

PERSONALITATEA ȘI STILURILE DE ADAPTARE LA STRESUL PROFESIONAL. REZULTATELE UNUI STUDIU PE CADRE MILITARE

Viorel Robu *

Lucrarea prezintă rezultatele unei cercetări efectuate pe 50 de cadre MApN, al cărei obiectiv a fost explorarea relațiilor între stilurile de adaptare la stres, măsurate prin inventarul CISS [7], respectiv cei cinci mari factori de personalitate (modelul Big Five), măsurati prin chestionarul Alter Ego [3]. Premisa de la care am pornit este că trăsăturile de personalitate joacă un rol important în explicarea diferențelor interindividuale în ceea ce privește stilurile de adaptare la solicitările stresante, specifice vieții și activității din domeniul militar. Sunt prezentate și comentate rezultatele, care au indicat, pentru eșantionul investigat, o corelație semnificativ pozitivă între scorurile la scala „confruntarea cu situația stresantă” și scorurile la factorul „caracter conștiincios”, respectiv o corelație semnificativ negativă între scorurile la scala „reacții emoționale” și scorurile la factorul „stabilitate emoțională”. De asemenea, sunt prezentate rezultatele analizelor utilizând regresia liniară multiplă, care au indicat o contribuție semnificativă a scorurilor la factorul „caracter conștiincios” în explicarea varianței scorurilor la scala „confruntarea cu situația stresantă”, respectiv o contribuție semnificativă a scorurilor la factorul „stabilitate emoțională” în explicarea varianței scorurilor la scala „reacții emoționale”. În final, sunt discutate implicațiile rezultatelor obținute pentru evaluarea potențialului de adaptare a cadrelor militare la specificul activităților profesionale desfășurate.

I. INTRODUCERE

Numeroși autori au subliniat consecințele negative ale stresului profesional atât pentru indivizi, cât și pentru organizațiile în care aceștia activează. Au fost identificate o serie de costuri directe și indirecte (exprimabile în bani), pe care organizațiile cu un management deficitar al stresului le suportă [4]. De exemplu, în SUA factura este de aproximativ 200 de miliarde de dolari pe an (pierderi datorate scăderii productivității prin: absenteism, întârzierea la programul de lucru, demisii, conflictele dintre sindicate și patronate, plata taxelor medicale pentru angajații accidentați, etc.) [12]. Dintre costurile directe, *scăderea productivității în muncă* a angajaților (atât sub aspect cantitativ, cât și calitativ) este considerată ca fiind pe primul loc în topul consecințelor stresului [13].

Semnalele de alarmă din partea specialiștilor cu privire la consecințele negative ale stresului în viața cotidiană și la locul de muncă au determinat organizațiile de succes să se preocupe din ce în ce mai mult de *problema controlului stresului* în rândul angajaților lor. Eforturile vizează atât prevenirea stresului, cât și asistența specializată în vederea recuperării angajaților care întâmpină probleme datorită solicitărilor stresante. De asemenea, se caută dezvoltarea competențelor angajaților, necesare pentru a face față mai eficient solicitărilor specifice posturilor pe care le ocupă.

Aceeași atitudine au adoptat-o și structurile militare din cele mai dezvoltate state ale lumii, un exemplu în acest sens fiind cel al armatei americane. Investiția continuă în formarea de militari profesioniști, precum și în dezvoltarea de tehnologie informațională și de luptă, este strategia prin care armata americană reușește să-și păstreze eficiența general recunoscută.

Cunoașterea diferențelor interindividuale în ceea ce privește stilurile de adaptare ale cadrelor militare la stresul cotidian și la cel din mediul militar este importantă pentru evaluarea

* Asistent universitar drd, Universitatea „Petre Andrei” din Iași

adaptabilității la solicitările specifice vieții militare. În selecția pentru școlile de profil sau pentru posturile specifice structurilor militare, precum și în procesul de promovare pe linie profesională, evaluarea trăsăturilor de personalitate și a pattern-urilor comportamentale prin care aceasta se exprimă va aduce întotdeauna un plus informațional, util pentru diferențierea candidaților. Rămâne de datoria cercetării aplicate în domeniul militar să stabilească mai precis contribuția pe care variabilele legate de personalitate și comportament o au în predicția reușitei pe diferite posturi din sistemul militar.

II. OBIECTIVELE CERCETĂRII

Cu toate că studiile din domeniu nu au clarificat *rolul unor caracteristici individuale* în determinarea răspunsurilor la stres, există părerea unanim acceptată că, în interacțiune cu o serie de *factori situaționali* (de exemplu, experiența anterioară sau suportul social), anumite caracteristici (stabilitatea emoțională, stilul de atribuire cauzală, locul controlului, stima de sine, optimismul, etc.) mediază relațiile dintre *acțiunea obiectivă a unor stresori în viața cotidiană și în cea profesională, evaluările pe care indivizii le fac cu privire la aceștia și o serie de răspunsuri specifice* [Kahn și Byosiere, 1992; apud 10]. Aceste variabile, precum și interacțiunile dintre ele trebuie luate în calcul, atunci când se încearcă explicarea diferențelor interindividuale în ceea ce privește răspunsurile în situații stresante.

Cercetările asupra structurii personalității au demonstrat, în mod convingător, că numeroasele caracteristici personale non-cognitive pot fi rezumate prin *cinci factori*, reuniți sub binecunoscuta etichetă *Big Five*. Modelul este astăzi un cadru de lucru influent [8], reflectând o nouă tendință în studiul personalității [14]: trecerea de la abordarea analitică la cea sintetică, bazată îndeosebi pe utilizarea tehnicii analizei factoriale. Ultimele dezvoltări ale modelului acreditează ideea unei structuri ierarhice a personalității, care poate fi descrisă în termeni de factori și trăsături: în vârf se găsesc cei cinci *superfactori*, iar la un nivel inferior sunt plasate diversele *trăsături* (mai înguste în ceea ce privește conținutul psihologic) [1, 5, 6].

Un ansamblu de cercetări efectuate în ultimul deceniu al secolului trecut [Vollrath și colab., 1995; Watson și Hubbard, 1996; Rolland, 1997; apud 7] au evidențiat în mod sistematic covariații semnificative între diferite dimensiuni ale personalității și stilurile de adaptare la situații stresante. Pe un eșantion de 605 francezi, a fost aplicat atât inventarul CISS (*Coping Inventory for Stressful Situations*), care măsoară trei stiluri de adaptare la stres, cât și un inventar care măsoară cei cinci factori descriși de modelul Big Five [7]. Rezultatele au indicat o corelație semnificativ negativă între scorurile la stilul de adaptare implicând *reacții emoționale* și scorurile la dimensiunea *stabilitate emoțională*. Autorii arată că scorurile ridicate la variabila *nevrotism* (sau *instabilitate emoțională*), opusă stabilității emoționale, pot determina persoana să resimtă mediul înconjurător ca fiind amenințător la adresa proprii securității și integrități și, prin urmare, mai stresant. Persoana poate trăi mai frecvent și cu o intensitate mai mare, în comparație cu persoanele care obțin scoruri scăzute, un ansamblu de emoții negative (anxietate, depresie, stări de furie, culpabilitate, etc.) care, combinate cu o imagine negativă de sine, îi vor deteriora semnificativ capacitatea de a face față situațiilor problematice.

Studiul citat a mai evidențiat o corelație semnificativ pozitivă între scorurile la stilul implicând *confruntarea cu situațiile stresante* și scorurile la factorul *conștiinciozitate*. Explicația autorilor a fost că persoanele motivate de a depăși obstacolele, care sunt organizate și au simțul răspunderii față de propriile acțiuni, manifestă mai degrabă tendința de a încerca să stăpânească situațiile stresante cu care se confruntă decât de se ancora în emoții negative sau de a le evita.

Autorii concluzionează asupra relevanței factorilor *nevrotism* și *conștiinciozitate* pentru explicarea diferențelor interindividuale în ceea ce privește adaptarea la stres [7].

În cercetarea ale cărei rezultate le vom prezenta în continuare, am reluat demersul abordat de Endler și Parker (1998), utilizând *studiul corelațional* (care permite identificarea sensului și gradului de asociere dintre două sau mai multe variabile), respectiv *tehnica regresiei liniare*

multiple (care permite identificarea contribuției comune a unui ansamblu de variabile, precum și a fiecăreia în parte, în explicarea variației altei variabile, care constituie obiectul de interes al unei cercetări). *Obiectivele* avute în vedere au fost:

- ✓ identificarea stilului sau stilurilor de adaptare la situațiile stresante specifice mediului militar, predominante în rândul subiecților investigați;
- ✓ studierea mărimii și sensului asocierilor între scorurile la stilurile de adaptare la stresul profesional, măsurate cu inventarul CISS [7] și scorurile la cei cinci mari factori de personalitate, măăsurați cu chestionarul Alter Ego [3];
- ✓ identificarea contribuției individuale, precum și a celei comune, pe care factorii de personalitate o au în explicarea variației scorurilor la fiecare dintre cele trei stiluri de adaptare la situațiile stresante, măsurate cu inventarul CISS.

III. METODOLOGIE

1. Instrumente și procedură

Inventarul CISS permite evaluarea stilurilor de adaptare la situații stresante prezente la un individ. Aplicarea inventarului este facilă, prezentând, comparativ cu alte instrumente, o serie de avantaje legate de economia de timp în administrare și de ușurința interpretării.

Itemii inventarului operaționalizează trei stiluri de adaptare la situații stresante, independente din punct de vedere psihometric: *confruntarea cu situația stresantă*, *reacții emoționale* și *evitarea situației stresante*. Ultima scală are două componente, și-anume: *orientarea spre alte activități*, respectiv *căutarea contactelor sociale*.

Inventarul CISS poate fi aplicat utilizându-se două consemne diferite: unul <<profesional>> (subiectul trebuie să răspundă referindu-se la situațiile stresante care apar în viața sa profesională, în definitiv la locul de muncă) și altul <<general>> (subiectul trebuie să se refere la situațiile stresante din viața sa personală). În cadrul cercetării noastre, am utilizat consemnul <<profesional>>.

Inventarul poate fi administrat atât individual, cât și colectiv, timpul de completare fiind, în medie, de aproximativ 10 minute. Cuprinde 48 de itemi (câte 16 pentru fiecare stil de adaptare în parte), la care subiecții pot răspunde pe o scală Likert în cinci trepte: de la 1 – *Deloc* la 5 – *Mult*.

Fiecare item va fi cotate în funcție de varianta aleasă de subiect. În cazul în care mai mult de cinci itemi au răspunsuri ambigue (două variante încercuite sau nici una), protocolul este considerat invalid. Dacă cinci itemi sau mai puțini nu au fost completați sau au două variante încercuite, fiecăruia i se va acorda scorul 3. Pornind de la răspunsurile unui subiect, pot fi calculate cinci scoruri, corespunzătoare celor cinci stiluri de adaptare la situații stresante.

Chestionarul Alter Ego

Chestionarul *Alter Ego* [3] permite evaluarea celor cinci factori fundamentali, precum și a zece trăsături specifice de personalitate. Chestionarul este destinat atât adolescenților, cât și adulților de orice vârstă, normal alfabetizați. Contextele în care poate fi utilizat sunt variate: de la psihologia ocupațională (selecție, orientare), psihologia clinică la psihologia educațională.

Chestionarul cuprinde 132 de itemi, care cotează pentru 11 scale (zece fațete ale personalității – trăsături și o scală de dezirabilitate socială, pentru validarea protocolului de răspunsuri). Subiecții pot răspunde pe o scală Likert în cinci trepte: de la A – *întru totul adevărat* până la E – *întru totul fals*.

Cele zece fațete (trăsături) sunt mai înguste în ceea ce privește conținutul psihologic. Acestea sunt: *dinamismul*, *dominanța*, *cooperarea*, *atitudinea amicală*, *meticulozitatea*, *perseverența*, *controlul emoțiilor*, *controlul impulsurilor*, *deschiderea spre cultură* și *deschiderea spre experiență*.

2. Lotul de subiecți

Datele cercetării au provenit din prelucrarea răspunsurilor unui număr de 50 cadre MAPN (de la UM 01156 din Iași), care au completat chestionarele CISS și Alter Ego. Subiecții, toți bărbați, au avut vârste cuprinse între 23 și 48 de ani ($m = 32.18$, $s = 5.30$ ani). Dintre aceștia, 15 erau necăsătoriți, 33 căsătoriți, iar doi nu au precizat situația familială. În ceea ce privește studiile, 21 aveau absolvită școala militară (studii postliceale), 10 - liceul, iar 19 - studii superioare (academie militară sau altele). Gradele militare se prezintă după cum urmează: ofițeri (20), subofițeri (26) și maiștri militari (4).

IV. REZULTATE

1. Stilurile dominante de adaptare la situații stresante în rândul militarilor investigați

Tabelul 1 prezintă indicatorii statistici descriptivi pentru distribuțiile scorurilor la scalele inventarului CISS, respectiv comparațiile între medii (efectuate cu testul „t” pentru măsuri repetate).

Tabelul 1. Indicatori statistici descriptivi pentru scalele inventarului CISS
(N = 50 cadre militare)

Indicatori descriptivi	Scale inventar CISS				
	Cs	Em	Ev	Oac	Ccs
Medie	63.2	33.76	41.44	17.56	15.68
Mediana	63.5	32.50	40.50	17.00	15.00
Mod	49.0	41.00	44.00	8.00	13.00
Abatere standard	9.44	10.48	13.77	7.40	4.64
Skewness (asimetrie)	-	- 0.42	0.36	0.75	- 0.05
Kurtosis (boltire)	0.12	- 0.49	- 0.40	- 0.02	-0.85
Minim	43.0	16.00	19.00	8.00	6.00
Maxim	80.0	58.00	75.00	36.00	24.00
	Cs-Em	t = 15.57, p < 0.001			
	Em-Ev	t = - 3.84, p < 0.001			
	Cs-Ev	t = 9.71, p < 0.001			

* distribuții multimodale (în tabel sunt indicate doar cele mai mici dintre valorile modale); Cs – confruntarea cu situația; Em – emoții; Ev – evitare; Oac – orientarea către alte activități; Ccs – căutarea contactelor sociale.

Se observă distribuții asimetrice la scalele *reacții emoționale*, *evitare* și *orientarea către alte activități*. Pentru scalele *confruntarea cu situația stresantă*, respectiv *căutarea contactelor sociale*, abaterile valorilor indicatorului de asimetrie de la valoarea teoretică (= zero) sunt nesemnificative. Valoarea negativă a indicatorului de asimetrie (skewness = - 0.42), în cazul distribuției scorurilor la

scala *reacții emoționale*, exprimă tendința scorurilor de a se concentra sub medie. În schimb, valoarea pozitivă a indicatorului de asimetrie (skewness = 0.36), în cazul distribuției scorurilor la scala *evitare*, exprimă tendința scorurilor de a se concentra peste media distribuției.

În același timp, scorurile la scala *confruntarea cu situația stresantă* au avut cea mai omogenă distribuție (abaterea standard = 9.44), media acestora diferind semnificativ statistic de mediile distribuțiilor la scalele *reacții emoționale* ($t = 15.57, p < 0.001$), respectiv *evitare* ($t = 9.71, p < 0.001$). Media scorurilor la scala *evitare* a fost semnificativ mai mare decât media scorurilor la scala *reacții emoționale* ($t = 3.84, p < 0.001$). Ierarhizând mediile scorurilor la cele trei scale, observăm că pe primul loc se situează scala *confruntarea cu situația stresantă*, urmată de scala *evitare* și de scala *reacții emoționale*.

Rezultatele trecute în revistă mai sus ne-au determinat să ne întrebăm dacă nu cumva militarii respondenți au considerat *reacțiile emoționale* în situații stresante ca fiind indezirabile, căutând să răspundă în sensul opus, dezirabil pentru prezentarea într-o lumină favorabilă a unei persoane. Aceeași ipoteză ar putea fi emisă în cazul rezultatelor la scalele *confruntarea cu situația stresantă*, respectiv *evitare*. Dacă într-adevăr s-a întâmplat așa, atunci în analiza rezultatelor trebuie să ținem cont de *problema sincerității răspunsurilor subiecților* și de capacitatea inventarului CISS, în formatul în care l-am utilizat, de a permite un diagnostic cât mai precis al stilurilor preferențiale de adaptare în situații stresante.

La fel de posibilă este și situația ca militarii investigați să fi deținut, în mod real, competențele care să-i ajute să facă față unor situații stresante specifice mediului militar, aspect reflectat în rezultatele la scalele inventarului CISS. Aceste competențe pot fi rezultatul eforturilor militarilor, confrunțați în repetate rânduri cu diverse situații problematice, de a găsi strategii cât mai eficiente pentru a face față solicitărilor specifice structurii militare.

2. Corelații între stilurile de adaptare la stres și cei cinci factori de personalitate din modelul Big Five

Tabelul 2 prezintă valorile corelațiilor între scorurile la scalele inventarului CISS și scorurile la scalele chestionarului Alter Ego.

Tabelul 2. Corelații între stilurile de adaptare la stres și factorii (trăsăturile) de personalitate (N = 50 cadre militare)

Scale Alter Ego	Scale CISS				
	Cs	Em	Ev	Oac	Ccs
Energie	0.25	0.36 **	0.18	0.14	0.13
Amabilitate	- 0.13	0.50 **	0.01	0.05	- 0.01
Caracter conștiincios	0.49 **	- 0.19	0.02	- 0.07	0.14
Stabilitate emoțională	- 0.06	0.58 **	- 0.17	- 0.16	- 0.18
Deschidere)	0.34 **	0.16	0.11	0.17
Dinamism	0.18	- 0.35 *	0.22	0.16	0.18
Dominanță	0.26	- 0.29 *	0.10	0.09	0.07
Cooperare	0.18	- 0.30 *	0.02	0.02	0.08
Atitudine amicală	- 0.38 **	- 0.45 **	- 0.004	- 0.01	- 0.10
Meticulozitate	0.38 **	- 0.06	0.09	- 0.02	0.22

Perseverență	0.43 **	- 0.28 *	- 0.10	- 0.11	- 0.03
Controlul emoțiilor	0.05	- 0.62 **	- 0.24	- 0.20	- 0.26
Controlul impulsurilor	- 0.14	- 0.45 **	- 0.08	- 0.09	- 0.09
Deschiderea experiențe	SÎ 0.17	- 0.29 *	0.13	0.07	0.16
Deschiderea spre cultur	0.16	- 0.29 *	0.14	0.10	0.13

* $p < 0.05$; ** $p < 0.01$; Cs – confruntarea cu situația; Em – emoții; Ev – evitare; Oac – orientarea către alte activități; Ccs – căutarea contactelor sociale

Corelațiile între stilurile de adaptare la situațiile stresante din viața profesională și factorii de personalitate, pentru lotul de cadre MapN investigat, au confirmat așteptările noastre. Corelația semnificativ pozitivă ($r = 0.49$, $p < 0.01$) între scorurile la scala *confruntarea cu situația stresantă* și scorurile la factorul *caracter conștiincios* a confirmat datele din literatura de specialitate [Vollrath și colab., 1995; Watson și Hubbard, 1996; Rolland, 1997a; apud 7]. Scorurile la scala *confruntarea cu situația stresantă* au corelat semnificativ pozitiv și cu scorurile la fiecare dintre componentele factorului *caracter conștiincios* (*meticulozitate*, respectiv *perseverență*, în cazul căreia corelația a fost mai mare ca valoare).

Corelația semnificativ negativă ($r = - 0.58$, $p < 0.01$) între scorurile la scala *reacții emoționale* și scorurile la factorul *stabilitate emoțională* este justificată, dacă avem în vedere că stabilitatea emoțională reprezintă polul opus nevrotismului. De asemenea, scorurile la scala *reacții emoționale* au corelat semnificativ negativ cu scorurile la fiecare dintre componentele factorului *stabilitate emoțională* ($r = - 0.62$, $p < 0.01$ cu scorurile la scala *controlul emoțiilor*, respectiv $r = - 0.45$, $p < 0.01$ cu scorurile la scala *controlul impulsurilor*).

Corelația semnificativ negativă ($r = - 0.36$, $p < 0.01$) între scorurile la scala *reacții emoționale* și scorurile la factorul *energie* ar putea fi explicată prin componentele acestui factor: *dinamismul* (resursele energetice și investiția acestora), respectiv *dominanța* - capacitatea unui individ de a se impune în fața altora, de a fi cel mai bun, de a face față provocărilor, .

Corelația semnificativ negativă ($r = - 0.34$, $p < 0.01$) între scorurile la scala *reacții emoționale* și scorurile la factorul *deschidere* ne trimite către ipoteza rolului jucat de capacitatea unei persoane de a fi flexibilă în gândire (capacitatea de a analiza o problemă sau de a considera un lucru din diferite unghiuri), de a încerca soluții noi în rezolvarea unor probleme dificile.

3. Analiza de regresie liniară. Contribuția variabilelor *caracter conștiincios* și *stabilitate emoțională*

Calculul corelațiilor ne indică sensul și măsura în care două variabile se asociază (covariază). Atunci când se pune problema determinării contribuției pe care variația unui set de două sau mai multe variabile (predictori) o are în explicarea variației unei alte variabile (criteriu), apelul la *tehnica regresiei liniare* este absolut necesar. Tehnica este frecvent utilizată în studiile de validare a unui test psihologic, în vederea utilizării într-un anumit domeniu sau în studiile din alte domenii ale psihologiei, pentru surprinderea relațiilor complexe între mai multe variabile între care există covariații liniare.

Tabelele 3 și 4 prezintă valorile celor mai importanți indicatori, rezultați în urma efectuării analizelor de regresie liniară multiple ierarhice, luându-se ca variabile predictor scorurile la scalele chestionarului de personalitate Alter Ego, iar ca variabile criteriu scorurile la scalele inventarului CISS.

Tabelul 3. Rezultatele analizei de regresie liniară multiplă ierarhică (variabila criteriu – scorurile la scala *confruntarea cu situația stresantă*)

Model	Variabile predictor	Semnif. contribuției fiecărui predictor	F	p	R	R ²
1	Energie	ns	3.2	ns	0.2	0.06
			4		5	3
2	Energie	*	3.0	*	0.3	0.11
	Amabilitate	ns	5		3	5
3	Energie	ns	5.9	**	0.5	0.27
	Amabilitate	ns			2	8
	Caracter conștii	**			1	
4	Energie	ns	4.5	**	0.5	0.28
	Amabilitate	ns			3	8
	Caracter conștii	**			4	
	Stabilitate emoț	ns				
5	Energie	ns	4.0	**	0.5	0.31
	Amabilitate	ns			1	3
	Caracter conștii	**				
	Stabilitate emoț	ns				
	Deschidere	ns				

* $p < 0.05$; ** $p < 0.01$

Considerat singur, factorul *energie* a explicat doar 6.3 % din variația scorurilor la scala *confruntarea cu situația stresantă* ($R = 0.25$, $R^2 = 0.063$). Adăugarea factorului *amabilitate* a ridicat procentul din variația scorurilor la variabila criteriu avută în vedere, explicat de combinația *energie + amabilitate*, la 11.5 % ($R = 0.33$, $R^2 = 0.115$), deși acesta nu a avut o contribuție semnificativă. Scorurile la factorii *energie*, *amabilitate* și *caracter conștiincios* au avut o relație semnificativă statistic cu scorurile la scala *confruntarea cu situația stresantă* ($F = 5.91$, $p < 0.01$), explicând împreună aproximativ 28 % din variația variabilei criteriu ($R = 0.52$, $R^2 = 0.278$). Scorurile la factorul *caracter conștiincios* au avut o contribuție semnificativă în explicarea variației variabilei criteriu. Introducerea în analiză a variabilei *stabilitate emoțională* nu a modificat semnificativ relația setului de predictorii cu variabila criteriu luată în considerare, factorul *caracter conștiincios* păstrându-și contribuția semnificativă. În schimb, adăugarea factorului *deschidere* a condus la un procent de 31.3 % din variația scorurilor la scala *confruntarea cu situația stresantă*, explicat de toți cei cinci factori de personalitate măsurați cu chestionarul Alter Ego. Din nou, factorul *caracter conștiincios* și-a păstrat contribuția semnificativă în explicarea variației scorurilor la scala *confruntarea cu situația stresantă*.

Datele arată că factorii *caracter conștiincios* și *deschidere* au produs anumite creșteri ale procentului din variația scorurilor la scala *confruntarea cu situația stresantă*, explicat de combinațiile avute în vedere. Dintre aceștia, factorul *caracter conștiincios* a condus la cea mai substanțială creștere (de la 11.5 % pentru combinația *energie + amabilitate* la 27.8 % pentru combinația *energie + amabilitate + caracter conștiincios*), păstrându-și o contribuție semnificativă în toate combinațiile avute în vedere.

Pe de altă parte, împreună, factorii *caracter conștiincios* și *stabilitate emoțională* au explicat 26.8 % din variația scorurilor la scala *confruntarea cu situația stresantă* ($R = 0.52$, $R^2 = 0.268$), dar numai primul factor a avut o contribuție semnificativă.

Tabelul 4 prezintă rezultatele analizei de regresie liniară, efectuată luând ca variabile explanatorii scorurile la scalele chestionarului Alter Ego și ca variabilă criteriu (explicată) scorurile la scala *reacții emoționale*.

Tabelul 4. Rezultatele analizei de regresie liniară multiplă ierarhică (variabila criteriu – scorurile la scala *reacții emoționale*)

Mode	Variabile predi	Semnif. contribuției fiecărui predictor	F	p	R	R ²
1	Energie	**	6.9 8	**	0.3 5	0.127
2	Energie Amabilitate	ns **	7.7 9	** *	0.4 9	0.249
3	Energie Amabilitate Caracter conștiir	ns ** ns	5.1 4	** **	0.5 0	0.251
4	Energie Amabilitate Caracter conștiir Stabilitate emoți	ns ns ns ***	8.2 2	** *	0.6 5	0.422
5	Energie Amabilitate Caracter conștiir Stabilitate emoți Deschidere	ns ns ns *** ns	6.5 2	** *	0.6 5	0.426

** p < 0.01; *** p < 0.001

Singur, factorul *energie* a explicat 12.7 % din variația scorurilor la variabila criteriu ($R = 0.35$, $R^2 = 0.127$), relația acestuia cu scorurile la scala *reacții emoționale* fiind semnificativă statistic ($F = 6.98$, $p < 0.01$). Adăugarea factorului *amabilitate* a ridicat procentul explicat din variația scorurilor la variabila *reacții emoționale* la aproximativ 25 % ($F = 7.79$, $p < 0.001$; $R = 0.49$, $R^2 = 0.249$), scorurile la factorul *amabilitate* având o contribuție semnificativă statistică.

Introducerea în analiză a factorului *caracter conștiincios* nu a modificat semnificativ relația setului de predictorii cu variabila criteriu luată în considerare ($F = 5.14$, $p < 0.01$; $R = 0.50$, $R^2 = 0.251$). În schimb, adăugarea factorului *stabilitate emoțională* a condus la un procent de 42.2 % din variația scorurilor la scala *reacții emoționale*, explicat de toți cei cinci factori de personalitate ($F = 8.22$, $p < 0.001$; $R = 0.65$, $R^2 = 0.422$), factorul *stabilitate emoțională* fiind singurul cu o contribuție semnificativă din punct de vedere statistic. În fine, introducerea în analiză a factorului *deschidere* nu a modificat semnificativ relația setului de predictorii cu variabila criteriu luată în considerare ($F = 6.52$, $p < 0.001$; $R = 0.65$, $R^2 = 0.426$), factorul *stabilitate emoțională* păstrându-și contribuția semnificativă.

Pe de altă parte, luarea în considerare doar a factorilor *stabilitate emoțională* și *caracter conștiincios* a condus la un procent explicat de 34.0 % din variația scorurilor la scala *reacții emoționale* ($R = 0.583$, $R^2 = 0.340$), cu o contribuție semnificativă din punct de vedere statistic doar din partea factorului *stabilitate emoțională*.

Datele indică o contribuție semnificativă din partea factorului *stabilitate emoțională* în explicarea variației scorurilor la scala *reacții emoționale*.

Datele obținute în urma efectuării analizei de regresie luând drept criteriu scorurile la scala *evitare* nu au produs rezultate semnificative din punct de vedere statistic. Din acest motiv, la care se adaugă cerințele legate de lungimea lucrării, ele nu sunt prezentate aici.

V. DISCUȚII. CONCLUZII

Rezultatele cercetării noastre au fost consistente cu cele obținute în cadrul unor studii citate în literatura de specialitate [7], care au arătat că factorii *nevrotism* și *conștiinciozitate* pot fi considerați ca fiind cei mai importanți în evaluarea adaptării la stres. Primul poate fi legat de un stil mai degrabă pasiv și ineficace de adaptare la solicitările stresante din viața cotidiană și profesională, iar cel de-al doilea de un stil activ, centrat pe problemă. Datele analizelor de regresie liniară întreprinse, luând ca variabile explanatorii factorii de personalitate și ca variabile explicate stilurile de adaptare la stres, au confirmat corelațiile semnificative între scorurile la factorii *stabilitate emoțională* și *caracter conștiincios* pe de o parte, respectiv scorurile la scalele *reacții emoționale* și *confruntarea cu situația*, pe de alta. Implicațiile acestor rezultate pentru cercetările din domeniul psihologiei militare pot fi analizate pe două direcții:

✓ pe de o parte, *rolul pe care îl joacă caracteristicile individuale* (iar dintre acestea, anumite trăsături de personalitate) în medierea răspunsurilor individuale ale militarilor la stresul cotidian și la cel profesional;

✓ pe de alta, *importanța cunoașterii acestor caracteristici* (și, mai specific, a trăsăturilor de personalitate care au demonstrat relații semnificative cu adaptarea la solicitări) în evaluarea potențialului de adaptare al militarilor la stresul specific structurii militare.

1. Rolul personalității în adaptarea militarilor la stresul profesional

Numeroase modele explicative au încercat să delimiteze *cauzele stresului cotidian și profesional, răspunsurile variate* pe care acesta le determină (abordare bazată pe diferențele interindividuale), *inclusiv fenomenele de inadaptare*, precum și *strategiile* care pot fi utilizate pentru înlăturarea acestora și optimizarea funcționării individului în relație cu solicitările la care este supus continuu. Cele mai multe dintre aceste modele teoretice au pornit de la premisa existenței unui *sistem relațional complex* între *solicitările stresante* (problemele din viața cotidiană și profesională), o serie de *caracteristici individuale* (de exemplu, anumite trăsături de personalitate, stima de sine, autoeficacitatea, stilul de atribuire, optimismul și speranța, viziunea asupra existenței obiective) și *răspunsurile individului*. Scopul implicit al acestor modele a fost de a identifica care sunt cele mai eficace strategii de gestionare a stresului (prevenție și intervenție suportivă).

Studiile au adâncit nivelul de analiză, căutând să arate în ce măsură personalitatea influențează alegerea și utilizarea de către indivizi a diverselor strategii de adaptare la situațiile stresante. În același timp, s-a sugerat că personalitatea unui individ poate fi, la rândul ei, influențată de evenimentele de viață majore prin care acesta trece. Astfel, unii autori au considerat că *emoțiile negative* trăite de o persoană care resimte stresul pot deveni, la rândul lor, surse de stres, influențând atât evaluarea situațiilor pe care aceasta le traversează, cât și strategiile de adaptare la care apelează [11]. Alți autori s-au întrebat dacă nu cumva *nivelul crescut al nevrotismului* (o trăsătură mai largă decât emoționalitatea negativă) prezent la o persoană reprezintă, el însuși, expresia unei predispoziții a acesteia (vulnerabilitate) spre a trăi intens stresul resimțit în propria viață cotidiană și profesională [9]. Unele studii longitudinale asupra evenimentelor de viață stresante au arătat că factorul *nevrotism* poate contribui direct sau indirect, prin asocierea cu o frecvență mai mare a expunerii la evenimente de viață traumatizante, la determinarea răspunsurilor dezadaptative ale indivizilor la stresul psihic. De exemplu, nivelul ridicat al *nevrotismului* prezent la o persoană se asociază cu predispoziția acesteia de a se autoaprecia negativ și de a trăi emoții negative vis-à-vis de situație și de propriile resurse. O astfel de soluție conduce mai degrabă la accentuarea simptomelor stresului resimțite subiectiv decât la diminuarea acestora.

Nevrotismul trebuie legat de *modelul tranzacțional al stresului*, care presupune că reacțiile dezadaptative ale unei persoane care se confruntă cu un stres intens și prelungit reflectă *aprecierile sale negative cu privire la propriile resurse*, precum și *impactul strategiilor de soluționare* a unor probleme anterioare cu care s-a confruntat.

Armata constituie o organizație închisă și puternic ierarhizată, având și alte caracteristici,

recunoscute în opinia publică comună ca fiindu-i specifice. Date fiind solicitările specifice activităților din mediul militar, profesia de militar constituie una dintre cele mai stresante profesii. Semnificațiile stresului, în contextul organizației militare, trebuie legate, în primul rând, de necesitatea adaptării militarilor la o serie de exigențe adesea foarte aspre, de solicitările fizice și psihice permanente la care sunt supuși aceștia, accentuate pe timp de criză (conflict militar), de schimbările majore în stilul de viață pe care le implică intrarea în sistemul militar.

Cercetările din domeniul psihologiei militare au preluat modelele teoretico-explicative cu privire la stresul cotidian și la cel profesional, adaptându-le la caracteristicile mediului militar. În această perspectivă, considerăm că modelul propus de Kahn și Byosiere (1992), cu privire la cauzele și la consecințele stresului organizațional, precum și la variabilele mediatore, poate fi adaptat și contextului organizației militare, sugerând rolul jucat de interacțiunea dintre *factorii situaționali* (dependenți de specificul organizării și al relațiilor din mediul militar) și *caracteristicile individuale ale militarilor* (printre care se numără anumite trăsături de personalitate) în medierea răspunsurilor individuale ale acestora la stresul specific mediului militar.

Unii autori au vorbit despre *nucleul adaptării la mediul militar* [2], arătând că trăsăturile de personalitate care favorizează integrarea în sistemul militar țin de capacitatea militarului de a se subordona autorității, de capacitatea de a suporta anumite privațiuni și constrângeri, de controlul emoțional și menținerea unui tonus afectiv optim, de inteligența socială și emoțională, sociabilitatea și deschiderea spre grupul militar, de normele și valorile la care aderă. Absența sau prezența la un nivel scăzut a acestor trăsături poate contribui la fenomenele de inadaptare la mediul militar a tinerilor recruți, a cursanților din cadrul școlilor militare, a civililor angajați în sistemul militar pe bază de contract sau chiar a cadrelor școlarizate pentru profesia de militar, dar aflate la început de drum. De asemenea, trebuie luată în calcul și *vulnerabilitatea construcției militarului*, prin aceea că aceasta poate oferi un teren fragil pentru instalarea unor reacții dezadaptative la solicitările stresante din viața personală și profesională.

2. Importanța cunoașterii personalității în evaluarea capacității de adaptare la stresul specific vieții militare

Se știe că la baza funcționării cotidiene și profesionale a individului stă un complex de trăsături, motivații și de factori situaționali. Modalitățile de a face față situațiilor problematice și solicitărilor specifice mediului militar depind, în primul rând, de cunoștințele, deprinderile și abilitățile militarului. Ne referim la: capacitatea generală de adaptare cognitivă, resursele energetice, dispozițiile și tendințele motivatoare, mecanismele defensive dezvoltate în experiența anterioară și probate ca fiind eficiente.

De aceea, importanța cunoașterii relațiilor între personalitatea militarilor și stilurile de adaptare la stresul specific mediului militar rezidă în posibilitatea descrierii acestora din urmă în termeni de comportamente, dispoziții și tendințe, cu implicații teoretice și practice pentru evaluarea competențelor profesionale ale militarilor.

Datele obținute în cadrul cercetării ne-au condus la concluzia că *stabilitatea emoțională* și *conștiinciozitatea* militarilor ar putea fi cei mai buni predictorii ai stilurilor de adaptare la situațiile profesionale stresante, specifice mediului militar: *confruntarea cu situațiile stresante* (încercarea de a rezolva problema) – un stil eficient, bazat pe implicarea în depășirea situațiilor sau *centrarea pe propriile emoții negative* legate de situațiile stresante – un stil mai degrabă pasiv și ineficient în raport cu cerințele adaptării rapide la numeroasele solicitări. Evaluarea acestor trăsături poate constitui o resursă importantă pentru *formarea și dezvoltarea competențelor* necesare adaptării la mediul militar a tinerilor debutanți în această profesie sau pentru *selecția* în școlile militare sau pentru posturile cu diferite nivele de responsabilitate din cadrul structurilor militare.

Bibliografie

- [1]. Barbaranelli, C., Caprara, G. V. (1996). How Many Dimensions to Describe Personality ? A Comparison of Cattell, Comrey, and the Big Five Taxonomies of Personality Traits. *European Review of Applied Psychology*, 46 (1).
- [2]. Bob, N. (2005). Rolul convingerilor despre sine și lume în procesul de adaptare al tinerilor la mediul militar. În Cracsner, C.E. (coord.). *Psihologie aplicată în mediul militar*. București: Editura Universității Naționale de Apărare.
- [3]. Caprara, G. V., Barbaranelli, C., Borgogni, L. (2001). *Alter Ego – Les cinq facteurs fondamentaux de la personnalité. Manuel d'utilisation et d'interprétation*. Paris: Editions et Applications Psychologiques.
- [4]. Cascio, W. F. (1992). *Managing Human Resources. Productivity, Quality of Work Life, Profits* (third edition). Singapore: McGraw-Hill, Inc.
- [5]. Costa, P. T., Jr., McCrae, R. R. (1992). *Revised NEO Personality Inventory (NEO PI-R™) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI). Professional Manual*. Odessa, Florida: Psychological Assessment Resources, Inc.
- [6]. Costa, P. T., Jr., McCrae, R. R. (1995). Domains and Facets: Hierarchical Personality Assessment Using the Revised NEO Personality Inventor. *Journal of Personality Assessment*, 64 (1).
- [7]. Endler, S. N., Parker, J. D. A. (1998). *CISS. Inventaire de Coping pour la Situations Stressantes* (traduction francaise par J. P. Rolland). Paris: ECPA.
- [8]. Guion, R. M. (1998). *Assessment, Measurement, and Prediction for Personnel Decisions*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- [9]. Matthews, G., Deary, I. J., Whiteman, M. C. (2005). *Psihologia personalității. Trăsături, cauze, consecințe* (trad.). Iași: Editura Polirom.
- [10]. Muchinsky, P. M. (2000). *Psychology Applied to Work. An Introduction to Industrial and Organizational Psychology* (6th edition). Belmont, California: Wadsworth.
- [11]. Nut, S. (2003). *Anxietate si performanta la tineri*. Timisoara: Editura Eurostampa.
- [12]. Stora, J. B. (1993). *Stresul*. București: Editura Meridiane.
- [13]. Sullivan, S. E., Bhagat, R. S. (1992). Organizational Stress, Job Satisfaction and Job Performance: Where Do We Go from Here. *Journal of Management*, 3.
- [14]. Zlate, M. (1997). Big Five – o tendință accentuată în studiile despre personalitate. În Zlate, M., *Eul și personalitatea*. București: Editura Trei.

Publicat in volumul *Psihologia organizației militare și selecția psihologică a resursei umane* (coord. Constantin-Edmond Cracsner), Editura Universității Naționale de Apărare „Carol I”, București, 2007