

CZU: 37.04:159.944.4

IMPACTUL FACTORILOR STRESANȚI ASUPRA COMPORTAMENTULUI ADOLESCENȚILOR

Lora MOȘANU-ȘUPAC, Elena RUSU, Aurelia GLAVAN

Universitatea de Stat din Tiraspol

Factorii stresanți generează transformări esențiale în comportamentul adolescenților, afectând performanțele școlare, abilitățile de comunicare, modul de a fi, a gândi, a acționa, a percepe, impunând adolescenților trăiri afective declanșate de o serie de situații stresante, față de care ei sunt mult mai sensibili și mai vulnerabili. Aceasta îi face pe adolescenți să se simtă neliniștiți, epuizați, revoltați, agresivi sau, dimpotrivă, frustrați, anxioși, închiși în sine cu o stimă de sine scăzută. Cunoașterea factorilor stresanți și a modului de a răspunde la stres este substanțială pentru formarea unui comportament adecvat, armonios, social pozitiv, dar și o sursă de implementare a tehnicilor de management al stresului.

Cuvinte-cheie: *stres, factori stresanți, evaluarea stresului, adolescenți, comportamentul adolescenților, schimbări în comportamentul adolescenților.*

THE IMPACT OF STRESS FACTORS UPON TEENAGERS BEHAVIOR

Stress factors generate essential transformations in teenagers behavior, affecting scholar performances, abilities of communicating, the way of being, of thinking, acting, perceiving, imposing affective feelings to teenagers, caused by a series of stress situations, to which teenagers are much more sensible and vulnerable. This is making teenagers feel worried, exhausted, outraged, aggressive, or vice versa, frustrated, anxious, closed inside themselves with a very low autorespect. Knowing the stress factors and the way of reacting to stress is substantial for the formation of an adequate, harmonious, socially positive behavior, and it is a source of implementing the techniques of stress management.

Keywords: *stress, stress factors, stress evaluation, teenagers, teenagers' behavior, teenagers' behavior changes.*

Prezentat la 14.12.2016

Publicat: aprilie 2017