  ( $\text{Sig}=0,991 > p=0,05$ ).

În ceea ce privește rezultatele obținute de studenții la Psihologie la dimensiunea „Autonomie cognitivă”, media de 34, obținută de persoanele de gen feminin, cu vârstele cuprinse între 26 și 35 de ani (în acest interval se încadrează media de vârstă), corespunde unor scoruri medii. În cadrul subiecților de gen masculin de la aceeași specializare, care au media de vârstă cuprinsă în intervalul 21-25 de ani și care au obținut un scor mediu de 35,27, scorul obținut corespunde scorurilor puțin peste medie.

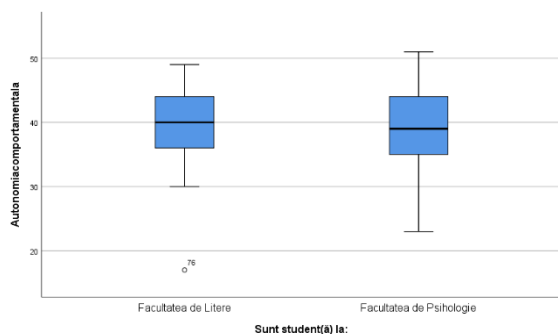
În ceea ce privește rezultatele obținute de studenții la Litere la dimensiunea „Autonomie cognitivă”, media de 35, obținută de persoanele de gen feminin, cu vârstele cuprinse între 21 și 25 de ani, corespunde unor scoruri puțin peste medie. În cadrul subiecților de gen masculin de la aceeași specializare, care au media de vârstă cuprinsă în intervalul 21-25 de ani și care au obținut un scor mediu de 36, scorul obținut corespunde scorurilor peste medie.

**Tabel 2.** Indicatorii statistici descriptivi și inferențiali pentru scorurile obținute de subiecți la „Chestionarul de evaluare a autonomiei personale (AP)”, „Scala Autonomie Comportamentală”

	Facultatea de Litere	Facultatea de Psihologie
Număr subiecți	36	48
Media	39,34	39,04
Abaterea standard	6,606	6,750
Indicatorul asimetriei	-1,001	-0,493
Eroarea standard a indicatorului asimetriei	0,398	0,347
Indicatorul boltirii	2,373	-0,428
Eroarea standard a indicatorului boltirii	0,778	0,681
Minim	17	23
Maxim	49	51
Scorul T	1,117	0,985
Sig	0,841	

Scorurile subiecților studenți la Facultatea de Litere la dimensiunea „Autonomie comportamentală” sunt cuprinse între valorile 17 și 49, iar scorul mediu este  $m = 39,34$ , cu o abatere standard de 6,606. La diaceeași dimensiune, scorurile subiecților studenți la Facultatea de Psihologie sunt cuprinse între valorile 23 și 51, având un scor mediu de  $m = 39,04$ , cu o abatere standard de 6,750.

Graficul de tip box-plot și valoarea indicatorului de asimetrie = -1,001 indică o distribuție puternic asimetrică a scorurilor la dimensiunea



„Autonomie comportamentală”, în ceea ce îi privește pe studenții la Litere. În schimb, pentru aceeași dimensiune, în cazul studenților la Psihologie, deși valorile indicatorului de asimetrie este de -0,493, graficul box-plot indică o distribuție ușor asimetrică.

**Fig 2.** Reprezentarea grafică a dimensiunii Autonomie comportamentală

Din punct de vedere al statisticii inferențiale, media studenților la Litere s-a dovedit a nu fi statistic semnificativ diferită față de media studenților de la Psihologie. Primii au obținut media  $m=39,34$ , abaterea standard= $6,606$ ,  $t=1,117$ , iar studenții de la Psihologie au obținut  $m=39,04$ , abaterea standard= $6,750$ ,  $t=0,985$  ( $\text{Sig}=0,841 > p=0,05$ ).

În ceea ce privește rezultatele obținute de studenții la Psihologie la dimensiunea „Autonomie comportamentală”, media de 39, 27, obținută de persoanele de gen feminin, cu vârstele cuprinse între 26 și 35 de ani (în acest interval se încadrează media de vârstă), corespunde unor scoruri medii. În cadrul subiecților de gen masculin de la aceeași specializare, care au media



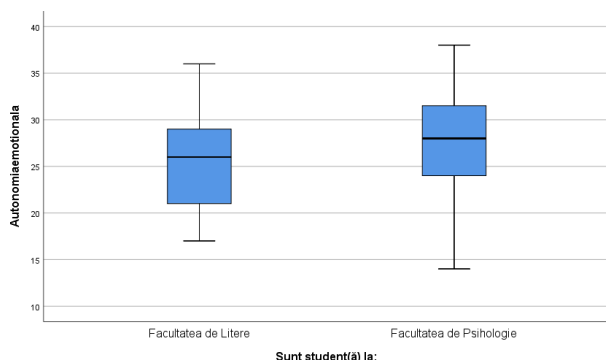
de vârstă cuprinsă în intervalul 21-25 de ani și care au obținut un scor mediu de 34, scorul obținut corespunde scorurilor sub medie.

În ceea ce privește rezultatele obținute de studenții la Litere la dimensiunea „Autonomie comportamentală”, media de 39,07, obținută de persoanele de gen feminin, cu vârstele cuprinse între 21 și 25 de ani, corespunde unor scoruri medii. În cadrul subiecților de gen masculin de la aceeași specializare, care au media de vârstă cuprinsă în intervalul 21-25 de ani și care au obținut un scor mediu de 40,43, scorul obținut corespunde scorurilor puțin peste medie.

**Tabel 3.** Indicatorii statistici descriptivi și inferențiali pentru scorurile obținute de subiecți la „Chestionarul de evaluare a autonomiei personale (AP)”, „Scala Autonomie Emoțională”

	Facultatea de Litere	Facultatea de Psihologie
Număr subiecți	36	48
Media	25,46	26,94
Abaterea standard	4,907	5,991
Indicatorul asimetriei	0,398	-0,618
Eroarea standard a indicatorului asimetriei	0,035	0,347
Indicatorul boltirii	-0,700	-0,331
Eroarea standard a indicatorului boltirii	-0,778	0,681
Minim	17	14
Maxim	36	38
Scorul T	0,829	0,874
Sig	0,237	

Scorurile subiecților studenți la Facultatea de Litere la dimensiunea „Autonomie emoțională” sunt cuprinse între valorile 17 și 36, iar scorul mediu este  $m = 25,46$ , cu o abatere standard de 4,907. La aceeași dimensiune, scorurile subiecților studenți la Facultatea de Psihologie sunt cuprinse între valorile 14 și 38, având un scor mediu de  $m = 26,94$ , cu o abatere standard de 5,991.



Graficul de tip box-plot și valoarea indicatorului de asimetrie = 0,398 indică o distribuție aproximativ egală a scorurilor la dimensiunea „Autonomie emoțională”, în ceea ce îi privește pe studenții la Litere. În schimb, pentru aceeași dimensiune, în cazul studenților la Psihologie, deși valorile indicatorului de asimetrie este de -0,618, graficul box-plot indică o distribuție ușor asimetrică.

**Fig 3.** Reprezentarea grafică a dimensiunii Autonomie emoțională

În cazul acestei dimensiuni, media studenților la Litere s-a dovedit a nu fi statistic semnificativ diferită față de media studenților de la Psihologie. Primii au obținut media  $m=25,46$ , abaterea standard=4,907,  $t=0,829$ , iar studenții de la Psihologie au obținut  $m=26,94$ , abaterea standard=5,991,  $t=0,874$  ( $Sig=0,237 > p=0,05$ ).

În ceea ce privește rezultatele obținute de studenții la Psihologie la dimensiunea „Autonomie emoțională”, media de 22,50, obținută de persoanele de gen feminin, cu vârstele cuprinse între 26 și 35 de ani, corespunde unor scoruri mici. În cadrul subiecților de gen masculin de la aceeași specializare, care au media de vârstă cuprinsă în intervalul 21-25 de ani și care au obținut un scor mediu de 27,13, scorul obținut corespunde scorurilor peste medie.

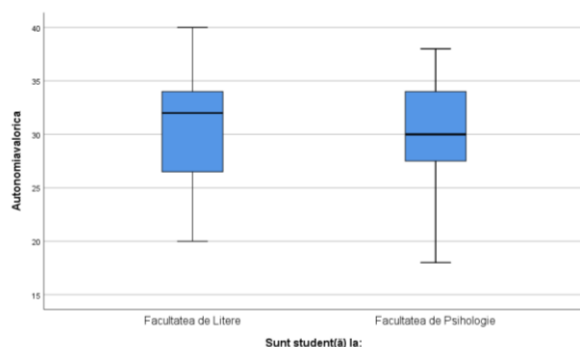
În ceea ce privește rezultatele obținute de studenții la Litere la dimensiunea „Autonomie emoțională”, media de 25,57, obținută de persoanele de gen feminin, cu vârstele cuprinse între 21 și 25 de ani, corespunde unor scoruri sub medie. În cadrul subiecților de gen masculin de la

aceeași specializare, care au media de vârstă cuprinsă în intervalul 21-25 de ani și care au obținut un scor mediu de 25,43, scorul obținut corespunde scorurilor medii.

**Tabel 4.** Indicatorii statistici descriptivi și inferențiali pentru scorurile obținute de subiecți la „Chestionarul de evaluare a autonomiei personale (AP)”, „Scala Autonomie Valorică”

	Facultatea de Litere	Facultatea de Psihologie
Număr subiecți	36	48
Media	30,77	30,38
Abaterea standard	5,342	4,286
Indicatorul asimetriei	-0,234	-0,353
Eroarea standard a indicatorului asimetriei	0,398	0,347
Indicatorul boltirii	-0,599	0,201
Eroarea standard a indicatorului boltirii	0,778	0,681
Minim	20	18
Maxim	40	38
Scorul T	0,903	0,625
Sig	0,716	

Scorurile subiecților studenți la Facultatea de Litere la dimensiunea „Autonomie valorică” sunt cuprinse între valorile 20 și 40, iar scorul mediu este  $m = 30,77$ , cu o abatere standard de 5,342. La aceeași dimensiune, scorurile subiecților studenți la Facultatea de Psihologie sunt cuprinse între valorile 18 și 38, având un scor mediu de  $m = 30,38$ , cu o abatere standard de 4,286.



Graficul de tip box-plot și valoarea indicatorului de asimetrie = 0,398 indică o distribuție aproximativ egală a scorurilor la dimensiunea „Autonomie valorică”, în ceea ce îi privește pe studenții la Litere. În cazul studenților la Psihologie, valoarea indicatorului de asimetrie este de 0,347, graficul box-plot indicând, de asemenea, o distribuție simetrică.

**Fig 4.** Reprezentarea grafică a dimensiunii

#### Autonomie valorică

În cazul celei de-a patra dimensiuni, media studenților la Litere s-a dovedit a nu fi statistic semnificativ diferită față de media studenților de la Psihologie. Primii au obținut media  $m=30,77$ , abaterea standard=5,342,  $t=0,903$ , iar studenții de la Psihologie au obținut  $m=30,38$ , abaterea standard=4,286,  $t=0,625$  ( $\text{Sig}=0,716 > p=0,05$ ).

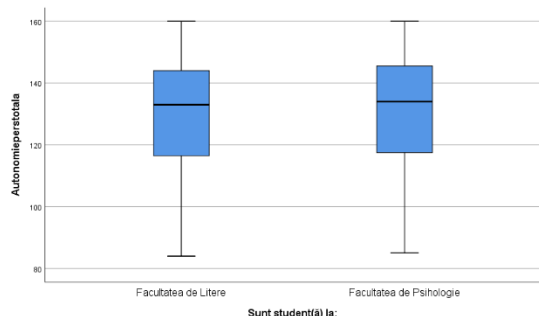
În ceea ce privește rezultatele obținute de studenții la Psihologie la dimensiunea „Autonomie valorică”, media de 30,58, obținută de persoanele de gen feminin, cu vârstele cuprinse între 26 și 35 de ani, corespunde unor scoruri medii. În cadrul subiecților de gen masculin de la aceeași specializare, care au media de vârstă cuprinsă în intervalul 21-25 de ani și care au obținut un scor mediu de 26, scorul obținut corespunde scorurilor medii.

În ceea ce privește rezultatele obținute de studenții la Litere la dimensiunea „Autonomie valorică”, media de 30,57, obținută de persoanele de gen feminin, cu vârstele cuprinse între 21 și 25 de ani, corespunde unor scoruri medii. În cadrul subiecților de gen masculin de la aceeași specializare, care au media de vârstă cuprinsă în intervalul 21-25 de ani și care au obținut un scor mediu de 31,57, scorul obținut corespunde scorurilor peste medie.

**Tabel 5.** Indicatorii statistici descriptivi și inferențiali pentru scorurile obținute de subiecți la „Chestionarul de evaluare a autonomiei personale (AP)”, în ansamblu, însumând scorurile obținute la scale și raportându-ne la „Autonomia totală”

	Facultatea de Litere	Facultatea de Psihologie
Număr subiecți	36	48
Media	130,77	131,57
Abaterea standard	17,885	18,493
Indicatorul asimetriei	-0,494	-0,632
Eroarea standard a indicatorului asimetriei	0,398	0,347
Indicatorul boltirii	-0,205	-0,050
Eroarea standard a indicatorului boltirii	0,778	0,681
Minim	84	85
Maxim	160	160
Scorul T	3,023	2,697
Sig	0,844	

Scorurile subiecților studenți la Facultatea de Litere la dimensiunea „Autonomie totală” sunt cuprinse între valorile 84 și 160, iar scorul mediu este  $m = 130,77$ , cu o abatere standard de 17,885. La aceeași dimensiune, scorurile subiecților studenți la Facultatea de Psihologie sunt cuprinse între valorile 85 și 160, având un scor mediu de  $m = 131,57$ , cu o abatere standard de 18,493.



Graficul de tip box-plot și valoarea indicatorului de asimetrie = -0,494 indică o distribuție ușor asimetrică a scorurilor la dimensiunea „Autonomie totală”, în ceea ce îi privește pe studenții la Litere. În cazul studenților la Psihologie, valoarea indicatorului de asimetrie este de -0,632, graficul box-plot indicând o asimetrie pronunțată.

**Fig 5.** Reprezentarea grafică a dimensiunii Autonomie totală

Analizând Autonomia personală totală, media studenților la Litere s-a dovedit a nu fi statistic semnificativ diferită față de media studenților de la Psihologie. Primii au obținut media  $m=130,77$ , abaterea standard=17,885,  $t=3,023$ , iar studenții de la Psihologie au obținut  $m=131,57$ , abaterea standard=18,493,  $t=2,697$  (Sig=0,844> $p=0,05$ ).

În ceea ce privește rezultatele obținute de studenții la Psihologie la dimensiunea „Autonomie personală totală”, media de 132,24, obținută de persoanele de gen feminin, cu vârstele cuprinse între 26 și 35 de ani, corespunde unor scoruri medii. În cadrul subiecților de gen masculin de la aceeași specializare, care au media de vârstă cuprinsă în intervalul 21-25 de ani și care au obținut un scor mediu de 116,50, scorul obținut corespunde scorurilor sub medie.

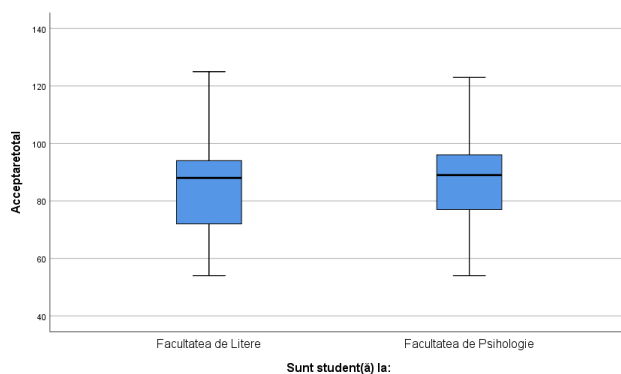
În ceea ce privește rezultatele obținute de studenții la Litere la dimensiunea „Autonomie totală”, media de 130,07, obținută de persoanele de gen feminin, cu vârstele cuprinse între 21 și 25 de ani, corespunde unor scoruri medii. În cadrul subiecților de gen masculin de la aceeași specializare, care au media de vârstă cuprinsă în intervalul 21-25 de ani și care au obținut un scor mediu de 133,57, scorul obținut corespunde scorurilor peste medie.

**Tabel 6.** Indicatorii statistici descriptivi și inferențiali pentru scorurile obținute de subiecți la „Chestionarul de acceptare necondiționată a propriei persoane”, în ansamblu, însumând scorurile obținute la scale și raportându-ne la „Acceptare necondiționată totală”

	Facultatea de Litere	Facultatea de Psihologie
Număr subiecți	36	48
Media	84,69	85,91
Abaterea standard	15,646	15,026
Indicatorul asimetriei	0,045	-0,336

Eroarea standard a indicatorului asimetriei	0,398	0,347
Indicatorul boltirii	-0,125	0,122
Eroarea standard a indicatorului boltirii	0,778	0,681
Minim	54	54
Maxim	125	123
Scorul T	2,645	2,192
Sig	0,720	

Scorurile subiecților studenți la Facultatea de Litere la dimensiunea „Acceptare necondiționată totală” sunt cuprinse între valorile 54 și 125, iar scorul mediu este  $m = 84,69$ , cu o abatere standard de 15,646. Raportat la etalon, acest scor corespunde unui nivel mediu al acceptării necondiționate față de propria persoană. La diaceeași dimensiune, scorurile subiecților studenți la Facultatea de Psihologie sunt cuprinse între valorile 54 și 123, având un scor mediu de  $m = 85,91$ , cu o abatere standard de 15,026. Și în acest caz, raportat la etalon, scorul corespunde unui nivel mediu.



Graficul de tip box-plot și valoarea indicatorului de asimetrie = 0,045 indică o distribuție aproximativ normală a scorurilor la dimensiunea „Acceptare necondiționată totală”, în ceea ce îi privește pe studenții la Litere. În cazul studenților la Psihologie, valoarea indicatorului de asimetrie este de -0,336, graficul box-plot indicând o ușoară asimetrie.

**Fig 6.** Reprezentarea grafică a dimensiunii Acceptare necondiționată

totală

În cazul ultimei dimensiuni, Acceptarea necondiționată față de propria persoană totală, media studenților la Litere s-a dovedit a nu fi statistic semnificativ diferită față de media studenților de la Psihologie. Primii au obținut media  $m=84,69$ , abaterea standard= $15,646$ ,  $t=2,645$ , iar studenții de la Psihologie au obținut  $m=85,91$ , abaterea standard= $15,026$ ,  $t=2,192$ . O putem considera ne semnificativă statistic ( $\text{Sig}=0,720 > p=0,05$ ).

În ceea ce privește Acceptarea necondiționată a propriei persoane, studenții de la Litere au obținut media 84,69, care corespunde unui scor mediu, iar studenții de la Psihologie au obținut media 85,91, care corespunde tot unui scor mediu. Prin urmare, aceștia au o acceptare necondiționată față de propria persoană similară cu media populației- opinia lor despre ei înșiși variază în funcție de context, de emoțiile resimțite.

### 3.2. Discuții/interpretarea psihologică a datelor

Scorurile peste medie la dimensiunea „Autonomie cognitivă” obținute de persoanele de gen masculin de la Psihologie și de ambele categorii de subiecți de la Litere indică, în plan psihologic, că aceștia par să încline mai degrabă spre a lua decizii autonome, a-și forma opiniile independente de criticile celorlalți și a-și analiza critic alegerile, această atitudine putând însă să fluctueze. Persoanele de gen feminin studente la Psihologie au obținut scoruri medii, ceea ce înseamnă că au o autonomie medie în ceea ce privește luarea deciziilor- nu reușesc mereu să ia hotărâri în mod independent, apelând uneori la ajutorul celorlalți sau lăsându-se influențate de păreri din exterior. Cel mai probabil, capacitățile lor decizionale autonome fluctuează în funcție de situație și de nevoile lor curente.

În ceea ce privește scorurile obținute de subiecți la dimensiunea „Autonomie comportamentală”, subiecții de gen masculin de la Litere au obținut scoruri peste medie. Acest fapt indică o atitudine mai degrabă centrată pe propriile dorințe și interese, subiecții încercând să

rezolve posibilele dificultăți ce pot apărea în rezolvarea sarcinilor pe cont propriu. Subiecții de gen masculin de la Psihologie se regăsesc la extrema opusă, obținând scoruri sub medie în ceea ce privește această dimensiune, fapt ce indică o atitudine mai degrabă orientată spre ceilalți, persoanele tinzând să apeleze la ajutorul celorlalți în soluționarea dificultăților și modificându-și mai degrabă comportamentul în funcție de dorințele celor din jur. Persoanele de gen feminin de la ambele specializări au obținut scoruri medii, fapt ce indică o tendință de a fluctua în comportamentele lor, acționând în funcție de dorințele și interesele personale sau ale celorlalți după caz.

În ceea ce privește rezultatele obținute de persoanele de gen feminin de la Psihologie obținute la dimensiunea „Autonomie emoțională”, putem spune, conform etalonului, că scorurile lor sunt unele mici, fapt ce indică o tendință pronunțată de a nu își exprima sentimentele atunci când ele diferă de ale celor din jur, dorind să evite conflictele. Colegii lor au obținut scoruri peste medie, fapt ce indică o tendință de a își exprima sentimentele mai degrabă liber, fiind mai puțin preocupați de părerile celorlalți. Persoanele de gen feminin de la Litere au obținut scoruri sub medie, având, în consecință, tendința de a nu își exprima sentimentele în cazul în care acestea a putea fi diferite de ale celor din jur, dorind să evite conflictul. Colegii lor au obținut scoruri medii, fluctuând în exprimarea emoțiilor, aceasta putând varia în funcție de context și companie.

În cazul dimensiunii „Autonomie valorică”, studenții de la Litere de gen masculin au obținut scoruri peste medie, indicând o tendință de a își susține convingerile și să le apere, chiar dacă acestea diferă de ale celor din jur sau dacă aceștia nu sunt de acord cu ele. Celelalte categorii de studenți (de gen feminin de la Litere, de gen feminin și masculin de la Psihologie) au obținut scoruri medii, fapt ce indică o tendință de a fluctua în ceea ce privește menținerea acestor valori și principii contradictorii chiar și în cazul unor conflicte sau neconcordanțe cu viziunea celor din jur. Se adaptează mai degrabă la context, optând să își susțină opiniile sau să le abandoneze după caz. În plan psihologic, în ansamblu, studenții de gen masculin de la Litere sunt cei mai autonomi dintre cele patru grupuri, atât în ceea ce privește capacitatea lor decizională, cât și acțiunile lor și capacitatea de exprimare a emoțiilor și a valorilor personale, fiind urmași de persoanele de gen feminin de la ambele specializări, pe ultimul loc aflându-se persoanele de gen masculin de la Psihologie.

În ceea ce privește variabila „Acceptare necondiționată a propriei persoane”, atât studenții de la Psihologie, cât și cei de la Litere au obținut scoruri medii, fapt ce indică o auto acceptare similară cu media populației- opinia lor despre ei înșiși variază în funcție de context, de emoțiile resimțite. Rezultatele obținute nu susțin ipoteza cercetării, demonstrând că nu există diferențe semnificative sub aspectul autonomiei personale și a acceptării necondiționate față de propria persoană între studenții de la Psihologie și cei de la Litere.

Numeroase studii realizate pe studenții la Psihologie demonstrează faptul că aceștia nu se dezvoltă semnificativ în plan emoțional în timpul facultății, competențele dobândite de ei fiind mai degrabă în relația cu cei din jur, decât în raport cu propria persoană. Studiul realizat de [29] sugerează că studiile superioare în domeniul Psihologiei nu produc schimbări la nivelul inteligenței emoționale a studenților, în special în ceea ce privește managementul propriilor emoții, motivația intrinsecă, empatia și recunoașterea emoțiilor altor persoane.

Un stereotip întâlnit adesea în lumea psihologiei este că specialiștii din acest domeniu și familiile lor suferă, de cele mai multe ori, de mai multe tulburări psihologice decât populația obișnuită. Se regăsesc și dovezi empirice care să susțină acest fapt, în anumite contexte [30]. Pe de-asupra, arhetipul „vindecătorului rănit” [31] sugerează că psihoterapeuții s-au confruntat ei înșiși cu dificultăți psihice în trecut. Studii realizate anterior au demonstrat că studenții de la Psihologie sunt mai puțin stabili emoțional, mai introverți, serioși și predispuși la anxietate și au dificultăți mai mari în a gestiona tensiunile față de alți studenți [32]. Mai mult, studiile au demonstrat și că stilurile de atașament ale psihoterapeuților sunt de multe ori nesecurizante, de multe ori chiar nerezolvate, sugerând un climat familial dificil de gestionat [33].

[34] confirmă aceste date, demonstrând că studenții de la Psihologie tind să aibă parte de mai multe experiențe psihopatologice de viață decât alți studenți (de la Drept, în acest caz),

indicând faptul că alegerea vocațională poate fi legată de aceste experiențe, reluând stereotipul (care pare să devină realitate) psihologului nevrotic cu un trecut complicat. Studenții la Psihologie se confruntă adeseori cu probleme de sănătate mintală sau le întâlnesc frecvent în cercul lor social, fapt ce este susținut și de Connor-Greene (2001), care subliniază importanța predării cursurilor de Psihologie clinică mizând pe empatie și susținere.

## **Concluzii**

Lucrarea de față a pornit de la o sinteză a literaturii de specialitate în ceea ce privește Acceptarea necondiționată față de propria persoană și Autonomia personală, precum și studii ce urmăresc diferențele în plan psihic dintre studenții de la Psihologie și studenții de la alte programe de licență. Cercetarea a urmărit să observe diferențele între studenții de la Psihologie și cei de la Litere sub aspectul variabilelor menționate, la aceasta participând un număr de 82 de subiecți, dintre care 45 (54,87%) au fost studenți la Litere și 37 (45,12%) la Psihologie. S-au utilizat Chestionarul de Acceptare Necondiționată a Propriei Persoane- USAQ și Chestionarul de Autonomie personală (AP). În urma procesării statistice a datelor, s-a demonstrat că ipoteza principală a cercetării nu s-a confirmat, datele obținute indicând diferențe nesemnificative statistic între cele două grupuri. Atât grupul studenților de la Psihologie, cât și cel al studenților de la Litere, s-au încadrat în media populației în ceea ce privește cele două variabile.

La nivel de fațete, s-au putut observa câteva diferențe între grupuri și între sexe, care s-au concretizat însă doar la nivel de etalon, nefiind semnificative statistic. Se observă că studenții au obținut scoruri peste medie la cel puțin una dintre fațetele autonomiei, fapt ce indică o dezvoltare disproporționată între fațetele acesteia. Spre exemplu, studenții de gen masculin de la Psihologie au o autonomie comportamentală sub medie, însă o autonomie cognitivă peste medie-gândesc independent și autonom, însă nu acționează atunci când aceste gânduri, idei, ar putea crea un conflict. Subiecții de gen masculin de la Litere par a fi cei care sunt cei mai dezvoltați din punct de vedere al autonomiei- Autonomia valorică, Autonomia cognitivă și Autonomia comportamentală sunt toate dimensiuni la care aceștia au obținut scoruri peste medie (fără să se obțină diferențe semnificative din punct de vedere statistic).

### **3.3. Limitele studiului și posibile direcții viitoare de cercetare**

Cercetarea realizată s-a desfășurat în cadrul unei singure universități din țară, studenții putând să se dezvolte similar în urma locuirii în aproximativ același mediu. Comparația ar putea să fie mai eficientă sau să releve rezultate semnificativ statistice dacă aceasta s-ar realiza între mai multe universități din țară sau dacă ar fi extinsă, poate, și la nivel internațional. Totodată, studenții au fost toți în același an de studiu, o cercetare mai amplă putând urmări și diferențele dintre studenți din ani diferiți. Pentru a evalua diferențele în ceea ce privește impactul educației asupra studenților de la Psihologie s-ar putea realiza o analiză comparativă între studenți din ani diferiți de la aceeași specializare sau chiar un studiu longitudinal pre-post test pe viitori studenți la Psihologie și pe același lot de subiecți la finalul facultății.

O abordare interesantă ar fi și implicarea rolurilor de gen în dezvoltarea emoțională sau în formarea dimensiunilor de „Autonomie personală” și „Acceptare necondiționată a propriei persoane” la studenți. Între subiecții din loturile alese de mine nu au existat diferențe statistic semnificative între genuri, în ceea ce privește cele două dimensiuni, o limită a studiului realizat de mine constând și în numărul foarte mic de studenți de gen masculin (fiind puține persoane de gen masculin în anul III la ambele specializări). Studiul acesta, deși a oferit rezultate nesemnificative statistic, reprezintă un pretext pentru a realiza numeroase cercetări în domeniu și a observa mai atent diferențele dintre studenții de la Psihologie și alte categorii de studenți, în vederea completării punctelor slabe din formarea studenților în general.

## Bibliografie

- [1] J. C. Williams, "Acceptance: An Historical and Conceptual Review - John C. Williams, Steven Jay Lynn, 2010," *Imagination, Cognition and Personality*, 2016. <https://journals.sagepub.com/doi/10.2190/IC.30.1.c> (accesat pe 04.05.2024, 16:04).
- [2] L. A. Shepard, "Self-acceptance: The Evaluative Component of the Self-concept Construct - Lorrie A. Shepard, 1979," *American Educational Research Journal*, 2016. <https://journals.sagepub.com/doi/10.3102/00028312016002139> (accesat pe 04.05.2024, 16:30).
- [3] S. C. Hayes, K. D. Strosahl, K. Bunting, M. Twohig, and K. G. Wilson, "What Is Acceptance and Commitment Therapy?," *Springer eBooks*, pp. 3–29, Jan. 2004, doi: [https://doi.org/10.1007/978-0-387-23369-7\\_1](https://doi.org/10.1007/978-0-387-23369-7_1). (accesat pe 04.05.2024, 17:00)
- [4] C. R. Rogers *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Houghton Mifflin, 1995.
- [5] A. Ellis, *The myth of self-esteem : how rational emotive behavior therapy can change your life forever*. Prometheus Books, 2006.
- [6] A. Ellis, *The myth of self-esteem : how rational emotive behavior therapy can change your life forever*. Prometheus Books, 2006.
- [7] K. Klussman, N. Curtin, J. Langer, and Austin Lee Nichols, "The importance of awareness, acceptance, and alignment with the self: A framework for understanding self-connection," *Europe's Journal of Psychology*, vol. 18, no. 1, pp. 120–131, Feb. 2022, doi: <https://doi.org/10.5964/ejop.3707>. (accesat pe 04.05.2024, 18:20)
- [8] H. Su, L. Wang, Y. Li, H. Yu, and J. Zhang, "The mediating and moderating roles of self-acceptance and self-reported health in the relationship between self-worth and subjective well-being among elderly Chinese rural empty-nester," *Medicine*, vol. 98, no. 28, pp. e16149–e16149, Jul. 2019, doi: <https://doi.org/10.1097/md.00000000000016149>. (accesat pe 04.05.2024, 20:00)
- [9] Tugba Yilmaz Bingöl și Meryem Vural Batik, "Unconditional Self-Acceptance and Perfectionistic Cognitions as Predictors of Psychological Well-Being," *Journal of education and training studies*, vol. 7, no. 1, pp. 67–67, Dec. 2018, doi: <https://doi.org/10.11114/jets.v7i1.3712>. (accesat pe 07.05.2024, 10:00)
- [10] S. Gupta, verificat medical de Sabrina Romanoff, "What Is Self-Acceptance?," *Verywell Mind*, 2022. <https://www.verywellmind.com/self-acceptance-characteristics-importance-and-tips-for-improvement-6544468#citation-8>. (accesat pe 07.05.2024, 11:00).
- [11] R. Ryan and E. Deci, "Self-Determination Theory." Available: <https://www.guilford.com/excerpts/ryan.pdf?t=1>. (accesat pe 07.05.2024, 11:30).
- [12] U. Schiopu, E. Verza, „Psihologia Varstelor Ciclurile Vietii”, 1997, *Scribd*, 2024. <https://www.scribd.com/doc/33891550/Ursula-Schiopu-E-Verza-Psihologia-Varstelor-Ciclurile-Vietii-1997> (accesat pe 07.05.2024, 12:00).
- [13] M. Miclea, M. Porumb, P. Cotârlea, M. Albu. *CAS++ - Cognitrom Assessment System: Vols. 3: CAS++ : Personalitate și interese*. SC COGNITROM SRL, 2009.
- [14] M. Miclea, M. Porumb, P. Cotârlea, M. Albu. *CAS++ - Cognitrom Assessment System: Vols. 3: CAS++ : Personalitate și interese*. SC COGNITROM SRL, 2009.
- [15] E. Greenberger, Defining psychosocial maturity in adolescence. In P. Karoly & J. Steffen (Eds.), *Adolescent behavior disorders: Foundations and contemporary concerns* (pp. 54-81). Lexington, MA: Heath, 1984.
- [16] G. Agich, "Dependence and Autonomy in Old Age: An Ethical Framework for Long-term Care," *Philpapers.org*, 2017. <https://philpapers.org/rec/AGIDAA> (accesat pe 07.05.2024, 13:00).
- [17] Feltham, Colin, și Dryden, Windy (1993) *Dictionary of Counselling*, Whurr
- [18] M. J. Zimmer-Gembeck, W. A., Collins, Autonomy development during adolescence. In G. R. Adams & M. D. Berzonsky (Eds.), *Blackwell handbook of adolescence* (pp. 175–204). Blackwell Publishing, 2003.

- [19] M. Lipman, Critical thinking - what can it be. In A. Ornstein & L. Behar (Eds.), *Contemporary issues in curriculum*. Boston, MA: Allyn & Bacon, 1995.
- [20] M. Miclea, M. Porumb, P. Cotârlea, M. Albu. *CAS++ - Cognitrom Assessment System: Vols. 3: CAS++ : Personalitate și interese*. SC COGNITROM SRL, 2009.
- [21] M. C. McBRIDE, "Autonomy and the Struggle for Female Identity: Implications for Counseling Women," *Journal of counseling and development*, vol. 69, no. 1, pp. 22–26, Sep. 1990, doi: <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1990.tb01448.x.c> (accesat pe 07.05.2024, 15:40)
- [22] S., Russell, R. J., Bakken, Development of autonomy in adolescence, Nebraska, 2002.
- [23] M. J. Zimmer-Gembeck, W. A., Collins, Autonomy development during adolescence. In G. R. Adams & M. D. Berzonsky (Eds.), *Blackwell handbook of adolescence* (pp. 175–204). Blackwell Publishing, 2003.
- [24] S., Russell, R. J., Bakken, Development of autonomy in adolescence, Nebraska, 2002. [25] M. Miclea, M. Porumb, P. Cotârlea, M. Albu. *CAS++ - Cognitrom Assessment System: Vols. 3: CAS++ : Personalitate și interese*. SC COGNITROM SRL, 2009.
- [26] M. S. Hardy and L. G. Calhoun, "Psychological Distress and the," *Teaching of Psychology*, vol. 24, no. 3, pp. 192–93, 2024, <https://eric.ed.gov/?id=EJ551324> (accesat pe 07.05.2024, 16:40)
- [27] J., Chamberlain, D., Haaga, Chestionarul de acceptare necondiționată a propriei persoane (adaptat de Macavei, B.). În D. David (coordonator), *Sistem de evaluare clinică*. Editura RTS, Cluj-Napoca, 2007.
- [28] M. Miclea, M. Porumb, P. Cotârlea, M. Albu. *CAS++ - Cognitrom Assessment System: Vols. 3: CAS++ : Personalitate și interese*. SC COGNITROM SRL, 2009.
- [29] O. Beresneva și O. Kornilova, "The impact of higher psychological education on the development of students` emotional intelligence," *SHS web of conferences*, vol. 101, pp. 03030–03030, Jan. 2021, doi: <https://doi.org/10.1051/shsconf/202110103030>. (accesat pe 07.05.2024, 17:20)
- [30] K. von Sydow, A. Weber, și C. Reimer, "„Psychos” in den Medien," *Psychotherapeut*, vol. 43, no. 2, pp. 80–91, Mar. 1998, doi: <https://doi.org/10.1007/s002780050102>. (accesat pe 07.05.2024, 17:40)
- [31] C. Jess Groesbeck, "The Archetypal Image of the Wounded Healer," *Journal of Analytical Psychology*, vol. 20, no. 2, pp. 122–145, Jul. 1975, doi: <https://doi.org/10.1111/j.1465-5922.1975.00122.x>. (accesat pe 08.05.2024, 17:00)
- [32] G. D. Yonge, M. C. Regan, A longitudinal study of personality and choice of major. *Journal of Vocational Behavior*, 7, 41–65, 1975, doi: [https://doi.org/10.1016/0001-8791\(75\)90033-0](https://doi.org/10.1016/0001-8791(75)90033-0). (accesat pe 08.05.2024, 18:00)
- [33] H. Schauenburg, A. Buchheim, K. Beckh, T. Nolte, K. Brenk-Franz, F. Leichsenring, ... U. Dinger, The influence of psychodynamically oriented therapists` attachment representations on outcome and alliance in inpatient psychotherapy. *Psychotherapy Research*, 20, 193–202, 2010. <https://doi.org/10.1080/10503300903204043> (accesat pe 08.05.2024, 19:00)
- [34] J. Werz and V. L. Buechner, "The psychologist`s troubled background: Major related life experiences of psychology and law students," *Psychology teaching review*, vol. 23, no. 2, pp. 42–50, Jan. 2017, doi: <https://doi.org/10.53841/bpsptr.2017.23.2.42>. (accesat pe 08.05.2024, 20:00)
- [35] P. A. Connor-Greene, "Family, Friends, and Self: The Real-Life Context of an Abnormal Psychology Class.," *Teaching of Psychology*, vol. 28, no. 3, pp. 210–12, 2024, : <https://eric.ed.gov/?id=EJ648121> (accesat pe 08.05.2024, 21:00)