

MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
AL REPUBLICII MOLDOVA
UNIVERSITATEA DE STAT „ALECU RUSSO” DIN BĂLȚI
FACULTATEA DE ȘTIINȚE ALE EDUCAȚIEI, PSIHOLOGIE ȘI ARTE
CATEDRA DE PSIHOLOGIE

Maria CORCEVOI

PSIHOLOGIA FAMILIEI

Suport de curs

BĂLȚI, 2024

Aprobat și recomandat pentru editare de către Catedra de psihologie, proces-verbal nr. 4, din 20.12.22 și Consiliul Facultății de Științe ale Educației, Psihologie și Arte a Universității de Stat „Alec Russo” din Bălți, proces-verbal nr. 06, din 20.01.23.

Supportul de curs „Psihologia familiei” este destinat studenților programului de studii superioare de licență la specialitatea Psihologie, domeniul general de studii: 031 Științe sociale și comportamentale.

Lucrarea dată reprezintă o culegere de texte din diferite surse științifice care descriu la rândul lor subiecte cu referire la psihologia familiei.

Prin conținutul selectat se urmărește cunoașterea mecanismelor psihologice care au loc în familie și dezvoltarea abilităților de transpunere a noțiunilor teoretice în contexte reale care constituie o componentă fundamentală a pregătirii de specialitate a studenților de la ciclul I, studii superioare de licență.

Autor:

Maria CORCEVOI - lector universitar, doctor în psihologie, Catedra de Psihologie, Facultatea de Științe ale Educației, Psihologie și Arte, Universitatea de Stat „Alec Russo” din Bălți.

Recenzenți:

Silvia BRICEAG - conferențiar universitar, doctor în psihologie, Catedra de Psihologie, Facultatea de Științe ale Educației, Psihologie și Arte, Universitatea de Stat „Alec Russo” din Bălți.

Descrierea CIP a Camerei Naționale a Cărții din Republica Moldova

Corcevoi, Maria.

Psihologia personalității : Suport de curs / Maria Corcevoi ; Ministerul Educației și Cercetării, Universitatea de Stat „Alec Russo” din Bălți, Facultatea de Științe ale Educației, Psihologie și Arte. – Bălți : [S. n.], 2024. – 153 p. – Cerințe de sistem: PDF Reader. – Referințe bibliogr.:151-153(29 tit.).
ISBN 978-9975-50-327-3 (PDF)

Cuprins

INTRODUCERE	6
I.....	INT
RODUCERE ÎN PSIHLOGIA FAMILIEI	7
1.1 Obiectul de studiu al psihologiei familiei. Relația psihologiei familiei cu alte științe.....	7
1.2 Delimitări conceptuale: cuplu, căsătorie, familie	9
1.3 Evoluția socio-istorică a familiei	12
1.4 Tipologia familiilor	16
II. PARADIGMELE DE BAZĂ ÎN CERCETAREA CUPLULUI ȘI A FAMILIEI.....	18
2.1 Teoria schimbului	18
2.2 Teoria sistemelor familiale	21
2.3 Teoria structurală	23
2.4 Teoria dezvoltării	27
III. DE LA CUPLUL EROTIC LA CUPLUL CONJUGAL	33
3.1 Dragostea - un proces de intercunoașterea partenerilor .	33
3.2 Alegerea partenerului pe baza unor „filtre”	36
3.3 Alegerea partenerului din perspectiva teoriei atașamentului	42
3.4 De la iubire romantică la iubirea asumată/responsabilă	45
IV. COMUNICAREA CONJUGALĂ ȘI FAMILIALĂ.....	50
4.1 Comunicarea maritală: definiții și structură	50
4.2 Axiomele comunicării maritale	54
4.3 Strategiile comunicării distructive.....	58
4.4 Strategiile comunicării constructive	62
4.5 Abilitățile de bază pentru o relație maritală funcțională	65

V. FACTORI FAVORIZANȚI ȘI DE RISC A DISFUNCȚIONALITĂȚII MARITALE ȘI FAMILIALE.....	69
5.1 Nevroza conjugală	69
5.2 Conflictul familial și structura conflictului.....	71
5.3 Criza familială. Tipuri de crize.....	75
5.4 Gelozia. Tipuri de gelozie	78
5.5. Violența domestică. Etiologia violenței familiale.....	81
VI. DIMENSIUNI PSIHOLOGICE ALE DIVORȚULUI	87
6.1 Divorțul - noțiuni generale.....	87
6.2 Stadiile psihologice ale disoluției căsniciei	89
6.3 Consecințele divorțului.....	92
6.4 Decesul și abandonul familial	95
VII. PARENTALITATEA ȘI RELAȚIILE PĂRINȚI-COPII	99
7.1 Tranziția spre parentalitate.....	99
7.2 Tată/ mamă - tipuri.....	103
7.3 Relația părinte - copil.....	105
7.4 Îndrumarea și autoritatea parentală. Stlurile parentale...110	
7.5 Iubirea parentală.....	115
VIII. COMPETENȚA PARENTALĂ.....	118
MODALITĂȚI DE PSIHOINTERVENȚIE.....	118
8.1 Competența parentală raportată la temperamentele părinților	118
8.2 Competența parentală raportată la copilul dificil.....	122
8.3 Competența parentală raportată la relațiile dintre frați .	124
8.4 Competențe parentale în funcție de etapa de dezvoltare a copilului	127

IX. EVALUAREA FAMILIEI	136
ELEMENTE ALE CONSILIERII DE CUPLU ȘI FAMILIE	136
9.1 Evaluarea sistemului familial	136
9.1.1 Dimensiuni ale evaluării familiei în spațiu	136
9.1.2 Dimensiuni ale evaluării familiei în timp.....	139
9.2 Elemente ale consilierii de cuplu/familie.....	142
9.3 Metode de lucru cu familia	145
9.3.1 Desene sau picturi	146
9.3.2 Sculptura.....	146
9.3.3 Jocul de rol	147
9.3.4 Genograma	147
9.3.5 Descrierea planului casei familiale	148
9.3.6 Metafora în consilierea de familie.....	150

INTRODUCERE

Suportul de curs „Psihologia familiei” este predestinat studenților de la specialitatea Psihologie. Disciplina dată contribuie la pregătirea profesională a viitorilor psihologi prin antrenarea lor în înțelegerea conceptelor: cuplu, căsătorie, familie; explicarea paradigmelor de bază, a funcțiilor, structurii, dinamicii, rolurilor familiale; analiza tipurilor de familie; discutarea despre dimensiunea afectivă a familiei; valorificarea factorilor favorizanți și de risc a disfuncționalității maritale și familiale; cunoașterea cu parentalitatea și dezvoltarea competențelor parentale; elucidarea rolului psihologului în lucrul cu familiile marcate de conflict, gelozie, divorț; antrenarea aplicării metodelor de evaluare și de lucru cu cuplurile și familiile. Sunt propuse spre realizare următoarele finalități:

- Operarea cu concepte fundamentale în domeniul psihologiei și utilizarea acestora în comunicarea profesională.
- Proiectarea și realizarea unui demers de cercetare prin abilități de control și inovație în domeniul psihologiei.
- Evaluarea critică a situațiilor problematice și a soluțiilor posibile în psihologie.
- Evaluarea psihologică a individului, grupului și organizației.
- Proiectarea și realizarea intervențiilor psihologice.
- Relaționarea și comunicarea interpersonală specifică domeniului psihologiei prin valorificarea informațiilor, vizînd varii contexte socio- umane și de identitate națională.
- Aplicarea principiilor, normelor și valorilor eticii și deontologiei profesionale în cadrul propriei strategii de muncă.
- Identificarea rolurilor și responsabilităților într-o echipă plurispecializată și aplicarea tehnicilor de relaționare și muncă eficientă în cadrul echipei.
- Identificarea oportunităților de formare continuă și valorificarea eficienței a resurselor și tehnicilor de învățare pentru propria dezvoltare.

Gama variată de aplicații de învățare susțin reperatele teoretice incluse în suportul de curs și oferă studenților posibilitatea de a transpune tematica specifică referitoare la psihologia familiei în contextul real prin proiectarea modalităților de cercetare și de lucru cu familia utilizând metode tehnice și instrumente psihologice.



I. INTRODUCERE ÎN PSIHLOGIA FAMILIEI

Subiecte de conținut:

- 1.1 Obiectul de studiu al psihologiei familiei. Relația psihologiei familiei cu alte științe;
- 1.2 Delimitări conceptuale: cuplu, căsătorie, familie;
- 1.3 Evoluția socio-istorică a familiei;
- 1.4 Tipologia familiilor.

1.1 Obiectul de studiu al psihologiei familiei. Relația psihologiei familiei cu alte științe.

Familia este una dintre realitățile sociale cele mai intime nouă. Este, poate, fenomenul social cel mai...familiar. Ne naștem în familii și primele noastre legături sunt cu membrii apropiați ai familiei, care ne fac să înțelegem cine suntem și după ce criterii operează lumea înconjurătoare. "Părinții ne oferă mult mai mult decât un simplu nume de familie. În familii ne formăm primele idei despre cum ar trebui să gândim și care ar trebui să fie legile care ne guvernează existența. Este evident că aceste reguli variază de la o societate la alta, dar procesul prin care învățăm cum funcționează ele - indiferent care sunt acestea - este același în diverse societăți. Dintre toate relațiile de tip social, cele stabilite între părinți și copii tind a fi cele mai durabile. Sunt legături de viață și moarte, legături necesare în majoritatea familiilor, ele existând nu doar pentru a veni în întâmpinarea nevoilor de bază ale copilului mic, dar și pentru a furniza acestuia exemple despre cum se relaționează cu alți indivizi sau grupuri din afara familiei. Învățăm în familie nu doar cum să relaționăm cu frații și surorile noastre, dar și cum să stabilim legături și alianțe cu cei din lumea exterioară nouă. Încă din copilărie ne integrăm în viața socială a părinților noștri. Mai departe, odată ce creștem și ne căsătorim repetăm același proces urmat înainte de părinții noștri, așa cum ei

înșiși și-au creat propria familie printr-o destrămare parțială a familiilor părinților lor [1].

Domeniul psihologiei familiei se ocupă de studiul teoretic și aplicativ al mecanismelor psihologice ale constituirii, menținerii și disoluției familiei, precum și al proceselor și fenomenelor care au loc în cadrul unei familii. Pentru aceasta, este necesar să dăm atenție atât la elementele comune familiilor, cât și celor care diferențiază familiile între ele.

Psihologia familiei folosește multe dintre conceptele și modalitățile de analiză ale celorlalte ramuri ale psihologiei. Iată care sunt domeniile psihologice și non-psihologice cu care psihologia familiei stabilește relații:

- Psihologia generală - de aici avem numeroase informații despre procesele psihice și sistemul de personalitate, cu precădere la formarea lor. deoarece, după cum bine este cunoscut, acestea se modelează în mare măsură în interiorul familiei. Familia este cea care pune bazele personalității individului, mai ales în ceea ce privește caracterul său și stimularea și dezvoltarea aptitudinilor sale.

- Psihologia socială - este ramura psihologiei din care a izvorât practic psihologia familiei. Ea ne vorbește despre relațiile dintre oameni, despre diade sau cupluri, despre grupurile mici, iar familia este un astfel de grup.

- Psihologia vârstelor - se ocupă de evoluția și dezvoltarea persoanei de-a lungul etapelor de viață. Și cum o mare parte din această viață o petrecem într-o familie, fie ea cea în care ne-am născut, fie cea pe care o formăm, climatul familial și tot ce se întâmplă în familie va avea un impact foarte important asupra evoluției și funcționării noastre în toate ariile vieții.

- Sociologia - îndeosebi sociologia familiei, studiază și ea familia, dar ca instituție socială și în relație cu societatea. Astfel, informațiile ei vin să îmbogățească cunoștințele despre familie, dar oferă și sprijin în înțelegerea funcționării sexuale a persoanei,

dacă ținem cont de practicile sexuale considerate ca fiind acceptabile pentru o societate dată.

- Dreptul - în special cel al familiei, se bazează mult pe datele psihologiei familiei pentru a putea elabora și aplica legi cu privire la protecția familiei și a membrilor ei, precum și cu privire la manifestarea sexuală a membrilor societății [6].

1.2 Delimitări conceptuale: cuplu, căsătorie, familie

Încercarea de a defini *cuplul* nu este tocmai ușoară. Sunt implicate atât de multe trăiri, gânduri, valori, încât aproape fiecare ar putea găsi o proprie definiție a ceea ce înseamnă a forma un cuplu erotic.

Este cunoscut faptul că un cuplu erotic presupune două persoane, de regulă de sexe diferite (deși nu este obligatoriu), care au pentru o vreme:

- sentimente de afecțiune unul pentru celălalt (iubire, atașament, respect etc.);
- atracție sexuală, care duce (sau nu) la relații sexuale;
- scopuri comune;
- timp petrecut în comun (unul cu celălalt, dar și în sfera socială);
- dorința de a fi împreună pe o perioadă mai îndelungată.

Totuși, fiecare dintre noi cunoaștem cupluri, fie ele căsătorite sau nu, care nu îndeplinesc una sau mai multe dintre aceste caracteristici. Există, de exemplu, cupluri care nu mai au nici atracție sexuală și nici relații sexuale, dar încă împărtășesc sentimente de afecțiune unul față de celălalt, sau cupluri care, pentru o perioadă, nu mai locuiesc împreună și nici nu mai petrec timp împreună decât telefonic, deoarece sunt separați de angajamente profesionale sau personale (exemplul celor care pleacă să lucreze sau să studieze în străinătate pe perioade lungi de timp).

Din punct de vedere psihologic, Iolanda Mitrofan (1998) oferă o definiție mai complexă cuplului: „o structură bipolară, de tip biopsihosocial, bazată pe interdeterminism mutual (partenerii se satisfac, se stimulează, se dezvoltă și se realizează ca individualități biologice, afective și sociale, unul prin intermediul celuilalt)”.

În cuplu învățăm ce este iubirea erotică, ce înseamnă intimitatea cu o altă ființă, total străină de noi. Învățăm ce este iertarea, toleranța, dar învățăm să ne manifestăm și emoțiile negative: furia, mânia, frustrarea, ura, dezgustul etc. Tot în cuplu, ne împlinim sexualitatea. De aceea, cred că a trăi în cuplu este o mare provocare pentru fiecare om. Este o provocare pentru autodezvoltare și autoevoluție. Nici o relație, fie ea de căsătorie sau nu, nu anulează diferențele dintre parteneri, ci, dimpotrivă, atunci când relația este foarte profundă și satisfăcătoare, aceste diferențe se completează reciproc. E drept că până se ajunge la această completare, se trece prin perioade de supărări, dezamăgiri, certuri, conflicte, momente de separare emoțională și reveniri. Orice relație presupune să ajungi și „pe culmile raiului și în adâncurile iadului”. Când aceste elemente sunt oficializate prin lege, atunci *cuplul erotic* se transformă *în cuplu conjugal* prin intermediul *căsătoriei* [6].

Căsătoria și *familia* sunt fenomene și concepte absolut diferite, dar care interrelaționează și interferează permanent. Ca fenomene sociale, căsătoria și familia sunt strâns legate, însă pot fi și separate: familia poate exista în afara căsătoriei, iar căsătoria poate exista fără familie. Prin urmare, căsătoria legitimează crearea familiei, dar nu determină procesul complex de formare a acesteia. Căsătoria reprezintă mecanismul prin care statul fixează raportul soț-soție, însă crearea, menținerea, existența sau, dimpotrivă, destrămarea familiei depinde numai de dorința, competența și conduitele ambilor indivizi [4].

Cuvântul *familie* este de origine latină și înseamnă un grup de persoane unite prin relații de filiație naturală. Dicționarul enciclopedic ne oferă următoarea definiție: familia este o formă de comunitate umană întemeiată prin căsătorie, care este formată din soți și din copiii acestora [4].

Institutul canadian pentru familie Vanier definește termenul de familie astfel:

„Familia este definită ca orice combinație de două sau mai multe persoane, care relaționează în timp prin legături de acord reciproc, naștere și/sau adopție sau plasament și care își asumă împreună responsabilități de tipul următor:

- Susținere fizică și grijă față de membrii grupului;
- Adăugarea de noi membri prin procreare și adopție;
- Socializarea copiilor;
- Controlul social al copiilor;
- Producere, consum și distribuire a bunurilor și serviciilor;
- Hrană afectivă - dragoste.“ [1]

I. Mitrofan, C. Ciupercă definește familia din perspectiva psihologică ca pe o „o formă de comunitate umană alcătuită din doi sau mai mulți indivizi, uniți prin legături de căsătorie și/sau paterne, realizând, mai mult sau mai puțin, latura biologică și/sau cea psihosocială”. [6]

Băran-Pescaru A. oferă o definiție mai vastă a familiei, „un grup social, care poate sau nu să includă adulți de ambele sexe (de exemplu, familiile cu un singur părinte), poate sau nu poate include unul sau mai mulți copii (de exemplu, cuplurile fără copii), care pot sau nu să fie născuți din căsătoria lor (de exemplu, copiii adoptați sau copiii unui partener dintr-o căsnicie anterioară). Relația dintre adulți poate sau nu să aibă originea în căsătorie (de exemplu, cuplurile care coabitează), ei pot sau nu să împartă o locuință comună (de exemplu, cuplurile care fac naveta). Adulții pot sau nu să coabiteze sexual, iar relația poate

sau nu să implice sentimente valorizate social, cum sunt: dragostea, atracția, respectul față de părinți și admirația”. [1]

1.3 Evoluția socio-istorică a familiei

Nevoiți sau nu, bărbatul și femeia au conviețuit de-a lungul istoriei, indiferent de gradul de dezvoltare al societății, indiferent de gradul de implicare al celor două sexe în realizarea funcționalității diadei din care făceau parte.

O posibilă explicație a atracției interpersonale o găsim în învățătura tradițiilor antice. Potrivit Platon, fiecare ființă poartă în sine o jumătate a întregului și caută instinctiv și neconștient frântura ruptă din el însuși, astfel încât ambele părți să devină una.

Aceeași idee apare și la Aristofan care, imaginând o alegorie a omului primordial, considera că la începutul lumii au existat androgini (oameni de ambele sexe) care aveau o conformație specială: patru mâini, patru picioare, două fețe iar înfățișarea era aceea a unui tot, dintr-o singură bucată. *Zeus*, mâniat de puterea și îngâmfarearea acestora, i-a pedepsit, tăindu-i în două și întorcându-i unul către celălalt. De atunci durează atracția unei ființe omenești pentru alta, dorința întregitoare a naturii noastre primordiale, care se străduie să facă unul din doi pentru a vindeca insuficiențele firii omenești. Această atracție nu este altceva decât o tentativă reparatorie, o încercare infinit repetată a naturii umane spre împlinirea ei desăvârșită.

Chiar dacă a fost intuită din timpuri străvechi, legea atracțiilor sexuale nu a fost formulată decât în secolul XX, de către O. Weininger (1903). Potrivit acesteia, dacă luăm drept criteriu *bărbatul absolut* și *femeia absolută* și dacă considerăm că există ceva bărbătesc în fiecare femeie și ceva femeiesc în fiecare bărbat, atunci atracția maximă dintre un bărbat și o femeie se trezește în momentul când, adunând părțile de masculinitate și de feminitate prezente în amândoi, se obține ca total *bărbatul absolut* și *femeia absolută*. Acest lucru face ca oamenii să caute continuu,

de cele mai multe ori inconștient, perechea potrivită, chiar și atunci când au impresia că au găsit-o.

Prima formă de familie a fost *manifestareapoliandriei* (formă de mariaj dintre o femeie și mai mulți bărbați) și descendența uterină (pe linie maternă). Se recurgea la descendența uterină pentru că bărbatul era necunoscut, paternitatea nefiind sigură. Femeia era centrul grupării social-familiale. Femeia avea poziție dominantă deoarece se ocupa cu *agricultura* iar de noțiunea de agricultură se leagă imediat ideea de *proprietate*. Femeile primitive s-au dedicat mai ales culesului iar bărbații au practicat în special vânătoarea. Însă, se consideră că doar acolo unde culesul constituia (comparativ cu vânătoarea sau pescuitul) sursa principală de hrană, femeia avea o situație mai bună, pentru că însemnătatea socială și poziția pe care o deținea în cadrul clanului era mult mai importantă decât a bărbatului. În schimb, acolo unde era preponderentă vânătoarea, poziția socială a femeii era nesemnificativă.

Următoarea formă de familie este *clanul diferențiat (poliginandria)*. Între cele două tipuri de clan nu-i decât o diferență de structură, de compoziție. Astfel, se împiedică progresiv unirea dintre mamă și fiu, tată și fiică, soră și frate.

Acestea ar fi cele două forme de familie caracterizate prin existența matriarhatului. În esență, matriarhatul n-a reprezentat exercitarea autorității de către femeie, ci recunoașterea descendenței uterine.

A treia formă de familie este *familia sindiasmică (familia pereche)*, care se reduce aproape la monogamie, fără însă să implice credința conjugală. Progresul pe care-l aduce familia pereche constă în faptul că este recunoscut cu certitudine tatăl adevărat, ceea ce în formele anterioare de familie era mai greu de realizat. O dată cu generalizarea familiei pereche, a apărut ideea de incest și forme tot mai largi și mai severe de interzicere a

acestui. Interzicerea incestului a fost un act revoluționar, pentru că prin el s-a fixat (probabil, pentru prima dată în istoria omenirii) o regulă socială, prin care oamenii rezolvau altfel (după criterii noi, culturale), probleme care până atunci se rezolvau după mecanisme strict biologice.

În cadrul familiei pereche se afirmă pentru prima dată dominația bărbatului asupra femeii. Cauzele care au determinat trecerea de la matriarhat la patriarhat au fost:

1. furtul violent al femeii, bărbatul devenind stăpânul ei;
2. căsătoria bazată pe dar,
3. căsătoria prin cumpărare.

A patra formă de familie este *familia patriarhală*. Familia patriarhală funcționa sub autoritatea celui mai în vârstă adult de sex masculin. În cadrul ei, cele mai mari deosebiri apar între familia romană și cea aparținând populațiilor germanice.

La romani, soția nu era privită ca partenera de viață a bărbatului, ci ca una din persoanele casei, din care fac parte fiii, sclavii eliberați, clienții și sclavii. Ca soție, femeia avea doar datorii și obligații, printre puținele drepturi ale ei numărându-se posibilitatea de a divorța, lăsând însă copiii ca tatăl lor. Un alt drept era acela că femeia putea poseda avere fără ca aceasta să treacă în patrimoniul soțului ei iar în ceea ce privește dreptul succesoral, ea era egala bărbaților. În general, însă, femeile erau privite ca niște ființe marginale, care nu contribuiau cu nimic sau cu foarte puțin la rolul public jucat de soții lor. În ceea ce privește copiii, la 12 ani soarta băieților se diferenția de cea a fetelor, numai băieții continuându-și studiile. La 14 ani o fată era adultă, dată în căsătorie și învățată să dobândească o cultură de distracție/plăcere (să danseze, să cânte la un instrument etc.).

Evul Mediu aduce un nou tip de familie: *familia tradițională*, care prezintă destul de puține schimbări semnificative, dacă o raportăm la cea patriarhală. Se intensifică diferențele dintre bărbat

și femeie devin și mai mari, fiind ierarhizate în folosul bărbatului. Exista repulsie până și față de puținele femei care îndrăzneau a se îmbrăca bărbătește. Însă, mai important decât atât este faptul că, odată cu Evul Mediu, a început să fie aplicată monogamia, mai întâi de popor, apoi de nobilime.

Secolul XI e chinuit de obsesia adulterului feminin, frica de păcat determinându-i pe bărbați (ce aveau puteri neîngrădite) să le închidă pe femei în camera doamnelor, care nu trebuie interpretat ca un spațiu destinat seducției sau plăcerilor, ci izolării.

În ajunul Renașterii, bărbatul devine administrator unic al bunurilor familiei. El preia, de multe ori, și funcția de socializare, începând educația cu propria soție care (căsătorită de tânără) are nevoie de experiența și de cunoștințele lui. Este singurul care decide asupra viitorului copiilor lui, îndatoririle fundamentale ale soției fiind maternitatea și conducerea gospodăriei iar față de soț, răbdarea și obediența. Femeia continuă să rămână sub tutela soțului, după cum înainte de căsătorie fusese supusă tutelei tatălui.

Din secolul XVIII, se impune *familia modernă* (nucleară), redusă numeric la cei doi soți și copiii lor necăsătoriți. Se bazează pe o complementaritate a rolurilor de soț-soție, pe o mai mare independență față de familiile de apartenență ale soților.

Către mijlocul veacului al XIX-lea, majoritatea muncitorilor francezi încep să își încredințeze remunerația soției, ceea ce întemeiază un așa-zis matriarhat bugetar. Prin urmare, secolul XX este caracterizat de creșterea sentimentului identității individuale a femeii.

Secolul XX, impune, către sfârșitul lui, un nou tip de familie: *familia restructurată*. Acest concept cuprinde un număr mai mare de forme familiale (cupluri fără descendenți, căsătorii deschise, etc.) adaptate realității sociale contemporane. La baza lor stau opțiunea individuală și permanenta modelare a rolurilor în funcție

de context. Acest tip de familie pare a fi cel mai potrivit pentru afirmarea individualității (în special, pentru femeie) dar, în același timp, pare a avea consecințe dintre cele mai nefaste pentru societate, în ansamblul ei. E limpede, deci, că societatea contemporană favorizează declinul familiei nucleare, oferind în loc o largă varietate de alternative, care mai de care mai deosebite și puternic diferențiate [3].

1.4 Tipologia familiilor

În limbajul comun, termenul de familie este folosit în mod nediferențiat, atât pentru familia din care provine un individ, cât și pentru propria familie, constituită prin căsătorie. Se impune însă distincția între tipurile de familii existente, o primă diferențiere fiind cea între familia de origine și familia de procreare.

Familia de origine - desemnează familia în care te naști și crești, fiind formată din mamă, tată, frați, surori, familia de origine asigurând protecția și socializarea descendenților.

Familia nucleară mai poartă numele de *familie proprie*, *familie conjugală*, fiind stabilită prin propria căsătorie și incluzând soțul, soția, fiii și fiicele lor. Pornind de la relațiile existente în interiorul acestei familii, putem delimita conceptul de *familie extinsă* sau *lărgită*, care vizează unirea mai multor familii nucleare în linie verticală, cu generații succesive adiacente [7]. Literatura de specialitate mai descrie și următoarele tipuri:

•familiile „amestecate“ sau „recombinat“ sau „reconstituite“, compuse din părinți care au divorțat, s-au recăsătorit și au format o nouă familie, care include copiii din prima căsătorie a unuia sau a ambilor parteneri și/sau din această căsătorie;

- familii „fără copii“, reprezentate de un cuplu;
- familii „cu un singur părinte“, compuse dintr-un părinte - adesea o mamă - cu un copil sau mai mulți;

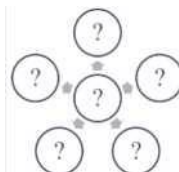
• „cupluri care coabitează“ și „căsătorii convenționale“ - aranjamente familiale, care se aseamănă altor forme, dar nu legalizează mariajul.

Din 1972 acest institut recunoaște cuplurile cu parteneri de același sex, ca familii. O cercetare a literaturii despre familie din 1990 indică faptul că mai trebuie adăugat un alt grup de familii și anume părinții homosexuali și lesbiene [1].

Din analiză nu poate fi omis criteriul normalității vieții de familie, înțelegând prin aceasta îndeplinirea tuturor funcțiilor pe care familia și le-a asumat; delimităm în acest sens familii normale și familii carente, dezorganizate, vulnerabile [7].

Activități de învățare:

1. Completați și comentați schema interdisciplinarității psihologiei familiei; Reflectați și identificați ce vă trezește curiozitate în domeniul psihologiei familiei.
2. Încercați să dați singuri o definiție referitoare la cuplu și familie, așa cum apare ea în viziunea noastră subiectivă;
3. Realizați un SINELG- marcarea prin „V” a informației știute, prin „-” a informației contradictorii, prin „+” a informației noi, prin „?” a informației confuze, care necesită o documentare suplimentară;
4. Realizați Linia timpului - aranjarea pe o axă, în ordine cronologică, a etapelor evoluției familiei; Încenați scenete care descriu evoluția socio-istorică a familiei.
5. Prezentați printr-un poster tipurile de familie; Realizați o călătorie în viitor pentru a identifica noile tipuri de familii.



Referințele bibliografice:

1. Băran-Pescaru A. Familia azi. O perspectivă sociopedagogică. București: Ed.Aramis, 2004 ISBN 973-679-042-8 pp. 13, 19
2. Bejan P.(coord.) Asistența socială. Vol.V. Iași: Ed. Universită- ții „Al.I.Cuza”, 2008. p.7

SITECH, 2012. ISBN: 978-606-11-2940-9 pp. 52-53

4. Cuznețov L. Pedagogia familiei. Suport de curs. Univ. Ped. De Stat „I. Creangă” din Chișinău. Chișinău: Primex-Com S.R.L., 2013. p.6, 8

5. Cuznețov L. Tratat de educație pentru familie. Pedagogia familiei. Universitatea Pedagogică de Stat „I. Creangă” din Chișinău. Chișinău, CEP USM, 2008 p.43-48

6. Vasile D. L. Introducere în psihologia familiei și psihosexologie. București: Ed. Fundației România de Măine, 2007 ISBN 978-973- 725-873-1 pp. 24-36.

7. Voinea Maria. Familia contemporană. Mică enciclopedie. București: Editura FOCUS, 2005. ISBN 973-87104-6-4 pp.12-13

II. PARADIGMELE DE BAZĂ ÎN CERCETAREA CUPLULUI ȘI A FAMILIEI

Subiecte de conținut:

- 2.1 Teoria schimbului;
- 2.2 Teoria sistemelor familiale;
- 2.3 Teoria structurală;
- 2.4 Teoria dezvoltării.

Orice paradigmă admite un număr mai mare de teorii explicative. Teoriile referitoare la familie sunt numeroase, ele fiind necesare în înțelegerea vieții familiale și a modului în care trebuie să intervenim.

2.1 Teoria schimbului

Teoria se concentrează asupra faptului că în orice relație există cel puțin doi parteneri care, după cum sugerează denumirea sa, fac un schimb de beneficii sau de recompense. „Piața” schimburilor interpersonale: costuri și beneficii. Fiecare persoană dorește ceva de la cealaltă în cadrul unei relații de parteneriat, iar schimbul care rezultă este guvernat de principii economice. Astfel, relația intimă este redusă la o situație de schimb în care

costurile sunt contrabalansate de beneficii [4]. Esența acestei teorii este pusă în evidență de următoarea afirmație: „actorii aflați într-o anumită situație vor alege comportamentul care le permite să-și maximizeze profitul“. Maximizarea profitului poate include fie maximizarea răsplatei, fie minimizarea costurilor și se poate centra fie pe profitul pe termen scurt, fie pe cel de lungă durată[2].

Când facem cunoștința cu cineva, fiecare dintre își pune - conștient sau inconștient - întrebarea: „cât mă costă să obțin un beneficiu din partea acelei persoane?“ Trebuie avut în vedere faptul ca ambii parteneri își pun aceeași întrebare, astfel încât „bilanțul” fiecăruia dintre ei depinde de interacțiunea lor.

Aceasta viziune economică asupra interacțiunii sociale consideră că în toate situațiile indivizii negociază un schimb de bunuri, servicii, informații, bani, status, alături de care, printre alte beneficii pot fi contabilizate și plăcerile dragostei, buna dispoziție, căldură afectiva etc. În schimbul cu aceste „resurse”, indivizii adoptă, cel mai adesea, o strategie minimax: cu alte cuvinte, chiar fără să ne dăm seama, cu totii urmărim să obținem din relațiile noastre interpersonale câștiguri maxime cu costuri minime.

Un al element al schimbului social este investiția: resursele consumate de către cineva în stabilirea și menținerea unei relații, resurse pe care persoana respectiva nu le mai poate recupera după ce relația încetează. Dacă nu te mai satisface o anumită relație, e foarte simplu să-ți faci bagajele și să pleci. Cum rămâne însă cu eforturile tale de a păstra relația? cu toate oportunitățile din viața romantică sau din cariera la care ai renunțat de dragul unei anumite persoane? În mod natural, cu cât e mai mare investiția cuiva într-o relație interpersonală, cu atât sporesc devotamentul și implicarea sa în relația respectivă.

Teoria echității subliniază încă un aspect al relațiilor interpersonale tratate dintr-o perspectiva economica. Potrivit

acestei teorii, oamenii sunt satisfăcuți în cel mai înalt grad de acele relații în care raportul dintre ceea ce obțin de pe urma ei (beneficii) și ceea ce introduc în ea (contribuții) este asemănător pentru ambii parteneri. Societatea occidentală se bazează pe un sistem de schimburi sociale în care oamenii urmăresc stabilirea și menținerea unor relații echitabile. Drept urmare, ei cred ca beneficiile fiecărui participant la schimburile sociale trebuie să fie corecte.

Individul estimează mai întâi raportul dintre ceea ce a investit într-o relație și câștigurile pe care aceasta i le oferă. Acest raport este comparat apoi cu „bilanțul” partenerului. Dacă cele două rapoarte sunt egale, oamenii se simt tratați în mod corect sau just: dacă între ele există diferențe sesizabile, relația este apreciată ca fiind incorectă sau nedreaptă. Prin urmare, echitatea unei relații interpersonale se definește ca situație în care beneficiile tuturor participanților (câștiguri minus costuri) sunt proporționale cu contribuțiile fiecăruia. Aceasta este regula dreptății distributive.

Ori de câte ori avem sentimentul inechității, suntem motivați să acționăm în vederea eliminării lui, având de ales între următoarele strategii: fie modificarea beneficiilor sau a contribuțiilor noastre: fie modificarea percepțiilor noastre privind „bilanțul” nostru și cel al partenerului. De regulă, individul apelează la numai una dintre cele două strategii de restabilire a echității într-o situație concretă. Dacă nici una din ele nu dă rezultate, iar raportul dintre beneficii și contribuții se situează sub nivelul de comparație al individului, relația are toate șansele să se destrame [3].

Aceste teorii furnizează un cadru pentru terapeuții familiali, care pot să-i determine pe parteneri să transforme relația în una mai recompensatoare și mai puțin costisitoare pentru fiecare dintre ei. La nivel macro, teoriile schimbului au fost utilizate pentru a justifica investițiile în copii, realizate de către societate.

Modelul schimbului a fost criticat pentru că a pus prea mult accent pe raționalitate, excluzând emoțiile [2].

2.2 Teoria sistemelor familiale

În perioada anilor 1940-1950 terapeuții clinici au împrumutat teoria generală a sistemelor pentru descrierea familiei. Aceștia rămâneau nesatisfăcuți de tratamentele aplicate, căci, chiar dacă pacientul prezenta o stare de bine în mediul spitalicesc, întorcându-se acasă, simptomele reapăreau. Se putea întâmpla ca după o terapie individuală pacientul se însănătoșea, dar simptomul apărea la un membru din familia sa. Aceste observații i-au determinat pe terapeuți să acorde atenție familiei bolnavilor și să se gândească la o posibilă legătură între problema pacientului și ceea ce se întâmpla în familia acestuia.

Din perspectivă sistemică, individul poate fi înțeles mai bine și nu doar prin prisma problemelor cu care se confruntă, dar și din punct de vedere al întregului, în contextul relațiilor sociale din care acesta face parte. Comportamentul unui om poate părea o abatere de la normă, unul neobișnuit sau chiar ciudat într-o abordare individuală, însă poate avea o anumită logică dacă vom analiza acest comportament ca răspuns la unii factori ai sistemului din care face parte (de exemplu familia)[8]. Comportamentul unui membru în sistem este influențat și la rândul său influențează comportamentul celuilalt membru. O schimbare în comportamentul unui membru atrage schimbări în comportamentul celorlalți membri. Sistemele sunt predictibile. Pattern-urile de interacțiune se repetă. Cu cât aceste pattern-uri se repetă mai mult și devin familiare, cu atât fiecare va ști ce se va întâmpla în continuare [1].

Sistemul este definit ca ansamblu de elemente aflate într-o ordine nonîntâmplătoare, care funcționează pe baza unor reguli și dispune de homeostazie (echilibru). Iar psihointervențiile

sistemice de familie încearcă să înțeleagă problemele clientului în contextul sistemului familial.

Bertalanffy a lansat ideea conform căreia un sistem este mai mult decât suma părților lui, deci, cu alte cuvinte, aplicat la familie, familia este mai mult decât suma membrilor ei componenți. Adică, ceea ce contează în abordarea familiei este și interacțiunea dintre acești membri, care se realizează după anumite reguli, având anumite funcții și căutând să își mențină un anumit echilibru [8].

Cele mai cunoscute și importante trăsături ale modelelor ce concep familia ca sistem sunt:

- Întregul este mai mare decât suma părților sale constitutive;
- Componentele unui sistem pot fi înțelese doar în contextul întregului sistem. Din moment ce comportamentul uman apare în context social, el poate fi înțeles doar în acest context;
- Cauzalitatea liniară (cauză-efect) este înlocuită de noțiunile de cauzalitate circulară, simultană și reciprocă. Acesta presupune că fiecare acțiune este determinată în parte de către acțiunea precedentă și determină, la rândul ei, o altă acțiune. Sistemele familiale au fost văzute ca un lanț circular de stimuli și răspunsuri în care comportamentul fiecărei persoane este un răspuns la celălalt și fiecare acțiune este, la rândul ei, o reacție [1].
- Schimbarea uneia dintre părțile sistemului social (de ex. a unui membru al familiei influențează toate celelalte părți ale sistemului (de ex. întreaga familie);
- Tendința unui sistem este de a căuta să-și mențină homeostazia sau echilibrul. Această funcție de menținere a homeostaziei servește la păstrarea stabilității, iar uneori împiedică schimbarea;
- Când o familie nu mai este în echilibru, mecanismele de feedback încearcă să readucă familia în echilibrul inițial;

- Metodele folosite pentru a restaura echilibrul (de ex. ce anume face familia pentru a rezolva problemele apărute în interiorul ei) pot deveni ele însele probleme;

- În terapiile familiale locul patologiei este schimbat de la individ la sistem. Atenția terapeutului se schimbă de la individul tulburat la sistemul disfuncțional. „Pacientul identificat” este văzut ca purtător al simptomului iar sistemul însuși este văzut ca client [5].

Există sisteme închise (care nu comunică cu mediul, nu fac schimb de resurse cu mediul înconjurător) și sisteme deschise (care comunică cu mediul, fac schimb de resurse cu mediul înconjurător). După acest model, familiile pot avea grade diferite de deschidere către mediul înconjurător, alcătuit din prieteni, rude, vecini, școală, alte instituții, etc. [8].

2.3 Teoria structurală

Famiile apar adesea ca niște colecții de indivizi care se influențează unul pe celălalt în mod puternic, dar imprevizibil. Teoria structurală oferă un cadru care face ordine și dă înțeles acestor tranzacții. Familiile care cer ajutor sunt de obicei interesate într-o anumită problemă. Aceasta ar putea fi un copil care nu se comportă bine sau un cuplu care nu mai poate continua să conviețuiască împreună. Psihologii de familie privesc de obicei dincolo de specificul acestor probleme la încercările familiei de a le rezolva. Aceasta îi conduce la dinamica interacțiunii. Copilul care nu se comportă bine poate avea părinți care-i fac observații, dar care nu-l răsplătesc niciodată. Cuplul ar putea fi prins într-o dinamică urmărit-urmăritor sau ei ar putea fi incapabili să vorbească fără să se certe [6].

Salvador Minuchin definește structura familială ca fiind setul invizibil de cerințe funcționale ce organizează modurile în care membrii familiei inter acționează. O familie este un sistem ce operează prin intermediul pattern-urilor tranzacționale.

Tranzacțiile repetate stabilesc pattern-urile legate de cum, când și cine cu cine se relaționează [8].

Structura poate fi privită și ca o rețea invizibilă de nevoi de funcționare care organizează modul în care interacționează membrii săi. Repetiția tranzacțiilor dintre membrii familiei stabilește pattern-uri de interacțiune prin intermediul cărora se decide cum, când și cu cine intră în relație. De exemplu, când mama îi spune copilului să facă lecțiile iar acesta ascultă, această interacțiune definește cine este mama în raport cu copilul în acest context și în acest moment și cine este copilul în raport cu mama în acest context și moment. Repetiția acestei interacțiuni, sau a unor acte analoage formează un pattern de interacțiune între mamă și fiu. Aceste pattern-uri repetându-se structurează sistemul de relații al acestei familii și reglementează comportamentul membrilor ei [7].

Prima dată bebelușul plânge sau adolescentul pierde autobuzul școlii, nu este clar cine ce va face. Va fi împărțită sarcina? Va fi o ceartă? O persoană se va bloca datorită faptului că muncește prea mult? Curând, totuși, paternurile sunt stabilite, rolurile desemnate și lucrurile devin asemănătoare și predictibile. „Cine va face...” devine „Ea va face probabil...” iar apoi „Ea totdeauna”.

Structura familiei este întărită prin expectații care stabilesc reguli în familie. De exemplu, o regulă că „membrii familiei trebui totdeauna să se protejeze unul pe altul” se va manifesta în moduri diferite depinzând de context și de cine este implicat. Dacă un băiat se bate cu alt băiat din vecini, mama sa va merge la vecini să se plângă. Dacă o adolescentă trebuie să se scoale devreme pentru școală, mama o trezește. Dacă un soț este prea mahmur pentru a merge la serviciu dimineata, soția sa telefonează pentru a spune că el are gripă. Dacă părinții se ceartă, copiii acestora intervin. Părinții sunt atât de preocupați de ceea ce fac

copiii lor încât îi împiedică să petreacă timpul singuri împreună. Toate aceste episoade sunt structurate Schimbarea unuia dintre ele poate să nu afecteze structura de bază, dar alterarea structurii de bază va avea efecte mici asupra tuturor tranzacțiilor familiei.

Fiecare membru al familiei joacă mai multe roluri în mai multe subgrupuri. Mary poate fi o soție, o mamă, o fiică și o nepoată, în fiecare din aceste roluri ei i se va cere să se comporte diferit și să joace o varietate de opțiuni interpersonale. Dacă ea este matură și flexibilă, ea va fi capabilă să-și diversifice comportamentul pentru a se potrivi diferitelor subgrupuri. Diana poate fi în regulă pentru o mamă, dar poate provoca probleme din partea unei soții sau a unei fiice.

Indivizii, subsistemele și familiile întregi sunt demarcate de granițe interpersonale, bariere invizibile care reglementează contactul cu ceilalți. O regulă care interzice convorbirile telefonice la cină stabilește o graniță care protejează familia de intruziunile din afară. Când copiilor mici li se permite să întrerupă liber conversația părinților lor la masă, granița care separă părinții de copii este erodată. Subsistemele care nu sunt protejate corespunzător de granițe limitează dezvoltarea deprinderilor interpersonale realizabile în aceste subsisteme. Dacă părinții vin întotdeauna să stabilească argumente între copiii lor, copiii nu vor învăța să lupte pentru propria lor bătălie.

Granițele interpersonale variază de la rigide la difuze [6, p.203-204].

- Granițele rigide sunt cele care permit o interacțiune și o comunicare minimală între subsisteme. Indivizii pot fi izolați sau forțați să acționeze autonom. Ele permit membrilor maximum de independență și o interacțiune minimă cu ceilalți membrii. Subsistemele (adică indivizii sau diadele) pot deveni astfel separate de restul familiei.

- Granițe clare - se află la mijlocul continuumului dintre rigid și difuz; sunt cele care promovează comunicarea deschisă și intimitatea subsistemelor, astfel încât acestea pot opera liber pentru îndeplinirea funcțiilor lor în cadrul familiei.

- Granițe difuze - sunt caracterizate prin definirea vagă a funcțiilor și a membrilor care fac parte din subsisteme. Ele permit o intimitate minimă și o interacțiune maximă. Nu este clar cine are responsabilitatea și autoritatea, iar membrii familiei pot fi mult influențați unul de celălalt. În alți termeni, relațiile dintre membri sunt suprapuse [8].

Minuchin a descris unele din trăsăturile caracteristice ale *subsistemelor familiei*. 1. Subsistemul adulților - uneori acesta este denumit și subsistemul marital sau al soților, deoarece include, de regulă, diada soților. Rolul preponderent este cel de a modela intimitatea și angajamentul. Principalele abilități necesare pentru a-și îndeplini acest rol sunt complementaritatea și acomodarea reciprocă. Complementaritatea permite fiecărui soț să participe la viața familială, să “ofere” tară a considera că prin aceasta “pierde” ceva. Adică ambii soți simt că pot fi independenți, dar în același timp și că sunt împreună.

Dificultățile de relaționare pot apărea de exemplu, atunci când unul dintre soți insistă în urmărirea propriilor scopuri, lăsând în urmă scopurile diadei ca întreg.

Acest subsistem poate deveni un refugiu față de stresul extern, și o matrice pentru contactul cu alte sisteme sociale. El poate stimula învățarea, creativitatea și creșterea, ceea ce poate duce la acomodarea reciprocă, adică la susținerea aspectelor pozitive ale partenerului și la actualizarea aspectelor creative ale acestuia, aspecte ce erau inactive până atunci.

Subsistemul marital are nevoie și de protecție față de cerințele și nevoile altor sisteme, mai ales în situația cuplurilor cu copii, pentru a-și oferi unul altuia suport emoțional.

2. Subsistemul parental apare atunci când se naște primul copil și de regulă cuprinde părinții, dar poate include și membrii ai familiei extinse (exemplu - bunica). Responsabilitatea lor este mai ales de a crește copiii, de a-i ghida, de a stabili limitele și de a-i disciplina. Acum apar de multe ori dificultăți, deoarece adulții devin în același timp partener pentru celălalt membru al diadei maritale, dar și părinte pentru copil și nu întotdeauna aceste două tipuri de funcții sunt eficiente împătrunse. Asta poate duce la destabilizarea cuplului marital, prin atragerea unui copil în interiorul acestui subsistem sau la izolarea copilului de către cuplul marital (mai rar). Orice influență exterioară asupra copilului sau modificare în evoluția acestuia va avea efecte și asupra acestui subsistem, chiar și asupra celui marital.

3. Subsistemul frațiilor include copiii din familie și le oferă acestora primul grup social în care sunt cu toții egali. În acest subsistem copiii învață negocierea, cooperarea, competiția, submisivitatea, suportul reciproc, atașamentul față de prieteni. Ei preiau diferite roluri și poziții în familie, iar de multe ori acestea devin semnificative pentru evoluția lor ulterioară în viață. În familiile cu mulți copii există o diferențiere a rolurilor și mai accentuată, cel mic încă acționând în aria securității, îngrijirii și a ghidării, timp în care cel mare deja experimentează contactele și contractele cu mediul extrafamilial [8].

2.4 Teoria dezvoltării.

Această abordare se focalizează pe înțelegerea dezvoltării și creșterii membrilor familiei. Oamenii se schimbă fizic, emoțional și cognitiv, de-a lungul stadiilor ciclului vieții. În cercetarea familiei, ea se concentrează asupra schimbărilor apărute în relațiile familiale în decursul timpului. Asemenea individului, care se dezvoltă datorită acumulării experiențelor, de la naștere și până la moarte, căsătoria și familia cunosc diferite secvențe de dezvoltare, de la apariția, la dezvoltare și până la

disoluția acestora. Teoreticienii dezvoltării gândesc ciclurile vieții individuale și familiale în termeni de stadii specifice. Stadiile urmează o ordine secvențială, asemănătoare pentru oricine, dar în cadrul fiecărui stadiu reacțiile psihologice ale oamenilor variază foarte mult. Familia trebuie să se restructureze și reorganizeze în funcție de:

- apariția sau dispariția unora dintre membrii ei (nașterea copiilor a nepoților, decesul, căsătoria copiilor, revenirea după un divorț a copilului în cuibul familiei de origine);

- creșterea și dezvoltarea membrilor (copilul mic, adolescentul, conștientizarea rolului parental de către părinte, înaintarea în vârstă etc.);

- apariția unor evenimente așteptate sau neașteptate (intrarea copilului la grădiniță sau școală, divorțul, pensionarea părinților, obținerea unui loc de muncă pentru părinte, o boală etc.).

Deci, o schimbare într-o generație determină schimbări și în celelalte generații. Transformările care au loc într-un subsistem familial influențează și celelalte subsisteme. Important este să reții că schimbările prin care trece o familie nu se fac în mod lin, ci, dimpotrivă, în salturi, uneori presupunând chiar zguduirii, care pot fi plăcute sau dureroase, dar aproape întotdeauna stresante.

Schema ciclurilor vieții familiale (elaborată de R. Hill 1970) precizează intervalele de timp în care se produc schimbări în dezvoltarea familiei, oferind - din punct de vedere metodologic - posibilitatea focalizării cercetărilor pe problematica familiei într-unul sau altui din stadiile ei de dezvoltare. Aceste stadii sunt următoarele:

1. stadiul familiei fără copii;
2. stadiul familiei cu copii preșcolari;
3. stadiul familiei cu copii școlari;
4. stadiul familiei părăsită de copiii deveniți adulți;

5. stadiul „familiei” omului singur (văduvia).

Plecând de la aceste stadii, am putea examina dezvoltarea sarcinilor care trebuie asigurate în fiecare ciclu de viață. O exemplificare a problemelor cu care se confruntă familia în cele cinci stadii ar putea fi următoarea:

1. În *primul stadiu* familia este dominată de expansiunea dorinței de întreținere a confortului afectiv. Prima prioritate este acomodarea reciprocă. În acomodarea unul cu celălalt, un cuplu trebuie, de asemenea, să negocieze natura graniței dintre ei, precum și granița care-i separă de exterior. O graniță difuză există între persoanele din cuplu dacă ei își telefonează unul altuia la serviciu în mod frecvent, dacă nici unul nu are proprii lui prieteni sau activități independente și dacă ei se văd pe ei înșiși numai ca o pereche mai degrabă decât ca pe două personalități separate. Pe de altă parte, ei au stabilit o graniță rigidă dacă ei petrec puțin timp împreună, au dormitoare separate, pleacă în vacanță separat, au conturi diferite și fiecare este mai preocupat în mod considerabil mai mult de carieră sau de relațiile exterioare, decât de căsnicie.

Fiecare partener tinde să fie mai confortabil cu felul proximității care exista în propria familie. Din momentul în care aceste așteptări diferă, o ceartă arată care poate fi cel mai dificil aspect al noii căsătorii. El vrea să joace golf cu băieții; el vrea să se uite la fotbal. Atenția lui este concentrată asupra carierei lui, focusul ei este relația. Fiecare crede că celălalt este irațional. Cuplurile trebuie, de asemenea, să definească o graniță care-i separă de familiile lor de origine. Destul de brusc, familiile în care fiecare a crescut trebuie să ocupe locul al doilea în noua căsătorie. Aceasta este, de asemenea, o adaptare dificilă, atât pentru noii căsătoriți, cât și pentru părinții lor. Familiile se deosebesc prin ușurința cu care ei acceptă să sprijine aceste noi uniuni.

Rolurile în familie se diferențiază și se consolidează instituindu-se grade de dependență, de autonomie a fiecăruia dintre cei doi parteneri.

2. În *al doilea stadiu* se (re)stabilesc regulile de bază ale familiei, sensul circulației afecțiunii, zonele de toleranță și intoleranță în creșterea copiilor - care sunt încă mici.

Copiii transformă structura noii familii într-un subsistem parental și un subsistem al copilului. Este tipic pentru soți să aibă patern-uri de angajare diferite pentru copii. Mulți bărbați nu acceptă rolul de tată până când copiii lor nu sunt suficient de mari pentru a răspunde pentru ei. Astfel, chiar în familiile normale, copiii iau cu ei un mare potențial de stres și conflict. Viața unei mame este de obicei mult mai radical transformată decât a tatălui. Ea sacrifică mai multe și are nevoie în mod tipic de mai mult sprijin din partea soțului ei. Soțul, totuși, își continuă profesia, iar nou-născutul este departe de a fi o catastrofa. Deși el poate încerca să-și sprijine soția, el simte probabil ceva din cerințele ei ca fiind exagerate.

3. În *al treilea stadiu*, rolul parental devine mai încărcat, dată fiind intrarea copiilor în școală. Rolurile profesionale fiind absorbante și cele parentale mai complicate se crează (și) o erodare a vieții sexuale. Este perioada în care pot interveni crize în căsnicie ce se soldează, uneori, cu divorț.

4. În *al patrulea stadiu* rolul parental devine mai complex și situativ nou, prin plecarea copiilor din casa părintească. Aceasta etapa începe atunci când primul copil părăsește casa părintească și se termina cu "cuibul gol". Plecarea copilului cel mare de acasă are consecințe pozitive și negative. Dacă familia s-a dezvoltat semnificativ în cadrul ciclului, copiii vor fi pregătiți să plece și să facă față provocărilor vieții. Nefiind responsabili de îndatoririle părintești se poate revigora propriu a relație sau atingerea țințelor profesionale.

Stabilirea unor relații mature cu copiii este cheia acestei etape. Părinții pot fi puși la încercare prin acceptarea unor noi membrii în familie datorita căsătoriei sau altor relații ale copiilor. Dacă nu s-a trecut peste etape cu mijloace și atitudini potrivite, copii pot avea neșansa să nu-și fi însușit deprinderile necesare pentru a trai bine pe cont propriu.

5. În *ultimul stadiu* apar probleme noi, legate de pierderea soțului sau a soției. În schimb, apariția nepoților reface cercul vieții, al relațiilor, al dorințelor - la un nivel nou - restabilind încă o dată proiecția în viitor a omului.

Din această exemplificare se poate observa că diferite sarcini sunt asemănătoare în diferite stadii. Acest lucru face ca neîndeplinirea sarcinilor într-un stadiu să afecteze negativ comportamentul în stadiul ulterior.

În același timp, cuplul adult trebuie să continue să se dezvolte individual și împreună, pentru a putea face față noilor situații care apar în stadiile ulterioare. De exemplu, cuplul mic a avut o bună relaționare în luna de miere poate găsi stresant și constrângător stadiul de tineri-părinți, dacă nu există o bună adaptare la noua situație.

Concluzionând, teoria dezvoltării - spre deosebire de alte teorii - „include o analiză sistematică a schimbărilor la care membrii familiei se pot aștepta pe parcursul existenței lor [4].

Activități de învățare:

1. Argumentați valoarea teoriei schimbului utilizând metoda PRES (P - punct de vedere, R - raționament, E - exemple, S - sumar).
2. Reprezentați explozia stelară - formularea unor întrebări și răspunsuri ce vizează teoria sistemică de familie în baza punctelor de reper: Ce?, Cine?, Când?, Cum?, De ce?
3. În baza teoriei structurale, realizați un interviu pentru a identifica elementele structurale ale familiei unui coleg

de grupă;

4. Comentați afirmația „Valoarea clinică reală a conceptului ciclului de viață nu constă atât de mult în a învăța ce este normal sau așteptat în anumite etape, ci în a recunoaște că familiile, adesea, dezvoltă probleme la tranzițiile în ciclul vieții datorită inabilității sau temerii de a face tranziția”.

Referințele bibliografice:

1. Acriș Corina. Cuplul în impas: repere teoretice și aplicative. București: Editura SPER, 2013. ISBN 978-606-8429-19-9 pp.101
2. Băran-Pescaru A. Familia azi. O perspectivă sociopedagogică. București: Ed.Aramis, 2004 ISBN 973-679-042-8 pp. 46-47
3. Craciun D. Psihologie socială. Cap. 8 Cursuri în format digital. <http://www.biblioteca-digitala.ase.ro/...>(Accesat: Septembrie 2021)
4. Mitrofan I., Ciuperca C. Incursiune in psihosociologia si psihosexologia familiei. București: Ed. Edit Press, 1998. ISBN: 973- 9415-00-8 pp. 159, 144-145
5. Mitrofan I., Vasile D. Terapii de familie. București: Editura Sper, 2012 ISBN 978-6068429083 p. 170-171
6. Nicolas M.P, Schwartz R.C., Minuchin S. Terapia de familie. Concepte si metode. Ed. a YI. Editia in limba romana 2005. ISBN 973- 0-03932-1
7. Trandafir M.S. Terapie de familie . Vol II București: Editura Universitară Carol Davila, 2010. ISBN: 978-973-708-473-6 p.11.
8. Vasile D. L. Introducere în psihologia familiei și psihosexologie. București: Ed. Fundației România de Mâine, 2007 ISBN 978-973-725-873-1 pp. 14-16.
9. HepHHKOB A. (COCT.). CHCTCMHaa ccMCHHaa Tcpanna. HHTepaTHBHHas MogenB gnarHOCTHKH. MockBa: HesaBHCHMaa

III. DE LA CUPLUL EROTIC LA CUPLUL CONJUGAL

Subiecte de conținut:

- 3.1 Dragostea - un proces de intercunoașterea partenerilor;
- 3.2 Alegerea partenerului pe baza unor „filtre”;
- 3.3 Alegerea partenerului din perspectiva teoriei atașamentu- lui;
- 3.4 De la iubire romantică la iubirea asumată/responsabilă.

3.1 Dragostea - un proces de intercunoașterea partenerilor

Se acceptă în mod unanim că dragostea este greu de definit; putem să nu știm ce este ea, dar știm când suntem stăpâniți de ea, când o experimentăm.

Starea de îndrăgostire se caracterizează printr-o intensitate mare a trăirilor emoționale și printr-o atracție sexuală puternică. Sub influența emoțiilor, a sentimentelor, are loc o idealizare a persoanei iubite, astfel că slăbiciuni și defecte ale acesteia devin obiect al dragostei sau admirației prin simplul fapt că îi aparțin. Relațiile dintre îndrăgostiți nu mai sunt reglate, ca în existența obișnuită, prin obiceiuri, calcule, grațitudine, stimă, adică prin sentimente rezonabile. Ființa iubită este văzută ca având numai calități pozitive și ca făcând numai lucruri bune.

Fiziologic, dragostea romantică este o reacție chimică. Ea este o experiență fizică intensă, care are componente măsurabile. Cercetările arată că atunci când oamenii se îndrăgostesc, creierul secretă o serie de substanțe chimice și hormoni naturali care conduc la un sentiment de bunăstare. Astfel, în timpul fazei de atracție dintr-o relație, creierul secretă dopamina, care generează o cantitate mare de energie. De asemenea, creierul își mărește producția de endorfine, niște narcotice naturale ce măresc

sentimentul de securitate și confort.

(spre vizionare

https://www.youtube.com/watch?v=7xWaODSbo6M&t=178s&ab_channel=VlogulNeurochirurgical)

Hendrix (2008) consideră că oamenii nu se îndrăgostesc întâmplător și că inconștientul joacă un rol esențial în alegerea partenerului. Pentru o vreme, îndrăgostiții se agață de iluzia dragostei romantice. Însă acest lucru presupune multe roluri jucate la nivel inconștient. Îndrăgostiții încerca să pară mai sănătoși emoțional decât sunt în realitate. Dacă îndrăgostitul nu pare să aibă propriile nevoi, partenerul este liber să presupună despre el că scopul său în viață este să îngrijească, nu să fie îngrijit, ceea ce îl face într-adevăr foarte dorit.

Hendrix consideră că ne alegem partenerii din două motive importante și anume;

- Pe de o parte, pentru că au trăsăturile pozitive și negative ale părinților sau ale celor care ne-au purtat de grijă atunci când eram copii.

- Pe de altă parte, pentru că partenerii pe care îi alegem compensează trăsăturile pozitive ale ființei noastre care au fost eliminate în procesul socializării din perioada copilăriei.

În mod obișnuit, partenerii intră în relație cu dorința inconștientă că celălalt să le satisfacă toate lipsurile din copilărie, adică să devină un fel de părinte-surogat. Această speranță inconștientă generează emoțiile puternice pe care îndrăgostitul le trăiește la început și susține efortul de a-l cuceri pe partener (partenerul este salvatorul și de aceea merită să lupte pentru el ca să-l cucerească, făcând sacrificii, renunțând la unele lucruri etc.). Pe măsură ce procesul de cucerire s-a încheiat și partenerii își asumă un angajament unul față de celălalt, își dau seama că strategia lor (partenerul o să le împlinească toate dorințele și nevoile conștiente și inconștiente) nu funcționează. Acest lucru produce dezamăgire și furie, pentru că fiecare partener crede că

celălalt îi ignoră nevoile în mod intenționat. Este momentul în care partenerii încep să-și vadă trăsăturile negative și în care își proiectează asupra partenerului propriile trăsături negative. Este momentul în care începe lupta pentru putere și în care fiecare partener hotărăște că cea mai bună modalitate de a-l forța pe celălalt să-i satisfacă nevoile este să-și arate nemulțumirea, să devină dezagreabil și irascibil, să țipe, să pedepsească etc., așa cum făceau și în copilărie.

Astfel, partenerii încep să se rănească unul pe celălalt, să-și refuze reciproc plăcerea și intimitatea cu scopul de a-l determina pe celălalt să se schimbe și să răspundă cu căldură și dragoste.

Experiența îndrăgostirii comportă câteva caracteristici:

- Experiența îndrăgostirii reia experiența unirii cu figura maternă pe care copilul o trăiește după naștere. La începutul vieții, copilul trăiește într-o simbioză completă cu mediul înconjurător, în același fel în care trăia în pântecul mamei. Nu există diferență între copil și lumea lui, nu există identitate. Treptat, ca urmare a experiențelor sale de relație, în special cu mama sau figura maternă de substituție, copilul își conturează și cristalizează eul. Irealitatea trăirilor și așteptărilor pe care îndrăgostitul le are alături de ființa iubită este comparabilă cu irealitatea sentimentelor unui copil de un an care se crede stăpânul absolut al lumii. Dar, așa cum fantezmele copilului se diminuează în contactul cu realitatea, tot așa și așteptările irealiste ale unui îndrăgostit sunt infirmate într-o relație de zi cu zi.

- Are caracter dominant erotic. Experiența îndrăgostirii este energizată de un vector sexual foarte puternic.

- Nu este un act de voință, nimeni un poate să hotărască dacă se îndrăgostește sau nu.

- Cel care este îndrăgostit nu este cu adevărat interesat de progresul personal al celuilalt. Unica lui dorință este ca lucrurile să rămână așa.

- Durează maximum 2 ani, deoarece granițele eului sunt instaurate și cei doi realizează că au identități proprii, adică au preferințe, așteptări, gesturi, dorințe și chiar prejudecăți personale.

Într-adevăr, dragostea romantică este instabilă și de obicei se încheie înainte de căsătorie sau la sfârșitul primului an. Chimia sexuală este la fel de explozivă și cu o viață la fel de scurtă. De obicei, ieșirea din starea de criză este unilaterală, și nu reciprocă. Unul din parteneri începe să se detașeze, să nu se mai implice emoțional la fel ca până atunci. Când celălalt conștientizează neimplicarea, intervine stadiul tensiunii psihologice a cuplului ieșit din vrajă.

Atunci, partenerii au de ales între două variante:

- Se despart sub impactul șocului produs de constatarea dispariției fericirii (speranțele se transformă în dezamăgire și reproșuri).

- Rămân împreună, punând alte valori la baza relației lor. Acceptă o dragoste matură, bazată mai mult pe înțelegere, echilibru, comunicare și mai puțin pe pasiune, visare [1].

3.2 Alegerea partenerului pe baza unor „filtre”

Alegerea partenerului este un moment esențial, cu implicații profunde la constituirea unui cuplu erotic, fie în contextul unei căsătorii, fie în contextul de conviețuire în cuplu.

Alegerea partenerului devine un proces de „filtrare”, iar decizia maritală este rezultatul unei selecții pe cinci paliere: *proximității, similaritate-complementaritate, atractivității fizice, compatibilității, filtrul alegerii* [3,6]. În continuare vom descrie detaliate aceste filtre/criterii ale alegerii partenerilor.

Proximitatea. Apropierea fizică asigură oportunitatea interacțiunilor care, mai departe, conduc la familiarizarea cu celoralți; familiaritatea poate da naștere atracției și, ulterior, o poate spori [5, p102]. Accidentele „geografice” stabilesc cine ne

sunt prietenii sau persoanele iubite. Gândiți-vă, de pilda, la cei mai dragi prieteni din copilărie: în marea majoritate a cazurilor, aceștia erau probabil băieți și fete care locuiau foarte aproape de voi. Acest fenomen se produce și în căminele studentești; suntem înclinați să fim mai apropiați sufletește de cei care se află în imediata noastră vecinătate. La fel stau lucrurile și în relațiile maritale. Analizând 5000 de certificate de căsătorie, un studiu din 1932 a constatat ca 33% dintre cuplurile americane investigate erau formate din persoane care, înainte de căsătorie, locuiau la distanța de cel mult cinci străzi una de cealaltă, procentul scăzând o dată cu creșterea distanței geografice. O explicație a acestui fapt ar putea fi aceea ca oamenii pot obține beneficii (companie, aprobare socială, ajutor etc.) din partea celor aflați în apropiere cu costuri relativ mai scăzute decât în cazul altora a căror prezență s-ar putea dobândi cu eforturi sporite din cauza depărtării. În plus, avem mai multe informații despre cei aflați în imediata vecinătate.

Efectul simplei expuneri se produce și în cazul atracției interpersonale: cu cât o persoană este întâlnită mai frecvent de către cineva, cu atât acea persoană este mai atrăgătoare. În 1992, Richard Moreland și Scott Beach au ales drept complice patru studenți cu înfățișare comună. Una dintre ele a avut de îndeplinit o sarcină foarte simplă: i s-a făcut doar o fotografie. Celelalte trei au asistat la mai multe cursuri ale unei serii de studenți - participanți fără să știe la experiment: una a fost prezentă la cursuri de cinci ori, a doua de zece ori, iar a treia de cincisprezece ori. La sfârșitul semestrului, studenților din anul respectiv li s-au prezentat fotografiile celor patru studenți și li s-a cerut să le clasifice după atractivitate fizică, notând și cât de mult timp le-ar plăcea să petreacă împreună ori să colaboreze la realizarea unui proiect cu fiecare din ele. Rezultatele s-au distribuit ca mărgelile pe ață: cu cât participase la mai multe cursuri, cu atât una din cele patru complice a fost considerată mai atrăgătoare.

Familiaritatea poate sa influențeze până și autoevaluările noastre. Imaginați-vă ca aveți o fotografie care vă reprezintă în doua ipostaze: așa cum apăreți în fata obiectivului și imaginea simetrică în oglinda. Pe care dintre cele doua ipostaze o preferați? Theodore Mita a făcut acest experiment cu un grup de studente și a constatat că majoritatea au preferat imaginea în oglindă, în vreme ce colegile lor au preferat fotografiile normale. În ambele cazuri, a fost preferată imaginea cea mai familiară [2].

Motivele pentru care proximitatea tinde să producă simpatia reciprocă sunt cel puțin trei la număr: 1. atunci când două persoane se întâlnesc, schimburile lor tind să apară ca plăcute, ceea ce întărește dorința lor de a se revedea; 2. când există aspecte comune (cum ar fi faptul că doi indivizi sunt vecini), apare o tendință puternică de a crede în simpatia reciprocă; 3. Expectanța (așteptarea) de a te întâlni și vorbi cu o persoană crește posibilitatea de a o simpatiza [5].

Similaritate-complementaritate

Înțelepciunea populara ne spune deopotrivă că „cine se aseamănă se-adună” - dar și că „opușii se atrag”. Care dintre maxime este conformă realității? Imaginați-vă ca ați intrat online într-un chat room și ați început o conversație cu o persoana necunoscută despre religie, sport, muzica, politica, restaurante, concedii, hobby-ri etc. și că, după un timp, constatați ca aveți multe în comun cu interlocutorul vostru nevăzut. Imaginați-vă apoi că, dimpotrivă, nu găsiți în timpul conversației aproape nici un element comun. Cu care dintre cei doi necunoscuți ați vrea să vă întâlniți - cu acela care vi se aseamănă sau cu acela de care va deosebiți?

De-a lungul deceniilor, cercetările au arătat că oamenii au tendința să se asocieze cu cei care le sunt asemănători. Principalele asemănări cu efecte constatate experimental asupra atracției interpersonale sunt următoarele [2]:

Similarități demografice - precum vârsta, educația, rasa, religia, înălțimea, nivelul de inteligență și statutul socioeconomic.

Similaritatea atitudinală. Aceasta indică faptul că atracția amoroasă ar fi determinată de faptul că cei doi parteneri se ghidează după aceleași valori (cred în aceleași lucruri, au același scop în viață, proiecte profesionale similare, aceleași gusturi, aspirații și interese), au aceleași trăsături de personalitate (de pildă, sunt la fel de inteligenți, au la fel de mult umor), se satisfac reciproc, se recompensează mutual dorindu-și continuarea relației[5].

Concluzionând, conform teoriei similarității, o anumită persoană își alege partenerul dintre aceia care are un „echipament” psihologic și psihosocial asemănător cu al său, deoarece simte nevoia de a-și verifica și susține prin alții o serie de elemente psihologice proprii: idei, convingeri, atitudini etc.[2].

Cum rămâne cu ideea populară ca „opușii se atrag”? în contrast cu teoria similarității. R. Winch a formulat (în 1958) o teorie a **complementarității nevoilor**, pornind de la ipoteza ca noi căutăm acele persoane care ne pot satisface nevoile în cel mai înalt grad. În anumite cazuri, aceasta presupune coexistența unor personalități complementare și chiar opuse - de exemplu, o femeie autoritară și dominatoare are nevoie de un soț ascultător și supus.

În cadrul acestei teorii, persoana care prezintă caracteristici complementare, care **compensează fericit lipsurile partenerului**, răspunde nevoilor sale sau rolului așteptat, exercită o influență importantă în transformarea unei relații de scurtă durată într-una durabilă, mai profundă.

Cercetări ulterioare nu au oferit însă un suport concludent acestei ipoteze, ba chiar au adus dovezi că, de cele mai multe ori, cuplurile reușite, echilibrate și durabile sunt formate din personalități asemănătoare [2,5].

Atractivitatea fizică. Chiar dacă oamenii cred că își aleg prietenii ținând seama de sufletul și nu de corpul lor fizic, numeroase cercetări sugerează contrariul. Aspectul fizic este un element care influențează formarea primei impresii și atracția interpersonală. E. W. Hatfield și S. Sprecher (1986) au sugerat că: atât bărbații, cât și femeile își aleg partenerii, în mare măsură, în funcție de atractivitatea lor fizică. După întâlnirea inițială, personalitatea începe să joace, treptat, un rol tot mai important în constituirea cuplului, dar „atractivitatea fizică continuă să aibă un efect nediminuat și constant asupra atracției romantice, cel puțin în decursul primelor întâlniri”.

Indiferent dacă este corect sau nu din punct de vedere etic, persoanele atractive fizic - de ambele sexe - par să aibă o serie de avantaje în diverse domenii ale vieții. Explicația constă în faptul că oamenii tind să asocieze frumusețea fizică cu trăsături caracteriale și comportamente pozitive, conform zicalei: „Ceea ce este frumos este bun”. În povești, Alba-ca-Zăpada și Cenușăreasa sunt frumoase și bune, pe când vrăjitoarea și surorile vitrege sunt deopotrivă slute și rele. Studiile arată că persoanele atrăgătoare sunt apreciate ca fiind totodată și inteligente, fericite, adaptabile, bine-crescute, având încredere în propriile forțe și succes în viață - dar, ce-i drept, destul de înfumurate și arogante, pe de alta parte.

Oamenii preferă persoanele atractive fizic, dar se așteaptă, în același timp, ca acestea să fie mai selective. De aceea, preferința lor pentru indivizii atractivi este moderată de teama de a fi respinși. În consecință, oamenii tind să-și aleagă ca partener persoanele ce prezintă un grad similar de atractivitate fizică. Diferențele în atractivitatea fizică sunt considerate a fi un factor important al destrămării relațiilor amoroase [2,5].

Compatibilitatea. Criteriul compatibilității a fost definit de O. Blood (1962) ca fiind acordul caracteristicilor individuale dintr-o diadă, în care beneficiile sunt mutuale. Compatibilitatea rezultă,

pe de o parte, din similaritatea caracterială, a nevoilor sexuale, a valorilor etc., iar pe de altă parte, din dozajul similarității și complementarității în ceea ce privește celelalte nevoi, rolurile sexuale, trăsăturile temperamentale ș.a.m.d. Reușita conjugală este, astfel, direct proporțională cu gradul de compatibilitate. Factorul compatibilității este susținut și în cadrul teoriei schimbului. Potrivit reprezentanților acestei teorii, fiecare persoană posedă un ansamblu de calități de oferit unui partener potențial, oamenii căutând cele mai bune „afaceri” sau schimburi posibile. O relație reușită este atunci când compatibilitatea în cuplu este îndeplinită, adică când cei doi parteneri sunt compatibili din toate punctele de vedere sau din majoritatea punctelor de vedere.... caci ca în orice, la un moment dat se accepta și mici compromisuri [5].

Filtrul alegerii. Atunci când cineva întâlnește o persoană atractivă aplică succesiv 3 filtre tot mai fine pe decursul următoarelor stadii: 1. *Stadiul „stimulului”*, 2. *al „valorii” și 3. al „rolului”* - teorie numită stimul-valoare-rol (SVR). Teoria SVR arată că atractivitatea fizică este factorul principal care influențează alegerea partenerului. Cercetările au arătat că persoanele asemănătoare ca atractivitate fizică tind să se întâlnească într-o proporție mai mare între ele. Atractivitatea fizică este primul filtru, cel numit și stimul. Al doilea stadiu este numit valoare, începe atunci când partenerii își explorează unul altuia valorile și interesele. Sunt discutate în acest stadiu credințele religioase, dorințele sexuale, părerile politice, planurile cu privire la familie etc; se apreciază compatibilitatea diadei. Dacă valorile sunt similare, relația evoluează spre al treilea stadiu în care cuplurile apreciază corespondența rolurilor, capacitatea partenerului de a-și juca rolul și compatibilitatea eroticosexuală. Dacă și acest stadiu este cu bine trecut, partenerii pot hotărî să-și permanentizeze relația. Fiecare stadiu conține trei alternative:

cuplurile pot rămâne în stadiul în care sunt, pot evolua la stadiul următor sau spre despărțire [5,6].

3.3 Alegerea partenerului din perspectiva teoriei atașamentului

Atașamentul reprezintă relația emoțională specială în care se realizează un schimb afectiv ce implică confort, grijă și plăcere.

Reprezentanții teoriei atașamentului, John Bowlby și Mary Ainsworth au studiat problematica relației de confort și grijă, relație pe care au încadrat-o în denumirea *de atașament*, care reprezintă ansamblul de legături care s-au stabilit între nou născut și mama sa [3].

Există un consens potrivit căruia legăturile de atașament din copilărie ale unei persoane sunt strâns legate de pattern-urile de relaționare interpersonale pe care acesta le dezvoltă de-a lungul vieții. Experiențele din copilăria timpurie (multe din ele inconștiente) au un impact puternic asupra relațiilor de dragoste ale adultului. Experiențele pe care copilul le are cu mama sau persoana primară de referință sunt internalizate în modele mentale despre sine și alții. Aceste modele de lucru sunt generalizate în alte relații [1].

Potrivit lui Bowlby, atașamentul este o relație evolutivă ce se prezintă sub 4 forme distincte: 1. atașamentul sigur/securizant; 2. atașamentul anxios; 3. atașamentul evitant; 4. atașamentul dezorganizat. Aceste forme de atașament se manifestă și se păstrează de-a lungul vieții și reprezintă, conform autorilor, modele de relaționare interumană și partenerială [3].

Stilul de atașament sigur/securizant apare atunci când părintele este sensibil la nevoile copilului și iubitor. De-a lungul timpului, studiile au arătat ca un atașament sigur între părinte- copil reprezintă fundația unui parenting eficient. Copiii cu atașamente sigure sunt adesea mai fericiți, mai sociabili, mai competenți, au mai multa încredere în cei din jur și dezvoltă relații

mai puternice cu părinții, frații și surorile și prietenii decât copiii cu atașamente nesigure. În același timp, copiii cu atașamente sigure sunt mai sănătoși, se descurca mai bine în școală și reușesc să își dezvolte relații satisfăcătoare cu cei din jur.

Adulții cu atașament securizant:

- Se simt confortabil să depindă de alții și alții de ei;
- Este simplu pentru ei să devină apropiați emoțional de oameni;
- Se simt valoroși și simt că merită dragostea și respectul;
- Pot să aibă încredere în oameni;
- Cred că oamenii au intenții bune și pot conta pe ei;
- Dezvoltă relații intime ușor și nu se tem de singurătate sau de faptul că cineva ar putea fi prea apropiat de ei;
- Nu sunt preocupați excesiv de abandon sau dependență.

Stilul de atașament anxios apare atunci când părintele nu obține un echilibru în relația cu copilul: uneori este atent și răspunde rapid la nevoile lui, alteori este indisponibil emoțional (sau fizic) și insensibil la nevoile copilului. Astfel, copilul nu va fi niciodată sigur la ce să se aștepte din partea părintelui, devenind îngrijorat în legătură cu șansele ca nevoile sale să fie îndeplinite.

Din acest motiv, stilul de atașament anxios în copilărie se manifesta prin:

- comportamente contradictorii față de părinte: copilul caută atenția părintelui, dar în același timp îl poate respinge pe acesta;
- crize de plâns sau furie atunci când copilul simte că nu primește suficientă atenție din partea părintelui;
- nevoia emoțională care nu pare niciodată satisfăcută în relația cu părintele: copilul este agitat, confuz și neliniștit chiar și atunci când se afla în brațele părintelui, care îi oferă atenție.
- lipsa de încredere și suspiciune față de părinte și intențiile sale, concomitente cu nevoia de a fi aproape de părinte tot timpul.

Adulții cu atașament anxios:

- Îi văd pe ceilalți ca evitanți;
- Se plâng că partenerul nu-i iubește în mod real sau că nu vrea să stea cu ei;
- Caută asemenea nivele de apropiere și angajament încât își sperie partenerii. Partenerii îi consideră sufocați și agățători;
- Sunt insecurizați și investesc prea mult în relație;
- Consideră că nu pot avea încredere în oameni, carenu-i valorizează suficient;
- Se separă și revin iarăși și tind să fie geloși;
- Se tem de posibilitatea de a fi abandonati și de faptulcă dragostea nu e reciprocă;
- Au o stimă de sine scăzută și dezvăluie prea mult despre ei.

Deseori, stilul anxios de atașament la maturitate poate duce la ruperea relațiilor sau la probleme emoționale mai grave, precum depresia și anxietatea.

Stilul de atașament evitant - apare atunci când părinții sunt distanți sau prea intruzivi, când îl resping pe copil sau nu îi înțeleg nevoile, se formează un stil de atașament nesigur: evitat, dezorganizat sau ambivalent. Aceste stiluri de atașament se caracterizează prin mecanisme de apărare împotriva stresului emoțional, frustrării și durerii cauzate de o relație nesatisfăcătoare cu părintele.

Stilul de atașament evitant este un stil nesigur de atașament, care apare atunci când părinții sunt în mare parte a timpului indisponibili pentru copil, mai ales din punct de vedere emoțional. Pot să descurajeze plânsul sau emoțiile copilului, încurajându-i o independență prematură. Copiii cu un stil de atașament evitant învață de la vârste mici să nu își exprime emoțiile, să nu ceara ajutorul părintelui și să se bazeze doar pe ei înșiși când vine vorba de propriile nevoi.

Adulții cu atașament evitant:

- Sunt izolați;
- Nu se simt confortabil în a fi apropiați de ceilalți;
- Li se pare dificil să depindă de alții și să aibă încredere în alții;
- Sunt nervoși când cineva devine prea apropiat de ei;
- Partenerul lor vrea ca ei să fie mai intimi decât ei se simt confortabil să fie;
- Au multe separări, dar suferă mai puțin la terminarea relațiilor;
- Se simt inconfortabil în relații care implică intimitatea și apropierea. Ei sunt infideli, mai axați pe sex de o noapte și preferă sexul fără dragoste.

Stilul de atașament dezorganizat (evitant-temător). Dezvoltarea acestui stil de atașament are ca factor declanșator existența unor evenimente traumatizante (violență domestică, abuzuri fizice, verbale, sexuale). Astfel, copilul observă că persoana care are grijă de el reprezintă în același timp un pericol pentru siguranța sa și a celor din jur.

Adulții cu atașament dezorganizat este caracterizat de un grad crescut de anxietate față de relația cu partenerul (este foarte preocupat de siguranța sa) și de un grad crescut de evitare a intimității (nu se simte confortabil atunci când partenerul se apropie de el/ea). Asocierea din copilărie a figurii de atașament cu sentimente de frică determină ulterior un stil relațional caracterizat prin căutarea apropierei față de partener, dar însoțită de disconfort în prezența acestuia.

Din fericire, stilul de atașament poate fi transformat, cu efort și în timp, prin experiențe noi. [1, 8]

3.4 De la iubire romantică la iubirea asumată/responsabilă

Cei mai mulți oameni au o viziune distorsionată asupra dragostei și nu știu să evalueze succesul unei relații. Mulți oameni

apreciază atunci când emoțiile tulburătoare de la începutul relației pălesc că nu mai sunt îndrăgostiți, deci nu mai iubesc și prin urmare nu mai pot fi satisfăcuți în relația cu partenerul. Alții se conduc după mitul că, dacă se iubesc cu adevărat, lucrurile curg de la sine și ei nu trebuie să facă nimic în acest sens. Credițele și miturile cu privire la dragostea romantica pot fi ușor evidențiate atunci când cuplurile apelează la consiliere sau terapie. Partenerii încep să se plângă încă de la prima ședință și să se arate dezamăgiți de faptul că relația nu mai este așa cum era la început, wcă celălalt s-a schimbat foarte mult după ce s-au mutat împreună s-au după ce și-au asumat unele angajamente, că probabil s-au înșelat unul în privința celuilalt și totul a fost o mare eroare.

Câteva din plângerile uzuale ale partenerilor care apelează la terapie referitoare la dragostea romantică sună astfel: „Nu mă mai iubește, nu se mai comporta ca la început. De fapt, nici nu cred că m-a iubit vreodată cu adevărat. Când iubești cu adevărat pe cineva nu te porți așa" sau „A fost doar un teatru, deoarece vroia să se mărite și să facă un copil. Pentru ea, statutul este important."

De fapt, romantismul este numai primul stadiu al dragostei și este imposibil să rămâi în această etapă. Există o serie de emoții și feluri de a le trăi, care, deși sunt diferite, pot oferi aceeași satisfacție. Soluția nu este de a pune capăt relației și de a o lua de la capăt cu un alt partener, ci de a învăța dragostea matură. Dragostea matură se caracterizează prin mai multă profunzime, respect și încredere, preocupare pentru nevoile celuilalt, acceptarea partenerului așa cum este și valorizarea lui, acceptarea diferențelor și abordarea lor în mod constructiv. Trecerea de la iubirea imatură la cea matură este un proces dificil care necesită voință, disciplină, răbdare, lipsa egoismului.

Hendrix consideră că lupta pentru putere care se instaurează în cuplu atunci când dragostea romantică dispare produce

suferință în relație. De aceea, el propune un alt tip de relație, căsnicia conștientă, bazată pe o dezvoltare psihologică și spirituală maximă. Caracteristicile căsniciei conștiente sunt [Hendrix 2008, apud 1]:

- Partenerii realizează că dragostea are un scop ascuns, și anume vindecarea rănilor din copilărie. Acest lucru îi va ajuta, în loc să se concentreze pe nevoile și dorințele superficiale, să recunoască problemele nerezolvate care stau la baza lor.

- Partenerii învață să creeze o imagine mai adecvată a celuilalt și să înceapă să vadă cine este cu adevărat celălalt, să îl vadă ca pe o persoană cu calități și defecte, ca pe o altă ființă umană rănită, care luptă pentru a fi vindecată, și nu ca pe un salvator.

- Partenerii își asumă responsabilitatea de a-și comunica reciproc dorințele și nevoile, adică renunță la mitul conform căruia partenerul le intuiește nevoile și dezvoltă canale clare de comunicare.

- Interacțiunile partenerilor devin plănuite, adică partenerii se antrenează pentru a se comporta într-o manieră constructivă și nu reacționează fără să gândească înainte, cum se întâmplă în căsnicia inconștientă.

- Partenerii învață să prețuiască nevoile și dorințele partenerului la fel de mult ca pe ale lor. Într-o căsnicie conștientă, partenerii nu mai adoptă o perspectivă narcisistă, așteptând ca celălalt să aibă grijă de nevoile lor, ci își canalizează energia pentru a răspunde nevoilor partenerului.

- Fiecare partener își acceptă partea întunecată a propriei personalități, recunoscând faptul că este o persoană atât cu calități pozitive, cât și negative. Acest lucru va diminua tendința de proiectare a trăsăturilor negative asupra partenerului.

■ Partenerii învață noi tehnici de a-și satisface nevoile și dorințele fundamentale. Renunțând la tacticile de autoapărare, fiecare partener învață că celălalt poate fi o resursă pentru el.

■ Fiecare partener învață să își caute în el însuși puterile și abilitățile care îi lipsesc. Unul din motivele pentru care partenerii se simt atrași unul de altul este credința că celălalt deține anumite abilități și puteri pe care el nu le are. Într-o căsnicie conștientă, partenerii învață că singura modalitate prin care pot obține din nou uniunea cu sinele este să-și dezvolte ei înșiși acele trăsături ascunse.

■ Partenerii acceptă dificultatea de a crea o căsnicie fericită. Acest lucru presupune renunțarea la credința că pentru a avea o căsnicie fericită nu trebuie făcut nimic altceva decât a alege partenerul potrivit și asumarea faptului că o relație bună presupune munca grea, angajament, disciplină, curaj, evoluție și schimbare.

Activități de învățare:

1. Investigația de grup- Cercetarea fenomenului: dragostea romantică (spre vizionare https://www.youtube.com/watch?v=7xWaODSbo6M&t=178s&ab_channel=VlogulNeurochirurgical)
2. Argumentați în patru pași - formulând scurte teze cu referire la alegerea partenerului pe baza unor „filtre”. Structura propusă: teză (afirmație), explicație (premise), dovadă (evidență-suport), concluzie.
3. Aplicați tehnica 6 De ce? Răspundeți la prima întrebare: „De ce este necesar să cunoaștem teoria atașamentului?”. Formulați întrebarea 2 în baza răspunsului 1. Repetați acțiunile până la sfârșit. *Mary Ainsworth, studentă a lui Bowlby, a realizat împreună cu propriii ei studenți observații experimentale asupra copiilor. Vizualizați experimentul prin care au fost identificate tipurile de atașament*

https://www.youtube.com/watch?v=QTsewNr-HUHU&t=29s&ab_channel=thibs44c

4. Portretul iubirii asumate - identificați și apreciați caracteristicile partenerilor responsabili de o căsnicie conștientă în baza unui desen, iar pe verso realizați pa-șii care conduc de la o iubire romantică la iubirea asumată/responsabilă.

Referințele bibliografice:

1. Acriș Corina. Cuplul în impas: repere teoretice și aplicative. Bucu- rești: Editura SPER, 2013. ISBN 978-606-8429-19-9 pp.16-20; 88-89; 93-94
2. Craciun D. Psihologie socială. Cap. 8 Cursuri în format digital. <http://www.biblioteca-digitala.ase.ro/...>(Accesat: Septembrie 2021)
3. Godeanu A.S. Manual de psihologia cuplului și a familiei. Bu- curești: Ed. Sper, 2015 ISBN 978-606-8429-51-9 p.93; 103.
4. Mitrofan I., Ciuperca C. Incursiune in psihosociologia si psihosexologia familiei. București: Ed. Edit Press, 1998. ISBN: 973-9415-00-8 pp. 234-236
5. Turluc M. N. Psihologia cuplului și a familiei, Iași: Edi- tura PERFORMANTICA, 2004. pp.102, 103; 106-108.
6. Voinea Maria. Familia contemporană. Mică enciclopedie. Bu- curești: Editura FOCUS, 2005. ISBN 973-87104-6-4 pp.97-98
7. <https://www.suntparinte.ro/teoria-atasamentului>
<https://psihoteca.ro/stilul-de-atasament-dezorganizat/>



IV. COMUNICAREA CONJUGALĂ ȘI

Subiecte de conținut:

- 4.1 Comunicarea maritală: definiții și structură;
- 4.2 Axiomele comunicării maritale;
- 4.3 Strategiile comunicării distructive;
- 4.4 Strategia comunicării constructive.
- 4.5. Abilitățile de bază pentru o relație maritală funcțională

4.1 Comunicarea maritală: definiții și structură

În înțelesul său de bază, comunicarea este un transfer de informații între două părți participante la actul comunicării: un emițător (un individ sau un grup) și un receptor (un alt individ sau grup), în urma căruia informația transmisă și captată este înțeleasă și interpretată în același mod de către cele două părți [1].

Cercetătorii domeniului familial abordează comunicarea ca pe *un proces prin care familia își formează și structurează relațiile interpersonale dintre soți, copii, părinți-copii și cele cu membrii familiei extinse* etc. S. Minuchin (1974), a definit comunicarea maritală ca fiind *procesul prin care un cuplu tânăr își negociază setul de semnificații comune, de înțelesuri împărtășite* [apud 2, p. 231].

Pentru o comunicare eficientă în cuplu se impune atât cunoașterea propriei persoane, cât și a partenerului. Procesul de comunicare presupune o adaptare permanentă la situație și o luptă cu propriile pattern-uri de comunicare care nu s-au dovedit eficiente până în acel moment. Atunci când partenerii se plasează pe o poziție de egalitate, când sistemele lor de valori, credințele, propria experiență de viață sunt foarte apropiate, comunicarea decurge cu ușurință și este eficientă. Dar atunci când partenerii au experiențe diferite, moduri diferite de a privi lucrurile, niveluri diferite de

dezvoltare personală sau provin din culturi diferite, lucrurile se complică, partenerii nu reușesc să atribuie același înțeles și semnificație procesului de comunicare.

O bună comunicare înseamnă ca partenerul să înțeleagă exact ceea ce celălalt a vrut să-i comunice și să aibă deschiderea de a recepționa un mesaj fără a lua acest lucru personal și fără a intra în defensivă. Din nefericire, există multe cazuri când intenția și impactul au conținuturi diferite. Același mesaj poate avea un impact diferit în funcție de tonalitatea vocii sau starea de spirit a celui care transmite informația, precum și în funcție de dispoziția celui care recepționează informația. De-asemenea, de multe ori partenerii tind să presupună că celălalt ar trebui să-l cunoască suficient de bine pentru a-i citi gândurile, a-i intui stările și ce vrea să spună, motiv pentru care nici nu se pune problema de a cere feedback. Această scurtătură în comunicare poate să conducă la probleme majore, deoarece este foarte greu pentru o persoană să intuiască ce simte sau ce gândește o altă persoană fără să o întrebe (Mitrofan, 1., 2008). Același mesaj poate fi recepționat diferit de diferite persoane și poate genera reacții diferite. Unii răspund în mod calm unor acuzații, pe când alții se simt ofenșiți la o simplă remarcă generală sau într-o discuție inofensivă, ceea ce poate genera în scurt timp într-un conflict. La aceeași întrebare un partener poate răspunde cu umor, altul cu violență, cu indiferență sau deloc. Accesibilitatea conținutului comunicării este dependentă de compatibilitatea codurilor emisie și recepție. Această compatibilitate este rareori perfect identică. Nu întotdeauna tot ceea ce vrea să transmită emițătorul ajunge ca atare la receptor, fapt care duce la apariția unor erori de comunicare sau la incomunicabilitate. Una dintre cele mai importante abilități de comunicare, care are un rol major în crearea intimității în cuplu, este capacitatea de a asculta. Ascultarea adecvată este o abilitate pe care puțini o dețin. A asculta în mod real presupune capacitatea de a te focaliza

pe mesajele partenerului, de a-i înțelege lumea, felul în care gândesc și simte, de a vedea relația prin ochii săi de a te detașa de propria ta perspectivă, de modul tău de a gândi și a simți, de propriile interese, nevoi și prejudecăți [apud 1].

Studiul structurii comunicării familiale necesită și analiza *rolurilor comunicaționale*. Ele necesită orientarea atenției asupra locului ocupat de individ în sistemul complicat al interacțiunilor familiale, asupra reacțiilor și funcțiilor sale, asupra „personajului” jucat de el. Cei ce studiază rolurile comunicaționale apreciază că mai devreme sau mai târziu și într-un grad sau altul, membrii tuturor familiilor se vor implica interactiv în roluri precum cele prezentate mai jos.

Stephen B. Karpman, un student al lui Eric Berne, a propus „Triunghiul dramei” modelul celor trei „jucători”: „persecutorul”, „victima”, și „salvatorul”. Acest Triunghi se mai numește și magic, deoarece odată ce intri în el, rolurile lui încep să dicteze participanților alegerile, reacțiile, sentimentele, percepțiile, succesiunea mișcărilor și așa mai departe.

Rolul victimei. Principala trăsătură a unei persoane care ia poziția de Victimă este lipsa de dorință de a-și asuma responsabilitatea pentru tot ceea ce i se întâmplă. El caută să-și transfere toate problemele pe umerii altora, caută milă și simpatie de la ceilalți. Adesea, Victima însăși provoacă agresiune din partea Persecutorului, pentru a-l putea manipula ulterior în propriile ei scopuri. Victima este convinsă că lumea este plină de suferință și viața este nedreaptă. O persoană cu astfel de convingeri este plină de temeri, îndoieli, resentimente. Este predispus la sentimente de vinovăție, rușine, gelozie, invidie.

Rolul persecutorului. Persecutorul are o natură puternică și se străduiește pentru conducere. Asuprind o personalitate mai slabă, el primește o anumită satisfacție morală. Toate încercările Victimei de a se apăra și de a-și apăra poziția nu fac decât să-l împingă

pe Persecutor la atacuri și mai puternice. Persecutorul o învață constant pe Victima, convins că o face numai pentru binele lui și este foarte enervat când Victima începe să reziste.

Rolul Salvatorului. Salvatorul, ca și Persecutorul, este o personalitate puternică și are o anumită tendință spre agresivitate, dar o suprimă constant. Își direcționează energia într-o altă direcție - devine apărătorul Victimei. Protejând Victima de atacurile Persecutorului, Salvatorul se simte necesar și persoana esențială. Acest lucru îi dă un sentiment de satisfacție. O persoană care este înclinată spre rolul Salvatorului găsește în mod constant un obiect pentru protecție. Salvatorul simte adesea milă nu numai pentru Victimă, ci și pentru Persecutor. Vede cum suferă Persecutorul din cauza faptului că meritele lui rămân nerecunoscute, de aceea îl simpatizează.

Din când în când, participanții la triunghi pot schimba rolurile, de exemplu, Victima devine Persecutorul, Salvatorul Victima și Persecutorul Salvatorul. Acest lucru se întâmplă atunci când unul dintre participanții din triunghi simte că este convenabil pentru el să-și schimbe temporar poziția pentru a-i manipula pe alți participanți și a primi anumite beneficii. Dar o astfel de rocadă nu schimbă starea de lucruri și nu se poate rezolva situația conflictuală. Chiar și după schimbarea rolurilor, Victima, Persecutorul și Salvatorul continuă să stagneze. Singura cale rezolvă situația - ieși din acest triunghi vicios.

D. Kantor și W. Lehr (1975, 1977) au propus modelul celor patru Jucători”, format din „inițiator”, „adeptul” lui, „adversarul” și „spectatorul”. Chiar și atunci când două persoane se întâlnesc pentru prima oară, există patru roluri posibile de preluat și interpretat. În cazul în care este vorba de mai multe persoane, fiecare din cele patru roluri poate fi jucat de orice număr de „jucători” participanți. Întotdeauna „adeptul” este de acord cu acțiunile „inițiatorului”, „adversarul” intră în competiție cu acțiunile

„inițiatorului”, iar „spectatorul” este martorul acțiunilor „inițiatorului”, pe care nici nu le aprobă, nici nu le dezaprobă.

V. Satir (1972) a făcut la rândul ei distincție între patru stiluri comunicaționale, atât de des utilizate, încât au devenit „semnătură interacțională personală”. Aceste „stiluri” descriu mai degrabă patru roluri comunicaționale, distincte. „Acuzatorul” identifică problema și autorul ei, iar „conciliantul” vrea să mulțumească toate părțile. „Evaluatorul” caută să explice cum simt și interacționează ceilalți, făcând abstracție de propriile sentimente, iar „confuzul” oferă multe mesaje, dar reușește să scoată conversația în afara subiectului sau manifestă rezistență față de rezolvarea problemelor [apud 2].

4.2 Axiomele comunicării maritale

Paul Watzlawick, J. Helmik Beavin, Don D. Jackson [1967] au formulat câteva principii importante ale comunicării umane, cunoscute sub numele de axiome ale comunicării, și anume [apud 2]:

> Nu putem să nu comunicăm nimic

Orice comportament este comunicare. Uneori, o privire poate spune mai mult decât o frază. Chiar și persoana care tace comunică cu cei din jur prin poziția corpului, mimică, orientarea privirii. Persoanele retrase, care refuză comunicarea cu cei din jur, transmit și ele semnale destul de clare pentru cei din jur, chiar dacă nu le comunică verbal.

> Orice comunicare se desfășoară în două planuri: unul de conținut și unul de relație

Dacă se analizează o secvență de comunicare, vom observa că aceasta are un plan al conținutului, în care se transmit mesajele și în care îi informăm pe ceilalți. În același timp, comunicarea mai are un aspect ce vizează relația, care iese mai puțin în evidență, dar care este extrem de important și care dă un indiciu despre cum vrea emițătorului să îi fie recepționat mesajul de către receptor.

Felul în care emițătorul spune un lucru constituie o componentă importantă a procesului de comunicare.

Acest aspect definește relația dintre emițător și receptor și reprezintă părerea emițătorului despre această relație, care poate fi pozitivă, neutră sau negativă. Este și motivul pentru care acest plan se numește planul relației.

Atâta vreme cât relația este pozitivă, definirea relației trece într-un plan mai îndepărtat și mesajele se transmit fără probleme către celălalt. Dacă relația este defectuoasă [unul din parteneri nu se simte în largul său], atunci va exista mereu o „ceartă” în jurul definirii relației, aspectul de conținut pierzând din importanță. Aceasta este o dimensiune a comunicării ce trebuie permanent avută în vedere în terapie, descoperită și exersată pentru a se evita neînțelegerile, disfuncționalitățile, dizarmoniile și pentru a îmbunătăți calitatea relației maritale.

> Comunicarea este un schimb neîntrerupt de mesaje care nu poate fi tratat în termeni de cauză-efect sau stimul-răspuns

Natura unei relații este condiționată de interpunctarea lanțului de comunicare din partea celor doi parteneri. Interpunctarea înseamnă interpretarea unui comportament drept cauză, și a altuia ca reacție la primul (efect). În comunicare, orice eveniment este în același timp stimul, efect și întărire.

> Comunicarea poate fi digitală sau analogică

Comunicarea digitală: cuvintele pe care le folosim pentru a desemna diferitele ființe, obiecte și fenomene înconjurătoare sunt niște simple convenții. Astfel, înșiruirea de litere din cuvântul PISICĂ nu are nimic în comun cu animalul pisică. În engleză, acest cuvânt e format din literele C+A+T și desemnează același animal.

Comunicarea analogică face o analogie, adică există o asemănare între semnul folosit și obiectul desemnat (de exemplu, desenul unei pisici).

După Watzlawick, în comunicarea analogică e cuprinsă comunicarea non-verbală, care nu întreține între semn și obiect o relație pur convențională. Prin comunicare non-verbală înțelegi ce are de spus și un om care nu vorbește aceeași limbă cu tine. Pentru aspectul de relație al comunicării, rolul fundamental îl are comunicarea analogică. Cele două tipuri de comunicare coexistă și se completează în orice mesaj. Cel mai probabil, conținutul se transmite digital, iar relația, analogic.

> Comunicarea presupune interacțiuni simetrice sau complementare

Comunicarea interumană poate să fie simetrică (îmi imagine în oglindă) sau complementară (se completează), în funcție de relația dintre cei doi parteneri, care se bazează fie pe egalitate, fie pe diferență.

> Comunicarea este ireversibilă

Orice comunicăm are un efect asupra persoanelor din jur. Chiar dacă ulterior retragem mesajul sau îl schimbăm, o parte din efectul produs, atunci când a fost prima dată enunțat, rămâne și se manifestă mai intens sau mai slab, pe loc sau după o perioadă de timp și poate fi perceput sau nu de către cei din jur.

> Comunicarea presupune procese de ajustare și de acomodare

Experiența diferită de viață pe care indivizii o au, precum și caracteristicile lingvistice personale fac ca sensul pe care îl acordă cuvintelor să nu coincidă perfect. De aceea e necesar un proces de punere de acord a celor doi interlocutori asupra sensurilor, lucru ce se poate face prin feed-back și prin verificarea reprezentărilor celuilalt.

Schultz von Thun (1998) consideră că un mesaj conține simultan mai multe informații. Astfel, distingem [apud 2]:

- Mesaje implicite și mesaje explicite

Într-un mesaj, informațiile pot fi conținute explicit sau implicit. Explicit înseamnă formulat amănunțit iar implicit înseamnă că un este spus direct, ci este sugerat.

Cineva poate spune explicit unei persoane ce părere are despre ea sau poate prin intonație și formulare să-i vorbească „de sus”, în acest fel dându-i de înțeles, nu mai puțin expresiv, care este poziția sa față de ea. La fel, un partener poate trimite un mesaj explicit („Ana, cumpără apa!”) sau implicit („Ana, apa s-a terminat!”)- În comunicarea dintre parteneri, de foarte multe ori se întâmplă ca mesajele să fie transmise într-o formă implicită pentru că în acest fel emițătorii le pot nega la nevoie („Nu am spus așa ceva!”). *

- Părți non-verbale ale mesajelor

De multe ori, pentru mesajele implicite este folosit canalul non-verbal: prin voce, intonație, pronunție, mimica asociată, gestică, se transmit parțial mesaje de sine stătătoare și parțial mesaje „clarificatoare” care dau informații asupra părților verbale ale mesajului. O propoziție ca „O să-mi plătești pentru asta!” are un înțeles care depinde hotărâtor de felul în care arată și se aud semnalele asociate.

- Mesaje congruente și incongruente

Conținerea simultană a fracțiunilor verbale și non-verbale în mesaje generează pe de o parte posibilitatea ca aceste părți să se completeze și să se sprijine reciproc, iar pe de altă parte posibilitatea ca ele să se contrazică reciproc. Un mesaj este congruent când toate semnalele indică același sens, când nu sunt contradicții.

Multe cupluri prezintă dificultăți majore în planul comunicării tocmai pentru că mesajul este transmis pe o latură și recepționat pe altă latură, că se folosesc mesaje implicite sau incongruente. De aceea, este foarte important ca partenerii să devină conștienți de toate laturile unui mesaj, de tipurile de mesaje pe care le folosesc în comunicarea dintre ei și de impactul pe care acestea le au în funcționarea relației.

4.3 Strategiile comunicării distructive

Comunicarea ar trebui să fie clară, concisă, precisă și nu confuză, vagă și iritantă. Ea poate împiedica funcționarea sistemului familial atunci când inițiatorul ei apelează la “mesajul dublu”, când urmărește să-l pună pe partenerul său într-o poziție defensivă, când face afirmații absolute, supra-generalizatoare, când practică citirea minții celuilalt ș.a.m.d. Formele comunicării distructive sunt extrem de numeroase, noi propunându-ne să prezentăm câteva dintre cele mai frecvent invocate în literatura de specialitate și mai des întâlnite în existența cuplurilor conjugale [2]:

Dublul mesaj este posibil în condițiile în care o persoană poate comunica concomitent pe mai multe canale, utilizând diverse coduri. El apare atunci când pe două canale diferite se trimit două mesaje diferite, în același timp. Exprimarea orală poate fi contrazisă de cea nonverbală și invers. O serie de teoreticieni ai comunicării consideră comunicarea nonverbală mai puternică decât cea verbală, arătând că oamenii tind să acorde o mai mare importanță mesajului nonverbal, care poate fi mai greu controlat conștient, fiind și primul decodificat. Oricum contradicțiile dintre mesaje produc disconfort, ambiguitate și nesiguranță. Dacă o soție îi spune soțului că se simte minunat cu el, dar, mimic, gestic, pantomimic îi sugerează că este indispusă sau plictisită, această contradicție îl poate năuci pe soț, care nu mai știe ce să creadă. Oricum, în loc să-i răspundă la mesajul verbal, el ar trebui să o întrebe de ce nu simte bine, ce îi displace sau ce și-ar dori.

Astfel, la întrebarea: „S-a întâmplat ceva cu tine?” cineva poate răspunde: „Totul este în ordine!”, dar prin intonație și mică poate clar exprima că totuși ceva nu este în ordine. Dar ne putem imagina și cazul opus ce poate fi adesea întâlnit. Pentru receptor, mesajele incongruente sunt extrem de dificile. În exemplul de mai sus, partea verbală a mesajului pare a spune „Nu te mai ocupa de mine!”, dar, dimpotrivă partea non-verbală să

transmită apelul „Ocupă-te de mine!”. În fața acestui fel de invitații contradictorii de a acționa, receptorul este într-o situație grea. Oricum va reacționa, celălalt va putea întotdeauna avea ceva de spus. Dacă se implică, se va izbi de un refuz („Dar am spus clar, totul este O.K.”). Dacă nu se implică, celălalt va face pe supăratul și îl pedepsește în acest fel.

Punerea celoralți într-o poziție defensivă apare atunci când vorbitorul își asumă o atitudine de superioritate sau atunci când adoptă statutul de procuror, judecător sau membru al unui juriu. Vorbitorul se poate autoevalua ca fiind mai inteligent, mai informat cu privire la un subiect ori la viață, în general sau poate încerca să-și ascundă astfel sentimentele de inadecvare și insecuritate. În nici un caz, el nu consideră că ar fi greșit cu ceva. Persoana pusă în defensivă se concentrează atât de mult asupra mesajului și a presupusei sale inferiorități încât, prima sa reacție va fi aceea de a se apăra. Gradul ei de deschidere și receptivitatea sa față de persoana “superioară” se va micșora, din moment ce nu primește respectul cuvenit. Adeseori, întrebarea “de ce?” apare în tonul acuzator. Spre exemplu: “De ce mai ignorat la petrecere?” trezește reacția defensivă a interlocutorului.

Suprageneralizarea și afirmațiile absolutizatoare pot fi distructive. Suprageneralizarea apare atunci când facem afirmații prea largi, de genul “Ești prea emoțională! Pur și simplu nu poți fi rațională. De fapt, așa sunt toate femeile”. Utilizarea cuvintelor “întotdeauna”, “tot timpul” sau “niciodată” este frecventă în construcția propozițiilor absolutizatoare (spre exemplu: “Niciodată nu ieșim la plimbare” sau “întotdeauna în camera ta este dezordine”). Observațiile absolutizatoare ca și suprageneralizările sunt în mod deosebit distructive atunci când sunt critice și acuzatoare. Partenerul trebuie privit cu sinceritate și respect, iar defectele pot fi comunicate în lipsa tonului acuzator. În plus, dacă acuzele și critica făcută sunt exagerate partenerul tinde mai degrabă să fie

supărat și să-și trăiască resentimentele și mai puțin să lucreze la îmbunătățirea relației.

Citirea gândurilor este o sursă frecventă de neînțelegeri în căsătorie, ce apare atunci când partenerii își citesc sau “ghicesc” unul altuia gândurile. Ei fac presupuneri cu privire la ceea ce gândesc și simte celălalt și reacționează doar în funcție de presupunerile făcute. Aceste interpretări ale stărilor partenerului sunt adesea greșite. Chiar în relațiile intime, în care partenerii se cunosc foarte bine, este imposibil să fim siguri de absolut orice gând sau stare afectivă. Oamenii se schimbă și, de aceea, în relațiile apropiate, procesul de culegere a datelor despre ceea ce simte și gândesc partenerul trebuie să fie continuu. Comentariile precum “Păi, nu am crezut că te vei supăra!” sau “De unde să știu că vei obiecta?” apar ca urmare a presupunerilor făcute în urma citirii gândurilor partenerului.

Uneori partenerii se așteaptă să aibă abilitatea citirii gândurilor lor, dovadă sunt frecvențele afirmații de genul: “Ar fi trebuit să știe ce doresc. Nu ar fi trebuit să-i spun eu!”, apărute în ședințele de consiliere și terapie maritală. Uneori cei care practică citirea gândurilor pot ajunge la forma extremă în care, ei ajung să neghe trăirile partenerului lor, considerând că le înțeleg mai bine decât acesta.

Punerile la punct ale partenerilor vizează confruntările care pot lua forma blamării, atacului și criticii, cu intenția de a răni, pedepsi sau de luare a revanșei. Ele favorizează schimburile negative, oferirea/primirea de atacuri și răniri. De exemplu, soțul îi poate spune soției că gătește foarte prost, iar soția îi răspunde zicându-i că nu știe să facă dragoste. De regulă, schimburile negative sporesc nivelul furiei, anulează intimitatea, favorizând evitarea reciprocă. Furia este o emoție normală care trebuie exprimată, dar nu prin utilizarea punerii la punct nedrepte a

partenerului, prin atac sau acuzații gratuite”. Adesea, punerea la punct implică etichetarea partenerului - într-o manieră negativă.

Puține probleme pot fi rezolvate constructiv atunci când *nemulțumirile ne-rezolvate din trecut continua să intre în discuțiile prezente*. Vechile nemulțumiri maritale sunt păstrate într-un rezervor imaginar pentru o perioadă mai mare de timp fiind puse în discuție atunci când persoana crede că ar fi în avantajul ei. În comunicarea constructivă tot ceea ce ține de trecut este depășit, lăsat la o parte.

Dacă umorul este bine-venit în relațiile intime, el permițând reducerea tensiunii și anxietății, *sarcasmul* reprezintă o armă periculoasă, utilizată în comunicarea interpersonală. Sarcasmul apare atunci când o afirmație a cuiva are semnificația opusă celei transmise verbal, ea fiind destinată rănirii celuilalt.

Comunicarea tipprelegere este întâlnită la persoanele care au tendința de monologa fără să-i permită partenerului să intervină, să adauge vreo informație. Persoanele care prezintă această tendință trec frecvent de la un subiect la altul, fără întrerupere sau pauză. Ele devin practic imposibil de întrerupt și pentru că sunt atât de preocupate de ceea ce spun, ignoră mesajele verbale sau nonverbale primite de la celălalt sau ceilalți.

Critica utilă, constructivă, al cărui obiectiv final este găsirea căilor de îmbunătățire a comportamentului altcuiva, poate reprezenta o parte importantă a dezvoltării relațiilor apropiate. Dar, căutarea defectelor ținând de aspectele minore ale unei relații și plângerile continue cu privire la faptele neimportante conduce la consecințe distructive în interacțiunile umane. Acest lucru se întâmplă deoarece pe de o parte nimeni nu este perfect, iar pe de alta, deoarece, oamenii nu reușesc adesea să distingă ceea ce este cu adevărat important de ceea ce este ne semnificativ. Căutarea defectelor nu creează decât resentimente, rănind sentimentele celuilalt și favorizând apariția unui comportament opus celui dorit

de către vorbitorul excesiv de critic. De exemplu, soția îi poate spune soțului că iarăși a lăsat prosoapele în dezordine la baie, că iarăși a uitat să cumpere pâine, deși era datoria lui, că nu golește scrumiera după ce fumează etc. Toate acestea sunt însă defecte minore în ansamblul relațiilor apropiate, iar repetarea defectului ne semnificativ nu provoacă, în nici un caz comportamentul așteptat.

4.4 Strategiile comunicării constructive

Comunicarea constructivă reclamă reunirea câtorva condiții esențiale, precum: nivelul ridicat de auto-dezvăluire și de empatie. Cu alte cuvinte, cei doi soți trebuie să fie dispuși să se deschidă unul în fața celuilalt, să comunice ceea ce simt, doresc sau îi nemulțumește, de a se prezenta așa cum sunt și nu așa cum ar dori să fie. Empatia se referă la capacitatea de a înțelege universul celuilalt, sensul reacțiilor sale atitudinale sau natura reală a așteptărilor sale. R. Mucchielli (1974) adăuga că o altă condiție importantă este și abandonarea oricărei atitudini auto-defensive. Acesta înseamnă că noi trebuie să reflectăm la tot ceea ce este adevărat în ceea ce partenerul spune despre noi, să fim dispuși să conștientizăm în permanență noi aspecte ale personalității noastre.

În *comunicarea pozitivă* partenerii se respectă reciproc, oferindu-și unul altuia suportul stimei de sine și contribuind la dezvoltarea încrederii în propria persoană. Laudele, complimentele și politețea sunt astfel implicate în comunicarea pozitivă. Dar, aceasta nu înseamnă doar rostirea lucrurilor, aspectelor pozitive ori tratarea persoanei cu admirație, ci păstrarea unui raport echilibrat între comentariile pozitive și cele negative. Atunci când observațiile negative sunt făcute, ele nu trebuie să ia forma punerii la punct a partenerului sau cea a atacului la personalitatea și stima lui de sine.

Cercetările asupra fericirii conjugale au arătat că, cu cât ponderea comunicării negative este mai mare în raport cu cea

pozitivă, cu atât cuplurile au mai mult tendința de a afirma că sunt nefericite, în cuplurile fericite, schimburile pozitive tind să fie preponderente. Din păcate, aspectele comportamentale negative sunt ușor perceptibile. De regulă, vedem mai ușor greșelile persoanelor, acțiunile lor nepotrivite sau eșecurile. Comportamentul adecvat, considerat a fi firesc, este trecut ușor cu vederea, poate și datorită faptului că este cel “așteptat”. Dar, adulții, ca și copiii, au nevoie de recompense și de întăriri pozitive ale comportamentului lor adecvat, pozitiv. Consilierii maritali aud adesea de la clienții lor întrebări de genul: “Cum pot să laud pe cineva care nu face nimic cum trebuie?”. Acest tip de reacție verbală apare frecvent și cu privire la conduita copiilor. Or, recunoașterea progresului și lauda se pot baza pe îmbunătățirile comportamentului anterior.

“Întoarcerea celuiilalt obraz” poate fi o strategie constructivă, utilizabilă atunci când cineva rănește, insultă o persoană, care nu acceptă invitația la ceartă sau luptă, ci reacționează în mod rezonabil, spunându-i celuiilalt, calmă și sincer îngrijorată, că poate a făcut ceva care l-a rănit, că regretă și dorește să corecteze acest fapt. Încercarea de a răspunde sincer și constructiv nu invită întotdeauna la urmarea aceluiași exemplu, dar în multe cazuri conflictul este aplanat. “Întoarcerea și a celuiilalt obraz” trebuie să implice o evaluare onestă a propriului comportament, în scopul de a determina în ce grad a contribuit el la insatisfacția partenerului de dialog.

Nivelarea opiniilor, a punctelor de vedere se poate realiza prin exprimarea deschisă a sentimentelor sau dorințelor cuiva, fără ca aceasta să ducă la punerea la punct a celuiilalt sau la trezirea reacției sale defensive. De exemplu, soțul îi spune soției “Conduci mașina tare prost!” sau soția îi poate spune soțului “Când mă urc cu tine în mașină și conduci atât de repede, îmi este frică!”. Cel mai constructiv mod de nivelare a punctelor de vedere implică

utilizarea afirmațiilor conținând pronumele personal la persoana I, singular. De exemplu, “Când mă critici în fața prietenilor, mă simt rănită/rănit”. Astfel, ascultătorul poate înțelege foarte corect mesajul și problema poate fi mai ușor rezolvată. Nivelarea de- clanșează un tip de comunicare care permite partenerilor să-și rezolve divergențele sau conflictele într-un mod productiv, ce conduce la apropierea dintre membrii cuplului.

Tactul este necesar în rezolvarea dificultăților apărute în mariaj. El implică “sinceritatea, comunicarea deschisă, respectul arătat partenerului și grija de a nu-l răni gratuit”. El necesită empatie față de gândurile, sentimentele și stările motivaționale ale partenerului sau partenerii, astfel încât să se poată găsi momentul cel mai bun pentru discutarea anumitor aspecte. Tactul nu înseamnă înșelarea sentimentelor cuiva sau profitul de pe urma lor. De aceea, tactul nu este un obstacol sau un scut în calea intimității ci, dimpotrivă, adevărata intimitate nu se poate dezvolta în lipsa lui.

Feedback-ul de verificare scutește comunicarea de multe neplăceri. Pentru a fi efectivă ascultarea trebuie să fie activă, iar feedback-ul de verificare arată că persoana a ascultat mesajul comunicat în mod activ. El este utilizat atunci când vrem să ne asigurăm că am înțeles corect opiniile, sentimentele sau nevoile vorbitorului și poate fi exprimat prin enunțuri de tipul “Să vedem dacă te-am înțeles corect...”, “Vrei să spui că...”, “După cum am înțeles, te simți...” sau “Ceea ce ai spus tu înseamnă că...”. Verificarea a ceea ce spune o persoană indică interesul evident pentru mesajul transmis de ea. Astfel, relațiile apropiate se dezvoltă mai rapid.

Mângâierile, atingerea fizice sunt necesare în comunicarea constructivă din cadrul relațiilor intime. Putem afirma că am învățat arta comunicării atunci când am înțeles că ea nu este doar verbală. Comunicarea nonverbală, contactul fizic direct este cel

mai primitiv mod de a stabili contactul cu cineva. El are o funcție importantă socializatoare și afectivă.

Dacă aceste modalități ale comunicării constructive devin preponderente în raport cu cele distructive, atunci comunicarea își dobândește adevărata valoare, permițând buna funcționare a cu- plului și obținerea satisfacției conjugale și familiale.

4.5 Abilitățile de bază pentru o relație maritală funcțională

Se pune întrebarea: ce anume face ca un cuplu sa funcționeze și să rămână stabil pe termen lung? Potrivit lui Zinker (1994), cu- plurile fericite posedă o combinație de anumite trăsături, și anume [apud 1, p.21]:

- se „aud" unul pe altul;
 - își asumă sentimentele și ideile;
 - schimbă idei astfel încât să atingă o bună potrivire;
 - își pun unul altuia întrebări, mai degrabă decât să facă pre- supuneri;
 - se contrazic (au păreri diferite) și acceptă diferențele fără frică;
 - se adaptează unul la altul;
 - se luptă pentru ceea ce simt că este corect și bun pentru fiecare;
 - încep, dezvoltă și termină o discuție sau un eveniment și apoi îl lasă să treacă;
 - își împărtășesc durerile, curiozitățile, regretele, resentim- mentele, tandrețea - o varietate de nevoi și dorințe;
 - trec de la o experiență la alta fără a se bloca;
 - renunță la a-și dori ceva pentru care nu exista nicio spe- ranță că poate fi obținut;
 - râd de ei înșiși;
 - se influențează unul pe altul;
- a își oferă suport pentru interesele și proiectele fiecăruia;

- își arată/exprimă mândria sau compasiunea pentru realizările sau eșecurile celuilalt;
- respectă intimitatea celuilalt, dar intervine când celălalt cade în durere;
- se preocupă de treburile celuilalt atunci când este vorba de lucruri importante;
- acceptă idei noi și ciudate venind din partea fiecăruia și visează împreună.

Este foarte greu să practici aceste comportamente și să ajungi la o bună funcționare, fiind necesare foarte multă muncă, o anumită educație în această artă a vieții de cuplu/familie. Educația fiecărei generații este cea care a funcționat la generația precedentă, iar proasta funcționare este transmisă din generație în generație ca o boală (Zinker, 1994). Gottman (1994) consideră că cele două ingrediente principale pentru cuplurile sănătoase și stabile sunt dragostea și respectul.

De asemenea, conform lui Gottman (1999), cuplurile fericite sunt cele „inteligente emoțional”. Aceste cupluri reușesc în dinamica de zi cu zi să nu lase ca gândurile și emoțiile pozitive pe care le au unul față de celălalt să fie copleșite de cele negative. În cuplurile inteligente emoțional, partenerii își validează reciproc opiniile și punctele de vedere, iar bărbații se lasă influențați de partenerii lor. De asemenea, în aceste cupluri, partenerii discută problemele cu afecțiune, într-un climat pozitiv și rezolvă ceea ce poate fi rezolvat.

Gottman (1999) evidențiază șapte principii care, în opinia sa, fac ca relațiile să funcționeze, și anume [apud 1 p.22-23]:

- crearea unor hărți ale dragostei. Acest lucru reprezintă primul pas spre a construi o prietenie. Hărțile dragostei se referă la înregistrarea tuturor acelor informații relevante despre viața partenerului: mâncăruri preferate, emisiuni preferate, sporturi și alte hobby-uri, evenimente semnificative din viața lui/ei, vise,

aspirații din viața de zi cu zi a partenerului, scopuri în viață, îngrijorări, speranțe, griji.

- a arăta afecțiune și respect pentru partener. Aceasta este o condiție esențială pentru o relație satisfăcătoare și de durată.

- a privi unul spre celălalt, nu în direcții opuse. În relaționarea lor de zi cu zi, partenerii fac o serie de invitații reciproce pentru a primi atenție, suport, afecțiune. Atunci când aceste invitații au loc este foarte important ca partenerii să se întoarcă unul spre altul, să răspundă acestor invitații, deoarece numai în felul acesta este posibilă conectarea între ei, ceea ce va crea o bază pentru roman- tism, pasiune și o bună viață sexuală.

- a lăsa partenerul să te influențeze. Este foarte important pentru buna funcționare a cuplului ca partenerii să se lase influențați unii de alții, luând în considerare opiniile și sentimentele celuilalt.

- rezolvarea problemelor care pot fi rezolvate.

- a depăși blocajele. Acest lucru nu se referă neapărat la rezolvarea conflictului, ci presupune o deplasare de la blocaj înspre dialog, o discuție fără ca partenerii să se rănească reciproc și, de asemenea, presupune ca partenerii să învețe să trăiască cu problema.

- a crea un țel comun, o viziune comună. Într-un cuplu cu o bună funcționalitate, este nevoie ca partenerii să pună accent și pe dimensiunea spirituală a relației, să-și dezvolte o viață interioară a cuplului, o microcultură cu propriile obiceiuri, ritualuri, povești despre ei, despre relație și despre ce înseamnă a fi parte a acelui cuplu.

Există un acord general ca relațiile de succes par să prezinte trei elemente definitorii:

> abilitatea de a fi suficient de flexibile pentru a se adapta și schimba atunci când se confruntă cu schimbarea circumstanțelor și cu probleme;

- > abilitatea de a comunica împreună eficient;
- > abilitatea de a empatiza unul cu celălalt la nivel emoțional.

Activități de învățare:

1. Analizând și vizionând video-ul propus mai jos completați fișa: Comunicarea maritală: definiții și structură

Plus (am aflat

Minus (nu am înțeles)

Interesant

https://www.youtube.com/watch?v=kCfyziReG7M&t=22s&ab_channel=%D0%A0%D1%83%D1%81%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%B5%D0%9D%D0%9B%D0%9F

2. Elaborați o secvență de consiliere a familiei în care le explicați rolul cunoașterii axiomelor comunicării, laturile unui mesaj și tipurile de mesaje pe care le folosesc în familie.
3. Prezentați strategiile distructive și construiți câte un exemplu pentru fiecare, similar celor prezentate; Care din strategiile comunicaționale distructive pot fi recunoscute în următorul mesaj transmis partenerului: “E vina ta că nu stăm de vorbă!”?
4. Prezentați strategiile constructive și construiți câte un exemplu pentru fiecare, similar celor prezentate. Formulați 1-5 argumente pentru a demonstra familiilor efectul strategiilor date.
5. Realizați o schemă a abilităților de bază pentru cuplul funcțional în baza a 4 dimensiuni

a învăța să știi	a învăța să faci
	<
a învăța să fii	a învăța pentru a co'nviețui

Referințele bibliografice:

1. Acriș Corina. Cuplul în impas: repere teoretice și aplicative. București: Editura SPER, 2013. ISBN 978-606-8429-19-9 pp.48; 55-57; 22-23
2. Turluc M. N. Psihologia cuplului și a familiei, Iași: Edi-tura PERFORMANTICA, 2004. pp.213, 215, 216-219



V. FACTORI FAVORIZANȚI ȘI DE RISC A DISFUNCȚIONALITĂȚII MARITALE ȘI FAMILIALE

Subiecte de conținut:

- 5.1 Nevroza conjugală;
- 5.2 Conflictul familial și structura conflictului;
- 5.3 Criza familială. Tipuri de crize;
- 5.4 Gelozia. Tipuri de gelozie;
- 5.5 Violența domestică. Etiologia violenței familiale.

5.1 Nevroza conjugală

Nevroza conjugală sau familială este o formă particulară și complexă de manifestare care apare și se desfășoară în cadrul grupului familial, în principal între partenerii cuplului marital, dar care, în final, va interesa pe toți membrii familiei respective. Ea trebuie înțeleasă ca o schimbare în raport cu sentimentele, emoțiile, dorințele, sensibilitățile, aspirațiile și idealurile, temerile și interdicțiile sau stările complexe existente la fiecare dintre partenerii cuplului respectiv.

Cel mai important factor care contribuie la dezvoltarea nevrozei conjugale îl reprezintă *conflictul modelelor originare*. Acesta constă în faptul că fiecare partener vine în cadrul cuplului respectiv cu modelele și experiențele familiei sale de origine, iar întâlnirea dintre parteneri și hotărârea acestora de a întemeia o familie nu coincid cu acordul modelelor individuale, ele fiind de regulă contradictorii. Din acest motiv, este absolut necesară o perioadă de efort și toleranță pentru a se putea stabili un acord între cele două modele individuale diferite și de a se construi un model nou comun și acceptabil. Necesitatea construirii noului model este

identitate, care-i va defini și caracteriza, unificându-i în timp, pe cei doi parteneri ca aparținând aceluiași grup familial.

Al doilea aspect este legal de *comunicarea în interiorul cuplului marital*. Aceasta se realizează prin acceptarea unor statute și roluri precise în cadrul unei ierarhii valorice și funcționale a grupului familial, valabile în primul rând pentru *famiiliile tradiționale*. *Cuplurile familiale moderne, deschise*, se caracterizează prin această *confuzie sau suprapunere a statutelor și rolurilor* partenerilor în ierarhia familială. Aceasta va genera izolare, tensiune și o confruntare permanentă manifestată prin conflicte sau acte de violență.

Confuzia statutelor și incapacitatea de a-și exercita rolul, pentru fiecare dintre partenerii cuplului marital, vor crea situații de frustrare, din pricina cărora fiecare dintre aceștia va proiecta asupra celuilalt propriile sale probleme. În contextul acestui conflict de culpabilizare reciprocă, ce va lua configurația unui scenariu patologic, cei afectați vor fi copiii, care devin motivul disputelor, dar, concomitent, și refugiul afectiv al fiecăruia dintre părinți. În final, frustrările vor fi orientate asupra copiilor, iar aceștia vor sfârși prin a deveni simptomul nevrozei cuplului.

Nevroza conjugală are multiple forme de manifestare la membrii grupului familial, în sensul acesta, se descrie următoarea gamă de tulburări:

a) *tulburări psihologice*, constând în dificultăți de comunicare, instabilitate emoțională cu iritabilitate și explozii de mânie, insomnii, depresivitate, fenomene isterice, anxietate;

b) *tulburări somatice și psihosomatice de tipul*: boală ulceroasă, hipertensiune arterială, distonii neurovegetative, afecțiuni ginecologice și de dinamică sexuală, anorexie sau bulimie;

c) *tulburări de comportament social*, reprezentate prin separarea sau despărțirea partenerilor, abandonul familial, relații

extraconjugale, conduita de refugiu sau izolare (alcoolism, toxicomanii), tentative de suicid etc.

Atitudinea față de nevrozele conjugale trebuie diferențiată de la caz la caz, în funcție de caracteristicile proprii fiecărui grup familial. Din punctul de vedere al prevenției, precum și din punct de vedere terapeutic, se va avea în vedere faptul că fiecare familie trebuie tratată global, evitând să ne concentrăm atenția exclusiv asupra bolnavului care, așa cum am spus deja, este simptomul nevrozei familiale. Din aceste considerente, atitudinea terapeutică trebuie să aibă o adresă colectivă și să fie bazată pe tehnici de psihoterapie familială de grup. Aceste măsuri de psihoterapie vizează situațiile conflictuale, stările de tensiune emoțională, violența, dificultățile de comunicare, restaurarea ierarhiilor și a cooperării firești între statutele și rolurile membrilor familiei, toleranța, cooperarea și înțelegerea [3].

5.2 Conflictul familial și structura conflictului

Cuvântul conflict provine de la cuvântul latin *conflictus* confruntare și, practic, sună la fel și în alte limbi.

Conflictul este o componentă naturală, indispensabilă vieții noastre cotidiene și a relațiilor noastre cu ceilalți, de regulă, nu îl analizăm, nu ne gândim la el și nu îl studiem. Totuși zi de zi, oamenii au parte de variate conflicte, cu ei înșiși, cu alte persoane, în familie și în societate [2, p.6].

Conflictul este o parte normală și inevitabilă a unei relații și poate apărea din mai multe motive. Termenul „conflict” provine din latinescul *conflictus*, care se referă la lovire cu forța și implică dezacorduri și fricțiuni între membrii grupului, interacțiuni în vorbire, emoții și afectivitate. Dincolo de toate perspectivele, conflictul este o consecință naturală a diversității.

Conflictul poate fi definit și ca stare tensionată, urmată de o ciocnire care apare atunci când două sau mai multe persoane sau grupuri din cadrul organizației/instituției trebuie să între în

interacțiune pentru a îndeplini sarcina, a lua o decizie, a realiza un obiectiv sau a soluționa o problemă. [2 p.6]. Conflictul începe când o parte percepe că cealaltă parte a fost frustrată în raport cu ea sau când părțile aflate în procesul de comunicare intuiesc neclarități, divergențe și nu pot sau nu doresc să le rezolve; resursele pe care le au nu sunt suficiente pentru a putea depăși situația sau rezolva problema sau sunt percepute ca insuficiente.

Cele mai importante cauze care generează conflicte sunt: comunicarea defectuoasă, sistemele de valori diferite, existența unor scopuri diferite, stilul ambiguu, resursele limitate, dependența reciprocă, nemulțumirile etc. Indiferent care sunt cauzele, conflictul reprezintă așadar o tensiune, o neînțelegere sau orice problemă divergentă care poate să apară în cadrul sistemului familial, în privința căreia membrii familiei percep că nu au suficiente resurse pentru a-i face față [Pânișoară, 2004, apud 4, p. 542,].

Conflictul se definește prin următoarele elemente constitutive:

- existența a doua sau mai multe părți/persoane sau sisteme;
- prezența unor trebuințe, scopuri sau valori incompatibile;
- manifestarea emoțiilor distructive (invidie, agresivitate, ura).

În opțiunea unor autori, conflictul este o relație în care fiecare parte percepe scopurile, interesele și valorile celuilalt ca opuse și contradictorii pentru sine.

Conflictul social reprezintă o opoziție între indivizi și grupurile sociale, manifestată în baza intereselor competitive, a identităților diferite și a atitudinilor care se deosebesc. Structura conflictului social, inclusiv a celui familial, are o formă de triunghi, cu laturile:

- c — contradicția,
- a - atitudinea,
- b - comportamentul.

Astfel, *contradicția* reprezintă o situație de conflict care presupune că scopurile sunt incompatibile; *atitudinile*, vin în contradicție, deoarece sunt percepții cognitive diferite (de convingere, afective, de voință). *Comportamentul* se manifestă ca unul agresiv, ostil sau cooperant, de compromis.

O altă structură a conflictului propusă în cadrul conflictologiei contemporane:

Componenta 1: *Percepția conflictului*, modul în care îl înțelegem și cum îl evaluăm. Percepția nu este totdeauna rezonabilă sau realistă, întrucât fiecare individ decodifică datele situației în funcție de inteligența proprie; experiențele anterioare, cognițiile sale și capacitatea de analiză a situației. Contează mult și atitudinile, dorințe, starea dispoziției etc. Astfel, omul, uneori, poate vedea motive ale unui conflict acolo unde ele nu există. Conflictul începe prin a exista numai în imaginația unei sau mai multor persoane (stadiu în care încă mai vorbim de conflict imaginar), dar curând acesta devine conflict real, prin declanșarea unor mecanisme psihologice printre care, cel mai important, este împlinirea profeției/ prezicere. Ca atare, este suficient ca numai o persoană să creadă că există o incompatibilitate și ea va transmite un șir de mesaje implicite sau chiar va acționa dușmănos. Partenerul va fi implicat în conflict, chiar dacă nu împărtășește acea percepție, nu simte ceea ce crede celălalt și nu are cunoștință de aceasta. Multe conflicte se dezvoltă din presupunerea eronată despre ce ar putea să se întâmple dacă una din părți va face ceva. În mare măsură ostilitatea interpersonală este provocată de conflictele imaginare. Utilitatea practică a acestei informații constă în atenția cu care vom cerceta propriile percepții cu privire la conflictul pe care îl trăim, sau a părții cu care ne confruntăm; înainte de a face prima intervenție în direcția rezolvării conflictului. Ascultarea activă, empatică cu rol de informare, este foarte indicată în acest scop.

Componenta 2: *Afectivitatea în conflict* (emoțiile și sentimentale trăite). Emoțiile sunt inerente conflictului. Unele emoții, îndeosebi emoțiile-șoc de genul furiei, disperării, spaimii, urii, dar și tensiunea, frustrația, tristețea sau teama, se cer verificate și de-tensionate la timp (fie direct în interacțiunea conflictuală, fie în exteriorul acesteia). În multe conflicte, oamenii ajung să acționeze împotriva propriilor interese, arătându-se mai interesați de a-și exprima sentimentele, decât să obțină satisfacerea nevoii care a cauzat intrarea lor în conflict. Distingem astfel un aspect expresiv al conflictelor și unul orientat spre rezultat, componenta ne-realistă a conflictului (manifestarea emoțiilor) și componenta realistă (satisfacerea nevoilor, a interesului).

Eforturile de tratare a componentei expresive prin propunerea de soluții nu este eficientă dacă nu oferim sprijin și înțelegere persoanei. Adesea, deși nu întotdeauna, oamenii trebuie să găsească mai întâi un mijloc de a-și exprima emoțiile, uneori, înainte de a se putea axa pe un rezultat real, care le va satisface nevoile, și, invers, este inutil să încurajezi exprimarea sentimentelor prin recunoașterea stresului pe care-l trăiește persoana, când ea este interesată de rezultat.

Componenta 3: *Acțiunea/comportamentul în conflict* poate avea două roluri: exprimarea conflictului, a emoțiilor implicate și satisfacerea nevoilor. Acțiunile pot îmbrăca o largă diversitate de manifestare, de la încercarea de a face ceva în dezavantajul altuia; de la exercitarea puterii, până la violență și distructivitate sau, dimpotrivă, axarea pe caracterul conciliant, constructiv și prietenos. Acțiunea poate avea un caracter constructiv/cooperant ori unul, distructiv/competitiv. Să observăm că cele trei laturi ale conflictului nu corelează: creșterea sau reducerea intensității uneia nu întotdeauna ne oferă informații juste despre evoluția celorlalte. Această relativă autonomie de manifestare, face uneori greu de înțeles și de anticipat comportamentul persoanei cu care

te afli în conflict, iraționalitatea actelor sale ne derutează, ne face confuzi, deseori ne șochează. Conflictelor familiale au aceeași structură, laturile triumphiului (contadictia, atitudinea, comportamentul) [2].

Soluționarea conflictelor constă în felul în care membrii familiei comunică între ei, cum conceptualizează conflictul și cum abordează soluțiile.

5.3 Criza familială. Tipuri de crize

Criza familială poate fi înțeleasă ca perioadă scurtă sau mai lungă de tulburare psihologică, generată de confruntarea membrilor unei familii cu factori stresori sau percepți ca reprezentând un pericol sau o amenințare pentru funcționalitatea acestui sistem, sau confruntarea cu probleme de viață semnificative ce nu pot fi rezolvate pe baza strategiilor obișnuite de rezolvare de probleme.

Realizăm așadar distincția dintre stimulii/factorii care declanșează criza și situația de criză propriu-zisă. Crizele care apar în adolescență au fost intens studiate și cu siguranță reprezintă un aspect îngrijorător în multe familii. Acest aspect este reprezentat de schimbarea majoră a comportamentului adolescenților față de părinți. Criza permite posibilitatea dezvoltării în plan psihologic, dar în același timp și pericolul dezvoltării unor probleme în plan psihologic.

Sintetizăm în cele ce urmează principalele **tipuri de crize** și implicațiile lor.

Punctul de start îl reprezintă înțelegerea sistemelor familiale și a influențelor externe asupra familiei. Există mai multe căi prin care factorii stresori pot acționa asupra sistemului familial, fie prin forțe externe, precum violența, moartea, divorțul sau alte situații de parenting incomplet, fie dinamici interne precum conflictele interpersonale sau intergeneraționale comune sistemelor familiale. În doze ușor de manageriat, modalitățile de

rezolvare a unei crize pot fi un ingredient-cheie pentru dezvoltarea personală sau a familiei. Cu toate acestea, familiile se regăsesc adesea blocate în criză, incapabile să revină la o stare de echilibru.

Modul de rezolvare a crizei are implicații multiple pentru viitor. Dacă în familie copilul învață strategii eficiente, ele vor putea fi utilizate și în alte situații de viață similare. Dacă însă învață și utilizează și mai târziu strategii ineficiente sau dezadaptative, rămâne vulnerabil la psihopatologie.

O altă considerație importantă se referă la existența mai multor tipuri de crize: *crize de scurtă durată* (criza de furie a unui copil) sau *crize de lungă durată* (dependența de substanțe a unui membru al familiei, boala psihică a unui membru al familiei), *criză acută* (arestarea unui membru al familiei) etc. În plus, există *crize naturale*, care rezultă din schimbările de dezvoltare din cadrul sistemului unui individ sau al unei familii. De exemplu, atunci când copiii devin adolescenți, se confruntă cu sarcini asociate acestui stadiu. Schimbările pe toate palierele dezvoltării fizice, hormonale, cognitive și sociale, prin care trece adolescentul pot fi copleșitoare atât pentru el, cât și pentru părinți sau tutori, ceea ce poate atrage după sine o posibilă criză.

Comportamentele parentale deviate (alcoolismul, gelozia sau infidelitatea și violența în familie) care descriu medii familiale psihopatogene, asociate constant cu tulburări în sfera comportamentelor parentale, pot constitui o stare de criză; acestea au consecințe majore asupra climatului familial, care poate fi însoțit de tensiune și violență în aria raporturilor interpersonale, de suspiciune reciprocă, de inconsistență morală, anxietate etc., într-un cuvânt, de conflictualitate manifestă și de distorsiune relațională - nu numai la nivelul cuplului parental, ci extinsă între toți membrii familiei.

Criza pierderii locului de muncă pentru părinte sau

persoana care îngrijește copilul poate constitui o altă provocare dificilă pentru familie. În cazul în care principalul îngrijitor își găsește o altă slujbă rapid, criza pierderii locului de muncă poate fi trecătoare. Crizele de lungă durată pot fi cauzate de forțe externe sau interne sau de o combinație între cele două și pot afecta fiecare membru al familiei în moduri și grade diferite. În cazul dependențelor netratate, membrul familiei care suferă de dependență poate suferi foarte mult, în timp ce ceilalți membri ai familiei vor răspunde în moduri variate la această suferință. Familia poate trece prin perioade de criză acută (de exemplu, dacă dependentul este arestat pentru condus sub influența substanțelor) și poate începe să trăiască într-o stare de criză perpetuă care este atât de familiară precum un mod de viață.

Copii sau familia pot experimenta o criză care este rezultatul tranzițiilor în dezvoltare care au loc în cadrul familiei. Stadiile din ciclul vieții unei familii descriu progresul; în dezvoltare pe care individul sau familia l-au făcut de-a lungul traseului existențial. Astfel, se are în vedere perioada de la maturitatea timpurie la căsătorie și apariția copiilor (după acest moment, stadiile fiind calculate în funcție de vârsta copiilor), după care este vizată familia în timpul pensionării părinților, când are loc expansiunea familiei - apariția nepoților, iar apoi confruntarea acesteia cu moartea și pierderea. Inabilitatea familiei de a negocia o etapă a dezvoltării poate determina apariția unei situații problematice, deoarece fiecare stadiu al dezvoltării are un impact diferit asupra fiecărui membru al familiei, fie că răspunsul este unul de tristețe, rezistență sau fericire. Din această perspectivă, criza poate fi văzută ca fiind normală. Pe de altă parte, Becvar și Becvar (2009) au ajuns la concluzia că o schimbare în rândul membrilor familiei poate să afecteze funcționalitatea sistemului ca întreg, deoarece membrii familiei trebuie să se adapteze la schimbarea survenită.

Astfel, psihologul, prin activități de consultanță sau prin traininguri parentale, ajută părinții să înțeleagă problemele specifice dezvoltării și crizele specifice fiecărei etape [apud 4, p. 540-542].

5.4 Gelozia. Tipuri de gelozie

Adesea, gelozia este interpretată ca o probă de afecțiune și de iubire și există numeroase exemple ce arată existența unei legături între gelozie și iubirea romantică. Astfel, în anumite împrejurări, manifestarea unei doze minime de gelozie poate să fie benefică celor doi parteneri, unei relații, pentru că reamintește permanent valoarea și importanța unuia pentru celălalt. În schimb, dramatic este atunci când gelozia devine boală, numită de specialiști „gelozie patologică”. Acestea sunt cele mai tragice situații, deoarece boala poate lua forme aproape delirante. Sentimentele puternice de gelozie sunt distructive pentru o relație, mai ales că de cele mai multe ori duc la violență fizică și chiar crimă. Pornind de la aceasta premisă, considerăm că gelozia joacă un rol determinant în apariția și manifestarea violenței domestice, statisticile poliției indicând că 20% dintre crimele comise implică un iubit gelos.

În sens larg, gelozia definește o stare afectivă care se referă la teama reală sau imaginară de a pierde ceea ce posezi : puterea, dragostea sau partenerul. În sens restrâns, se vorbește de gelozie în relație intimă și apare ca un răspuns negativ vis-a-vis de implicarea imaginată, actuală sau viitoare, a partenerului într-o relație emoțională sau sexuală cu altcineva. În acest caz, sentimentele specifice sunt : teama de pierdere sau de abandon, anxietate, durere, apărare, vulnerabilitate și lipsa de speranță. La toate acestea se adaugă atenția exagerată acordată rivalului sau situației de rivalitate.

În literatura de specialitate se întâlnesc numeroase forme și nuanțări ale geloziei, începând cu gelozia amoroasă, normală și aparent pozitivă, până la gelozia patologică, care în forma sa cea

mai gravă ia forma delirului de gelozie. Astfel, când se vorbește de „doze excesive”, gelozia devine dorință de posesiune și de control și se poate manifesta de la simpla meditare sau repetare a unor idei de răzbunare până la acte de agresivitate. Partenerul gelos este stăpânit de un puternic sentiment de posesiune în raport cu celălalt, ceea ce îl face mai vulnerabil prin amplificarea trăirilor de frustrare..

Toate trăsăturile indivizilor geloși au multiple consecințe asupra comportamentului și modului de a gândi al acestora, în sensul că au loc schimbări ale atitudinii și comportamentului, depresie, sentimentul rușinii, nemulțumire de sine, disoluția cuplului familial, defăimarea publică a unor persoane sau maltratarea lor, scandalul accentuat, o stare de tensiune intrapsihică permanentă, exacerbată prin crize acute de mânie, ură împotriva partenerului sau a presupusului adversar, sentimente și acțiuni contradictorii, cu caracter marcat de violență, idei sau tentative de suicid, legate de sentimente de inferioritate, idei sau acte de ucidere, ca forme de răzbunare a „onoarei lezate”.

Se consideră că în afara factorilor de natură internă (menționați mai sus: stima de sine scăzută, anxietatea, slaba maturizare afectivă, ostilitatea etc.), la baze apariției sentimentului de gelozie stau și o serie de factori externi precum: comportamentul partenerului, genul, starea civilă, infidelitatea etc.

Studiile care au încercat să evidențieze influența statutului marital asupra geloziei tind să indice faptul că indiferent de statutul relațional al subiecților (căsătoriți sau necăsătoriți), ceea ce contează este gradul de siguranță pe care îl oferă forma de relaționare în care diada este implicată, el fiind factor determinat al nivelului geloziei. Preferința pentru coabitare apare uneori și ca o reacție de apărare la adulterul comis tot mai frecvent în cadrul căsătoriei [5].

În decursul timpului, cele mai multe studii cu privire la comportamentul individului gelos au identificat numeroase diferențe de gen, iar dintre acestea se pot enumera câteva, precum faptul că [apud 5]:

- sentimentele de gelozie sunt mai degrabă negate decât recunoscute de bărbați, față de femei care tind să-și mărturisească mai ușor sentimentele;
- bărbații declară în mai mare măsură că atunci când devin geloși se simt mânioși, lipsiți de mândrie personală, se simt „atacați” de partener și dezvoltă amenințări verbale la adresa intrusului. În schimb, femeile declară că atunci când sunt geloase „încearcă să devină mai atractive pentru a plăcea partenerului, plâng când sunt singure și încearcă la rândul lor să-l facă gelos pe partener”;
- comportamentul gelos al bărbaților este mai brutal și orientat asupra partenerului, iar cel feminin este mai verbalizat, mai perseverent, violența fiind orientată preponderent împotriva celei de-a treia persoane;
- femeia este mult mai frecvent și mai puternic geloasă decât bărbatul, dar ca intensitate și comportament violent asociat geloziei, domină bărbații;
- bărbații sunt mai geloși față de activitatea sexuală a partenerelor, iar femeile se concentrează mai mult asupra implicării afective a partenerului în relația cu a treia persoană. etc.

Tipuri de gelozie din perspectivă psihanalitică [3, p.96]

Psihanaliza împarte gelozia în trei grupe: gelozia concurențială sau normală, gelozia proiectivă și gelozia paranoică. Le vom prezenta în continuare.

Gelozia normală se exprimă prin întristare, durere legată de credința că obiectul erotic este pierdut, precum și printr-o suferință narcisică. De asemenea, cuprinde sentimente de ostilitate

împotriva rivalilor ce îi sunt preferați, un anumit grad de autocritică, prin care tinde să facă răspunzător propriul Eu de pierderea iubirii. Acest tip de gelozie nu este absolut rațională, în sensul de a fi generată de relații reale dominate proporțional și în întregime de Eul conștient, întrucât ea își are originea în sfera inconștientului, perpetuând impulsuri timpurii ale afectivității infantile. Gelozia e trăită bisexual, în mod egal, atât de bărbat, cât și de femeie.

Gelozia proiectivă, atât în cazul bărbaților, cât și al femeilor, provine din manifestarea în viață a propriei lor infidelități sau din imboldul spre infidelitate trăit anterior. În această situație, individul proiectează asupra celeilalte părți, căreia îi datorează fidelitate, propriile sale porniri de infidelitate. Un atare tip de gelozie are un caracter cvasiparanoic, ce ascunde în spatele său fanteziile inconștiente ale propriei sale infidelități.

Gelozia paranoică este forma cea mai gravă și ea rezultă din aspirațiile la infidelitate refulate, obiectele acestor fantazări fiind aceleași pentru ambele sexe. Acest tip de gelozie corespunde unei homosexualități latente.

Psihanaliza a contribuit mult la analiza schimbărilor de personalitate a indivizilor geloși. Se consideră că geloșii sunt persoane pasionale anxioase, sadomasochiste, ce caută cu aviditate toate deciziile care să le susțină convingerile. Conduita acestor indivizi este dictată de sentimente complexe, cu caracter inconștient (fixație oedipiană, ură față de partener etc.).

5.5. Violența domestică. Etiologia violenței familiale

O problemă deosebit de serioasă, care afectează direct și imediat climatul familial, comunicarea și raporturile dintre membrii familiei, cu implicații numeroase și grave este reprezentată de violența în familie.

Pentru G. Sorel, violența este caricatura puterii și a autorității impuse prin forță. Violența este un comportament agresiv învățat și orientat către un anumit scop. În plus, ea are un caracter activ,

direct și distructiv. Opusul *violenței e nonviolența*, care este un tip de atitudine pasivă, de retragere, de reținere de la orice fel de manifestări agresive, de forță sau de ripostă, în scopul de a anula orice acțiune sau inițiativă de acțiune din partea atacatorului [apud 3].

Violența în familie se poate manifesta sub forme diferite. Ea are la originea sa atitudinea dictatorială, autoritară a bărbatului, soț și tată, în raport de situație ierarhică, comparativ cu ceilalți membri ai familiei sale. În aceste condiții, femeia, soție și mamă, precum și copiii vor avea, în cadrul ierarhiei familiale statutul de „supuși”. Aceste atribute ierarhice au, în primul rând, o semnificație simbolică, raportată la un sistem de valori culturale ce se perpetuează. În cadrul acestui model familial, bărbatul este șeful familiei, iar femeia și copiii sunt supușii acestuia, care-i datorează ascultare. Această ierarhie a statutelor și distribuția corespunzătoare persoanelor implicate a rolurilor conferă bărbatului drepturi asupra celorlalți membri ai familiei sale. Se poate vedea că sensul originar al violenței în familie este sociocultural și moral, raportat la arhetipul șefului [ibidem].

Etiologia violenței familiale [6, p. 240]

Potrivit *perspectivei biologice*, comportamentul violent este asociat cu factori de natură biologică, precum determinarea genetică, modul de funcționare a sistemului nervos central, sistemul endocrin, neurotransmițătorii. Studiile evidențiază faptul că persoanele predispuse la manifestarea comportamentelor violente prezintă un nivel înalt al disfuncționalității cerebrale prefrontale, disfuncționalitate cerebrală minimală, un nivel crescut de testosteron.

Perspectiva sociobiologică arată că utilizarea violenței în familie ar reprezenta o modalitate de constrângere, de control al căsniciei și vieții de familie, generată de nevoia bărbatului de a-și găsi confirmarea ca autoritate parentală.

Din *perspectiva transmisiei intergeneraționale*, oamenii au tendința de a replica comportamentele violente ale părinților lor, într-un așa-numit „ciclu al abuzului”, în care copiii abuzați devin abuzatori, iar victimele violenței devin agresori. Un rol important în menținerea și perpetuarea violenței familiale îl dețin stilurile parentale preluate de la părinți, dar și expunerea repetată la scene de violență familială. Însă nu toți devin abuzatori și agresori, datorită suportului social extrafamilial.

Teoria sistemelor familiale susține că interacțiunile sociale reciproce mențin actele violente din cauza influențelor sociale reciproce. De exemplu, părinții cu un comportament violent reciproc au disfuncții maritale și își descriu copiii ca fiind agresivi și cu o mare nevoie de atenție. Abordarea sistemică îmbină teoria tradițională a sistemelor familiale cu credințele individuale și familiale, susținând că, în mediile familiale violente, membrii familiei dețin anumite credințe (de exemplu, acceptarea violenței) care împiedică încercările acestora de a-și rezolva problemele în mod eficient și nonviolent.

Un alt factor cu impact major îl constituie stresul familial. Șomajul, problemele financiare, statutul socioeconomic scăzut, existența unui mediu de trai impropriu, insatisfacția profesională, existența în familie a unui copil cu nevoi speciale ori apariția unor sarcini nedorite reprezintă factori de risc în apariția, menținerea și perpetuarea violenței familiale.

Violența fizică este însoțită de cea psihologică. Agresiunea fizică nu se produce aproape niciodată ca un element izolat, singular, ci este acompaniată de alte forme de abuz și se constituie într-o suită cronologică de evenimente care duc la manifestări cu gravitate progresivă.

Studiile psihologice au demonstrat că o relație violentă trece prin mai multe stadii, alcătuiind un așa numit „ciclu al violenței”, care include mai multe etape [apud 1]:

Faza exploziei. În această etapă are loc un episod de violență. De-a lungul timpului, aceste episoade de violență se pot intensifica.

Faza de remușcări. Este etapa în care bărbatul se simte rușinat sau vinovat pentru actul de violență comis, dar nu-și asumă responsabilitatea pentru ceea ce a făcut, susținând că a fost provocat de parteneră sau că nu și-a dat seama ce face deoarece consumase prea mult alcool. Îi promite partenerii că nu se va mai întâmpla niciodată așa ceva.

Faza de urmărire. Dacă partenera se supără, nu mai vorbește cu el sau îl părăsește după episodul violent, bărbatul va încerca din răspuțeri să o convingă de faptul că îi pare rău de cele întâmplate, cumpărându-i cadouri, fiind atent, iubitor, având un comportament ireproșabil. Sunt și situații în care bărbatul se declară neajutorat și amenință că se sinucide dacă partenera nu îl iartă. Astfel cuplul intră în următoarea fază.

Faza de relaxare sau a „lunii de miere”. Este o etapă în care bărbatul devine mai comunicativ, mai atent cu nevoile victimei, iar ea speră ca el s-a schimbat. Dacă cei doi se împacă, niciunul nu mai vrea să-și amintească durerea resimțită după episodul violent. Dar în majoritatea cazurilor, ciclul o ia de la capăt și femeia ajunge să-și piardă încrederea în sine.

Faza de așteptare este etapa în care femeia se simte dominată de partener, pentru că acesta exercită controlul asupra ei dar și din cauza faptului că imaginea de sine a femeii a scăzut.

Faza de acumulare a agresivității este etapa în care bărbatul acumulează tensiune, pe fondul unor factori diferiți: stres de la serviciu, obligații familiale. Comportamentul bărbatului devine din ce în ce mai agresiv și nu contează deloc că cei din jur încearcă să-l detensioneze. Această stare există și la cuplurile non-conflictuale, dar la cele în care există violență se trece în prima fază.

Violența în familie are o serie de efecte și consecințe atât pe termen lung, cât și pe termen scurt, care se manifestă pe mai multe planuri și anume: sănătate fizică și mentală, profesie, statut economic, viață socială. Violența în cuplu afectează calitatea vieții și securitatea femeilor. O întrebare pe care și-o pun terapeuții care lucrează cu femei victime ale violenței în cuplu este „ce le face pe aceste femei să nu părăsească relația chiar și atunci când au condițiile materiale necesare să o facă?”.

O explicație în această direcție o constituie faptul ca femeile își formează un sens al sinelui, al autovalorii și al identității feminine prin abilitatea de a construi și a menține relații cu alții. Aceste imperative sunt transmise fetelor de mame, a căror viziune vizavi de obligațiile feminine era să conserve atât relațiile familiare, cât și familia ca întreg, fără să conteze care este sacrificiul personal. Astfel, fetele, la fel ca și mamele lor, ajung să-și măsoare stima de sine prin succesul sau eșecul încercării lor de a conecta, forma relații, a furniza grijă și a îmbogăți cealaltă persoană [ibidem].

Activități de învățare:

1. Realizați și explicați Diagrama „Cauză-efect” pentru nevroza conjugală.
2. Aplicați Tehnica „Diagrama ideilor esențiale”. Enumerați ideile esențiale ale structurii conflictului familial. După care reformulați 3 idei în manieră personală, ilustrând modul de înțelegere a conținutului.
3. Argumentați în patru pași - formulând scurte teze cu referire criza familiei. Structura propusă: teză (afirmație), explicație (premise), dovadă (evidență-suport), concluzie.
4. Analizați informația despre gelozie, elaborând și concluzii după algoritmul:
 - *Acest subiect îmi este cunoscut, deoarece... ;*
 - *Noutatea acestui subiect este... ;*
 - *Este important ca soții să cunoască că...*

5. Aplicați Metoda celor 5 Why (De ce?) pentru subiectul *Violența familiei*. De ce? 2. Pentru că ... De ce? 3. Pentru că ... De ce? 4. Pentru că ... De ce? 5. Pentru că ... De ce?

Aplicați Metoda 5 How (Cum?) pentru *violență*: Cum? 2. Trebuie să ... Cum? 3. Trebuie să ... Cum? 4. Trebuie să ... Cum? 5. Trebuie să ... Cum?

Referințele bibliografice:

1. Acriș Corina. Cuplul în impas: repere teoretice și aplicative. București: Editura SPER, 2013. ISBN 978-606-8429-19-9 pp. 31-32; 42-45.
2. Calaraș Carolina. Conflictologie familială. Suport de curs pentru Masterat. Specialitatea: Consiliere și educația familiei. UPS „I. Creangă” din Chișinău. Chiș: Primex- Com SRL, 2014. p.6, 10-12.
3. Enachestu C. Tratat de psihosexologie. Iași: Polirom, 2008 ISBN: 978-973-46-0911-6 pp.96, 107-108.
4. Enea Violeta (coord) Intervenții psihologice în școală. Manualul consilierului școlar. Iași: Ed. Polirom, 2019 pp. 540-542.
5. Gafton S. L., Turliuc M.N. Gelozia ca factor generator de violență în cuplurile conjugale. În: materialele Conferinței *Violența în familie: între stigmatizare, acceptare socială și intervenție terapeutică*: Iași, 12-13 sept. 2008 Iași: Ed. Universității „Al.I.Cuza”, 2008 ISBN 978-973-703-357-4 pp. 75-76
6. Golu Florinda. Manual de psihologia dezvoltării: o abordare psihodinamică. Iași: Polirom, 2015. ISBN print: 978-973-46-5627-1 pp. 240-241
7. Oțetea Răzvan Alexandru. Familia ca mediu socializator și educațional: conținutul și formele colaborării dintre școală și familie în perioada actuală. Bacău: Ed. Grafit, 2007. ISBN; 978-973-1754-09-3 p.50



VI. DIMENSIUNI PSIHLOGICE ALE DIVORTULUI

Subiecte de conținut:

- 6.1 Divorțul - noțiuni generale;
- 6.2 Stadiile psihologice ale disoluției căsniciei;
- 6.3 Consecințele divorțului;
- 6.4 Decesul și abandonul familial.

6.1 Divorțul - noțiuni generale

Mitrofan și Ciupercă (2002) identifică unele dizarmonii ale vieții în doi: rutina, monotonia, conștientizarea faptului că fericirea inițială nu durează pentru totdeauna, tendințele manipulative ale unuia dintre parteneri sau ale ambilor, deficiențele de comunicare (lipsa de ascultare a celuilalt), conflictele conjugale (certurile cotidiene, violența, abuzurile, evadarea în vicii), adulterul, problemele de natură sexuală, rutina unei conviețuiri banalizate.

Adesea, în spatele unui cuplu cu o aparență bună se ascund importante tulburări funcționale psihofamiliale, psihosexuale, tulburări privind identitatea unuia sau a altuia dintre parteneri, rolurile și statuturile acestora. Toate aceste aspecte, precum și altele au consecințe serioase, adesea deosebit de grave, afectând puternic grupul familial și putând duce la apariția unor crize de separare sau de dezorganizare a familiei.

În momentul în care iubirea inițială începe să se stingă, apare lipsa de comunicare, asociată de cele mai multe ori cu monotonia, obișnuința, plafonarea. Este important să știm să fim buni ascultători, să fim atenți la nevoile celuilalt, întrucât, în absența comunicării, relația nu poate funcționa, iar partenerii se simt singuri,

funcționale ale cuplului, lipsa iubirii, lipsa de maturitate pot duce la apariția infidelității. Atunci când oamenii se simt lipsiți de iubire, nevalorizați, plictisiți, dezamăgiți, cu un nivel scăzut al încrederii în sine, aleg o altă relație, ce va aduce în viața lor pasiune, romantism, încredere în propria feminitate/ masculinitate, confirmare de sine.

În evoluția relației de cuplu și a căsniciei, partenerii parcurg mai multe etape: inițial, cei doi au sentimente totale de identificare, cu accentuarea similarităților, în defavoarea diferențelor; apoi se trece la complementaritate, fiecare se bucură de alteritatea (faptul de a fi o altă persoană) celuilalt. În acest punct, este necesar un echilibru între a fi împreună și a fi separați, pentru a răspunde nevoilor fiecăruia de schimbare și evoluție. În negocierea acestui echilibru, apar adesea sentimente ambivalente. Unul poate adopta apropierea, celălalt separarea, creându-se astfel o dinamică de tipul următor-urmărit, ce poate genera conflicte puternice, care maschează de fapt temerile fiecăruia privind fuziunea și izolarea, asociate cu intimitatea.

Cum se pot soluționa aceste dizarmonii ? Este nevoie de dialog, compromis și negociere, acordare de atenție partenerului, înțelegere și onestitate, maturitate emoțională. Pentru depășirea crizei, este nevoie de depășirea tendințelor egocentrice, de grijă reciprocă, de tolerare a individualității celuilalt, de conținere reciprocă, de înțelegere. Astfel, aceste momente critice se pot transforma, dintr-o divergență relațională ireconciliabilă, într-o șansă a revitalizării relației. [apud 4].

Divorțul reprezintă modalitatea juridică prin care se desface o căsătorie. Conotațiile acestui act sunt, însă, mult mai complexe decât simpla hotărâre judecătorească.

Explicația cea mai simplă a unui divorț rezidă în faptul că acesta nu este altceva decât efectul unor relații disfuncționale în cuplu,

ca urmare a imaturității, incapacității și ignoranței cuplului în a se autodezvolta prin cunoaștere și colaborare.

Totuși, există și alte cauze - unele indirecte - care predispun la divorț, printre cele mai importante numărându-se:

- emanciparea economică a femeii;
- industrializarea, modernizarea și urbanizarea;
- rezolvarea problemei locuințelor;
- schimbarea mentalității despre divorț.

Lisa Parkinson ne propune, la rândul ei, alte explicații asociate fenomenului divorțialității [apud 5]:

1. cuplurile care se căsătoresc astăzi așteaptă să obțină prin căsătorie fericire personală, în vreme ce cuplurile din generațiile precedente erau, în general mulțumite dacă partenerul se comporta satisfăcător ca stăpân al casei sau întreținător de familie. De aceea, speranțele ridicate cu privire la fericirea maritală se transformă mult mai repede în reproșuri și dezamăgiri, pentru că realitatea nu se potrivește așteptărilor.

Altfel spus, „sistemul marital întemeiat dominant pe nevoi expresive (suport emoțional, afecțiune, confort psihologic și sexual) și mai puțin pe nevoi instrumentale (creșterea copiilor, presiunile familiei extinse etc.) conduce la o mai mare libertate de dizolvare oficială a cuplurilor carentate”.

2. o altă cauză ar fi evenimentele „paranormative”, adică-boala, infirmitatea, șomajul etc. Din acest punct de vedere, incidența divorțului continuă să fie ridicată, chiar și la barbații șomeri în vârstă de peste 50 de ani.

O relație cauzală între șomaj și divorț nu a fost încă dovedită, dar sărăcia și pierderea statutului, asociate cu șomajul reprezintă un stress teribil pentru șomeri și familiile lor.

6.2 Stadiile psihologice ale disoluției căsniciei

Ca eveniment familial, divorțul nu reprezintă începutul unui conflict, ci finalizarea unor conflicte manifeste și latente, care au

erodat treptat viața maritală, constrângând, cel puțin pe unul dintre parteneri să ia o decizie definitivă în acest sens. Astfel, conform cercetărilor, forma „clasică” a divorțului, prezintă un „proces” desfășurat în următoarele etape [3]:

a) Apariția unor perturbări mai mult sau mai puțin puternice, în viața cuplului din punct de vedere al resimțirii unor insatisfacții și al conștientizării unor incompatibilități sporite în domeniul relațiilor afective și al raporturilor sexuale. Unele din aceste resentimente pot fi exagerate, mai ales atunci când sunt alimentate de prezența unei terțe persoane, o legătură extraconjugală, care pare mai interesantă și mai „promițătoare” din diferite puncte de vedere. Dacă această criză nu este tratată cu înțelegere de partenera legală de cuplu, ea poate determina multiple conflicte familiale, inclusiv disoluția căsătoriei;

b) Existența unor conflicte puternice și apariția incidentelor (certuri sau chiar agresiuni) care conduc, pe unul sau pe ambii parteneri, să menționeze pentru prima dată posibilitatea divorțului, fără ca acesta să reprezinte o soluție bine gândită;

c) Compromiterea relațiilor de cuplu prin manifestarea deschisă a unor conduite sau atitudini ostile și agresive, lipsind, de această dată, orice preocupare pentru salvarea aparențelor. Certurile și conflictele se desfășoară aproape zilnic, sub ochii rudelor apropiate, a vecinilor și a prietenilor, fiecare dintre soți încercând să blameze pe celălalt pentru eșecul căsniciei;

d) Elaborarea unei decizii ferme în vederea divorțului atât ca efect direct al unui eveniment sau incident resimțit ca fiind extrem de negativ ori dăunător, și, ca rezultat indirect, al frustrărilor și tensiunilor acumulate în cursul timpului;

e) Trăirea situației de criză acută în cadrul căreia intervine în toate palierele vieții familiale și conjugale. Fiecare soț își duce existența în mod separat de celălalt, chiar dacă ambii parteneri conviețuiesc, încă, în aceeași locuință;

f) Intervenția divorțului ca decizie sancționată legal care urmează, de obicei, unei îndelungate perioade de separare. Dat fiind faptul că procedurile de divorț sunt reglementate în mod juridic, iar instanța admite desfacerea căsătoriei numai pe baza unor motive argumentate, adeseori partenerul care ia primul inițiativa de a divorța exagerează, amplifică sau chiar inventează aceste motive pentru a obține o hotărâre definitivă;

g) Perioada de readaptare din punct de vedere al vieții personale și, în multe cazuri, apariția deciziei de reconstruire a unei noi relații de cuplul legal consfințite.

Într-o altă tipologie a procesului de divorțialitate, efectuată pe baza studiilor

O altă clasificare a stadiilor divorțului se axează pe fonul emoțional al acestora. Cele cinci etape propuse de Cretescu I. descriu stadiile emoționale pe care le trăiesc foștii parteneri [apud 6].

1. Etapa de șoc. Apare când unul din parteneri vrea să divorțeze și celălalt este luat pe nepregătite, chiar dacă între cei doi există o situație conflictuală. Aceasta este starea de șoc (etapă inconștientă): persoana poate sta ca într-o transă, amortire din pune de vedere emoțional, și refuză să vadă realitatea. Această stare poate dura ore, zile sau chiar săptămâni.

2. Etapa de negare. Atunci când persoana începe să devină conștientă de realitate, tendința va fi de negare sau de minimalizare a situației. Este o etapă inconștientă, în care mintea încearcă, de asemenea, să ne protejeze. Acum pot apărea stările de insomnie, depresiile, lipsa concentrării și starea de irascibilitate. De asemenea, obiceiurile alimentare pot fi perturbate (fie mâncarea în exces, fie refuzul de la mâncare).

3. Etapa de haos emoțional. Revenirea la realitate (etapă conștientă): crește responsabilizarea, apar sentimente noi față de persoana cu care ne-am împărțit viața, cum ar fi ura, răzbunarea și furia că nu a luptat suficient pentru a menține căsătoria;

învinovățirea pentru ruptura relației, îngrijorare față de viitor, frica de a rămâne singuri sau rușine față de societate. Această instabilitate emoțională și lipsa de control asupra noastră și a vieții este normală în perioada divorțului.

4. Etapa de acceptare. Acceptarea divorțului și înțelegerea a ceea ce se întâmplă: cercetarea trecutului, căutarea răspunsurilor și găsirea explicațiilor și justificărilor. Persistă emoțiile și sentimentele contradictorii și distructive. În această perioadă nu este recomandat de luat decizii importante, însă trebuie de început de reorganizat viața și prioritățile.

5. Etapa de recuperare. Atunci când fostul partener nu mai face parte din gândurile celuilalt și nu mai afectează în nici un fel prezența lui sau deciziile luate de acesta. Apare optimismul spre viitor, liniștea și împăcarea cu deciziile luate, are loc iertarea unuia față de celălalt.

6.3 Consecințele divorțului

Din punct de vedere social și individual divorțul este un fenomen ambivalent: el rezolvă o serie de dificultăți (înlăturarea tensiunilor și conflictelor familiale, atenuază traumatizarea copiilor ca urmare a disputelor dintre părinți) dar creează și altele noi (stres psihic, dificultăți economice).

Divorțul ridică probleme serioase pentru parteneri, afectând stabilitatea căsătoriei și antrenând după sine multiple efecte demografice și sociale negative.

De regulă, divorțul este precedat de o lungă acumulare de insatisfacții ale cuplului și grupului familial în ansamblu, de alterarea progresivă a funcțiilor sale, de apariția unor stări de tensiune și instabilitate afectivă între soți, de diminuarea sentimentelor de dragoste și fidelitate, neîndeplinirea obligațiilor morale și legale asumate reciproc etc. Uneori el este urmat de recăsătorirea părintelui restant, cu tot alaiul de evenimente care o reînsoțesc: apariția unor alți copii din căsătoria anterioară a noului

soț, apariția unor copii din actuala căsnicie, schimbarea configurației și relațiilor familiale. Dezorganizarea familiei nu se reduce la divorț. Disocierea ei prin decesul unuia dintre parteneri sau prin crizele de mai mare sau mai mică intensitate care o perturbă - spitalizarea, privarea de libertate a unuia din părinți, alcoolismul, pierderea unui copil, abandonul familial, absența afecțiunii, confruntarea cu probleme economice insolubile, conflictele între soți - exercită și ele, în grade diferite, influențe negative asupra copilului.

Reacțiile copiilor în fața unor astfel de situații îmbracă o multitudine de fațete: afective (anxietate, depresie, obsesii, fobii, insecuritate), caracteriologice (agresivitate, detașare, suprasensibilitate), cognitive (eșecuri ale performanței școlare), psihosociale (conflict cu familia, revoltă contra părinților, încercările de a slăbi legăturile de dependență față de aceștia). Numai unul din patru copii provenind din familii divorțate își vede tatăl sau mama o dată pe săptămână. Și aproape jumătate nu au deloc sau au prea puțin contacte de orice fel cu tații lor după divorț. Contactul bărbaților cu copii lor provenind din căsătorii anterioare este redus atunci când se recăsătoresc și au copii cu noua soție. Divorțul are un puternic impact asupra copiilor, care sunt marcați de numeroase probleme psihologice și relaționale. Reacția lor este diferită în funcție de vârstă, sex, timpul trecut de la ruptura intervenită între părinți, calitatea relației trecute și prezente cu fiecare dintre aceștia etc.

Pe termen scurt, cel mai afectați sunt copiii de vârstă mică (sub 6 ani), care devin mai neascultători, mai agresivi, mai puțin afectuoși. Copiii de vârste mai mari sunt marcați de tristețe, sentimente de frustrare, confuzie, anxietate, de conflicte de loialitate, mulți dintre ei căutând contactul cu părintele absent.

Nici în adolescență experiența divorțului nu este suportată fără probleme: furia, sentimentul de neliniște în legătură cu viitorul,

decepția, indignarea morală, chiar disprețul. Reacțiile se manifestă cu cea mai mare parte în primul an după separarea părinților, cu timpul ele atenuându-se, dar nu în toate cazurile (după cinci ani aproximativ o treime continuă să manifeste insatisfacție, depresie, solitudine, întâzieri în dezvoltare) [7].

Ideea de bază este aceea că divorțul este foarte greu de suportat pentru copii. Dar dacă părinții reușesc să depășească bine momentul, într-un mod amiabil și se concentrează pe nevoile acestora, pot reduce efectele negative și-i pot ajuta să devină cetățeni responsabili.

Mulți copii din zilele noastre pot fi oricând „prinși la mijloc“ de un divorț parental. Cei din familiile divorțate suportă consecințe dureroase, dar cei care sunt sprijiniți și cărora li se oferă informații legate de modul în care trebuie să reacționeze în astfel de situații pot depăși mai ușor momentele limită.

Cum se poate realiza acest lucru? „Co-parentarea“ este o expresie utilizată pentru a-i descrie pe părinții divorțați sau separați, sensibili la necazul copiilor lor, care își însușesc tehnici prin care să evite să-și determine copilul să aleagă pe unul dintre ei. Trebuie să admitem că multor cupluri le este foarte greu să divorțeze pe o cale amiabilă. De obicei există furie, resentimente, dezamăgire și durere. Părintele se poate folosi în mod eronat de copil, considerându-l un fel de „instrument“, prin care controlează accesul celuilalt părinte la fiul/fiica sa sau la suportul financiar. Toate acestea expun copilul unui risc mărit, împovărându-l și mai mult decât este în urma problemelor generate de divorț.

Când familia se reorganizează în urma separării sau a divorțului, responsabilitățile parentale trebuie și ele să fie modificate. E recomandabil să nu se uite de ce este foarte important să dezvoltăm un nou parteneriat, ca părinți ai copiilor noștri.

- O relație cooperantă între doi adulți referitoare la probleme parentale ajută copiii în procesul general de adaptare a acestora la divorț sau separare.

- Conflictul între foștii parteneri este, probabil, inevitabil; ceea ce contează este cum este rezolvat acest conflict.

- Strategiile distructive de depășire a crizei îi afectează pe toți cei din familie; un rezultat pozitiv este dat de strategiile constructive [1].

6.4 Decesul și abandonul familial

Decesul este fenomenul care impune despărțirea definitivă atât a soților, cât și a copiilor de părintele mort, acesta fiind șocul cel mai puternic.

Dacă, în cazul divorțului copilul poate avea contacte cu părintele care nu mai locuiește cu el, având (în cazurile în care acest părinte se implică în creșterea sa) cel puțin emoțional încă un suport, decesul unui părinte provoacă o “prăbușire” psihologică atât pentru văduv/ă, cât și pentru copil. Cu atât mai mult, pentru a-și rezolva de unul singur problemele care, de obicei, sunt rezolvate de două persoane (soțul și soția).

Dacă după divorț, relațiile dintre un soț și rudele de sânge ale celuilalt soț dispar, în cazul decesului este de așteptat ca părintele văduv să primească sprijin mai mare atât de la rudele soțului/ei, cât și de la rudele de sânge. În cazul morții unuia dintre soți, suportul acordat de rudele rămase în viață este considerabil, mergând până a locui în continuare în cadrul familiei extinse.

În societatea post-industrială însă, părintele singur își diminuează relațiile cu rudele de sânge ale fostului partener și menține relații strânse cu propriile rude. Acestea, în special părinții, vor prelua o parte din îndatoririle fostului soț, sprijinind cu bani, sfaturi și cu timp efectiv consumat pentru supravegherea nepoților. Acest sprijin pare să fie mult mai mare în mediul rural unde adesea bunicii locuiesc împreună cu copiii și nepoții lor și,

cea ce este foarte important, acest sprijin oferă și un “substituit”, dacă putem numi astfel, pentru pierderea părinților. Văduva nu poate fi condamnată, nici chiar de cele mai tradiționale mentalități, astfel, că dragostea bunicilor pentru nepoții aflați într-o astfel de situație nu este umbrită de acuze pentru părintele rămas. Dimpotrivă, chiar și acesta își poate regăsi mai ușor drumul și își poate educa copiii normal.

Abandonul de familie este, din punct de vedere juridic, fapta celui care, având obligația legală de întreținere față de o persoană, o părăsește, o alungă sau o lasă fără ajutor, expunând-o la suferințe fizice sau morale, ori nu asigură pensia de întreținere stabilită pe cale judecătorească. Abandonul de familie constituie o faptă cu urmări deosebite asupra personalității abandonatului, mai ales dacă acesta este o persoană în formare. Nimic nu poate justifica un asemenea gest, deoarece în general în relațiile interumane din cadrul familiei apar în prim plan de natură afectivă, care înglobează foarte multe elemente: afecțiune, mare apropiere sufletească, grijă, sprijin, puternică preferință și atracție interpersonală.

Abandonul familial implică, de cele mai multe ori, o etichetare a familiilor, ceea ce afectează atitudinile și comportamentul părinților și, implicit, al copiilor. Dincolo de această problemă, abandonul aduce în viața celor rămași “vina” pentru ceea ce s-a întâmplat. Dacă pentru adulți problemele căsniciei și ale traiului împreună fac abandonul mai ușor suportabil, copiii nu se pot adapta ușor la această situație. Pentru ei, chiar dacă au fost martorii dificultăților de comunicare ale părinților și ale violenței, de foarte multe ori prezentă, abandonul este șocant.

Întotdeauna cineva poartă vina părăsirii, iar copiii o resimt ca pe o vină fie a părintelui rămas cu ei, fie ca pe o vină a lor înșiși. Părintele rămas cu copiii poate evita discuțiile, fiind nervos și

confuz sau crezând că-și protejează copiii, nedeschizând subiecte tabu.

Dacă în cazul divorțului, în care ambii părinți sunt actorii unui proces, acceptă anumite decizii, sunt prezenți, copiii pot spera că strategiile lor de reunire mai pot da roade, abandonul lasă loc numai speranței că, la rândul lui și părintele plecat, va resimți la fel de acut lipsa familiei și se va întoarce.

Efectele psiho-traumatizante ale abandonului de familie sunt incontestabile. Pentru menținerea echilibrului psihologic, a sănătății psihice a individului, mai ales a copilului, când se află în plină perioadă de conturare și stabilizare a diferitelor comportamente ale personalității sale este necesară, în primul rând, menținerea unor relații normale intrafamiliale, conduita părinților oferind copiilor modele de identificare. Starea de abandonat se poate asocia cu instalarea unor stări depresive, a unor atitudini de autoizolare, de autodeprecieri, autodevalorizare. Chiar dacă prin acțiune judecătorească cel ce a comis fapta de abandon de familie își reia obligațiile, nu înseamnă că, automat, și celelalte efecte, mai ales cele de natură psiho-traumatizantă sunt total și definitiv înlăturate [7].

Activități de învățare:

1. Elaborați un organizator grafic pentru a explica noțiunea de divorț;
2. Identificați conform stadiilor psihologice ale disoluției căsniciei „procesul” desfășurat.

Stadiul	Procesul

3. Formulați 1-5 argumente pro sau contra divorțului; Elaborați o listă de îndemnuri pentru părinții care vor să divorțeze.

4. Cum explicați abandonul familial, aplicând tehnica PRES: P (punct de vedere), R (raționament), E (exemplu), S (sumar).

Referințele bibliografice:

1. Băran-Pescaru A. Familia az. O perspectivă sociopedagogică. București: Ed.Aramis, 2004 ISBN 973-679-042-8 pp.116
2. Bonchiș Elena (coord) Dezvoltare umană- aspecte psihosociale. Oradea: Ed. Imprimeriei de Vest, 2000 ISBN 973-9329-77-2p.264-265.
3. Cuznețov L. Consilierea și educația familiei. Introducere în consilierea ontologică complexă a familiei. Chișinău: Primex corn SRL, 2015, 488p
4. Golu Florinda. Manual de psihologia dezvoltării: o abordare psihodinamică. Iași: Polirom, 2015. ISBN print: 978-973-46-5627-1 pp. 242- 245
5. Mitrofan I., Ciuperca C. Incursiune in psihosociologia si psihosexologia familiei. București: Ed. Edit Press, 1998. ISBN: 973-9415-00-8 pp. 137
6. Pavlenko Lilia. Psihologia familiei. Ghid metodologic. Chișinău, 2017 pp.88-90
7. Voinea M. Familia contemporană. Mică enciclopedie. București: Editura FOCUS, 2005 ISBN 973-87104-6-4 pp.180-181: 185-186



VII. PARENTALITATEA ȘI RELAȚIILE PĂRINȚI-COPII

Subiecte de conținut:

- 7.1 Tranziția spre parentalitate;
- 7.2 Tată/ mamă - tipuri;
- 7.3 Relația părinte - copil;
- 7.4 Îndrumarea și autoritatea parentală. Stilurile parentale;
- 7.5 Iubirea parentală.

7.1 Tranziția spre parentalitate

Un moment important din viața majorității adulților este acela în care ei devin părinți. Conceptul de „parentalitate” tinde să se substituie noțiunilor de „maternitate” și „paternitate”, pe care le co-subordonează. Parentalitatea desemnează rolurile sociale ale părinților (responsabilitățile și drepturile lor), indiferent de sex, în raport cu copiii [3].

Apariția unui nou membru în familie constituie o experiență unică, extraordinară, dar și foarte grea. Viața celor doi începe să se schimbe, iar tranziția către rolurile parentale este dificilă chiar și pentru cuplurile cu o dinamică relațională armonioasă. Trecerea de la rolurile conjugale la cele parentale se fundamentează pe relația psihologică cu viitorul copil, chiar dacă încă nu este reprezentabil: ce reprezintă copilul, ce compensează, pe cine substituie, cum va fi, cu cine va semăna etc. [2].

A.S. Rossi (1968) a identificat patru caracteristici ale parentalității, care explică și dificultățile pe care le implică instalarea ei [apud 3]:

- Presiunile culturale asupra persoanelor căsătorite de a-și exercita aceste roluri sunt în continuare foarte mari, mai ales asupra

tinerelor femei de a considera maternitatea ca fiind necesară împlinirii personale.

- Deși parentalitatea a devenit în mare măsură o chestiune voluntară (în condițiile dezvoltării mijloacelor contraceptive și a înșămânțării artificiale), ea poate să apară ca o consecință a unui act sexual întâmplător, ne-protejat, care a fost realizat din cu totul alte motive. Din acest motiv, există în continuare un număr mare de căsătorii care apar ca efect al sarcinilor nedorite.

- Statutul parental este relativ neschimbător. Din momentul în care dobândim acest statut, suntem legați de el pe viață. Indivizii au devenit mult mai mobili astăzi, ei părăsind mai ușor slujbele nesatisfăcătoare și chiar mariajele nefericite. Este însă mult mai greu de părăsit statutul de părinte, care nu încetează după divorțul soților.

- Există puține roluri atât de slab definite precum sunt cele parentale. Indivizii sunt prin urmare extrem de slab pregătiți pentru a le pune în act. Pregătirea pentru rolurile parentale este cel mai adesea nooficială/familială și sporadică, iar liniile care ghidează interacțiunile dorite părinte-copil și conduita a ceea ce constituie un „bun părinte” sunt vagi.

După nașterea copilului, în ciuda gratificațiilor pe care le oferă noul-născut, apar dificultăți absolut normale: neexperimentați, părinții se simt stânjeniți (o stare emoțională în legătură cu redistribuirea rolurilor în condițiile trecerii de la diada conjugală la triada în care soția devine și mamă, iar soțul și tată), propria copilărie a părinților revine la suprafață generând sentimente pozitive, negative sau ambigue, care își pun amprenta asupra relațiilor familiale (amintirile senzoriale cu propria mamă, unele angoase din copilărie, ambivalența adolescenței etc.) sau dificultățile legate de găsirea propriului loc în constelația familială (femeia întreține cu copilul o relație fuzională, din care soțul se poate simți, uneori, exclus). De la început, tatăl trebuie să stabilească

interacțiuni cu copilul și să sprijine despriderea mamei de copil, să o ajute în găsirea “bunei distanțe” față de acesta.

Dacă majoritatea studiilor nu clarifică tipurile de schimbări care provoacă un stres mai puternic în trecerea la statul de părinte, lucrarea lui B.C. Miller și D L. Sollie (1980) analizează natura schimbărilor de-a lungul a două dimensiuni: cea personală și cea maritală. Într-un studiu longitudinal, asupra stresului normal care însoțește tranziția spre parentalitate, cei doi autori concluzionau că tații și mamele trăiesc un stres personal semnificativ mai mare decât în perioada anterioară nașterii copilului, iar mamele și un stres marital, considerabil sporit. Mai ales după nașterea primului copil, soțiile percep mai multe schimbări survenite în viața lor, comparativ cu soții lor, atât în dimensiunea personală cât și în cea maritală (Lynda Cooper Harriman, 1983). Însă marea majoritate a acestor modificări sunt apreciate ca fiind pozitive atât de soții cât și de soți. Schimbarea disponibilității sexuale a soției a fost una din puținele modificări maritale pe care bărbații le raportează ca fiind negative și dificile. Dar, și soțiile apreciază în manieră negativă faptul că acordă o mai mică atenție soților lor. Toate celelalte schimbări au fost evaluate pozitiv de ambii soți. Mai mult, studiul indică faptul că modificările și ajustările inter-parentale nu survin doar în cursul primului an de viață al copilului, ci și ulterior, de-a lungul copilăriei acestuia. În cazul nașterii următorilor copii, schimbările suferite de părinți (în planul personal sau marital) nu mai sunt la fel de mari ca în cazul primului copil (L. Cooper Harriman, 1983). La nașterea următorilor copii, cu excepția timpului destinat relațiilor maritale intime, toate celelalte aspecte modificate au fost apreciate pozitiv de ambii soți. Ajustările necesare sunt mai mici datorită deprinderilor și abilităților pe care soții le-au dobândit în cadrul experienței lor cu primul copil.

Un alt aspect studiat al tranziției spre parentalitate este cel pe care diverși autori l-au numit stadiul “lunii de miere” (D.F.

Hobbs Jr., 1968; A S. Rossi, 1968; B.C. Miller și D.L. Sollie, 1980). Primele patru până la șase săptămâni de după nașterea copilului au fost numite luna de miere a noului-născut. Ea este trăită cu exaltare, în ciuda faptului că implică unele ajustări interpersonale și adaptarea copilului imaginar la cel real. Miller și Sollie (1980) au sesizat numărul mic al ajustărilor din perioada imediat următoare nașterii și creșterea stresului personal la ambii soți între prima și a opta lună de viață a noului-născut. Acest rezultat susține ideea potrivit căreia, scurta perioadă de euforie este urmată de o perioadă de profunde ajustări interpersonale.

Adepții teoriei sistemelor familiale interesați de tranziția spre parentalitate consideră absolut necesară realizarea distincției dintre subsistemul executiv, reprezentat de regulă de părinți (naturali, vitregi sau substitutul lor), și cel al copiilor. Subsistemul executiv este cel care emite regulile, restricțiile, obiceiurile și practicile educative utilizate în familie. Deciziile și acțiunile sunt puternic afectate de “mentalitatea” care ia naștere în familie - o parte a ei existând înainte de nașterea copilului.

În momentul intrării copilului în familie, trebuie constituită o linie de demarcație clară între subsistemul executiv și cel al copiilor. Această graniță include mai multe componente. Mai întâi, ea constă în acțiunile concrete, fizice, prin care copilul este separat de părinții săi (atunci când este instalat în propria sa cameră sau primul “Nu!” spus copilului atunci când își apropie mâna de soba încinsă).

Psihologic, această graniță începe să existe de timpuriu, din momentul în care cei doi parteneri maritali încep să gândească despre ei în termeni de “părinți”, adică atunci când se simt responsabili să creeze reguli și să se ocupe de socializarea copiilor. O altă componentă a acestei granițe constă în îndrumarea parentală sau stilul educativ pe care părinții îl utilizează în scopul influențării copilului. În fine, granița dintre cele două subsisteme

familiale se întărește atunci când copiii recunosc și acceptă faptul că părinții lor au autoritatea sau competența de a-i îndruma.

Această graniță devine foarte clară chiar de la începutul relației părinte-copil. Ea este inițial în întregime definită de părinți dar, pe măsura creșterii copilului, este nevoie de unele ajustări, de o anumită permeabilitate a acesteia. Permeabilitatea liniei de demarcație dintre cele două subsisteme se referă la gradul în care granița sistemului executiv devine selectiv deschisă la informațiile și influența sistemului copiilor. Din moment ce copii se dezvoltă și se maturizează, trebuie să li se permită să participe în tot mai mare măsură, la tot mai multe din deciziile care se iau în familie - decizii care, inițial, reprezentau monopolul exclusiv al părinților.

7.2 Tată/ mamă - tipuri

Încercând să sistematizăm acest complex de situații putem distinge 3 tipuri de tați, care derivă din disocierea între rolul parental masculin fizic și cel social: a) un tată social și biologic; b) un tată social, dar nu și biologic; c) un tată biologic, dar nu și social. Această tipologie ar putea fi continuată dacă am diferenția și între tații biologici care conștientizează sau nu calitatea pe care o au.

Primul tip, tată biologic și tată social corespunde noțiunii noastre tradiționale de tată. Cel de-al doilea - tatăl social - care nu este cel biologic - are de asemenea o tradiție îndelungată. Aceasta este situația în care se află tații adoptivi, cei vitregi, cei care joacă acest rol pentru copiii, care nu sunt ai lor și care sunt cunoscuți, acceptați și recunoscuți de foarte multă vreme. Soțul unei femei inseminată artificial este o variantă modernă a tatălui adoptiv sau vitreg. Al treilea tip, bărbatul care este tatăl biologic, dar nu și cel social se împarte în două categorii: cel ce este conștient de calitatea sa de tată și cel ce nu află niciodată aceasta. Situațiile în care acesta nu este conștient de rolul său sunt cele în care el nu

cunoaște absolut nimic despre nașterea ulterioară a copilului. Asemenea lucruri se întâmplă mai ales în unele situații nefirești - în războaie, de pildă - sau când există relații intime între indivizi care s-au cunoscut ocazional. În majoritatea cazurilor conceperea nu a fost planificată. Bărbații implicați ca donatori în înseminarea artificială se află oarecum într-o poziție diferită. În majoritatea cazurilor ei nu cunosc identitatea femeii implicate, nu au nici un fel de legătură cu aceasta. În cele mai multe situații nici măcar nu află dacă înseminarea a reușit sau nu.

Mama — tipuri

În ceea ce privește tipurile de mame, în mod tradițional putem vorbi de trei cate-gorii, clasificare apropiată într-o anumită măsură celei referitoare la tați, cu excepția situației în care calitatea de mamă nu este conștientizată în cazul celor bolnave mintal. Odată cu dezvoltarea tehnologiei, a fi mamă înseamnă mult mai mult:

- a) mamă socială, biologică (cea tradițională);
- b) mamă socială, dar nu biologică (adoptivă, vitregă);
- c) mamă biologică, dar nu socială (mamă naturală care a renunțat la copil sau căreia i-a fost luat copilul; așa-numita „mamă surogat“);
- d) mamă din punct de vedere genetic (donatoare);
- e) mamă purtătoare;
- f) mamă din punct de vedere genetic și social, dar nu purtătoare.

În afara primelor trei tipuri des întâlnite celelalte reprezintă într-adevăr forme noi, ele având serioase implicații în structura familiei. De pildă, există deja situații în care o femeie dă naștere unui copil, cu care nu e relaționată genetic, fapt ce părea imposibil în trecut. Sunt fenomene care-i afectează mult pe cei direct implicați și pe cei din jurul lor.

7.3 Relația părinte - copil

Dacă urmărim cu atenție un grup de copii, imediat îi vom distinge pe cei care sunt siguri pe ei. Orice părinte trebuie să considere o prioritate dezvoltarea la copil a unui sentiment de încredere de sine. Cum se poate realiza aceasta? Unul dintre cele mai importante lucruri pe care trebuie să îl transmită un părinte copilului său este acela de a-l face să se știe iubit. Poate că mulți consideră aceasta un „dat“ și cred că fiul sau fiica lor va înțelege într-un fel sau altul că așa stau lucrurile. Dar nu este întotdeauna așa. Există și mame care-și umilesc copiii, atribuindu-le cuvinte dure, precum: „incapabil“, „neîndemânatic“, care-i afectează pe aceștia de-a lungul întregii vieți. De aceea există adulți convinși că sunt incapabili și lipsiți de abilități, aceste convingeri venind de undeva, din copilărie, dintr-o perioadă în care se crede că persoanele cele mai apropiate știu ce-i mai bine pentru ei. De aceea, trebuie evitate atitudinile negative, de tipul: „Ești întotdeauna atât de dezordonat! Curăță imediat!“. Acestea ar putea fi „transformate“ în: „Ar fi foarte bine dac-ai putea să cureți aici.“ Urmate mai târziu de: „Bravo! Știam că poți.“ întărirea pozitivă este foarte utilă pentru moralul copilului.

Dacă într-adevăr trebuie criticat dintr-un motiv foarte bine întemeiat, atunci e bine să se înceapă discuția cu: „Nu este suficient dacă” ori cu „Ar fi mai bine dacă” în nici un caz însă cu: „Faci numai prostii...“, care sperie copilul și sună ca o sentință definitivă.

■ Pentru a-i oferi încredere în sine este util să i se dezvolte anumite abilități: să întrebuințeze corect foarfecă, să traverseze strada, să meargă pe bicicletă; toate acestea îl ajută să se simtă mai independent. De fiecare dată când este aprobat de către părinte în tot ceea ce întreprinde, copilul își demonstrează sieși că poate și tot restul vieții va fi sigur de ceea ce face. Dacă știe ce se așteaptă de la el în diverse situații, va ști și cum să acționeze. Fiind

fermi în deciziile pe care le iau și în discuțiile cu copiii lor, părinții vor afla cu mai multă ușurință motivele pentru care ceva este în neregulă cu fiul sau fiica lor, pentru că îl vor cunoaște mai bine și le va fi mai facil să ia măsuri.

■ Copiii au într-adevăr nevoie să fie ascultați de părinți. Pentru a realiza aceasta, trebuie ca adulții să fie la dispoziția lor și să-i asculte cu mare atenție. Toate acestea necesită timp. Părinții din zilele noastre se plâng mereu de lipsă de timp, mai mult decât de comportamentul copiilor lor. Cu toții avem mai multe abilități parentale decât tindem să folosim. Știm cum să ne tratăm copiii, știm cum să fim părinți mai buni, însă avem dificultăți în a ne găsi timp pentru aceasta. Ne înfuriem pe cei mici nu doar pentru erorile lor, ci mai ales pentru timpul suplimentar pe care ni-l solicită. Nimeni nu are timp pentru copii, iar copiii cer timp. Părinții se supără când un copil are rezultate nesatisfăcătoare la școală, adesea nu din cauza notelor slabe, ci din cauza timpului pe care trebuie să-l aloce ajutorului la pregătirea lecțiilor.

Nu s-au descoperit căi ușoare de a fi părinte. Copiii au nevoie de atenție, afecțiune, aprobare, ghidare și disciplină. Nu există o garanție că dacă petreci o anumită parte din timp cu copilul tău, vei avea o relație foarte bună cu acesta. De aceea, există cazuri de părinți foarte devotați copiilor lor, care sfârșesc prin a avea un fiu, care împarte celula unei închisori cu fiul unor părinți abuzivi. Nimeni nu poate spune părinților: „Faceți aceasta și totul va fi în regulă.“ Nimic nu este atât de simplu. De cât timp este nevoie? Dacă am avea tot timpul din lume, am ști cum să acționăm?

Copiii sunt extrem de adaptabili. Ei se pot obișnui chiar și cu neglijarea. Trec ani până când observăm consecințele rezultatelor. Trebuie să ne cântărim prioritățile și să decidem ceea ce este sau nu esențial în prezent. Întotdeauna timpul pentru

carieră, soț/soție, copii, prieteni și îndeplinirea propriilor noastre obiective implică o bună organizare a activităților noastre, astfel încât să nu neglijăm nici una dintre atribuțiile diverselor roluri pe care le performăm.

Copiii nu pot aștepta. Timpul acordat lor este întotdeauna cel mai important. Dacă părinții așteaptă un moment mai bun, până încheie ceea ce au de realizat la slujbă, până când se simt mai odihniți, până săptămâna viitoare, până anul viitor, copiii deja au crescut și perioada cea mai bună a dispărut deja. Adulții ar trebui să se întrebe dacă oferă într-adevăr copiilor tot timpul pe care aceștia îl merită.

Fiecare persoană găsește timp pentru lucrurile și oamenii importanți din viața sa. Dacă reușim să acordăm timpul nostru copiilor, ei vor înțelege cu siguranță ce reprezintă ei pentru noi.

Copiii nu-și doresc nimic mai mult decât la părinții lor decât atenție. Într-un fel sau altul ei o vor primi. Ei nu realizează unde se termină drepturile lor și unde încep cele ale părinților. Această combinație poate fi dezastruoasă pentru familie. Copiii au nevoie de atenție, dar trebuie să existe niște limite. Ei nu vor înțelege niciodată drepturile parentale, dacă cei mari nu le specifică limitele dintre timpul copiilor și timpul adulților, dintre nevoile lor și cele ale părinților. Dilema începe în copilărie și se pare că nu se încheie niciodată. Conform astronomilor, lumea se învâрте în jurul soarelui. Fiecare proaspăt părinte știe că lumea se învâрте în jurul noului născut. Toată lumea din casă face tot posibilul pentru ca micuțul să fie vesel în permanență. Nici o altă creatură atât de mică nu are așa o putere impresionantă. La un moment dat adulții încep să se întrebe: „Ce s-a întâmplat, de fapt?” Numai că sunt foarte multe nopți nedormite, mese neterminate, conversații întrerupte până când părinții încep să aibă anumite resentimente.

Nu este cea mai bună cale aceea de a gravita cu totul în jurul copilului. Ați observat vreodată cât este de nefericit un copil, când

controlează întreaga familie? El devine din ce în ce mai pretențios și familia se luptă din răputeri să-l facă fericit. Este o situație într-adevăr neplăcută.

Părinții se tem că nu oferă copiilor tot ceea ce au nevoie, pentru că aceștia par să dorească mai mult de fiecare dată. Vor întotdeauna mai mult, indiferent de cât primesc. De aceea au nevoie de limite. Adulții nu ar trebui să se simtă vinovați atunci când stabilesc niște reguli rezonabile. Pentru că și ei au drepturi.

Decizia de a menține anumite limite este mai dificil de luat în cazul primului copil. Și devine din ce în ce mai ușor, pe măsură ce apar și alții. Este aproape imposibil de precizat cu certitudine când anume, în ce situații trebuie fixate limitele. Fiecare are niveluri diferite de toleranță, nevoi diverse. Atunci când părinții decid că este „destul“, atunci este momentul. Primul sfat către părinți ar fi acela că trebuie să aibă încredere în ceea ce simt. Dacă încep să se simtă frustrați, dornici de răzbunare, înfuriați, acela e momentul. Și ei merită să aibă pauze, să doarmă, să se relaxeze, să aibă timp pentru sine, printre multe altele. A stabili limite bazate pe drepturile părinților este bine și pentru copii. Când copiii își văd părinții că afirmă: „Sunt o persoană; iată ce nevoi am“ învață despre respectul de sine și despre drepturile celorlalți.

Al doilea pas în stabilirea drepturilor parentale este formularea unei întrebări de tipul: “Cum trebuie făcut?” Părinții se pot întreba doar atât: „Ce-mi doresc să fac?” Adesea cer sfaturi despre cum ar trebui să facă ceva, când, de fapt, nu au nevoie decât de cineva care să-i sprijine în ceea ce știu cu siguranță cum trebuie făcut. Nu este scris nicăieri că celor mici le place tot ceea ce fac părinții. Copilul se va plânge, în mod evident, atunci când i se va stabili o limită. Nu trebuie uitat că el nu știe cât de multă atenție trebuie să i se acorde. Copiii adaptabili acceptă cu ușurință limitele. Alții se pot plânge multă vreme, înainte de a accepta ceea ce li se impune.

A stabili limite pentru a fi protejați pare dificil pentru părinți, dar altfel nu ar mai fi părinți, dacă nu ar întâmpina obstacole. Dacă renunță la propriile drepturi, permit copiilor lor să devină tirani nefericiți. Nimeni nu merită asemenea soartă.

Când un părinte simte că e momentul să ofere informații importante, care să-l ajute pe copil în soluționarea problemei, va trebui să fie calm și să abordeze subiectul într-o manieră pozitivă. Dacă este esențial ceea ce urmează a fi spus, e bine să gândim profund modalitatea de a ne prezenta ideea. Cu cât vorbim mai puțin, cu atât vom crea impresia că știm mai multe și întotdeauna trebuie să-l convingem că avem date despre faptele sale, chiar dacă în realitate cunoaștem destul de puțin.

În ceea ce privește reacția de furie, e util să avem în vedere câteva aspecte esențiale. Toți părinții sunt uimiți că pot deveni furioși față de copiii lor, mai ales când aceasta se întâmplă pentru prima dată. Sunt cu toții convinși că un bun părinte nu ar reacționa astfel, ceea ce este total eronat. Furia este o emoție umană naturală, care implică analiza mentală a unei situații și un răspuns fizic al organismului. A nega furia este nesănătos din punct de vedere emoțional și fizic. Furia poate și ar trebui să fie exprimată. Acțiunile generate de ea trebuie controlate. Copiii sunt buni în a-și exprima furia, dar nu întotdeauna pe căi adecvate. Pot învăța cum să-și exprime starea respectivă și cum să-și controleze un astfel de comportament. Au nevoie să audă: „E bine să-ți exprimi furia, dar trebuie să înveți căile adecvate de a o arăta“. „Folosește-ți cuvintele, nu mâinile“.

Părinții trebuie să conștientizeze acest mesaj și să modeleze comportamentele utile copiilor lor. „A gândi“, chiar și când suntem exasperați, reprezintă o abilitate socială necesară. Mulți adulți nu depășesc niciodată „istericalele“ unui copil de doi ani. La această vârstă furia este un comportament normal și scuzabil. Copilașii nu au învățat să gândească în asemenea momente. Ei

doar reacționează. Din nefericire, unii adulții se află încă în acest stadiu. Nu au învățat niciodată să gândească, atunci când sunt furioși. Se folosesc de mânie ca de o scuză pentru un comportament iresponsabil. „Am fost atât de furios, încât n-am știut ce fac“. Putem accepta această „explicație“ de la un copil, dar nu de la un adult.

Problemele copiilor nu trebuie rezolvate la furie, dar de fapt, nici nu este util ca părinții să fie cei ce le oferă soluții la orice. Se știe că în loc să fie recunoscători pentru ceea ce li se spune, ei detestă să li se dea o soluție, pentru că au sentimentul că sunt incapabili. Cel mai bine este ca părinții să-i asculte. Doar atât. Este destul de dificil, dar merită efortul. O fetiță de clasa a doua vine acasă de la școală plângându-se mamei că cea mai bună prietenă a sa nu se joacă cu ea în pauză. Prima reacție a mamei ar fi să-i spună: „Găsește-ți altă prietenă“, dar ea rezistă tentației de a rezolva problema fetei. Timp de câteva zile fetița se chinuie, neștiind cum să acționeze. Mama îi este alături, dându-i dovadă de empatie și o convinge în permanență că există o soluție, pe care o va găsi rapid. Explicarea mamei este de tipul: „E greu să fii ocolită.“ „Uneori prietenii ne rănesc sentimentele.“ „Este într-adevăr o problemă, dar știi că tu te vei descurca.“ În cele din urmă, după câteva zile de suferință, fetița mărturisește bucuroasă că s-a decis să-și caute altă parteneră de joacă, a și găsit-o, de altfel, și s-au înțeles foarte bine amândouă. Mama este fericită, deși într-o discuție între adulți admite că i-a fost foarte greu să nu intervină, dar că găsirea soluției de către fiica ei o va ajuta pe aceasta să ia decizii de una singură, în viitor.

7.4 Îndrumarea și autoritatea parentală. Stlurile parentale

Practicile educative utilizate de adulți variază în funcție de caracteristicile copiilor cărora le sunt adresate. Variabila de sex, spre exemplu, este un factor important care intervine în

modificarea comportamentului adulților, pedepsele fizice pentru același tip de comportament fiind mai frecvent utilizate în cazul băieților și mai rar al fetelor. Unele studii indică și faptul că, avansarea în vârstă a copiilor este asociată cu modificarea comportamentului educativ matern, în sensul trecerii de la tehnicile fizice, mai numeroase la vârste mici, la utilizarea metodelor verbale. De asemenea, trăsăturile de personalitate și manifestările comportamentale ale copiilor influențează în mod direct comportamentul parental. Este ceea ce Bell și Harpers (1977) au numit “efectul copilului asupra adultului”.

Trebuie adăugat faptul că, părinții privesc comportamentul copilului lor dintr-o varietate de perspective. Variațiile provin atât din apartenența la diferitele categorii socio-economice, din diversitatea filozofiilor de viață asumate, din motivele, nevoile, așteptările și scopurile diferite ale părinților, cât și din amploarea diferențelor de personalitate dintre copii și părinții lor. Toate acestea influențează practicile educative utilizate de părinți. Spre exemplu, părinții aparținând claselor superioare și mijlocii valorizează reușita școlară, ca mijloc de ascensiune socială, transmițând copiilor “sindromul de reușită”, în timp ce, aceia aparținând claselor populare transmit mai degrabă un “sindrom al eșecului”, educația lor fiind dominată de pasivism și fatalism (E. Stănciulescu, 1997).

Dincolo de varietatea comportamentului parental, două categorii de practici au fost mai frecvent analizate: permisivitatea și autoritarismul. Analizând stilurile educaționale parentale în funcție de gardul de control și de manifestările afective ale părinți în relația lor cu copilul, D. Baumrind (1971, 1978, 1991) a clasificat părinții în cinci grupe: autoritari subiectivi, permisivi, neglijenți, supraprotectori și autoritari obiectivi.

Stilul autoritar subiectiv combină controlul puternic, adesea punitiv și arbitrar (de unde și atributul de subiectiv), cu nivelul

reduc al afectivității. Părinții care aparțin acestui stil sunt foarte puțin deschiși informațiilor sau influențelor venite dinspre copii. Rolul parental este văzut ca fiind cel al șefului casei, al creatorului de reguli, care disciplinează și planifică. Părinții autoritari subiectivi valorizează în mod deosebit obediența copiilor și nu ezită să utilizeze forța atunci când acțiunile sau ideile copilului sunt în conflict cu ceea ce părinții cred că este bine. Deși pot simți afecțiune pentru copii lor, ea este rar exprimată verbal sau comportamental. Rareori apar și dialogul sau negocierea, afirmațiile de tipul: “Fac acest lucru pentru binele tău. Pe mine mă doare mai mult decât te doare pe tine” sau “Vei face acest lucru pentru că așa spun eu”, fiind frecvente.

Consecințele acestui stil educațional parental sunt, cel mai adesea, creșterea ostilității, stima de sine redusă și împiedicarea dezvoltării competenței sociale a copilului (D. Baumrind, 1978,1991). El se conformează deciziilor parentale de teama consecințelor și nu ca urmare a unei decizii morale bine gândite.

Permisivitatea este opusul stilului autoritar subiectiv, ea combinând un grad scăzut de control parental cu un nivel ridicat al afectivității. Granițele dintre subsistemul parental și cel al copiilor sunt extrem de permeabile. În această practică educativă, părinții nu constituie o resursă importantă pentru copil, agenți activi care să-i formeze sau să-i modifice comportamentul, ei permițând copilului să-și regleze, pe cât posibil, singur conduita și să preia de timpuriu unele dintre sarcinile sistemului executiv.

Deși părinții își exprimă în mare măsură afecțiunea față de copil, pe care-l încurajează puternic în ceea ce întreprinde, lipsa îndrumării parentale, a efortului de control parental, diminuează capacitatea de cooperare necesară în situațiile sociale. Chiar dacă dispun de un nivel ridicat al stimei de sine, de creativitate și autonomie, acești copii au dificultăți în a-și subordona, atunci

când este necesar, interesele personale celor ale grupului (D. Baumrind, 1978).

Neglijența parentală este și mai problematică. Acest stil se caracterizează prin utilizarea limitată, în mică măsură, atât a controlului cât și a afecțiunii. Este cazul părinților centrați pe propriile lor interese, care “fug” de responsabilitățile lor parentale. Granița dintre subsistemul parental și cel al copiilor este destul de permeabilă dar, acest lucru se datorează refuzului părinților de a se implica prea mult în relația cu copilul.

Dezavantajele acestui tip de îndrumare parentală rezultă din slaba socializare a copiilor, care nu au o idee prea clară despre regulile familiale. Neglijarea lor este fizică și psihologică. Prin urmare, copiii ajung să aibă un nivel scăzut al stimei de sine, o capacitate scăzută de conformare la norme, iar afectiv, se află la o mare distanță de părinții lor.

Supraprotecția reprezintă un alt tip de îndrumare parentală, care combină un nivel ridicat al controlului cu o afectivitate ridicată. Ambele dimensiuni ale relației părinte-copil sunt folosite într-o manieră intruzivă, care permite manipularea experiențelor emoționale ale copilului. Subsistemul parental este foarte puternic, părinții încercând să manipuleze granițele dintre subsisteme pentru a obține subordonarea copilului. De aceea, granițele subsistemului executiv sunt variabile și semipermeabile. În scopul obținerii unei mari coeziuni familiale, părinții tentați să practice supraprotecția, utilizează un control excesiv și tind să sufocă copiii cu dragostea lor.

Această strategie educativă favorizează internalizarea problemelor, care se pot manifesta într- un mod negativ prin: depresie, suicid, tulburări de alimentație, dificultăți de realizare a autonomiei la vârsta adultă etc.

Stilul autoritar obiectiv este cel mai adecvat. El combină, ca și în cazul precedent, un nivel ridicat al controlului cu o puternică afecțiune, dar într-o manieră diferită.

Dacă părinții autoritari subiectivi caută să obțină mai ales obediența copiilor, din care fac o virtute, părinții autoritari obiectivi încearcă să direcționeze activitatea copilului dar, nu insistă să obțină obediența. Ei utilizează în mod realist restricțiile, explicând copilului (chiar din perioada preșcolară) care sunt rațiunile ce stau la baza concepției parentale cu privire la controlul ferm.

Ca urmare a existenței acestui număr de stiluri educaționale parentale, cei doi părinți pot adesea să difere în modul lor de abordare a copiilor. Unele dezacorduri în legătură cu practicile parentale sunt probabil inevitabile, iar diferențele moderate care apar între cei doi părinți pot fi benefice în procesul construirii unui stilul parental unitar și eficient. Dar, dacă unul din părinți înclină, spre exemplu, spre stilul autoritar, iar celălalt spre stilul permisiv, dacă atunci când unul îi interzice copilului să mai deschidă televizorul sau computerul a doua zi, iar celălalt îi va permite să facă acest lucru, “o jumătate de oră - rezonabilă”, regulile pe care unul din părinți încearcă să le fixeze sunt subminate de celălalt. Astfel, granița dintre sistemul executiv și cel al copiilor poate fi serios afectată. Or, este nevoie de o linie fermă de demarcație între cele două sub-grupuri în scopul realizării eficiente a îndrumării părintești.

S. Minuchin (1974) afirma că disfuncțiile apar în familie atunci când legătura maritală nu este cea primară - sursa loialității, angajării, alianței, și a obiectivelor comune. În lipsa acestui tip de legătură, nu poate fi construită o strategie parentală unitară. Dacă alianța parentală lipsește, copiii pot fi introduși în conflictul marital sau se pot alia cu unul din părinți, spre propriul lor

beneficiu. De altfel, chiar și atunci când această alianță există, unii copii sunt tentați să o pună la încercare.

7.5 Iubirea parentală

Unul din elementele esențiale ale relației dintre părinți și copii este iubirea. Aceasta reprezintă nucleul bunei funcționări a sistemului familial și fundamentul proceselor familiale. Întrebați ce simt pentru copiii lor, majoritatea părinților răspund: iubire. La fel, copiii afirmă că simt pentru părinții lor în primul rând sentimentul iubirii.

W.R. Burr și colaboratorii săi (1993) au elaborat un model al iubirii familiale care include următoarele componente: altruismul reciproc, prietenie, recompense și schimburi mutuale, angajare altruistă și individualism și iubirea maternă. Conform concepției lor, caracteristicile iubirii necesare funcționării armonioase a individului și a familiei sunt: orientarea spre ceilalți, spre acțiune, caracterul ei necondiționat și durabil. Complexitatea iubirii familiale și parentale nu are probabil egal, ca bază a dezvoltării armonioase a copiilor și a sistemului familial mai larg. Totuși, gradul în care este ea resimțită și exprimată poate avea efecte diferite. Se știe faptul că, în numele aceleiași iubiri pentru copiii lor, părinții pot da curs conduitelor remarcabile, ca și unora dintre comportamentele cele mai distructive. Astfel, iubirea sufocantă - ca parte a supraprotecției parentale - conduce la dependență ridicată și la diminuarea maturității copilului (M. Bowen, 1978), după cum, iubirea irațională și excesivă poate împiedica progresul adolescentului și tânărului spre autonomie și individualism (D. Baumrind, 1978). Alți autori consideră că, nivelul ridicat al afecțiunii parentale favorizează prea mult dezvoltarea conformismului și a dependenței la fete (D. Baumrind, 1980).

Iubirea parentală nu este consecința automată a nașterii copilului și a tranziției spre parentalitate. Într-un studiu prezentat

de D. A. Bodman și G.W. Peterson (1998, p.211), un număr de 97 de tinere mame au fost întrebate când au simțit pentru prima dată iubirea pentru copilul lor. Două treimi au răspuns că au simțit emoția iubirii în timpul sarcinii sau la nașterea copilului, iar o treime au răspuns că nu au trăit acest afect decât după o săptămână de la nașterea copilului sau chiar mai mult. Așadar, iubirea parentală apare ca o rezultată a interacțiunii factorilor biologici cu cei ai experiențelor trăite în cadrul primelor relaționări cu copilul. Părinții și copiii interacționează verbal, paraverbal sau nonverbal în mod complementar și mutual.

Odată cu creșterea copilului, iubirea pe care părintele i-o comunică prin căldură și încredere, facilitează dezvoltarea stimei de sine. Iubirea, considerată a fi suportul parental al dezvoltării copilului, îi sugerează copilului că este o persoană bine valorizată. În răspuns, copilul poate dori mai mult să se identifice cu părinții, să răspundă expectanțelor acestora, să-și interiorizeze atitudinile și valorile lor, să accepte în mai mare măsură îndrumarea parentală.

Copii care primesc suficientă iubire parentală au șanse mai mari de a fi competenți social, grație legăturii continue și echilibrate dintre părinți și copii, grație evoluției acestora din urmă spre autonomie (G.W. Peterson și G.K. Leigh, 1990). Atunci când această bază securizantă a iubirii îi lipsește copilului, există șanse mai mari ca el să sufere sentimente de abandon, ostilitate, agresiune și diminuarea încrederii în sine, de incapacitatea oferirii răspunsului emoțional adecvat și de relații perturbate cu co-vârșnicii.

Iubirea parentală rămâne o forță puternică și după ce adolescenții sau tinerii maturi părăsesc căminul părintesc. Vizitele, asistența mutuală, telefoanele permit împărtășirea iubirii, la distanță mai mică sau mai mare. Unii autori au indicat faptul că, există o îmbunătățire a relației părinte-copil, odată cu

tranziția adolescentului spre maturitatea vârstei tinere și adulte (D. A. Bodman și G.W. Peterson, 1998).

Dacă majoritatea lucrărilor au avut ca obiect de studiu iubirea parentală, studiile realizate din perspectiva teoriei sistemelor au oferit o nouă direcție de cercetare: iubirea pe care copiii o resimt și o exprimă față de părinții lor. Știm astăzi că de modul în care copiii își exteriorizează iubirea față de părinți depinde gradul în care aceștia din urmă valorizează procesul creșterii și educării copiilor și nivelul satisfacției trăite în decursul acestui proces. De la cele mai fragede vârste, copiii răspund expresiilor parentale de afecțiune în mod reciproc, cu ajutorul propriilor lor comportamente afective și de căutare. Iubirea copiilor poate afecta comportamentul și răspunsurile părinților, incluzând atât gradul în care iubirea părintească este exprimată, cât și strategiile educaționale utilizate.

Din păcate, iubirea filială este prea puțin studiată, iar întrebările pe care acesta le ridică sunt, în continuare, mai numeroase decât răspunsurile pe care le avem.

Activități de învățare:

1. Elaborați o listă de îndemnuri pentru o cunoaștere mai bună a noțiunilor de “maternitate” și “paternitate”;
2. De ce este important pentru psihologi studierea tipurilor de tată/ mamă?
3. Aplicați Metoda Cubului care presupune explorarea subiectului *relațiapărinte - copil* din mai multe perspective, permițând abordarea complexă și integratoare a conținutului informațional:

Definește! Descrie! Compară! Asociază! Analizează! Aplică!

4. Faceți o sinteză a stilurilor educaționale și consecințele lor asupra copiilor;
5. Aplicați Tehnica „Acvariul definirii unui concept”.

de la general la particular și formulați o definiție proprie pentru *iubirea parentală*;

6. Aplicați tehnica „Cadranul cu expresii lacunare” cu referire la temă:

Puncte forte:

Ceea ce impresionează... Am apreciat

faptul că...

Am aflat...

As mai alla...

Recomandări:

Ar fi bine dacă...

Sunt de părere că...

E bine să acorzi atenție...

Puncte slabe:

Vreau să precizez...

Am depistat câteva neclarități...

M-a nădărnici...

Felicități:

Mă bucur pentru...

Am găsit oportunitate...

Voi utiliza cunoștințele în...

Referințele bibliografice:

1. Băran-Pescaru A. Familia azi. O perspectivă sociopedagogică. București: Ed.Aramis, 2004 ISBN 973-679-042-8 pp.-127-128; 139-147
2. Golu Florinda. Manual de psihologia dezvoltării: o abordare psihodinamică. Iași: Polirom, 2015. ISBN print: 978-973-46-5627-1
3. Turliuc M. N. Psihologia cuplului și a familiei, Iași: Editura PERFORMANTICA, 2004. pp.62-71



VIII. COMPETENȚA PARENTALĂ MODALITĂȚI DE PSIHOINTERVENȚIE

Subiecte de conținut:

- 8.1 Competența parentală raportată la temperamentele părinților;
- 8.2 Competența parentală raportată la copilul dificil;
- 8.3 Competența parentală raportată la relațiile dintre frați;
- 8.4 Competențe parentale în funcție de etapa de dezvoltare a copilului.

8.1 Competența parentală raportată la temperamentele părinților

Cresterea copiilor depinde în mare măsură de temperamentul părinților.

Competența parentală reprezintă un sistem de cunoștințe, priceperi, deprinderi și abilități susținute de trăsături de personalitate specifice, ce îi permit părintelui să îndeplinească cu succes responsabilitățile parentale, să prevină și să depășească situațiile de criză în favoarea dezvoltării copilului.

Mediul educativ construit de părintele competent este propice formării unei personalități armonioase a copilului ce a fost denumită de P. Osterrich (1973) „copilul acceptat” și care se caracterizează prin: originalitate și spontaneitate, autonomie și capacitate de a se descurca singur, preferință pentru jocuri de construcții și de imaginație, tendință de a se impune celorlalți/ de a se situa în postură de conducător, capacitate de a se apăra, nivel de aspirații înalt și dorință de a înfrunta dificultățile, perseverență în urmărirea scopurilor, autoritate și putere de concentrare, individualitate puternică ce caută să se afirme [2, p.83].

În funcție de nivelul de înțelegere a **diferențelor de temperament** dintre părinte-partenerul de viață-copii, se pot depăși subiectele de dispută și învăța să se coopereze cu o persoană cu temperament diferit, realizând compromisurile necesare unei armonii familiale.

- **Părintelui sangvinic** îi place rolul de vedetă, dar fără să fie responsabil pentru munca dificilă de educare sau să se ocupe de detalii, iar partenerii lor cu alte tipuri de temperament devin adeseori nemulțumiți de caracterul relativ iresponsabil, ceea ce cauzează uneori necazuri în familie prin conturarea unui model parental de tip „inconstant”. Soții sangvinici au nevoie de încurajări deosebite și de înțelegere din partea partenerului lor atunci când au un copil nereceptiv și distant emoțional. Cu toate acestea, părintele sangvinic dispune de o anumită capacitate superioară de a interacționa cu copiii îndeosebi în ceea ce privește activitățile de timp liber, tratate „în joacă”.

- ***Părintele melancolic*** este, de obicei, ordonat, organizat, punctual, grijuliu, înțelegător, atent la detalii etc. - aspecte ce determină ca el să ia foarte în serios educația copiilor, considerând-o un proiect de o viață (de altfel, nici un alt tip temperamental nu este atât de devotat educației perfecte). El poate intra în conflict cu partenerul lui sangvinic care pune mai mult preț pe distracție decât pe perfecțiune și care, de exemplu, poate distrage copilul cu o activitate amuzantă, în timp ce părintele melancolic a solicitat celui mic să termine o temă școlară. Ca urmare, părintele sangvinic își asigură un răspuns afectiv mai puternic din partea copilului, însă rezultatul este că părintele melancolic se simte frustrat și mai puțin iubit de copil pentru că el este cel care trebuie să-l forțeze să se întoarcă la muncă.

Acest tip de părinte poate dispune de competență parentală crescută dacă trăsătura „îngrijorare” se manifestă cel mult la un nivel mediu, altfel alunecă spre modelul parental hiperprotector.

- ***Părintele coleric*** întrunește calitățile modelului parental „autoritar” - preia imediat conducerea în orice situație, a avea grijă de familie și a o conduce cu fermitate sunt aspecte firești pentru el, deciziile lui sunt rapide și, de obicei, corecte. Nu numai că menține sub control toate activitățile din casă, dar poate folosi chiar și timpul destinat distracțiilor pentru o activitate considerată folositoare. Dacă partenerul sau copilul sunt flegmatici, calmul intrinsec al acestora poate cataliza anumite conflicte în familie, deoarece elimină potențialele limite ce ar putea fi impuse autorității părintelui coleric. Caracterul impulsiv specific părinților colerice le creează acestora premise pentru a deveni părinți agresivi.

- ***Părinții cu temperament flegmatic*** au modalități de relaționare blânde, relaxate, răbdătoare și înțelegătoare -aspecte care sunt, în general, de dorit să existe la fiecare adult ce își asumă un rol parental. Totuși, deși ei nu contrazic, nu ceartă (fiind

improbabile răbufnirile agresiv-autoritare) și nu sunt niciodată iraționali sau isterici, nici nu insistă asupra obținerii unor rezultate deosebite, fiind incapabili să direcționeze dezvoltarea copilului. Dacă nu-și concep și nu respectă consecvent un plan de măsuri de disciplină, copiii vor învăța cu rapiditate metodele prin care îi pot controla, ceea ce va determina ca, de exemplu, un copil sangvinic să evite o pedeapsă convenită prin încântarea părinților cu o acțiune apreciată pozitiv, iar un copil coleric să devină, treptat, „șeful casei”. Chiar dacă părinții flegmatici dețin potențialul de a se transforma în părinți indulgenți, ei creează în familie un mediu de echilibru, liniște și acceptare (mai ales dacă sunt susținuți de un partener viață afectuos și interacționează cu un copil de același tip).

Caracterizările de mai sus ar părea să sugereze că competența parentală ține de o anume predestinare, având în vedere că temperamentul este moștenit și nu stă în puterea noastră să îl modificăm, însă alte studii o situează în relații cu nenumărați alți factori de tipul celor situaționali - programele de training, experiența de viață (care ar media creșterea nivelului acesteia), dar și situații de viață nefavorabile, ce ar limita-o (conflicte între parteneri, declin financiar drastic etc.). Dacă părinții nu învață să facă fața deosebirilor temperamentale dintre ei, copiii vor profita.

Înțelegerea deosebirilor de personalitate datorate temperamentelor înnăscute poate, de asemenea, să prevină rănirea sentimentelor sau apariția unui sentiment de vinovăție a unui părinte atunci când celălalt pare să fie mai iubit de către copil. Fiecare părinte tinde să-și impună metoda educațională, încercând astfel să compenseze stilul („greșeala”) celuilalt. Unul dintre părinți este apreciat ca fiind prea dur de celălalt părinte, acesta din urmă devenind mai tolerant; ca urmare, primul părinte percepe această blândețe exagerată și devine și mai dur. Ciclul continuă, iar părinții se îndepărtează tot mai mult, până când

fiecare constată că nu aplică față de copiii stilul de educație pe care l-ar fi dorit și căsnicia începe să aibă de suferit. M.J. Elias propune ca soluție comunicarea, impunând un „*timp pentru discuții*”, modalități constructive de adresare, o strategie de analizare a problemei, un motto (de exemplu, „*a educa și a iubi înseamnă a te adapta*”) etc. [*ibidem*].

8.2 Competența parentală raportată la copilul dificil

Copilul, cu diversele sale particularități de vârstă și de comportament, antrenează în maniere diferite competența parentală. Astfel, un copil dezvoltat psihologic conform etapei de vârstă în care se află și care nu prezintă tulburări de comportament, fizice, psihiatrice etc. va solicita într-o măsură scăzută atributele competenței parentale; pe de altă parte, în situația în care copilul manifestă deficiențe în dezvoltarea psihică, părinții vor trebui să pună în acțiune niveluri ridicate de competență parentală pentru a răspunde nevoilor acestuia, necesitând uneori sprijin din partea unui personal calificat pentru acel tip de tulburare.

Există un grup de copii greu de disciplinat, etichetați drept „*copii dificili*” (A. Adler, 1995a) - cei care au anumite caracteristici temperamentale, un anumit grad de impulsivitate, intoleranță la frustrare, rezistență la însușirea unor experiențe noi; cu toate acestea, această categorie de copii va dobândi mai repede autonomie, calități creatoare și organizatorice. Deși aceștia pot fi împărțiți în mai multe categorii, prin cumularea trăsăturilor lor, ei prezintă, în general și în ansamblu, următoarele caracteristici: tendința de chinui insecte, preocupări sexuale explorative precoce, concepția că toată lumea este dușmănoasă, procedează în mod voluntar pentru a fi sancționat, își cauzează pedepse corporale, sunt permanent în opoziție (expresia „nu vreau!” este extrem de des utilizată), ostili și agresivi la adresa celorlalți, nu au o noțiune clară despre proprietate etc.).

A. Berge (1972) consideră că „un copil dificil e adesea un copil nefericit, iar climatul familial conflictual este favorabil dezvoltării unor tulburări de caracter și a agresivității”. Totuși, tulburările caracteriale ale copiilor formați în astfel de medii nu se reduc doar la un „caracter rău”; ele capătă uneori anumite forme greu de deosebit de simptomele nevrotice sau chiar de reacțiile de delincvență.

Un alt gen de caracteristici ale copilului ce pot direcționa spre extreme modul de manifestare al competenței parentale este reprezentat de acel cumul de factori care îl determină pe cel mic să devină „hiperprețios” și, pe cale de consecință, să atragă un caracter hiperprotector (îndeosebi din partea mamei). De obicei, copilul hiperprețios s-a născut după o lungă perioadă de sterilitate sau după avorturi repetate, iar mamele au efectuat un timp îndelungat tratamente pentru menținerea sarcinii; în general, nașterea sa a survenit ulterior vârstei de 30 de ani a mamei și, cel mai probabil, va fi copil unic. Pe de altă parte, nașterea sa este posibil să fi fost însoțită de evenimente nedorite (sarcină complicată, naștere prematură, patologie neonatală care a necesitat terapie intensivă etc.).

Acest gen de evenimente (îndeosebi boala gravă a nou-născutului) generează anxietatea părinților, conducând la sindromul de copil vulnerabil; deși, ulterior unei nașteri dificile/cu probleme, copilul este vindecat și în afara oricărui pericol, părinții continuă să-l considere fragil și vulnerabil, dezvoltând un comportament protector/hiperprotector al cărui prim semn este anxietatea extremă determinată de separarea de cel mic în perioada neonatală.

Această conduită se va manifesta cu atât mai mult în cazul în care copilul prezintă malformații congenitale, probleme neurologice după naștere sau alte afecțiuni ce necesită internări repetate și supraveghere medicală de lungă durată; chiar și în

eventualitatea rezolvării/ameliorării respectivelor probleme, raportarea părinților la ei va continua să fie marcată de anxietate, cu tot ce înseamnă aceasta.

Desigur, cazul extrem este cel al decesului unui copil, când familiile care au cunoscut această experiență fiind în mod invariabil hiperprotectoare față de copilul restant sau înlocuitor.

Pe de altă parte, copiii cu diverse tulburări fiziologice sau psihice pot afecta și în alt mod modul de relaționare din cadrul familiei: întrucât afecțiunile lor predispun la eforturi deosebite din partea părinților, ei reușesc uneori să fie și sursa dezmembrării cuplului parental, la nivel formal sau informal. Ulterior acestui eveniment, este posibil ca maniera de conduită a părinților față de copii să se modifice, fie tot în sensul protejării (ca unic sprijin rămas), fie în cel al blamării mai mult sau mai puțin explicite a copilului pentru destrămarea cuplului (*ibidem*).

8.3 Competența parentală raportată la relațiile dintre frați

Variația competenței parentale raportată la relațiile frate-frate, soră-soră, frate-soră parcurge o evoluție diferită, potrivit dezvoltării și maturizării psiho-fiziologice a fiecărui copil și corespunzător cu distanțele cronologice dintre ei.

De multe ori întâlnim situații în care părinții care au stimulat dezvoltarea psihofizică a unuia dintre copii (ceea ce le validează competența parentală până la un anumit moment) întâmpină mari dificultăți în interacțiunea cu celălalt copil sau prezența celui din urmă afectează modul de relaționare cu primul născut.

Situația poate fi analizată din perspectiva mai multor variabile deoarece, pe lângă aspecte legate de comportamentele părinților, intervin și o serie de seturi pe care aceștia le formează copiilor vis-a-vis de relațiile între ei dintre care unele mijlocesc nivelul competenței parentale.

O primă astfel de variabilă cu influență asupra nivelului de competență parentală este gelozia aversivă a fratelui mai mare (care poate dezvolta un sindrom al abandonului afectiv) la nașterea altui frate mai mic, concretizată agresiv față de „intrus” și creând mari provocări pentru părinți.

Ulterior, de la respingere, relația dintre frați evoluează în direcția armonioasă, deci a unuia în acord cu elaborarea conștiinței apartenenței filiale de aceeași părinți și cu implicarea unor sentimente fraterne pozitive, de dragoste fraternală, respect, stimă, complementaritate. Iar mai târziu, frații mai mari își vor asuma rolul de protectori/mentori ai fraților mai mici, care, înțelegând utilitatea unei asemenea tutele, se vor comporta ca atare.

În mediile din afara familiei sunt nenumărate situații în care frații se coalizează pentru a se adapta unor condiții mai vitrege și descoperă că împreună pot constitui o forță - un exemplu fiind luptele universale pentru teritoriile sau obiectele de joacă între copii.

Psihologii, pedagogii și sociologii menționează că frații mai mari pot reprezenta modele identificate uneori mai influente chiar decât părinții, ceea ce mediază intrarea fraților mai mici în diferite grupuri de similitudine.

Identificarea cu grupul fraților contribuie la diminuarea dependenței față de adult și la dezvoltarea autonomiei copilului. Pentru ca relația dintre cei doi copii să evolueze în parametrii relativei normalități descrise mai sus, părinții vor trebui să fie grijulii ca distribuția resurselor motivaționale să se realizeze către ambii copii, ca să-i facă să se simtă doriți pe cei mari și ca să vină în întâmpinare în acele situații și probleme față de care copiii se simt lipsiți de sprijin.

Cunoscând etapele evoluției relațiilor fraternală, părinții vor urmări să creeze condițiile propice unei astfel de evoluții, ce

converg în comportamente de sprijin/întărire a acelor conduite ale copiilor care constituie premisele cooperării: părinții vor fi nevoiți să evite alianțele cu unul dintre copii și lupta cu alianța formată din celălalt adult și copil precum și pedepsirea aspră pentru încercările de luptă sau cucerire a mediului, să furnizeze explicații raportate la motivațiile tuturor actorilor implicați într-o situație conflictuală, dar și explicații în legătură cu normele de conduită recunoscute social (întrucât sancțiunea necorelată cu explicații nu are virtuți educative).

Similar, relația *frate-soră* poartă amprenta unei opoziții bioculturale: diferențierea sexuală implică unele tendințe erotice, iar normele socio-culturale impun o cenzură categorică, obligând la refularea și estomparea comportamentelor erotico-sexuale din cadrul interacțiunii și percepției acestora.

Refularea acestor tendințe ia forma comportamentelor de gelozie pe care sora sau fratele le au atunci când celălalt este îndrăgostit sau se căsătorește, dar și forma atitudinilor paternale, fratele sau sora comportându-se „ca niște părinți”.

Relațiile dintre surori cunosc mai mult o coloratură afectivă, conflictele lor consumându-se mai mult în plan verbal, pe când între frați conflictele duc la confruntări fizice, care încetează la adolescență.

În funcție de nivelul competenței parentale determinat de anumite trăsături de tipul flexibilității și adaptabilității, părinții care aleg soluții potrivite particularităților copiilor și situației de interacțiunile dintre aceștia susțin evoluția relației dintre frați în direcția armoniei în acord cu elaborarea conștiinței apartenenței de aceeași părinți și a unor sentimente fraterne pozitive.

Sunt foarte importante atât comportamentul părinților (care include pregătirea pentru venirea secundului prin încurajarea din timp a copilului existent, crearea unor seturi de gândire pozitivă etc., dar și alocarea resurselor emoționale precum atenția,

atingerea, prezența, comunicarea, grija etc.), cât și vârsta copilului existent (constelația motivațională se schimbă cu vârsta, un copil cu vârstă mai mare fiind mai detașat de mamă și nemaiavând o nevoie acută de aceasta) și -nu în cele din urmă - comportamentul secundului (care, în definitiv, este tot un produs al aceluiași anturaj familial) [2].

8.4 Competențe parentale în funcție de etapa de dezvoltare a copilului

Părinții au propriile întrebări și temeri despre cum să își educe copiii. A fi un părinte suficient de bun este o cerință corectă, dar a fi perfect ca părinte este o cerință absolutistă. Există modalități corecte pentru a crește copiii și pentru a-i ajuta să își dezvolte la maximum potențialul? Există comportamente ale copiilor care nu pot fi schimbate/ diferențe individuale în temperamentul și reactivitatea emoțională a copiilor? Cum face părintele diferența dintre un comportament modificabil și unul ce nu poate fi modificat?

Răspunsul la aceste probleme îl poate oferi psihologul care îl ajută să înțeleagă bazele ereditare ale comportamentului, adică rolul factorilor genetici și al celor de mediu, precum și al modului în care aceste seturi de influențe interacționează. Cu alte cuvinte, părinții oferă și gene, și mediu copiilor lor, deci caracteristicile psihologice au anumite influențe genetice. Aceste date, oferite de genetica comportamentală, răspund la întrebări legate de variabilitatea individuală și de motivele unicității umane, cum ar fi, de exemplu, de ce o persoană este mai sociabilă decât alta sau dacă are o reglare emoțională mai bună, dar nu pot răspunde la întrebări referitoare la o persoană anume.

Uneori părinții sunt îngrijorați de comportamentele nedorite și ar vrea să modifice anumite trăsături ale copilului. Spre exemplu, un copil care este foarte activ poate avea părinți cu temperamente liniștite. Încercarea părintelui de a schimba

temperamentul copilului - „Vreau să stai și tu odată liniștit pe scaun! ” - poate fi percepută de copil ca adevărată pedeapsă. Astfel, pentru că nu știu cum să reacționeze la personalitatea copilului, părinții devin frustrați, apelând la strategii greșite de disciplinare, ceea ce amplifică și nu atenuează comportamentul indezirabil al copilului. Acest comportament se poate agrava dacă în mediul școlar acesta întâlnește profesori care nu folosesc strategii adecvate de modificare a comportamentului problematic. Se produc astfel reacții în lanț din partea părinților, profesorilor sau a altor persoane cu care interacționează copilul.

Acest aspect se referă la distincția dintre comportamentul ca manifestare a temperamentului sau reactivității copilului și comportamentul ca manifestare a abilităților cognitive, sociale și emoționale pe care le are dezvoltate copilul în acel moment. În astfel de situații, părinții trebuie să învețe să facă diferența între un comportament problemă și temperamentul copilului și să înțeleagă alegerile copiilor: „copiii care se nasc cu un temperament care îi predispune la hiperactivitate și agresivitate vor căuta compania altor copii similari, astfel încât vor avea oportunitatea de a se angaja în activități potrivite temperamentului lor și de a-și etala tendințele genetice”.

Dacă avem în vedere modelul sistemelor ecologice propus de Bronfenbrenner (1979), explicațiile apar și din contextele dezvoltării: „copilul și mediul se influențează reciproc în mod continuu, într-o manieră bidirecțională sau tranzacțională”, copiii devenind producătorii sau formatorii propriilor medii.

La *vârsta antepreșcolară*, practicile parentale se centrează pe satisfacerea nevoilor de bază ale copilului, pe stimularea explorării și formării autonomiei. În al doilea rând, se centrează pe formarea unor rutine sănătoase de viață (somn, masă etc.), iar accentul se pune pe capacitatea și disponibilitatea părintelui de a răspunde adecvat la nevoile copilului pentru a-l ajuta să se

calmeze. În această etapă senzorio-motorie, un element important este sensibilitatea părintelui față de nevoile copilului, prezența și atenția acordate copilului pentru a-i identifica nevoile.

Cum răspundem în această perioadă unei crize de furie ?

Într-o primă fază, putem să îl distragem înspre activități care îi fac plăcere. Dacă vorbim de satisfacerea nevoilor primare, părintele trebuie să răspundă prompt acestor nevoi, pentru a putea forma un atașament securizant. Conform teoriei atașamentului, dependența securizantă completează autonomia și încrederea în sine. Cercetările arată că atașamentul securizant este asociat cu o stimă de sine pozitivă, coerentă.

Elementul de frustrare nu ar trebui să fie prezent atunci când vorbim de satisfacerea acestui tip de nevoi. În schimb, elementul de amânare poate fi prezent atunci când vorbim de o nevoie secundară (legată de joc sau jucărie).

Părinții trebuie să îi satisfacă nevoile și să îi ofere un mediu securizant, astfel încât să descurajeze negativismul și să încurajeze comportamentele acceptate social. În acest sens părinții trebuie să fie flexibili, să evite pedepsele fizice, să fie consecvenți în satisfacerea de către copii a cerințelor obligatorii, să propună în loc să poruncească, însoțindu-și solicitările cu zâmbete sau îmbrățișări; să conștientizeze că în perioadele de stres (nașterea unui frate, schimbarea domiciliului, boală, divorțul părinților) autocontrolul copiilor este deficitar; să folosească pauza ca să pună capăt conflictelor și, nu în ultimul rând, să păstreze atmosfera familială cât mai plăcută cu putință. Astfel, confruntarea cu teribila vârstă de doi ani va fi mai lină.

În *perioada preșcolară* se urmăresc dezvoltarea comportamentului explorator, a stimei de sine pozitive, satisfacerea nevoii de a interacționa cu alte persoane decât părinții, dar și acceptarea standardelor de comportament stabilite de adulți.

Modul în care se administrează întăririle și pedeapsa (calm, nonemoțional, nonagresiv) influențează dezvoltarea la această vârstă. Spre exemplu, gestionarea crizelor de scurtă durată, cum ar fi o criză de furie a unui copil, care este și un mecanism de eliberare a tensiunii. Cum procedăm în cazul unei crize? Cu calm și fermitate validăm emoția, dar limităm manifestările comportamentale : *Înțeleg că ești foarte furios, dar nu pot să te las să arunci jucăriile sau să te rănești! Rămân aici cu tine până te descarci! Este perioada în care copiii învață cum își pot controla impulsurile.*

Practicile parentale la vârsta preșcolară și școlară au fost reunite sub forma unei piramide, dar sunt aplicate diferențiat în funcție de vârstă.

La baza piramidei stau nevoile de bază, primare. Interacțiunile de calitate, jocul, empatia și comunicarea afectuoasă sunt fundamentale pentru o dezvoltare armonioasă: „Exprimarea onestă și empatică, în termenii observației, sentimentelor, nevoilor și cererii”; „facilitează comunicarea autentică părinte-copil de foarte timpuriu”.

Relațiile sănătoase stabile presupun un raport al interacțiunilor pozitive vs. negative; avem nevoie de cel puțin cinci interacțiuni pozitive după o interacțiune negativă (un raport de 5 la 1 sau cel puțin 3 la 1), pentru a echilibra balanța. În lipsa acestui raport, ciclul vicios al interacțiunilor deficitare va determina relații conflictuale.

Stabilirea limitelor, a regulilor reprezintă următorul nivel. Jocul are o funcție importantă în această etapă, fiind cadrul în care copiii învață să fie cooperanți și să își aștepte rândul. Acesta este completat de strategiile parentale care trebuie utilizate cu precauție: ignorarea activă, distragerea atenției pentru comportamente problematice, agresive și plasarea consecințelor naturale: jocul cu consecințe logice, stabilite de părinți: *Dacă ieși*

cu trotineta dinperimetrulpe care l-am stabilit, nu mai ai voie cu trotineta azi. Prin natura lor, preșcolarii manifestă dificultăți în a înțelege intenționalitatea, tendința de a interpreta greșit comportamentul celor din jur, dar și tendința de a manifesta comportamente neplăcute.

În copilăria mijlocie, considerată de unii autori ca fiind cea mai bună perioadă din viața unei persoane. Primele experiențe școlare sunt esențiale în pregătirea pentru succesul sau eșecul viitor: astfel, dacă implicarea activă în activitățile de la clasă, atenția și interesul vor fi completate de susținere, încurajare, satisfacerea nevoilor afective și de un climat favorabil atât acasă, cât și la școală, se pregătește fundalul pentru succes. Copiii ai căror părinți se implică și le creează un mediu de învățare propice vor obține rezultate mai bune. Stilurile de parenting pot influența motivația și succesul școlar. În corectarea comportamentelor neplăcute, părinții eficienți vor oferi și alternativa plăcută. De pildă, o situație în care copilul (care este de regulă conștiincios) nu și-a făcut temele. Prin faptul că îl pedepsim nu îl învățăm decât frica. Copilul nu și-a făcut temele pentru că nu știe să le facă. Nu are mecanismele cognitive să o facă diferit, dacă nu este învățat de cineva. Criticismul și pedeapsa nu îl ajută. Este important să folosească lucrurile pozitive (abilitățile) pe care le știe și să construiască pe acele lucruri/abilități. De pildă, părinții pot să scoată în evidență ce a făcut bine pe caiet, nu doar ceea ce a greșit. El va fi conștient că a și greșit. Pedeapsa poate să ducă la agresivitate și la alte reacții emoționale negative. Atunci când copiii sunt înspăimântați, de regulă dezorganizați în comportamentul lor, se organizează întotdeauna în jurul pericolului, folosind o combinație de comportamente de atașament pentru a supraviețui mediului în care se află în momentul respectiv. Acest lucru ne ajută să înțelegem de ce mulți copii vulnerabili sunt închiși (văzuți ca fiind „buni”) la școală, dar

se dezlănțuie acasă, sau viceversa. De asemenea, ne ajută să înțelegem de ce poate fi atât de greu pentru unii profesioniști să vadă cu adevărat ce se întâmplă în lumea emoțională a copilului, deoarece copiii vulnerabili sunt atât de incredibili în adaptarea la mediul lor.

O relație sănătoasă îl poate ajuta să facă față provocărilor vieții. Un copil cu risc este în egală măsură un copil ale cărui nevoi nu sunt suficient de bine înțelese și calibrate în mediul familial și școlar (Bernard, 2013).

O familie care a dobândit abilități bune de comunicare și de coping în timp ce copii se aflau la o vârstă mai timpurie va face față mai bine în adolescență, indiferent ce provocări va întâlni în această perioadă. Dacă crizele nu sunt gestionate adecvat, fie pentru faptul că părinții nu sunt disponibili emoțional, fie pentru că le gestionează greșit, în adolescență crizele vor genera probleme serioase și datorită faptului că în această perioadă indivizii se simt foarte vulnerabili.

Familia cu **adolescenți** are aspecte specifice/reguli aparte. Și în criza din perioada adolescenței, părintele eficient acționează flexibil, cu calm, însă fără a domina; vorbește cu adolescentul și validează emoția/descarcă emoția, dar cu reguli: *Este normal să te simți confuz, furios sau cu toane! Pot să înțeleg că tu nu vrei să fii aici, dar sunt aici pentru tine, pentru a te ajuta. Înțeleg că ești foarte furios, poți să te descarci, dar să nu te rănești și să nu distrugi.* Uneori, adolescentul folosește cuvinte grosolane pentru a provoca părintele sau psihologul. Abilitatea de a-l asculta să termine ce are de spus, de a nu-i răspunde la jigniri și de a nu reacționa negativ îl poate ajuta să se liniștească. După aceea, părintele îi poate cere să se potolească și poate împărtăși cu el informații despre dezvoltare. Uneori, prin folosirea umorului, îl poate ajuta să vadă lucrurile într-o perspectivă diferită. Astfel, adolescentul va înțelege că mama știe cum să îl ajute și atunci

când el este indisponibil emoțional. În plus, va înțelege că părintele este o persoană de la care învață că există DA și NU și că părintele poate să realizeze o balanță între DA și NU, deci învață și toleranța la frustrare.

Dacă nu va învăța acest lucru în familie, nu va fi pregătit să îl învețe din situațiile de viață cu care se confruntă. Parentingul caracterizat prin apropiere emoțională/căldură și comunicare pozitivă este într-o relație pozitivă cu optimismul la adolescenți. Optimismul a fost asociat cu rezistența la depresie atunci când adolescentul se confruntă cu evenimente stresante.

În adolescență, discuția are loc în termenii *costurilor* și *beneficiilor*, nu în cei ai amenințărilor și interdicțiilor, mulți adolescenți refuzând să primească sfaturi din partea adulților. Există o diferență semnificativă între strategiile folosite în copilărie și modul în care rezolvăm criza în adolescență. Maturizarea neuronală nu este definitivă. La această etapă de vârstă, pe primul loc sunt plasate nevoile fundamentale ale adolescentului: autonomie/independență sporită, importanța pe care o acordă relațiilor cu colegii pentru a fi acceptat, deși este vulnerabil la umilirea celorlalți, capacitatea de a lua decizii și de a nu-și asuma consecințele deciziilor luate. Provocarea fundamentală este renegocierea relației dintre părinte și copil. Astfel, controlul parental evoluează spre monitorizare și ghidaj, discuții în luarea deciziilor.

Menționăm aici beneficiile terapiei multisistemice de familie, bazată pe teoria dezvoltată de Bronfenbrenner, care evidențiază influența contextelor în care copilul crește și se dezvoltă asupra comportamentului său. În centru, în interiorul sistemului familial, este plasat individul, înconjurat de contextele dezvoltării, asemenea unor cercuri concentrice, în relație unul cu celălalt: familia, familia extinsă, comunitatea și societatea. Intervenția psihologică este multiplă, deoarece apariția problemei

și menținerea acesteia se datorează factorilor contextuali: individ, familie, școală.

Astfel sunt identificate și valorificate resursele fiecărui sistem (subsistemul adolescentului și cel al părinților) pentru a ajuta adolescentul aflat în impas, ținându-se gestionarea unor aspecte multiple: deprinderi sociale, cognitive, dificultăți legate de mediul școlar, probleme legate de stima de sine și stresul familial.

În terapia adolescentului, alături de discutarea relațiilor cu părinții, psihologul abordează probleme legate de relațiile cu covârșnicii, relațiile de iubire, părerea și emoțiile legate de propria persoană.

Părinții trebuie învățați să accepte că drepturile asertive ale copilului și adolescentului sunt aceleași cu cele ale adultului și ca urmare pot face apel la aceste drepturi ori de câte ori ei consideră necesar. Părintele nu se poate retrage, deoarece adolescenții se pot antrena în comportamente de risc. Parentingul pozitiv îi ajută pe părinți să-și gestioneze stresul în condițiile în care dețin tehnicile corecte de parenting.

Astfel că dezvoltarea abilităților de comunicare și abordarea adecvată a situațiilor de criză sunt importante în prevenția unor probleme grave cum ar fi suicidul. O comunicare adecvată îi ajută pe adolescenți să ajungă adulți de succes, productivi, persoane echilibrate, fericite, creative și responsabile, eficiente, competente și adaptabile.

Așadar, părinții trebuie să fie conștienți de sine, de impactul pe care acțiunile lor îl au asupra copiilor, asupra sistemului familial și mai ales de modul în care acest impact se schimbă în timp. Călătoria prin zona neclară a deciziilor necesită fermitate, căldură, acceptare, dar și înțelepciune.

Activități de învățare:

1. Aplicați Tehnica „Acvariul definirii unui concept”. Identificați cuvintele-cheie în textul-suport, ordonați-le de la general la particular și formulați o definiție proprie pentru *competența parentală*;
2. Realizați profile ale părinților în raport cu temperamentul acestora;
3. Aplicați tehnica 6 De ce? Răspundeți la prima întrebare: „*Copilul dificil antrenează în maniere diferite competența parentală?*”. Formulați întrebarea 2 în baza răspunsului 1. Repetați acțiunile până la sfârșit;
4. Aplicați Metoda 5 How (Cum?) pentru afirmația: *Varianta competenței parentale raportată la relațiile frate-frate, soră-soră, frate-sorăparcurge o evoluție diferită. Cum? 2. Trebuie să ... Cum? 3. Trebuie să ... Cum? 4. Trebuie să ... Cum? 5. Trebuie să ... Cum?*
5. Elaborați un organizator grafic pentru a explica relația *competențe parentale în funcție de etapa de dezvoltare a copilului, elaborând și recomandări.*

Referințele bibliografice:

1. Enea Violeta (coord) Interventii psihologice in scoala. Manualul consilierului școlar. Iași: Ed. Polirom, 2019 pp. 543-542.
2. Glăveanu S.M., Competența parentală. Modele de conceptualizare și diagnoză. București: Ed. Universitară, 2012 pp.131- 141
3. Golu Florinda. Manual de psihologia dezvoltării: o abordare psihodinamică. Iași: Polirom, 2015. ISBN print: 978-973-46-5627-1 pp. 246



IX. EVALUAREA FAMILIEI ELEMENTE ALE CONSILIERII DE CUPLU ȘI FAMILIE

Subiecte de conținut:

- 9.1 Evaluarea sistemului familial
 - 9.1.1 *Dimensiuni ale evaluării familiei în spațiu*
 - 9.1.2 *Dimensiuni ale evaluării familiei în timp*
- 9.2 Elemente ale consilierii de cuplu/familie
- 9.3 Metode de lucru cu familia/ cuplu:
 - 9.3.1 *Desene sau picturi*
 - 9.3.2 *Sculptura*
 - 9.3.3 *Jocul de rol*
 - 9.3.4 *Genograma*
 - 9.3.5 *Descrierea planului casei familiale*
 - 9.3.6 *Metafora în consilierea de familie.*

9.1 Evaluarea sistemului familial

Proiectarea și aplicarea propriu-zisă a unei intervenții în cadrul asistării și consilierii familiale implică cunoașterea familiei în profunzime, prin dobândirea a cât mai multor informații despre evoluția în timp a familiei, situarea ei în spațiul social, precum și evaluarea funcționării sistemului familial.

9.1.1 Dimensiuni ale evaluării familiei în spațiu

Instrumentele specifice realizării acestei evaluări și colectării datelor sunt: *interviul și harta ecologică*. În această direcție, **interviul** trebuie să se centreze pe anumiți itemi specifici (Hartman și Laird, 1983):

A. Nevoi fundamentale

1. Venitul familiei este suficient pentru acoperirea nevoilor de bază ?
2. Familia are hrană și locuință adecvate?

3. Zonele învecinate sunt sigure, reprezintă un loc destul de plăcut pentru locuit?
4. Familia are acces la îngrijire medicală preventivă și resurse medicale bune?
5. Membrii familiei pot obține resursele necesare sau sunt izolați datorită localizării sau lipsei unui telefon, transportului public sau privat?
6. Familia are legături sociale semnificative cu vecinii, prietenii, organizațiile comunitare ? Reprezintă o parte a unei rețele?
7. Membrii familiei aparțin sau participă la vreo activitate de grup ? Sunt parte a unei rețele de rudenie ?
8. Familia are șansa să împărtășească valori culturale, etnice sau de alt tip cu ceilalți? Valorile lor sunt convergente sau în conflict cu ale celor din mediul extern?
9. Pentru copii, experiența educațională este pozitivă ? Ei sau ceilalți membrii ai familiei au acces la alte modalități de îmbunătățire culturală sau profesională?
10. Membrii familiei lucrează ? Există vreo satisfacție/recompensă în munca lor? De când nu au mai avut membrii familiei o experiență nouă, n-au mai produs ceva nou sau diferit, nu s-au mai simțit mândri de o realizare ?

***B. Relația cu mediul a membrilor familiei
(dimensiunea în interiorul familiei)***

1. Unul dintre membrii familiei este mai izolat de schimburile cu mediul?
2. Unul dintre membrii familiei este mai implicat în legături tensionate/stresante?
3. Membrii familiei au împreună tranzacții cu ceilalți oameni/sisteme sau fiecare tinde să intre în legătură cu mediul în mod separat?
4. Membrii familiei au acces și schimburi diferențiate cu lumea din jur ?

C. Granița familie-mediu

1. Familia este deschisă noilor experiențe sau relații ?
2. Membrii ei sunt liberi să aibă contacte individuale cu alți oameni sau organizații ?
3. Familia permite celorlalți accesul din punct de vedere fizic sau emoțional ?
4. Granițele sunt flexibile, se pot adapta, extinde sau strânge în relație cu mediul ?
4. Familia își apără membrii atunci când este necesar și permite diferențierea atunci când ea este indicată ?

D. Evaluarea globală, de ansamblu

1. Familia a ajuns la un echilibru cu mediul ?
2. Există un dezechilibru sau pericol ca familia să fie copleșită ?
3. Majoritatea energiei este îndreptată în afara familiei ?
4. Majoritatea energiei este îndreptată spre interiorul familiei ?
5. Ajutorul și resursele pentru nevoile fundamentale sunt potențial accesibile în mediu sau ele lipsesc ?
6. Familia are nevoie de ajutor sau de abilități sporite pentru utilizarea acestor resurse ?
7. Ce surse de putere, de ajutor sau resurse ar putea fi activate sau sporite ?
8. Există surse de stress sau conflict ?
9. Cum s-ar caracteriza aspectele proeminente ale relației familie-mediu ? (de exemplu: familie deprivată, izolată social, suprasolicitată etc.)

Harta ecologică a familiei se realizează astfel (după Neamțu și al., 2001):

1. În centru se desenează familia analizată.
2. În interiorul cercului se înscriu prenumele membrilor familiei și vârsta acestora, etc.
3. Nu se înscriu informații despre relațiile din interiorul familiei.

4. Se trasează celelalte sisteme din mediul înconjurător cu care interacționează familia.
5. Se simbolizează natura tranzacțiilor dintre familie și sistemele din mediul extern: puternice (cu o linie groasă), slabe (cu o linie punctată), tensionate (cu o linie continuă hașurată vertical).
6. Se vizualizează sensul fluxului de resurse, energie, cu ajutorul săgeților.
7. Legăturile pot fi dinspre întregul sistem familial înspre sistemele din mediu sau invers.
8. Legăturile pot fi doar între anumiți membri ai familiei și sistemele din mediul extern.
9. Pot fi utilizate culori diferite pentru relațiile întregii familii și respectiv ale fiecărui individ.
10. Ultima etapă constă în trasarea legăturilor existente între sistemele exterioare familiei.

9.1.2 Dimensiuni ale evaluării familiei în timp

Metodele de evaluare și instrumentele de colectare a informațiilor privitoare la acest aspect sunt: ***interviul, genograma, studiul documentelor și scrisorilor, vizite, poze*** etc. Ca și în cazul evaluării familiei în spațiu, interviul se structurează pe anumite întrebări. Itemii de urmat în această evaluare intergenerațională sunt (Hartman și Laird, 1983):

A. Modelele familiei

1. Care sunt cele mai semnificative modele ale familiei transmise de-a lungul generațiilor ?
2. Au existat pierderi majore prin moarte prematură sau tragică, emigrare, separare ?
3. Există teme sau evenimente considerate a fi “toxice” sau în jurul cărora există durere sau taină ?
4. Care sunt modelele de sănătate intergenerații ?

B. Definițiile familiei: paradigma familiei

1. Cum se definește familia însăși ? Care sunt temele majore care contribuie la identitatea sa, sensul de sine, la coerența sa sau la construcția realității ?
2. Care sunt poveștile, miturile, eroii sau eroinele majore ale familiei ?
3. Care sunt tradițiile de familie sau evenimentele care stârnesc mândria ? Cum sunt acestea marcate sau sărbătorite ?
4. Care sunt ritualurile și ceremoniile importante în familie ? Care este semnificația lor?
5. Ce rol joacă pentru identitatea familiei moștenirea etnică, rasială, culturală, religioasă ?
6. Cum influențează căsătoriile interetnice sau între religii diferite relațiile și identificările familiei ?

C. Identificările individuale

1. Cu cine sunt în mod curent asociați sau identificați membrii familiei de către familie? Care sunt reperele ? (nume, ocupații, etc.)
2. Care sunt rolurile formale pe care le îndeplinesc indivizii și cum seamănă sau se deosebesc acestea de cele ale generațiilor trecute ?
3. Ce roluri informale îndeplinesc ? Cine le-a îndeplinit în trecut?

D. Relații curente ale familiei

1. Există legături strânse și comunicare deschisă în familia de origine ? De una sau de ambele părți: maternă sau paternă ?
2. Există vreo barieră emoțională de partea mamei sau a tatălui, între părinți și copii sau în relațiile dintre frați ?
3. Cum explică familia acest lucru ? Cum a survenit ? Cine o menține ?
4. Ce efect are asupra familiei sau asupra fiecărui membru ?

E. Surse de dificultate

1. Există probleme intergenerații nerezolvate? Cum sunt acestea transmise ?

2. Unul sau ambii părinți sunt dezavantajați de un grad de fuziune cu părinții lor ?
3. Dacă există un scurt-circuit emoțional serios, ce efect are el asupra familiei sau asupra fiecărui membru ?
4. Marea parte din energia familiei este dedicată evitării chestiunilor “toxice” intergenerații sau menținerii secretului ?
5. Ce roluri disfuncționale din trecut îndeplinesc acum membrii familiei ?

c. Funcționarea familiei de origine

Conceptele-cheie pe care trebuie să se axeze această evaluare sunt reflectate în următoarele întrebări despre familia de origine, care se vor aplica clientului (Neamțu, 2001):

1. Care au fost *granițele interne* în familia voastră ? Au existat subgrupuri sau alianțe în familia voastră ? Subgrupurile au inclus membrii din familia extinsă ? Cum au afectat alianțele funcționarea familiei ?
2. Care a fost *structura de putere* în familia voastră ? Cine a avut cea mai mare influență ? Cum a fost menținut echilibrul puterii în familie ?
3. *Ce roluri formale și informale* au jucat membrii familiei

Aceste roluri au contribuit pozitiv la sau au împiedicat funcționarea familiei tale ?

Rolurile respective au fost adoptate de bună voie sau au fost atribuite de alții ?

Aceste roluri au contribuit la creșterea/dezvoltarea membrilor individuali ai familiei sau le-au limitat dezvoltarea ?

4. Cum au fost luate *deciziile* în familia ta ?

Au fost luate în considerare nevoile tuturor membrilor sau au existat membrii ai familiei care au participat la luarea deciziilor în acord cu propriile lor nevoi, făcând rabat de la acestea sau cedând ?

A existat o figură dominantă sau subgrup care a luat decizii fără a permite negocierea sau luarea în considerare a nevoilor altora ?

A existat în familia voastră un stil de luare a deciziilor unde nu au fost luate în considerare nevoile nimănui și deciziile au fost evitate ?

5. Cum au fost *exprimate sentimentele* în familia ta ?

Discutarea sentimentelor a fost încurajată sau tabu ?

Ce afect și gamă de sentimente au fost exprimate în familia ta ?

6. Familia ta a avut *scopuri* ?

Care au fost acestea ?

Scopurile au fost împărtășite de către toți membrii familiei ?

Cum au afectat aceste scopuri viața de familie ?

7. Care sunt *credințele* familiei voastre de origine ?

8. Care au fost *miturile* familie voastre ?

Acestea au contribuit la funcționarea sănătoasă a familiei ?

Au facilitat dezvoltarea/creșterea membrilor individuali sau au limitat dezvoltarea lor?

9. Cum au comunicat membrii familiei între ei ?

Comunicarea a fost eficace ?

10. Identificați *punctele tari* pe care le-ați observat în familia voastră.

11. Cum crezi că ți-au influențat formarea (devenirea) ta actuală, ca individ, *interacțiunile* din familia de origine ?

9.2 Elemente ale consilierii de cuplu/familie

Consilierea cuplurilor este pe cale să devină o abordare separată, legitimă și de prim ordin între strategiile de intervenție, pe lângă cele orientate spre persoane, grup sau familie, ca întreg. O astfel de abordare nu mai este suprinzătoare, din moment ce fiecare membru al cuplului deține multiple roluri, atât în familie, cât și în afara acesteia.

Nici o persoană nu vine la o sesiune de consiliere în afara unui context. Rolul psihologului este acela de a sesiza și descifra aceste contexte, de a utiliza experiența pe care o are în domeniu. La rândul lor, cuplurile care aduc în fața unui consilier căsnicia sau relația lor, dau dovadă de un mare curaj. Este mult mai simplu să te prezinți ca persoană și să-i consideri vinovați pe alții pentru toate. Dacă intervine și partenerul ,atunci consilierul are posibilitatea exercitării celei de-a doua mari calități solicitate de profesie: *neutralitatea*. El va trebui să construiască o imagine a interacțiunii cu oricare dintre partenerii absenți, dar, în special, neutralitatea se impune când sunt prezenți ambii membri ai cuplului.

Una dintre sarcinile de bază ale consilierului ar fi distingerea între ceea ce se poate atribui partenerilor actuali și ceea ce provine din primele experiențe ale fiecăruia. Prin realizarea legăturilor dintre consiliere, reprezentare și mediere, cuplurile vor fi ajutate să facă această distincție. Consilierul îi va ajuta să preia controlul asupra propriilor lor vieți și să-și manifeste nemulțumirea atunci când este cazul, să fie asertivi.

În consiliere se urmăresc, în general, trei etape:

- formarea unei alianțe;
- realizarea unui contract terapeutic;
- intervenția terapeutică.

Formarea unei alianțe Din punctul de vedere al dezvoltării, s-ar putea argumenta că este traumatică uneori tranziția de la o relație care implică două persoane, la o alta în care sunt implicate trei (potențialitatea stărilor de gelozie, competiție, rivalitate). Din punctul de vedere al consilierului, dificultatea constă în interacțiunea concomitentă cu două persoane, în asigurarea echilibrului atenției acordate fiecăreia dintre cele două. Stabilirea unei modalități de adresare comună către cei doi, distanțarea de cuplu, timpul egal pentru fiecare dintre ei, ar putea nemulțumi una

dintre părți, dornică de o mai mare atenție. Ceea ce li se solicită ambilor membri ai cuplului, este capacitatea de a sta alături, de a fi atenți, de a lua în considerare și nevoile celuilalt partener. Printr-o consiliere de succes, un astfel de exercițiu va fi utilizat în rezolvarea ulterioară a problemelor celor doi.

Contractarea. După stabilirea unei alianțe de lucru satisfăcătoare cu ambii parteneri, devine posibilă încheierea unui contract. Contractele explicite tind să promoveze un sentiment de siguranță, dar pot crea dependență. Găsirea unui echilibru adecvat depinde de clienți, dar și de stilul personal al consilierului, căruia însă trebuie să-i fie foarte clari termenii de lucru.

Intervenția Sarcina consilierului este, în principal, de a asculta preocupările clienților și de a interveni doar dacă membrii cuplului vorbesc despre asta. Această etapă cuprinde, la rândul ei, mai multe subetape:

a. Formularea: cuplurile, în general, se prezintă la consilier cu propriile idei privind dificultățile pe care la întâmpină. În mod frecvent, perspectiva partenerilor diferă considerabil, fiecare gândind că problemele vor dispărea dacă celălalt va fi persuadat pentru a fi mai responsabil. Deși formulările cuplului sunt mai restrictive, ele se bazează pe experiența personală. Sarcina consilierului nu va fi, în acest caz, de a înlocui punctele de vedere ale cuplului ci de a sprijini identificarea unor noi perspective de înțelegere.

b. Interpretarea: unii consilieri privesc interpretarea ca pe o transformare a subconștientului în conștient, în timp ce alții au în vedere o perspectivă mai amplă, considerând-o o propoziție explicativă legată de procesul de formulare, prin care consilierul înțelege o situație problematică, privind piese separate.

c. Sprijinirea comunicării: dificultățile de comunicare sunt acelea mai vizibile semne ale problemelor familiale, multe cupluri descriindu-și neînțelegerile în acest fel. Pe măsura

identificării modurilor în care partenerii eșuează în comunicare, aceasta va deveni o dimensiune în care se va concentra acțiunea terapeutică. Pentru astfel de situații, îi sunt permise psihologului toate modalitățile de promovare a unei consilieri eficiente: tehnici active, prin invitarea celor doi parteneri să participe la un joc de rol, prin aplicarea unor reguli de ascultare, pe care le practică și consilierul. Este utilă și consemnarea încercării partenerilor de a comunica între ei sau de a atrage de partea lor consilierul, ca o a treia parte.

d. Sprijinirea negocierii: pentru a utiliza toate posibilitățile pe care le poate oferi consilierea, este esențial ca partenerii de cuplu să renunțe la modul combativ de a se purta unul cu celălalt și de a crea, în schimb, cadrele unei bune negocieri. Pe termen lung, o astfel de orientare îi va ajuta să-și rezolve conflictele de zi cu zi, dacă cei doi mai agreează ideea locuirii împreună sau să minimalizeze consecințele păgubitoare, în cazul unei separări. Pentru reușita unei astfel de tehnici, partenerii vor fi orientați spre un stil colaborativ de negociere, prin care să ia în considerare nevoile și dorințele amândurora, să își asume fiecare responsabilitatea, nu doar ca parte a problemei, dar și în calitate de căutător de soluții pentru ambele părți.

e. Încheierea: este adesea neglijată, făcându-se trimiteri la aspectele întâlnite în consilierea individuală. Caracteristicile acestui tip de intervenție însă este dificultatea întoarcerii cuplului de la relația cu a treia, uneori și a patra persoană, la una diadică.

9.3 Metode de lucru cu familia

Perfecționarea și uzitarea din ce în ce mai frecventă a metodelor nonverbale în asistența familiei pornește de la ideea că a vizualiza, a realiza o transpunere în roluri concrete furnizează un plus de informație și o înțelegere mai profundă a realității familiale.

Cele mai larg folosite metode nonverbale sunt:

9.3.1 Desene sau picturi

Este vorba de realizarea în comun de către membrii familiei a unor desene sau picturi pe diverse teme, punându-se astfel în evidență modul în care membrii familiei cooperează și negociază, atitudinile de izolare, de dominare sau agresivitate.

Din modul în care fiecare membru al familiei a participat la realizarea desenului, din ce a desenat și unde anume s-a plasat în tablou se pot deduce informații legate de structura și dinamica familiei respective. O variantă concretă a acestei tehnici este *descrierea planului casei* familiale.

9.3.2 Sculptura

Această metodă, mai complexă decât cea precedentă, constă în a atribui unuia dintre membrii familiei rolul de “sculptor”, în scopul de a realiza un tablou structural format din ceilalți membrii ai familiei, pe care îi poate așeza în poziția spațială și postura corporală pe care o dorește, ca și cum ar fi niște marionete.

În final, “sculptorul” se va insera el însuși în acest tablou, în poziția și locul pe care le consideră ca fiind potrivite. Psihologul îl roagă pe sculptor să-i întrebe pe membrii familiei cum se simt în postura și poziția în care se găsesc, dacă ar vrea să facă schimbări, etc.

Fiecare dintre membrii familiei devine sculptor, în cursul aceleiași ședințe sau în ședințe diferite, fiecare tablou sculptural fiind urmat de discuții referitoare la percepțiile fiecărui membru despre dinamica și structura familiei, despre modificările considerate necesare.

Utilă, în acest sens, este realizarea unei sculpturi despre cum va arăta familia peste 2 sau 5 sau 10 ani, respectiv care este proiecția membrilor cu privire la familia lor în viitor.

Metoda furnizează psihologului un material interpretativ bogat, este complexă, dar și eficientă și stimulativă pentru participanți.

9.3.3 Jocul de rol

Nu reprezintă o metodă în totalitate nonverbală, deoarece, alături de gesturi, mimică și alte elemente ale comunicării nonverbale, include și elemente ale comportamentului verbal.

Jocul de rol poate fi aplicat în 2 sensuri:

a. bazat pe asumția centrală a psihodramei lui Moreno, conform căreia este util să joci rolul altuia pentru a-l înțelege mai bine;

b. reproducerea unor episoade reale din viața familiei în fața psihologului, în speță a celor care sunt legate de aspectele disfuncționale din cadrul familiei.

Se pot realiza și jocuri de comunicare, pe teme alese de psiholog sau membrii familiei.

O metodă folosită în această direcție este și *metoda ritualurilor*, care se aplică, de asemenea, pe 2 direcții:

a. solicitarea familiei de a reproduce anumite ritualuri în cadrul ședinței de consiliere (ex. masa duminicală);

b. încurajarea clienților de a participa la ritualuri familiale reale de aniversare (petreceri anuale, nunți etc.).

Se urmărește astfel marcarea trecerii de la un statut la altul (de ex: de la necăsătorit la căsătorit, de la tânăr la adult), aceste rituri având “o puternică funcție de distinctivitate și identizare”.

9.3.4 Genograma

Reprezintă o figurare grafică a istoricului familiei, de regulă de-a lungul a 3-4 generații, evidențiindu-se date despre profesie, boli, comportamente, relații de atașament, întâmplări etc., pe care clientul (membrul familiei) care realizează genograma le consideră relevante.

Având astfel o imagine “în extenso” a sistemului familial, pornind de la familia de origine a celui care construiește genograma și continuând cu familia extinsă, psihologul și clientul

pot identifica “fixații emoționale, interacțiuni disfuncționale și alte “tare” transmise de-a lungul generațiilor.”

9.3.5 Descrierea planului casei familiale

Aceasta tehnică se bazează pe principiul conform căruia împărțirea unui spațiu (aici casa familială) reprezintă o componentă importantă a identității proprii și familiale.

Modul în care este împărțit spațiul casei familiale ne aduce informații cu privire la relații de atașament/excludere între membrii familiei, puncte de tensiune/echilibru, de forță/lipsa puterii. Este important de asemenea în ce mod este folosit fiecare spațiu: pentru odihnă, pentru muncă, pentru desfășurarea conflictelor etc. În final, toate acestea reprezintă expresia dinamicii familiale.

Descrierea planului casei familiale are un caracter explorativ, deoarece putem avea o imagine asupra modelelor de interacțiune, miturilor și regulilor din familia actuală, dar și asupra celor aduse din familia de origine, și în același timp constituie și o modalitate de intervenție în structura familiei, deoarece, în cursul consilierii se poate interveni pentru folosirea în comun a spațiilor, crearea de noi modele de interacțiune, îmbunătățirea celor existente etc.

Această metodă reprezintă o trăire, o revelație comună, intensivă pentru membrii familiei.

Metoda se aplică în trei variante:

În primul caz, părinții primesc o bucată mare de hârtie, creioane și carioca, și sunt rugați să deseneze planul casei în care și-au petrecut copilăria (dacă au locuit în mai multe case, li se cere să reprezinte planul casei care le-a rămas cel mai viu în minte). Copiii privesc la părinții lor în timp ce aceștia desenează.

În al doilea caz, copiii sunt cei care desenează, în timp ce părinții sunt cei care îi privesc.

În al treilea caz, fiecare membru al familiei este rugat să deseneze planul casei în care trăiește familia.

În toate cele trei variante, pe parcursul executării desenului, consilierul dă instrucțiuni celor care desenează, și pune întrebări legate de următoarele aspecte:

- atmosfera fiecărei încăperi desenate;
- rememorarea culorilor, mirosurilor, oamenilor din camerele reprezentate;
- care era încăperea în care se reunea familia ?
- care era încăperea în care se primeau musafirii ?
- există vreo încăpere cu semnificație deosebită pentru cel care desenează ?
- evocarea cuvintelor membrilor familiei;
- evocarea unei întâmplări care a avut loc în casă.

Informațiile pe care ni le furnizează aplicarea acestor metode sunt diferite, în funcție de cine sunt cei care execută desenul:

În primul caz vom avea o imagine asupra granițelor intergeneraționale din respectiva familie, precum și asupra funcționării subsistemelor. Relatarea unei întâmplări din familie poate reflecta amănunte legate de tradițiile din familie și creează o atmosferă caracterizată prin empatie, apropiere. Pot fi scoase la iveală diferențele dintre așteptările cu rădăcini în familiile de origine ale soților, care pot genera stări conflictuale.

Rezultatul este acela că soții pot să înțeleagă mai ușor diferențele dintre ei.

În al doilea caz se realizează o delimitare a subsistemului copiilor, fraților, pentru a fi conturate granițele diferitelor generații și pentru a fi exprimată opinia copiilor cu privire la interacțiunile din cadrul familiei.

În al treilea caz, desenarea planului casei familiale îi poate ajuta pe membrii familiei să realizeze care sunt normele proprii,

iar consilierul are o imagine asupra modului de organizare a familiei, a coalițiilor dintre membrii familiei (caracterizate prin forța legăturilor dintre ei, depărtarea/apropierea lor, ajutorarea reciprocă/relații tensionate) Metoda poate fi folosită doar în cazul în care se lucrează cu persoane care sunt mature, capabile să comunice, să-și amintească și să urmeze instrucțiunile consilierului, nefiind utilă în cazul lucrului cu copiii mici. Ea relevă informații la care nu există acces prin metoda interviului.

9.3.6 Metafora în consilierea de familie

În domeniul intervenției de familie, termenul de metaforă are două accepțiuni:

1. comportamentul, simptomul unui membru al familiei este o expresie, o metaforă a ceea ce se întâmplă în sistemul familial. Ideea simptomului ca metaforă este specifică orientării strategice;

2. modalitate de intervenție în consilierea propriu-zisă.

Ea se referă la folosirea în procesul terapeutic a diverse parabole, fabule, pilde, mituri, analogii, anecdote, gesturi și obiecte metaforice, în scopul redefinirii și reîncadrării problemei, în schimbarea percepției clientului asupra problemei, în creșterea calității comunicării, a rezolvării problemei și schimbării comportamentelor.

Aceasta deoarece, în fața unui mesaj simbolic, clientul prezintă o mai mare permeabilitate. Totodată, folosirea metaforei demonstrează (dar necesită în același timp din partea consilierului), calități ca: imaginație, cultură, spiritualitate, ceea ce va conduce la crearea unei relații eficiente cu clientul.

Aplicații practice:

1. Realizați un instrument propriu de evaluare a familiei în baza dimensiunilor din temă și aplicați-l pe o familie, făcând o caracterizare a acesteia;
2. Sintetizați care sunt aspectele esențiale ale consilierii de cuplu/familie;

3. Completați tabelul cu referire la metodele de lucru cu familia/ cu-plu.

Întrebări	Raspunsuri
Ce ai învățat nou?	
Ce sentimente ți-a trezit cunoștințele aflate?	
Care din ideile discutate ți s-au părut mai interesante?	
Care necesită o clarificare?	
Ce dificultăți ai întâmpinat?	
Cum poți utiliza în viitor aceste cunoștințe?	
În ce măsură ceea ce ai studiat ți-a satisfăcut așteptările?	
Adaugă alte comentarii care te preocupă	

Referințele bibliografice:

Enache Rodica. Elemente de psihodiagnoză, Consiliere și terapia familiei. Constanța: Ed. Ovidius University Press, 2011. ISBN 978-973-614-635-0 pp.135-145; 175-178.

Bibliografia citată:

1. Acriș Corina. Cuplul în impas: repere teoretice și aplicative. București: Editura SPER, 2013. ISBN 978-606-8429-19-9
2. Băran-Pescaru A. Familia az. O perspectivă sociopedagogică. București: Ed.Aramis, 2004 ISBN 973-679-042-8
3. Bejan P.(coord.) Asistența socială. Vol.V. Iași: Ed. Universității „Al.I.Cuza”, 2008.
4. Bonchiș Elena (coord) Dezvoltare umană- aspecte psihosociale. Oradea: Ed. Imprimeriei de Vest, 2000 ISBN 973-9329-77-2.
5. Calaraș Carolina. Conflictologie familială. Suport de curs pentru Masterat. Specialitatea: Consiliere și educația familiei. UPS „I. Creangă” din Chișinău. Chiș: Primex-Com SRL, 2014. p.6, 10-12.
6. Ciupercă Cristian. Tratat de psihosociologia familiei. Editura: SITECH, 2012. ISBN: 978-606-11-2940-9
7. Craciun D. Psihologie socială. Cap. 8 Cursuri în format digital. <http://www.biblioteca-digitala.ase.ro/...>(Accesat:

Septembrie 2021)

8. Cuznețov L. Consilierea și educația familiei. Introducere în consilierea ontologică complexă a familiei. Chișinău: Primex corn SRL, 2015

9. Cuznețov L. Pedagogia familiei. Suport de curs. Univ. Ped. De Stat „I. Creangă” din Chișinău. Chișinău: Primex-Com S.R.L., 2013.

10. Cuznețov L. Tratat de educație pentru familie. Pedagogia familiei. Universitatea Pedagogică de Stat „I. Creangă” din Chișinău. Chișinău, CEP USM, 2008

11. Enache Rodica. Elemente de psihodiagnoză, Consiliere și terapia familiei. Constanța: Ed. Ovidius University Press, 2011. ISBN 978-973-614-635-0

12. Enachestu C. Tratat de psihosexologie. Iași: Polirom, 2008 ISBN: 978-973-46-0911-6

13. Enea Violeta (coord) Interventii psihologice in scoala. Manualul consilierului școlar. Iași: Ed. Polirom, 2019

14. Gafton S. L., Turliuc M.N. Gelozia ca factor generator de violență în cuplurile conjugale. În: materialele Conferinței *Violența în familie: între stigmatizare, acceptare socială și intervenție terapeutică*: Iași, 12-13 sept. 2008 Iasi: Ed. Universității „Al.I.Cuza”, 2008 ISBN 978-973-703-357-4

15. Glăveanu S.M., Competența parentală. Modele de conceptualizare și diagnoză. București: Ed. Universitară, 2012

16. Godeanu A.S. Manual de psihologia cuplului și a familiei. București: Ed. Sper, 2015 ISBN 978-606-8429-51-9

17. Golu Florinda. Manual de psihologia dezvoltării: o abordare psihodinamică. Iași: Polirom, 2015. ISBN print: 978-973-46-5627-1

18. Mitrofan I., Ciuperca C. Incursiune in psihosociologia si psihosexologia familiei. București: Ed. Edit Press, 1998. ISBN: 973-9415-00-8

19. Mitrofan I., Vasile D. Terapii de familie. București:

Editura Sper, 2012 ISBN 978-6068429083

20. Nicolas M.P, Schwartz R.C., Minuchin S. Terapia de familie. Concepte si metode. Ed. a VI. Editia in limba romana 2005. ISBN 973-0-03932-1

21. Oțetea Răzvan Alexandru. Familia ca mediu socializator și educațional: conținutul și formele colaborării dintre școală și familie în perioada actuală. Bacău: Ed. Grafit, 2007. ISBN; 978-973-1754-09-3

22. Pavlenko Lilia. Psihologia familiei. Ghid metodologic. Chișinău, 2017 pp.88-90

23. Trandafir M.S. Terapie de familie . Vol II București: Editura Universitară Carol Davila, 2010. ISBN: 978-973-708-473-6

24. Turliuc M. N. Psihologia cuplului și a familiei, Iași: Editura PERFORMANTICA, 2004.

25. Vasile D. L. Introducere în psihologia familiei și psihosexologie. București: Ed. Fundației România de Măine, 2007 ISBN 978-973-725-873-1

26. Voinea M. Familia contemporană. Mică enciclopedie. București: Editura FOCUS, 2005 ISBN 973-87104-6-4

27. BepuuKOB A. (COCT.). CncTeMHaa ceMeHHaa Tepanua. UHTepaTHBHaa Mogenb gHarHOCTHKH. MockBa: HeaaBHCHMaa \$upMa «Knacc», 2001.

28. <https://psihoteca.ro/stilul-de-atasament-dezorganizat/>

29. <https://www.suntparinte.ro/teoria-atasamentului>