

Realizarea unui proiect de cercetare

Cuprins

1.1	Premisele cercetării	1
1.2	Modelul general al unui proiect de cercetare.....	2
1.3	Căutarea unui subiect de cercetare	5
1.4	Tematica cercetării științifice în psihologia sănătății și siguranței ocupaționale	8
1.4.1	Tipuri de cercetări.....	8
1.4.2	Teme de cercetare.....	9
1.4.3	Provocări și perspective.....	12
1.5	Orientări tematice în psihologia clinică.....	13
1.6	Managementul proiectului de cercetare – diagrama Gant	14
1.7	Întrebări recapitulative.....	15
1.8	Exerciții	16
1.9	Appendix: Ghid introductiv de utilizare a programului EndNote	16
1.9.1	Crearea înregistrărilor (referințelor).....	16
1.9.2	Utilizarea referințelor în procesul de elaborare a documentelor	18
1.10	Adrese web recomandate:.....	19
1.11	Referințe bibliografice.....	20

1.1 Premisele cercetării

Orice student care a încercat pentru prima dată să facă o cercetare, are cu siguranță în minte amintirea confuziei și dificultăților pe care le-a resimțit în confruntarea cu această sarcină. Este adevărat că știința implică cunoștințe solide, experiență și creativitate, dar la fel de adevărat este că toate acestea nu sunt suficiente fără însușirea unui model sistematic de abordare a cercetării. Cunoașterea și aplicarea acestui model face din orice cercetare o activitate predictibilă și controlată, evitând erori ascunse care își pot manifesta efectele oricând, uneori prea târziu pentru a mai putea fi corectate.

Pentru început, considerăm utilă discutarea câtorva premise de la care pornește o cercetare, deoarece acestea își pun amprenta asupra întregului proces.

Motivația pentru tema cercetării. Orice cercetare implică efort, timp și înfruntarea unor dificultăți. De aceea, menținerea interesului pe toată durata procesului, până la finalizare, este extrem de importantă pentru a avea succes. În mod obișnuit, mai ales în cazul cercetătorilor începători, inițierea unei cercetări decurge din unul dintre următoarele motive: din proprie inițiativă (curiozitate, interes); pentru că este sugerată (de profesori, supervizori etc.); ori pentru că este impusă de context (îndeplinirea unei obligații academice sau de serviciu). Fascinația, pasiunea sau interesul personal pentru un anumit subiect constituie resurse suficiente pentru a susține efortul pe care îl presupune o cercetare. Dacă însă aceasta este "impusă", atunci trebuie găsite ancore motivaționale personale. Cele mai accesibile astfel de ancore sunt: particularizarea temei sau subiectului, alegerea unei metode de abordare care prezintă interes sau este mai familiară, ori alegerea unui mediu mai interesant, neobișnuit, pentru realizarea cercetării. De exemplu, dacă ni se cere să facem o cercetare cu privire la valorile culturale, putem alege dintre modelele existente un model al valorilor culturale care ne-a trezit interesul (de ex., modelul Hofstede) și, pentru că ne este mai accesibil domeniul ocupațional, să ne propunem plasarea cercetării în acest mediu, eventual și într-un altul, pentru realizarea unei comparații între ele.

Caracteristicile personale. Cea mai importantă resursă într-o cercetare este cercetătorul însuși, iar conștientizarea propriilor caracteristici este esențială pentru tipul de abordare care are cele mai bune șanse de succes. Cei care relaționează și comunică ușor, pot alege un proiect pe bază de interviu, cei care detestă statistica vor evita cercetările cu un volum mare de date sau vor alege un model calitativ ș.a.m.d.

Resursele disponibile și accesibile. O cercetare presupune angajarea unor resurse variate, de la competența și experiența personală în domeniul studiat, până la resurse de ordin material (bani, locație etc.) și metodologic (instrumente de măsurare, accesul la mediul și subiecții cercetării). Succesul unei cercetări nu poate fi asigurat doar de o motivație puternică și de disponibilități personale. Este foarte important ca la angajarea într-un astfel de proiect să fie inventariate cu grijă toate tipurile de resurse disponibile (existente și imediat utilizabile) și accesibile (inexistente, dar pentru care există suficiente argumente că pot fi obținute). În mod fatal, studenții sau cercetătorii tineri au cele mai mari probleme la capitolul ”resurse”, dar, practic, în cazul oricărei cercetări există resurse deficitare. Atenția cea mai mare trebuie acordată estimării posibilității de acces la resursele inexistente. Angajarea într-un proiect de cercetare fără garanții suficiente că acestea pot fi acoperite, reprezintă cea mai frecventă cauză de eșec sau de abandon al unei cercetări. O resursă care necesită o atenție cu totul specială este timpul, cu atât mai mult atunci când proiectul implică o dată fixă de finalizare (cum este cazul lucrărilor de finalizare a studiilor de licență sau master). O idee ambițioasă și foarte atractivă de cercetare trebuie abandonată sau ajustată dacă nu există garanții că poate fi finalizată la termenul impus.

Multe proiecte de cercetare sfârșesc prin eșec sau ridică dificultăți foarte mari, din cauză că nu sunt întrunite premise ca cele enunțate mai sus. Mult timp și energie pot fi economisite dacă se acordă atenție acestor aspecte și dacă, înainte de a începe, vom avea clar în minte răspunsul la câteva întrebări fundamentale (Dawson, 2002):

- 1) care este obiectul cercetării?
- 2) care este motivul cercetării?
- 3) care este populația și cine vor fi subiecții cercetării?
- 4) unde se va desfășura cercetarea?
- 5) când și cât timp durează (are la dispoziție) cercetarea?

Uneori se poate răspunde ușor la aceste întrebări, alteori răspunsul este incert. Întotdeauna însă, este o idee bună aceea de a confrunta propriile estimări cu ale altora: colegi, profesori ori îndrumători. Evitarea asumării uneia sau alteia dintre aceste probleme în faza de proiectare a unei cercetări este o premisă sigură pentru întâmpinarea unor dificultăți pe parcurs sau chiar pentru eșecul acesteia.

1.2 Modelul general al unui proiect de cercetare

Un proiect de cercetare, ca orice proiect intelectual, are o serie de componente care sunt puse în execuție în conformitate cu o dinamică procesuală. Așa cum este de așteptat, nu există o viziune unică asupra componentelor acestui proces. În viziunea lui Sackett și Larson Jr. (1990) modelul ideal al unei cercetări în domeniul psihologiei industrial-organizaționale are structura prezentată în figura 2.1.

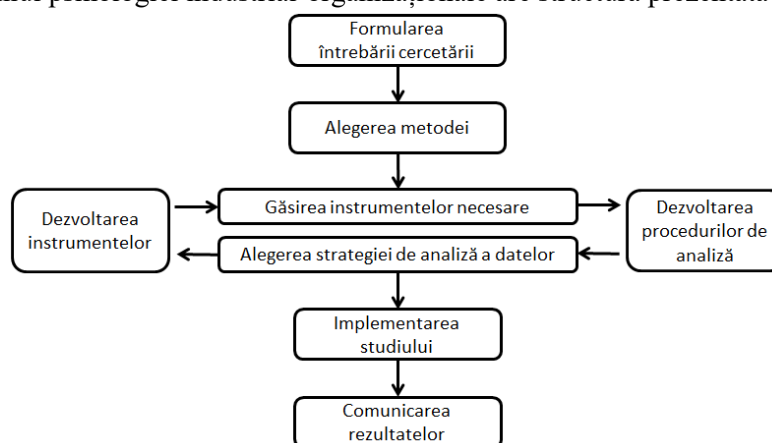


Figura 2.1 Un model idealizat al procesului cercetării (Sackett & Larson Jr., 1990)

Conform acestui model, punctul de plecare al unei cercetări constă în formularea uneia sau mai multor întrebări la care cercetătorul dorește să afle răspuns. Evident, acest lucru presupune că aflarea unui răspuns este justificată de un anumit obiectiv, care poate fi teoretic sau practic aplicativ. În continuare, este aleasă o metodă adecvată, după care se construiește setul instrumental și se dezvoltă

procedurile de analiză. Pasul următor constă în realizarea cercetării, după care are loc prezentarea rezultatelor.

Frankfort-Nachmias și Nachmias (2000) propun un model al etapelor cercetării care pune accentul pe caracterul procesual-ciclic al cercetării și scoate în evidență rolul central al teoriei (fig. 2.2).

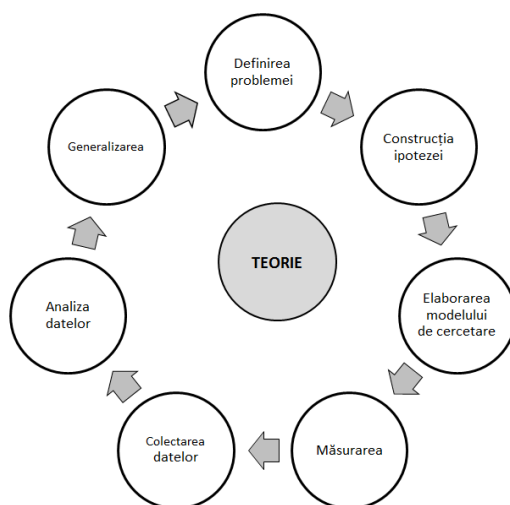


Figura 2.2 Etapele procesului de cercetare
(adaptat după Frankfort-Nachmias & Nachmias, 2000)

În fine, consemnăm modelul propus de Hershey et al. (2006) care consideră că derularea unei cercetări trebuie să parcurgă următoarele etape principale: planificarea; alegerea modelului, instrumentelor și constituirea eșantionului; colectarea datelor; analiza datelor; elaborarea documentului final.

Tote modelele prezentate plasează punctul de pornire al unei cercetări în constituirea unei ”stări de interogare a realității”, care are rolul de a focaliza interesul de cunoaștere asupra unui fenomen specific, bine precizat. Sackett și Larson Jr. (1990) consideră întrebarea ca fiind ”motorul cercetării” și, de aceea, formularea întrebărilor reprezintă un moment esențial pentru orice demers științific. O întrebare bine formulată înseamnă circumscrierea fenomenului supus cercetării și garantează claritatea obiectivului vizat. Generarea întrebărilor este determinată de diverși factori de natură internă sau externă (Sackett & Larson Jr., 1990). Printre factorii interni se află: *curiozitatea* (dorința de a înțelege sau explica); *compasiunea* (dorința de a rezolva probleme pentru a ameliora situații de viață); *confirmabilitatea* (ușurința de a găsi răspunsuri – din această perspectivă, problemele dificile tind să fie mai puțin cercetate decât cele facile); *conformismul* (tendința de a alege întrebări care sunt ”la modă” printre cercetători, la un moment dat); *preferința personală* (tendința de a pune întrebări și a efectua cercetări care corespund cunoștințelor, abilităților și intereselor cercetătorului). În ce privește factorii externi care determină generarea întrebărilor cercetării, aceștia sunt: impunerea din partea unei autorități administrative sau academice, costurile implicate, resursele disponibile (materiale, metodologice, umane), sistemul de recompense (sunt alese întrebări a căror rezolvare aduce o recunoaștere mai mare), interesul colaboratorilor și ”sponsorilor” (sunt alese întrebări care orientează cercetarea spre probleme de interes pentru cei care contribuie la derularea acesteia).

O abordare eficientă în generarea întrebărilor cercetării este pornirea de la una sau mai multe întrebări mai generale cu privire la fenomenul vizat. În acest scop, este util să avem clar în minte ce este mai important în legătură cu subiectul cercetării. De exemplu, dacă fenomenul ales este performanța profesională a angajaților unei organizații, atunci putem porni de la întrebări generale de genul următor:

- care sunt factorii care determină performanța profesională?
- care sunt factorii care determină părăsirea organizației?

Aceste întrebări generale pot fi mai departe rafinate prin formulări mai specifice:

- există o legătură între pregătirea profesională anterioară și performanța curentă?
- există o legătură între performanța profesională a angajaților și stilul de conducere al șefilor?

- există o legătură între abandonul locului de muncă și nivelul salarizării?

Dacă privim cu atenție formulările de mai sus, vom observa că ele sunt expresii verbale explicit interogative, care fac referire directă la anumite variabile și natura relației dintre ele:

- pregătirea anterioară/performața curentă
- performanța/stilul de conducere
- abandonul locului de muncă/nivelul salarizării

Toate modelele de abordare a unui proiect de cercetare prezentate mai sus au un fundament rațional și o valoare didactică și teoretică. În spiritul metodei științifice însă, Hershey et al. (1996) s-au întrebat cum procedează în realitate cercetătorii? Pentru a găsi răspuns la această întrebare cu caracter explorator, ei au realizat o cercetare empirică cu privire la componentele unei cercetări, așa cum se întâlnesc ele în practică. În acest scop, au solicitat unui număr de 49 de psihologi experți (profesori de psihologie) cu activitate științifică recunoscută, să prezinte structura unui proces de cercetare, așa cum se întâmplă în realitatea activității lor. Sinteza informațiilor colectate este prezentată în tabelul 2.1.

Tabelul 2.1

Elementele componente ale procesului de cercetare pe baza răspunsurilor a 49 de experți (Hershey et al., 1996)

<i>Căutarea unei idei de cercetare (ancoră)</i>
CONSULTAREA LITERATURII ASUPRA SUBIECTULUI
<i>Discutarea ideii cu colegii</i>
<i>Conceptualizarea proiectului</i>
<i>Determinarea populației adecvate proiectului</i>
Formularea ipotezei(lor)
PROIECTAREA MODELULUI DE CERCETARE
<i>Obținerea materialelor și datelor deja disponibile</i>
<i>Construirea materialelor și efectuarea măsurărilor inexistente</i>
<i>Obținerea asistențelor de cercetare</i>
Aplicarea procedurilor de testare pilot
<i>Rafinarea modelului de cercetare pe baza rezultatelor pilot</i>
Selectarea subiecților (eșantionul cercetării)
COLECTAREA DATELOR
<i>Codificarea și organizarea datelor</i>
ANALIZA DATELOR
<i>Decizia cu privire la ipoteza cercetării</i>
<i>Prezentarea rezultatelor la o conferință sau ședință de lucru</i>
<i>Realizarea unei revederi finale a literaturii relevante</i>
SCRIEREA VERSIUNII ÎNȚĂLĂ A RAPORTULUI DE CERCETARE
<i>Primirea feedbackului la versiunea inițială</i>
Trimiterea lucrării spre publicare
<i>Efectuarea modificărilor după evaluarea referențelor</i>
Publicarea lucrării (ancoră)

Notă: Componentele scrise cu MAJUSCULE au întrunit un consens ridicat (peste 60% din experți); cele scrise cu litere în format normal, au întrunit un consens moderat (40-59%), iar cele scrise în format *italic* au întrunit un consens redus (20-39%).

Rezultatul acestei cercetări a scos în evidență cinci etape care au întrunit adeziunea majoritară a cercetătorilor: *consultarea literaturii asupra subiectului; proiectarea modelului de cercetare; colectarea datelor; analiza datelor; scrierea versiunii inițiale a raportului de cercetare*. Celelalte componente sunt prezente într-o măsură mai mică, variabilă de la cercetător la cercetător. Concluzia care se poate desprinde este aceea că, în ciuda modelelor rațional-teoretice, nu există o structură unică, valabilă pentru toți cercetătorii și pentru toate cercetările. Natura temei și experiența cercetătorului se pot materializa în variații ale modelului de abordare a cercetării. Modelul general are o valoare euristică, orientativă, și este menit să identifice activitățile uzuale pentru cele mai multe dintre cercetările empirice. El nu exclude flexibilitatea indusă de contextul real în care se desfășoară o cercetare. Astfel, nu este absolut necesar ca derularea componentelor menționate să urmeze o cale secvențială riguroasă.

Uneori, anumite sarcini pot fi efectuate în paralel. De exemplu, în timp ce are loc testarea pilot se pot desfășura activități pentru selectarea eșantionului cercetării.

1.3 Căutarea unui subiect de cercetare

Obiectivul nostru în continuare este acela de a detalia problematica ridicată de prima etapă a procesului, planificarea cercetării, care presupune, la rândul ei, mai multe componente, pe care le vom analiza pe rând: găsirea unui subiect de cercetare, generarea ideii cercetării, studierea literaturii de specialitate relevante pentru subiectul respectiv.

Evident, cunoștințele și experiența personală joacă un rol important în parcurgerea acestei etape, iar interesele și orientarea fiecărui cercetător reprezintă un factor de orientare și selecție asupra diverselor teme de cercetare posibile. În același timp, însușirea unor strategii de căutare a subiectelor de cercetare poate avea un rol benefic, mai ales pentru începători. Mai mult decât atât, trebuie să fim pregătiți pentru a sesiza și exploata nu doar una, ci mai multe strategii și opțiuni pentru selectarea unui subiect de cercetare viabil.

Găsirea unui subiect de cercetare poate fi, la rândul ei, descompusă în două stadii: strategii de căutare și strategii de precizare și definire a subiectului. În primul stadiu obiectivul constă în găsirea unei teme generale de studiu. În al doilea stadiu ne propunem fixarea și trasarea limitelor exacte ale subiectului cercetării.

Cele mai uzuale strategii de urmat în vederea identificării unui subiect de cercetare au fost clasificate de Leong și Muccio (2006) în următoarele categorii principale: strategii personale; strategii interpersonale; surse scrise; strategii computerizate; strategii creative.

a) Strategii personale

Iată câteva din cele mai importante abordări din perspectiva acestui tip de strategii:

- *Experiența personală și observația directă.* Un psiholog care este familiarizat cu problematica organizațiilor va găsi mai ușor o temă de studiu în acest domeniu, la fel cum unul care lucrează cu copiii abuzați în familie își va alege din aceasta arie tema cercetării. Șansa de a trăi într-un anumit mediu oferă deschideri către subiecte de cercetare inspirate din probleme reale, uneori noi și surprinzătoare, care pot avea o valoare științifică reală. Ca psiholog într-o unitate de aviație am observat că piloții obișnuiau să joace șah în momentele de pauză pe durata activității de pregătire la sală. Pornind de aici, le-am sugerat să joace partide cu limită de timp, pentru a-și antrena astfel capacitatea de a gândi rapid în condiții de stres. Mai departe, am putut observa că aproape toate partidele cu limită de timp de 5 minute se terminau mai repede, cam la jumătatea timpului fixat. Așa am ajuns să fiu preocupat de conduita specifică în condiții de criză de timp, am studiat literatura de specialitate, descoperind așa numitul sindrom *hurry-up*, am analizat din această perspectivă rezultatele unor probe psihologice computerizate și am investigat cauzistica unor evenimente de aviație din această perspectivă (Popa, 1995).
- *Creativitatea individuală.* Aceasta strategie se poate materializa prin sesiuni de generare de idei libere de orice constrângere și autocenzură care, mai apoi, pot fi triate și evaluate pe baza unor criterii raționale. Dacă trebuie să faceți o cercetare despre adaptarea școlară sau profesională, atunci scrieți toate ideile care vă vin în minte cu privire la adaptarea școlară/profesională și comportamentele specifice care descriu adaptarea și dezadaptarea în mediul respectiv. După ce ați completat lista, evaluați fiecare idee din perspectiva abordabilității într-o cercetare și a disponibilității personale de a o studia. Prin comparații și eliminări succesive se poate ajunge, în final, la ideea ce va sta la baza cercetării.
- *Perspectiva de "marțian".* Aceasta presupune dezvoltarea capacității de raportare la lumea înconjurătoare ca și cum am fi văzut-o atunci, pentru prima dată. Vom putea astfel descoperi lucruri pe lângă care am trecut sau în mijlocul cărora trăim fără a le înțelege și a ni le explica. Trăind într-un oraș mare de exemplu, putem astfel sesiza că șoferii tind să rezolve conflictele de trafic prin mijloace agresive sau că, în mulțime, oamenii aflați în situații de urgență sunt

tratați cu indiferență. Aceste constatări ”detașate” pot fi punctul de plecare al unor cercetări explicative.

- *Cărți, filme, programe TV.* Chiar dacă literatura, filmele sau programele TV sunt departe de a fi văzute ca sursă de teme de cercetare, în realitate acest lucru este perfect posibil. Aceasta deoarece ele conțin de multe ori ilustrări ale unor fapte sau situații de viață care au o anumită valoare de generalitate și care, din această cauză, merită a fi studiate. Informațiile despre creșterea consumului de droguri în școli, despre frecvența mai mare a accidentelor de un anumit tip, sau în anumite locuri, ori despre problemele pe care le au în familie persoanele care petrec mult timp la serviciu, pot constitui punctele de plecare ale unor cercetări științifice.

b) Strategii interpersonale

Acestea presupun apelul la relația cu alte persoane, profesori, cercetători, colegi etc., care pot contribui cu experiența și cunoștințele lor la conturarea unei idei de cercetare. Uneori, chiar relația cu persoane de alte specialități poate fi o sursă de inspirație pentru idei interesante, deoarece deschide perspective neobișnuite și sugerează conexiuni noi între fapte și fenomene, care până atunci erau văzute dintr-o perspectivă mai îngustă. În aceeași categorie intră și participarea la conferințe sau sesiuni de prezentări, în care se poate lua cunoștință cu o varietate de studii, pe diverse teme, ce pot constitui surse de inspirație pentru dezvoltarea unei idei proprii. Întrebările și discuțiile cu autorii comunicărilor pot fi, de asemenea, extrem de utile. Ascultând ideile altora în legătură cu un domeniu de care suntem interesați, putem găsi puncte de interes pentru cercetări proprii.

c) Literatura de specialitate

Deși le introducem abia la locul al treilea pe lista surselor de idei de cercetare, literatura de specialitate este, în realitate, cel mai important loc în care putem găsi ceea ce căutăm (Brewerton & Millward, 2008; Mitchell & Jolley, 2001). Cercetările științifice nu au doar rolul de a oferi răspunsuri la diverse întrebări, ci, mai mult decât atât, ele sunt generatoare de întrebări și, implicit, surse de inspirație pentru noi cercetări. Așa cum vom avea ocazia să precizăm de multe ori de acum încolo, nici o cercetare științifică, oricât de ambițioasă ar fi, nu poate elucida complet un anumit subiect și nici nu este lipsită de limite. Orice aspect criticabil la o cercetare poate deveni o sursă de inspirație și un punct de pornire pentru o cercetare care corectează problema respectivă.

Cele mai utile resurse pentru identificarea unui subiect de cercetare sunt *sursele primare*, care sunt reprezentate de articolele din revistele de specialitate, rapoartele de cercetare sau comunicările prezentate cu ocazia manifestărilor științifice. Chiar și simpla trecere în revistă a titlurilor și rezumatelor articolelor publicate în astfel de surse ne poate da o idee coerentă cu privire la temele actuale și sugestii pentru studii proprii. Un studiu mai aprofundat al surselor primare este cu atât mai mult util în atingerea acestui obiectiv. Johnson și Christensen (2008) identifică mai multe modalități prin care cercetările anterioare pot constitui o bază de pornire pentru noi cercetări:

- *Replicarea.* O cercetare considerată importantă, mai ales atunci când deschide o direcție nouă sau testează o ipoteză mai puțin verificată, poate fi replicată, în condiții identice, pentru a aduce noi dovezi în sprijinul acesteia.
- *Verificarea potențialului de generalizare.* Un studiu de laborator sau care este limitat la un anumit context ori populație, poate fi reluat în mediu real sau pe un eșantion aparținând altei populații.
- *Ameliorarea puterii explicative.* O cercetare care privește, să zicem, relația dintre implicarea în evenimente traumatice și dezvoltarea unor simptome emoționale poate fi ameliorată dacă cercetătorul controlează anumite variabile care nu au fost controlate în cercetarea inițială (de ex., nivelul de control al situației – șoferii au un control mai ridicat și pot fi mai puțin afectați emoțional de accidente, decât pasagerii, care au un rol pasiv).
- *Reconcilierea unor rezultate divergente.* De multe ori, analizând rezultatele unor cercetări cu privire la aceeași temă putem constata rezultate diferite, chiar total divergente. În astfel de situații, o cercetare nouă poate fi utilă pentru a înclina balanța într-o direcție sau alta.

- *Sugestiile propuse de autori.* Este o practică destul de frecventă ca autorii să își încheie cercetările cu sugestii pentru noi studii privind tema respectivă, pornind de la recunoașterea limitelor propriei cercetări sau de la întrebările noi ridicate pe parcursul acesteia.

Pe lângă sursele primare, idei de cercetare pot fi găsite și în așa numitele *surse secundare*. Acestea sunt materiale în care se fac trimiteri sau sinteze ale unor surse primare. Chiar dacă mai sărace în informații decât sursele primare, acestea oferă o orientare bună și pot sugera idei de cercetare. În această categorie intră, de regulă, sintezele, enciclopediile, studiile de meta-analiză sau manualele universitare. Acestea din urmă însă, vor trebui "citite" altfel decât sunt citite pentru a fi învățate. În mod obișnuit, manualele conțin informație puternic sintetizată și esențializată, iar tematica lor este adesea structurată în funcție de diverse criterii academice și pedagogice. Acest lucru nu este întotdeauna benefic și stimulativ pentru inițierea unei cercetări. Pentru a le exploata în această direcție, atunci când citim un manual este recomandabil să căutăm indicii cu privire la cercetările care au condus la concluziile care fac substanța sa, să identificăm revistele și articolele științifice din lista de referințe bibliografice și, pornind de aici, să ajungem în final la surse primare, care sunt cele mai fertile în generarea de idei de cercetare.

Lectura lucrărilor de licență, a disertațiilor de masterat ori a tezelor de doctorat dintr-un anumit domeniu poate constitui, de asemenea, surse de inspirație pentru idei de cercetare. Pe această cale se pot observa care sunt temele cele mai frecvent abordate și metodologia utilizată, astfel încât ne facem o idee mai precisă despre nivelul la care trebuie să tindem prin propria noastră cercetare. Multe din aceste lucrări conțin o trecere în revistă a cercetărilor din domeniul respectiv și sursele bibliografice de unde au fost procurate, astfel încât pot fi o excelentă resursă pentru propria noastră orientare.

O excelentă sursă de inițiere a cercetărilor o reprezintă teoriile. În spiritul metodei științifice, rolul explicativ și utilitatea practică a acestora nu pot fi îndeplinite decât dacă sunt supuse verificării empirice. De exemplu, *teoria Minnesota a adaptării la muncă*, nu prezintă valoare practică decât în măsura în care afirmațiile ei sunt verificate prin cercetări. Fiecare dintre propozițiile acesteia pot fi utilizate pentru a dezvolta, așa cum vom vedea mai târziu, ipoteze de cercetare.

d) Strategii computerizate

Lumea computerelor și a internetului reprezintă un instrument de neocolit în materie de informare, deoarece acumularea de date și informații și punerea lor la dispoziție publică este una dintre funcțiunile majore ale tehnologiei informatice. În acest sens, semnalăm mai ales bazele de date cu referințe științifice, care sunt realizate și distribuite prin intermediul internetului (Reed & Baxter, 2006). Câteva dintre cele mai cunoscute și prestigioase sunt: *PsycLit* (produsă de APA, conține articole și rezumate din mai multe reviste de specialitate, publicate începând cu anul 1927); *ERIC* (comunicări și articole preluate din mediul educațional); *Medline* (comunicări și articole de la manifestări științifice și reviste medicale, care conțin o mare cantitate de informație psihologică); *Social Science Citation Index - SSCI* (spre deosebire de alte surse, aceasta din urmă realizează o indexare după citări, astfel încât, de exemplu, pot fi căutate toate articolele în care a fost citată o anumită teorie). Deși aceste surse nu sunt de regulă gratuite, iar accesibilitatea lor din România este mai redusă, se poate ajunge la ele pe durata unor burse sau stagii la universități din străinătate, sau cu ajutorul unor colegi care studiază acolo. Totuși, în ultimii ani, universitățile și bibliotecile universitare din România au încheiat contracte de colaborare pentru accesul la baze de date academice. Universitatea din București, de exemplu, pune la dispoziția studenților și cadrelor didactice, gratuit, prin intermediul calculatoarelor din sălile de lectură, sau conectate wireless prin intermediul serverelor sale, accesul la serviciile unor prestigioase surse ca *EBSCO*, *ProQuest* sau *Project Muse*. Capacitatea de a profita cât mai mult de oferta computerizată este dependentă doar de motivația căutării și de dezvoltarea unor abilități specifice în lucrul cu aceste baze de date. Însă, odată realizat contactul și depășite dificultățile inerente oricărui început, beneficiile devin considerabile.

În aceeași categorie de resurse intră și informațiile publice de pe internet. Astfel, pot fi accesate rezumatele sau, mai rar, comunicările integrale la diverse manifestări științifice, articole din unele reviste de specialitate (aproape fiecare revistă online dă acces liber la unele numere sau la anumite articole). Colecțiile de adrese ale motoarelor de căutare (*Google*, *Yahoo*, *Microsoft Live* etc.) pot fi puncte de plecare extrem de utile, dar și adresele incluse în listele de referințe bibliografice din diversele materiale

studiate ori de pe site-urile vizitate. Internetul pune însă la dispoziție și pagini care oferă asistență celor care caută un subiect de cercetare. O listă de adrese către astfel de surse este prezentată în continuare:

1. http://www.lib.uwaterloo.ca/discipline/psyc/doing_research.html
2. http://www.psychology.org/links/Resources/Doing_Research/
3. <http://www.fenichel.com/Current.shtml>
4. www.library.cornell.edu/olinuris/ref/research/topic.html
5. www.lib.duke.edu/libguide/choosing.htm
6. <http://library.weber.edu/ref/guides/howto/topicselection.cfm>
7. www.brainstorming.co.uj/tutorials/creativethinkingcontents.html
8. <http://www.questia.com/search/>
9. <http://newterra.chemeketa.edu/library/instruction/handouts/PSY201.htm>
10. http://www.sjlibrary.org/research/databases/sguide_subjectList.htm?subID=60&catID=1

1.4 Tematica cercetării științifice în psihologia sănătății și siguranței ocupaționale

Sănătatea ocupațională este un domeniu care s-a dezvoltat pe terenul tradițional al psihologiei muncii și industrial-organizaționale, începând de la mijlocul anilor '90 (Leka & Houdmont, 2010). La baza acestuia se află un concept integrativ, care pune accentul pe calitatea relației dintre angajați și mediul de muncă. Direcțiile de evoluție ale psihologiei sănătății ocupaționale au urmat liniile trasate de cercetările efectuate în acest domeniu.

1.4.1 Tipuri de cercetări

Există diverse clasificări ale cercetărilor din domeniul psihologiei sănătății ocupaționale. Leka și Houdmont (2010) vorbesc de cercetări „negative” și „pozitive”. Temele de cercetare specifice orientării „negative” vizează probleme care țin de disfuncțiile relației dintre angajați și mediul de muncă: stres, violență, abuzul de substanțe, accidente etc. În contextul „orientării pozitive”, cercetările adresează probleme ca satisfacția în muncă, starea de bine, motivația intrinsecă, relația dintre muncă și stima de sine etc. Tematica negativă domină cercetările din perioada care a urmat apariției psihologiei sănătății ocupaționale, în timp ce în ultimii ani se constată o deplasare a interesului către cercetarea pozitivă, ceea ce este un semn al maturității acestei discipline (Macik-Frey, Quick, & Nelson, 2007).

Schaufeli (2004) propune o tipologie mai complexă a cercetărilor din domeniul sănătății ocupaționale, care include cinci categorii de cercetări (vezi tab. 2.2):

- *explicative* (focalizate pe teorii, au ca obiectiv generarea de cunoștințe, înțelegerea proceselor și mecanismelor psihologice din procesul muncii);
- *descriptive* (focalizate pe evidențierea „stării de fapt” particulare într-un anumit context de muncă; este inițiată ocazional, în funcție de anumite situații contextuale care necesită diagnosticare și soluții);
- *pentru dezvoltarea de instrumente* (crearea de protocoale, proceduri, tehnici de măsurare, ghiduri de intervenție în mediul organizațional);
- *de intervenție* (evaluarea eficienței diverselor tehnici de intervenție organizațională, cum ar fi programele de training)
- *de schimbare organizațională* (focalizate pe introducerea unor modificări în structura și funcționalitatea organizației, cu scopul de a genera un mediu de muncă mai sănătos)

Tabelul 2.2
Tipuri de cercetări în psihologia sănătății ocupaționale (Schaufeli, 2004)

	<i>Cercetare exploratorie</i>	<i>Cercetare descriptivă</i>	<i>Dezvoltare de instrumente</i>	<i>Cercetare de intervenție</i>	<i>Schimbare organizațională</i>
<i>Orientare</i>	Orientare pe o teorie		Focalizare pe probleme		
<i>Proces</i>	Ciclu empiric	Non-ciclică	Ciclu reglementat		
<i>Metodă</i>	Empirică-analitică		Empirică-analitică, cercetare-acțiune, studii de caz		
<i>Obiectiv</i>	Generare de cunoștințe	Descoperire de fapte	Proiectare de instrumente	Evaluare	Schimbare planificată
<i>Mediu de publicare</i>	Reviste științifice		Reviste profesionale sau științifice		Rapoarte interne în companii
<i>Grup țintă</i>	Comunitatea științifică		Profesioniști		Organizații

Aguinis, Pierce, Bosco și Muslin (2009) au realizat o analiză a tematicii articolelor publicate în revista *Organizational Research Methods* în decada 1998-2007. Tabelul 2.3 conține o reproducere sintetică comparativă a abordărilor cantitative și calitative. Așa cum se poate observa, există o predominanță evidentă a cercetărilor de tip cantitativ, care sunt de 8.69 ori mai multe decât cercetările de tip calitativ. Analiză longitudinală a tendințelor celor două strategii de cercetare de-a lungul decadei, indică o tendință de apropiere între acestea până la mijlocul perioadei, urmată de o tendință de creștere a ponderii cercetărilor cantitative față de cele calitative în a doua parte.

Tabelul 2.3
Frecvența și procentajul abordărilor tematice din revista *Organizational Research Methods* între 1998 și 2007 (adaptat după Aguinis et al., 2009)

	<i>n</i>	<i>%</i>
Abordări cantitative	469	89.31
- Model cantitativ	68	15.08
- Măsurare cantitativă	172	38.14
- Analiză cantitativă	229	48.83
Abordări calitative	54	10.69
- Model calitativ	30	55.56
- Măsurare calitativă	5	9.26
- Analiză calitativă	19	35.19
Total	523	100

1.4.2 Teme de cercetare

Obiectivele majore ale practicienilor din domeniul sănătății ocupaționale țin de susținerea de cercetări aplicative și transpunerea în practică a rezultatelor obținute; prevenirea expunerii angajaților la factori de risc fizic sau operațional; prevenirea efectelor negative ale noilor tehnologii; dezvoltarea de instrumente și proceduri pentru managementul eficient al problematicii sănătății ocupaționale la nivel organizațional și social.

Maci-Frey et al. (2007) au analizat articolele publicate, de-a lungul a 15 ani, în trei reviste științifice relevante pentru domeniul sănătății ocupaționale. Rezultatul acestei analize este sintetizat în tab. 2.3.

Tabelul 2.4 Frecvența temelor de sănătate ocupațională în trei reviste de specialitate (15 ani)
(adaptat după Macik-Frey et al., 2007)

	Journal of Occupational Health Psychology			Journal of Management			Journal of Organizational Behavior			TOTAL
	1996	1997-2001	2002-2006	1992-1996	1997-2001	2002-2006	1992-1996	1997-2001	2002-2006	
Stres (coping, suport social, cerințe, control)	11	24	30	2	5	4	37	35	13	161
Relația muncă-familie	2	14	14	1	4	1	3	7	8	54
Violență, agresiune, discriminare	2	11	18	0	3	1	1	3	5	44
Burnout	0	7	8	0	0	1	12	11	4	43
Siguranță	1	12	7	0	0	0	8	1	10	39
Angajare/Șomaj	0	2	14	0	0	1	1	5	5	28
Genul și locul de muncă	2	3	3	0	1	0	3	4	2	18
Insecuritatea locului de muncă	0	5	4	0	1	0	2	3	1	16
Contract psihologic	0	0	0	0	0	0	3	6	7	16
Conflict	0	4	2	0	0	3	1	2	2	14
Sănătate și stare de bine	1	0	8	1	1	0	1	0	1	13
Abuz de substanțe	0	1	4	0	1	0	3	1	1	11
Leadership	1	2	3	0	0	0	0	2	2	10
Proiectarea muncii și mediului	3	1	5	0	0	0	0	0	0	9
Justiție	0	4	0	0	1	0	1	0	3	9
Îmbătrânirea forței de muncă	1	0	2	1	2	0	1	0	1	8
Comportament organizațional pozitiv	0	1	2	0	0	0	0	1	2	6
Workaholism	0	0	1	1	1	0	0	0	1	4
Recuperare	0	1	1	0	0	0	0	0	0	2

Așa cum se poate observa, subiectul cel mai mult studiat a fost stresul de muncă, sub diversele sale aspecte, cu un total de 161 de articole, pe locurile imediat următoare, dar la distanță destul de mare, s-au plasat temele legate de relația muncă-familie (54), violență-agresiune-discriminare (44), *burnout* (43). În general, se constată o predominanță categorică a subiectelor care vizează aspecte negative ale relației de muncă, subiectele pozitive cumulând doar un număr de 6 articole în perioada analizată.

Pentru a ne forma o imagine asupra situației din România, am inițiat un studiu (Popa, Nasoi, Stancu, Manta, & Ionescu, 2012) în care am analizat articolele publicate în reviste și comunicările la conferințe de psihologie, în perioada 2005-2011, pe teme asociate domeniului sănătății ocupaționale. Au fost identificate 49 de articole din patru reviste de specialitate (Revista de Psihologie Organizațională, București; Revista de psihologie - Academia Română; Revista de Psihologie Socială, Iași; Revista de Psihologie Aplicată - Timișoara) și 121 de comunicări din șase ediții ale unor conferințe de psihologie (Conferința APIO 2009-2010-2011; Conferința de Psihologie Aplicată 2007-2009; Conferința Națională de Psihologie 2006).

Analiza s-a bazat pe clasificarea cercetărilor în funcție de două criterii: tipul de cercetare și tema abordată. Fără a fi exhaustivă, analiza efectuată permite extragerea unor concluzii relevante pentru orientarea de ansamblu a cercetării științifice în domeniul sănătății ocupaționale din România. Sub aspectul tipului de cercetare, a fost constatată o predominanță covârșitoare a cercetărilor de tip explorator/descriptiv și o adresare foarte redusă a problematicii intervenției și schimbării (tab. 2.4).

Tabelul 2.5

Tipuri de cercetări din sfera sănătății ocupaționale în România, pentru perioada 2005-2011
(Popa et al., 2012)

	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	TOTAL
exploratorie	2	19	4	4	30	21	9	89
descriptivă	3	11	2	3	11	5	2	37
dezvoltare de instrumente	0	1	1	0	8	7	0	17
intervenție	1	4	0	0	5	0	0	10
schimbare organizațională	2	2	1	0	0	0	0	5

În ceea ce privește temele abordate, acestea se concentrează cu precădere asupra stresului ocupațional, sănătății și stării de bine, leadership-ului și comportamentului organizațional pozitiv. Printre subiectele foarte puțin sau deloc abordate sunt: abuzul de substanțe, îmbătrânirea forței de muncă, recuperarea capacității de muncă, *workaholism*-ul, genul la locul de muncă (tab. 2.5).

Tabelul 2.5

Teme de cercetare din domeniul sănătății ocupaționale, în România, comparativ cu revista OHP, pentru perioada 2005-2011 (Popa et al., 2012)

	OHP % ROU %		
Stress (coping, suport social etc.)	32.0	15.7	--
Relația muncă-familie	10.7	1.5	--
Violență, agresiune, discriminare	8.7	2.0	--
Burnout	8.5	1.0	--
Siguranță	7.8	2.9	--
Angajare/Șomaj	5.6	3.4	-
Genul și locul de muncă	3.6	1.0	-
Insecuritatea la locul de muncă	3.2	3.9	=
Contract psihologic	3.2	3.9	=
Conflict	2.8	4.4	+
Sănătatea și starea de bine	2.6	15.2	++
Abuz de substanțe	2.2	0.5	-
Leadership	2.0	12.3	++
Proiectarea muncii și mediului	1.8	14.2	++
Justiție	1.8	2.9	+
Îmbătrânirea forței de muncă	1.6	0.0	-
Comportament organizațional pozitiv	1.2	15.7	++
Workaholism	0.8	0.0	=
Recuperare	0.4	0.0	=

Notă: Semnificația simbolurilor de pe ultima coloană: "--" diferență negativă importantă; "-" diferență negativă; "++" diferență pozitivă importantă; "+" diferență pozitivă; "=" diferențe minore (egalitate)

Interesul pentru problematica cercetării în domeniul sănătății ocupaționale este ilustrat de abordarea frecventă a acestui subiect în literatura de specialitate (Iavicoli, Rondinone, Marinaccio, & Fingerhut, 2006; Rial-González, Copsey, Paoli, & Schneider, 2005; Sauter et al., 2002; Schinka & Velicer, 2003; UNEVOC, 2004), din care am sintetizat un sumar al priorităților, pe care îl prezentăm mai jos:

- *Mediul de muncă:*
 - stresul ocupațional și relația acestuia cu performanța, cu siguranța la locul de muncă și cu diferite variabile (rasă, etnicitate, gen, vârstă)
 - schimbări în caracteristicile muncii și impactul lor asupra sănătății și siguranței;
 - echilibrul dintre muncă și viața particulară;
 - intervenția organizațiilor pentru ameliorarea mediului psihosocial de muncă;
 - violența fizică și psihică la locul de muncă;
 - factorii umani și siguranța în muncă:
 - studiul factorilor de risc;
 - rolul factorilor psihologici în geneza accidentelor;
 - rolul factorilor organizaționali în geneza accidentelor;
 - îmbunătățirea activității organizațiilor, pentru a ameliora:
 - păstrarea angajaților mai în vârstă;
 - integrarea în muncă a persoanelor cu dezabilități;
 - participarea femeilor la piața muncii;
- *Consecințele mediului de muncă asupra sănătății fizice și mentale*
 - tulburările musculo-scheletale (de interes mai ales pentru medici, dar și pentru psihologi, sub anumite aspecte) și efectul lor asupra performanței; dezvoltarea de mijloace ergonomice și comportamentale de prevenire;
 - Impactul substanțelor periculoase (de interes mai ales pentru medici, dar și pentru psihologi, sub anumite aspecte); efectele mediului toxic asupra stării de bine și performanței în muncă; eficiența mijloacelor de protecție;
 - sindromul de solicitare (*burnout*)

- *Managementul sănătății ocupaționale:*
 - costurile umane și sociale ale ignorării sănătății ocupaționale în organizații;
 - impactul calității mediului de muncă asupra eficienței individuale și organizaționale;
 - proiectarea și implementarea unor programe de intervenție organizațională cu scopul creșterii siguranței, prevenirii și reducerii accidentelor și a bolilor generate de mediul de muncă;
 - dezvoltarea unor instrumente și proceduri de management orientate pe sănătatea ocupațională;
 - managementul forței de muncă cu caracteristici speciale (analiza relației dintre vârstă, gen, nevoi speciale, diferențe culturale etc. și performanța în muncă);
 - evaluarea tulburărilor specifice asociate activităților de muncă (boli profesionale);
 - cultura orientată pe sănătatea ocupațională;
 - componente;
 - rolul acesteia asupra stării de bine și a performanței individuale și organizaționale;
 - diseminarea rezultatelor cercetărilor și a procedurilor de bună practică.

1.4.3 Provocări și perspective

Deși problematica stresului aproape că se confundă cu psihologia sănătății ocupaționale, există semne, și este de așteptat ca acestea să se amplifice în viitor, cu privire la o deplasare a interesului către o paletă mai largă de aspecte psihologice și psihosociale relevante pentru funcționalitatea mediului de muncă și pentru indicatorii adaptării individuale la acest mediu.

În viitor, cercetarea științifică din domeniul sănătății ocupaționale trebuie să caute răspunsuri la problemele care decurg, pe de o parte, din acutizarea unor caracteristici ”tradiționale” ale muncii (stresul, de ex.) și, pe de altă parte, din modificarea naturii muncii ca urmare a tehnologizării crescânde (munca în spațiul virtual), a modificării și flexibilizării raporturilor de muncă, precum și a consecințelor generate de dinamica economică și socială mondială (globalizare, migrarea forței de muncă, îmbătrânirea forței de muncă etc.). În acest context, Kazarian & Evans (2001) insistă pe necesitatea abordării sănătății ocupaționale din perspectivă culturală, ca fiind una dintre caracteristicile fundamentale ale secolului XXI.

Este de așteptat, de asemenea, ca centrul de greutate al cercetării să se deplaseze de pe prevenirea sau rezolvarea problemelor negative, spre promovarea aspectelor pozitive ale muncii (Macik-Frey et al., 2007). Discrepanța actuală dintre cercetarea orientată pe intervenție și cea de non-intervenție este foarte mare. Această constatare sugerează că în domeniul cercetării de intervenție este un teritoriu insuficient acoperit și poate reprezenta o direcție fertilă în viitor. De asemenea, se cuvine consemnată opinia lui Schaufeli (2004) care consideră că în viitor este de așteptată o schimbare radicală de optică de la modelul ”bolii” (orientat pe aspectele negative ale relației de muncă) la modelul ”vitaminei” (orientat pe aspectele pozitive și pe metodele de intervenție). În opinia sa, emoțiile pozitive, satisfacția și starea de bine în contextul muncii reprezintă domenii de investigație extrem de promițătoare.

Analizând 631 articole publicate în *Journal of Occupation Health Psychology* și *Work & Stress*, Kang et al. (apud Houdmont & Leka, 2010) au constatat existența unui număr foarte redus de articole (6-7% din total) bazate pe cercetări de tip longitudinal. Acest fapt poate fi determinat, pe de o parte, de transpunerea limitată în practică a rezultatelor cercetării, iar pe de altă parte, de atenția redusă acordată evaluării în timp a programelor de intervenție. Nu este mai puțin adevărat că această situație poate fi generată și de faptul că cercetătorii se află ei înșiși sub presiunea timpului. Cercetările longitudinale presupun durate de ordinul anilor, sunt mult mai costisitoare, iar valorificarea științifică târzie a rezultatele lor nu încurajează acest tip de abordare.

1.5 Orientări tematice în psihologia clinică

Psihologia clinică este la fel de generoasă sub aspectul tematicii de cercetare, așa cum rezultă din sinteza oferită de *Handbook of Research in Clinical Psychology* (Roberts & Iardi, 2005):

- Psihopatologia experimentală a adultului
 - Relația comportamentului uman cu variabile biologice și fiziologice
 - Cercetări asupra anxietății și depresiei
 - Cercetări asupra atenției (ex.: atenția duală)
 - Modelul emoțional Stroop (ex.: utilizarea unor stimuli verbali cu semnificație emoțională)
 - Studii asupra memoriei (ex.: ”memorie implicită” și ”memorie explicită”)
 - Studii asupra emoțiilor
 - Studii cu privire la comportamentele adictive (ex.: alcool, tutun, droguri)
- Evaluarea și diagnosticul copilului și adolescentului
 - Problematika validității și fidelității testelor psihologice
- Evaluarea și diagnoza clinică a adultului
 - Interviul clinic structurat
 - Scale de simptome (STAI Anxiety State & Trait; Beck Depression Inventory, PANAS - Positive and Negative Affect Schedule etc.)
- Terapie și intervenție cu copiii și adolescenții
 - Efectul diferitelor tipuri de terapii individuale și de grup
 - Efectul intervenției asupra părinților (consultanță, training, psihofarmacologie)
 - Intervenție familială (terapii de familie)
 - Intervenții școlare și comunitare (consultanța serviciilor sociale)
- Terapie și intervenție cu adulții
 - Eficiența terapiilor și procedurilor de intervenție
- Prevenire riscurilor și promovarea sănătății
 - Managementul riscurilor cu privire la sănătatea individuală
 - Promovarea comportamentelor preventive
- Psihologia comunităților
 - Etnicitatea, statutul socioeconomic, diferențele culturale
 - Psihologia diversității culturale
- Investigarea clinică a problemelor profesionale
 - Instruirea profesională, atitudini, credințe, motivații,

În ceea ce privește tendințele și perspectivele acestui domeniu, acestea se orientează pe următoarele direcții principale (Iardi & Roberts, 2005):

- Psihoterapia bazată pe dovezi
- Diseminarea intervențiilor eficiente
- Integrarea neuroștiințelor (elaborarea unui model cuprinzător al comportamentului uman și al schimbării acestuia)
- Dezvoltarea tehnicilor de evaluare psihologică
- Dezvoltarea procedurilor de analiză a datelor psihologice

1.6 Managementul proiectului de cercetare – diagrama Gant

Odată stabilit, planul unei cercetări trebuie să capete o formă concret-documentară. Acest lucru este cu atât mai necesar cu cât unele proiecte pot fi deosebit de complexe, incluzând cooperarea mai multor persoane sau organizații, care trebuie să își coordoneze contribuțiile. Cea mai cunoscută formă de gestionare a planului unei cercetări este *diagrama Gant*. Realizarea acesteia cuprinde următoarele elemente de bază:

- lista completă a activităților din planul de cercetare;
- precizarea datei de început, duratei și caracterului (secvențial sau paralel) al fiecărei activități în raport cu alte activități din planul cercetării;
- precizarea condiționărilor, atunci când ele există, ale fiecărei activități în funcție de alte activități din planul cercetării.

Pentru exemplificare, am realizat în tabelul 2.2 o planificare *Gant* pentru componentele unui plan generic de cercetare, așa cum este prezentat în tabelul 1.1. Pe prima linie a tabelului se află ”căutarea unei idei de cercetare”, pe care am definit-o etapă „ancoră”, deoarece este punctul de pornire. Am alocat acestei componente un număr de trei zile și i-am atribuit un caracter secvențial, deoarece pe durata ei nu se poate desfășura concomitent nici o altă activitate legată de proiect. Evident, timpul alocat poate fi mai mare sau mai mic, în funcție de numeroase variabile personale și contextuale. Pe linia a doua a tabelului am pus ”consultarea literaturii asupra subiectului”, căreia i-am alocat 10 zile, pe care am descris-o ca fiind tot de natură secvențială și am condiționat-o de activitatea 1 (în principiu, nu se poate consulta literatura de specialitate pentru un anumit subiect, dacă nu avem subiectul). Am pus pe poziția a treia ”discutarea ideii cu colegii”, căreia i-am alocat o zi, condiționând-o de activitatea numărul 2. Mai departe, fiecare activitate pe care am considerat-o relevantă este inclusă în tabel și este particularizată la fel ca cele descrise până acum.

Tabelul 2.6

Analiza căii critice pentru componentele planului de cercetare din tab. 2.1 (parțial)

	Activitate	Start	Durăță	Tip	Condiționare
1	Căutarea unei idei de cercetare (ancoră)	Săptămâna 1	3 zile	Secvențial	
2	Consultarea literaturii asupra subiectului	Săptămâna 1	10 zile	Secvențial	1
3	Discutarea ideii cu colegii	Săptămâna 3	1 zi	Secvențial	2
4	Conceptualizarea proiectului	Săptămâna 3	3 zile	Paralel	3
5	Determinarea populației adecvate proiectului	Săptămâna 4	1 zi	Paralel	4
6	Formularea ipotezei(lor)	Săptămâna 4	2 zile	Secvențial	4
7	Proiectarea modelului de cercetare	Săptămâna 4	3 zile	Secvențial	6
8	Obținerea materialelor și datelor deja disponibile	Săptămâna 5	10 zile	Secvențial	7
9	Construirea materialelor și efectuarea măsurărilor inexistente	Săptămâna 6	30 zile	Paralel	7

Un astfel de tabel poartă numele de *analiza căii critice*, deoarece prezintă activitățile și intercondiționările dintre ele, evidențiind punctele critice de care depinde evoluția proiectului. De exemplu, în conformitate cu planificarea *Gant* de mai sus, ”proiectarea modelului de cercetare” (7) nu se poate realiza decât după ”elaborarea ipotezelor” (6) care, la rândul lor, depind de ”conceptualizarea proiectului” (4). Observăm, de asemenea, că activitatea 4 (”conceptualizarea proiectului”) este o condiție pentru alte două activități, ceea ce subliniază importanța ei particulară în progresul proiectului.

În cazul nostru, am exemplificat activitățile prin etapele majore ale proiectului, dar, în mod normal, o planificare *Gant* detaliază la nivel de activități concrete. De exemplu, o etapă precum faza de colectare a datelor poate cuprinde alte activități asociate: obținerea accesului la locația de testare, convocarea subiecților, tipărirea materialelor necesare etc., iar fiecare dintre acestea își vor găsi locul în tabel. Exemplul analizat este un caz particular, care se potrivește mai ales cu situația cercetărilor ocazionale. În mod obișnuit, cercetătorii avansați au un anumit portofoliu de teme de cercetare, care se dezvoltă progresiv și în interacțiune unele cu altele.

După crearea unui tabel cu activități de genul celui prezentat, datele pot fi exprimate prin așa numita *diagramă Gant*, o modalitate grafică de reprezentare a proiectelor, inclusiv a celor de cercetare.

O *diagramă Gant* poate fi realizată manual, pe hârtie, sau în orice program computerizat care permite lucrul cu tabele. Există însă și programe special destinate acestui scop. Unul dintre cele mai cunoscute este *Microsoft Project*. Figura 2.3 reprezintă o ilustrare în formatul *diagramei Gant* a datelor din tabelul 2.1, realizată cu *MS Project 2007*.

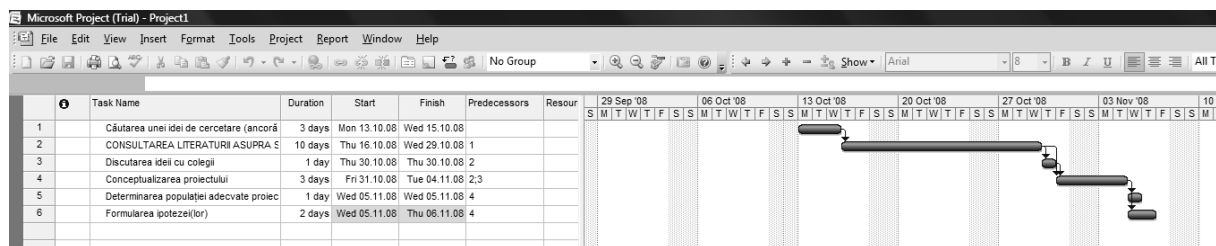


Figura 2.3 Diagrama Gant pentru datele din tabelul 1.2 (parțial)

Așa cum se observă, diagrama oferă o imagine grafică clară a componentei și secvențialității activităților, a duratei și interconstrucțiilor lor. În plus, funcțiile programului permit afișarea selectivă a diverselor componente ale planului: activitățile îndeplinite, neîndeplinite, resursele existente, utilizate etc. Figura 2.4 reprezintă una din funcțiile de vizualizare a programului, sub forma de diagrama rețea, a aceluiași proiect.

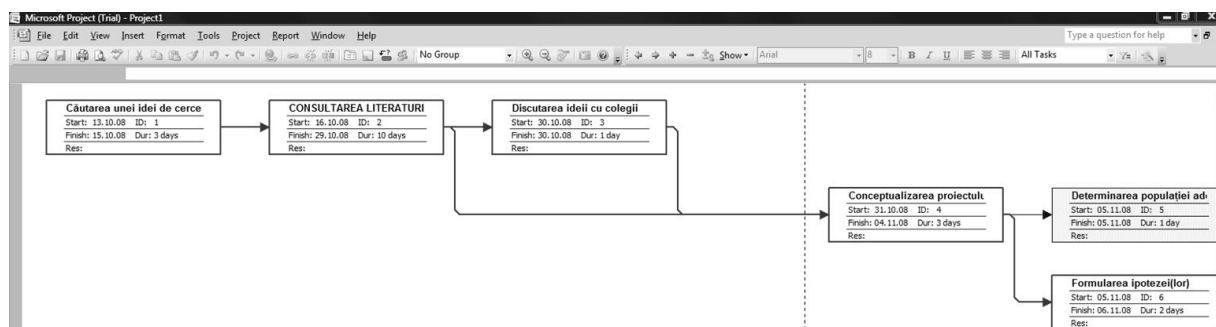


Figura 2.4 Reprezentarea proiectului în format *Network diagram* (MS Project 2007)

La prima vedere, realizarea reprezentării tabelar-grafice a unui proiect de cercetare reprezintă o sarcină suplimentară, care nu pare a fi absolut necesară, mai ales în cazul unor proiecte de mică amploare. În practică însă, ne putem confrunta cu proiecte mai complicate, care sunt greu de controlat fără o planificare riguroasă. Atunci când proiectul de cercetare este destinat a fi supus aprobării pentru a primi finanțare, elaborarea unei astfel de diagrame este de cele mai multe ori o cerință obligatorie.

1.7 Întrebări recapitulative

- Care sunt principalele premise de la care pornește o cercetare?
- Care sunt factorii interni care determină întrebările cercetării?
- Care sunt factorii externi care determină întrebările de cercetare?
-
- Care este modelul general al unei cercetări după Sackett și Larson Jr.?
- Ce se înțelege prin diagrama *Gant*?
- În ce constau strategiile personale pentru găsirea unui subiect de cercetare?
- În ce constau strategiile interpersonale pentru găsirea unui subiect de cercetare?
- Care sunt modalitățile prin care cercetările anterioare pot constitui o bază de plecare pentru noi cercetări?
- Care sunt strategiile computerizate de căutare a unui subiect de cercetare?
- Care sunt cele cinci tipuri de cercetări specifice în psihologia sănătății ocupaționale descrise de Schaufeli?
- Care este diferența dintre cercetările "pozitive" și cele "negative" în domeniul sănătății ocupaționale?

- Care sunt direcțiile noi de cercetare previzionate în domeniul sănătății ocupaționale?

1.8 Exerciții

1. Amintiți-vă prima cercetare pe care ați făcut-o ca studenți și identificați cât mai multe din dificultățile cu care v-ați confruntat. Analizați aceste dificultăți din perspectiva celor prezentate în acestor curs.
2. Utilizând una sau mai multe din strategiile prezentate, căutați un subiect de cercetare, motivând în final criteriile care au condus la alegerea acestuia.

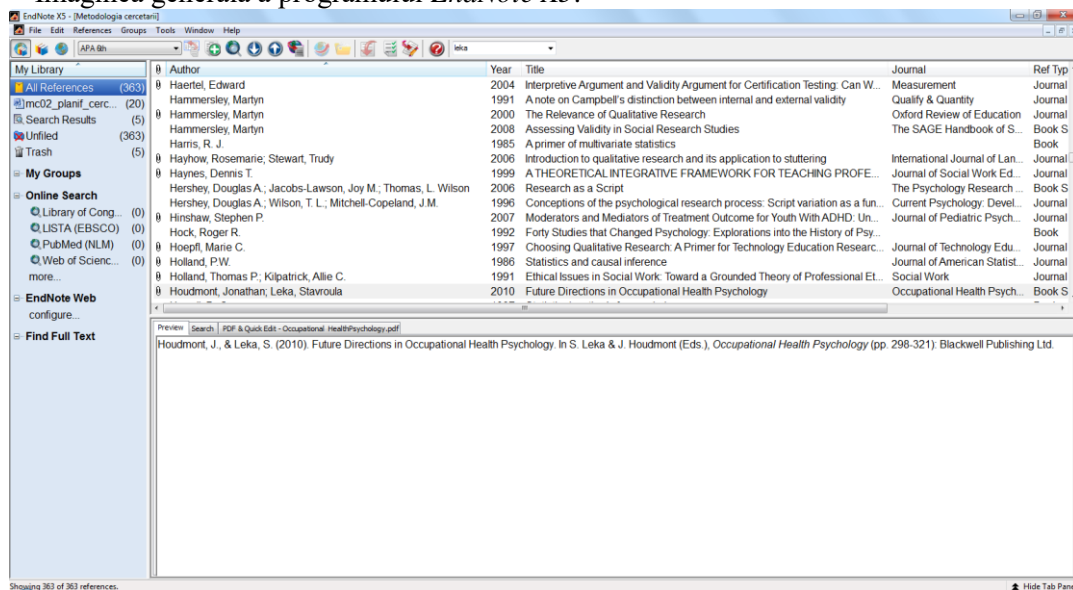
1.9 Appendix: Ghid introductiv de utilizare a programului EndNote¹

EndNote este un program avansat de gestiune a referințelor bibliografice, ale cărui funcții principale sunt următoarele:

- 1) crearea de înregistrări ale surselor bibliografice care conțin informațiile uzuale de citare (numele autorului/autorilor, titlul lucrării, anul apariției, revista, volumul sau manifestarea la care a fost prezentată, editura ș.a.m.d.)
- 2) utilizarea referințelor în procesul de elaborare a documentelor, prin inserarea directă a acestora și crearea automată a listei de referințe.
- 3) căutarea online a referințelor, în baze de date specializate care aparțin, de regulă, universităților, pe baza unor cuvinte cheie.

Cea mai recentă versiune a programului este *EndNote X5*, care nu diferă radical de versiunile anterioare, mai ales de la *X1* în sus.

Imaginea generală a programului *EndNote X5*:



În continuare, sunt descrise pe rând aspectele esențiale ale primelor două funcții (căutarea online va fi exemplificată la curs):

1.9.1 Crearea înregistrărilor (referințelor)

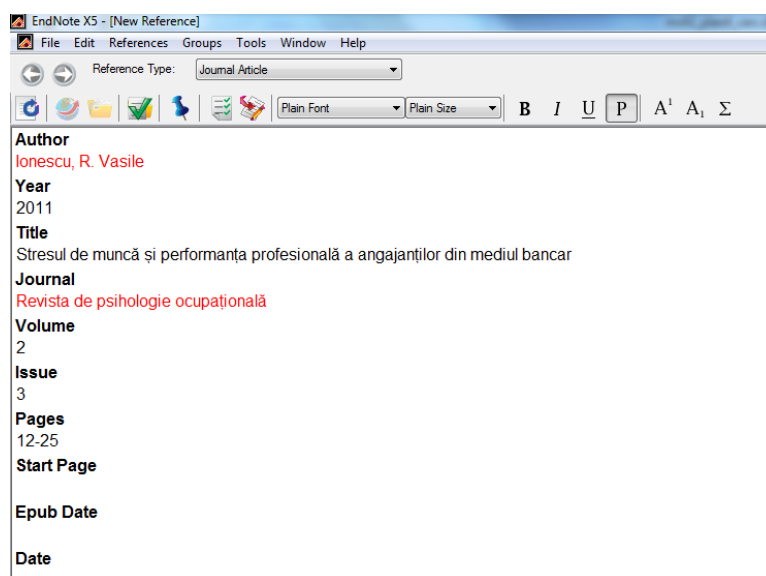
Pentru crearea unei înregistrări noi, după lansarea programului, se acționează comanda *New Reference* din meniul *References* (sau CTRL+N).

¹ Acest ghid nu își propune decât o orientare sumară, inițială. Lucrul cu *EndNote* (www.endnote.com) este extrem de simplu, iar *Help*-ul programului este foarte util pentru a învăța utilizarea lui.

În imaginea de mai jos este exemplificat modul de completare a structurii unei înregistrări de tip *Journal article*. Acest tip de referință este cel implicit, dar el poate fi schimbat la fiecare înregistrare nouă (alte formate uzuale sunt: *Book*, *Book section*, *Web page*). La alegerea unui format de înregistrare câmpurile care trebuie completate sunt diferite. Nu trebuie completate toate câmpurile, ci doar acelea care sunt indispensabile formatului de citare bibliografică.

Câmpurile completate în imagine care urmează sunt:

- Numele și prenumele autorului, cu respectarea următoarelor condiții:
 - o Pe prima poziție este numele, urmat obligatoriu de semnul ”,” (virgulă)
 - o Urmează prenumele și, dacă este cazul inițiala (acestea pot fi puse și în ordine inversă).
 - o Atenție, dacă în baza de date un autor apare de două sau de mai multe ori, numele acestuia trebuie să fie introdus identic de fiecare dată. Orice diferență, oricât de mică (fie și un spațiu alb la sfârșit) are ca efect considerarea ca două nume diferite!
- Anul apariției
- Titlul articolului
- Numele revistei
- Volumul (daca este cazul)
- Numărul
- Paginile din revistă

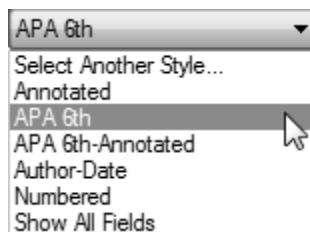


În principiu, aceste informații sunt cele esențiale pentru citarea unui articol de revistă. Le acestea se mai poate adăuga adresa web unde a fost eventual găsit articolul. În acest scop, adresa va fi inserată în câmpul *Pages*, după modelul următor: 12-25 (Accesat la 10.02.2011: www.mpopa.ro). Câmpul URL din editorul referinței nu este inclus automat în formatul de citare decât pentru înregistrările de tip ”Web Page”.

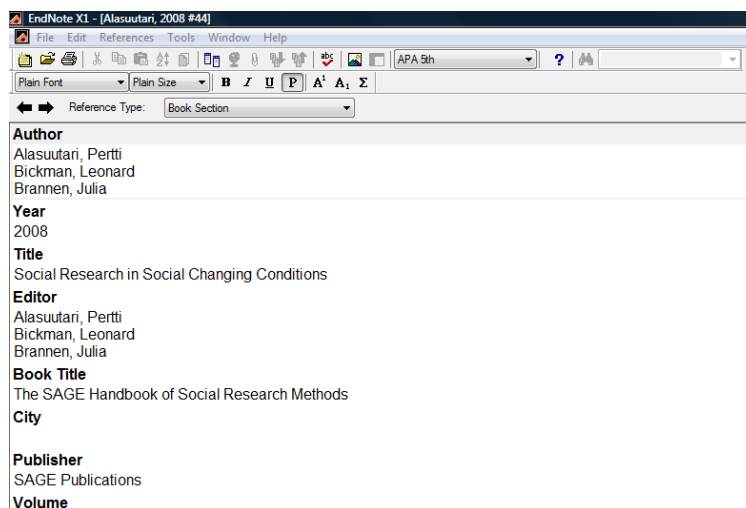
În câmpurile *Abstract* sau *Notes* se poate introduce text, inclusiv conținutul integral al articolului (cu *Copy & Paste*), dacă acesta este disponibil. Alte câmpuri existente sunt sugestive prin numele lor, dar completarea lor este opțională.

Referințele, odată create, pot fi șterse (selectare și *Delete*), copiate (CTRL+C), mutate în altă bază de date *EndNote* (CTRL+V).

După finalizarea unei referințe, se închide fereastra de editare (calea cea mai scurtă: CTRL+W). În partea de jos a ferestrei referința apare în formatul de citare bibliografică corespunzător celui selectat de pe linia de sus a ecranului. EndNote are o listă foarte bogată de formate de citare. În domeniul psihologiei formatul actual este *APA 6th*:



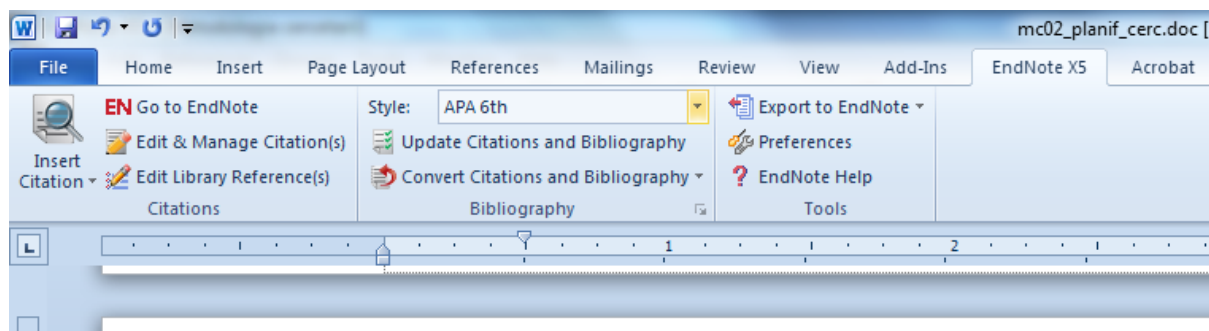
În imaginea de mai jos este redat formatul de editare al unei înregistrări de tip *Book Section* (capitol cu autori distincți, dintr-o carte care are mai mulți coordonatori - *Editor*). În imagine câmpul *City* (orașul) nu este completat, ceea ce reprezintă o eroare din punctul de vedere al regulilor de citare APA!



1.9.2 Utilizarea referințelor în procesul de elaborare a documentelor

Programul *EndNote* funcționează atât de sine stătător cât și ca aplicație înserată în editorul de text (de ex. ,Word). În Word, după instalare EndNote apare un meniu suplimentar, cu funcții specifice: Nu vom prezenta în detaliu aceste funcții, dar cele mai importante sunt:

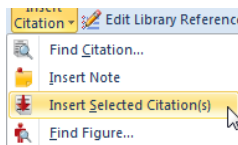
- *Insert Citation* (înserează referința selectată în EndNote în Word)
- *Edit & Manage Citation(s)* (editează formatul referinței în textul Word)
- *Update Citations and Bibliography* (actualizează lista de referințe din Word, după eventuale modificări efectuate în *EndNote*).



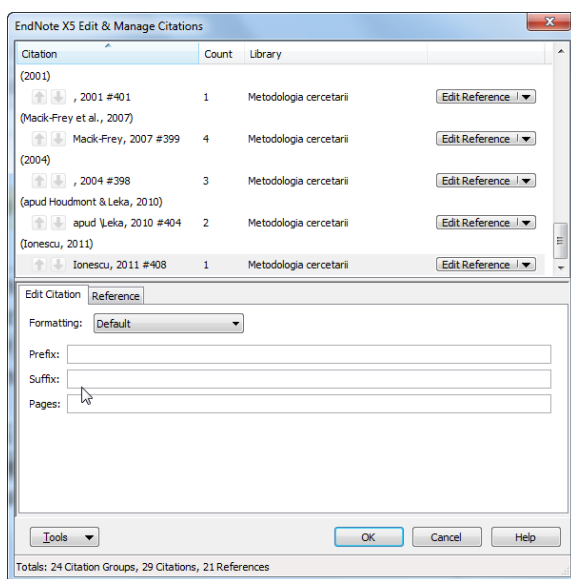
Concret, pentru inserarea unei referințe în textul Word se procedează astfel:

- *EndNote* este deschis, iar referința sau referințele dorite sunt selectate (cu click stânga de mouse; dacă sunt mai multe, se selectează ținând apăsată tasta CTRL);

- Se plasează cursorul în locul din text unde se dorește inserarea referinței;
- Se apasă pe săgeata din dreapta-jos a meniului *Insert Citation* și apoi pe *Insert Selected Citation(s)*



- Efectul acestei operații este acela că în zona cursorului apare numele autorului/autorilor și anul publicării, iar la sfârșitul documentului este inserată referința completă, conform cu stilul de citare selectat (în mod normal, *APA 6th*).
- O referință introdusă poate fi stearsă din text, ceea ce are ca efect eliminarea ei automată și din lista de la sfârșitul documentului.
- Formatul unei referințe introdusă în text poate fi editat plasând cursorul în interiorul ei și acționând comanda *Edit & Manage Citation*, care deschide următoarea casetă:



- Din lista *Formatting* se poate selecta "exclude author", "exclude year" sau altele.
- În linia *Prefix* poate adăuga, de exemplu, "apud", sau "conform" sau altceva similar...
- În linia *Suffix* se poate adăuga orice text considerat necesar...
- În linia *Pages* se introduce pagina sau paginile unei citări exacte sau pagina la care se află informația la care se face referință.
- După finalizare se apasă OK, iar referința va apare cu modificările efectuate.

Atenție, editarea referinței descrisă mai sus se referă la formatul inserat în text. Pentru modificarea conținutului unei referințe (de ex., corectarea titlului sau a oricărei alte informații), referința este editată în *EndNote*, după care se comandă *Update Citations and Bibliography* din Meniul Word. Modificările efectuate direct în lista de referințe de la sfârșitul documentului Word nu sunt preluate, deși aparent au avut efect.

1.10 Adrese web recomandate:

Sănătate ocupațională

<http://www.cdc.gov/niosh/topics/ohp/>

<http://www.colostate.edu/Depts/Psychology/iapr/ohp.shtml>

<http://www.socialpsychology.org/health.htm>

Psihologie clinică și psihologia sănătății

<http://psychology.about.com/od/academicresources/a/clinical-psychology-research-topics.htm>

<http://www.brandeis.edu/departments/psych/masters/thesistopics.html>

<http://www.allpsychologycareers.com/topics/clinical-psychology-research.html>

<http://psychology.about.com/od/academicresources/a/health-psychology-research-topics.htm>

<http://www.socialpsychology.org/health.htm>

1.11 Referințe bibliografice

- Aguinis, H., Pierce, C. A., Bosco, F. A., & Muslin, I. S. (2009). First Decade of Organizational Research Methods Trends in Design, Measurement, and Data-Analysis Topics. *Organizational Research Methods*, 12(1), 69-112.
- Brewerton, P., & Millward, L. (2008). *Organizational Research Methods. A Guide for Students and Researchers*: SAGE Publications.
- Dawson, C. (2002). *Practical Research Methods: A user-friendly guide to mastering research techniques and projects*. Oxford, United Kingdom: How To Books Ltd.
- Frankfort-Nachmias, C., & Nachmias, D. (2000). *Research Methods in the Social Sciences* (Sixth ed.): Worth Publishers.
- Hershey, D. A., Jacobs-Lawson, J. M., & Thomas, L. W. (2006). Research as a Script. In F. Leong, T.L. & J. T. Austin (Eds.), *The Psychology Research Handbook. A Guide for Graduate Students and Research Assistants* (Second ed., pp. 3-23): SAGE Publications.
- Hershey, D. A., Wilson, T. L., & Mitchell-Copeland, J. M. (1996). Conceptions of the psychological research process: Script variation as a function of training and experience. *Current Psychology: Developmental, Learning, Personality, Social*(14), 293-312.
- Houdmont, J., & Leka, S. (2010). Future Directions in Occupational Health Psychology. In S. Leka & J. Houdmont (Eds.), *Occupational Health Psychology* (pp. 298-321): Blackwell Publishing Ltd.
- Iavicoli, S., Rondinone, B., Marinaccio, A., & Fingerhut, M. (2006). Research Priorities in Occupational Safety and Health: A Review. *Industrial Health*, 44, 169–178.
- Ilardi, S. S., & Roberts, M. C. (2005). Reflections on the Future of Clinical Psychological Research. In M. C. Roberts & S. S. Ilardi (Eds.), *Handbook of Research Methods in CLinical Psychology* (pp. 420-433). Malden, MA: Blackwell Publishing.
- Johnson, B., & Christensen, L. (2008). *Educational Research* (Third ed.). Los Angeles: Sage Publications.
- Kazarian, S. S., & Evans, D. R. (2001). Health Psychology from a Cultural Perspective: Theoretical Considerations. In S. S. Kazarian & D. R. Evans (Eds.), *Handbook of Cultural Health Psychology* (pp. 3-45). Orlando FL: Academic Press.
- Leka, S., & Houdmont, J. (Eds.). (2010). *Research Methods in Occupational Health Psychology (Preface)*: Blackwell Publishing Ltd.
- Leong, F. T. L., & Muccio, D. L. (2006). Finding a Research Topic. In F. Leong, T.L. & J. T. Austin (Eds.), *The Psychology Research Handbook. A Guide for Graduate Students and Research Assistants* (Second ed., pp. 23-41): SAGE Publications.
- Macik-Frey, M., Quick, J. C., & Nelson, D. L. (2007). Advances in Occupational Health: From a Stressful Beginning to a Positive Future. *Journal of Management*, 33(6), 809-840.
- Mitchell, M. L., & Jolley, J. M. (2001). *Research Design Explained* (4th ed.): Wadsworth Pub Co.
- Popa, M. (1995). Sindromul <hurry-up> sau ... graba strica treaba ! *Spirit Militar Modern*, nr. 4(29) (pp. 6).
- Popa, M., Nasoi, R., Stancu, L., Manta, T., & Ionescu, D. (2012). *O analiză a studiilor de psihologie a sănătății ocupaționale din România, în perioada 2005-2011*. Paper presented at the Conferința APIO, Timișoara, 26-28 aprilie.

- Reed, J. G., & Baxter, P. M. (2006). Finding a Research Topic. In F. Leong, T.L. & J. T. Austin (Eds.), *The Psychology Research Handbook. A Guide for Graduate Students and Research Assistants* (Second ed., pp. 41-59): SAGE Publications.
- Rial-González, E., Copsey, S., Paoli, P., & Schneider, E. (2005). *Priorities for occupational safety and health research in the EU-25* European Agency for Safety and Health at Work (Accesat la 07.08.2011: <http://osha.europa.eu/en/publications/reports/6805648>).
- Roberts, M. C., & Ilardi, S. S. (Eds.). (2005). *Handbook of Research Methods in CLinical Psychology*. Malden, MA: Blackwell Publishing.
- Sackett, P. R., & Larson Jr., J. R. (1990). Research Strategies and Tactics in Industrial and Organizational Psychology. In M. D. Dunnette & L. M. Hough (Eds.), *Handbook of Industrial and Organizational Psychology* (Vol. 1, pp. 419-489). Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press, Inc.
- Sauter, S., Brightwell, W., Colligan, M., Hurrell, J., Katz, T., LeGrande, D., & et al. (2002). *The changing organization of work and the safety and health of working people: Knowledge gaps and research directions (DHHS [NIOSH] Publication No. 2002-116)*. Cincinnati, OH: National Institute for Occupational Safety and Health (Accesat la 08.07.2011: <http://www.cdc.gov/niosh/docs/2002-116/pdfs/2002-116.pdf>).
- Schaufeli, W. B. (2004). The Future of Occupational Health Psychology. *Applied Psychology: An International Review*, 53(4), 502-517.
- Schinka, J. A., & Velicer, W. F. (Eds.). (2003). *Research Methods in Psychology* (Vol. 2): John Wiley & Sons, Inc.
- UNEVOC. (2004). *Occupational health and Safety: An Annotated Bibliography of Research and Related Literature (1998 - 2003)*: UNESCO: International Centre for Technical and Vocational Education and Training (http://www.unevoc.unesco.org/fileadmin/user_upload/pubs/AB5_HealthSafety.pdf).