

INTRODUCERE

Ființa umană este produsul continuu modelabil și remodelabil al confluentei dintre o multitudine de factori. Calitatea acestui produs este reprezentată de modul în care ea reușește să facă față *echilibrat* nevoilor interne și exigențelor externe. O adaptare fericită a ființei umane presupune apelarea la un set de strategii menite să rezolve sau să amelioreze situația de viață perturbatoare, fără a crea dezechilibre majore la nivel individual și, prin extensie, la nivel relațional. Pentru unii dintre noi, acest lucru poate fi făcut cu ușurință, realizând cu *costuri* minime o adaptare sanogenă, echilibrată pentru individ și echilibrantă pentru cei din jurul nostru.

Revenind la ideea că omul este produsul unor multiple influențe, pot fi aduse în discuție câteva dintre acestea. Astfel, pornind de la un dat genetic, individul uman începe să se formeze prin modelare și remodelare multifactorială. Acest debut al formării individului pare a fi cât mai aproape de conceperea lui, cercetări recente subliniind rolul factorilor ce pot acționa asupra lui în perioada vieții prenatale și perinatale, oferind astfel primele cadre ale formării mecanismelor de apărare. Cu această *zestre* căpătată, ca prim mod de apărare, copilul născut intră într-un univers familial care-i va modela structura deja configurată. Noianul experiențelor trăite, modelele oferite de părinți (sau de înlocuitorii acestora) configurează în continuare un anumit model uman specific, specificitate amplificată apoi de alți factori moderatori precum mass-media, grădinița, școala, grupul de prieteni etc. Toate acestea și multe altele modelează individul uman, făcându-l să se adapteze într-un anumit fel, printr-un set de strategii de coping izvorâte, după unii autori, din mecanismele de apărare și rafinate de multitudinea factorilor cu care acesta intră în contact.

Această carte își dorește să prezinte într-un mod comprehensiv și științific o serie de factori cheie, de importanță majoră, în dinamica

relațională de cuplu. Vor fi abordate problematici precum personalitatea, dinamica relațională în cuplu, mecanismele de coping, atașamentul, reglarea emoțională, precum și o scurtă analiză a cuplurilor etnice mixte. Toate acestea sunt abordate și analizate începând cu conceptualizarea lor de bază, manifestările pe etape de dezvoltare, exprimarea lor socială și efectele pozitive și negative ale acestora la nivel intra și inter individual, iar toate informațiile volumului sunt susținute de o cantitate importantă de studii științifice din domeniul psihologiei, sociologiei și al medicinei.

Pornind de la aceste idei considerăm că această carte aduce un element de claritate, cu certă aplicabilitate practică, în ceea ce privește adaptarea ființei umane la contextele vieții de cuplu, prin relevarea mecanismelor de apărare inconștiente și corespondentele lor conștiente - strategiile de coping.

„Marile probleme ale cuplului, deși rămân în general aceleași (comunicarea sexuală, afectivă, morală, intercunoașterea și intervalorizarea, creșterea și educarea copiilor, autorealizarea materială și socio - profesională familială), capătă semnificație și ponderi specifice de la un cuplu la altul, comportă rezolvări diferite și suportă diferențiat intervențiile corectoare, educative sau terapeutice din exterior.”

(Mitrofan & Ciupercă, 1998).

Autorul

CAPITOLUL 1

ABORDĂRI ALE PERSONALITĂȚII

Personalitatea umană reprezintă o temă de cercetare a mai multor domenii, precum filosofia, sociologia, psihologia medicală, literatura, iar psihologia, în procesul devenirii și dezvoltării sale ca știință, a conturat un domeniu distinct de cercetare și cunoaștere a conceptului de personalitate, și anume psihologia personalității, încă din secolul XX. Aceasta îmbină trăsăturile generale și particulare, astfel încât nu poate fi redusă la caracteristicile comune sau la deosebirile unui individ față de un altul.

Abordările personalității sunt atât analitice, cât și sintetice. Din punct de vedere analitic, sunt vizate elementele componente ale personalității, iar perspectiva sintetică se referă la modul de funcționare, ambele oferind o viziune necesară înțelegerii complexe și practice a conceptului de personalitate. Abordarea diferențială vine din partea psihologiei clinice și pedagogice și face referire la specificul fiecărei personalități, rămânând și astăzi principala direcție de cercetare în psihologia practică.

Aceasta este o calitate particulară pe care omul o dobândește pe parcursul dezvoltării sale și care se structurează în adolescență, când acesta își dezvoltă atât gândirea matură cât și orizontul proceselor deductive ale inteligenței, fiind capabil de judecăți independente, discernământ și evaluare autonomă. Din punct de vedere afectiv, personalitatea ia naștere atunci când sunt întemeiate opțiunile axiologice și se stabilește un sistem de valori prin care eul se integrează într-un rol social asumat. Ea este caracterizată de două trăsături primordiale: stabilitate și integrare.

Stabilitatea este procedeul de exteriorizare și trăire interioară, cu anumite limite, prin care este posibilă reorganizarea personalității,

destinată adaptării la schimbările majore ale condițiilor de viață. Reprezintă o formă de organizare, personalitatea constituindu-se ca un ansamblu de structuri. Schimbările care se produc în cadrul interacțiunii compun dinamica actuală a personalității. În general, structurile care alcătuiesc sistemul întreg al personalității nu sunt direct observabile sau măsurabile, dar se manifestă prin eforturi teoretice, de abstractizare, transformându-se în modele ipotetice.

Cogniția, motivația și controlul sunt principalele structuri ale personalității. Prin motivație avem capacitatea de a selecta, de a ne orienta și de a da semnificație conduitei. Deși structura personalității are mai multe semnificații, se disting niveluri diferite de stabilitate și pregnanță pentru diferite motive, realizându-se o ierarhie a motivelor. Structurile cognitive integrează individul la nivel obiectiv, din punct de vedere al competențelor și al valorilor. Asociate cu cele afective și motivaționale, acestea alcătuiesc construcțiile complexe ale aptitudinilor sau capacităților. În acest caz, aptitudinile au sens de performanță, întrucât organizează selectiv componente cognitive, afective, executive și motivaționale, datorită cărora omul execută cu succes acțiuni.

Gradul de control reprezintă un indicator important în caracterizarea structurii personalității umane, astfel încât oamenii pot fi clasificați în trei categorii: *cei normal controlați*, situație în care există un echilibru între tendințele critice, analitice, reflexive și acționale, echilibru ce se îmbină cu principiul libertății și cel al necesității. Din a doua categorie fac parte *cei subcontrolați*, care au drept caracteristică supraestimarea impulsului către acțiune, iar condițiile obiective sunt minimalizate, rezultatul fiind comportamentul impulsiv la cel mai mic stimul către acesta. Ultima categorie se constituie din *cei supracontrolați*, care manifestă un comportament reflexiv, anticipativ al acțiunilor și al condițiilor acestora. În urma studierii acestor tipuri comportamentale rezultă o serie de trăsături specifice, de exemplu timiditatea, conservatorismul, prudența, tradiționalismul, scrupulozitatea, conformismul. Aceste structuri de control nu reprezintă doar părți integrante ale temperamentului, ci constituie componenta acțiunilor dinamice ce stabilește succesul sau insuccesul individului.

Caracteristicile personalității care demonstrează că aceasta este o structură sunt: globalitatea, coerența și stabilitatea temporară.