

IMPACTUL DEZVOLTĂRII COMPETENȚELOR COMUNICATIVE ASUPRA RELAȚIONĂRII ÎN CUPLUL NOU FORMAT

Inga BACIU,
lector universitar,
Universitatea de Stat „Alec Russo” din Bălți

Abstract: *The problem of the communication to the young couple is very relevant and current. In the modern world people have less time to communicate with one another. Usually with this problem facing in particular young families, where the communication with the partner of life shall be reduced, sometimes only to meet the needs of the basis, which often serves as a provoke factor of the divorce. Many of the life partners do not know what is happening in the world inside of the partner. The acquisition of the skills to communicate represents an important issue for most contemporary families. So we can suppose that the development of Communication skills would have a positive impact on the relationships to the young couple.*

1. Introducere

Comunicarea în cuplu reprezintă unul din cel mai important aspect al longevității unei relații. Problema comunicării la cuplurile nou formate este foarte relevantă și actuală. În lumea modernă oamenii au tot mai puțin timp pentru a comunica unul cu altul. Adesea cu astfel de problemă se ciocnesc în special familiile tinere, astfel încât comunicarea cu partenerul de viață se reduce, uneori, doar la satisfacerea nevoilor de bază, ceea ce multe ori servește drept factor declanșator al divorțului. Mulți dintre soți nici nu știu ce se întâmplă, în lumea interioară a partenerului, deși, comunicarea reprezintă un instrument care îi apropie pe oameni. În funcție de modalitatea în care aceștia vor mânui acest instrument, depinde dezvoltarea relației lor în continuare [8, p. 180].

Competența de comunicare este văzută ca entitate distinctă în literatura de specialitate, ca una dintre cele mai importante funcții ale comunicării realizate la indivizi izolați, la grupuri și chiar la organizații. Istoricul competenței comunicative demonstrează ansamblul cunoștințelor interacționale și culturale interiorizate de vorbitor, care îi permit acestuia să se manifeste adecvat în contexte comunicative specifice.

După cum menționează, Joseph DeVito, competența de comunicare se referă „la propriile cunoștințe asupra mai multor aspecte sociale ale comunicării”; autorul face referire la o comparație pe care o considerăm utilă pentru înțelegerea termenului: învățăm competența de comunicare în mod asemănător cu învățarea felului în care se mănâncă cu furculița și cuțitul: observându-i pe ceilalți, prin instrucțiuni oferite explicit, prin încercare și eroare etc. [7, p. 38].

Calitatea comunicării partenerilor își pune amprenta, în mod indiscutabil, asupra tuturor sferelor vieții de familie. O atmosfera dominată de ostilitate, de agresiune, de violență verbală este premiza unor patternuri de comportament bazate pe o viziune fatalistă asupra vieții, iar consecințele pot fi foarte frecvent de o natură chiar dramatică.

În lucrarea Psihologia vieții de cuplu, autorii I. Mitrofan și C. Ciupercă, menționează că cuplul devine prin iubire, comunicare și intercunoaștere o structură generativă deschisă la schimbare, autocreatoare, o unitate prin complementaritate. El angajează două forțe energetico-polare (masculin și feminin), care se intercompensează, interacționează, se relevează, se cunosc mutual, fuzionează, se dezvoltă și se transform în ființe mature, autonome, libere [6, p. 14].

De asemenea, în literatura de specialitate este stipulat că comunicarea erotică și cea de tip familial reflectă și se supune legilor armoniei și creației „în univers”, conform principiului funcțional holonomic („partea reflectă și reproduce întregul, după cum întregul se regăsește în parte”).

Totodată se face trimitere la faptul că relațiile de cuplu sunt indicative ale manierei de comunicare întrucât reflectă maniera personală de elaborare a influențelor fundamentale ale celorlalți: în relația intimă, de cuplu fiecare se comportă conform experienței însușite inițial, în special, în cadrul modelului familial de origine.

Concluzionând, putem spune că însușirea deprinderilor de a comunica reprezintă o problemă importantă pentru majoritatea familiilor contemporane. Astfel putem presupune că dezvoltarea competențelor comunicative ar avea un impact pozitiv asupra relaționării în cuplul nou format contribuind la îmbunătățirea și perfecționarea relațiilor partenerilor.

De menționat că interesul manifestat față de problematica comunicării la cuplurile nou formate a contribuit la investigarea experimentală a subiectului dat în cadrul unei teze de licență coordonate de autor, iar rezultatele studiului urmează a fi prezentate mai jos.

2. Metodologie

Scopul cercetării a constituit determinarea impactului dezvoltării competențelor comunicative asupra relaționării la cuplurile nou formate.

În cadrul studiului de față au participat la etapa inițială a cercetării 20 de cupluri tinere, iar la etapa a II (etapa formatoare) a cercetării - 5 cupluri.

Metodele de lucru folosite în realizarea studiului au fost următoarele:

- Testul de comunicare în relațiile conjugale (red. A. Karelin, 2007) - Acest instrument de investigație conține 10 itemi cu trei variante de răspunsuri. La final se sumează punctajul acumulat și se racordează la interpretarea care este prezentată.
- Scala de evaluare a comunicării eficiente și a înțelegerii reciproce între soți” (Aleshin I. E.; Gozman A. I.; Dubovsky E. M.) - Această scală a fost folosită pentru a determina specificul comunicării între soți, pentru a evalua comunicarea și înțelegerea reciprocă dintre ei, similitudinea în punctele de vedere, simboluri comune ale familiei, ușurința de comunicare între soți. Testul este compus din 48 de întrebări și 4 alternati-

ve de răspuns care iau în considerare frecvența, durata și intensitatea divergențelor conjugale. Subiectul alege răspunsul care descrie cel mai bine relația dintre soți.

3. Rezultate obținute

Pentru o claritate mai mare privind structura lotului experimental, datele sunt reflectate în figura 1, 2.

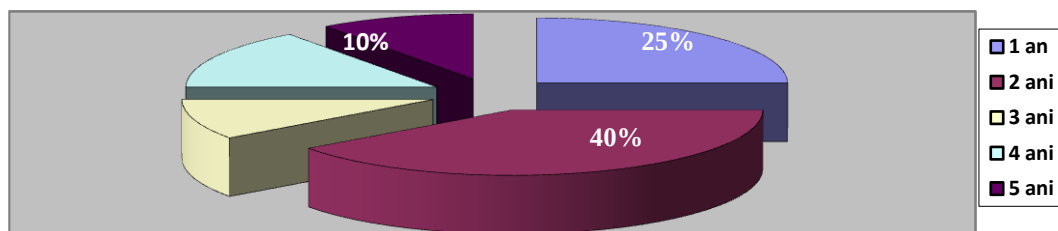


Figura 1. Repartizarea eșantionului după durata căsătoriei

După cum putem vedea, analizând fig.1, cea mai mare parte din cuplurile investigate durata căsătoriei este de 2 ani (40%), fiind urmate de cele cu un an de căsătorie (25%) și respectiv 4 ani (15%). Cuplurile cu durată de 3 și 5 ani, reprezintă a câte 10% fiecare din structura lotului experimental investigat.

Figura 2, prezentată mai jos, scoate în evidență prezența sau absența copiilor în cadrul cuplului. Astfel, 12 cupluri (60%) din cele investigate sunt fără copii, iar 8 (40%) sunt cupluri cu copii.

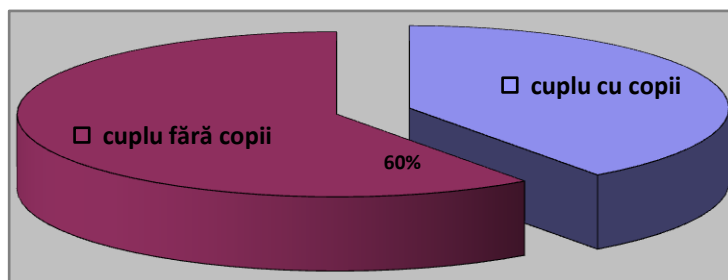


Figura 2. Repartizarea eșantionului după prezența sau absența copiilor în cadrul cuplului

În urma analizei răspunsurilor la Testul de comunicare în relațiile conjugale (red. A.A.Karelin) s-a constatat următoarele rezultate:

La întrebarea: „Aveți unele senzații, care trebuie urgent de clarificat în relație?” opiniile cuplurilor s-au repartizat în felul următor:

- un procentaj de 30% din respondenți afirmă ca nu;
- 20% persoane au răspuns ca au așa senzații.

La întrebarea: „Când doriți să adresați o întrebare deosebită, o faceți fără ocoliri?” s-au obținut următoarele variante de răspunsuri:

- în 30% de cazuri, partenerii adresează reciproc întrebări deosebite, fără careva ocoliri;
- în 35% de cazuri au susținut - Da, dar am nevoie pentru aceasta de atmosfera favorabilă;
- în 15% nici nu se discută așa subiecte.

La întrebarea: „Socotiți dvs. că, partenerul vă ascunde trăirile sale?” s-au obținut următoarele rezultate:

- 40% - nu sunt la curent cu ascunderea trăirilor partenerului;
- 40% - sunt la curent cu toate problemele partenerului, deci nu poate exista nici o ascundere din partea lui.

La întrebarea: „Puteți vorbi cu partenerul dvs. despre probleme serioase în orice moment?” răspunsurile respondenților au fost reprezentate în felul următor:

- 50% din ei confirmă ca este necesar de așteptat un moment oportun pentru a vorbi despre diverse probleme serioase.
- 10% din ei au afirmat că în majoritatea cazurilor nu vorbesc cu partenerul deoarece el nu are timp de obicei;
- 20% au menționat că indiferent de moment, sunt dispuși să vorbească despre orice problemă serioasă.

La întrebarea: „Când comunicați cu partenerul, sunteți atent, ca formularea dvs. să fie corectă?” respondenții au avut posibilitatea să aleagă varianta care se asociază cuplului lor. Astfel,

- 45% din partenerii de cuplu au menționat că înainte de toate se gândesc bine, cântăresc minuțios cuvintele, și apoi le rostesc;
- iar celelalte 30% din cupluri au afirmat ca ei spun exact ceea ce gândesc la moment, fără prea multe reflecții în prealabil;
- 25% au răspuns că își exprimă opiniile, dar iau în considerare și părerea altora.

Prezintă interes răspunsurile la întrebarea Se întâmplă situația că partenerul vorbește cu tine, iar tu te gândești la altceva?

- 35% - au menționat că „Se întâmplă și așa ceva”, fapt care ne vorbește că nu se acordă atenția adecvată partenerului de viață;
- 30% au oferit variante de răspuns de genul: „dacă simt că sunt abătut, atunci încerc să mă concentrez;

Răspunsul la ultima întrebare „În orice comunicare încercați să vă exprimați în primul rând?” s-a obținut următoarele opinii de la partenerii de cuplu:

- 50% din parteneri afirmă că trebuie să-și împărtășească problemele, deci în nici un caz să nu fie o oarecare ascundere unul față de altul;
- 25% au menționat că, de obicei, dau posibilitatea partenerului de a se exprima;
- 25% au afirmat că în orice comunicare se exprimă în primul rând.

Analiza datelor obținute la „Scala de evaluare a comunicării eficiente și a înțelegerii reciproce între soți” (Aleshin I. E.; Gozman A. I.; Dubovsky E. M.) ne-a permis să constatăm următoarele aspecte:

- S-a înregistrat o primă diferență semnificativă în ceea ce privește durata căsătoriei a lotului experimental. Astfel, cuplurile în primii 2 ani de căsătorie au performanțe comunicative mai superioare comparative cu cuplurile cu durata căsătoriei de peste 3 ani.
- Răspunsurile la întrebarea 2, 8 și 36 din test ne demonstrează că cuplurile nou constituite posedă înțelegere reciprocă mai accentuată, în timp ce subiecții cuprinși între 3 și 5 ani durata căsătoriei rareori dețin o conversație afectivă cu partenerul său de viață, afirmând că înțelegerea din partea acestuia lipsește total sau parțial. În figura 3, prezentată mai jos se poate vedea grafic schițat acest lucru.

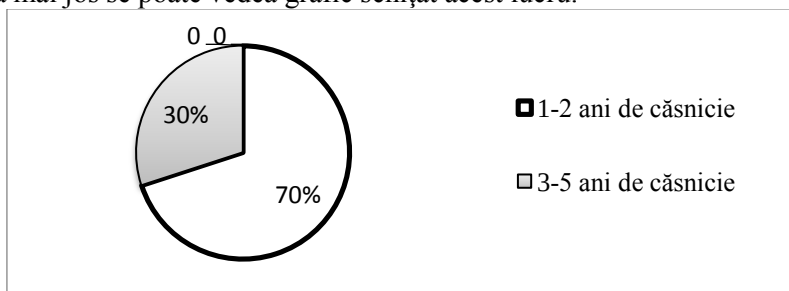


Figura 3. Distribuția în categoria prezenței înțelegerii reciproce a partenerilor în cuplu

- Subiecții cu experiența maritală de 3-5 ani, mai frecvent au dezacorduri asupra unor probleme importante pentru familie, în comparație cu cei aflați în căsătorie 1-2 ani.

Analizând rezultatele obținute a subiecților investigați s-a depistat că din cei 30% de cupluri încadrați în categoria căsniciei de peste 2 ani: 20% se ciocnesc constant cu dezacorduri; 15% destul de frecvent; 5% există divergențe, dar mai puțin frecvent. În timp ce pentru cei 70% de cupluri aflați în categoria 1-2 ani de căsnicie am primit următoarele rezultate: 15% dezacordurile sunt destul de frecvente; 20% constante; 35% persistă, dar foarte rar. Figura 4, în continuare reflectă aceste rezultate.

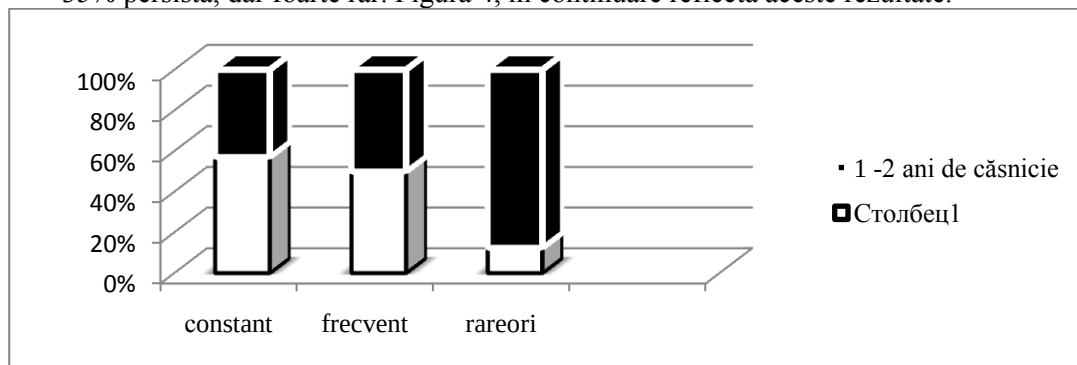


Figura 4. Distribuția în categoriile „dezacorduri constante”, „dezacorduri frecvente” și „dezacorduri mai puțin frecvente” a performanțelor obținute de subiecții aflați în căsătorie timp de 1-2 ani și 3-5 ani.

Realizând investigații asupra competențelor comunicative la cuplurile nou formate se face necesar de a analiza acest aspect sub impactul diferențelor dintre sexe. Acest lucru poate fi determinat prin răspunsurile obținute la întrebările 5, 16, 9, 20, 24, 34 din „Scala de evaluare a comunicării eficiente și a înțelegerii reciproce între soți” care ne sugerează aspectul intuitiv al soților referitor la exprimările, conduitele, simțurile și stările afective partenerului său de viață. Astfel, bărbații, consideră că femeile nu simt dacă bărbaților le place ceea ce ele spun sau fac, pe când femeile susțin că bărbații simt aceste lucruri cu exactitate. În figura 5 de mai jos sunt prezentate mediile răspunsurilor partenerilor la acest aspect.

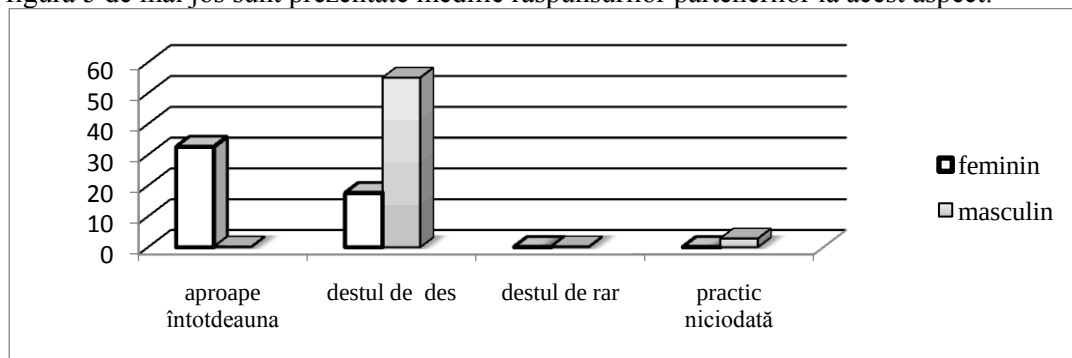


Figura 5. Mediile răspunsurilor al aspectului intuitiv al soților referitor la exprimările, conduitele, simțurile și stările afective

Analizând în profunzime aspectul competențelor comunicative putem menționa și diferența semnificațiilor dintre procente la cupluri cu copii și cei fără copii. Din răspunsurile obținute la întrebarea 35 din „Scala de evaluare a comunicării eficiente și a înțelegerii reciproce între soți”, s-a observat că cuplurile fără copii prezintă o scădere a competenței comunicative, rareori trăiesc „sentimentul de noi”. Din cei 40% de cupluri cu copii: 22,5% - foarte des au „sentimentul de noi”; 12,5% - destul de des trăiesc „sentimentul de noi”. Iar din cei 65% de cupluri fără copii: 12,5% - foarte des au „sentimentul de noi”; 20% - destul de des trăiesc „sentimentul de noi”; 32,5% - rareori au „sentimentul de noi”.

Rezultatele experimentului de constatare ne-a permis să concluzionăm că la partenerii de cuplu ineficiența în comunicarea poate fi asociată cu absența completă sau parțială a unei abilități de comunicare. De aceea, am sugerat implicarea partenerilor din cuplurile considerate cele mai defectuoase la capitolul competențe comunicative (5 cupluri) într-un program de formare îndreptat spre dezvoltarea competențelor comunicative la parteneri în cadrul cuplului.

Obiectivele programului:

- Să dezvolte autocunoașterea și cunoașterea interpersonală;
- Să comunice asertiv prin evitarea stilurilor non-asertive de comunicare;
- Să învețe demersul rezolutiv în luarea deciziilor, în diverse paliere ale vieții cotidiene: familial, profesional și social;
- Să însușească tehnici de relaxare și destindere;
- Să identifice momentele cheie din etapele dezvoltării, evaluarea scenariului de viață și rescrierea acestuia în mod adaptativ și benefic;
- Să crească eficiența personală.

Metodele și forme de lucru de bază au constituit: discuția; joc de rol; exerciții privind relațiile interpersonale; exerciții respiratorii și motore; metode de autoexprimare prin desen, crearea personajelor etc.

Programul s-a realizat în cadrul a 8 ședințe de lucru, frecvența ședințelor: săptămânal câte o ședință.

Subiectele abordate în cadrul ședințelor programului au fost în concordanță cu problemele personale ce persistă de obicei în cadrul cuplului cât și cele mai elocvente momente investigate în cadrul experimentului de constatare.

În cadrul ședințelor formative participanții au beneficiat de cunoștințe ce vizează modul în care trebuie să se realizeze comunicarea în cadrul cuplului, au însușit noi forme de comunicare eficientă, au fost identificate comportamente dăunătoare (amânare, evitare, agresivitate etc.) și schimbarea lor. S-au identificat emoțiile perturbatoare pentru relația de cuplu, au fost însușite unele tehnici de control emoțional și exprimare adecvată.

În procesul de verificare a eficienței programului de formare a competențelor comunicative a partenerilor în cadrul cuplului nou format s-a ținut cont de exigențele metodologice de realizare a diagnosticului repetat (experimentul de control).

Analiza rezultatelor obținute în faza aplicării diagnosticului post-test, ne-a indicat că programul formativ aplicat cu scopul îmbunătățirii competențelor comunicative la partenerii din cuplurile nou formate și-a dovedit eficiența. Aplicarea repetată a Testului de comunicare în relațiile conjugale (red. A. A. Karelin) a scos în evidență rezultatele ce înregistrează o diferență de procentaj spre îmbunătățire, și anume: răspunsurile obținute indică asupra unui nivel de schimbare semnificativă, în optimizarea situației comunicative din cuplurile nou formate și anume pe dimensiunea de a avea suficient curaj și dorință de a adresa întrebări fără ezitări sau alte genuri de eschivări.

De asemenea, în analiza eficienței programului formativ s-a ținut cont de acele aspecte ale relaționării partenerilor din cuplurile nou formate care solicitau îmbunătățire în faza inițială a cercetării. Astfel, putem menționa că:

- S-au îmbunătățit atitudinile partenerilor unul față de altul, concomitent cu capacitatea de a asculta și de a vorbi;
- S-a îmbunătățit capacitatea de a comunica, luând în considerație: „evaluarea comunicării în cuplu;
- S-au identificat factorii care determină o bună comunicare în familie și modalitățile de îmbunătățire a acestora. De asemenea, de rând cu acești factori s-au identificat și factorii care împiedică buna comunicare în familie și eliminarea sau schimbarea acestora.

4. Concluzii

Datele cercetării tind să indice că competențele comunicative nu se manifestă la același nivel la cuplurile nou formate. Cuplurile cu nivel mai scăzut de comunicare, deseori se ciocnesc cu dezacorduri, manifestă un comportament indiferent față de partenerul său de viață, la aceste cupluri lipsește înțelegerea reciprocă, frecvent au secrete unul față de altul. Pe când cuplurile cu nivel înalt al comunicării, mai rar se confruntă cu astfel de situații.

Cercetarea realizată ne-a permis să concluzionăm că la partenerii de cuplu ineficiența în comunicarea poate fi asociată cu absența completă sau parțială a unei abilități de comunicare. Au fost depistate date care confirmă impactul competențelor comunicative asupra relaționării în cuplurile nou formate.

De asemenea, putem menționa că o dificultate, o criză, o problemă pot să separe un cuplu sau pot să-i apropie și mai mult pe cei doi, totul depinzând de răspunsul lor la situația cu care se confruntă. Dacă sunt dispuși să îmbunătățească competențele de comunicare, să acorde încredere sau să împărtășească unul celuilalt temerile, ei pot să-și cimenteze și mai mult relația de cuplu. Oricare ar fi problema, ea nu poate fi rezolvată decât dacă ambii parteneri sunt dispuși să o recunoască și să o trateze, să caute împreună o soluție și să o pună în aplicare. Cei doi parteneri au responsabilități egale în ceea ce privește identificarea unei soluții, iar competențele de comunicare ar putea constitui un colac de salvare a relației de cuplu nou format.

Bibliografie:

1. GHERGHINESCU, R. Comunicarea empatică în cadrul diadei maritale. În: Revista de psihologie: Ser. nouă, 2000, Nr. 1-2, P. 15-24.
2. GRAY, J. Bărbații sunt de pe Marte, Femeile sunt de pe Venus. București, Ed.: Vremea, 1998, 260 p.
3. IUGA, V. Comunicarea în familie. Arad, Ed.: Multimedia Inst., 2004, 245 p.
4. JEFF, G. Ghid de supraviețuire de la A la Z în cuplu. Editura House of Guides, 2009, 273 p.
5. MITROFAN, I.; CIUPERCA, C. Incursiune în psihosociologia și psihosexologia familiei. București, 1998, 388 p.
6. MITROFAN, I., CIUPERCĂ, C. Psihologia vieții de cuplu. București, Ed.: S.P.E.R., 2002, p. 14.
7. PÂNIȘOARĂ, I. Comunicarea eficientă. Iași: Polirom, 2004. p. 38
8. TĂRÎȚĂ, ZINAIDA. Perspective de evaluare a competenței comunicative. În: Pregătirea și perfecționarea cadrelor didactice în domeniul învățământului preșcolar și primar. Ch., 2008. p. 180.