CZU: 37.017.4:070.16:355.11
DOI https://doi.org/10.59295/eciee26.14

REZILIENȚA PSIHOLOGICĂ ÎN CONTEXTUL EDUCAȚIEI CIVICE ȘI AL CULTURII INFORMAȚIONALE: CADRELE MILITARE ÎNTRE FAKE NEWS ȘI PRESIUNE SOCIALĂ

Simion Dănuț SIMION[21]

ORCID ID: 0000-0002-3489-6410

Igor EFODE[22]
Aliona SIMION[23]

Rezumat: *Reziliența psihologică a cadrelor militare trebuie analizată astăzi dintr-o perspectivă mai largă, care depășește cadrul clinic și se intersectează cu educația civică și cultura informațională. Istoric, militarii reveniți din conflicte au fost adesea supuși stigmatizării, neînțelegerii sociale și construirii unor narațiuni distorsionate privind sănătatea lor mintală. În contextul contemporan, caracterizat de hiperrealitatea mediatică și de expansiunea accelerată a rețelelor sociale, aceste dinamici capătă forme noi. Diseminarea fake news-ului, dezinformarea și presiunile sociale influențează nu doar percepțiile colective asupra instituțiilor militare, ci și echilibrul psihologic al indivizilor expuși constant fluxurilor informaționale contradictorii. Studiul propune o abordare conceptuală a rezilienței psihologice ca resursă esențială pentru adaptarea cognitivă și emoțională în medii informaționale instabile. Se argumentează că vulnerabilitatea la dezinformare nu reprezintă exclusiv o problemă individuală, ci una cu implicații civice și democratice, afectând procesele de interpretare socială, coeziunea instituțională și cultura democratică. În acest sens, dezvoltarea rezilienței psihologice devine o componentă relevantă a educației civice și a igienei informaționale într-o societate europeană confruntată cu riscuri informaționale crescute.*

21 asistent universitar, MA, Universitatea Liberă Internațională din Moldova

22 asistent universitar, Academia „Ștefan cel Mare„ al Ministerului Afacerilor Interne

23 Profesoare, Liceul „Ciprian Porumbescu”.

Cuvinte-cheie: reziliență psihologică, educație civică, cultură informațională, fake news, presiune socială, dezinformare.

PSYCHOLOGICAL RESILIENCE IN THE CONTEXT OF CIVIC EDUCATION AND INFORMATION CULTURE: MILITARY PERSONNEL BETWEEN FAKE NEWS AND SOCIAL PRESSURE

Abstract: *The psychological resilience of military personnel must be analyzed today from a broader perspective that goes beyond the clinical framework and intersects with civic education and information culture. Historically, military personnel returning from conflicts have often been subjected to stigmatization, social misunderstanding, and the construction of distorted narratives about their mental health. In the contemporary context, characterized by media hyperreality and the accelerated expansion of social networks, these dynamics take on new forms. The dissemination of fake news, misinformation, and social pressures influence not only collective perceptions of military institutions but also the psychological balance of individuals constantly exposed to contradictory information flows. The study proposes a conceptual approach to psychological resilience as an essential resource for cognitive and emotional adaptation in unstable information environments. It argues that vulnerability to disinformation is not exclusively an individual problem, but one with civic and democratic implications, affecting social interpretation processes, institutional cohesion, and democratic culture. In this sense, the development of psychological resilience becomes a relevant component of civic education and information hygiene in a European society facing increased information risks.*

Keywords: psychological resilience, civic education, information culture, fake news, social pressure, disinformation.

Introducere. Inteligența emoțională (IE) este o componentă esențială în formarea profesională iar personalul militar ocupă un loc aparte în structura oricărei societăți, rolul său depășind simpla funcție de apărare pentru a deveni un factor de modelare culturală și identitară. De-a lungul istoriei, militarii reveniți din conflicte armate au fost adesea marginalizați social, neînțeleși sau stigmatizați. Dacă în epoca Războiului Civil American soldații erau adesea etichetați drept „nebuni”, iar veteranii conflictelor din Vietnam s-au confruntat cu izolare și respingere socială, în prezent atenția

s-a deplasat spre rănile invizibile ale tulburărilor de stres post-traumatic (PTSD) și ale dezechilibrelor psihologice generate de experiența câmpului de luptă [7].

Reziliența psihologică în contextul militar este deosebit de importantă și complexă, deoarece siguranța publică este puternic influențată de sănătatea mentală și de performanța soldaților. În special, informațiile externe care se abat de la consensul unității pot exercita presiuni și constrângeri specifice. Prin urmare, este important să se analizeze și modul în care soldații își mențin reziliența psihologică evitând efectele negative în mediul informațional digitalizat, eterogen și dinamic iar în contextul expunerii copleșitoare la știri false și la presiunea socială, soldații își pot cultiva „reziliența" menținând în mod activ o perspectivă optimistă, evaluând corect situațiile, fiind în armonie cu sine, evitând comparațiile sociale și interpretând pozitiv incertitudinea.

Răspândirea rapidă a normelor sociale în interiorul grupurilor este un fenomen esențial pentru înțelegerea modului în care indivizii își formează comportamentele și reacțiile. În contexte precum locul de muncă sau comunitățile online, aceste norme devin repere implicite care influențează ceea ce este considerat acceptabil, inclusiv raportarea la informație și la adevăr. Raportat la tema **educației civice și a culturii informaționale**, acest mecanism capătă o relevanță deosebită în cazul cadrelor militare, aflate la intersecția dintre disciplină instituțională și presiune socială. În astfel de medii ierarhizate, normele de grup pot favoriza conformismul, ceea ce înseamnă că anumite opinii sau interpretări ale realității – inclusiv cele bazate pe informații eronate sau incomplete – pot fi preluate și propagate fără o analiză critică riguroasă. În contextul fenomenului de **fake news**, această dinamică devine vulnerabilitate. Dacă într-un grup (formal sau informal) predomină un anumit punct de vedere, membrii pot resimți presiunea de a se alinia la acesta, chiar și atunci când informația este discutabilă. În cazul cadrelor militare, unde coeziunea și loialitatea sunt valori centrale, riscul de a accepta și transmite informații neverificate poate fi amplificat de dorința de apartenență și de evitarea disonanței cu grupul.

În context contemporan, odată cu ascensiunea rapidă a platformelor de socializare și digitalizarea comunicării, întreaga societate a intrat într-o hiperrealitate mediatică în care dezinformarea și inconsistențele narative se proliferează cu o viteză fără precedent [4].

Fenomenul *fake news* nu mai este o problemă periferică, ci una cu implicații directe asupra sănătății mintale a militarilor, afectând modul în care aceștia procesează informația, percep realitatea și reacționează la stresori. Personalul militar se găsește astfel la intersecția a două categorii de vulnerabilitate: presiunea operațională specifică mediului militar și bombardamentul informațional al spațiului digital [6].

Reziliența psihologică, devin în acest cadru, o resursă esențială pentru adaptarea eficientă la medii informaționale instabile și pentru menținerea echilibrului emoțional în fața dezinformării. Studiul de față propune o analiză conceptuală a rezilienței psihologice în contextul specific al cadrelor militare, explorând factorii care o condiționează, mecanismele prin care aceasta acționează ca factor protector față de *fake news* și presiunea socială, și implicațiile practice pentru formarea militară.

Metodologia aplicată. Prezentul studiu se bazează pe o metodologie de analiză teoretică a literaturii de specialitate, integrând rezultatele unor cercetări empirice și conceptuale relevante din domeniile psihologiei militare, comunicării și securității informaționale. Demersul metodologic presupune identificarea, selectarea și sinteza critică a studiilor publicate privind reziliența psihologică a personalului militar în relație cu fenomenele de dezinformare și presiune socială.

Reziliența psihologică poate fi definită ca procesul dinamic prin care un individ se adaptează în mod sănătos la adversitate, menținând un echilibru stabil [3]. Inițial conceptualizată ca trăsătură de personalitate stabilă – similară unui rezervor de resurse pozitive, reziliența a evoluat spre o înțelegere mai nuanțată, recunoscând caracterul său dinamic și contextual. Cercetările recente au identificat factori protectori și de risc de natură biofizică, comportamentală, situațională și socială, care modelează reziliența în timp [7].

Deși flexibilitatea cognitivă sporește reziliența și atenuează consecințele negative ale consumului de substanțe, utilizarea mai frecventă a strategiilor mai puțin eficiente a fost asociată cu un nivel mai scăzut de stăpânire de sine și de sprijin social, iar consumul mai ridicat de substanțe și utilizarea strategiilor de evitare au fost asociate cu un nivel mai ridicat de stres perceput [3]. În context militar, reziliența dobândește conotații specifice, deoarece siguranța publică este direct influențată de starea de sănătate mintală și de performanța soldaților. *Wu* subliniază că informațiile externe

care diferă de consensul unității pot exercita presiuni distinctive asupra militarilor, care trebuie să navigheze printr-un mediu informațional digitalizat, eterogen și dinamic [8].

Personalul militar este expus unor stresori de mediu specifici ce pot afecta negativ sănătatea mintală: perioada de recrutare și formare, desfășurarea operațională și consecințele post-misiune [5]. Gradul de separare față de viața civilă și familială poate genera stres psihologic semnificativ. Contextele sociale contemporane amplifică acești factori: pandemia COVID-19, schimbările normelor sociale și anxietatea generată de incertitudine constituie vectori suplimentari de stres pentru militari [1].

Studiile privind izolarea socială în rândul populațiilor militare rămân limitate, iar o parte semnificativă a cercetărilor despre suportul social se concentrează exclusiv pe sprijinul profesional, neglijind sursele informale de suport – care pot fi la fel de importante. Concomitent, schimbările rapide ale peisajului mediatic amplifică îngrijorările cu privire la impactul dezinformării asupra militarilor, generând forme noi de vulnerabilitate psihologică.

Fenomenul *fake news* nu este nou – a existat din anii 1790, odată cu apariția presei scrise însă internetul și rețelele sociale i-au amplificat exponențial viteza și raza de acțiune [6]. Informațiile false constituie o problemă semnificativă pentru forțele militare, deoarece pot determina personalul să acționeze contrar misiunilor atribuite, afectând coeziunea și capacitatea operațională [8]. Dezinformarea poate îmbrăca trei forme principale: lipsa informației (absența datelor relevante), informația ascunsă (datele importante sunt inaccesibile anumitor persoane) și informația falsă (date care conțin elemente neadevărate), fiecare generând efecte psihologice distincte [1].

Normele sociale se propagă rapid în cadrul grupurilor militare, unde presiunea de conformare la opinia dominantă este amplificată de ierarhie și de codul de conduită. Presiunea socială are o natură dual: pe de o parte, poate contribui la promovarea valorilor corecte; pe de altă parte, poate inhiba gândirea critică și amplifica impactul știrilor false [2]. Liderii militari joacă un rol esențial în modelarea climatului psihosocial al unității, determinând în mare măsură dacă normele de grup favorizează sau inhibă reziliența.

Rezultatele investigației. Studiile analizate converg spre identificarea a trei predictori majori ai rezilienței psihologice la militari: scopul în viață, suportul social și perseverența [7]. Prezența unui număr mai mic de experiențe stresante și accesul la suport social în momentele dificile au corelat pozitiv cu reziliența, atât la bărbați, cât și la femei. Perseverența a fost asociată în mod semnificativ cu reziliența, iar la femei, un timp mai îndelungat în serviciu a corelat cu o reziliență mai mare. Flexibilitatea cognitivă este considerată un factor protector important, deși eficacitatea sa variază în funcție de tipul de stresor și de caracteristicile populației studiate [3].

Un sondaj aplicat cadrelor militare a relevat că cele mai eficiente mecanisme de coping includ: menținerea activității fizice (82% din respondenți), suportul familial (80%), suportul colegilor și prietenilor (73%) și angajarea în hobby-uri și activități de interes (67%). Paradoxal, rețelele de socializare și mediile digitale au demonstrat o eficacitate scăzută ca mecanisme de coping, sugerând că militarii conștientizează potențialul lor advers [4]. Stilurile de coping orientate pozitiv promovează recuperarea, în timp ce cele negative pot prelungi efectele stresului [8].

Pentru a-și menține sănătatea fizică și mentală, personalul militar recurge la diverse stiluri de adaptare în situații dificile. Deși nu există un consens cu privire la definiția stilului de adaptare, mulți cercetători consideră stilurile de adaptare ca fiind diferențe individuale de comportament care atenuează efectele nedorite cauzate de factorii de stres percepuți sau trăiți. Stilurile de adaptare pot varia în funcție de factori precum factorii individuali, factorii de mediu și caracteristicile situațiilor. Acestea pot fi clasificate în stiluri centrate pe problemă, centrate pe emoții, centrate pe evitare și pe reinterpretare pozitivă. Stilurile de adaptare sunt esențiale pentru menținerea sănătății fizice și mentale a personalului militar supus presiunii psihologice, iar stilurile de adaptare diferite pot duce la efecte diferite ca răspuns la factorii de stres. Dintre acestea, adoptarea stilurilor de adaptare pozitive poate favoriza recuperarea, în timp ce alegerea stilurilor de adaptare negative poate prelungi efectele negative ale factorilor de stres.

Programele de formare a rezilienței au crescut semnificativ în ultimii ani, ca răspuns la prevalența crescută a PTSD, depresiei și ideației suicidare în rândul militarilor. Programul Comprehensive Soldier and Family Fitness (CSF2) al Armatei SUA reprezintă un exemplu emblematic de abordare proactivă, centrată pe forțe personale și psihologice [3]. Studiile

longitudinale au arătat că reziliența crescută a militarilor a fost asociată cu o incidență mai scăzută a ideației suicidare, a abuzului de alcool și a simptomelor de stres post-traumatic [7].

Un proiect de cercetare dedicat profesioniștilor militari expuși la presiune socială și *fake news* a condus la elaborarea unui material formativ denumit „Mindful Defence Mechanisms against Fake News", care integrează tehnici mindfulness de apărare împotriva dezinformării [4]. Prin întrebări interogative conștiente și reacții emoționale calibrate, militarii sunt instruiți să identifice și să evalueze critic conținuturile informaționale potențial false.

Distanța psihologică față de o sursă de informații are o influență semnificativă asupra percepției indivizilor cu privire la credibilitatea sursei și prin extensie, asupra credibilității știrilor pe care acești indivizi le primesc și le distribuie. Distanța psihologică are patru dimensiuni (distanța temporală, distanța socială, distanța spațială și ipoteticitatea). Apropierea psihologică nu este doar o consecință a narcisismului sau a egocentrismului surselor de informații, ci de fapt, o strategie de comunicare menită să convingă sau să manipuleze publicul. În sfera psihologică, înțelegerile tacite, implicite și nereflectate ar putea crește susceptibilitatea la înșelăciune. A fi prea aproape de cineva sau de ceva poate afecta capacitatea de a pune la îndoială sau poate inhiba tactic evaluările de suspiciune. Acest aspect a fost discutat în literatura de specialitate privind etnocentrismul și iluzia controlului.

Eccles și Dingler identifică trei tipuri de intervenții profilactice pentru contracararea fake news pe rețelele sociale: avertizarea (prebunking), confruntarea directă cu fapte și informații de corectare (debunking) și educarea privind tacticile de dezinformare. Aceste strategii, aplicate în contextul formării militare, pot deveni instrumente eficiente de consolidare a rezilienței informaționale [2].

Liderii militari modelează reziliența subordonaților lor atât ca lideri formali, cât și ca furnizori de resurse și modele sociale. Normele sociale care promovează reziliența – percepute ca tipice sau dezirabile în cadrul grupului – pot influența modul în care un militar reacționează la un incident stresant și dacă se angajează în activități de recuperare [5]. Cultura militară distribuie norme variate privind reziliența psihologică, inclusiv așteptări referitoare la momentele și modalitățile în care soldații pot exprima emoții sau pot solicita sprijin psihologic.

O normă socială care favorizează reziliența poate fi descrisă ca o percepție comună asupra a ceea ce este considerat tipic sau acceptat în cadrul unui grup social. O normă socială poate de exemplu, să modifice percepția asupra unui incident stresant, să determine dacă se va participa la o activitate de recuperare sau pur și simplu dacă se vor împărtăși sau nu gândurile și sentimentele legate de o traumă din trecut. Soldații singuratici și defavorizați se confruntă probabil cu o serie de provocări cu care nu s-au mai întâlnit până acum, de la teama de a fi ostracizați, abandonați, transformați în țap ispășitor pentru eșecurile organizaționale, până la teama de a fi batjocoriți și umiliți pentru că sunt percepuți ca fiind slabi sau vulnerabili din punct de vedere emoțional. Astfel de provocări pot genera dificultăți specifice în ceea ce privește reziliența soldaților, atât pe termen scurt, cât și pe termen lung. În plus, membrii organizației pot stimula dezvoltarea rezilienței prin exprimarea așteptărilor, a aprobării sau a dezaprobării lor față de eforturile individuale de adaptare, un fenomen social denumit „modelare socială".

Cercetările privind rolul factorilor informaționali în contextul dezinformării au evidențiat că indivizii cu procese de cunoaștere mai solide, inclusiv atenție orientată spre relevanță și evaluare critică a conținutului, sunt mai puțin susceptibili să accepte știrile false ca adevărate [6]. Înțelegerea acestor mecanisme reprezintă un prim pas esențial pentru diviziile de reziliență militară în dezvoltarea unor programe educaționale eficiente.

Concluzii

În prezentul studiu am încercat a demonstra că reziliența psihologică a cadrelor militare este un construct complex și dinamic, modelat de factori individuali, sociali și organizaționali, și că este supus unor presiuni specifice generate de fenomenul *fake news* și de dinamicile de grup din mediul militar. Analiza teoretică a evidențiat că scopul în viață, suportul social și perseverența constituie principalii predictori ai rezilienței psihologice la militari iar expunerea la dezinformare și presiunile sociale de conformare pot eroda aceste resurse dacă nu există mecanisme protective adecvate [7].

Vulnerabilitatea față de *fake news* în mediul militar este exacerbată de tendința spre bias naționalist, de presiunile comunității militare închise și de consumul activ de informații online al militarilor tineri [8]. Programele

de formare a rezilienței, cum ar fi CSF2, au demonstrat eficacitate în reducerea incidenței PTSD și a problemelor de sănătate mintală la militari. Extinderea acestor programe pentru a include teme privind igiena informațională, identificarea *fake news* și tehnici mindfulness de gestionare a dezinformării reprezintă o necesitate urgentă [2], [4].

Pentru a spori reziliența psihologică a cadrelor militare în era informațională, se impun câteva măsuri practice: integrarea educației pentru igiena informațională în curricula de formare militară; dezvoltarea programelor de suport social care valorifică atât relațiile profesionale, cât și cele informale; formarea liderilor militari ca agenți de modelare a normelor de reziliență; și crearea unui climat organizațional care destigmatizeze solicitarea ajutorului psihologic [1], [5].

Direcțiile viitoare de cercetare ar trebui să integreze o perspectivă aplicată asupra educației civice și culturii informaționale, prin dezvoltarea unor proiecte longitudinale care să urmărească evoluția rezilienței informaționale și psihologice a cadrelor militare atât pe parcursul desfășurărilor operative repetate, cât și în perioada post-serviciu. O astfel de abordare ar permite înțelegerea modului în care expunerea continuă la medii informaționale complexe și la presiuni sociale influențează capacitatea militarilor de a evalua critic informațiile și de a rezista dezinformării. În același timp, este necesară explorarea diferențelor existente între diverse ramuri și structuri militare, din perspectiva culturii organizaționale și a normelor de grup, care pot amplifica sau diminua vulnerabilitatea la fake news și conformism informațional. Aceste analize ar trebui corelate cu evaluarea eficacității programelor de formare în educație civică și cultură informațională, menite să dezvolte gândirea critică, responsabilitatea civică și autonomia decizională în fața presiunii sociale. În acest cadru, relația dintre reziliența psihologică, dezinformare și influența normelor sociale devine centrală. O înțelegere aprofundată a acestor interdependențe poate contribui nu doar la îmbunătățirea sănătății mintale a personalului militar, ci și la consolidarea performanței operaționale și a securității informaționale. Astfel, educația civică și cultura informațională nu mai reprezintă doar componente teoretice, ci devin instrumente strategice esențiale pentru formarea unor cadre militare capabile să gestioneze critic informația, să reziste presiunii sociale și să acționeze responsabil într-un mediu informațional tot mai complex.

Referințe bibliografice:

1. Barua, Z., Barua, S., Aktar, S., Kabir, N., Li, M. (2020). Effects of misinformation on COVID-19 individual responses and recommendations for resilience of disastrous consequences of misinformation. *Progress in Disaster Science, 8*, 100119. https://doi.org/10.1016/j.pdisas.2020.100119
2. Eccles, D. A., Dingler, T. (2021). Three prophylactic interventions to counter fake news on social media. *arXiv:2105.08929*. https://arxiv.org/pdf/2105.08929
3. Jaeschke, A. M. C. (2016). *Psychosocial predictors of resilience in a military sample* [Doctoral dissertation]. https://core.ac.uk/download/230478492.pdf
4. Rodrigo, P., Ogiemwonyi A., Chi Vu, M., Olan, F., Djafarova, E. (2022). Can you be Mindful? The effectiveness of mindfulness-driven interventions in enhancing the digital resilience to fake news on COVID-19. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 25*(3), 158–168. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8889385/
5. Sales, C. M. D., Saraiva, A., Faisca, L. (2017). Treino da resistência psicológica na recruta militar em Portugal: o papel da coesão militar, da autoestima e da ansiedade na resiliência [Training of psychological resilience in military recruits in Portugal]. *Análise Psicológica*. https://core.ac.uk/download/216338675.pdf
6. Sample, C., Jensen, M. J., Scott, K., McAlaney, J., Stary, J. (2020). Interdisciplinary lessons learned while researching fake news. *Frontiers in Psychology, 11*, 573988. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7793757/
7. Thomas, M. M., Pietrzak, R. H., Nguyen, D. R., Ryan, D., Southwick, S. M., & Mazure, C. M. (2021). Psychological resilience in West Point graduates: Results from a nationally representative study. *Journal of Traumatic Stress, 34*(6), 1159–1170. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8573692/
8. Wu, C., Hou, G., Lin, Y., Sa, Z., Fang, Y., Chu, X., & Liu, Y. (2022). Exploring links between Chinese military recruits' psychological stress and coping style from the person-environment fit perspective: The chain mediating effect of self-efficacy and social support. *Frontiers in Public Health, 10*, 1003682. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9673819/