

CZU: 159.954: 316.356.2

PROBLEMATICA ILUZIILOR POZITIVE ÎN RELAȚIILE CONJUGALE

*Cristina DOLINSCHI**Universitatea de Stat din Moldova*

În articol este efectuată o analiză sintetizată a unor studii realizate în diverse țări cu privire la iluziile pozitive în relațiile conjugale, autorul făcând referire la conceptualizarea termenului și la implicațiile lui în calitatea conjugală.

Cuvinte-cheie: *iluzii pozitive, relații conjugale, percepție idealizată, calitate conjugală.*

THE PROBLEMATICS OF POSITIVE ILLUSIONS IN COUPLES RELATIONSHIPS

This article presents a summarized analysis of studies conducted in different countries on positive illusions in couples relationships, referring to the conceptualization of the term and its implications in marital quality.

Keywords: *positive illusions, couples relationships, idealized perception, marital quality.*

Introducere

Trăim într-o societate în continuă schimbare, o societate care modifică semnificativ conceptul de relații conjugale. În prezent slaba pregătire pentru viața de familie, modelele familiale distorsionate, managementul deficitar al timpului reprezintă doar câteva obstacole în construirea unor relații conjugale de calitate. Cercetătorii în domeniul psihologiei cuplului încearcă să găsească răspuns la întrebarea de ce unele cupluri mențin relații stabile și satisfăcătoare, în timp ce altele se confruntă cu numeroase tensiuni și conflicte intraconjugale.

Abordarea problemei iluziilor pozitive în literatura de specialitate

În ultimele decenii un șir de cercetători, printre care Murray și Holmes (1993, 1994, 1996), Taylor și Brown (1988), Van Lange și Rusbult (1995), Dion și Dion (1975), Weiss (1980) etc., conturează importante studii privind iluziile pozitive în relațiile de cuplu. În acest sens, se evidențiază segmente esențiale în relieful unui tablou clar și coerent al iluziilor pozitive în general, precum și în relațiile conjugale. Astfel, Y.Endo, S.Heine și D.Lehman (2000) au realizat un studiu despre interrelația dintre iluziile pozitive și cultură; Brickman (1987), Brehm (1988), Campbell (2006), Murray și Holmes (1997), Murray (1996) au examinat iluziile pozitive referitoare la caracteristicile personale, iar Barelds și Dijkstra (2009), Barelds (2011), Swami (2009) au investigat iluziile atractivității fizice a partenerului; G.Fletcher, J.Simpson și G.Thomas (2000) s-au axat pe percepțiile relaționale și standardele idealului în relațiile timpurii. Murray, Holmes și Griffin (1996) au elucidat beneficiile iluziilor pozitive, evidențiind și natura acestora în relațiile de cuplu. Or, după Murray (1996), Rusbult, Van Lange, Wildschut, Yovetich și Verette (2000), una dintre cele mai pervazive bias-uri în relațiile romantice este iluzia pozitivă despre partenerul conjugal [1, p.1333].

În pofida numeroaselor studii realizate în domeniul iluziilor pozitive, dificultatea de abordare a termenului de iluzie în relațiile conjugale se transpune în nivelul ridicat de subiectivism și absența unui conținut relativ clar al acestui fenomen. Iluziile pozitive se situează la hotarul dintre psihologia intrapersonală și interpersonală, constituind un domeniu al psihologiei social-cognitive. Gândirea pozitivă reprezintă poate unul dintre pilonii centrali ai asigurării unei calități dezirabile a conjugalității.

Taylor și Brown (1988, 2007) caracterizează iluziile pozitive ca fiind „procese de natură cognitivă, im-pregnante, rezistente și sistematice, rupte ușor de realitate” [2, p.194]. Stein (1982) definește iluzia ca o imagine mentală falsă sau concepție care poate fi o interpretare greșită a unei aparențe reale sau poate fi ceva imaginat [3]. Iluzia pozitivă poate fi considerată un bias cognitiv îmbinat cu perceperea adecvată a realității. Există studii (Kenny și Acitelli, 2001; Murray, 1996) care demonstrează că perceperea acurată a realității și bias-urile pot exista [4, p.1332]. Făcând referire la domeniul iluziilor conjugale, Murray, Holmes și Griffin (1996) propun o ecuație de combinare a iluziei și realității [5, p.1156]: percepția actorului = realitatea partenerului + iluzia actorului. Potrivit lui Taylor și Brown (1988), termenul *iluzie* se referă la un pattern de eroare mai general și persistent, care are o anumită formă și direcție și care este sistematic produs de către sistemul cognitiv. Prin iluziile pozitive persoanele își construiesc o lume a lor, o lume în care să se simtă confortabil, în siguranță. Aspectele motivaționale ale dezvoltării acestei lumi sunt asigurate de către caracterul durabil al iluziei pozitive. Durabilitatea acesteia se explică prin contribuțiile pozitive pe care le are în relație: dacă eu

percep partenerul ca având niște trăsături pozitive, această percepție eronată va persista în timp. Chiar dacă apar careva factori perturbatori, persoana va încerca să diminueze acești factori, pentru a se simți în siguranță. Neff și Karney (2005) au realizat un studiu prin care au evidențiat faptul că partenerii implicați în relații mai fericite tind să aibă bias-uri mai pozitive asupra caracteristicilor globale, dar au o percepție mai realistă asupra caracteristicilor specifice [6].

Multidimensionalitatea acestui fenomen se explică prin faptul că iluziile pozitive interferează mai multe teorii: teoria comparării sociale (Festinger, 1954), teoria disonanței cognitive (Festinger, 1957), teoria distinctivității optimale (Brewer, 1991), teoria eului reoglindit (Cooley, 1902).

În procesul de analiză și comprehensiune a iluziilor pozitive în relațiile conjugale este importantă referirea la teoria comparării sociale după Festinger (1954), conform căreia în tendința de a se autoevalua fiecare individ își compară trăsăturile sale fizice și psihice cu ale celorlalți. În relațiile de cuplu fiecare persoană se apreciază raportându-se la partener. După Sedikides și Gregg (2008), indivizii tind să aibă viziuni măgulitoare despre sine și lucrurile pe care le asociază cu sine [7, p.369]. Hall și Taylor (1976), Van Lange (1991), Taylor și Brown (1988), Wood (1989), Campbell (1986), Suls (2002), Martz, Verette, Arriaga, Slovik, Cox și Rusbult (1998), Taylor și Koivumaki (1976) au găsit că persoanele tind să se evalueze pe sine mai pozitiv decât persoanele cu care au relații intime, totodată evaluându-și partenerul mai pozitiv decât prietenii, iar prietenii sunt evaluați mai pozitiv decât alte persoane [8, p.371]. Unii autori (Buunk și van Yperen, 1991; Van Lange și Rusbult, 1995) susțin că indivizii tind să aibă un număr mai mare de credințe pozitive și mai puține negative despre propria relație în comparație cu relațiile altora. Într-un studiu realizat de către Flannagan, Marsh și Fuhrman (2005) s-a ajuns la concluzia că calitatea relațională mai ridicată, inclusiv gradul mai mare de intimitate partenerială este direct proporțională cu numărul de evaluări pozitive ale comportamentelor partenerului de cuplu [9, p.372]. Aceste idei sunt consistente cu teoria distinctivității optimale elaborată de către Brewer (1991): aprecierile pozitive față de anumiți subiecți descresc după cum urmează: eu > partenerul conjugal > alții > străinii.

O altă teorie la care putem face referire este teoria eului oglindit care a fost elaborată de către Cooley în 1902, eul fiind considerat o oglindire și reoglindire în ceilalți, reprezentând un produs al interacțiunii sociale. Astfel, partenerul conjugal este acea oglindă care ne reprezintă imaginea noastră.

Teoria disonanței cognitive (Festinger, 1957) explică modalitățile de diminuare a cognițiilor disonante prin modificarea și adăugarea unor cogniții noi, consonante, menite să reducă disconfortul psihic. Putem considera că iluziile pozitive pot fi numite cogniții consonante, dat fiind faptul că persoanele tind să aibă viziuni pozitive despre relația în care sunt angajate, precum și despre valoarea partenerului, transformând viciile în virtuți.

Există două modele integrativ-explicative ale iluziilor pozitive: un model este general și se referă la importanța iluziilor pozitive pentru sănătatea mintală; celălalt model explică relația dintre iluzii și calitatea conjugală.

1. *Teoria adaptării cognitive* este un model propus de către Taylor și Brown (1988). Conform acestei teorii, există patru elemente explicative ale iluziilor pozitive:

- Avem niveluri modeste de iluzii pozitive, atunci când nu există anumite amenințări;
- Prezența evenimentelor negative și amenințătoare impulsionează spre eforturi de a restabili sau a spori percepțiile pozitive;
- Există o diversitate de mecanisme psihologice sociale care pot întări iluziile pozitive în fața informației amenințătoare;
- Iluziile pozitive și eforturile de a le întări în fața evenimentelor traumatice sunt asociate cu un coping efectiv și ajustare psihologică.

2. *Modelul iluziilor pozitive în relațiile conjugale* elaborat de către Murray și Holmes (1996). Principalele asumții ale acestui model se rezumă la faptul că persoanele tind să-și idealizeze partenerul conjugal și să aibă o viziune optimistă despre relație. Motivele apariției iluziilor conjugale este necesitatea convingerii că persoana și-a ales partenerul „potrivit” și necesitatea convingerii că relația este una stabilă și satisfăcătoare, iar cuplul nu va experimenta divorțul. Astfel, după Murray și Holmes (1994), confruntându-ne cu anumite vicii ale partenerului, noi tindem să le transformăm în calități pozitive. De obicei, aceste iluzii pozitive despre partener pot lua forma unor istorii care camuflează greșelile și viciile partenerului, reducând astfel din dubiile cu privire la alegerea corectă și valoarea acestei persoane. Nivelul de negativitate intrarelațională poate fi redus prin flexibilitatea partenerilor care transformă viciile în calități [10, p.226].

Există contradicții referitor la rolul general al iluziilor pozitive la nivelul sănătății mentale, astfel conținându-se două abordări dihotomice simultane: una care susține că iluziile pozitive sunt o condiție a sănătății

mentale, iar cealaltă se axează pe ideea că iluziile pozitive sunt disfuncționale, sunt simptomele vulnerabilității interioare, camuflând emoțiile și gândurile negative, carentate.

Greenwald (1980), Janoff-Bulman (1989), Taylor și Brown (1988), Weinstein (1980) menționează că optimismul sau idealismul este critic pentru sănătatea mentală. Din această perspectivă, fericirea se bazează pe abilitatea persoanei de a vedea o realitate dură în cea mai bună lumină posibilă [11, p.79].

Beneficiile iluziilor pozitive în calitatea relațională au fost documentate de către Barelds și Dijkstra (2009), Brehm, Miller și Perlman (2002), Flannagan, Marsh și Furhman (2005). Murray și Holmes (1993, 1994) consideră că iluziile conjugale pozitive au efecte benefice asupra dezvoltării relațiilor: având un nivel ridicat de iluzii pozitive, persoana se angajează mai ușor în relația conjugală, cu o motivație crescută și perspective mai eficiente de investire a efortului. Totodată, se diminuează nivelul de neîncredere în partener și în evoluția relației de cuplu.

În literatura de specialitate există studii cu privire la consecințele relaționale ale iluziilor pozitive și credințelor despre partener și relație. În acest sens, în mai multe cercetări este prezentă ipoteza deziluzionării. Primele idei ale fenomenului deziluzionării au fost emise de către sociologul Willard Waller (1938) [12]. Potrivit acestui cercetător, în perioada curtării există un nivel mai înalt de imagini idealizate în relațiile de cuplu, datorită și faptului că partenerii se află în faza de îndrăgostire, când fiecare încearcă să se prezinte într-o lumină cât mai favorabilă. Conform studiilor longitudinale realizate de către Miller (2006), există o probabilitate mai redusă ca partenerii care se idealizează reciproc și sunt recent angajați într-o relație să experimenteze declinuri în dragoste pe parcursul mariajului lor. În 2009 Swami, Stieger, Haubner, Voracek și Furnham au demonstrat că există o asociație negativă între durata relației și iluziile pozitive, sugerând că odată ce relația se dezvoltă și crește nivelul de cunoaștere reciprocă, scade puterea iluziilor pozitive [13]. Aceste date vin în concordanță cu ideile lui Murray și Holmes (1997), conform cărora realitatea poate fi potențial periculoasă pentru iluziile relaționale [14]. De asemenea, explicarea acestui fenomen se poate realiza și prin teoria penetrării sociale propusă de către Irving Altman și Dalmas Taylor (1973), conform căreia auto-dezvăluirea este esențială în evoluția relațiilor intime. Cu cât mai mult se cunosc partenerii, cu atât scad viziunile pozitive, idealizate despre partener. Hartfield (1982) propune teoria celor două componente ale iubirii romantice. Potrivit acestuia, există dragoste pasională și dragoste prietenească. În stadiul timpuriu al dragostei pasionale se atestă o viziune mai idealizată a partenerului [15]. Swann, De La Ronde și Hixson (1994) menționează că în relațiile cu o durată mai scurtă percepțiile idealizate contribuie la niveluri mai înalte de intimitate între partenerii conjugali [16]. Odată căsătorii, indivizii sunt mai puțin motivați să-și impresioneze partenerul. Astfel, Willard Waller (1938) consideră că procesul de idealizare este o caracteristică importantă a etapei relaționale inițiale. Aceeși idee este împărtășită și de către Kayser (1993), Swann, De La Ronde și Hixon (1994), Halford, Kelly și Markman (1997) și Nichols (1987), care sunt de părere că persoanele îndrăgostite își pierd abilitatea lor de a aprecia corect trăsăturile obiectului față de care manifestă afecțiune [17]. În modelul deziluzionării, Huston (2001) menționează că nivelul de fericire cunoaște un declin pe măsura înaintării în relație. Deziluzionarea este cauzată în mare parte de către forma fantastică pe care o au viziunile despre partener și relație. Deziluzia poate apărea, deoarece partenerii și relațiile nu pot supraviețui acestor expectanțe. Acest fenomen este numit de către Aron, Normon, Aron și Lewankowski (2002), Kurdek (1998) „sfârșitul lunii de miere” [18].

Un alt aspect al iluziilor pozitive în relațiile de cuplu îl reprezintă problematica „acuratețe *versus* idealizare”. Unii cercetători consideră că în relațiile conjugale e necesară abordarea acurată. De ex., Kobak și Hazan (1991) au argumentat că menținerea percepțiilor acurate ale partenerului este decisivă pentru ambii parteneri, iar Swann, De La Ronde și Hixon (1994) spun că acest lucru este un determinant al satisfacției [19, p.1332]. Alți cercetători, precum Murray, Griffin și Holmes (1996); Murray, Holmes, Bellavia, Griffin și Dolderman (2002), menționează că viziunea în „culori roze” a partenerului este importantă pentru funcționarea relațională.

Studiile recente reflectă o abordare integrativă, dialectică. Potrivit lui Kenny și Acitelli (2001), Murray, Holmes și Griffin (1996), acuratețea și bias-ul pot coexista [20]. Un studiu extensiv realizat de către Shanhong Luo și Anthony G. Snider (2009) sugerează că acuratețea și bias-ul pozitivității sunt complementare, având funcție adaptativă în relațiile conjugale, spre deosebire de studiul precedent (Fletcher 2006; Gagne și Lydon, 2004; Neff și Karney, 2005), care a arătat că acuratețea și bias-ul pozitivității pot avea efecte benefice independente, dar lucrând doar asupra diferitelor tipuri de percepții globale sau specifice [21]. Murray și Holmes (1997) au demonstrat că realitatea poate fi potențial periculoasă pentru iluziile relaționale [22].

O problemă în domeniul iluziilor pozitive relaționale rămâne și găsirea unui nivel optim de idealizare. Potrivit lui Murray, Holmes și Griffin (1996), un nivel moderat al percepțiilor partenerilor poate fi adaptativ

pentru percepatori, justificând credința că partenerul este cel „corect” și contracarează atractivitatea partenerilor alternativi potențiali. Baumeister (1989) a teoritizat faptul că distorsiunea ușoară până la moderată promovează o funcționare optimă. În relațiile intime o iluzie pozitivă moderată e un fenomen dezirabil [23], deoarece crește încrederea în sine și în partener, contribuie la intercunoaștere adecvată, bazată pe momente optimiste, tinzând spre reducerea dubiilor și tensiunilor intraconjugale. În comparație, o iluzie excesiv de pozitivă transpune persoana într-o lume fantastică, în care expectanțele prea înalte au repercusiuni negative asupra întregului proces interacțional. Astfel, există diferențe între imaginile idealizate ale partenerului și imaginile supraidealizate. În relațiile conjugale imaginile idealizate și nu cele supraidealizate reduc din stările tensionate, stresul conjugal, certuri, incertitudini și nemulțumiri.

Generalizând cele expuse anterior, putem menționa că iluziile pozitive în relațiile conjugale se centrează pe argumentarea aspectelor pozitive parteneriale și relaționale, precum și pe diminuarea aspectelor negative de interacțiune matrimonială, protejând cu vehemență elementele-cheie ale relației.

Concluzii

În prezent, conjugalitatea reprezintă un efort, o implicare continuă de dezvoltare a unui proces interacțional complex. De menționat că pe măsură ce partenerii conjugali se dezvoltă și se schimbă, în mod normal și relația lor diadică se dezvoltă și se schimbă. Literatura de specialitate în domeniul iluziilor pozitive oferă o multitudine de condiții referitoare la calitatea conjugală. Făcând o sinteză a lor, concluzionăm că iluziile pozitive au repercusiuni benefice pentru formarea și dezvoltarea unor relații armonioase. Dar, pentru asigurarea unei reuniuni conjugale funcționale este necesară concordanța dintre iluziile pozitive conjugale și perceperea acurată a realității, acestea coexistând armonios la nivelul fiecărei persoane, în particular, și la nivelul relațiilor conjugale, în general.

Referințe:

1. LUO, S., SNIDER, A. Accuracy and biases in newlyweds' perceptions of each other. In: *Psychological Science*, 2009, vol.20, no.11, p.1332-1339.
2. TAYLOR, S., BROWN, J. Illusion and well-being: a social psychological perspective on mental health. In: *Psychological Bulletin*, 1988, vol.103, no2, p.193-210.
3. ENGDAHL, M. *Ambivalent sexism and positive illusions of physical attractiveness in heterosexual romantic relationships: dissertation*. Wisconsin, 2015, 174 p.
4. LUO, S., SNIDER, A. *Op.cit.*
5. MURRAY, S., HOLMES, J., GRIFFIN, D. The self-fulfilling nature of positive illusions in romantic relationships: love is not blind, but prescient. In: *Journal of Personality and Social Psychology*, 1996, vol.71, no.6, p.1155-1180.
6. LUO, S., SNIDER, A. *Op.cit.*
7. MORRY, M., REICH, T., KITO, M. How do I see you relative to myself? Relationship quality as a predictor of self- and partner-enhancement within cross-sex friendships, dating relationships and marriages. In: *The Journal of Social Psychology*, 2010, vol.150, no4, p.369-392.
8. Ibidem.
9. Ibidem.
10. HARVEY, J., OMARZU, J. Minding the close relationships. In: *Personality and Social Psychology Review*, 1997, vol.I, no3, p.222-239.
11. MURRAY, S., HOLMES, J., GRIFFIN, D. The benefits of positive illusions: idealization and the construction of satisfaction in close relationships. In: *Journal of Personality and Social Psychology*, 1996, vol.70, no1, p.79-98.
12. NIEHUIS, S., REIFMAN, A., LEE KYUNG-HEE. Disillusionment in cohabiting and married couples: a national study. In: *Journal of Family Issues*, 2013, XX(X), p.1-23.
13. ENGDAHL, M. *Op.cit.*
14. Ibidem.
15. Ibidem.
16. Ibidem.
17. NIEHUIS, S., REIFMAN, A., LEE KYUNG-HEE. *Op.cit.*
18. Ibidem.
19. LUO, S., SNIDER, A. *Op.cit.*
20. Ibidem.
21. Ibidem.
22. ENGDAHL, M. *Op.cit.*
23. TOMLINSON, J., ARON, A., CARMICHAEL, C., REIS, H., HOLMES, J. The costs of being put on a pedestal: Effects of feeling over-idealized. In: *Personal Relationships*, 2014, vol.31(3), p.384-409.

Prezentat la 20.11.2016