practicii reflexive, recunoaşterea fricii şi renunţarea la ea.

Pe parcursul celor nouă părţi, exerciţiile păstrează acelaşi format de prezentare ceea ce face din ele un instrument uşor de înţeles şi aplicat. Structura cuprinde: un scop foarte specific, descrierea condiţiilor de aplicare, cerinţe minime de aplicare, procesul în sine cu indicaţii pentru client şi pentru practician, standardul de realizare (de exemplu, număr de repetiţii în cazul unui exerciţiu de respiraţie), capcanele (dificultăţile, barierele), exemple, bibliografie care oferă utilizatorului posibilitatea de a-?i suplimenta cunoştinţele, fie cele de natură teoretică, fie cele de natură practică. Deşi exerciţiile păstrează un tipar de prezentare, , stilul diferă de la un autor la altul, sau de la o tehnică la alta.

Autorii avertizează asupra faptului că aceste exerciţii nu constituie în sine procesul de coaching care trebuie să urmeze paşii cunoscuţi. Deşi exerciţiile, tehnicile, strategiile sunt necesare în intervenţia de coaching, ele nu substituie un demers bine gândit. Axarea unei intervenţii de coaching doar pe o succesiune de tehnici fără a le subordona unui model de intervenţie este riscantă şi tinde să rezide într-un proces centrat pe tehnică, şi nu pe client. Ori, tocmai acest avantaj îl are coaching-ul faţă de alte tipuri de intervenţie; aduce o relaţie de unu-la-unu între client şi practician. Este nevoie mai întâi de o conceptualizare a situaţiei clientului, de o încadrare a sa, iar apoi de sesiuni de intervenţie pe scopuri stabilite în comun.

Prin toate cele 101 tehnici, exerciţii şi strategii, volumul de faţă este o resursă valoroasă. Exerciţiile propuse asigură o schimbare durabilă la client. Avantajul este că poate fi utilizată ca instrument pentru practicarea oricărui tip de coaching, de la cel pentru viaţă până la cel pentru persoane cu funcţii de conducere. În plus, se adresează nu doar practicienilor de coaching, ci şi consilierilor, consultanţilor organizaţionali, trainerilor care pot utiliza în munca lor şi abilităţi de coaching.

În concluzie, lucrarea este o resursă utilă care se distinge între numeroasele publicaţii de coaching din ultimii ani care de multe ori eşuează în a asigura transferul de cunoştinţe în practică. Multe dintre ele oferă o bază largă de teorie, dar puţin sau deloc o orientare de aplicare în practică. Spre deosebire de acestea, *101 strategii şi tehnici de coaching* este uşor de studiat şi un instrument eficient pentru practică.

Drd. Lucia Raţiu
Facultatea de Psihologie şi Ştiinţe
ale Educaţiei
Universitatea Babeş-Bolyai, Cluj-Napoca

Richard W. Robins, R. Chris Fraley & Robert F. Krueger (Eds.), (2007). *Handbook of Research Methods in Personality Psychology.* New York: The Guilford Press, 719 p.

În ultimii ani, psihologia personalităţii a beneficiat de metode de cercetare din cele mai diverse, de la studii longitudinale, la design-uri experimentale. Instrumentele de evaluare a personalităţii s-au diversificat şi ele, astfel încât, în prezent, clasicele instrumente de tip autodescriere (în engleză *self-report*) reprezintă doar o mică parte din totalitatea tehnicilor existente. Odată cu apariţia acestei cărţi, diversitatea de metode şi tehnici specifice cercetării în psihologia personalităţii sunt reunite pentru prima oară într-un singur volum.

Cartea este editată de Richard Robins, Chirs Fraley şi Robert Krueger, trei dintre cei mai activi cercetători în domeniul personalităţii. Fiecare din aceştia are şi alte arii de expertiză conexe psihologiei personalităţii, cum ar fi: dinamica ataşamentului la adulţi, emoţiile sau psihopatologia. Astfel, autorii pot oferi o perspectivă de ansamblu asupra metodelor şi tehnicilor utilizate în studiul personalităţii.

Impresionantul volum cuprinde un număr de 37 de capitole, grupate în trei secţiuni, la care şi-au adus contribuţia cercetători recunoscuţi la nivel mondial. Cartea are o structură foarte clară, cele trei secţiuni fiind prezentate în ordinea clasică de desfăşurare a unei cercetări: (a) designul unui studiu despre personalitate, (b)metodele de evaluare a personalităţii şi (c) tehnici de analiză a datelor.

Prima secţiune este dedicată descrierii diferitelor design-uri de cercetare utilizate în studiul

personalității. Aceasta debutează cu prezentarea unor serii de abordări teoretice și subliniază importanța acestora în studiul personalității. Apoi, sunt descrise pe larg design-ul și implementarea studiilor longitudinale, abordările experimentale și design-urile de evaluare a cauzelor genetice ale comportamentului. Abordarea idiografică și metoda eșantionării experiențelor (în engleză *experience sampling method* – ESM), studiul de caz, cercetările online și cele care analizează personalitatea în culturi diferite sunt și ele descrise în detaliu. Secțiunea abordează și design-uri de cercetare întâlnite mai rar în psihologia personalității, precum utilizarea arhivelor cu baze de date complexe (în engleză *ming archival data)* și evaluarea personalității la animale. Pe lângă descrierea acestor design-uri de cercetare, în această secțiune este abordată și dezbaterea asupra testului de semnificație a ipotezei nule și implicațiile pe care acesta le are în studiile asupra personalității. Această secțiune este foarte utilă cercetătorilor în procesul de selectare a celui mai potrivit design pentru a răspunde întrebărilor de cercetare urmărite.

A doua secțiune are în vedere metodele de evaluare a personalității. Din cele 11 capitole care descriu metode și tehnici de evaluare, doar două din ele sunt alocate metodelor clasice de tip autodescriere. Astfel, primul din acestea tratează aspectele generale legate de tehnicile bazate pe autodescriere, iar al doilea discută procesul de validare a chestionarelor de personalitate. O atenție sporită este acordată și tehnicilor prin care personalitatea este evaluată de către observatori, fie prin observarea unor indicatori comportamentali, fie prin evaluarea pe baza unui chestionar pe care observatorul îl completează având în vedere trăsăturile participantului evaluat. Sunt abordate și tehnici calitative, precum: analiza de conținut și analiza răspunsurilor la întrebările deschise. Alte metode inovative descrise sunt: măsurătorile fiziologice, analiza markerilor genetici, folosirea tehnicilor neuro-imagistice și studiul pacienților cu tulburări medicale sau psihiatrice. Sunt prezentate și o serie de tehnici și metode bazate pe măsurarea timpului de reacție la diferiți stimuli. Aceste metode, cunoscute sub denumirea de *metode implicite sau indirecte de evaluare* sunt deja consacrate în studiul atitudinilor, iar în ultimii ani au atras atenția cercetătorilor care activează în domeniul psihologiei personalității. Această secțiune oferă o sinteză a tehnicilor și metodelor utilizate în studiul personalității, facilitând selectarea tehnicilor potrivite de către cercetători, în funcție de design, ipoteze, dar și resurse disponibile.

Ultima secțiune a cărții se centrează pe problematica analizei datelor și le propune cercetătorilor variante pentru utilizarea datelor obținute în urma cercetării. Tehnicile de analiză a datelor în domeniul personalității sunt tot mai variate și mai complexe, acest aspect fiind reflectat cu succes în cadrul acestei secțiuni. În primul rând, secțiunea abordează tehnici statistice utilizate în evaluarea cercetării sau a instrumentelor, precum: analiza răspunsului la itemi, validitatea instrumentului, analiza factorială sau mărimea efectului. În al doilea rând, sunt tratate diferite metode de analiză a datelor, în funcție de obiectivele urmărite și de design-ul studiului desfășurat. Astfel, sunt discutate: aplicații ale ecuațiilor structurale în cercetările asupra personalității, tehnica analizei ierarhice (multinivel), metode de analiză a datelor în studiile longitudinale, analiza structurală centrată pe persoană, regresia multiplă și modelarea computațională a personalității ca sistem dinamic. Tot în această secțiune este discutată analiza factorilor moderatori și mediatori în studiul personalității. Un capitol aparte este dedicat tehnicii meta-analizei, tot mai frecvent utilizată în domeniul psihologiei personalității. Ultima secțiune se încheie cu un studiu realizat asupra cercetătorilor de elită din domeniu, pentru a surprinde care sunt design-urile de cercetare, instrumentele și tehnicile de analiză a datelor cel mai frecvent utilizate de aceștia. Rezultatele lor au scos în evidență că psihologia personalității este un domeniu dinamic, caracterizat de diversitate în ceea ce privește tehnicile și metodele utilizate.

Cartea este foarte bine structurată, însoțind practic cercetătorul pe traseul proiectării și realizării unui studiu asupra personalității. Capitolele au o structură unitară, abordând, etapă cu etapă descrierea design-ului, a instrumentelor sau a tehnicilor de analiză a datelor, precum și modalitatea de implementare a acestora. Având la bază experiența autorilor, capitolele au în ve-

dere principalele întrebări sau probleme ce pot apărea pe parcursul cercetărilor, în momentul în care implementează design-ul sau tehnica respectivă, precum şi modalităţi de soluţionare a acestora. Un real ajutor pentru cercetători îl constituie exemplele de cercetare furnizate pentru fiecare din design-urile, metodele de evaluare a personalităţii şi de analiză a datelor abordate. Trecând de la explicaţiile teoretice la etapele de implementare şi la exemplificarea design-urilor şi a tehnicilor specifice, fiecare capitol constituie un ghid practic pentru cercetătorii din domeniu.

Acest volum reprezintă prima încercare de mare anvergură de a reuni într-un singur volum toate metodele de cercetare utilizate în studiul personalităţii, de la cele clasice, precum chestionarele de personalitate, până la cele mai recente, cum sunt tehnicile neuro-imagistice sau metodele implicite. Caracterul ei puternic aplicativ şi varietatea metodelor abordate o recomandă ca un ghid util atât studenţilor, cât şi cercetătorilor cu experienţă în planificarea şi implementarea cercetărilor asupra personalităţii.

Recenzie realizată de drd. Silvia Rusu
Universitatea de Vest, Timişoara