

Metode si tehnici de
optimizare a
comportamentului prosocial la
adultul emergent
și tinerii NEET din Romania

Conferința APR
11-14 noiembrie 2021

Autor: Violeta Lungu

Maturitatea emergentă (18-30 ani)

- Există tot mai multe dovezi că un individ la sfârșitul adolescenței nu poate fi considerat adult din punct de vedere fizic, fiziologic, intelectual, social, emoțional și comportamental.
- J. Arnett (2000, 2001, 2007 etc.) a propus maturitatea emergentă ca o fază a vieții între adolescență și maturitatea deplină, cu trăsături demografice, sociale și psihologice subiective distincte
- Erik Erikson a identificat o etapă pe care a numit-o adolescență prelungită sau moratoriu psihosocial la tinerii din societățile dezvoltate
- În 1966, J.E. Marcia [Marcia, 1966] identifica patru tipologii bazate pe teoriile elaborate de Erikson: Gardienii, Călătorii, Căutătorii și Rătăcitorii. Procentul mare de Căutători și Rătăcitori poate fi înțeles în contextul unei societăți în care realizarea alegerilor este **posibilă și problematică** în același timp
- Rezultatele cercetărilor genetice susțin perspectivă dezvoltării personalității în timpul tranziției la maturitate ca etapă specifică în timpul vieții.
- Organizația Națiunilor Unite a identificat tinerii, definiți ca fiind perioada cuprinsă între 15 și 24 de ani, ca o perioadă de vulnerabilitate la nivel mondial și a făcut din aceasta o prioritate pentru intervenții multiple



Sarcini ale maturității emergente (tradițional) și caracterul lor prosocial

părăsirea domiciliului părinților

finalizarea educației

găsirea unui loc de muncă

relații stabile sau căsătoria

înființarea unei familii

reconfigurarea și recadrarea relațiilor cu părinții pe alte baze

modelarea și construirea bazelor unei cariere

dezvoltarea morală/a unui sistem de credințe

viziunea unui viitor și speranța în acesta.

E x p l o r a r e / C r i z ă

- Status-uri ale identității realizate prin dinamica dintre explorare (criză) și angajament
- Starea de Moratorium – traseism academic – devine stare de Confuzie în care Angajamentul și Explorarea sunt suspendate.

A
n
g
a
j
a
m
e
n
t

	DA	NU
DA	<p>Realizare</p> <p>Individul a rezolvat criza de identitate și s-a angajat în îndeplinirea/achiziția unor scopuri particulare, credințe și valori.</p> <p><i>În prezent știu cine sunt și cine vreau să fiu. M-am hotărât să fiu pe cont propriu și să îmi văd de viața mea. Îmi iubesc părinții și prietenii, dar vreau să fiu eu însumi.</i></p>	<p>Stagnare</p> <p>Individul pare să știe cine este, dar nu s-a lansat în definirea identității, e atașat de statu-quo.</p> <p><i>Îmi urmez părinții. Îi respect pe ei și regulile lor, asta e viața mea. Unii prieteni nu mă înțeleg.</i></p>
NU	<p>Moratorium (suspendare)</p> <p>Individul experimentează o criză de identitate, își pune întrebări și caută răspunsuri. Poate experimenta consumul de substanțe, schimbări majore și relații.</p> <p><i>Trăiesc în prezent, experimentez. Anul trecut am vrut să mă apuc de cântat, anul asta mă gândesc să mă duc la Filosofie. Țsta sunt eu.</i></p>	<p>Confuzie</p> <p>Individul nu s-a gândit să resolve problemele de identitate și a eșuat în schițarea unei direcții de viață.</p> <p><i>Habar n-am. Nu îmi ascult părinții, sunt cam apatic. Da, sunt depresiv (ă).</i></p>

Schimbarea de paradigmă în maturitatea emergentă

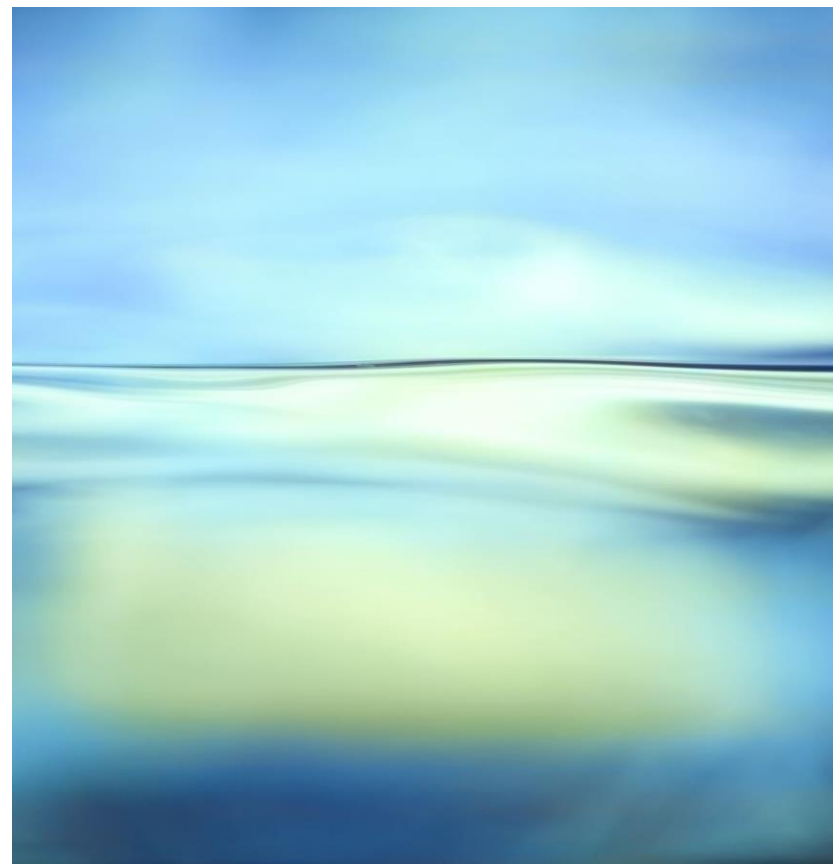
Prelungirea semnificativă a duratei de intrare în maturitate a generat caracteristici și sarcini noi pentru adultul emergent

- explorarea identității, care caută răspuns la întrebarea “cine sunt eu?” cu încercarea unor opțiuni diferite mai ales în sfera sentimentală și profesională – motiv pentru care perioada este caracterizată de instabilitate,
- centrare pe sine, dat fiind caracterul limitat al obligațiilor față de ceilalți
- sentimentul de a fi în tranziție, între etape, nici adolescent, nici adult
- posibilitățile și optimismul, perioada în care persoanele au sentimentul că au toată viața înaintea și își pot construi viața așa cum își doresc

Tinerii NEET

nu sunt nici în proces de educație, nici în formare profesională și nici angajați

(Not in Education, Employment, or Training)



Situație specială

- Traseismul academic
 - Absolvenți de liceu cu profil umanist care nu fac față cerințelor profilurilor academice științifice (exemple)





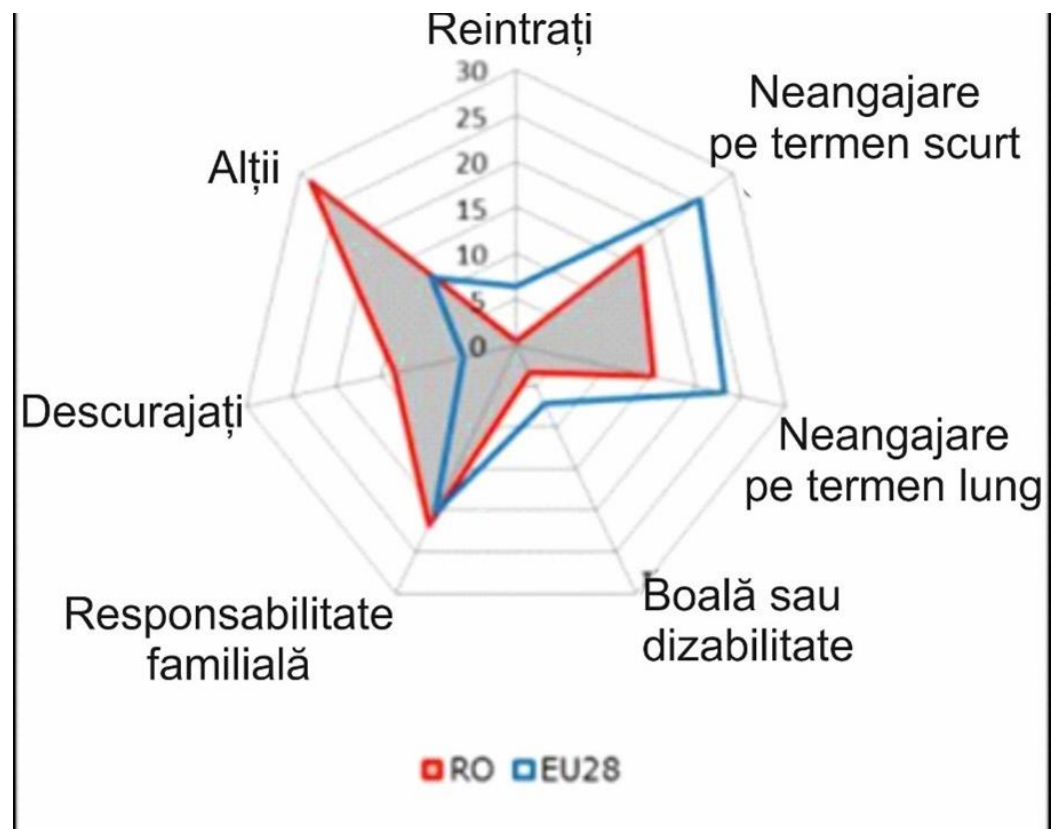
Eșecul de lansare în viață

- Lucrarea de față și-a propus să studieze eșecul de “lansare în viață” la adultul emergent tip NEET, incapacitatea comportamentală a acestuia de a deveni autonom, de a se integra activ în societate, prin prisma activării schemelor mentale dezadaptative.
- Sincronizarea acestor persoane cu ceasul social nu se produce, ele amână cristalizarea angajamentelor rolului de adult.

Întrebarea care se pune este dacă tinerii care nu reușesc să intre în roluri de adulți până la 25-30 de ani vor mai fi capabili să o facă vreodată

- Ratele cele mai scăzute de NEET sunt în Suedia (6.4%), Olanda (8.4%), Luxemburg (6.9%) și Malta (9.6%). În contrast, cele mai ridicate rate sunt înregistrate în Italia (25.9% și Grecia (24.7).
 - În România, la nivelul lui 2019 rata a fost de 20.9% [sursa: Eurostat]. Tendința în creștere.
 - NEET pentru tinerii de 15–29 ani din Republica Moldova se arată a fi extrem de mare – mai mult de 40% în 2016, ceea ce presupune că practic fiecare al doilea tânăr din țară este în afara unei forme de instruire sau pregătire profesională, precum și nu este încadrat în muncă. Tendința este în creștere. Cifra reala este de 27% (din estimare s-a scăzut migrația).
 - Ucraina – 18.7%
 - Bulgaria – 22.2%
 - Polonia – 14.6%
 - Media UE-28 – 14.8%
 - Turcia are o rată NEET de 30.9%.
-
- Consecințe ale fenomenului (îmbătrânire demografică, sisteme de pensii în colaps etc.)

Tinerii NEET în România



Impactul pandemiei și copingul cu viața

- **4 tineri din 10 care nu au un loc de muncă, educație sau formare profesională (NEET) au declarat căde la începutul pandemiei se simt „incapabili să facă față vieții” (Prince's Trust si YouGov)**



În studiul prezent nu au fost investigate mediile socioeconomice defavorizate, în care accesul la educație și muncă este limitat, excluziunea socială, instabilitatea și vulnerabilitatea sunt obiective, ca în zonele defavorizate din punct de vedere economic. În acest studiu am fost preocupați de aspectele psihologice ale tinerilor NEET care trăiesc într-un oraș mare, precum Bucureștiul și provin din familii medii ca nivel socio-economic și educațional.

La studiu au participat tineri sănătoși, absolvenți de liceu, care beneficiază de extinderea practicilor parentale dincolo de vârsta majoratului.

Pentru tinerii NEET optimizarea comportamentului ar putea însemna

A fi o ființă optimă, în accepțiune umanistă, înseamnă a lucra constant pentru a deveni persoana care fiecare este capabilă să fie

În termeni de competențe: autonomie, auto-determinare, auto-eficacitate, reziliență, flexibilitate, atribuire internă a responsabilității, concordanță și coerență a obiectivelor cu trebuințele motivaționale.

Echilibrarea nevoilor de autonomie, competență, relații, siguranță și concepție de sine;

Identificarea unor obiective care să corespundă acestor nevoi și care să se potrivească cu talentele și aspirațiile proprii, dar și cu nevoile societății;

Identificarea strategiilor de autoreglare și coping adaptativ;

Identificarea punctelor forte personale și cultivarea lor;

Capacitate de auto-evaluare constantă și implicit schimbarea obiectivelor personale atunci când condițiile o impun.

Cercetarea

La cercetare au participat 24 de tineri cu vârste între 23 și 26 ani

Condițiile de eligibilitate au fost următoarele:

fără ocupație de cel puțin 12 luni

nu este în proces de formare sau educație/are istoric de *traseism academic* (student la mai mult de a 3-a facultate)

locuiește cu părinții și este întreținut de aceștia

Participanții au fost selectați în urma unei cercetări inițiale constative la care au participat 212 tineri. Am confirmat faptul că nivelurile de manifestare a domeniilor schemelor mentale dezadaptative erau mai ridicate decât la tinerii care nu aparțin categoriei NEET.

Am considerat autonomia și autoeficacitatea ca factori de risc psihologic pentru a intra în categoria NEET

Ipoteza generală – am presupus că ameliorarea schemelor mentale dezadaptative, creșterea autonomiei (cognitive, afective, valorice) și creșterea eficacității ar putea ameliora condiția de NEET a tinerilor și diminuarea riscului de a intra în această categorie

Principiile intervenției

Programul de intervenție s-a bazat pe principiile enunțate de Yalom și Leszcz (2008) pentru grupurile de creștere-dezvoltare-vindecare personală.

Metodele și tehnicile au aparținut abordărilor cognitiv-comportamentale

modelul-cognitiv comportamental

modelul rațional-emotiv și comportamental focusat pe rezolvarea problemelor emoționale și comportamentale (Ellis și Maclaren, 2018)

modelul metacognițiilor disfuncționale (Wells și Cartwright-Hatton, 2004)

modelul schemelor dezadaptative timpurii (Young et al., 2015)

modelul schemei emoționale (Leahy, 2017)

modelul terapiei centrate pe soluții (SFPT, de Shazer et. al., 2007; Macdonald, 2011)

modelul de flexibilitate psihologică conform ACT (Hayes et al., 2005)

Principiile intervenției

orientarea pozitivă pe punctele forte

universalitate sau incluziune
acceptarea procesualității,

respectarea principiilor teoriilor
umaniste privind creșterea și
dezvoltarea personală,

optimizarea performanțelor
individuale prin dezvoltarea personală
progresivă,

echilibrarea sistemului de
personalitate prin conștientizarea a
ceea ce este realist, realizabil și
relevant în plan personal

respect pentru alegerile personale și
interpretările experiențelor personale.

Caracteristicile programulu

Identificarea unor obiective personale SMART (Specifice, Măsurabile, Abordabile, Relevante și încadrabile în Timp);

Incurajarea reflecției personale asupra proceselor situaționale conform principiului căruia dezvoltarea personalității pe termen lung are loc datorită proceselor situaționale repetate pe termen scurt (Wrzus și Roberts, 2016)

Feedback-ul specific ca parte a dezvoltării competențelor de comunicare și interrelaționare.

Instrumente de măsurare

Schemele dezadaptative timpurii au fost evaluate cu The Young Schema Questionnaire – Short form 3 (YSQ-S3).

Chestionarul de măsurare a autonomiei (Berar și Albu, 2007)

Autoeficacitatea personală generală (General Self-Efficacy Scale (GSE). Conține 10 itemi (Schwarzer, 1995)

Efectele programului de intervenție psihologică asupra schemelor timpurii, autonomiei și autoeficacității

Rezultate

Variabila	Experimental grup				Control Grup				Cohen d
	MEDIA (AS)	MEDIA (AS)	t	p	MEDIA (AS)	MEDIA (AS)	t	p	
	pretest	posttest			pretest	posttest			
Autoeficacitate	22.1 (4.7)	28.5 (6.1)	-4.772	.001	23.2 (5.2)	23.3 (6.9)	-.104	.692	d=.799
Autonomie	61.1 (10.2)	74.5 (13.8)	-8.149	.002	64.3 (12.1)	65.2 (12.9)	-.149	.552	d=.696
I. Separare	46.2 (16.8)	35.3 (15.1)	-2.479	.001	48.7 (18.8)	46.3 (16.1)	-1.24	.438	d=.705
II. Performanță	46.5 (16.2)	35.6 (16.1)	-6.961	.001	48.9 (17.3)	49.2 (15.4)	-.938	.368	d=.863
III. Limite	22.6 (7.7)	16.9 (8.6)	-5.993	.003	24.5 (7.4)	23.4 (7.8)	.432	.674	d=.792
IV. Dependență	38.2 (7.1)	28.2 (8.2)	-3.586	.002	38.4 (6.6)	36.2 (9.8)	1.037	.831	d=.885
V. Hipervigilență	24.3 (4.3)	18.9 (7.3)	-6.509	.005	25.2 (3.9)	24.1 (6.5)	.293	.786	d=.752

Concluzii

Programul de intervenție psihologică a ameliorat nivelul de manifestare a domeniilor schemelor dezadaptative timpurii și a crescut nivelul de autonomie și percepție a autoeficacității personale.

Prin urmare principiile grupurilor de dezvoltare personală și suport, împreună cu metodele și tehnicile intervențiilor cognitiv-comportamentale pot fi utilizate pentru optimiza comportamentul tinerilor NEET.

Am plecat de la premisa că impasul tinerilor NEET, anume capacitatea diminuată de a îndeplini sarcinile vârstei adulte emergent (conform teoriei lui J. Arnett) este cauzată, printre altele de manifestarea unor scheme dezadaptative timpurii, precum și autopercepția unei autonomii și autoeficacități diminuate.

Concluzii

Aceste rezultate demonstrează un rezultat îmbunătățit al participanților la grupul de intervenție psihologică. Intervenția a facilitat dezvoltarea psihologică și optimizarea comportamentală pentru tinerii NEET, care, până la finalul programului au depășit, pe rând, criteriile de apartenență la această categorie

(s-au angajat, și-au reluat studiile, au început să-și asigure subzistența ieșind din starea de dependență față de părinți).

Impactul final al intervenției este că a ajutat tinerii NEET să depășească această condiție, să își continue cursul de lansare în viață în acord cu aspirațiile proprii și de cerință pe piața muncii.

Vă mulțumesc!

Conferința APR
11-14 noiembrie 2021
