



Faculty of
Psychology and
Educational Sciences
"Ovidius" University
of Constanta, Romania

BLACK SEA JOURNAL OF PSYCHOLOGY



www.bspsychology.ro



9 772068 464001



Psychosocial conflict in the marital couple

Sîntion Filaret¹, Ungureanu Anca Andreea²

^{1,2}Ovidius University of Constanta, Faculty of Psychology and Educational Sciences


Abstract. From birth to death, human relationships are the center of human experience. Social psychologists try to observe the variety of interpersonal relationships to discover the principles on which relationships in general are based. Really, however, the individual is formed as a human being only in the sociocultural context, to whose norms and values he will continue to relate throughout his life, and in his mind there will always be another as a landmark, as a model or as an opponent. Society, in turn, is made up of individuals who interact, who set goals and act to achieve them, who associate, cooperate or are in conflict. Specific to social psychology is the fact that it proposes another reading grid, simultaneously addressing both terms of the individual-society couple.

Interpersonal relationships are characterized by reciprocity and relationship awareness. In an interpersonal relationship, each participant encompasses in the field of his consciousness both himself and his partner, as well as the elements of the common environment. The behavior of each participant becomes a stimulus for the behavior of the other, so they regulate each other. Being a beloved subject among poets, love is now, to the same extent, a famous subject for scientific research. Until recently, many social psychologists were of the opinion, at least in terms of the message behind their statements, that the study of love was considered unscientific, especially because it is a phenomenon that is difficult to observe systematically. . More recently, psychologists have changed this view and offered numerous theories to explain love. Given the importance of love in people's most intimate relationships, how it influences marriage and divorce (or marital conflict), understanding love proves to be crucial to the importance of human society.

Keywords. Conflict, social, couple

Conflictul: fundamente teoretice

Termenul „conflict” provine de la verbul latinesc „conflicto, -ere”, care înseamnă „a se lupta”, „a se bate între ei”, cu participiul substantivat de „conflictus”, având sensurile de ciocnire, șoc, dar și ceartă, luptă împotriva cuiva. Acest termen a fost definit într-o mare diversitate de moduri:

 James Schelemberg (1996, p.8) propune definiția următoare: „*Pentru început, putem defini conflictul social ca fiind opoziția dintre indivizi și grupuri, pe baza intereselor competitive, a identităților diferite și a atitudinilor care se deosebesc.*”



- ✎ J. Z. Rubin, D. G. Pruitt și S. H. Kim văd conflictul ca pe „o divergență de interese așa cum este ea percepută, sau credința că aspirațiile curente ale părților nu pot fi realizate simultan”.
- ✎ L. A. Coser a avansat următoarea definiție: „ Conflictul este o luptă între valori și revendicări de statusuri, putere și resurse în care scopurile oponentilor sunt de a neutraliza, leza sau elimina rivalii. ” (Coser, 1967, p.8)
- ✎ John Burton: „O relație în care fiecare parte percepe scopurile, valorile, interesele și conduita celuilalt ca antitetice alor lui” (J. Burton, 1988).
- ✎ „ Conflictul este o situație în care oamenii interdependenți prezintă diferențe (manifeste sau latente) în ceea ce privește satisfacerea nevoilor și intereselor individuale și interferează în procesul de îndeplinire a acestor scopuri. ” (Donohue & Kolt, 1992, p.3)
- ✎ J. P. Folger, M. S. Poole și R. K. Stutman definesc conflictul ca fiind „ interacțiunea dintre două persoane independente care percep scopuri incompatibile și interferența reciprocă în realizarea acelor scopuri. ” (Folger, Poole & Stutman, 1993, p.4)
- ✎ „ O divergență de interese așa cum este ea percepută, sau credința că aspirațiile curente ale părților nu pot fi realizate simultan. ” (Rubin, Pruitt & Kim, 1996, p.7)

În ceea ce privește structura conflictului există două modele mai reprezentative propuse de Johan Galtung, respectiv de Bernard Mayer.

Modelul propus de J. Galtung (1969), este considerat a fi cel mai influent model. El a vizualizat conflictul ca pe un triunghi, cu contradicția (C), atitudinea (A) și comportamentul (B) în unghiuri. Galtung vede conflictul ca pe un proces dinamic în care cele trei componente se modifică permanent și se influențează reciproc.

Contradicția semnifică situația conflictuală, care include incompatibilitatea scopurilor. *Atitudinea* cuprinde elemente afective (emoțiile), elemente cognitive (convingerile) și elemente conative (voința). Ea presupune percepțiile corecte și percepțiile eronate despre celălalt și sine, atât pozitive, cât și negative. Atitudinile sunt deseori influențate de emoții ca teamă, furie, amărăciune și ură. *Comportamentul* poate include cooperarea sau coerciția, concilierea sau ostilitatea – ca extreme. Comportamentul violent în conflict este caracterizat de amenințări, coerciție și atacuri distructive.

Tot triadică este și structura propusă de Bernard Mayer (2000). El definește conflictul ca pe un „fenomen psihosocial tridimensional, care implică o componentă cognitivă (gândirea, percepția situației conflictuale), o componentă afectivă (emoțiile și sentimentele) și o componentă comportamentală (acțiunea, inclusiv comunicarea)”.

Prima componentă, *percepția conflictului* este 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 grila de lectură proprie: experiențele anterioare, cogniții, capacitatea de analiză a situației, atitudini, dorințe, starea dispozițională momentană, etc. Astfel, el poate vedea surse ale unui conflict acolo unde ele nu există. Conflictul începe prin a exista numai în imaginația unei sau a mai multor persoane (stadiu în care încă mai vorbim de conflict imaginat), dar curând devine conflict real, prin diferite mecanisme psihologice între care cel mai important este autoîmplinirea profeției (dacă ești convins de ceva, te aștepți să aibă loc, pozitiv sau negativ, el se va adevăra). Ca atare, este suficient ca numai unul să creadă că există o incompatibilitate și el va transmite mesaje implicite sau chiar va acționa în consecință; rezultatul este ca partenerul va fi implicat în conflict, chiar dacă nu împărtășește acea percepție, nu simte ceea ce crede celălalt și/sau nu are cunoștință de aceasta.

Sursele conflictelor

Cauzele conflictelor sunt diverse. Unii autori reușesc să le reducă la una sau două categorii foarte largi, în vreme ce alții propun diverse inventare, mai mult sau mai puțin



analitice. Pentru a se încerca un echilibru între sintetic și analitic se propune următoarea gamă de surse ale conflictelor (Stoica, 2004):

- ✎ Diferențele și incompatibilitățile dintre persoane
- ✎ Nevoile/interesele umane
- ✎ Comunicarea
- ✎ Stima de sine
- ✎ Valorile individului
- ✎ Nerespectarea normelor explicite sau implicite
- ✎ Comportamentele neadecvate
- ✎ Agresivitatea
- ✎ Competențele sociale
- ✎ Cadrul extern
- ✎ Statutul, puterea, prestigiul, „principiile”; utilizarea și comunicarea culturii și informațiilor

Diferențele și incompatibilitățile dintre persoane – diferențele dintre oameni sunt infinite numeric. Aceasta ar însemna că infinite sunt și sursele de conflict dintre ei? Teoretic, da, practic însă, depinde de anumite circumstanțe. De obicei, diferențele dintre indivizi devin surse ale conflictului din momentul în care sunt obiect al interrelației: sunt exprimate într-o discuție, sunt afișate ostentativ sau una dintre părți reclamă impunerea propriei valori. Cele mai importante deosebiri generatoare de conflicte sunt:

- ✎ Unele trăsături de personalitate (exemple: mobil versus inert; extravertit versus introvertit, adaptativ versus inovativ, etc)
- ✎ Opinii (exemple: rolul principal în educația copilului îi revine tatălui/mamei/întregii familii; „terapia de șoc” în efectuarea reformei este mai eficientă decât cea lentă, progresivă)
- ✎ Atitudinii (exemple: toleranță – intoleranță față de bârfele colegilor, acceptare – neacceptare a pedepsei fizice/autorității)
- ✎ Valori (prețuirea esteticului în amenajarea locuinței – prețuirea practicului; un părinte valorizează cultura și se străduiește să-i dea educație copilului, celălalt părinte/copilul prețuiește realizarea pe plan material, prin avere)
- ✎ Nevoi (exemple: unul este mai termofil, celălalt preferă temperaturile mai scăzute, unul are nevoie de 8 ore de somn pe noapte, celălalt de 6)
- ✎ Gusturi și preferințe (alimentație, vestimentație, modalități de agrement și relaxare)

În mod „normal”, adică ideal, dezirabil, diferențele dintre noi nu ar trebui să producă disconfortul cauzator de conflict, să ne deranjeze. Starea de *facto* este însă alta: de cele mai multe ori nu le acceptăm. Înainte ca rațiunea să intervină, un impuls egocentric ne determină să ne instituiem un etalon al corectitudinii și echității : „Cum sunt, simt, gândesc și fac EU este bine, corect și frumos; cum ești, simți, gândești sau faci TU, dacă este altfel, e greșit”. Apare pentru început dezacordul, verbalizat sau nu; este prima formă a conflictului. De regulă, conflictul datorat diferențelor are o formă ușoară și incipientă, deși nu întotdeauna este cel mai inofensiv. Cel puțin două explicații pot fi găsite pentru aceste conflicte produse de neacceptarea diferențelor: stima de sine (să-mi resping propriile idei, atitudini, sentimente înseamnă să mă resping pe mine însumi, să-mi neg propria valoare, să-mi aduc atingerea stimei de sine, ceea ce nu este admisibil) și „paradigma imaginii în oglindă”: ne atribuim virtuți și atribuim altora vicii.

În centrul multor conflicte se afla *nevoile/interesele umane*. Oamenii intră în conflict fie pentru că au nevoie care urmează să fie satisfăcute de procesul conflictual însuși, fie pentru că au (ori cred că au) nevoi neconcordante cu ale altora. Reacțiile, implicarea indivizilor în conflict, intensitatea conflictului nu depind atât de caracterul primar, biologic sau secundar, dobândit al trebuinței frustrate, cât de diferiți alți factori situaționali și de personalitate.



Există o discuție relativă la nevoi și/sau interese și raporturile dintre ele, cât și la relația nevoilor/intereselor cu pozițiile adoptate în conflict (ceea ce cere, solicita, revendică individul)

Se consideră că interesele sunt diferite nevoi și că rezolvările care se adresează intereselor și nu nevoilor sunt mai puțin valoroase decât celelalte. Dacă nevoia este cauza reală și fundamentală a conflictului, ceea ce formulează individul ca problemă în conflict, ceea ce „vrea” el poate fi numit interes. Interesele ar fi mai trecătoare și superficiale, în timp ce nevoile sunt mai fundamentale și durabile. De aceea, o soluționare definitivă și echitabilă este numai aceea care satisface nevoile, nu interesele.

În metoda victorie-victorie și la unii autori care prezintă negocierea se distinge între nevoia sau poziția reală, de bază *versus* nevoia sau poziția afișată, declarată (Cornelius și Faire, 1996; Prutianu, 2000). Dacă nevoia este cauza reală și fundamentală a conflictului, ceea ce formulează individul ca problemă în conflict, ceea ce „vrea” el este poziția afișată sau declarată ori interesul. Or, interesul sau poziția declarată ori nevoia declarată nu reflectă întotdeauna fidel nevoia reală. Aceasta se poate datora fie actului deliberat al persoanei de a-și masca adevăratele nevoi, fie imposibilității acestora de a și le recunoaște (vârstă, capacități analitice, dominante emoționale conjuncturale).

B. Mayer vizualizează interesele pe poziția de mijloc a unui continuum al nevoilor, interesele devenind astfel o categorie a nevoilor umane, plasată între preocuparea fundamentală pentru supraviețuire și tendința spre identitate. Întrucât interesele, și nu motivele, sunt preocupările practice care ne împing în majoritatea conflictelor, atunci, spune B. Mayer, va fi recomandabil ca să ne axăm inițial pe interese dacă vrem să înțelegem un conflict. De altminteri, în viața reală rezolvarea conflictelor se face, de cele mai multe ori, la nivelul intereselor.

În psihologie, nevoia este definită ca o „condiție a cărei satisfacere este necesară pentru menținerea homeostaziei” (Dworetzky, 1988: 291). Homeostazia fiind tendința organismului de a-și menține stabilitatea, la nivelul optimal de funcționare, orice deviație de la acest nivel va crea o nevoie. Nevoia produce motivul, care este forța motivațională pentru acțiune.

Interesul era definit de Al. Roșca în „Psihologia generală” din 1976 ca o formă specifică a motivației, o orientare/ direcționare activă și durabilă a persoanei spre anumite lucruri, fenomene sau domenii de activitate, care se manifestă prin orientare și concentrarea atenției, efectiv sau în mod latent, în acea direcție, însoțite eventual de implicarea în acțiune.

Comunicarea – este conflictogenă (generatoare de conflicte) sau îngreuiază rezolvarea conflictului în cel puțin două situații: când este *absentă* – ne referim la comunicarea verbală (individul nu spune ce-l doare, dar acumulează tensiune și în cele din urmă aceasta se descarcă într-un moment, la un nivel și într-o manieră care ne iau prin surprindere prin intensitatea și forma neadecvate) – sau *defectuoasă* (duce la înțelegere eronată, neînțelegeri). Oamenii comunică de cele mai multe ori imperfect, dar presupun că au făcut-o clar.

Lezarea stimei de sine – stima de sine este o componentă afectivă a imaginii de sine. Dar, în vreme ce imaginea de sine este *ansamblul ideilor* pe care un individ le are despre el însuși, despre trăsăturile de caracter și corpul său, stima de sine *exprimă sentimentele* noastre față de noi înșine.

Agresivitatea – între agresivitate și conflict există o relație reciprocă; agresivitatea este fie cauza, fie forma de manifestare, fie rezultatul conflictului. În termenii conflictului, agresivitatea apare ca o modalitate conflictuală de relaționare cu mediul, fie în plan concret-acțional, fie în plan imaginar, fantasmatic. Marca sa este intenția nocivă, ostilă, îndreptată asupra unei ținte/persoane investite cu o anumită semnificație. Aceasta motivează intenția nocivă și finalitatea agresiunii.

Absența sau nivelul nesatisfăcător al unora dintre *competențele sociale* pe care le citează S. Moscovici (Moscovici, 1998: 78-84): dispoziția și capacitatea de a acorda gratificații



(recompense) și sprijin (ajutor), foarte importante în prietenie și atracția persoanelor; o bună autoapreciere a expresivității în comunicarea nonverbală; bune abilități de comunicare verbală, obligatorii îndeosebi pentru performanțele profesorilor, psihoterapeuților, liderilor, purtătorilor de cuvânt din sindicate etc; empatia, cooperarea, atenția acordată celorlalți, factori cognitivi (cunoașterea și respectarea regulilor care guvernează fiecare tip de relație informală; înțelegerea și identificarea adevăratei naturi a fiecărei situații și relații; cunoașterea și respectarea unor principii ale conversației, necesare ameliorării acesteia); rezolvarea problemelor psihosociale; prezentarea sinelui (prezentarea de sine este comportamentul care vizează influențarea manierei în care suntem văzuți de ceilalți: prin îmbrăcăminte și alte aspecte exterioare, stil verbal, accent, maniere; revendicările verbale directe privind statutul și reputația nu au efectul scontat.

Structura sau cadrul extern în care se desfășoară o interacțiune – procedeele de adoptare a deciziei, constrângerile temporale, procedurile de comunicare și condițiile fizice, proximitatea disputanților, modul de distribuire a resurselor, accesul la informații, parametrii legali, structura organizațională și presiunile politice, dar mai ales resursele limitate. Resursele limitate disputate de două sau mai multe părți sunt cauze aproape cotidiene ale conflictelor. Resursele pot consta în bunuri și bani. Dar și în spațiu, timp sau altele (exemplu: surorile se bat pe ultima prăjitură rămasă în frigider, facultatea nu dispune de suficiente săli, copiatoare sau salarii de merit; călătorii care urcă în tren caută locurile de la fereastră.)

Alte cauze – conflictul este deseori provocat de status, putere, prestigiu, „pricipii”. Modul în care sunt utilizate și comunicate cultura și informațiile constituie, de asemenea, o sursă de conflict.

Fundamentele afective ale conflictului

Lucrările românești de psihologie definesc afectivitatea ca pe un ansamblu al stărilor (proceselor/trăirilor) afective, incluzând aici categoriile largi de emoții, sentimente și pasiuni.

Lucrările străine sunt mai analitice și includ în afectivitate și specii ale acestor categorii: „anxietatea, angoasa, tristețea, bucuria și chiar senzațiile de plăcere și de durere”, acordându-le tuturor câte un statut de sine stătător prin ignorarea unei anumite relații de subordonare categorială dintre ele. În limba engleză termenul de „emoție” mai include afectele și sentimentele, figurând astfel ca un sinonim al afectivității în sens larg. Lucrările de limba engleză folosesc termenul de emoție în mod nediscriminativ, pentru afecte, emoții și sentimente, fiind un sinonim pentru ceea ce literatura noastră înglobează în afectivitate.

Afectivitatea este o componentă bazasă, infrastructurală a psihicului. Practic, nu există proces psihic care să nu fie în interacțiune cu procesele afective și invers, stările afective pure, lipsite de conținut sunt foarte rare. Trăirile afective sunt însoțite de trebuința de a fi comunicate, exprimate (oral, prin scrisori, jurnale, etc). Această trebuință este complementară cu trebuința de a obține aprobarea, înțelegerea și simpatia interlocutorului.

Procesele afective se caracterizează prin polaritate (plăcute – neplăcute; pozitive – negative; încordate – destinse); intensitate; durată (mai scurtă la emoții și mai mare în cazul sentimentelor și pasiunilor); mobilitate (trecerea de la o fază la alta în interiorul unei stări afective sau de la o stare afectivă la alta; o mobilitate prea mare se numește labilitate emoțională) și expresivitate (mimică, pantomimică, schimbarea vocii, modificări de natură vegetativă).

Funcția generală și esențială a proceselor afective, ca și a expresiilor lor, este de a adapta comportamentul la context. Rolul proceselor afective în funcționalitatea normală a organismului a fost însă controversat, cei mai mulți vizând doar efectul perturbator al emoțiilor negative, în special în conflict, căci acesta ne interesează aici. Se atribuie efectul negativ emoțiilor, iar pe cel pozitiv, sentimentelor. Se admite, însă, că trăirile afective dezorganizează



conduita dacă sunt foarte intense sau când individul se confruntă cu o situație neprevăzută. Ca regulă, în rest, organizează.

În conflict, procesele afective pot avea funcții ca cele de mai jos (Stoica, 2004):

- ✎ *Cauză* a conflictului. (exemplu: starea colegului de furie față de nedreptatea precinuită de șef îi determină o nemulțumire critică generalizată, manifestată în atacuri fără motiv la adresa celor de față). Conflictele pot avea atât cauze instrumentale, materiale, cât și cauze emoționale, relaționale. Dacă sursele (cauzele) materiale sunt obligatoriu însoțite de emoții negative (orice frustrare produce reacții emoționale negative), în schimb sursele emoționale ale conflictelor pot acționa în absența oricărei revendicări concrete.
- ✎ *Resursă energetică*, emoțiile potentând și susținând conflictul: ele alimentează puterea, curajul, și perseverența care permit omului să se implice și să finalizeze situația conflictuală/
- ✎ *Mecanism de stingere* a conflictului, fie prin defulare (exemplu; satisfacția că mânia și disprețul pentru ofensa primită au fost exprimate, comunicate), fie prin faptul că se valorifică în mod constructiv emoțiile pozitive ale disputanților și ale terței părți.
- ✎ Simptom sau *indicator* al conflictului pe care-l trăim noi înșine sau partenerul; conflictul implică o reacție emoțională la o situație sau interacțiune/persoană, reacție care semnalează un dezacord. Când avem emoții de teamă, tristețe, amărăciune, furie, neajutorare sau un amalgam din acestea, simțim că avem un conflict – și, ca atare, îl avem. Emoția resimțită ne-a semnalat prezența conflictului, a acut rolul de simptom.
- ✎ Indicator al *importanței problemei pentru disputanți*, în funcție directă de intensitatea emoției. (de exemplu, frustrarea este mai puternică dacă nu-ți răsună la salut o vecină oarecare, comparativ cu acești gest din partea unei prietene apropiate).

În conflict participă emoțiile de ambele valențe, pozitivă și negativă, nu doar emoțiile negative.

Emoțiile negative:

- ✎ Oamenii intră în conflict, de regulă, cu interese, dar și cu emoțiile însoțitoare. Când aceste emoții nu sunt recunoscute de partea adversă și/sau de terță parte, în primul rând prin ascultarea activă, lor li se adaugă și alte emoții negative: frustrare, dezamăgire, revoltă.
- ✎ Emoțiile negative ca furia, teama, neîncrederea, disprețul, jena, rușinea, mândria rănită, dezamăgirea pot bloca obținerea acordului prin abaterea de la scopul real, de găsire a soluției și orientarea spre întoarcerea ofensei, răzbunare sau refuzul sistematic al oricărei propuneri din partea adversă.
- ✎ Când părțile percep amenințări la adresa valorilor, statutului și identității proprii, ele reacționează prin emoții puternice, care devin sentimente de durată și întrețin un conflict insolubil sau unul prelungit.
- ✎ Când oamenii simt că le sunt amenințate interesele concrete, ei reacționează spontan prin emoții puternice.
- ✎ Când umilim sau disprețuim punctul de vedere al celuilalt, el se simte nerespectat, umilit, poate chiar rușinat, ceea ce complică situația, întrucât rușinea de regulă produce conflicte prelungite.

Emoțiile pozitive facilitează acordul și implicit atingerea scopului realist, instrumental.

Ele pot avea efecte constructive, în maniere diferite:

- ✎ Dacă negociatorul este bine dispus, el este mai puțin agresiv și reușește mai bine să inducă atitudinile cooperante la disputanți.
- ✎ Dacă disputanții au emoții pozitive, sunt mai doritori să rezolve problema, mai ingenioși, mai dispuși să respecte poziția oponentului și mai capabili de operare intelectuală



✎ Se ajunge mai ușor la un acord, dacă li se fac cunoscute oponentilor întăririle pozitive, recompensele rezolvării conflictului: stabilirea de bune relații personale, încrederea, respectul, recunoașterea, satisfacția, sentimentul de apartenență, reputația.

Conflictul in cuplul marital

Relația de cuplu este ca un proiect care are la bază afinități între parteneri, interese afective și economice, realizări comune, teritoriu comun ce presupune spațiu și timp, și toate acestea într-un conglomerat ce se dovedește a fi stabil și armonios.

Cuplul poate fi definit ca o structură bipolară, de tip biopsihosocial, bazată pe interdeterminism mutual (partenerii se satisfac, se stimulează, se susțin, se dezvoltă și se realizează ca individualități biologice, afective și sociale, unul prin intermediul celuilalt). Plecând de la aceasta viziune, cuplul poate fi armonic, satisfăcător și stabilizator, sau dezarmonic, nesatisfăcător: astfel cuplurile tind să migreze, fie spre stabilitate și progres, fie prin instabilitate, respectiv disociere. În cazul în care cuplul este armonic, satisfăcător, are mari șanse să ducă la căsătorie, la o permanentizare a relației.

Cuplul este definit în Dicționarul de Psihologie Socială ca *o legătură temporară, ori de lungă durată a două persoane numită și diadă, bazată pe interese și sentimente comune sau pe un contract încheiat, ori desfășurând o activitate.* Între părțile cuplului se dezvoltă și se manifestă relații socio-afective, un proces de influență și fenomene de conducere. Termenul de cuplu este definit în Dicționarul Explicativ al Limbii Române ca fiind *o reuniune de două persoane de sex opus aflate într-o anumită legătură*, iar termenul conjugal apare ca *ținând de soți, de căsătoriei.*

Analiza cuplurilor, așa cum este regăsită în „Tratatul de psihosexologie” a lui Constantin Enăchescu, ne dezvăluie aspecte multiple, deosebit de complexe și specifice, dar care sunt totuși tratate în mod inegal și cu prea multă ușurință de către unii specialiști, studiul lor limitându-se la aspectele formale ale acestuia.

Cuplul ca *asociere stabilă de parteneri*, așa cum este înțeles și acceptat astăzi, are o istorie personală lungă și interesantă, din cunoașterea căreia se pot deduce formele de evoluție și constituire în timp ale atitudinilor și conduitelor umane. El este rezultatul recunoașterii și valorizării unei relații interumane specifice, constituite în decursul timpului, iar începuturile sale corespund cu primele etape ale istoriei umanității.

Aceste etape istorice ale cuplului au evoluat în paralel cu transformările istorice ale umanității, în asemenea măsură încât se poate afirma că fiecărei etape istorice îi corespunde un anumit tip de cuplu, care mai târziu, o dată cu consolidarea vieții în cetate, va îmbrăca configurația instituționalizată a familiei.

Ideea de familie apare destul de târziu în evoluția umanității, o dată cu statuarea relațiilor de înrudire între indivizii care se află legați între ei printr-o origine biologică comună. Ideea de înrudire, dezvoltată pe un fundament biologic, reprezintă procesul de valorizare a indivizilor proveniți dintr-un strămoș comun. Dar, în același timp, o dată cu aceasta se adaugă un aspect nou, esențial, de ordin psihologic, reprezentat prin identitate. Toți membrii grupului cu o origine biologică comună, având aceeași identitate prin origine, sunt rude. Ei au aceleași calități și, aparținând aceleiași surse, seamănă între ei, se recunosc prin asemănarea comună și, din acest motiv, se înrudesc, având datorită acestei apartenențe o identitate comună de grup.

Din punct de vedere istoric, cuplul, așa cum este el întâlnit astăzi, s-a constituit treptat, o dată cu complexificarea evoluției umanității.

Prima formă a reprezentat-o asocierea indivizilor de sexe diferite, bazată pe atracția sexuală, de ordin pur biologic, în vederea procreării. Asocierea, de regulă limitată la perioada acuplării, nașterii și îngrijirii descendenților, se încheua o dată cu maturizarea puilor sau chiar mai devreme.



A doua formă, evaluată din punct de vedere istoric, o reprezintă însoțirea și ea constă în trecerea de la simpla și exclusivă sociere biologică, în vederea realizării actului de acuplare pentru procreare, la o asociere emoțional-afectivă, de durată, care apropie și menține legătura dintre parteneri. O dată cu însoțirea, apar și primele modele de comportament comune celor doi parteneri asociați, care se vor transmite descendenților acestora.

Ce-a de-a treia formă reprezintă cuplul de parteneri, ca forma socioculturală cea mai evoluată și ea marchează începutul istoriei umanității. Cuplurile de parteneri vor deveni, în decursul perioadelor istorice modelul sociocultural din care se vor constitui tipurile de familie specifice fiecărei epoci istorice. Este forma de valorizare cultural-morală prin socializare a cuplului de indivizi. Acest tip de asociere/însoțire, în noua sa formă, capătă un caracter constant și devine, printr-un proces de valorizare, instituție social-juridică în cadrul organizării și funcționării vieții în cetate. Deși orice model de familie are la baza lui un cuplu de parteneri, ideea, forma și atitudinea față de cuplu s-au modificat considerabil de mai multe ori în decursul istoriei umanității. Aceste modificări au la baza lor sistemul de valori care este atribuit cuplului de către modelul sociocultural și moral-religios. Din aceste considerente, se poate spune că orice cuplu (marital) de parteneri are o formă care este atribuită de instituțiile și modalitățile de relații sociale și un conținut ce e atribuit de sistemul de valori specifice modelelor sociocultural și moral-religios ale societății respective. Acestea sunt aspectele social-valorice și istorice ale cuplului.

Dincolo de aceste aspecte, un cuplu de indivizi se caracterizează prin faptul că cei doi parteneri maritali își unesc viețile în scopul realizării unui destin comun, a unui model de viață unic. Aceasta presupune participarea unui complex de factori specifici care contribuie la formarea și menținerea cuplului, și anume (Enăchescu, 2003):

- ✎ Interese și atracție reciprocă ale celor doi indivizi de sexe diferite
- ✎ Recunoașterea de către fiecare partener a celuilalt ca reprezentând o „persoană potrivită” cu și pentru el
- ✎ Existența unui acord între parteneri, care provine din atracția lor reciprocă și care menține acest acord și îl dezvoltă în mod continuu
- ✎ Afecțiune reciprocă între parteneri
- ✎ Completare reciprocă a celor doi parteneri
- ✎ Complementaritatea partenerilor cuplului
- ✎ Identificarea reciprocă în plan interior (sensibilitate, model de gândire, reprezentări, ect) a celor doi parteneri
- ✎ Construirea unui ideal comun de viață

Rezultă de aici faptul că un cuplu reprezintă etapa unei lungi evoluții istorice a ființei umane, de la condiția sa naturală primară la condiția sa de persoană civilizată.

Diferențe între barbati și femei în abordarea conflictului

Diferențele biologice și cele referitoare la anumite caracteristici psihice nu mai sunt puse de mult la îndoială, atunci când se vorbește despre diferențe între sexe (Boza, 2001). S-a dovedit prin studii că există însă și ale aspecte ale diferențierii în domenii precum: simțul unei identități separate, structurile de apărare și control. Studiile arată că bărbații tind să fie mai diferențiați decât femeile, în special în domeniul identității, ceea ce s-a numit „simțul unei identități separate”. Femeile ca grup sunt descrise drept mai dependente de ceilalți.

Ele sunt mai interesate de oameni și de impresia pe care o produc, tind să fie mai performante în sarcini cum ar fi întuirea vârstei, distingerea între tipurile de înfățișare fizică (Tyler, 1965), fiind superioare și în memorarea numerelor și figurilor. Femeile utilizează mai mult standarde externe pentru definirea atitudinilor și judecăților lor aderă mai mult la



standardele de grup. Pentru femei, nerealizările se înmulțesc atunci când le este amenințată acceptarea socială, lucru care la bărbați apare când sunt amenințați de eșec intelectual.

Lea Pulkkinen (1996) face o trecere în revistă a stilurilor de personalitate, aceste stiluri fiind raportate și la stereotipurile de sex.

Pentru femei:

- ✎ *Prototipul feminin* manifestă caracteristici conforme cu rolul prescris, tradițional: dependente, vesele, sociabile, productive, călduroase, protective, controlate. Sunt persoane capabile și conștiincioase, care se bucură de viață, dar într-un mod egoist
- ✎ *Intelectualele* manifestă o manieră cerebrală de abordare a lumii; se presupune că au fost inadapte în adolescență, dar și-au revenit de-a lungul anilor. Se caracterizează prin introspecție, ambiție, valorizare a problemelor intelectuale, capacitate intelectuală, independență, sensibilitate estetică. Sunt mai instruite decât media, se căsătoresc mai târziu, nu fumează și beau puțin, sunt orientate spre carieră și nu le place să facă menajul
- ✎ *Hiperfemininele* sunt cele care, din punct de vedere psihiatric, ar putea fi caracterizate ca isteriforme. Această caracterizare poate include caracteristici precum: ostilitate, neîncredere, fragilitate, se simt victimizate, negativiste. Sunt stereotipice chiar în orientarea valorică: slabe, supuse și dezorganizate
- ✎ *Dominatoarele* sunt acele femei „aborbite de sine” și au interacțiuni agresive cu ceilalți, cu scopul de a-și impune dorințele. Se caracterizează prin: mulțumire de sine, ostilitate, sunt asertive, directe și orientate spre putere
- ✎ *Vulnerabilele* sunt caracterizate de impulsivitate și reactivitate, combinate cu supunere, ceea ce duce la exploatarea celorlalți. Se caracterizează prin: fire capricioasă, autoapărare, lipsa unui sentiment al valorii personale
- ✎ *Independentele* sunt motivate, asertive, ostile, sceptice, capacitate intelectuală, se simt înșelate și victimizate, neîncrezătoare, lipsite de încredere cu privire la propria valoare

Pentru bărbați:

- ✎ *Prototipul masculin* se caracterizează prin: integritatea personalității, resurse fizice și psihice, sunt ambițioși, productivi, luptători, apreciază problemele intelectuale, sunt mai instruiți ca alți bărbați, au mai mulți copii, se căsătoresc la o vârstă convențională, au scopuri vocaționale înalte, multe planuri de viitor și se interesează de problemele societății
- ✎ *Adaptații* au avut o adolescență tulburată, dar au dobândit apoi competență, au devenit mai simpatici, productivi, calmi, mai puțin rebeli, iritabili, retrași și fragili, sunt moderați, precauți, timizi, nepăsători, au interese înguste
- ✎ *Vulnerabilii* se caracterizează prin ostilitate, teamă, supunere, retragere, slăbiciune. Sunt destul de retrași, încordați, dar pasivi, defensivi, sensibili, stângaci din punct de vedere relațional. Au tendința de a rămâne necăsătoriți
- ✎ *Extraverții* sunt cei bine adaptați în adolescență și adaptați la maturitate, sunt ostili, temători, retrași, neîncrezători, fragili și mai puțin sociabili ca în adolescență
- ✎ *Nehotărâții* sunt impulsivi și nu și-au fixat un loc în viață, sunt vorbăreți, interesați, rebeli, rapizi, capricioși, hipercontrolați, strălucitori. Impulsivitatea îi duce la nonconformism, hedonism, neastâmpăr, aventură și nepăsare

Există stereotipuri puternice potrivit cărora bărbații ar fi mai puțin înclinați decât femeile în legătură cu emoțiile pe care le simt, de unde și o sursă de conflict în relația de cuplu. Primele șase studii care au examinat comunicarea socială a emoției aveau în vedere participanți de ambele sexe (Rimé et al, 1991). Nici unul nu a indicat existența unei diferențe notabile. Singura diferență care a reieșit sistematic în urma comparării celor două sexe în privința comunicării sociale a emoțiilor a fost alegerea partenerului. Femeile întrețin o rețea relativ



diversificată de parteneri, în vreme ce bărbații înclină să-și comunice social emoțiile soției sau prietenei (Rimé et al, 1992)

Contrar stereotipurilor existente, nu pare să existe o diferență între bărbați și femei în privința tendinței de a vorbi despre propriile emoții și de a le comunica altuia. Dar există în mod cert o diferență în ceea ce privește felul de a o face. „Băieților” mari li se repetă de la vârste foarte fragede că trebuie să-și mascheze emoțiile. Dacă acest fapt pare să nu aibă consecințe importante asupra nevoii de exprimare și de comunicare socială a emoției, el are totuși o anumită incidență asupra modului în care aceste nevoi sunt canalizate din moment ce se constată că un bărbat adult rezervă comunicarea socială a emoției doar pentru persoana în fața căreia se poate arăta așa cum este în realitate (Rimé, 2008, pp.133-134).

Faptul că diferențele între bărbați și femei persistă nu se datorează doar unor caracteristici biologice, care nu pot fi schimbate. Multe dintre aceste diferențe sunt induse prin stimulare diferită, prin încurajarea unor comportamente și tipuri de învățare conforme cu rolurile de sex și accentuate de persistența și acțiunea stereotipurilor sociale, care acționează ca profesii ce se autoîmplinesc.

S-a demonstrat (Lamke, 1982) că există diferențe în ce privește respectul de sine în funcție de identificarea cu rolul de sex. S-a arătat că băieții care se identifică într-o măsură mai mare cu rolul lor de sex au un respect de sine mai ridicat. De asemenea, caracteristicile rolului de sex opus sunt asociate cu un respect de sine înalt, ceea ce dovedește rolul acceptării și al aprobării sociale a comportamentelor tipice rolului de sex prescris.

Milton (1971) arată că există diferențe în rezolvarea problemelor, în funcție de identificarea cu rolul de sex. Ipoteza de la care se pleacă este că aptitudinea de rezolvare a problemelor crește pentru un individ o dată cu măsura în care el se identifică cu rolul de sex masculin. Bărbații „masculini” vor avea performanțe mai bune decât cei „feminini”, iar femeile „masculine” vor avea performanțe mai bune decât cele „feminine”.

Problemele de rezolvat sunt probleme de restructurare sau cu rezolvare directă (straight-forward). Problemele de restructurare cer subiectului să-și schimbe setul inițial pentru a ajunge la soluții. Se observă că bărbații au performanțe mai bune în problemele de restructurare decât femeile. Cum nu se poate schimba identificarea cu rolul de sex al unui subiect, pentru a schimba aptitudinea sa de rezolvare a problemelor este necesar să neutralizăm efectele acestei identificări. O dată ce diferențele în rezolvarea problemelor sunt puse în evidență și unul dintre factori este identificarea cu rolul de sex, putem presupune că există diferențe legate de identitatea de sex și în legătură cu adoptarea anumitor strategii de rezolvare a conflictelor.

În multe studii ce privesc rezolvarea conflictelor este menționată ca abilitate importantă aceea de rezolvare a problemelor. Și în acest domeniu studiile arată diferențe: bărbații sunt mai eficienți decât femeile în rezolvarea problemelor care cer restructurare; acest studiu vine în continuarea altora mai vechi care arată o mai mare dependență a femeilor de câmpul perceptiv, tendința de organizare a acestuia și o mai mare dependență de context, în timp ce bărbații au tendința la o abordare analitică, ceea ce le permite o mai mare detașare de context.

Fără îndoială, modul de abordare a unui conflict depinde în mare măsură de modul în care este perceput de către cei implicați. Conflictul poate fi focalizat, manifest, nemanifest (latent, acuns) sau inconștient. În funcție de aceste tipuri, este posibil ca o anumită strategie să fie adoptată cu o mai mare frecvență decât alta. Se știe că manifestarea conflictului sau simptomele acestuia sunt întotdeauna legate de agresiune, ostilitate sau chiar violență.

Obiective și ipoteze

Așa cum s-a putut observa în capitolele anterioare, literatura de specialitate a subliniat importanța conflictului în relația de cuplu, dar și modul partenerilor de a face față acestor



conflicte, de a le rezolva, de a se implica. Nu numai că indivul este caracterizat ca persoană din prisma relației sale cu partenerul de viață, dar și caracterizarea ca întreg a cuplului denotă o mare importanță în viața fiecăruia dintre noi. Un conflict cu un amic, cu colegii de muncă, cu o rudă mai îndepărtată nu ni se pare atât de crucial, nu ne implicăm cu toate resursele noastre și nu ne afectează la fel de mult, comparativ cu un conflict cu cel cu care am ales să ne împărțim viața, visele, scopurile. Pornind de la afirmațiile de mai sus, am pornit în încercarea de a observa cum se manifestă conflictul într-un cuplu și din punct de vedere practic, nu numai teoretic.

Prin urmare, obiectivele pe care le-am urmărit au fost:

- ✎ Mi-am propus să identific un număr de instrumente psihologice valide cu ajutorul cărora să evaluez conflictul în cuplul marital, satisfacția obținută de aceștia în cadrul cuplului, gradul de empatie a partenerilor și nivelul de echitate.
- ✎ Mi-am propus să administrez instrumentele identificate pe un eșantion de 30 de cupluri maritale.
- ✎ Mi-am propus cotarea răspunsurilor, realizarea unei baze de date și analiza statistică a rezultatelor obținute.

În cadrul cercetării am plecat de la următoarele ipoteze:

- ✎ 1. Se prezumă că există o diferență semnificativă între bărbați și femei în ceea ce privește empatia.
- ✎ 2. Se prezumă că există o corelație inversă semnificativă între conflict și satisfacție în cuplul marital.
- ✎ 3. Se prezumă că există o corelație inversă semnificativă între conflict și echitate în cuplul marital.
- ✎ 4. Se prezumă că există o corelație inversă semnificativă între conflict și empatie în cuplul marital.
- ✎ 5. Se prezumă că există o corelație directă semnificativă între echitate și empatie în cuplul marital.

Instrumente de cercetare

Pentru colectarea datelor am utilizat următoarele instrumente (vezi Anexa 5):

- ✎ Beier – Sternberg Discord Questionnaire (DQ) - DQ este un instrument de 10 itemi construit pentru măsurarea a două dimensiuni ale relației maritale: discordia/conflictul și gradul de nefericire atașat acestui conflict. Itemii au fost selectați pe baza consultării literaturii de specialitate care prezintă aceste probleme ca fiind principalele surse ale conflictului marital.

Equality/Inequality Scale- E/I este un instrument de 26 de itemi construit pentru a măsura nivelurile de echitate intimă pe care cuplurile le percep în relațiile lor. Două scoruri separate sunt disponibile pentru E/I, un scor global al echității bazat pe un item și un scor pentru arii particulare ale unei relații intime, în principal, interese personale, interese emoționale, interese cotidiene și oportunități câștigate și apoi pierdute (25 de itemi). E/I este un instrument util pentru cercetarea și practica cu cupluri intime. Completarea scalei globale E/I durează vreo 15 minute.

- ✎ Dyadic Adjustment Scale – scala de satisfacție maritală- este un instrument de evaluare alcătuit din 32 de itemi, care poate fi completat fie de unul, fie de ambii parteneri dintr-o relație. Fiecare item DAS este evaluat printr-un singur răspuns, care este ales dintr-o listă.
- ✎ Chestionar propriu de empatie- Empatia presupune a înțelege sentimentele altora și preocupările lor, precum și a aborda situațiile, din perspectiva lor. Ea se construiește pe conștientizarea de sine, cu cât suntem mai deschiși față de propriile noastre emoții, cu atât suntem mai capabili să interpretăm sentimentele altora.



Participanți la cercetare

Lotul cercetării a fost alcătuit prin eșantionare aleatoare, cuprinzând astfel 30 de cupluri maritale. Subiecții au avut vârste cuprinse între 20 și 50 de ani, cu o medie de vârstă de 37.30 și abaterea standard de 8.93. Din totalul subiecților participanți, în funcție de nivelul studiilor, 8.3% au studii gimnaziale, 55.6% au studii liceale și 36.1% studii universitare.

Analiza și prelucrarea rezultatelor

Ipoteză 1: *Se prezumă că există o diferență semnificativă între bărbați și femei în ceea ce privește empatia.*

$2.93 > 1.95$ la $p=0.05$ → diferență semnificativă între cele 2 eșantioane

Datele obținute confirmă ipoteza și anume existența unei diferențe semnificative între cele 2 genuri, femeii și bărbații, în ceea ce privește gradul de empatie pe care fiecare dintre aceștia îl deține. Astfel se ajunge la concluzia că întotdeauna cele 2 genuri se vor diferenția în ceea ce privește empatia, în cadrul unui cuplu nu va exista o egalitate între modul empatic de a acționa a partenerilor. Va exista o discordanță între cei doi parteneri, unul tinzând să înțeleagă mai precis mesajul atât verbal cât și non-verbal transmis de celălalt partener, îi va fi mai ușor să se transpună în pielea celuilalt pentru a-i înțelege nevoile, dorințele, emoțiile, în timp ce celălalt va da dovadă de lipsuri în ceea ce privește existența empatiei în cadrul comportamentului său, i se va părea o misiune cu adevărat imposibilă să-și înțeleagă partenerul, fără ca acesta din urmă să-i arate în mod precis.

Ipoteză 2: *Se prezumă că există o corelație inversă semnificativă între conflict și satisfacție în cuplul marital.*

$0.43 > 0.27$ la $p=0.05$ → corelație semnificativă

Datele obținute confirmă ipoteza și anume existența unei corelații semnificative între conflict și satisfacție într-o relație, dar și faptul că acestea sunt într-o legătură invers proporțională, cu cât conflictul este mai mare între parteneri, cu atât satisfacția resimțită este mai mică și invers. Prin urmare în cadrul unei relații în care nivelul de satisfacție nu atinge cote respectabile pentru obținerea unui confort psihologic optim, va exista un teren favorabil, prin fragilitatea care îi va sta în componență, pentru apariția conflictelor dintre parteneri. Majoritatea vor acuza lipsa satisfacției a relației ca și cauză pentru existența conflictelor. Nerezolvarea acestora la timp și într-un mod satisfăcător și sănătos, dar și perpetuarea continuă dintr-un conflict, fie el și minor, în altul, va da senzația că între cei doi nu mai există nimic care să-i definească ca și cuplu decât conflictele ce-i unesc. Tot din lipsa satisfacției resimțite, existența conflictelor nu va duce la o stabilizare a relației, ci în mod inevitabil la disoluția acesteia, în cazul în care nu sunt rezolvate probleme într-o manieră acceptabilă. De cealaltă parte a problemei se regăsesc cuplurile, în cadrul cărora cei doi parteneri resimt un grad mare de satisfacție ce le-o conferă relația. În cazul acestora numărul de conflicte scade, ele fiind văzute doar ca elemente ce influențează consolidarea relației.

Ipoteză 3: *Se prezumă că există o corelație inversă semnificativă între conflict și echitate în cuplul marital.*

$0.85 > 0.27$ la $p=0.05$ → corelație semnificativă

Datele obținute confirmă ipoteza și anume existența unei corelații semnificative între conflict și echitate într-o relație. Ca și în cazul legăturii dintre conflict și satisfacție și aici se poate observa o legătură invers proporțională, un partener care va simți că relația sa este suficient de echitabilă, se va antrena într-un număr mic de conflicte. În schimb, în cazul în care acesta va simți că ceea ce partenerul îi oferă nu se ridică la măsura așteptărilor sale sau că nu echivalează cu ceea ce acesta i-a oferit la rândul său, ba chiar uneori constată că nu primește absolut nimic în schimb, în timp ce el oferă dacă nu totul, cel puțin într-o mare măsură, se va



antrena mult mai repede în noi conflicte. Singura modalitate ca această disponibilitate către conflict să scadă va fi acea echilibrare între investițiile celor doi în ceea ce privește relația ce au decis s-o construiască împreună. În caz contrar, orice gest sau detaliu mărit i se va părea suficient pentru apariția unui nou dezacord între el și partener, acuzând mereu că nu este prețuit la adevărata sa valoare. Atunci când relația va deveni stabilă din punct de vedere al schimbului dintre cei doi, existența conflictelor vor fi, la fel ca și în ceea ce privește satisfacția și conflictul, doar niște evenimente inevitabile în evoluția relației.

Ipoteză 4: Se prezumă ca există o corelație inversă semnificativă între conflict și empatie în cuplul marital.

0.05 < 0.27 la $p=0.05$ → corelație ne semnificativă

Datele obținute confirmă ipoteza și anume existența unei corelații semnificative între conflict și empatie într-o relație. Prin urmare între acești 2 factori nu există neaparat o strânsă legătură, însă tot din prisma rezultatelor obținute se poate observa legătura invers proporțională dintre aceștia. Astfel, un grad ridicat de empatie nu garantează un număr scăzut de conflicte. Deși aparent s-ar crede că dacă nu există empatie între parteneri numărul de conflicte dintre aceștia ar fi ridicat, se pare însă că nu este o regulă generală. Este posibilă astfel o relație armonioasă în cadrul unui cuplu, în care conflictele nu sunt devalorizate sau la ordinea zilei și în care partenerii nu trebuie să dea dovadă de un simț empatic ridicat pentru ca totul între cei doi să fie în regulă.

Ipoteză 5: Se prezumă că există o corelație directă semnificativă între echitate și empatie în cuplul marital.

0.10 < 0.27 la $p=0.05$ → corelație ne semnificativă

Datele obținute confirmă ipoteza și anume existența unei corelații semnificative între echitate și empatie într-o relație, însă se poate observa totuși legătura direct proporțională dintre aceste 2 variabile. Nu este necesar prin urmare ca o relație echitabilă să reiasă datorită empatiei resimțită de cei doi parteneri. La baza unei relații echilibrate dintre parteneri, faptul că unul dintre ei nu dă dovadă de capacitatea de transpunere empatică, nu este neaparat un detriment în dorința acestuia de a-i oferi partenerului în aceeași măsură în care acesta primește de la el, fără ca unul dintre ei să se simtă mai puțin valorizat în ochii celuilalt sau să aibă impresia unui schimb inequitabil între aceștia.

Concluzii

Atât din literatura de specialitate, dar și din rezultatele obținute în cadrul cercetării, se creionează însemnătatea conflictului într-o relație. Ba chiar se ajunge la definirea ca și cuplu prin această prismă. Am avut curiozitatea, în cursul cercetării, de a întreba subiecții care le sunt părerile în legătură cu conflictele prin care aceștia au trecut alături de partenerul de viață. Majoritatea participanților mi-au răspuns că dacă ar fi să dea timpul în urmă, nu ar șterge niciun singur conflict sau ceartă dintre ei, ci poate ar schimba modul în care l-au rezolvat. Și asta pentru că așa au învățat prin ce se definește persoana de lângă ei, ce așteptări are și ce-și doresc de la relația în care sunt implicați. Nimeni nu este perfect, nicio relație nu este perfectă, iar cei ce-și doresc să nu existe nici cea mai mică dispută în relația lor, ar trăi ceva pur și simplu fad. De altfel, aproape toți participanții și-au exprimat deschis opinia că nu numai că s-au maturizat alături de partener, dar și fiecare ceartă pe care au avut-o i-au ajutat să-și demonstreze, să lupte pentru ceea ce au construit de-a lungul timpului prin iubirea dintre cei doi.

Prin urmare existența conflictelor într-o relație nu trebuie privită ca pe ceva ce este negativ, care distruge o relație și nu-și are locul între două persoane care se iubesc. Din contră, aceste conflicte între parteneri trebuie privite ca pe un imbold către o relație mai sănătoasă, în care ambii parteneri se simt împliniți. De altfel, așa cum am și încercat să verific într-una dintre ipoteze, conflictul este strâns legat cu satisfacția resimțită de parteneri. Atunci când conflictul



depășește limita normalului și satisfacția în cuplu scade simțitor. Prin urmare, așa cum și rezultatele care confirmă ipoteza arată, un conflict foarte ridicat între parteneri îi face pe aceștia să se simtă inutili, că nu le este locul în acea relație, că au luptat destul și că oricum fiecare mic efort de a trece peste o ceartă minoră este în zadar. Nu numai că afectează stabilitatea în cuplu, dar poate ajunge până la completa destrămarea acestuia, afirmând mai ales incompatibilitatea dintre parteneri. Pe de altă parte, cu cât conflictul este la limitele normalului, sau chiar la cote mai mici, satisfacția resimțită de parteneri este mai mare, aceștia se simt împliniți, că fac parte dintr-un întreg, privesc cu optimism fiecare dispută dintre ei și partenerii lor fiind conștienți de faptul că aceasta le va întări și mai mult relația. Alături de satisfacție, conflictul dintr-o relație se regăsește în strânsă legătură și cu nivelul de echitate dintre parteneri. Astfel, în cazul în care un partener simte că nu a primit suficient de mult comparativ cu ce acesta a oferit, va fi mult mai vulnerabil în fața conflictelor, chiar le va oferi o însemnătate mult mai mare, deoarece se vor simți lipsiți de importanță pentru partenerul lor, iar în cele mai nefericite cazuri chiar își va dori să încheie relația. Pe lângă toate acestea, un partener care simte că relațiile dintre el și perechea sa sunt inechitabile, va căuta cu precădere conflictul cu acesta, însuflețit de dorința de a afla ce anume îl face mai puțin important în ochii persoanei cu care-și împarte viața, însă din păcate nu întotdeauna conflictele se încheie cu rezolvarea tuturor problemelor ce poartă pecetea echității. Tot din rezultatele cercetării s-a putut observa că legătura dintre conflict și gradul de empatie pe care fiecare partener îl deține nu este neapărat una semnificativă. E adevărat, transpunându-te în pielea partenerului, te va ajuta să elimini o parte dintre conflictele trăite, însă a dispune de această "armă" nu este suficient pentru a le reduce. Mai potrivit este ca, prin intermediul empatiei să înțelegi ce urmează după un conflict, să privești cu alți ochi și să nu mergi pe principiul că înțelegându-l pe partener te va feri de eventualele dispute. Cum de altfel nici empatia cu simțul echității nu pare a fi mereu în strânsă legătură. Pot să-l înțelegi pe cel de lângă tine, dar asta nu-ți oferă mereu viziunea că nu ești singur într-o relație, că nu trebuie să primești numai tu, sau invers, să dai numai tu. Mai ales că suntem atât de diferiți. Și asta a confirmat și ipoteza privind diferențele privind empatia dintre bărbați și femei. Însăși literatura de specialitate ne oferă studii privind înclinarea femeilor către înțelegere, susținere, transpunere în sufletul celor din jur, lăsându-se de foarte multe ori purtate de val și trăind sub prisma inimii împletindu-se într-un mod unic cu rațiunea. Iar acest lucru pare să-i devanteze pe unii bărbați în ceea ce privesc relațiile și gestionarea conflictelor.

În concluzie, nu numai că nu se poate construi o relație fără existența conflictelor, dar se poate observa și strânsa legătură cu alți factori determinanți într-o relație. Iar acest lucru poartă o însemnătate mare nu numai pentru psihologia socială, ce încearcă să înțeleagă interacțiunile umane și modul acestora de a influența individul, dar și pentru psihologia cuplului, a familiei, pentru a oferi îmbinarea dintre individ ca persoană unică și individ ca parte formată din două persoane, două jumătăți ce cresc și se înțeleg una pe alta doar prin existența acestor conflicte, uneori atât de benefice, alteori atât de distrugătoare.

Bibliografie

Rubin, J.Z., Pruitt, D.G. și Kim, S.H. (1994). *Social Conflict: Escalation, Stalemate, and Settlement* (a doua ediție), New York: McGraw-Hill

Coser, L. A. (1967). *Continuities in the Study of Social Conflict*, New York, Free Press

Burton, John. 1988. *Conflict Resolution As a Political System*, Fairfax, George Mason University

Burton, John și Dukes, Frank. (1990). *Conflict: Readings in Management & Resolution*, New York: St. Martin's Press



- Folger, J.P, Poole, M.S., și Stutman, R.K. (1993). *Working through Conflict: Strategies for Relationships, Groups and Organizations*, New York- Harper Collins
- Mayer, Bernard. (2000). *The Dynamics of Conflict Resolution. A Practitioner's Guide*, San Francisco, Jossey Bass, A Wiley Company
- Stoica, Ana Constantin. (2004). *Conflictul interpersonal*, Polirom, Iași
- Stoica, Ana Constantin. (2009). *Fundamentele teoretice ale conflictului – curs*, Iași
- Prutianu, Șt. (2000). *Manual de comunicare și negociere în afaceri*, editura Polirom, Iași
- Dworetzky, J.P. (1988). *Psychology*, ediția a III-a, West Publishing Compagny, St. Paul, New York, Los Angeles, San Francisco
- Moscovici, S. (coord). (1996). *Psihologia socială a relațiilor cu celălalt*, editura Polirom, Iași
- Tyler, L.. (1965). *The Psychology of Human Differences*, Prentice Hall, Englewood Cliff, New Jersey
- Pulkkinen, L.. (1996). *Female and male personality styles*, în *Journal of Personality and Social Psychology*, nr. 6., pp. 1102-1120
- Rimé, B, Mesquita, B., Philippot, P și Boca, S. (1991). *Beyond the emotional event: six studies on the social sharing of emotion*, *Cognition and emotion*, 5, pp. 435-465
- Rimé, B, Mesquita, B., Philippot, P și Boca, S. (1992). *Long lasting cognitive and social consequences of emotion: social sharing and rumination* în W.Striebe și M.Hewstone (ed), *European Review of social psychology*, vol 3, Chichester, UK, John Wiley&Sons Ltd pp 225-258
- Rimé, B. (2008). *Comunicarea socială a emoțiilor*, editura Trei, București
- Lamke, J.L. (1982). *The Impact of sex role orientation on self-esteem in early adolescence*, în *Child Development*, nr. 6, pp. 24-32
- Milton, G.A. (1971). *The effects of sex-role identification upon problem solving skill.*, în Sears P., *Intellectual development*, John Willey and Sens, New York