

Articole de

PSIHOLOGIE APLICATA

**Volumul cuprinde lucrari prezentate la
Conferinta internationala
„De la cunoastere la interventie în psihologie”, Venus
- 2014 -**

ANGHEL ILIE GRADINARU

- coordonator -

Articole de
PSIHOLOGIE APLICATA

Volumul cuprinde lucrari prezentate la
Conferinta internationala
„De la cunoastere la interventie în psihologie”, Venus
- 2014



EDITURA UNIVERSITARA

Bucuresti, 2014

Colectia PSIHOLOGIE

Redactor: Gheorghe Iovan
Tehnoredactor: Ameluta Visan
Coperta: Monica Balaban

Editura recunoscuta de Consiliul National al Cercetarii Stiintifice (C.N.C.S.) si inclusa de Consiliul National de Atestare a Titlurilor, Diplomelor si Certificatelor Universitare (C.N.A.T.D.C.U.) în categoria editurilor de prestigiu recunoscut.

Descrierea CIP a Bibliotecii Nationale a Romaniei

GRADINARU, ANGHEL ILIE

Articole de psihologie aplicata / Anghel Ilie Gradinaru. –

Bucuresti : Editura Universitara, 2014

Bibliogr.

ISBN 978-606-28-0032-1

159.9

DOI: (Digital Object Identifier): 10.5682/9786062800321

© Responsabilitatea privind continutul lucrarilor revine în totalitate autorilor
The responsibility concerning the content of the papers pertains entirely to the authors

Copyright © 2014
Editura Universitara
Editor: Vasile Muscalu
B-dul. N. Balcescu nr. 27-33, Sector 1, Bucuresti
Tel.: 021 – 315.32.47 / 319.67.27
www.editurauniversitara.ro e-mail:
redactia@editurauniversitara.ro

Distributie: tel.: 021-315.32.47 / 319.67.27 / 0744 EDITOR / 07217 CARTE
comenzi@editurauniversitara.ro O.P. 15, C.P. 35, Bucuresti
www.editurauniversitara.ro

CUPRINS CONTENT

Calitatea relatiilor de cuplu la tineri: de la atasament la iubire	7
The quality of young couple relationship: from attachment to love 145	
<i>Prof. Dr. Ruxandra Rascanu, Dr. Psiholog Sonia Ignat – Budean, Psiholog Monica Tudor</i>	
Paradigma sistemica si interventia în psihoterapia familiala.....	19
Systemic paradigm and intervention in family psychotherapy..... 156	
<i>Dr. Angela Boglut</i>	
Stima de sine, factor determinant în parcursul academic al tanarului student de la UPB	32
Self-esteem, a decisive factor for the academic journey of the UPB student	
169	
<i>Drd. Ana-Maria Mihaela Rugescu</i>	
O abordare teoretica a abilitatilor interpersonale ale profesorilor .	43
A theoretical approach to teachers interpersonal abilities	
180	
<i>Drd. Florina Coman</i>	
Elemente de cultura organizationala într-o institutie scolara	52
Elements of organisational culture in an educational institution	
189	
<i>Prof. Psiholog Nicoleta-Cameluta Ganea Prof. Psiholog Alina-Gabriela Baiasu</i>	
Tranzitia de la statutul de elev la cel de angajat.....	68
Transition from student to employee..... 205	
<i>Psih. Cristina Cornea</i>	

Psih. Crenguta Nicolae

Perspective integrative în psihoterapia depresiei 122

Integrative perspectives in the psychoterapy for depression..... 257

Psih. Florentina Avram

CALITATEA RELAȚIILOR DE CUPLU LA TINERI: DE LA ATAȘAMENT LA IUBIRE

Prof. Dr. Ruxandra Rășcanu
Dr. Psiholog Sonia Ignat – Budean
Psiholog Monica Tudor

Rezumat

Lucrarea de față își propune să investigheze o serie de aspecte privind calitatea relației de cuplu. Este studiată influența pe care o pot exercita în acest sens modelele parentale și tipul de atașament existent între parteneri. Se încearcă de asemenea stabilirea unei legături între stima de sine și o serie de dimensiuni ale personalității (nevrotism și extraversie) pe de o parte și calitatea relației pe de altă parte. În scopul studierii acestor aspecte, s-au efectuat cercetări pe un lot de 70 de subiecți, cu vârste cuprinse între 17 și 30 de ani. Principala condiție pe care participanții au trebuit să o îndeplinească a fost aceea de a fi implicați într-o relație de cel puțin 6 luni.

Am utilizat cinci probe psihologice: o scală pentru evaluarea satisfacției în cuplu (Index of Marital Satisfaction), testul Big Five pentru evaluarea unor dimensiuni ale personalității (nevrotism și extraversie) și un chestionar pentru stabilirea tipului de atașament între parteneri (Experience in Close Relationship Questionnaire). S-a utilizat și chestionarul pentru evaluarea autorității parentale (Parental Authority Questionnaire) și o scală pentru stima de sine (Self Esteem Scale).

Din cercetarea noastră a rezultat că subiecții noștri și-au modificat stilul de atașament. Cel mai mult se pare că au beneficiat cei care prezentaseră inițial un stil anxios. Prin modificarea stimei de sine și a satisfacției în cuplu, care s-au deplasat spre polul pozitiv, s-a putut realiza și modificarea stilului de atașament manifestat: anxietatea scade atât referitor la teama de a pierde partenerul, cât și referitor la teama de a nu fi răniți în relație. Consilierea a contribuit la creșterea siguranței în relație a persoanelor anxioase, care au realizat în urma discuțiilor cu terapeutul și cu partenerul că acesta din urmă le este devotat și că temerile cu care s-au confruntat nu își aveau rostul.

Succesele obținute de programul nostru de intervenție evidențiază faptul că unii subiecți aveau realmente nevoie de ajutorul unui consilier pentru consolidarea relației lor de cuplu. Depistarea precoce a unor atașamente disfuncționale și includerea subiecților în programe de consiliere ar contribui la evitarea creșterii numărului de divorțuri sau a numărului de subiecți marcați de psihotraume în urma separării de partener.

Cuvinte cheie: stimă de sine, model parental, stil anxios, extraversie, căsătorie

I. Introducere

Așa cum observau Chiriboga și Thurnher (1980), tinerii se confruntă cu mai multe evenimente de viață decât adulții de vârstă medie sau decât persoanele varstnice. Modul cum rezonază un asemenea eveniment, în forul interior al individului este condiționat mai mult de optica acestuia față de faptul în sine, decât de configurația afectivă a evenimentului (Lowental și colab.; apud A. Birch, 2000).

Fără îndoială, orice modificare majoră a modului de viață al individului, indiferent de coloratura sa pozitivă sau negativă, generează o stare stresantă.

O opinie frecvent vehiculată în cultura occidentală este că iubirea romantică constituie unul dintre criteriile cele mai des invocate pentru a întemeia o căsătorie sau o relație similară.

Referitor la calitatea și amplitudinea capacităților umane de a iubi, mulți autori, printre care și R. Michael (2002), atenționează că iubirea de sine este premisa funciară a iubirii față de celălalt, deoarece nu poți oferi cuiva ceea ce tu însuși nu cumulezi în tezaurul tău sufletesc.

De asemenea, Sternberg (1994) propune o teorie triunghiulară a iubirii, care implică: *angajare*, *intimitate* și *pasiune*. Conform acestui autor, calitatea iubirii depinde de ponderea fiecărui ingredient dintre cele trei menționate. Evident, iubirea imbatabilă este aceea care sintetizează, la cote înalte, toate aceste componente. Cert este că iubirea poate supraviețui numai între egali, ce nu manifestă tendința de “a lua ostatici și care au învățat să se iubească și să se prețuiască lăuntric” (P. Ferrini, 2000, p. 37). O dragoste conjugală durabilă seamănă cu o floare delicată, care reclamă să fie alimentată și protejată prin efortul concentrat al ambilor parteneri sau, altfel spus, este creația lor comună.

Se acceptă că iubirea nu se confundă cu îndrăgostirea, de aceea Osho (2002) recomandă ca decizia pentru căsătorie să fie luată într-o stare prozaică și nu într-una poetică. S-a constatat că prezența complementarității psihofizice între parteneri în contextul unei similarități socioculturale (mediul de proveniență, nivel de școlarizare, statut profesional) conferă mai multă longevitate unui cuplu (L. Mitrofan și N. Mitrofan, 1994). În plus, așa cum menționează A. Burgess (2003), decalajul de instruire dintre parteneri, în favoarea femeii, crește riscul de divorț cu 43%. Dorind să circumscrie cât mai detaliat această homogamie multicriterială, care alimentează întemeierea unei căsătorii, P. Ilut (2000) adaugă și alte criterii: similaritatea rasială, etnică, religioasă, de mentalitate (sistem valorico-vocațional), de loisir, de vârstă.

Pericolul cel mai grav ce poate primejdi integritatea unui cuplu este pierderea libertății, indiferent dacă îl afectează doar pe unul dintre coechipieri sau pe amândoi deopotrivă. “Cea mai frumoasă relație dintre doi oameni”,

observa A. Nuta (2001, p. 136), “este relația între două libertăți, iar o întâlnire durează tot atât cât durează libertatea”. Altfel spus, soții nu sunt gemeni siamezi, ceea ce înseamnă că au dreptul elementar de a avea și o fantă de viață exta-mariaj, adică propriile lor preocupări, interese, prietenii, etc. Desigur, permisivitatea unor asemenea momente de respiro este condiționată de respectarea unor bariere morale, fără de care s-ar derapa într-un lamentabil libertinaj. Glosand pe tema libertății în cuplu, Kahlil Gibran (2000, p. 19) recomandă: “țineți-vă alături, dar nu chiar așa de aproape, căci coloanele templului înălțate-s la anume distanță, iar stejarul și chiparosul nu cresc unul în umbra celuilalt.”

Rezultă că orice tentative de corecție și reamenajare a unui cuplu reclamă aclimatizarea teoriei alegerii, ceea ce permite înlocuirea teoriei constrangerii cu negocierea, empatia și încurajarea.

Din păcate, adeseori când tentativele mai mult sau mai puțin inspirate de salvare a unui cuplu eșuează, se ajunge la divorț. Partenerii realizează atunci că, așa cum afirma psihologul American P. Hauck (1995, p. 27), verigheta nu este și “inelul de care este prinsă cheia penitenciarului celuilalt.”

Pentru a cunoaște un cuplu, trebuie să ținem cont de familia de proveniență, de prieteni sau de profesie. O personalitate stabilă este capabilă să stabilească o coerență internă între diferitele straturi care alcătuiesc istoria. De asemenea, poate să modifice anumite aspecte în structurarea istoriei fără a-și pierde echilibrul. În cazul absenței acestei adaptabilități cognitive, persoana va reacționa cu rigiditate și este posibil să apară diferite tulburări psihice. Este vorba, de exemplu, de persoane care sunt atât de dependente de istoria de apartenență familială, încât nu pot să stabilească o istorie adecvată individuală și cu atât mai puțin să imagineze un cuplu, putând să apară tulburări precum psihoze, anorexie, dependențe de alcool etc.

Satisfacția într-o relație de cuplu este un aspect complex care se bazează pe mai multe trăsături principale, dar care este influențată și de starea de satisfacție/insatisfacție generală a subiectului. Nemulțumirea față de condițiile de viață economico-sociale, absența unui loc de muncă sau alte evenimente pot influența starea de nemulțumire generală, insatisfacția față de viață în general și față de partener în special. De multe ori partenerii de cuplu sunt făcuți răspunzători pentru toate inconvenientele care apar în viața subiecților și care contribuie la gradul general de nemulțumire.

Conceptul de atașament reprezintă un sistem emoțional de bază, a cărui dezvoltare condiționează și este fundamentală sănătății mentale. Diferitele definiții existente ne spun că atașamentul este o legătură afectivă stabilă pe care o persoană o poate stabili cu o altă persoană. Comportamentul atașamentului se manifestă prin căutarea proximității și a contactului cu persoana numită figură de atașament.

Atașamentul este cel care permite copilului să-și formeze un model al lumii, al lui însuși și al respectului de sine. Dacă este un atașament sănătos, copilul va achiziționa autonomia și competența dată de încrederea în sine. Atașamentul slab va fi o neșansă pentru copil și va duce la dezvoltarea unei personalități necontrolate, impulsive. Atașamentul constituie baza pentru toate relațiile ulterioare și un puternic predictor pentru dezvoltarea copilului și a adultului. Atașamentul depinde atât de adult cât și de copil. Un copil dificil va avea șanse mai mici de a-și construi un atașament sigur deoarece el nu-și va putea recompensa mama în interacțiunile cu ea.

II. Obiectivele cercetării

Obiectivele acestei cercetări pot fi împărțite în două categorii: obiective generale și obiective specifice sau operaționale.

1. Obiective generale:

- Evidențierea unor diferențe care apar între subiecții cu diverse tipuri de modele parentale în ceea ce privește calitatea relației de cuplu.
- Obținerea unui răspuns la întrebarea “Cine este mulțumit în cadrul relației?” Se urmărește legătura existentă între nevrotism și calitatea relației, precum și legătura între extraversie și calitatea relației de cuplu.
- Identificarea stilului de atașament care influențează într-o manieră pozitivă calitatea relației de cuplu și totodată a stilului de atașament care exercită o influență negativă asupra acestui tip de relație.
- Realizarea unor comparații între subiecții cu diferite valori obținute la scala de evaluare a stimei de sine în ceea ce privește calitatea relației de cuplu.

III. Ipotezele de lucru

În vederea atingerii obiectivelor mai sus menționate, au fost avansate următoarele ipoteze de lucru:

- Subiecții care au beneficiat de un model parental democratic în copilărie vor obține scoruri mai bune la scala de evaluare a satisfacției în relație, comparativ cu subiecții care au beneficiat de un model parental permisiv sau autoritar.
- Scorurile înalte obținute la dimensiunea nevrotism vor influența într-o manieră negativă calitatea relației de cuplu. Se așteaptă să existe o legătură pozitivă între extraversie și calitatea relației.

- Subiecții cu un stil de atașament sigur vor beneficia de mai multă satisfacție în cadrul relației de cuplu, comparativ cu subiecții care prezintă un tip de atașament ezitant.
- Există o corelație între stima de sine și satisfacția în relația de cuplu.

Subiecții investigați: La acest studiu au participat 70 de subiecți, cu vârste cuprinse între 17 și 30 de ani, dintre care 35 de bărbați și 35 de femei.

IV. Metode și instrumente folosite

În vederea realizării acestui studiu au fost utilizate cinci probe psihologice: o scală pentru evaluarea satisfacției în cuplu (Index of Marital Satisfaction), testul Big Five pentru evaluarea unor dimensiuni ale personalității (nevrotism și extraversie) și un chestionar pentru stabilirea tipului de atașament între parteneri (Experience in Close Relationship Questionnaire). S-a utilizat de asemenea chestionarul pentru evaluarea autorității parentale (Parental Authority Questionnaire) și o scală pentru stima de sine (Self Esteem Scale).

După cum rezultă din tabelul nr. 1, toate probele aplicate de noi dau coeficienți de consistență buni, ceea ce denotă că măsurarea este demnă de încredere și nu este influențată de diverse tipuri de erori:

Tabelul nr. 1: Coeficienții alpha-Cronbach la probele aplicate

Probe aplicate	Coeficient alpha-Chronbach
Index of Marital Satisfaction (IMS)	0,88
Modelul Big Five al personalității	0,78
Experiences in Close Relationships Questionnaire (ECR)	0,90
Parental Authority Questionnaire (PAQ)	0,86
Self Esteem Scale	0,83

V. Interpretarea rezultatelor

Prima ipoteză a acestei cercetări se referă la faptul că subiecții care au beneficiat de un model parental democrat în copilărie vor obține mai multă satisfacție în relația de cuplu, comparativ cu subiecții care au beneficiat de un model parental permisiv sau autoritar.

Mediile și abaterile standard obținute pe dimensiunea calitatea relației, în funcție de modelele parentale ale părinților, pot fi vizualizate în tabelele de mai jos:

Tabelul 2.1: Medii și abateri standard obținute pe dimensiunea calitatea relației – modelul parental al tatălui

	Număr subiecți	Medie	Abatere standard
Model parental permisiv	11	21,52	13,22
Model parental autoritar	23	19,68	13,41
Model parental democrat	36	15,65	8,94
TOTAL	70	17,90	11,36

$F(2,67) = 1,57; p=0,21$

Tabelul 2.2: Medii și abateri standard obținute pe dimensiunea calitatea relației – modelul parental al mamei

	Număr subiecți	Medie	Abatere standard
Model parental permisiv	7	20,47	14,09
Model parental autoritar	15	20,14	12,04
Model parental democrat	48	16,83	10,88
TOTAL	70	17,91	11,39

$F(2,67) = ,67; p=0,51$

Astfel, *prima ipoteză a acestei cercetări este infirmată*: nu există o corelație semnificativă între stilul parental de care au beneficiat subiecții și satisfacția lor în relația de cuplu.

Tinerii au trecut de perioada zbuciumată a pubertății și au ajuns în etapa în care își construiesc propriul drum și model în viață, după propriile valori. Dar acest sistem de valori, ca și întregul lor comportament, este influențat de modul în care au fost crescuți în copilărie, adică de stilurile educative adoptate de părinții lor. Este normal faptul că tinerii care nu au văzut în familia de proveniență forme de manifestare a atașamentului între părinți în relația de cuplu, vor avea mari dificultăți în a-și manifesta, la randul lor, atașamentul.

Un rol important pentru realizarea unei relații de cuplu stabile îl au comunicarea și atașamentul. Comunicarea între parteneri reprezintă un sistem de vehiculare a informațiilor, atât în plan verbal, cât și non-verbal, atât conștient cât și inconștient, sub forma unui dialog complex, ale cărui tipare, stil, profunzime, cantitate și calitate, funcționalitate și producerea de satisfacții mutuale variază de la o etapă la alta, de la o situație la alta și de la cuplu la cuplu.