

RELATIA DINTRE WORKAHOLISM ȘI STRESUL ACADEMIC: DEMERS TEORETICO-APLICATIV ÎN CONTEXT UNIVERSITAR

Ina Moraru

Conducător științific: Larisa Spinei

Catedra de medicină socială și management „Nicolae Testemițanu”, USMF
„Nicolae Testemițanu”, Chișinău, Republica Moldova

Introducere. Workaholismul, tot mai prezent în profesii precum cea academică sau medicală, are efecte negative asupra echilibrului psihic și social. Studiul explorează factorii psihosociali ai fenomenului și relația sa cu stresul academic în context universitar. Analiza sprijină prevenția și susținerea sănătății mintale. **Scop.** Demersul teoretico-aplicativ urmărește explorarea relației dintre workaholism, stresul academic, starea de bine subiectivă și mecanismele de coping în contextul universitar. **Material și metode.** Pentru a explora relația dintre workaholism și stresul academic, am utilizat patru instrumente validate, menite să ofere o evaluare complexă a dimensiunilor implicate: DUWAS (măsurarea workaholismului), chestionarul OMS-5 (evaluarea stării de bine), scala SEMCA (mecanisme cognitive de coping) și scala PASS (percepția stresului academic). **Rezultate.** Ținând cont de scopul și metodologia studiului, anticipăm obținerea unor rezultate care vor evidenția complexitatea interacțiunilor dintre workaholism, stresul academic, starea de bine subiectivă și mecanismele cognitive de coping utilizate de studenți. Se presupune că studenții cu tendințe workaholice accentuate vor manifesta un nivel crescut de stres perceput în context academic, ceea ce sugerează o relație pozitivă semnificativă între implicarea compulsivă în activitatea academică și intensitatea stresului resimțit. Scorurile ridicate pot reflecta un dezechilibru între efort și satisfacție, cu impact asupra echilibrului psihoemoțional. **Concluzii.** Rezultatele anticipate arată că workaholismul nu este doar o formă de angajament, ci și un potențial risc pentru echilibrul psihoemoțional al studenților. Nivelurile ridicate se asociază cu starea de bine scăzută și strategii de coping disfuncționale, afectând performanța și sănătatea mintală. **Cuvinte-cheie:** workaholism, stres academic, mecanism cognitiv de coping.

THE RELATIONSHIP BETWEEN WORKAHOLISM AND ACADEMIC STRESS: A THEORETICAL AND APPLIED APPROACH IN THE UNIVERSITY CONTEXT

Ina Moraru

Scientific adviser: Larisa Spinei

Nicolae Testemițanu Department of Social Medicine and Management,
Nicolae Testemițanu University, Chișinău, Republic of Moldova

Introduction. Workaholism, increasingly present in academic and medical professions, negatively affects psychosocial balance. This study explores the phenomenon's psychosocial factors and its relationship with academic stress in the university context. The analysis supports prevention and the promotion of mental health. **Objective.** The theoretical and applied approach aims to explore the relationship between workaholism, academic stress, subjective well-being, and coping mechanisms in the university context. **Material and methods.** To explore the relationship between workaholism and academic stress, we used four validated instruments designed to provide a comprehensive assessment of the relevant psychological dimensions: DUWAS (measuring workaholism), the WHO-5 Well-Being Index, SEMCA (cognitive coping mechanisms), and PASS (perceived academic stress). **Results.** Considering the aim and methodology of the study, we anticipate results that will highlight the complex interactions between workaholism, academic stress, subjective well-being, and the cognitive coping mechanisms used by students. Students with strong workaholic tendencies are expected to report higher academic stress, indicating a clear link between compulsive study and stress levels. Elevated scores may reflect an imbalance between effort and emotional satisfaction, with consequences for psychological well-being. The findings may confirm that excessive academic involvement increases students' psychological vulnerability. **Conclusion.** The anticipated results suggest that workaholism is not merely a form of commitment, but also a potential risk to students' psychological well-being. High levels are associated with lower well-being and dysfunctional coping strategies, negatively impacting performance and mental health. **Keywords:** workaholism, academic stress, cognitive coping mechanisms.