

# Satisfacția diadică

Maria Nicoleta Turliuc

Exisă astăzi o presiune puternică asupra oamenilor de a fi fericiți, fapt care îi face pe mulți să se zbată pentru a atinge fericirea pe plan personal și marital. Cum majoritatea oamenilor preferă să-și trăiască viața adultă alături de un partener, implicați într-o relație pe termen lung, studiul satisfacției relaționale s-a concentrat asupra satisfacției maritale. Oamenii se așteaptă ca viața în cuplu să le aducă prietenia, compania, afecțiunea, iubirea, intimitatea, angajamentul și suportul partenerului lor, să le producă experiențe pozitive, plăcute, în ciuda diferențelor lor interindividuale și culturale. Dacă în urmă cu câteva decenii, căsătoria era percepută ca fiind realizată pe viață, stabilă, permanentă și obligatorie, astăzi ea este mai puțin idealizată, ajungând să simbolizeze dorința persoanelor de a fi împreună atâta timp cât își iubesc partenerul sau atâta timp cât partenerul le satisface nevoile afective, sexuale și de protecție. De altfel, căsătoria presupune suprapunerea ideii de stabilitate peste o relație ce include un ansamblu de comportamente și emoții dinamice, care reușește adesea să potențeze satisfacția și persistența diadei maritale în timp. În unele cupluri, satisfacția relațională și dorința de continuare a relației se mențin mult. În alte cupluri, partenerii se văd nevoiți să își modifice obiectivele și dorința de a rămâne împreună. Atunci când relațiile de cuplu eșuează, costurile sunt mari la nivel individual și social. În capitolul de față începem prin a defini satisfacția maritală și conceptele apropiate ei, prezentăm apoi câteva dintre rezultatele obținute în studiile realizate în cadrul abordării individuale, continuăm prin reliefarea concluziilor câtorva studii concepute din perspectiva diadică asupra proceselor interpersonale desfășurate în registrul afectiv, cognitiv și comportamental care prezic satisfacția maritală; în final, sugerăm câteva dintre limitele și oportunitățile metodologice în studiul satisfacției diadice. Încercăm să răspundem astfel câtorva întrebări pe care pe care și le pun oamenii: Ce factori prezic satisfacția în cuplu? Cum poate fi menținută satisfacția maritală la un nivel ridicat? Cum poate fi ea studiată astăzi?

## 1. Satisfacția diadică și unele concepte apropiate ei

Satisfacția în cuplu a început să fie studiată sistematic din prima jumătate a secolului XX. Fincham și Beach (2006) consemnau că în 1938 apărea lucrarea lui Terman și a colaboratorilor săi, *Factorii psihologici ai fericirii maritale (Psychological Factors in Marital Happiness)*, iar un an mai târziu studiul lui Burges și Cottrell (1939), *Prezicerea succesului sau eșecului marital (Predicting Success or Failure in Marriage)*. Dacă până în 1960,

cercetătorii și-au focalizat atenția preponderent asupra variabilelor demografice, în perioada 1960-1980 ei s-au concentrat asupra observării paternurilor comportamentale ale cuplurilor, iar după 1980, accentul a fost pus pe cogniții și afecte, ca mediatori ai relației dintre comportament și satisfacția maritală (Fincham și Beach, 2006).

Cum definim satisfacția relațională? Mai multe definiții subliniază faptul că satisfacția diadică constă în evaluarea subiectivă globală a relației (de exemplu, Bradbury, Fincham și Beach, 2000), în impresia subiectivă de fericire prezentă la cei doi soți. Ea rezultă din compararea expectanțelor cu experiența trăită, a stărilor așteptate cu situațiile prezente. Această evaluare determină climatul emoțional al relației și modul în care sunt apreciate diferitele aspecte ale căsniciei (Hawkins, Carrere, și Gottman, 2002). Potrivit acestor definiții, satisfacția diadică poate fi obținută atunci când există armonie între parteneri cu privire la modul în care percep și gândesc viața lor. Ea depinde de caracteristicile fiecărui partener și de cele ale diadei, de capacitatea de a căuta o relație care să fie mutual satisfăcătoare. Puține relații pot oferi la fel de multe recompense ca un mariaj fericit, altfel spus, puține legături interpersonale sunt la fel de satisfăcătoare ca o relație de cuplu reușită.

De-a lungul timpului, conceptul a fost operaționalizat prin succesul marital, angajamentul diadic, stabilitatea conjugală, adaptarea maritală, fericirea conjugală etc. Aceste variabile sunt concepte distincte, care se suprapun parțial, utilizarea lor intersanajabilă producând multă confuzie. *Succesul marital* este indicat de persistența în timp și caracterul funcțional al relațiilor maritale. Potrivit Modelului investirii (*Investment Model*; Rusbult, Martz și Agnew, 1998), satisfacția, calitatea alternativelor și gradul investirii concură la nivelul angajamentului în relația curentă, care influențează mai departe stabilitatea maritală. *Angajamentul* este starea psihologică dezvoltată pe baza dependenței de partener, reunind aspecte cognitive, emoționale și orientarea pe termen lung privind implicarea în relație. Persoanele care sunt angajate în relații își doresc să fie alături de partenerii lor, simt nevoia aceasta, se simt apropiați de partenerul de cuplu și își doresc continuarea relației pe termen lung. Stanley și Markman (1992) au făcut distincție între *angajamentul dedicat* și *angajamentul constrâns*. Angajamentul dedicat se asociază pozitiv puternic cu satisfacția maritală și se referă la dorința menținerii relației curente. Angajamentul constrâns – de presiunile externe de a menține sau părăsi o relație – nu corelază strâns cu satisfacția. Johnson, Caughlin și Huston (1999) au introdus noțiunea de *angajament moral* definit ca ansamblul credințelor personale cu privire la căsătorie și divorț. Existența posibilității de a divorța face ca partenerii cuplurilor să valorizeze satisfacția maritală și să evalueze în permanență dacă sunt sau nu fericiți în căsătorie. Dacă divorțul nu ar fi posibil, persoanele cu o satisfacție maritală redusă ar fi preocupate să facă tot ce pot pentru ca mariajul lor să meargă; însă nu și cele fericite. În fine, *stabilitatea* se referă la rezistența în timp sau durata unei căsnicii. S-a crezut mult timp că satisfacția scăzută este un motiv de divorț, și invers, s-a presupus că mariajele stabile au la bază satisfacția ridicată. Aceste credințe au fost zdruncinate prin identificare a numeroase mariaje stabile și nefericite (Fincham și Beach, 2006).

Un alt concept apropiat celui de satisfacție maritală este cel de *adaptare maritală*. El desemnează gradul de acomodare al celor doi soți, unul în raport cu celălalt (Locke și Wallace, 1959). Spanier (1976) a definit adaptarea maritală prin utilizarea unor concepte folosite anterior în literatura de specialitate, precum: fericirea, nivelul consensului marital, gradul de coeziune și nivelul de exprimare a afecțiunii de către partenerii cuplului conjugal. Probabil că este mai adecvat să concepem adaptarea maritală ca pe o variabilă care poate influența satisfacția maritală, dar care nu trebuie inclusă printre fațetele conceptului,

Întrucât adaptarea este un aspect care se referă mai degrabă la relația dintre partenerii maritali, decât la sentimentele pe care fiecare le experimentează în cadrul relației. Cu toate acestea, studiile care și-au centrat atenția asupra adaptării maritale nu pot fi separate complet de studiile care au analizat satisfacția maritală, întrucât unele instrumente destinate evaluării calității relației maritale mixează itemi care operaționalizează adaptarea cu itemi care operaționalizează evaluările pe care partenerii maritali le fac cu privire la diverse aspecte ale relației lor.

În fine, *fericirea* este satisfacția ultimă spre care tind toate celelalte satisfacții sau plăcerea ultimă, fără de care toate celelalte ar fi incomplete; ea rezultă din plăcerea corpului, bucuria inimii și satisfacția spiritului (Turliuc, 2004). Rusbult și colaboratorii săi (1998) consideră că satisfacția maritală constă în afectele pozitive sau negative experimentate într-o relație și este influențată de măsura în care partenerul îndeplinește cele mai importante nevoi personale. Multe cercetări susțin faptul că un nivel ridicat al satisfacției în relația maritală de asociază pozitiv cu *starea de bine* fizică și psihică a partenerilor (de exemplu, Waite și Gallagher, 2000).

În ultimele decenii, numărul studiilor destinate satisfacției maritale a crescut foarte mult, cercetătorii fiind interesați de identificarea predictorilor: propriile caracteristici sau cele ale partenerului (trăsăturile lor de personalitate, atitudinile, valorile etc.) și caracteristicile cuplului (precum similaritatea diadică). Până în prezent, aceste două linii de cercetare au evoluat separat, oferind rezultate incomplete sau neclare, caracteristicile relaționale fiind mult mai rar analizate comparativ cu trăsăturile celor doi parteneri. Din păcate, există și mai puține eforturi care să ofere un model comprehensiv al factorilor individuali și diadici analizați simultan.

## 2. Abordarea individuală a satisfacției în cuplu

Oamenii au o tendință naturală spre plăcere și împlinire, ei fiind sortiți să experimenteze niveluri stabile ale stării de bine, pentru a se putea adapta în timp la cele mai favorabile și mai adverse circumstanțe de viață. La nivel individual, în filosofie și apoi în psihologie, s-au conturat două abordări diferite ale satisfacției: hedonismul *versus* eudemonia. Hedonismul se caracterizează prin căutarea plăcerii și evitarea suferinței, în timp ce eudemonismul este centrat pe autorealizare și împlinirea de sine (Ryan și Deci, 2001). Primul operează cu concepte precum satisfacția și fericirea, iar al doilea cu starea subiectivă de bine și calitatea vieții. Ambele par să aibă ca premisă afirmația lui Aristotel: „Fericirea depinde de noi înșine”. Studiile actuale confirmă aserțiunea filosofului grec: oamenii sunt setați genetic să trăiască fericirea la un anumit nivel (Lucas *et al.*, 2003), la care revin după evenimente adverse de viață. Circumstanțele obiective au un impact destul de mic în starea de bine sau de fericire generală (Lucas *et al.*, 2003). Dintre acestea, evenimentele și tranzițiile maritale ne afectează mai mult ca urmare a timpului mare petrecut împreună de partenerul, a implicării afective mari și a interinfluenței reciproce.

Abordarea individuală pornește de la următoarele întrebări: „Sunt fericit în căsnicie pentru că sunt bun și iubitor?”, „Sunt fericit pentru că am un soț bun?” sau „Sunt valabile ambele situații?” (Luo *et al.*, 2008). Perspectiva pare să pornească de la ipoteza selecției care susține că particularitățile psihologice predispun oamenii la experimentarea anumitor evenimente maritale. Oamenii mai fericiți pot fi mai plăcuți, mai comunicativi și pot avea mai mult succes în găsirea și atragerea unui partener; cei mai nefericiți

pot fi mai susceptibili de a suferi de probleme psihologice care îi împiedică să se căsătorească sau care duc la separare și divorț; prin urmare, nu apar schimbări semnificative după evenimentele adverse (Lucas *et al.*, 2003). Deoarece datele empirice nu au confirmat decât parțial ipoteza selecției, în cadrul teoriei crizei s-a sugerat că oamenii se adaptează la evenimentele și tranzițiile maritale, nivelurile stării de bine revenind în timp la nivelurile anterioare. Acest model prezice în mod explicit faptul că adaptarea ar trebui să apară și că diferențele în bunăstarea persoanelor din diferite grupuri conjugale ar trebui să dispară atunci când timpul scurs de la eveniment este controlat (Lucas *et al.*, 2003). Datele susțin tot parțial și acest model explicativ.

Studiile realizate pe baza modelului *Big Five* au relevat faptul că cel mai important predictor negativ al satisfacției diadice este nevrozismul, în timp ce agreabilitatea, extraversiunea, conștiinciozitatea și deschiderea partenerului tind să prezică pozitiv și mai slab satisfacția actorului (de exemplu, Karney și Bradbury, 1995). Nevrozismul femeilor are un efect extrem de important asupra satisfacției soților lor, în timp ce conștiinciozitatea și extaversiunea femeilor sunt mai puțin slab asociate cu satisfacția partenerului (de exemplu, Botwin, Buss, și Shackelford; 1997; Watson *et al.*, 2004). Conștiinciozitatea tinerilor căsătoriți se asociază cu evaluări mai ridicate ale satisfacției globale și multidimensionale, iar satisfacția lor globală tinde să crească în prima parte a vârstei adulte (Robins, Caspi și Moffitt, 2000).

În studiul realizat de Botwin și colaboratorii săi (1997) asupra cuplurilor maritale și premaritale, au fost măsurate caracteristicile de personalitate conform aceluiași modelul (*Big Five*), operaționalizat printr-o listă de adjective, prin autoevaluare, evaluarea realizată de partener și de o persoană independentă. Datele obținute la cele două tipuri de cupluri au fost asemănătoare. Femeile au exprimat însă o preferință mai mare pentru trăsăturile de personalitate socialmente dezirabile. Participanții au tins să aleagă trăsături ideale ale partenerului care sunt similare cu propriile lor trăsături. În fine, trăsăturile partenerului au prezis insatisfacția maritală și sexuală proprie, mai ales atunci când partenerul avea scoruri mai scăzute la agreabilitate, stabilitate emoțională și deschidere intelectuală decât cele dorite (Botwin *et al.*, 1997).

În general, nivelul satisfacție maritale diferă în funcție de gen. Bărbați și femeile vin cu speranțe și așteptări diferite în căsnicie, iar cele masculine sunt de regulă mai mult satisfăcute. Femeile sunt mai sensibile la dificultățile relaționale, raportează mai multe probleme și satisfacția lor scăzută este un predictor mai ridicat al separării și divorțului. Bărbații, pe de altă parte, tind să se îndrăgostească mai ușor și să răspundă mai rapid schimbărilor intime (pozitive și negative), atât în stadiile timpurii ale relației, cât și în cele mai târzii (Fiske, 2004). Studiile empirice au verificat adesea două ipoteze contradictorii. Prima (*ipoteza efectului soțului*) sugerează că, cu cât bărbatul este mai conștient de relația sa, cu atât cuplul poate fi mai fericit, iar caracteristicile soțului (precum abilitățile interpersonale, intimitatea matură) se asociază cu satisfacția relațională, în timp ce ale soției, nu (Acitelli, 1992). Aceste caracteristici sunt frecvente la femei și deci așteptate. Nefiind comune bărbaților, aceste trăsături au un efect mai pronunțat asupra percepției satisfacției maritale a soției. Invers, a doua presupunere (*ipoteza similarității de gen*) pornește de la premisa atenuării diferențelor de gen ca urmare a apropierei rolurilor de gen maritale. Studiile realizate în baza ei evidențiază faptul că gradul de similaritate al partenerilor și gradul de conștientizare al relației se asociază cu satisfacția maritală a ambilor soți.

Alte aspecte ale personalității care au fost studiate sunt emoțiile negative, sentimentele și expresivitatea negativă care se asociază negativ cu satisfacția; de asemenea, afectele

pozitive, sentimentele și expresivitatea pozitivă care se asociază pozitiv cu satisfacția (de exemplu, Watson *et al.*, 2004). Oamenii tind să fie mai fericiți atunci când partenerul lor are stări emoționale negative mai puțin numeroase și intense, când au mai multe și mai puternice emoții pozitive (Watson *et al.*, 2004). De asemenea, trăsăturile temperamentale (stabilității și extraversiunea) se asociază semnificativ cu satisfacția diadică (Blum și Mehrabian, 1999).

*Mindfulness* sau receptivitatea atenției și conștientizarea a ceea ce se întâmplă intern sau extern în prezent poate fi o trăsătură valoroasă în dezvoltarea relațiilor intime. Ea promovează dezvoltarea abilității de a face față evenimentelor stresante, adaptarea, conexiunea și intimitatea în cadrul relațiilor interpersonale. *Mindfulness* (Barnes *et al.*, 2007) : 1. promovează stiluri de interacțiune sănătoase și funcționalitatea relațională și 2. sporește calitatea relației romantice. Analizând rolul *mindfulness* în relațiile romantice și în răspunsul la stres, Barnes și colaboratorii săi (2007) au realizat două studii. Primul a condus la concluzia că *mindfulness* ca trăsătură prezice satisfacția relațională mai ridicată și o capacitate mai bună de a răspunde constructiv la stres. În studiul al doilea, autorii au arătat că, în paradigma discuției conflictuale, *mindfulness* ca trăsătură prezice un stres relațional mai scăzut și schimbări pozitive ale percepției relației pre- și postconflict. Ca stare, *mindfulness* se asociază cu o mai bună calitate a comunicării în timpul discuțiilor.

Calcularea similarității unor trăsături de personalitate sau utilizarea variabilelor ambilor soți în predicția satisfacției lor maritale reprezintă un pas înainte, care ne apropie de abordarea diadică. Un studiu longitudinal asupra cuplurilor pe termen lung, desfășurat de-a lungul a 12 ani, a indicat că o mai mare similaritate a personalității prezice traiectorii mai defavorabile ale satisfacției maritale, că similitudinea conștiințozității și extraversiunii prezice mai puternic negativ satisfacția la vârstă mijlocie, decât la eșantionul în vârstă (Shiota și Levenson, 2007). Rezultatele altor studii au arătat că, în general, trăsăturile de personalitate proprii și ale partenerului tind să aibă o contribuție independentă (Robins *et al.*, 2000 ; Watson *et al.*, 2004) și că personalitatea partenerului tinde să joace un rol mai scăzut în precizarea satisfacției actorului (Watson *et al.*, 2004). Robins și colaboratorii săi (2000) au concluzionat că efectul actor și efectul partener sunt aditive și nu sinergice, deoarece nu apar efecte de interacțiune. În fine, Watson și colaboratorii săi (2004) au evaluat relația dintre atitudini și satisfacție, autorii negăsind nici o relație semnificativă între conservatorismul politic, religiozitate și satisfacție maritală.

### 3. Perspectiva diadică asupra proceselor interpersonale

Deși a condus la obținerea unor rezultate interesante, abordarea individuală tratează partenerii ca persoane independente, între care nu există o relație de interdependență. În contrast cu aceasta, abordarea diadică analizează caracteristicile cuplului pornind de la premisa interinfluenței mutuale a celor doi parteneri. Întrebarea pe care o pun cercetătorii în acest context este următoarea (Luo *et al.*, 2008) : „Sunt fericit în căsnicia mea pentru că eu și soțul meu avem multe în comun, pentru felul în care comunicăm și interacționăm?”. Satisfacția maritală se datorează în mare măsură calității interacțiunilor și percepției proceselor interpersonale din cadrul relației, mai degrabă decât percepției stabilității personalității. În plus, aspectele pe care oamenii le consideră a fi foarte importante în căsătorie (dragostea, fidelitatea sexuală și abilitatea de a vorbi despre sentimente) au fost relativ stabile în ultimele decenii (Turliuc, 2004). Preluând strategia de analiză

popusă de Bradbury și colegii săi (2000) asupra cercetărilor publicate în decursul unui întreg deceniu, vom analiza interacțiunile maritale în plan emoțional, cognitiv și comportamental.

*Emoțiile.* Împărtășirea acelorași emoții sau similaritatea emoțională este un factor predictiv al satisfacției relaționale. Anderson, Keltner și John (2003) au testat 38 de cupluri heterosexuale de două ori, la distanță de un an. Fiecare membru al cuplului a completat chestionare pentru trăsăturile de personalitate, tăria relației și nivelul de satisfacție. *Experiența emoțională* a fost măsurată după ce cuplurilor le-au fost induse fie stări emoționale negative, fie unele pozitive, partenerii fiind puși să discute un subiect fericit (un succes recent al unuia dintre ei) sau unul cu încărcătură emoțională negativă (o grijă actuală). Rezultatele au arătat că nivelurile de similaritate emoțională totală, a emoțiilor pozitive și a celor negative, au crescut semnificativ în acea jumătate de an, în timp ce similaritatea trăsăturilor de persoanlitate nu a suferit schimbări. Autorii au identificat următoarele beneficii relaționale ale similarității emoționale: 1. din moment ce emoțiile organizează răspunsurile persoanelor la mediu, similaritatea emoțiilor coordonează răspunsul cuplului la mediu; 2. similaritatea emoțiilor trăite facilitează înțelegerea mutuală a partenerilor; 3. similaritatea emoțională are o funcție de validare la ambii parteneri, deoarece fiecare percepe că propriile emoții sunt împărtășite de cineva semnificativ (Anderson *et al.*, 2003). Deși afectele negative au un efect distructiv asupra calității relației maritale, membrii unui cuplu care au niveluri ridicate, dar similare de furie în timpul conflictului – comparativ cu un cuplu care are nivele mai ridicate și diferite – prezintă următoarele avantaje relaționale (Anderson *et al.*, 2003): 1. sunt capabili să înțeleagă mai bine stările emoționale ale partenerului (de exemplu, „ea trebuie să fie supărată pentru că și eu sunt supărat”); 2. sunt capabili să își coordoneze mai bine răspunsurile în timpul conflictului (de exemplu, ambii se angajează în interacțiune, mai degrabă decât să utilizeze retragerea sau evitarea); 3. se simt validați deoarece partenerul împărtășește emoția de furie (de exemplu, „cel puțin el/ea este furios/furioasă de asemenea”). Un factor predictiv important al satisfacției maritale este și *reglarea emoțională* în cuplu. Cu toate acestea, relativ puține studii au analizat relația dintre cele două variabile. Într-un studiu longitudinal, Block, Haase și Levenson (2014) au analizat datele obținute în trei etape, de-a lungul a 13 ani, la cupluri cu partenerii de vârstă mijlocie (40-50 de ani) și vârstnici (60-70 de ani). Autorii s-au concentrat pe analizarea strategiilor de reglare emoțională de tip descendent (*down-regulation*) din timpul unei discuții maritale conflictuale (etapa 1 și 2) și relația lor cu satisfacția maritală (măsurată în toate cele trei etape). Reglarea descendentă a fost evaluată prin determinarea vitezei cu care soții reduc semnele emoțiilor negative (în trăirea acestora, în exprimarea lor comportamentală și în plan fiziologic) după evenimentul care le-a generat. Datele au fost analizate utilizând Modelul actor-partener, iar rezultatele au indicat faptul că: 1. reglarea descendentă mai puternică a emoțiilor negative ale soțiilor prezice satisfacția maritală mai ridicată a ambilor soți; 2. reglarea descendentă mai puternică a comportamentului negativ al soțiilor prezice creșterea longitudinală a satisfacției lor maritale; 3. utilizarea de către femeile căsătorite a comunicării constructive (măsurate în etapa 1 și 2) mediază longitudinal relația dintre reglare emoțională descendentă și satisfacția maritală. Și alte studii au indicat faptul că, în timpul conflictului, comunicarea constructivă implică negociere, exprimare mutuală și discuții; aceste forme de comunicare constructivă tind să apară mai ușor într-un context emoțional mai puțin tensionat (de exemplu, Wile, 2002).

*Comunicarea constructivă* este asociată cu satisfacția maritală. Educația privind deprinderile de comunicare în relațiile de cuplu sugerează faptul că formarea acestor deprinderi

este căutată de cuplurile maritale în scopul de a susține satisfacția relațională ridicată. Există însă controverse cu privire la aspectele care trebuie discutate în programele educative din cauza inconsistenței datelor cu privire la relația dintre satisfacția relațională și unele paternuri de comunicare (Johnson *et al.*, 2005). Spre exemplu, în cazul tinerilor căsătoriți, deteriorarea satisfacției maritale a fost prezisă de ratele scăzute ale comunicării verbale pozitive din timpul discuțiilor conflictuale doar în unele studii, iar în altele nu (Johnson *et al.*, 2005).

*Cognițiile.* Schemele de cunoștințe privind relația pot influența modul în care evenimentele sunt interpretate, iar evenimentele pot forma schemele relaționale. Schemele relaționale sunt o structură cognitivă, în timp ce conștiința cu privire la relație este procesul cognitiv ce include gândurile despre modul de interacțiune al partenerilor. Conștiința cu privire la relație influențează atribuirile interpersonale, cele relaționale și metacomunicarea intenționată (ca în discuțiile despre propria relație; de exemplu: „Nu prea îți place să ne ținem de mână în public!”). Schemele relaționale, conștiința cu privire la relație și atribuirile adaptative se asociază pozitiv cu satisfacția maritală (Acitelli, 1992). Atribuirile negative și explicațiile neadaptative se asociază cu diminuarea satisfacției (Bradbury *et al.*, 2000). Karney și Bradbury (1995) au constatat că afectivitatea conjugală negativă a contribuit la atribuirile negative despre sine, soț și relația conjugală. Studiile susțin asocierea dintre explicațiile neadaptative ale unor evenimente, elaborarea continuă a structurii și organizării atribuirilor disfuncționale și instisfacția maritală (de exemplu, Bradbury *et al.*, 2000). Așteptările cu privire la căsătorie sunt adesea în contrast puternic cu ceea ce este nevoie în mod real pentru a crea o căsătorie satisfăcătoare. Formarea încrederii, a rolurilor conjugale și atitudinii cu privire la căsătorie începe în copilărie și se dezvoltă de-a lungul vieții unei persoane. Așteptările sunt înrădăcinate în modelele din familie, în dorința de a crea sau de a recrea dragostea, intimitatea și grija care au fost sau nu experimentate în relație cu figura centală a atașamentului. În plus, miturile conjugale, familiale și atitudini cu privire la căsătorie au fost transmise de-a lungul generațiilor succesive și, în consecință, fac tranziția la căsătorie și la noile stadii maritale proporțional mai lină sau mai dificilă.

*Comportamentul.* Familia de origine influențează cele mai multe aspecte ale vieții noastre: de la modul de manifestare al individului, la ceea ce dorește să devină sau face (Turliuc, 2004). După studiile de tip microanalitic asupra comportamentului din anii '80, începând din 1990, analiza modelelor de interacțiune sau a patternurilor comportamentale atinge un nivel superior. Cel mai important dintre acestea este modelul *cerere/retragere*, prin care un soț, în mod tipic soția, critică și îi solicită partenerului schimbarea, în timp ce partenerul, de obicei soțul, evită discuția și distanțează de confruntare (Bradbury *et al.*, 2000). Rezultatul final al acestui pattern comportamental este scăderea satisfacției maritale. Tendințele cerere/retragere sunt cel puțin parțial responsabile de conflictele maritale, diferențele de gen fiind inverse în cuplurile caracterizate prin violență. Margolin și Wampold (1981) au arătat că, prin comparație cu cuplurile fericite, cele care se confruntă cu probleme se caracterizează prin nivele ridicate de *reciprocitate negativă* (cum ar fi, probabilitatea mare de manifestare a unor comportamente negative ca urmare a comportamentului negativ al partenerului) și prin nivelele ridicate de *reactivitate negativă* (de exemplu, supresia comportamentelor pozitive sub nivelul mediu ca urmare a comportamentului negativ al partenerului). Această nouă direcție de studiu ar putea conduce la identificarea unor modele derivate din clinică sau observația cvasiclinică. Este important să se stabilească un set de modele cu o valoare predictivă asupra evoluției căsătoriei și să se clarifice gradele normative ale schimbării acestor modele de-a lungul ciclului vieții maritale (Fincham și Beach, 2000).

*Alte procese interpersonale importante.* Armonia sexuală depinde de comunicarea deschisă și calitatea interacțiunilor sexuale. Comunicarea eficientă se asociază cu satisfacția sexuală (Sprecher și McKinney, 1993), ea fiind necesară atât pentru inițierea sau refuzul actului sexual, cât și în stimularea stării de excitare sexuală. Cuplurile care mențin o comunicare de calitate despre contactul sexual sunt mai susceptibile să aibă o relație sexuală satisfăcătoare. Pe de o parte, incapacitatea de a comunica despre propriile dorințe sexuale se asociază cu anorgasmia, iar pe de altă parte, femeile asertive pe plan sexual au raportat frecvențe mai ridicate ale activității sexuale și ale orgasmului, o mai mare dorință sexuală subiectivă, o mai mare satisfacție maritală și sexuală (Hurlbert, 1991).

Cercetări recente susțin că partenerii de astăzi intră în căsătorie cu mai multă experiență sexuală compartiv cu cei ce s-au căsătorit în trecut. Având în vedere ratele ridicate ale contactelor sexuale dintre adolescenți, majoritatea tinerilor căsătoriți au avut relații sexuale cu viitorul lor partner înainte de a se căsători; majoritatea cuplurilor au raportat o relație sexuală sănătoasă înainte de căsătorie, dar 25% dintre cupluri au afirmat că disfuncțiile sexuale au fost o problemă pentru ei în primul an de căsătorie (Haavio-Mannila și Kontul, 1997). James (1981; *apud* Haavio-Mannila și Kontul, 1997) reporta un declin substanțial al frecvenței contactelor sexuale în timpul primului an de căsătorie, în special la cuplurile care au întreținut anterior căsătoriei relații sexuale.

*Stresul diadic* se asociază negativ cu satisfacția în cuplu. Stresul diadic apare atunci când ambii parteneri sunt afectați de aceiași stresori sau când stresul provine din interiorul cuplului, dar și când nivelul de stres al unui partener intervine în relație de cuplu (Randall și Bodenmann, 2009). El include, de exemplu, grijile comune sau încercările de a menține relația (Randall și Bodenmann, 2009). În metaanaliza realizată de Randall și Bodenmann (2009) asupra relației dintre stres și satisfacție diadică, au fost identificați o serie de stresori, printre care: 1. situația financiară (cuplurile care primeau ajutoare de la stat raportau căsniciile mai scurte decât cele care nu primeau, iar partenerii erau mai puțin dispuși să se recăsătorească); 2. stresul de la locul de muncă (problemele de la locul de muncă pot determina un grad mai redus de satisfacție diadică); 3. afecțiunile fizice ale unuia dintre soți (boala are un efect negativ asupra funcționării diadice); 4. boala unui copil (de exemplu, cancerul diminuează satisfacția maritală atât pentru mame, cât și pentru tați). În aceste condiții, este foarte important ca partenerii să utilizeze stiluri de coping funcționale pentru a putea face față stresului intern sau extern. Unii cercetători s-au întrebat dacă un *stil de coping diadic* sau individual este mai eficace. Încercând să răspundă la această întrebare, Papp și Witt (2010) au indicat faptul că strategiile de coping diadic sunt un predictor mai bun al satisfacției relaționale, comparativ cu strategiile de coping individual. Au fost găsite însă și diferențe în funcție de sex: copingul diadic al femeilor este un predictor mai bun pentru calitatea relației, comparativ cu cel al bărbaților. De asemenea, pentru femei, atât propriile strategii de coping diadic, cât și cele ale partenerului prezic semnificativ calitatea relației, în timp ce pentru bărbați doar strategiile lor au o putere predictivă semnificativă (Bodenmann, Pihet și Kayser, 2006).

*Supportul social* este un predictor pozitiv puternic al satisfacției relaționale. Persoanele care se simt iubite, care cred că se pot baza pe partenerul lor și care au număr mai mare de prieteni se declară mai fericite în general, mai satisfăcute de relația/partenerul lor, sunt mai sănătoase și trăiesc mai mult (North *et al.*, 2008).



### 3. Oportunități și limite metodologice

Caracteristica diadică cel mai des studiată, similaritatea, a fost adesea măsurată în studiile empirice prin *scorul diferenței absolute* (ADS) dintre scorurile soțului și soției la o anumită variabilă sau prin *scorului profilului corelațional* (PSC), obținut prin corelarea răspunsurilor soțului și soției la fiecare item al unei anumite variabile. Spre deosebire de ADS, care surprinde nivelul similarității unei anumite variabile, prin PSC este surprinsă similaritatea dintre forma și organizarea răspunsurilor partenerilor de-a lungul unui ansamblu de itemi (Luo *et al.*, 2008). Utilizând PSC și ADS pentru a prezice satisfacția maritală, Luo și Klohnen (2005) au arătat că PSC este un predictor mai puternic al satisfacției maritale comparativ cu ADS. De asemenea, Kenny (1996) a propus utilizarea unor modele de analiză diadică (de exemplu, *Modelul actor-partener* și *Modelul destinului comun*), care au la bază modelarea prin ecuații structurale (SEM). Alte abordări recente recomandă utilizarea analizei multinivelare (Kenny, Kashy și Cook, 2006), care permite evidențierea concomitentă a efectului variabilelor individuale, diadice și comunitare asupra variabilei criteriu/dependente avute în vedere și a modificărilor relațiilor dintre acestea în decursul timpului.

În privința instrumentelor de evaluare a satisfacției relaționale, majoritatea studiilor au utilizat scalele de tip autoraport. Fincham și Beach (2006) apreciau că principalele probleme ale cercetării satisfacție rezidă în faptul că :

1. Instrumentele de evaluare cele mai utilizate sunt de tip autoevaluare – de exemplu, *Dyadic Adjustment Scale* (DAS ; Spanier, 1976) ; *The Locke-Wallace Marital Adjustment Test* (LWMAT ; Locke și Wallace, 1959) ; *Quality of Marriage Index* (QMI ; Norton, 1983), *Couples Satisfaction Index* (CSI 32 ; Funk și Rogge, 2007) etc. Dar ceea ce spun soții despre ei este diferit de modul în care se comportă și interacționează.
2. Aceste tipuri de instrumente nu spun prea mult despre procesele implicate în producerea paternului comun care conduce la dezvoltarea sau destrămarea relației. Cu toate acestea, chiar și unii psihologi de orientare behavioristă, care au respins utilitatea scalelor de tip autoevaluare, au folosit acest tip de măsurători atunci când au început să studieze căsătoria sistematic în anii '70.
3. Cunoștințele noastre despre predictorii și variabilele corelatele satisfacției maritale conțin un număr mare de rezultate incorecte din cauza suprapunerii conținutului itemilor utilizați în evaluarea satisfacției cu cei utilizați în măsurarea unor constructe aflate în relație cu ea (de exemplu, comunicare, satbilitate, atașament etc.).
4. Nu este clar ce măsoară, majoritatea instrumentelor incluzând un conglomerat de itemi al căror răspuns nu este echivalent, care utilizează concomitent diferite modalități de scorare, iar aspectele subiective, comportamentale, numărul și relevanța itemilor variază mult de la un instrument al altul.

Există și o controversă cu privire la caracterul uni- sau multidimensional al scalelor de evaluare a satisfacției relaționale. Pe de o parte, una dintre cele mai bine contruite și validate scale multidimensionale, *Marital Satisfaction Inventory* (MSI, Snyder, 1997), a fost foarte puțin utilizată, probabil din cauza lungimii ei (130 de itemi). Pe de altă parte, din moment ce majoritatea cercetătorilor consideră că satisfacția relațională este subiectivă și constă într-o evaluare globală a relației, scalele unidimensionale par a fi mai adecvate. Ele asigură simplitatea conceptulă și evitarea problemelor ce derivă din interpretarea unor subscale neclare.

În afara scalelor de autoraportare se recomandă utilizarea și a altor metode de tip autoraport precum : chestionare, interviuri față în față, interviul prin telefon, tehnica jurnalului zilnic etc., dar și a metodelor bazate pe observarea comportamentului și măsurători fiziologice, experimente, studii longitudinale sau de tip metaanaliză. Sofisticarea metodologică a generat rezultate importante, de exemplu, despre modelele secvențiale de comportament care diferențiază cuplurile maritale aflate în dificultate de cele funcționale.

\*

Cele mai multe studii asupra satisfacției relaționale s-au focalizat asupra cazului ei prototipic : satisfacția maritală. Fericirea este efemeră, iar satisfacția conjugală fluctuează mult în timp. Tranzițiile maritale pot fi asociate cu modificări de durată în satisfacție, dar aceste modificări nu sunt semnificative atunci când sunt examinate tendințele medii. De-a lungul vieții, satisfacția maritală ia forma unui clopot inversat : după scăderea treptată a satisfacției maritale începând din primul an, până spre vârsta adolescenței copiilor, în cuplurile funcționale ea tinde ulterior să crească mult. Pe de o parte, este important ca partenerii să împărtășească o viziune comună asupra unor domenii esențiale cum ar fi obiectivele fiecăruia și așteptările cu privire la rolul pe care fiecare îl are relație. Aceasta necesită o atmosferă care să faciliteze comunicarea deschisă a propriilor convingeri. În cuplurile care împărtășesc un sens comun al vieții, conflictele sunt mai puțin frecvente și rareori conduc la apariția unui blocaj. Pe de altă parte, insatisfacția apare adesea ca urmare a așteptărilor nerealiste sau prea romantice cu privire la căsătorie. Cert este că motivul principal al creșterii extraordinare a numărului de studii destinate satisfacției maritale din ultimele trei sau patru decenii decurge din centralitatea sa în cadrul stării de bine individuale, maritale și familiale, din beneficiile pentru sănătatea persoanelor căsătorite, pentru funcționalitatea familială și din avantajele ratei ridicate a nupțialității și ale stabilității căsătoriei pentru societate. Alte motive ale studiilor au vizat nevoia de a dezvolta intervenții eficiente pentru prevenirea și tratarea distresului marital și a divorțului.

## Referințe bibliografice

- Acitelli, L. (1992), „Gender differences in relationship awareness and marital satisfaction among young married couples”, *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18(1), 102-110. DOI : 10.1177/0146167292181015.
- Anderson, C., Keltner, D., John, O.P. (2003), „Emotional convergence between people over time”, *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(5), 1054-1068.
- Barnes, S., Warren Brown, K., Krusemark, E., Campbell, W.K., Rogge, R.D. (2007), „The role of mindfulness in romantic relationship satisfaction and responses to relationship stress”, *Journal of Marital and Family Therapy*, 33(4), 482-500.
- Bloch, L., Haase, C.M., Levenson, R.W. (2014), „Emotion regulation predicts marital satisfaction : more than a wives' tale”, *Emotion*, 14(1), 130-144.
- Blum, J.S., Mehrabian, A. (1999), „Personality and temperament correlates of marital satisfaction”, *Journal of Personality*, 67, 93-125.
- Bodenmann, G., Pihet, S., Kayser, K. (2006), „The relationship between dyadic coping and marital quality : A 2-year longitudinal study”, *Journal of Family Psychology*, 20(3), 485-493.
- Botwin, M.D., Buss, D.M., Shackelford T.K. (1997), „Personality and mate preferences : Five factors in mate selection and marital satisfaction”, *Journal of Personality*, 65(1), 107-137.

- Bradbury, T.N., Fincham, F.D., Beach, S.R.H. (2000), „Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review”, *Journal of Marriage and the Family*, 62, 964-980. DOI: 10.1111/j.1741-3737.2000.00964.x.
- Fincham, F.D., Beach, S.R.H. (2006), „Relationship satisfaction”, în A.L. Vangelisti, D. Pearlman, *The Cambridge Handbook of Personal Relationship* (pp. 579-594), Cambridge University Press, Cambridge.
- Fiske, S.T. (2004), „Mind the gap: In praise of informal sources of formal theory”, *Personality and Social Psychology Review*, 8, 132-137.
- Funk, J.L., Rogge, R.D. (2007), „Testing the ruler with item response theory: Increasing precision of measurement for relationship satisfaction with the Couples Satisfaction Index”, *Journal of Family Psychology*, 21, 572-583.
- Haavio-Mannila, E., Kontula, O. (1997), „What increases sexual satisfaction?”, *Archives of Sexual Behavior*, 26(4), 399-419.
- Hawkins, M., Carrere, S., Gottman, J.M. (2002), „Marital sentiment override: Does it influence couples' perceptions?”, *Journal of Marriage and the Family*, 64(1), 193-201.
- Hurlbert, D.F. (1991), „The role of assertiveness in female sexuality: A comparative study between sexually assertive and sexually nonassertive women”, *Journal of Sex and Marital Therapy*, 17, 183-190.
- Johnson, M.P., Caughlin, J.P., Huston, T.L. (1999), „The tripartite nature of marital commitment: Personal, moral, and structural reasons to stay married”, *Journal of Marriage and the Family*, 61(1), 160-177.
- Johnson, M.P., Cohan, C.L., Davila, J., Lawrence, E., Rogge, R.D., Karney, B.R., Bradbury, T.N. (2005), „Problem-solving skills and affective expressions as predictors of change in marital satisfaction”, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73(1), 15-27.
- Karney, B., Bradbury, T.N. (1995), „The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, method, and research”, *Psychological Bulletin*, 118, 3-34.
- Kenny, D.A. (1996), „Models of non-independence in dyadic research”, *Journal of Social and Personal Relationships*, 13(2), 279-294. DOI: 10.1177/0265407596132007.
- Kenny, D.A., Kashy, D.A., Cook, W.L. (2006), *Dyadic Data Analysis*, The Guilford Press, New York.
- Lucas, R.E., Clark, A.E., Georgellis, Y., Diener, E. (2003), „Reexamining adaptation and the set point model of happiness: Reactions to changes in marital status”, *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(3), 527-539.
- Luo, S., Klohnen, E.C. (2005), „Assortative mating and marital quality in newlyweds: A couple-centered approach”, *Journal of Personality and Social Psychology*, 88, 304-326.
- Luo, S., Chen, H., Yue, G., Zhang, G., Zhaoyang, R., Xu D. (2008), „Predicting marital satisfaction from self, partner, and couple characteristics: Is it me, you, or us?”, *Journal of Personality*, 76(5), 1231-1265.
- Margolin, G., Wampold, B.E. (1981), „Sequential analysis of conflict and accord in distressed and nondistressed marital partners”, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 47, 554-567.
- North, R.J., Holahan, C.J., Moos, R.H., Cronkite, R.C. (2008), „Family support, family income, and happiness: A 10-year perspective”, *Journal of Family Psychology*, 22(3), 475-483. DOI: 10.1037/0893-3200.22.3.475.
- Norton, R. (1983), „Measuring marital quality: A critical look at the dependent variable”, *Journal of Marriage and the Family*, 45, 141-151.
- Papp, L.M., Witt, N.L. (2010), „Romantic partners' individual coping strategies and dyadic coping: Implications for relationship functioning”, *Journal of Family Psychology*, 24, 551-559.
- Randall, A.K., Bodenmann, G. (2009), „The role of stress on close relationships and marital satisfaction”, *Clinical Psychology Review*, 29, 105-115.
- Robins, R.W., Caspi, A., Moffitt, T.E. (2000), „Two personalities, one relationship: Both partners' personality traits shape the quality of their relationship”, *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 251-259.
- Rusbult, C.E., Martz, J.M., Agnew, Ch.R. (1998), „The Investment Model Scale: Measuring commitment level, satisfaction level, quality of alternatives, and investment size”, *Personal Relationships*, 5, 357-391.

- Ryan, R.M., Deci, E.L. (2001), „To be happy or to be self-fulfilled: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being”, în S. Fiske (ed.), *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166.
- Shiota, M.N., Levenson, R.W. (2007), „Birds of a feather don't always fly farthest: Similarity in Big Five Personality predicts more negative marital satisfaction trajectories in long-term marriages”, *Psychology and Aging*, 22(4), 666-675.
- Spanier, G.B. (1976), „Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads”, *Journal of Marriage and the Family*, 38, 15-28.
- Sprecher, S., McKinney, K. (1993), *Sexuality*, Sage, Newbury Park.
- Stanley, S.M., Markman, H.J. (1992), „Assessing commitment in personal relationships”, *Journal of Marriage and The Family*, 54, 595-608.
- Snyder, D.K. (1997), *Marital Satisfaction Inventory, Revised (MSI-R) Manual*, Western Psychological Services, Los Angeles.
- Turliuc, M.N. (2004), *Psihologia cuplului și a familiei*, Performatica, Iași.
- Waite, L.J., Gallagher, M. (2000), *The Case for Marriage: Why Married People are Happier, Healthier, and Better off Financially*, Doubleday, New York.
- Watson, D., Klohnen, E.C., Casillas, A., Nus Simms, E., Haig, J., Berry, D.S. (2004), „Match makers and deal breakers: Analyses of assortative mating in newlywed couples”, *Journal of Personality*, 72(5), 1029-1068.
- Wile, D.B. (2002), „Collaborative couple therapy”, în A.S. Gurman, N.S. Jacobson (eds.), *Clinical Handbook of Couple Therapy* (ed. a III-a, pp. 281-307), Guilford Press, New York.