

## MANAGEMENTUL CONFLICTELOR CONJUGALE ÎN PRIMII ANI DE VIAȚĂ FAMILIALĂ

**Maria CORCEVOI**, asistent universitar,  
Universitatea de Stat „Alec Russo”, Bălți, Republica Moldova

*Abstract: Marital accomodation or marital interaction is the mechanism and, at the same time, the process of stimulating and developing conjugal marital adaptation. The general trend of this conflicting process is to progressively facilitate interpersonal adjustment, to achieve the couple's personal cohesion and "style." The problem of the investigation is the management of marital conflicts during the first years of family life in the continuous process of "growth" as well as the development of alternatives for dealing with crises.*

Familia este un sistem deschis, viu, cu influențe multiple și diverse din partea mediului și numeroase tipuri de interacțiuni cu acesta. Conceptul de etapă a vieții familiale are la bază ideea că viața unei familii se desfășoară în anumite stadii previzibile. Ciclul vieții de familie se referă la evenimente trăite de majoritatea familiilor într-un mod foarte predictibil și secvențial. În acest sens sunt surprinse următoarele faze ale dezvoltării vieții de familie [apud 2, p. 24]: 1. Formarea cuplului; 2. Apariția primului copil; 3. Faza în care primul copil merge la școală; 4. Faza în care familia are primul adolescent; 5. Faza în care unul dintre copii ajunge la vârsta la care își poate structura propria viață de adult dar nu se mută neapărat de acasă; 6. Părinții ajung la vârsta mijlocie. Pot deveni bunici sau pot ieși la pensie; 7. Cuplul parental la vârsta a-III-a. Unul dintre parteneri e posibil să moară. În acest articol ne vom referi doar la primul ciclu, și anume cuplul și problemele cu care se confruntă cuplul.

Privită din exterior, căsătoria este doar o instituție socială care unește consorții printr-o serie de „drepturi și obligații” conferind-le statute sociale bine individualizate, menite să asigure funcții legitime: procreația, creșterea și educarea urmașilor, integrarea socio-economică, sprijinul, respectul și protecția reciprocă a soților, împlinirea lor afectivă. Căsătoria apare astfel ca o adevărată „școală” a auto și intercunoașterii psihologice, a formării și educării comportamentului relațional inter-sexe, a învățării științei și artei dialogului, negocierii și conviețuirii. Deși în fazele de debut ale căsătoriei (în special în „luna de miere”) se pare că există argumente puternice, în special de ordin emoțional-afectiv, privind consolidarea și menținerea relației conjugale pe perioade lungi, nedeterminate („casă de piatră”), în practică însă, se constată că funcționalitatea și stabilitatea căsniciei sunt „amenințate” de o serie de factori perturbatori, de sorginte individuală, intraconjugală sau extra-conjugală [5].

În concepția I. Mitrofan și a N. Ciupercă, „criza maritală” exprimă acutizarea modelului conflictual al interacțiunii maritale, în legătură cu o situație critică pentru dinamica relațiilor de cuplu. „Situația critică” poate genera un conflict manifest sau doar ocazional (pretext) exacerbarea unui conflict latent. Gradul înalt de tensiune negativă intramaritală, cu antrenarea unor tensiuni individuale dezorganizatoare pentru desfășurarea sincronă a rolurilor conjugale, constituie principala caracteristică a „crizei maritale”. Persistența cuplului în modelul conflictual, care tinde să devină un „posibil mod de existență” („infernul în doi”) ce-și proiectează „ imaginea amenințătoare” în sistemul de așteptări și

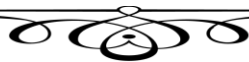


supoziții mutuale ale partenerilor, supradimensionează prin rezonanță psihologică individuală proporțiile „crizei”, întreținând-o, iar aceasta, prin recurenții, se extinde și se permanentizează. „criza maritală” declanșează dramatice confruntări de atitudini, concepții și conduite, dezvăluie reacții și comportamente neprevăzute, sau neconcordante cu anticipările reciproc avansate, cu imaginile deja constituite ale fiecăruia cu privire la celălalt [4, p. 205]. Opusul acomodării maritale îl constituie rigiditatea maritală, exprimată prin tendința simultană a partenerilor de a-și conserva și impune „modele relaționale” contradictorii, dizarmonice, frustrante reciproc. Inerția, conservatorismul și persistența „vechilor modele”, a prejudecăților relaționale constituie un impediment important în calea acomodării interpersonale a soților, dovedind o lipsă de suplețe care predispune cuplul la relații simulate, aparente, superficiale, disconfortabile din punct de vedere psihologic [1, p. 28].

Acomodarea maritală sau interacționarea maritală, constituie mecanismul și, totodată, procesul de stimulare și dezvoltare a adaptării mutuale conjugale. Tendința generală a acestui proces interacțional este de facilitare progresivă a ajustării interpersonale, a realizării coeziunii și „stilului” personal al cuplului. Dificultățile ce pot să apară se regăsesc în percepția disfuncției și conflictelor conjugale. Comunicarea, rezolvarea problemelor, schimbul pozitiv (exprimarea afecțiunii, satisfacția sexuală) și exprimarea agresivității constituie zone unde abilitățile relaționale sunt deosebit de importante. Acestea sunt cele patru dimensiuni relaționale cruciale pentru stabilitatea cuplului [apud 2]. Acomodarea completă a personalităților maritale este reprezentată de asimilarea maritală sau interasimilarea maritală. Soții preiau reciproc, interiorizează, simt și acționează în consens cu aceleași modele valorice, atitudinale, motivaționale. Asimilarea maritală creează consens mutual și echilibru funcțional bazându-se pe un grad crescut, reciproc satisfăcător al intercomunicării și intercunoașterii. În condițiile aprofundării și stabilizării sentimentelor erotice, ca și a complementarității sexual-afective. Gândurile, sentimentele, atitudinile, acțiunile, la început diferite, în procesul interacțiunii sunt supuse unor modelări continue, până ajung la un înalt grad de interpenetrare și fuziune [1, p. 30].

Capcanele relaționale fac parte din viața noastră și majoritatea oamenilor au un exercițiu îndelungat al iluziei relaționale. Lui Y în interacțiune cu X i se întâmplă mereu același lucru, fără a avea conștiința acestui fapt. De zece ori pe zi dacă îl vede pe X de zece ori pe zi face aceleași gesturi, repetă aceleași cuvinte și se uită în același mod. Obține, bineînțeles ceea ce se așteaptă să obțină. Se supără, îi trece și o ia de la capăt. Jocul este structurat și are regulile lui. Această relație poate fi integrată unui întreg scenariu și poate funcționa multă vreme pe baza acelorași reguli pentru că nici X și nici Y nu sunt conștienți de modul în care funcționează ele. Acest lucru se întâmplă în fiecare zi. Cea mai la îndemână explicație pentru comportamentul lui Y este aceea că ea se comportă așa din cauza lui X. Acest mod de a vedea lucrurile ar corespunde modelului cauzal linear, care era valabil înainte de apariția teoriei sistemelor și de apariția terapiei sistemice. Conform acestui model, dacă X nu s-ar mai comporta așa, Y și-ar schimba comportamentul. După descoperirile din cibernetică, în anii '40, terapia familială a adoptat modelul cauzal circular. Conform acestui model X și Y sunt în același timp cauză și efect. Adică fiecare dintre cei doi întreține comportamentul celuilalt. Relația X-Y devine mai complicată. Acest model este centrat nu pe persoană ci pe modul de comunicare, pe modul de interacțiune, care nu este clar și conține multe elemente redundante [2, p. 33].

Perspectiva sistemică tradițională susține că, dacă vrem să înțelegem comportamentul problematic al unui individ, trebuie să examinăm sistemul din care acesta face parte. Problema sau simptomul este numai o verigă din lanțul de interacțiuni dintre membrii familiei. Din această perspectivă, s-ar putea spune că „sistemul creează problema”. Spre sfârșitul anilor 1980, Anderson și Goolishian au propus o perspectivă alternativă, la fel de validă și utilă, care afirmă că „problema creează sistemul”: legătura dintre membrii acestui „sistem determinat de problemă” este ideea împărtășită că există o problemă și discuțiile despre aceasta, chiar dacă numai în sensul negării problemei [apud 3, p. 167].



*Problema investigației:* constă în managementul conflictelor conjugale în primii ani de viață familială în procesul continuu de „creștere”, cât și elaborarea alternativelor pentru înfruntarea perioadelor de criză.

*Obiectul cercetării:* îl constituie strategiile de consiliere maritală a cuplurilor din perspectiva abordărilor sistemice de cuplu și familie.

*Scopul cercetării:* investigarea influenței strategiilor consilierii de cuplu asupra managementului conflictelor conjugale în primii ani de viață familială.

*Ipoteza cercetării:* ne așteptăm ca psihointervențiile realizate în baza strategiilor abordării sistemice de cuplu să faciliteze managementul conflictelor conjugale în primii ani de viață familială.

Etapele terapeutice în lucrul cu cuplurile conjugale au fost [4, p. 208-209]:

1. Cunoașterea în paralel de către consilier (într-o primă fază) a partenerilor, prin stimularea eforturilor lor programatice de „autodezvăluire” sub toate aspectele (trebuiețe, aspirații, pretenții, concepții, atitudini, disponibilități de comunicare și „joc de rol”, în situația de parteneritate conjugală), cu posibilitatea dezvăluirii, implicit, a dinamicii posibile, reale și imaginare, trăite și gândite, cunoscute și necunoscute mutual în câmpul interacțional marital.
2. Etapa terapeutică următoare se axează pe cunoașterea cuplului ca întreg și stimularea resurselor sale de autoconștientizare a impasului comun. Analiza „impasului comun” din cele două perspective, cu inversarea programatică a rolurilor asumate în cuplu (pe principiul tehnicii „jocului de rol”), permite nu numai o apreciere și înțelegere mai adecvată a motivațiilor și imaginilor celuilalt, dar și o apropiere a celor doi în vederea depășirii unui obstacol comun.
3. A treia etapă terapeutică are un caracter formativ-educativ, fiind axată pe principiile învățării aplicate în modificarea (corecția) pattern-urilor comportamentale maritale, în sensul compatibilizării cerințelor de rol reciproc respectat. Rolul activ și implicativ al consilierului crește în această etapă, care impune adoptarea „jocului de rol” în manieră contractual-programatică, fiind realizată prin: conștientizarea și acceptarea experimentală a rolului marital expectat de partener; rezolvarea conflictului de rol prin punerea în act a unui nou model relațional-comunicațional, în „cunoștință de cauza”; practicarea în fapt a „jocului de rol” elaborat intențional și autoobservarea în cadrul acestuia; autoevaluarea propriilor disponibilități și efecte obținute prin jocul rolului experimental (prescis) — (satisfacții și insatisfacții); corecția „imaginii despre partener” consecutiv adoptării rolului experimental și reevaluarea conduitei de rol a partenerului; reanalizarea situației și perspectivelor relației maritale după consumarea jocului de rol prescis; reanalizarea propriilor trebuiețe, atitudini și așteptări cu privire la partener, precum și a trăirilor frustrante și gratifiante resimțite în timpul jocului de rol.
4. Într-o ultimă etapă terapeutică se stimulează asimilarea și transformarea „jocului de rol” prescis (cu componentele sale comunicaționale, atitudinale și acționale) în conduită de rol uzuală, firească, cu permanentizarea, modelelor eficiente, adaptative. Se revine treptat la un relativ echilibru relațional intramarital, prin estomparea și reducerea în timp a contururilor și dimensiunilor tensionale ale conflictului-impas, consorții intrând pe făgașul normalizării relației conjugale, prin depășirea acestuia.

*Strategiile și tehnicile de lucru utilizate în managementului conflictelor conjugale în primii ani de viață familială au fost:*

*Genograma* - Prin intermediul genogramei se colecționează și se organizează informații despre trei generații ale cuplului marital. Paternurile multigeneraționale ne ajută să înțelegem funcționarea relației de cuplu. Problemele emoționale nerezolvate tind să reapară de-a lungul generațiilor. Se reprezintă grafic pentru fiecare membru, soț, soție cele trei generații de familie. Sunt culese informații: despre evenimente ca naștere, moarte, căsătorie, divorț. Se obțin informații despre originile culturale și etnice, despre afilierea religioasă, despre statutul economic, tipul de contact: între membrii, familiei și



proximitatea acestora. Este un instrument de evaluare a fuziunii fiecărui partener cu familia de origine și a unuia cu celălalt. Are consistență structurală. Copiii sunt aliniați pe orizontală de la cei mai învârstă până la cei mai tineri.

*Sculptura familie de origine* – este folosită pentru a ajuta soții să conștientizeze modul în care ei funcționează, dat fiind faptul că ei sunt produsul contextelor lor familiale. Se oferă posibilitatea fiecărui membru de a spune cum i-ar plăcea să fie relațiile și cum ar dori să fie structura propriei familii.

*Reconstrucția familiei* constă în explorarea unor evenimente de-a lungul a trei generații. Scopurile acestei tehnici sunt de a ajuta tinerii soți să identifice rădăcinile învățării unor paternuri defectuoase, să formuleze o imagine mai realistă asupra propriilor părinți, să descopere propria personalitate. Soții au posibilitatea de a vedea patern transgenerațional și de a-l întrerupe.

*Fotografiile de cuplu* – soții sunt instruiți să aducă în consiliere un număr de fotografii (cinci, șase) pe care le consideră ca fiind mai semnificative. Se oferă posibilitatea cuplului să-și prezinte fotografiile și să argumenteze de ce sunt semnificative. În timpul discuției, consilierul culege informații despre paternul de comunicare existent în cuplu marital și rolurile fiecărui membru.

*Intervenții paradoxale* – urmăresc diminuarea rezistenței clientului și deschiderea spre schimbare. Clientul este pus într-o dublă legătură, astfel încât, schimbarea are loc, clientul este rugat să exagereze și chiar, să perfecționeze – comportamentul problematic, de exemplu: un client care nu poate dormi i se cere să stea treaz toată noaptea, unui client depresiv i se poate spune „nu renunța la simptomele tale, ele îți aduc atenția necesară, dacă îți rezolvi depresia s-ar putea să nu te observe partenerul”. Sau este rugat să mențină simptomele depresiei pentru a-l ajuta pe soțul său să se simtă superior. Acceptarea directivei consilierului și menținerea simptomului îi demonstrează acestuia că poate controla și schimbă situația. Cuplul este informat despre schimbările ce vor surveni în urma consilierii, se cere cuplului să încetinească schimbarea, sau să nu se schimbe, sau să se îngrijească excesiv atunci când înregistrează succes.

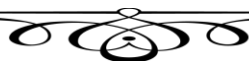
*Modificarea gândurilor* – în primul rând, clienții învață să-și monitorizeze gândurile (gânduri automate, inferențe, evaluări). Identifică relația dintre cogniții, emoții și comportamente și înlocuiesc cognițiilor disfuncționale cu cele funcționale. Consilierul învață clienții cum să-și analizeze cognițiile și cum să facă din asta un obicei. Ca rezultat, clienții se vor confrunta mai bine cu impactul propriilor cogniții, învață că fiecare partener al cuplului are cogniții și că acestea au efect asupra lor, vor putea să identifice și să examineze dinamica pe care o practică în relațiile sistemului familial.

*Îmbunătățirea comunicării* – pot fi prezentate câteva reguli de comunicare simple cum ar fi: fiecare să vorbească în nume propriu, să i se adreseze direct celuilalt, să nu se folosească blamarea, să se utilizeze ascultarea activă, fiecare membru să încerce să înțeleagă gândurile, sentimentele și trăirile celuilalt. Se indică utilizarea mesajelor de tip „Eu” care descriu comportamentul persoanei fără să o blameze pe aceasta, sentimentele față de comportamentul respectiv și consecințele acestuia [9, p. 174-176].

În concluzie putem afirma că prin strategiile realizate în consilierea de cuplu, care se adresează întregului sistem perturbat și a relațiilor intraconjugale disfuncționale, în scopul managementului conflictelor conjugale în primii ani de viață familială în procesul continuu de „creștere”, cât și elaborarea alternativelor pentru înfruntarea perioadelor de criză.

#### **Referințe bibliografice:**

1. Enache R. Elemente de psihodiagnostică, consiliere și terapia familiei. Constanța: Ovidius University Press, 2011. 229 p.
2. Godeanu C. D. Psihologia relațiilor de cuplu și a familiei. București: Universitatea din București, 2011. 80 p.
3. Konya Z. Terapie familială sistemică. Ed. a 2-a. Iași: Polirom, 2012. 296 p.
4. Mitrofan I. Cuplul conjugal. Armonie și dizarmonie. București, 1989. 279 p.



5. Mitrofan I., Mitrofan N. Elemente de psihologie a cuplului. București: Casa de Ed. și Presă „Sansa”, 1994. 190 p.
6. Mitrofan I., Vasile D. Terapii de familie. București: SPER, 2001. 250 p.
7. Nichols M. P., Schwartz R. C. Terapia de familie. Concepte și metode. Ediția a 6-a. Pearson Education Limited, 2006. 550 p.
8. Satir V. Terapia de familie. București: Trei, 2011. 391p.
9. Trip S. Introducere în consilierea psihologică. Oradea: Universitatea din Oradea, 2007. 254 p.