

STUDII ȘI CERCETĂRI: PSIHOLOGIE**ABORDAREA CONSTRUCTIVĂ A CONFLICTULUI ÎN CUPLURILE TINERE***Inga RUSU, Carolina PLATON**Catedra Psihologie*

Dans la contemporanéité, les couples qui cohabitent deviennent plus fréquents et tendent à remplacer le mariage légalisé en toutes ses phases. L'article se réfère au rôle du développement des habilités de gestion constructive des conflits dans les jeunes couples par l'implémentation d'un programme formatif.

Instabilitatea cuplului modern conduce cu o frecvență considerabilă la dispersarea microgrupului social. Realitatea acestui fenomen își poate dezvălui motivațiile mai curând într-o analiză psihologică a relației dintre parteneri, însă *stabilitatea* relației și păstrarea intimității rezultă adesea din capacitatea celor doi de a rezolva conflictele spre satisfacția ambilor parteneri. Intimitatea presupune nu neapărat absența conflictelor, cât mai ales maniera în care se rezolvă conflictele inevitabile, ceea ce face ca relația să progreseze [1].

În lumina noii viziuni asupra conflictului ce îl reclamă ca fiind constructiv prin promovarea de idei noi, încurajarea unei bune înțelegeri, întăririi relațiilor interpersonale, facilitării soluționării mai eficiente a problemelor, apare necesitatea formării unor abilități ce ar înlesni gestionarea conflictelor în cuplurile tinere, deoarece cuplul tânăr suferă mutații profunde, necunoscute până acum în decursul istoriei sale, de o gravitate severă. *Factorii de coeziune* slăbesc, fiind rapid înlocuiți cu *factorii de conflict* [2]. Partenerii cuplului tânăr nu mai comunică, nu se mai recunosc ca fiind coparticipanți la același destin unic.

După 1970, atât în Europa, cât și în SUA, preferința pentru concubinaj a devenit atât de frecventă încât a zdruncinat destul de semnificativ atitudinile sociale stereotipe care blamau până odinioară acest mod de conviețuire [3]. Conform opiniei lui Mihăilescu I. [4], „*uniunea liberă*” reprezintă un model de asociere, un mod de a trăi împreună al cuplurilor heterosexuale, în afara contractului căsătoriei. Nu se deosebește foarte mult de familia nucleară, deoarece realizează majoritatea funcțiilor și se confruntă cu aceleași probleme cu care se confruntă cuplurile căsătorite.

Conflictul interpersonal, în cele câteva decenii de cercetări, a luat expresia unor modele, definiții și accepțiuni diverse. Conflictele ce pot apărea sunt mai apropiate, intime și personale, altele mai distante și impersonale.

Importanța conflictului interpersonal pentru individ este direct proporțională cu intensitatea relației; cu cât individul este mai îngrijorat de perspectiva încheierii relației, cu atât conflictul va fi mai puternic. Conflictele interpersonale survin între oamenii cu relații de durată, între prietenii apropiați (domestice și sexuale – inclusiv căsătoria), între colegii de muncă, între cunoștințe sau între oameni care nu se cunoșteau până în momentul conflictului [5].

Conflictul poate fi pozitiv sau negativ, constructiv sau distructiv, în funcție de ceea ce facem noi din el. Categorie însă, conflictul este doar rareori static – el se poate transforma oricând. Uneori putem să-i schimbăm cursul doar privindu-l în perspectivă. Putem să transformăm certurile chiar în distracție. Transformarea în această manieră a conflictului este totuși o artă, care necesită o pregătire specială.

Stilurile de răspuns la conflict sunt algoritmi comportamentali pe care oamenii îi utilizează în situații de conflict [6]. Majoritatea oamenilor nu își planifică modul de a acționa într-un conflict, decât în cazuri speciale sau extreme. În același context tind să reacționeze la fel și își schimbă reacția când se schimbă și contextul.

Rezolvarea conflictului înseamnă încetarea lui prin metode analitice ce ajung la originea problemei, ținând cont de întreaga personalitate umană, de diferențele culturale și sociale. Rezolvarea conflictelor implică o abordare multidiscplinară, atinge toate domeniile vieții psihice: gândire, aptitudini de comunicare, comportament, rezolvare de probleme, luare de decizii [7].

Astfel, *scopul* cercetării rezidă în formarea de abilități necesare gestionării conflictului în cuplurile tinere. Pentru realizarea scopului propus am înaintat următoarele *ipoteze*:

1. Partenerii cuplului tânăr preiau diferite stiluri de abordare a conflictului.
2. Soluționarea constructivă a conflictului poate fi asigurată prin dezvoltarea abilităților de gestionare a acestuia.

Lotul experimental a fost constituit din 30 de cupluri de heterosexuali. Subiecții aveau vârsta medie cuprinsă între 20 și 25 de ani și toți studenți ai diferitelor facultăți, în diferiți ani de studiu. Participarea subiecților menționați la experiment a fost benevolă, fiind aleși doar cei care trăiesc în uniune consensuală nu mai puțin de un an. Am optat pentru criteriul perioadei de coabitare dat fiind faptul că în primul an de viață comună abia se pun bazele intercunoașterii la un nivel mai intim și sunt stabilite regulile nescrise ale cuplului.

Pentru obținerea datelor ce ar putea confirma ipotezele cercetării atât în experimentul de control, cât și în experimentul formativ au fost aplicate următoarele metode diagnostice:

- „Chestionarul pentru autocunoașterea modalităților de reacționare în situații dificile/critice”, adaptat după D. Chalvin.
- Scala „Strategii pentru conflict”.

Pentru experimentul formativ, dintre cele 30 de cupluri ce constituie eșantionul experimental, au fost selectate 6 cupluri care, în cadrul experimentului de constatare, au demonstrat nivel mediu la scala colaborare și la scala asertivitate și au obținut valori înalte la scalele: forțare, aplanare, retragere. Cuplurile selectate au participat la un training de formare a abilităților de gestionare a conflictelor și de rezolvare a lor într-un mod constructiv.

Trainingul a fost constituit din 10 ședințe cu frecvența de o dată pe săptămână și durata de 2 ore astronomice.

În fig.1 sunt ilustrate rezultatele antetraining și posttraining obținute de **femei** la testul *Strategii pentru conflict*. După cum se observă, diferențe semnificative au fost obținute la scala *retragere*, unde $t=2,47$, ($p=0,05$), la scala *aplanare* cu $t=3,83$ ($p=0,01$) și la scala *colaborare*, unde $t=4,21$ ($p=0,01$). La scalele *forțare* și *compromis*, la fel, au fost înregistrate schimbări, însă nesemnificative.

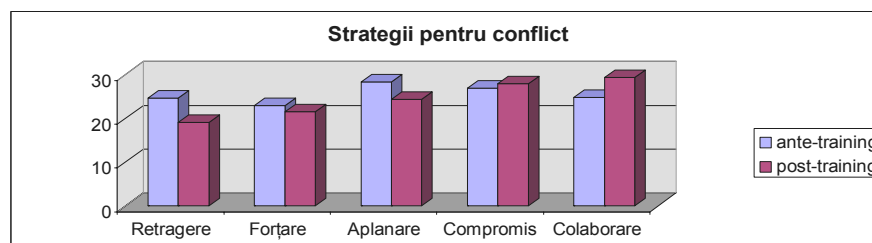


Fig.1. Strategii pentru conflict (femei).

Figura 2 reflectă rezultatele comparative ante- și posttraining obținute de **bărbați** la testul sus-menționat. Astfel, bărbații au obținut diferențe semnificative la scalele *forțare* – $t=2,75$ ($p=0,05$), *compromis* $t=2,73$ ($p=0,05$) și *colaborare* – $t=3,78$ ($p=0,01$). Aceste date demonstrează faptul că înainte de training bărbații apelau mai des la *forțare* și *compromis*, iar după training *forțarea* a scăzut în favoarea mării valorilor la scalele *colaborare* și *compromis*.

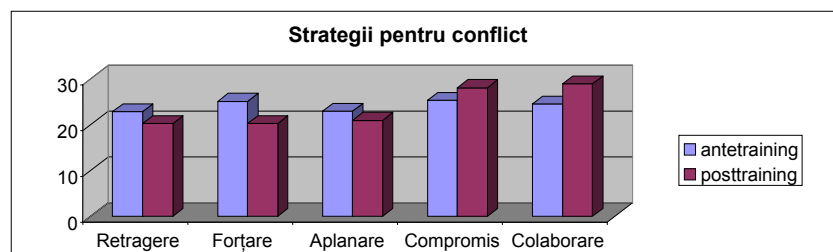


Fig.2. Strategii pentru conflict (bărbați).

La Chestionarul pentru autocunoașterea modalităților de reacționare în situații dificile rezultatele comparative obținute de **femei** înainte și după trainingul formativ demonstrează că există diferențe semnificative la scalele *fugă* – $t=2,44$ ($p = 0,05$), *atac* – $t=2,49$ ($p=0,05$) și *asertivitate* – $t=4,04$ ($p=0,01$). Reacția de *manipulare* a scăzut însă ne semnificativ (fig.3).

E de remarcat faptul că trainingul a pus un accent deosebit pe formarea unei comunicări deschise și asertive, iar femeile, deși au avut un nivel înalt al asertivității, în cadrul trainingului această abilitate a fost dezvoltată și mai mult.

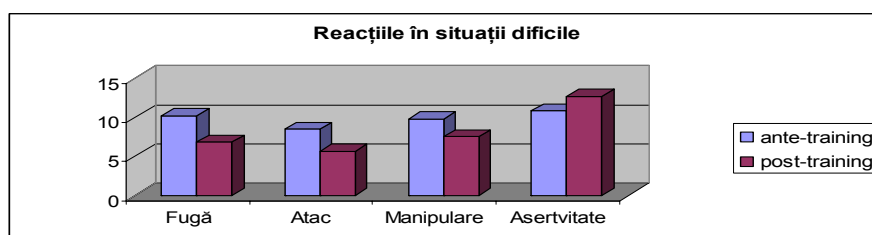


Fig.3. Modalități de a reacționa în situații dificile sau critice (femei).

La această metodă de diagnostic, **bărbații**, înainte de training, preluau mai des o atitudine de *manipulare* și în egală măsură atitudine *agresivă* și *asertivă*. Cu toate acestea, după training valorile obținute la scala *asertivitate* s-au mărit – t fiind egal cu 2,58 ($p=0,05$), iar reacția de *manipulare* și *agresivitate* s-a micșorat cu o diferență semnificativă de 2,44 ($p=0,05$) (fig.4).

Acest lucru poate fi explicat prin valorizarea de către bărbați a coabitării cu persoana dragă. Adică, bărbații nu sunt atât de rigizi la schimbare, atunci când este vorba de traiul în doi și realizarea funcțiilor similare unei familii.

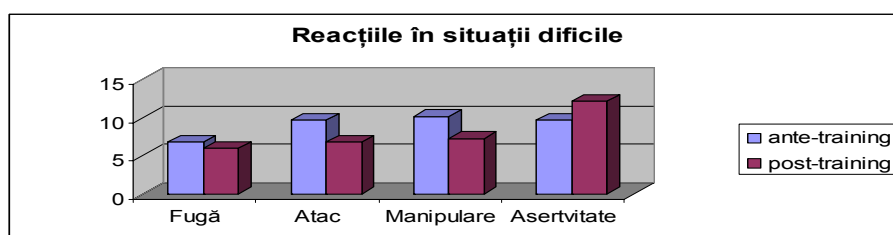


Fig.4. Modalități de a reacționa în situații dificile sau critice (bărbați).

Realizarea cercetării ne-a permis să formulăm următoarele **concluzii**:

- Coabitarea cuplurilor tinere devine astăzi o uniune ce realizează majoritatea funcțiilor familiei și se confruntă cu probleme similare familiei legalizate.
- Deseori, cuplurile contemporane adoptă strategii distructive în abordarea conflictului și preiau reacții negative în situații dificile.
- Între partenerii de cuplu există diferențe în abordarea unui conflict, femeile apelând mai des la aplanare, iar bărbații la colaborare. Totodată, nu au fost atestate diferențe privind modalitatea de a reacționa în situații dificile.
- Implementarea unui program de formare a abilităților de gestionare a conflictelor conduce la reducerea stărilor conflictuale și abordarea constructivă a acestora. Avantajele abordării vizate rezidă în descoperirea soluțiilor optime, îmbunătățirea și consolidarea relațiilor.

Demersul investigațional, ca sinteză analitică la nivel teoretic și experimental, a generat mai multe idei, care pot fi prezentate prin următoarele **recomandări**:

- Lansarea unui curs opțional, în cadrul facultăților de psihologie, pedagogie, sociologie pentru pregătirea specialiștilor în domeniu.
- Consilierea cuplurilor tinere în diverse centre de asistență psihosocială.
- Realizarea trainingurilor pentru partenerii de cupluri în cluburile pentru tineret.

Referințe:

1. Boza Mihaela. Aspecte cognitive ale atitudinii față de conflict, teză de doctorat. - Iași: Universitatea „Al. Ioan-Cuza”, 2006.
2. Stoica-Constantin Ana. Conflictul interpersonal. Prevenire, rezolvare și diminuare. - Iași: Polirom, 2004.
3. Mitrofan Iolanda, Ciupercă Cristian. Incursiune în psihologia și psihosexologia familiei. - București: Press Mihaela SRL, 1998.
4. Mihăilescu I. Politici sociale în domeniul populației și familiei. - București: Alternative, 1995.
5. Stoica-Constantin Ana. Op.cit.
6. Mitrofan Iolanda, Mitrofan Nicolae. Elemente de psihologie a cuplului. Ediția a II revăzută și adăugită. - București: Șansa SRL, 1996.
7. Stoica-Constantin Ana, Neculau Adrian (coord.). Psihosociologia rezolvării conflictului. - Iași: Polirom, 1998.

Bibliografie:

1. Cornelius Helena, Faire Shoshana. Știința rezolvării conflictelor. Fiecare poate câștiga / traducere Ana-Stoica Constantin. - București: Știință&Tehnică, 1996.
2. Dupu Constantin. Conflict și comunicare. Considerații despre conflict. - București: Gnosis, 2005.

Prezentat la 05.06.2008