

STADIILE EVOLUȚIEI RELAȚIEI DE CUPLU

Deși în multe privințe o relație între un bărbat și o femeie este o combinație irepetabilă, ei făcând împreună un chimism aparte, există totuși și lucruri care se dovedesc în mare parte valabile pentru toată varietatea nesfârșită a cuplurilor: stadiile pe care le străbate un cuplu de la întâlnirea celor doi până la maturarea cuplului.

Nu toate cuplurile străbat acesta drum în mod similar, unele zăbovesc mai mult într-un stadiu, altele încearcă să rămâna într-un anumit stadiu, sunt cupluri care trec contorsionat prin unele stadii și altele care se destramă pe parcurs, incapabile să accepte cerințele unui anumit stadiu sau obolesc să meargă mai departe.

O asemenea abordare a relației de cuplu într-o perspectivă de evoluție stadială, deși este doar o încercare de formalizare a dezvoltării unui cuplu de la “tinerețe până la bătrânețe”, totuși reușește să prindă esența dinamicii de cuplu.

1. Stadiul de simbioză

Este stadiul de naștere a cuplului, în care pe primul plan este dragostea, emoțiile generate de întâlnire și încercarea de permanentizare a ei. Scopul acestei faze este atașamentul, partenerii doresc să rămână așa “până la moarte”. Există un grad mare de pasiune și partenerii se dăruiesc unul altuia, se contopesc într-o încercare de a “fuziona”. Ei au acum o anumită miopie: asemănările sunt exagerate, iar deosebiriile sunt ignorate, nici unul din ei nu apare aici egoist sau insensibil. Fiecare partener furnizează celuilalt ceea ce el/ea așteptată și de aceea în această fază nu sunt așteptări sau cerințe, ele sunt împlinite automat, pentru că sunt simple și unice: dragoste, dăruire, uniune, contopire prin abandonarea în celălalt, în încercarea de a forma o unică ființă. Cât durează acest stadiu? Depinde de condiția emoțională a partenerilor, pentru că dragostea “obosește”, este consumatoare de energie psihică și fizică, unii ar spune că dragostea dogorește, alții că pârjolește. De felul în care se străbate această fază depinde sănătatea și longevitatea cuplului, pentru că acum apar primele riscuri: i) primul și cel mai important este cel al “contopirii”, cu negarea diferențelor și a cerințelor individuale, partenerii putând să ignore interese vitale și să sufere daune care nu mai pot fi reparate, iar ulterior dragostea “până la moarte” se transformă în

dezgust și chiar ură; ii) al doilea este constituirea unui sistem numit :”ostil-dependent” în care un membru al cuplului este terifiat de posibilul sfârșit al relației și de aceea el devine mai solicitat, în disperarea de a-l ține pe celălalt mai strâns; pentru că nu obține siguranța de care ar avea nevoie, el/ea exprimă ostilitate și mânie, iar cuplul străbate perioade de conflict, alternând cu pusee hiperemoționale și se fixează într-un cerc vicios al cererii obsesive de dragoste, alternând cu dovezi disperate ale acesteia.

2. Stadiul de diferențiere

Este momentul când cei doi încep să se „trezească” sau au obosit. Este momentul când întâi unul, apoi celălalt este dat jos de pe pedestal. Fiecare apare acum mai real, mai adevărat, este văzut obiectiv și diferențele între cei doi încep să iasă la iveală. De la dorința de fuzionare, contopire, acum fiecare începe să se simtă incomodat un pic, dorește mai mult spațiu pentru sine însuși și mai mult timp în folos personal. Acum fiecare începe să-și arate personalitatea, să stabilească reguli și granițe. Ei văd cu mai mare claritate felul cum celălalt este cu adevărat, cum simte, cum reacționează, cum gândește, sesizează diferențele subtile dintre ei, și nu mai acceptă să fie două ființe trase la indigo.

Si aici, ca în fiecare stadiu, pericolele pândesc la fiecare colț: i) se poate ca partenerul/partenerii să fie deziluzionați de sfârșitul “visului”simbiotic sau de concretețea celuilalt, ii) se poate ca unul să aibă o viteză mai mare în procesul de diferențiere, în timp ce celălalt să fie încă “somnoros” sau iii) se poate ca repede unul din ei să pună pe masă aspirații profesionale sau ambiții sociale.

3. Stadiul de autonomie

Acum partenerii sunt mai departe unul de celălalt ca niciodată, ei au interese și relații în care celălalt nu este parte. În mod evident fiecare este centrat pe propriile interese și atenția lor este mai mult spre lume și mai puțin spre teritoriul intim. Autonomia și individualismul primează. Partenerii se redescoperă ca indivizi cu personalități și cerințe specifice, uneori în conflict sau contradicție cu cerințele cuplului. Dezvoltarea individuală apare mai importantă ca intimitatea sau grija pentru menținerea și dezvoltarea relației. Distorsiunile care pot să apară în viața cuplului în această fază sunt datorate: i) hiperinflației stimei de sine a unuia din

parteneri, ii) egoismului și mercantilismului; iii) competiției dintre parteneri relativ la succes și recunoaștere socială.

4. Stadiul de reapropiere

Odata ce partenerii, mai mult sau mai puțin, și-au definit scopurile, mijloacele, și-au descoperit identitatea și competența, ei simt în mod natural nevoia unui spațiu privilegiat al siguranței și protecției, al îngrijirii și repaosului și partenerii încep să se caute din nou cu dorința de a reconstrui intimitatea și susținerea emoțională.

Acum devin din nou vulnerabili pentru ca sunt emoționali. Simbioza nu mai este cautată, pentru că au înțeles ca nu sunt identici, dar au nevoie de confort, liniste și tandrețe. Se negociază spontan un nou echilibru între nevoia de independență și nevoia de intimitate. Acum există o singură problemă, egală pentru fiecare din parteneri: cât de sensibilă este granița dintre “eu” și “noi” și cum ea se stabilește și respectă.

5. Stadiul de interdependență mutuală

Acest stadiu aduce cuplu la maturitate, pentru că acum se stabilește cu adevărat echilibrul dintre nevoia de intimitate și de a fi împreună a partenerilor, cu cerințele lumii externe și statutul și rolul social al fiecăruia. Acest echilibru se obține mai ușor sau mai greu, după încercări și esecuri, după venituri și plecări, în funcție de capacitatea intelectuală, caracterul și valorile morale ale partenerilor. Dacă ei ajung la acest stadiu, ei au ajuns de fapt în *faza de constanță*, în care reziliența cuplului este cea mai mare și cuplul reacționează în bloc și cu eficiență în fața adversităților și contrarietăților.

Oare după câți ani și cât zbucium un cuplu ajunge aici, dacă e să ajungă? Este ca viața unui cuplu de păsări călătoare, în funcție de anotimp: primavara e emoțională, când dragostea e pe primul loc; vara, cu puii și creșterea lor; bucuria toamnei, cu roadele ei; ca apoi, spre iarnă să zboare împreună, mai strâns, mai determinate ca niciodată să supraviețuiască împreună...

Dr. Radu Vrasti

08 Noiembrie 2008

Kitchener-Waterloo, Ontario