



Carolina CALARAȘ

dr., conf. univ.,
Universitatea Pedagogică de Stat I. Creangă din Chișinău

Rolul autocunoașterii în dezvoltarea personală a studenților-pedagogi în contextul provocărilor sociale¹

Rezumat: *Articolul abordează rolul autocunoașterii în dezvoltarea personală a studenților-pedagogi în contextul provocărilor sociale și explică aspectele teoretice și metodologice de optimizare a procesului de autocunoaștere. Autoarea descrie componentele procesului de autocunoaștere; delimitează conceptele de om, individ, personalitate; precizează factorii dezvoltării umane/personale, corelându-i cu coordonatele esențiale ale dezvoltării umane; analizează și specifică câteva strategii de autocunoaștere în dezvoltarea personală a studenților-pedagogi.*

Cuvinte-cheie: *autocunoaștere, dezvoltare personală, structura personalității umane, factorii dezvoltării personale, strategii de autocunoaștere.*

Abstract: *The article focuses on specifying the role of self-knowledge in the personal development of student teachers in the context of societal challenges, as well as on establishing and explaining the theoretical and methodological aspects of optimizing the process of self-knowledge in the context of personal development. In this context, the author explains the components of student teachers' self-knowledge; delimits the concepts of human, individual, and personality; specifies the factors of human/personal development, correlating them with the essential coordinates of human development; analyzes the spheres and dimensions of the personal development of student teachers and specifies a number of practical strategies for self-knowledge in the personal development of student teachers.*

Keywords: *self-knowledge, personal development, structure of human personality, personal development factors, self-knowledge strategies.*

În contextul provocărilor sociale actuale, produsul și rezultatul unei dezvoltări personale armonioase a studenților-pedagogi constă în formarea unor abilități și deprinderi de autocunoaștere, individualitate, autoactualizare și autorealizare pe toate dimensiunile vieții umane: fizică, intelectuală, emoțională și moral-spirituală.

Privind dezvoltarea personală ca pe un proces indispensabil și important al educației permanente, instituțiile de învățământ superior trebuie să fie centrate nu numai pe pregătirea profesională a studenților, ci și pe dezvoltarea lor personală. Acest aspect necesită a fi plasat în centrul atenției cadrelor didactice, deoarece societatea este interesată de pregătirea unei generații de specialiști în toate domeniile profesionale, care să fie sănătoși

¹ Articol elaborat în cadrul proiectului *Fundamentarea paradigmei de profesionalizare a cadrelor didactice în contextul provocărilor sociale* (cifrul proiectului: 20.80009.0807.45) al Programului de Stat 2020-2023, Proiectarea strategică IV. *Provocări sociale*, administrat de Agenția Națională pentru Cercetare și Dezvoltare din Republica Moldova.

fizic, stabili din punct de vedere psihoemoțional, consecvenți, perseverenți, responsabili, capabili de colaborare, eficienți, creativi și rezilienți la stres [3]. Procesul instructiv-educativ din instituțiile pedagogice superioare se focalizează însă preponderent pe formarea de cunoștințe și competențe profesionale, și nu a celor personale, care, de fapt, fundamentează funcționarea optimă a indivizilor sub toate aspectele vieții, inclusiv pe plan profesional.

Adevărata dezvoltare personală umană reprezintă un proces continuu, complex și semnificativ, care necesită o abordare holistică, adică trebuie desfășurat concomitent pe toate dimensiunile interconexe ale vieții umane: fizică, intelectuală, emoțională și moral-spirituală, ținându-se cont de particularitățile individual-tipologice și de vârstă ale individului. Prin urmare, acest proces este orientat spre formarea-cultivarea la individ a trăsăturilor pozitive de caracter, a disciplinei și a autodisciplinei, a voinței și a motivației intrinsece și, nu în ultimul rând, a variatelor abilități, talente și competențe care asigură comunicarea-colaborarea optimă interpersonală în toate sferile vieții umane.

În acest context, dezvoltarea personală a studenților-pedagogi ca parte componentă a procesului educațional devine o modalitate incontestabilă de formare/consolidare a cunoștințelor, abilităților și competențelor teoretico-aplicative care vor asigura autocunoașterea, autoacceptarea, autodezvoltarea și autoexprimarea pozitivă și creativă liberă a personalității acestora.

Autocunoașterea (cunoașterea de sine) în contextul dezvoltării personale umane reprezintă studiul propriilor caracteristici fizice și psihice și conduce la cristalizarea/formarea conceptului de *sine* (engl. *Self-concept*). După Marshall Rosenberg, conceptul de *sine* se referă la totalitatea ideilor/gândurilor și sentimentelor pe care o persoană le are despre ea ca obiect. În acest *Self-concept* se includ *Self-image (imaginea de sine)* și *Self-esteem (stima de sine)*.

De fapt, o persoană este angajată în cunoașterea de sine toată viața, însă uneori nu este conștientă de acest tip de activitate. *Autocunoașterea* se realizează treptat, prin intermediul comunicării, al relaționării și al variatelor activități instructiv-educative și profesionale.

Cunoașterea de sine în dezvoltarea personală a studentului-pedagog răspunde la un șir de întrebări: *Cine sunt eu? Ce știu și ce pot? Cine vreau să devin? Cine mă înconjoară?* etc. și reprezintă precizarea și analiza detaliată a resurselor personale biopsihosociale disponibile la momentul de față.

Autocunoașterea umană este fundamentată pe cunoștințe temeinice despre om, caracteristicile și particularitățile sale, despre viața și activitatea umană, privite din perspectiva mai multor științe, care conțin cunoștințe valoroase și actuale pentru realizarea cunoașterii de

sine în funcție de sex, vârstă, roluri sociale, ocupații și aspirații.

Dezvoltarea personală umană ca fenomen și proces este produsul unei lungi dezvoltări istorice a societății umane. Conținutul, principiile și strategiile acestui proces au rădăcini filosofice, ulterior devenind obiectul de studiu al științei despre suflet – psihologia. Dat fiind faptul că niciun fenomen sau proces existențial uman sau natural nu poate fi studiat și analizat doar din perspectiva unei științe/unilateral, dezvoltarea personală umană este studiată și de alte științe, precum antropologia, sociologia, pedagogia, istoria, medicina etc. [2].

Conform literaturii de specialitate, *individul* reprezintă ființa de origine vegetală sau animală care face parte dintr-o anumită specie. *Omul* este definit ca o ființă superioară, socială, caracterizată prin gândire, inteligență și limbaj articulat, prin poziție verticală și membre superioare apte de a efectua mișcări fine și cu un grad de adaptare înaltă la orice situație naturală. Unicitatea omului ca ființă sau individ constă în posedarea *conștiinței de sine*, adică a înțelegerii existenței personale, a moralității acțiunilor sale, a contribuției sale la nivel de societate, natură și univers [3]. Din perspectivă psihologică și sociologică, omul și numai omul este o persoană ce poate fi încadrată într-o categorie statistică *biologică* (vârstă, sex, stare de sănătate), *psihologică* (categoriile temperamentale, structuri aptitudinale, categorii valorice) sau *sociologică* (statut și rol profesional, familial etc.)

Elementul central al oricărei individualități îl reprezintă *personalitatea*. Unii cercetători din domeniul științelor educației înlocuiesc termenul de *personalitate* cu cel de *persoană*. Psihologul român Vasile Pavelcu [8] afirmă că există diferite moduri de exprimare și înțelegere a termenilor de *persoană* și *personalitate*, și anume: a) *persoana* este o ființă concretă, biopsihosocială, în timp ce *personalitatea* este o abstracție psihologică; b) orice *personalitate* este persoană, dar numai unele persoane sunt personalități. Aici personalitatea reprezintă o persoană remarcabilă, excepțional înzestrată, cu o poziție de conducere și cu autoritate în societate.

Termenul de *persoană* vine din latinescul *persona*, care derivă din grecescul *prosopon* și are mai multe sensuri. Primul sens este de *mască, costumație*, prin care actorii teatrului antic întruchipau sau simbolizau pe cineva de pe scenă. Al doilea sens, obținut prin extensiune, se referă la *rolul social îndeplinit de cineva în teatru sau în viață*, la funcțiile și obligațiile sociale pe care cineva și le asumă (exteriorizarea, manifestarea publică a persoanei). Un al treilea sens vizează chiar *actorul însuși*, care joacă rolul (individualitatea corporală și psihică a celui care îndeplinește rolul). Un al patrulea sens îi adaugă conceptului de *persoană* un atribut valoric, referindu-se la *calitatea de a fi om*,

rangul (statutul) său social. Dintre cele patru sensuri (accepțiuni), o pondere mai mare l-a dobândit *persoana ca rol social și exprimând o valoare*.

Noțiunea de *personalitate* are în vedere individualitatea umană unică, irepetabilă, anticipativ modificatoare a mediului, deci creatoare, în integralitatea determinărilor sale biopsihosociale. Complexitatea fenomenului de *personalitate* creează mari dificultăți în fața încercărilor de definire din perspectiva unei orientări științifice sau a unei discipline. Astfel, sunt cunoscute nenumărate demersuri privind definirea *personalității*, fiecare centrându-se pe o secvență, o fațetă sau un moment mai mult sau mai puțin integrabil și operațional în cercetările teoretice și aplicațiile din domeniul științelor educației.

În ceea ce privește disciplinele care se ocupă prioritar cu problematica personalității, se pot menționa *psihologia personalității*, care are în vedere diferențele interindividuale (la vârste comparabile), *psihologia dezvoltării*, care urmărește prioritar modificările intraindividuale ale personalității pe parcursul evoluției sale ontogenetice, și *sociologia*, care analizează și explică expresia socioculturală a individualității umane [13, 14].

Psihologul și psihanalistul Norbert Sillamy definește *personalitatea* ca *element stabil al conduitei unei persoane, ceea ce o caracterizează și o diferențiază de o altă persoană* [11], iar Henri Piéron, psiholog și filosof francez, ca o *organizare dinamică a aspectelor cognitive, afective, conative, fiziologice și morfologice ale individului* – această organizare dinamică se manifestă prin conduita omului în societate; ea se formează în procesul de interacțiune dintre individ și lumea obiectivă.

Psihoterapeutul Ion Dafinoiu definește *personalitatea* în trei moduri [7]:

- *construcție teoretică elaborată de psihologie*, cu scopul înțelegerii și explicării la nivelul teoriei științifice a modalității de ființare și funcționare ce caracterizează organismul psihofiziologic pe care îl numim *persoană umană*;
- *unitate biopsihosocială* ce exprimă complexitatea omului ca întreg;
- *totalitate psihologică* ce caracterizează și individualizează o persoană.

Psihologul american Gordon W. Allport, care este adesea menționat ca una dintre figurile fondatoare ale psihologiei personalității, susține că *personalitatea* este *organizarea dinamică în cadrul individului a acelor sisteme psihofizice care determină gândirea și comportamentul său caracteristic* [1].

Este important ca studenții-pedagogi să fie familiarizați cu structura personalității umane. Din perspectiva psihologiei clasice, personalitatea umană ca sistem complex și deschis este alcătuită din trei laturi interconexe: *latura dinamico-energetică/temperamentul*, *latura*

relațional-valorică/caracterul și *latura instrumentală/apetitudinile*.

Prima latură, *temperamentul*, este expresia manifestării particulare în plan psihocomportamental a tipurilor de activitate nervoasă superioară, manifestare mediată de o serie de factori socioculturali și psihologici. Trăsăturile temperamentale sunt relativ ușor de observat și de identificat și, în opinia majorității specialiștilor din domeniul psihologiei, sunt legate de aspectele biologice/ereditare ale persoanei, în special de sistemul său nervos și cel endocrin.

Fiziologul, psihologul și medicul rus Ivan Pavlov a propus o explicație științifică a tipurilor de temperament, în care caracteristicile activității nervoase superioare și raporturile dintre ele sunt esențiale. Însușirile sistemului nervos sunt: *forța/energia*, dependentă de metabolismul celulei nervoase, care se exprimă prin rezistența sistemului nervos la solicitări; *mobilitatea*, dependentă de viteza cu care se consumă și se regenerează substanțele funcționale constitutive ale neuronului, care se manifestă prin ușurința cu care se înlocuiesc procesele nervoase de bază observabile; *echilibrul* dintre excitație și inhibiție.

Așadar, tipul sistemului nervos puternic neechilibrat, excitabil corelează cu temperamentul *coleric*; tipul sistemului nervos puternic echilibrat, mobil, se exprimă în temperamentul *sangvinic*; sistemul nervos puternic echilibrat, inert – în cel *flegmatic*, iar tipul sistemului nervos slab corespunde temperamentului *melancolic*.

A doua latură a personalității umane, *caracterul*, reprezintă un subsistem relațional-valoric și de autoreglaj al personalității, care se exprimă printr-un ansamblu de *atitudini-valori, trăsături specifice și particularități structurale* [7]. Etimologic, termenul *caracter* provine din limba greacă veche și înseamnă *tipar, pecete* și, cu referire la om, *sisteme de trăsături* sau *stil de viață* (a se vedea Figura 1).

În opinia lui G.W. Allport, caracterul reprezintă *suprastructura morală a personalității, calitatea de ființă socială a omului*. Cercetătorul menționează că de câte ori vorbim despre caracter, emitem o judecată de valoare și implicăm un standard moral asupra persoanei. A. Cosmovici afirmă că caracterul este acea structură care exprimă atât ierarhia motivelor esențiale ale unei persoane, cât și posibilitatea de a traduce în fapt hotărârile luate în conformitate cu ele, subliniind două dimensiuni fundamentale ale caracterului: *axiologică/orientativ-valorică* și *executivă/voluntară*.

Caracterul reprezintă o latură foarte complexă a personalității umane, care se exprimă printr-un ansamblu de elemente esențiale specifice persoanei: *atitudinile* – poziția subiectului față de mediul exterior și interior; *trăsăturile* – anumite moduri relativ constante de a

reacționa ale unei persoane în raport cu realizarea scopurilor spre care aspiră; *particularitățile structurale* – caracteristicile individuale ale persoanei.

Figura 1. Componentele caracterului

A treia latură a personalității umane, **aptitudinile**, reprezintă însușirile persoanei, care, în ansamblul lor, explică diferențele determinate dintre oameni în privința posibilității de a însuși anumite cunoștințe, priceperi și deprinderi [4]. P. Popescu-Neveanu consideră aptitudinile sisteme operaționale stabilizate, superior dezvoltate și de mare eficiență, care constituie componenta executivă a personalității, sau latura instrumental-operațională [9]. Persoanele care posedă aptitudini la un nivel înalt de dezvoltare în comparație cu ceilalți oameni se numesc persoane *talentate*. Fiecare persoană are aptitudini mai mult sau mai puțin dezvoltate în toate domeniile. Este important de cunoscut că orice însușire sau proces psihic privit sub unghiul eficienței devine aptitudine. Aptitudinile sunt mereu un rezultat al dezvoltării, o combinație dintre elementele înnăscute și cele dobândite prin învățare, activitate, experiență. Totodată, este relevantă combinarea aptitudinilor, fapt ce permite compensarea unor însușiri deficitare prin altele, de compensare.

Cercetătorii din domeniul psihologiei clasifică aptitudinile după cum urmează:

- după simplitudine: *aptitudini simple*, care se sprijină pe un tip omogen de operare sau funcționare. Exemple: acuitatea vizuală, tactilă, olfactivă, simțul ritmului, volumul memoriei etc.; *aptitudini complexe*, situate la un nivel mai înalt, clasificate, la rândul lor, în *aptitudini speciale* (mijlocesc obținerea unor performanțe supramedii pentru un domeniu restrâns de activități – de exemplu, aptitudini sportive, literare, artistice, științifice) și *aptitudini generale* (aptitudinea școlară, inteligența, spiritul de observație etc.) [6];
- după natura proceselor psihice implicate: *aptitudini senzoriale* (de acuitate auditivă), *aptitudini psihomotorii* (dexteritate manuală, coordonare oculomotorie), *aptitudini intelectuale* (inteligență, aptitudini matematice) și *aptitudini fizice* (forța fizică, memoria kinestezică);
- după gradul de specializare: aptitudini *generale* (inteligența, spiritul de observație) și aptitudini *speciale* (profesionale).

În procesul de autocunoaștere, pe lângă structura personalității umane, este relevantă cunoașterea caracteristicilor de personalitate, precum *mentalitatea* (cogniții, convingeri/credințe/valori, emoții, atitudini, trebuințe etc.) și *comportamentele* care stau la baza *motivației* (dorința de a realiza obiectivele propuse). Aceste caracteristici reprezintă niște elemente necesare pe calea cunoașterii de sine și asigură acceptarea de sine și stima de sine. Din ele derivă alte aspecte ale autocunoașterii: *imaginea de sine*, *aptitudinile și abilitățile profesionale*, *sistemul motivațional al individului*, *emoțiile și mecanismele de apărare și adaptare*, inclusiv *autoeficiența percepută*.



Atitudinile

Trăsăturile

Particularitățile
structurale

- Se disting trei *grupe fundamentale* de atitudini:
- *atitudinea față de sine*: modestie/aroganță, onestitate/falsitate, sentimente de superioritate/inferioritate, inocență/culpabilitate;
- *atitudinea față de ceilalți, față de societate*: altruism/egoism, disponibilitate/egocentrism, compasiune/indiferență, umanism/negativism, fermitate/amănare, flexibilitate/rigiditate, atitudini politice;
- *atitudinea față de muncă*: hărnicie/lenevie, entuziasm/apatie, conștiințozitate/inconsecvență, responsabilitate/iresponsabilitate, determinare/lașitate etc.

- constituie *trăsături de caracter*: răbdare/nervozitate, sensibilitate/asprime, ascultare/incăpăținare, blândețe/mânie, bunătate/răutate, mulțumire/lăcomie, curaj/teamă, smerenie/mândrie, generozitate/zgârcenie, ingeniozitate/risipă, inițiativă/trândăvie, înțelepciune/prostie, justiție/corupție, loialitate/infidelitate, meticulozitate/ineficiență, prudență/pripeală, ospitalitate/izolare, punctualitate/întârziere, onestitate/înșelăciune, recunoștință/nemulțumire, sinceritate/ipocrizie, conștiința morală, tendința spre dominare sau supunere etc.;

- *trăsăturile de caracter*, spre deosebire de cele temperamentale, nu sunt înnăscute, ci dobândite sub influența modelelor culturale de comportament și a sistemelor de valori pe care le propun și impun familia și societatea.

- *unitatea* – stabilitatea caracterului în fața schimbării continue a situațiilor;
- *expresivitatea* – nota specifică imprimată de unele trăsături dominante;
- *originalitatea* – coerența lăuntrică ce reiese din modul unic de armonizare a trăsăturilor cardinale cu cele principale și secundare;
- *bogăția* – multitudinea relațiilor sociale;
- *statornicia* – forța morală a trăsăturilor de caracter și a atitudinilor;
- *plasticitatea* – posibilitatea de restructurare sau evoluție a unor trăsături de caracter;
- *tăria de caracter* – forța cu care sistemul caracterial își apără unicitatea, capacitatea de a rezista la tendințele distructive a căror sursă principală o constituie situațiile neobișnuite, extreme [10, pp. 324-325].

În sensul vizat, menționăm că imaginea de sine ca parte componentă a cunoașterii de sine reprezintă un construct complex sau un mod în care individul/studentul își percepe propriile caracteristici *fizice, cognitive, emoționale, spirituale, profesionale și sociale*. Cu alte cuvinte, imaginea de sine reprezintă un tablou al personalității umane, care conține toate cunoștințele despre propria persoană și ajută individul, în cazul nostru studentul, să relaționeze eficient cu sine, cu persoanele apropiate și cu mediul social.

Cât privește factorii dezvoltării umane/personale *ereditarist/biologic, educativ și de mediu/sociocultural*, trebuie să avem în vedere corelarea acestora cu coordonatele esențiale ale dezvoltării umane:

- *conținutul și factorii determinanți ai dezvoltării psihice umane*, proces care: se sprijină pe premise biologice, ereditare (factori interni); își extrage conținuturile din influențele mediului sociocultural (factori externi); este ghidat de acțiuni educaționale specifice; presupune activități de învățare realizate individual și/sau în grup;
- *mecanismele dezvoltării psihice umane*. În accepțiune filosofică, dezvoltarea umană presupune acumulări cantitative, care pregătesc și determină schimbările/salturile calitative ale personalității sub forma constituirii unor structuri psihocomportamentale cu rol adaptativ. Mecanismele dezvoltării psihice umane, în accepțiune psihologică, pedagogică și sociologică, asigură socializarea individului și se realizează prin intermediul educației, instruirii individuale și/sau în grup;
- *fenomenologia dezvoltării psihice umane* cu câteva caracteristici generale: stadialitatea; caracterul individualizat și personalizat; caracterul plurideterminant și multifactorial;
- *durata dezvoltării psihice umane*, care este continuă, realizându-se pe tot parcursul vieții individului. Ritmurile dezvoltării psihice pot fi diferite, unele capacități și însușiri psihice se diminuează, altele se mențin la parametri constanți, altele pot înregistra progrese prin compensare, reorganizare și/sau restructurare.

Sintetizând aspectele analizate, putem conchide că cunoașterea de sine, în contextul dezvoltării personale a studenților-pedagogi, ține de asimilarea cunoștințelor temeinice privind ființa și personalitatea umană, cunoașterea specificului și a potențialului uman/personal biopsihosocial, cunoașterea tipului de gândire și a specificului sistemului motivațional și, nu în ultimul rând, conștientizarea propriilor comportamente generate de mentalitatea/gândirea individului și caracterul său/latura relațional-valorică. Prin urmare, elementele enumerate susțin interacțiunea a trei factori [12]: a) *motivația individului* – dorința de a realiza obiectivele

propuse; b) *credița și convingerea acestuia în reușită*, în posibilitatea atingerii obiectivelor stabilite, grație propriilor abilități, competențe și capacități; c) *voința persoanei* – decizia ei de a îndeplini obiectivele, deciziile însoțite de mobilizarea resurselor și de utilizarea lor adecvată.

Astfel, prima componentă de autocunoaștere, *asimilarea cunoștințelor teoretice valoroase și actuale privind aspectele biopsihosociale ale personalității umane*, joacă un rol fundamental pentru realizarea autocunoașterii în procesul dezvoltării personale a studenților-pedagogi, deoarece anume cunoașterea temeinică a ființei și a personalității umane din perspectivă psihologică și sociologică asigură formarea atitudinii pozitive și conștiințioase față de sine și rolurile sociale.

A doua componentă teoretico-aplicativă de autocunoaștere a studenților-pedagogi vizează *realizarea cunoașterii de sine în funcție de apartenența la sex, corelată cu vârsta, rolurile sociale, ocupațiile și aspirațiile proprii*. Este cert că societatea postmodernă interzice discriminarea pe bază de sex, promovând egalitatea de gen. Potrivit Organizației Mondiale a Sănătății, sexul și genul sunt factori determinanți importanți ai sănătății umane. Deseori, în literatura științifică, în politicile din domeniul sănătății și în legislație, acești termeni sunt folosiți greșit sau confunțați. *Sexul* (masculin sau feminin) cuprinde caracteristicile determinate biologic, pe când *genul* descrie acele caracteristici ale femeilor și bărbaților care sunt, în mare măsură, create/formate social. Respectiv, la nivel de societate, *sexul biologic* și *genul dobândit social* interacționează, ducând la variate dificultăți de ordin psihofizic și etic. Semnele acestor probleme sunt comunicarea-relaționarea defectuoasă dintre bărbați și femei, tendința spre competitivitate în relația conjugală, creșterea ratei de divorț și a abandonului de copii și bătrâni etc.

Actualmente, instituțiile de învățământ se focalizează preponderent pe educația de gen, promovând egalitatea de șanse la bărbați și femei privind alegerea profesiei și a altor ocupații și activități, iar educației despre om din perspectiva sexului biologic i se acordă foarte puțină atenție. Însă anume sexul biologic, determinat de biochimia specifică/hormonii masculini sau feminini, influențează direct mentalitatea și comportamentul uman. Prin urmare, în cazul studenților-pedagogi, cunoașterea de sine în funcție de apartenența la sex, corelată cu vârsta, rolurile sociale, ocupațiile și aspirațiile proprii, va contribui esențial în vederea profilaxiei și soluționării problemelor de ordin intrapsihic/intrapersonal și, nu în ultimul rând, a celor de ordin interpersonal. Precizarea deosebirilor esențiale dintre bărbat și femeie va amplifica cunoașterea de sine la studenți, va asigura procesul de optimizare a relațiilor intrapersonale și interpersonale (cu părinții, prietenii,

colegii de serviciu, partenerii de cuplu, copiii) și va elucida preferințele ocupaționale și realizarea rolurilor sociale (familiale, profesionale etc.) din perspectiva sexului uman.

Așadar, bărbații și femeile, chiar dacă ambii aparțin speciei umane, sunt foarte diferiți din perspectiva particularităților biopsihofiziologice (*structura morfologică a corpului, organele sexuale, hormonii sexuali, specificul percepției și al gândirii, impactul emoțiilor asupra gândirii* etc.) și din perspectiva activităților și rolurilor sociale atribuite.

Prin natura sa, *bărbatul este focalizat pe țintă-obiectiv*, motivația lui fiind preponderent extrinsecă. Bărbatul care știe ce vrea se mobilizează psihofizic la maximum pentru atingerea obiectivului propus. Rezultatul obținut reprezintă principalul criteriu de succes. De dragul rezultatului, bărbatul este capabil să îndure foarte multe, ca să își atingă scopul.

Femeia este focalizată preponderent pe proces – desigur, rezultatul final este important pentru ea, însă procesul contează mai mult. Procesul trebuie să fie plăcut și să genereze emoții pozitive; în caz contrar, rezultatul își pierde sensul. Reiterăm că femeia necesită condiții confortabile/favorabile de viață și de activitate și are o motivație intrinsecă.

Sfera de ocupație la bărbați este restrânsă și cuprinde serviciul, activitățile la cererea familiei, relațiile cu prietenii, exercițiile fizice/sportul, vizionarea de filme, știri etc.

Sfera de ocupație la femei este mult mai largă și cuprinde activitatea profesională, variate activități casnice, crearea și întreținerea căminului familial, grija față de copii, acordarea de atenție soțului, comunicarea-relaționarea cu părinții și socrii, comunicarea-relaționarea cu surorile/frații, îngrijirea de sine, comunicarea-relaționarea cu prietenele, hobby-uri, fitness, studii, dezvoltarea personală etc.

Prin urmare, se observă că femeile, spre deosebire de bărbați, sunt mai spontane, mai emoționale și nu rezistă la monotonie și la organizarea rigidă a activităților în timp. De aceea, procesul de dezvoltare personală la femei trebuie să fie adaptat la ritmurile biopsihice interne și la circumstanțele/disponibilitățile externe de moment, pe când procesul de dezvoltare personală la bărbați are la bază motivația extrinsecă și poartă un caracter sociocentric, susținut de fonul hormonal specific, care stimulează spiritul de concurență, agresivitatea și competitivitatea.

A treia componentă de autocunoaștere în dezvoltarea personală a studenților-pedagogi are un caracter integrator manifestat în *cunoașterea, conștientizarea și organizarea/reorganizarea mediului existențial*.

Mediul reprezintă ansamblul factorilor și condițiilor de ordin fizic, sociocultural și psihologic care structurează un context situațional de viață. Acest context situațional existențial poate fi favorabil sau nefavorabil

procesului de dezvoltare personală umană. În opinia lui I. Dumitru, *mediul favorabil* dezvoltării personale cuprinde următoarele variabile: influența lui tinde să fie permanentă și cu un rol deosebit în satisfacerea unor trebuințe și motive de bază; intensitatea influențelor lui este atât de puternică, încât *obligă* persoana să *i se supună*; acesta asigură suport pentru dezvoltarea personală și depășirea unor situații critice.

Ceea ce putem desprinde ca un element foarte important al cunoașterii de sine din perspectiva componente vizate este că studenții-pedagogi trebuie să verifice sau/și să estimeze periodic elementele esențiale ale mediului existențial personal și influențele acestuia asupra eficienței dezvoltării personale, deoarece mediul existențial și relațiile sociale/oamenii din jur influențează direct gândirea și conduita umană. Elementele esențiale ale mediului sunt: *mediul geografic, social, comunitar, familial, instituțional, cercul de prieteni* [5].

În esență, autocunoașterea/cunoașterea de sine are un rol decisiv în dezvoltarea personală a studenților-pedagogi și reprezintă o strategie complexă sau un sistem teoretico-acțional global de formare și consolidare a imaginii de sine și a stimei de sine prin variate metode, tehnici și exerciții: *introspecția, testele de personalitate, testele sociometrice, chestionarea, conversația, comparația, autoobservația, tehnica freewriting* etc. Strategiile complementare de autocunoaștere sunt: *jurnalul personal, roata vieții, lista de succese și realizări personale, lista de interese, portretul personalității proprii, descrierea personalității de către alte persoane* (de exemplu, *Fereastra lui Johary*), *determinarea fricilor, a convingerilor și a credințelor limitative, meditația mindfulness, participarea la activități de dezvoltare a inteligenței emoționale, solicitarea pentru coaching*.

În concluzie: Cunoașterea de sine a studenților-pedagogi în contextul provocărilor societale ca instrument/strategie teoretico-aplicativă de asigurare și eficientizare a dezvoltării personale continue va optimiza/consolida atitudinea față de sine, va contribui la dezvoltarea abilităților, talentelor și competențelor personale, va favoriza crearea unor legături sociale de calitate și, nu în ultimul rând, va deschide calea către profesia preferată.

Astfel, din perspectiva activității noastre psihopedagogice în calitate de consilieri educaționali și formatori în domeniul dezvoltării personale, susținem că misiunea cadrelor didactice universitare în contextul provocărilor societale rezidă nu doar în formarea cunoștințelor și competențelor profesionale, ci și în satisfacerea nevoii de autocunoaștere a studenților-pedagogi de toate vârstele prin intermediul conținuturilor specifice dezvoltării personale integrate în variate programe de formare

profesională inițială și continuă și, mai cu seamă, în asigurarea modelelor/exemplilor de dezvoltare personală continuă demne de urmat.

REFERINȚE BIBLIOGRAFICE:

1. Allport G. W. Structura și dezvoltarea personalității. București: Editura Didactică și Pedagogică, 1981.
2. Calaraș C. Fundamentele filosofice și psihologice ale fenomenului de dezvoltare personală ca proces existențial. În: *Didactica Pro...*, nr. 1 (131), 2022.
3. Calaraș C. Unele aspecte interdisciplinare privind dezvoltarea personală a studenților-pedagogi. În: *Materialele Conferinței Științifice Naționale cu participare internațională Practici naționale și internaționale de profesionalizare a cadrelor didactice în contextul provocărilor societale*. Chișinău: CEP UPS, 2021. 372 p.
4. Cosmovici A. Psihologia generală. Iași: Polirom, 1996.
5. Dumitriu I. Al. Personalitate, atitudini și valori. Timișoara: Editura de Vest, 2001.
6. Dumitriu Gh., Dumitriu C. Psihopedagogie. București: Editura Didactică și Pedagogică, 2004.
7. Dafinoiu I. Personalitatea. Metode calitative de abordare. Observația și interviul. Iași: Polirom, 2002.
8. Pavelcu V. Invitație la cunoașterea de sine. București: Editura Științifică, 1970.
9. Popescu-Neveanu P. Dicționar de psihologie. București: Albatros, 1978.
10. Popescu-Neveanu P. Psihologie școlară. București: Universitatea din București, 1987.
11. Sillamy N. Dicționar de psihologie. București: Univers Enciclopedic, 1999.
12. Zlate M. Tratat de psihologie organizațional-managerială. Vol. I. Iași: Polirom, 2004.