

# RADIOGRAFIEREA INTERRELAȚIILOR UMANE

Încercând să dăm o definiție a comunicării, a fost nevoie să prezentăm concepte, teorii, ipoteze, alternative psihoneurofiziologice și nu avem pretenția unei abordări exhaustive. Dacă dorim să pătrundem în adâncime, în interrelațiile umane pentru a înțelege scopul, mijloacele, felurile comunicării umane ne simțim datori să prezentăm, măcar succint, această radiografie a relațiilor, cu regulile lor, cu exemplificări pentru o posibilă adecvare a conduitelor umane.

Regulile pe care le-am prezentat generic în paginile anterioare ca modusuri de răspuns guvernează acțiunile, opțiunile, atitudinile noastre și chiar se inseră în viața noastră intimă.

Dificultatea de pătrundere a interrelațiilor umane în complexitatea și dinamicitatea lor ne obligă la o sistematizare a domeniilor în care se resimte efectul regulilor formale sau informale, traversând vârste, culturi, medii sociale diferite, căpătând nuanțe deosebire la femei și bărbați. Ca atare, noi încercăm să facem o secvențiere a fenomenului complex care este COMUNICAREA și care este prezentă atât în relațiile de muncă, în relațiile intime dintre prieteni, în relațiile dintre soți, relații de familie etc.

Aceste secvențe se referă la:

- \* Comunicarea și relațiile între prieteni
- \* Comunicarea și relațiile cuplului
- \* Comunicarea și relațiile de conviețuire
- \* Comunicarea și relațiile dintre soți
- \* Comunicarea și relațiile intrafamiliale (părinți-adolescenți)
- \* Comunicarea și relațiile profesionale (șef-subordonat)
- \* Comunicarea și relațiile profesor-elev
- \* Comunicarea și relațiile medic-pacient
- \* Comunicarea și relațiile cu vecinii.

## **4.1. COMUNICAREA ȘI RELAȚIILE ÎNTRE PRIETENI**

Dicționarele definesc **prietenul** drept „persoana care susține o altă persoană, ori o ajută direct, încurajând-o, având între ele relații de bunăvoință reciprocă”.

Prietenia nu se stabilește și nu se dizolvă în cele mai multe culturi de pe glob printr-un ceremonial deosebit, așa cum ar fi căsătoria.

Prietenia ca interrelație umană nu depinde de legăturile profesionale, nu se raportează la sisteme de obligativitate și nici nu este impusă ca în cazul relațiilor de comunicare pe care le avem cu rudele. Prietenii sunt persoane care se simpatizează unul pe altul și se bucură să fie împreună în anumite ocazii să rezolve anumite acțiuni. Prietenia este totalmente voluntară ca atitudine a unei persoane față de alta și de aceea nici regulile nu sunt foarte stricte privind **cine** sunt prieteni și **ce** realizează împreună.

Ca să putem enunța unii itemi de esență privind o posibilă comunicare interumană, modalitățile prin care se distinge prietenia și ce anume o susține dorim să accentuăm unele aspecte psihosociale.

Prietenia capătă aspecte variate care diferă în funcție de vârstă, sex și statut socio-profesional. Oamenii par să știe ce înseamnă prietenia, ea este percepută ca un fapt obișnuit, veche de când lumea, iar studiile efectuate au ajutat la diferențieri și apropieri conceptuale și practice.

Răspunsurile la chestionare privind înțelesul conceptului prietenie - ca mod de interrelaționare umană variată de la o cultură la alta. Astfel, prietenii sunt oameni care se plac, sunt cei a căror companie le oferă satisfacții, sunt cei care își împărtășesc activitățile și interesele, sunt cei care se ajută și se înțeleg, sunt cei în care ai încredere, sunt cei pe care te poți baza oferindu-ți un suport emoțional, sunt cei în compania cărora te simți relaxat, confortabil. Prietenia are grade diferite de intimitate: de la simple „cunoștințe” până la prietenul cel mai bun „intim”. De obicei avem multe „cunoștințe”, mai puțini „prieteni apropiați”, iar „prieteni intimi” și mai puțini, clasificare în care rămâne discutabil **nivelul de apropiere între parteneri**.

Diferențele de apreciere a prieteniei sunt în funcție de sex, de zona în care ne formăm prietenii (activitate profesională, rude, familie).

Bărbații sunt prieteni cu cei care întreprind ceva împreună: acțiuni, afaceri, plăcerea jocurilor sportive etc.

Femeile apreciază prietenia după modul în care sunt ajutate emoțional și sunt asigurate că se păstrează secretele, confidențele.

Încercând să pătrundem în acest domeniu delicat al comunicării afective, prietenia este influențată și depinde de o serie de **itemi individuali** ai partenerilor aflați în această ecuație benefică dar și de alți **itemi extraindividuali**. Putem menționa că studiul prieteniei poate fi adâncit de psihologi când ea este abordată drept un concept socio-uman care are la bază o rețea invizibilă care se țese între parteneri. Rolurile, importanța și efectele rețelei nevăzute în „ochiurile” căreia se găsesc prietenii sunt foarte variate. Legăturile sunt planificate în cadrul rețelei, iar comportamentul trebuie să fie măcar tolerant pentru ca relațiile să se consolideze.

## Efectele rețelelor

- > Există mult mai multe „ciocniri” în rețelele care stau la baza prieteniei când sunt mai dense;
- > Există o mai mare presiune în ideea de a se conforma prieteniei, de a arăta mai multă conformitate la grup;
- > Perechile de prieteni, cuplurile de îndrăgostiți, soți și soții rezistă împreună dacă ambele persoane se distribuie în aceeași rețea;
- > Subiecții pot ajuta propria rețea dacă include amabilități, ajutor specializat în plan medical, rezolvarea unor probleme concrete;
- > Sănătatea mentală a subiecților într-o rețea densă este mai bună decât a altora, parțial pentru că ei au optat pentru prietenie, care este în același timp sursă de ajutorare psiho-socială;
- > Ideile care se difuzează pot fi foarte diferite: filme, noutăți, modă, politică, medicamente, planuri profesionale etc.

După [Duck, S.W.](#) și [Lea, M.](#) (1982), întâlnirile regulate ale prietenilor au la bază dorințe, intenții, gânduri similare, cadouri reciproce: unii vor să fie utili, alții pot să arate că pot fi amabili, la bază fiind o atracție individuală și nu doar aparența fizică mai ales abilitate și competență socială. Această abilitate socială este parte componentă a atracției personale care a fost în multe cercetări abordată, dar accen-tuându-se doar perspectiva **atracției fizice** a fost trecută cu vederea.

Întâlnirile obișnuite ale prietenilor și interdependența constituie un alt pas important în dezvoltarea prieteniei ca și activitățile care se realizează cu ajutorul persoanelor pe care le considerăm prietene. Activitățile considerate caracteristice pentru prieteni include participări la petreceri, conversații intime, dansul, plimbări, invitații la restaurant sau cafea, jocul de cărți și tenisul.

Pe lângă diferențierile și posibilitățile variate de abordare teoretico-metodologică a conceptului prieteniei în cadrul acțiunii de comunicare interumană mai putem adăuga „teoria echității” ca rezultat al cercetărilor în univers, cu balanțe și schimbări relative, ori cu schimbări calculate și anticipate. Interrelația umană bazată pe prietenie presupune, conform studiilor lui [Argyle & Furnham](#), [Amy Campbell](#) (1986), [C.Gilligan](#) (1982), [Walster E.H.](#) & [G.W.Walster](#) (1988), următoarele:

- Subiecții din ecuația prietenie se simt mult mai bine dacă ei constată că sentimentele lor sunt utile în relația respectivă, **sunt meritate**;
- Cei care descoperă că sunt într-o relație inechitabilă și comunicarea lor devine disfuncțională încearcă refacerea echilibrului prin:
  - > întărirea echității reale
  - > reinstalarea echității psihice

> ruperea relației.

Walster & Walster (1978, 1982, 1988) ne sugerează că măcar tacit partenerii aflați în comunicare prin intermediul prieteniei evaluează **costurile și beneficiile acestei relații** și în funcție de potențialul satisfacerii afective relația se stinge, este continuată, se cimentează.

Prietenia nu reprezintă doar modalități de petrecere a timpului liber în companie, în grup ori mers la plimbare, mers la cumpărături, mers la biserică, vizite etc. Ea presupune cel puțin de două ori în viață în două etape o influență benefică asupra sănătății, stării de bine, detectarea agenților stresori și reducerea lor.

a) Prima perioadă a vieții când prietenia este benefică este **adolescența**. În acest interval de timp prietenii adevărați ajută efectiv fetele ori băieții în vârstă de 18-20 de ani să capete experiență pe multiple planuri, inclusiv în alegerea partenerului în viitoarea căsătorie. Autorii acceptă că prietenia în această perioadă este un factor al fericirii și al stării de bine, de confort psiho-social.

Subiectul uman nu are posibilitatea permanentă, sigură de a traversa doar evenimente pozitive în timpul vieții. Din această cauză, prietenia este fermentul de neînlocuit al vieții adulte.

b) A doua perioadă în care prietenia poate interveni efectiv este vârsta maturității, accentul este pus mai ales pentru femei. Cele care nu au rude au nevoie în această perioadă de prieteni care să ocupe golurile afective și sociale. Acum, când prietenia nu poate suplini căsătoria, femeile doresc, de obicei, ca prietenii să fie cei care fac orice pentru ele, care au calități superioare rudelor, care le ascultă și au soluții în orice domeniu.

Opusă acestei relații privită ca stare de bine este **singurătatea**, care este considerată cea mai obișnuită și stresantă condiție a vieții umane.

Oamenii se simt singuri, unii percep singurătatea în condiții și ocazii speciale, dar o receptează diferit dacă ne raportăm la sex, vârstă, nivel cultural și material.

Femeile se simt singure în proporție mai mare decât bărbații, ele au o nevoie mai stringentă de a vorbi, de a comunica, de a avea prieteni. Persoanele care au depășit 50-60 de ani<sup>[1]</sup> și destul de mulți tineri între 15-24 de ani se simt singuri. La fel, într-o proporție semnificativă un studiu din Marea Britanie găsește că persoanele văduve și divorțate se simt singure, orbii și persoanele handicapate, nu pot comunica. Singurătatea este resimțită când oamenii se îmbolnăvesc, atunci când sunt într-o societate cu străinii, după moartea unei rude sau a unui prieten apropiat, de sărbătorile Crăciunului sau de revelion.

Pentru „a depăși” singurătatea dorind să reia comunicarea, studiile arată că cei mai mulți oameni singuri se duc să stea de vorbă cu un prieten ori un vecin (mai ales cei tineri); se duc la plimbare, cei mai în vârstă preferă să se uite la televizor ori să citească, femeile încep să se ocupe de hobby-urile lor, bărbații preferă să meargă la restaurant sau la cafenea.

Tinerii care se simt singuri<sup>[2]</sup> sunt triști, depresivi, anxioși, supărăcioși, emotivi, cu cenzură internă severă, cu autoaprecieri scăzute, devin ostili față de grup.

Spre deosebire de tineri, oamenii în vârstă „au învățat” să fie singuri, mai ales dacă au un nivel cultural ridicat, ei se angajează în diverse activități: își găsesc ocupații, se uită la televizor, citesc ori se implică în activități artistice.

Studii numeroase au arătat că anumite deprinderi sociale imperfecte conduc la singurătate, dintre care cea mai importantă este absența unei capacități de a stabili relații de prietenie într-o manieră agreabilă. Cei singuratici, de regulă, nu au un tipar de autodezvăluire, comunică puțin, sunt izolați și tind să devină eficienți prin redușă transmitere verbală ori prin semne non-verbale (fața și vocea); le scade capacitatea cognitivă, sunt mai pasivi și mai puțin insistenți; au un coeficient redus de încredere în alții și, global, **atitudine negativă față de oameni corelată cu un concept inadecvat privind prietenia**, nerealizând că starea de bine la care aspiră individul presupune obligații și loialitate<sup>[3]</sup>.

Accentuând ideea că **prietenia** nu se conduce după legi și reguli formale ca în cazul mariajului, subiecții intervievați sunt conștienți că există un „cod” nescris de reguli, care respectate, determină respectarea ei.

### **Reguli pentru prieteni**

1. Oferiți-vă voluntar, din timpul liber, când este nevoie de ajutor;
2. Respectați condițiile particulare de viață ale prietenului;
3. Păstrați confidențele;
4. Aveți încredere unul în celălalt;
5. Sprijiniți-vă prietenul (prietena) în lipsa acestuia;
6. Nu vă criticați unul pe altul în public;
7. Arătați-vă sprijinul afectiv;
8. Uitați-vă în ochii celuilalt în timpul conversației;
9. Străduiți-vă să-l faceți fericit în timp ce sunteți unul în compania celuilalt;
10. Nu fiți gelos (geloasă) și nu îi criticați alte relații, alte persoane cunoscute;
11. Fiți toleranți unul față de celălalt;
12. Împărtășiți veștile (noutățile) privind succesul;
13. Solicitați sfaturi personale;
14. Nu fiți pisălog (pisăloagă);

15. Angajați-vă în glume sau ironii decente față de prieten(ă);

16. Căutați să răsplătiți datoriile, favorurile și complimentele;

17. Dezvăluți-vă sentimentele ori problemele personale în compania prietenului.

Aceste reguli, care se doresc doar o intenție în consolidarea prieteniei și adâncirea comunicării interumane, țintesc două arii speciale:

a) un set din acestea se referă la răsplata, recompensa „morală și materială” - criteriu omniprezent (ex., ajutorul între prieteni);

b) un alt set de reguli se referă la cauza obișnuită a pierderii prieteniei (ex., gelozia, lipsa confidențialității).

#### 4.2. COMUNICAREA ȘI RELAȚIILE DE CUPLU, DE CONVIEȚUIRE

Relativ acceptată ideea conform căreia subiectul uman transmite, recepționează prin diferite moduri verbale și non-verbale este raportată de două-trei decenii la fenomene extrem de frecvente în existența umană, perene și oricând specifice. Unul din aceste fenomene este dragostea care nu este studiată doar de psihologi și sociologi, ci și de mulți alți specialiști.

Punct de interes și de atracție din perspectivă practică, ea devine teoretico-metodologic un „generator” de idei, accepții, confruntări, soluții pentru conviețuire și comunicare umană.

„Boală delicioasă”, necesară și familiară, **dragostea** este un fenomen extraordinar, complex presupunând existența a două persoane (cuplu) care vin în această **ecuație** cu structura lor intimă, cu aspirațiile și expectațiile lor, cu dorința de a fi împreună cu un alt semen.

Mulți dintre noi am suferit, nu am găsit explicații, am rupt relații, am necăjit colegi, părinți, am întrerupt comunicarea sau am comunicat afectiv prin descărcări puternice, nejustificate considerând că suntem îndrăgostiți.

A fi îndrăgostit, a fi iubit, a iubi pe cineva, a nu fi împărtășită dragostea, sunt tot atâtea posibilități și ipostaze ale comportamentului uman, sunt perspective din care noi încercăm să influențăm atitudinile noastre, chiar sistemul de autoevaluare.

Interrelațiile umane bazate pe prietenie pe care le-am prezentat succint anterior sunt influențate și nu pot fi separate de dragoste, de mariaj, de conviețuirea în familie.

În relația, atitudinea sau sentimentul de prietenie trebuie inserată **simpatia**, **preferința** pentru o persoană, **dragostea** ca atracție heterosexuală și relaționarea între parteneri (comunicare afectivă).

**Dragostea** face obiectul tot mai multor studii în ultimele decenii ale secolului XX, întrucât ea nu mai este apanajul literaților, al poezilor și nu doar al îndrăgostiților, este studiată între evenimentele

pozitive ale vieții, dar nu singurul - care pot determina pentru om stări de fericire, de mare bucurie, o stare de bine.

Investigând 100.000 americani - femei și bărbați - Freedman J.L. (1978) încearcă să găsească ierarhizarea conceptului „**a fi îndrăgostit**” și constată că este plasat pe locul II ca importanță pentru femeile singure, după „**prieteni și împliniri sociale**” locul I; iar pentru bărbații singuri același concept este ierarhizat pe locul III după „**prieteni și împliniri sociale**” și „**activitate profesională**”.

M.Argyle & M.Henderson (1985) încearcă un studiu în Marea Britanie și găsesc că „dragostea” sau „a fi îndrăgostit” este evenimentul hotărâtor al fericirii atât pentru femeile cât și pentru bărbații de toate vârstele din eșantion.

Factorii care ar contribui la fenomenul „a te îndrăgosti” sunt similari cu dorința de a impune altora o bună impresie:

- a) să arăți simpatie și iubire celeilalte persoane;
- b) să ai sentimente și concepte de referință similare cu cealaltă persoană;
- c) să fie o atracție fizică reciprocă.

În timp ce Z. Rubin (1976) identifică factorii atașamentului romantic încercând să măsoare „dragostea romantică”, Pope, Walster & Walster (1986) sunt diferențieri psiho-sociale între „dragostea pătimașă” și legăturile de dragoste, de prietenie care rezistă de-a lungul vieții, „camaraderia”.

Rubin apud I.Mitrofan & N. Mitrofan (1994) indică drept factori importanți ai comportamentului romantic (dragostea romantică): **atașamentul, susținerea emoțională, intimitatea.**

Autorii sus-menționați consideră „dragostea pătimașă” ca o dorință vie puternic resimțită față de o persoană, de a fi iubită de acea persoană, este sentimentul că fără el sau ea nu putem trăi, separarea (despărțirea) ar putea provoca trăirea unor sentimente de chin, de reale neazuri dar cu anticiparea dorinței de reunire imperioasă, reunire care este percepută ca un sentiment de extaz, de euforie, pace și mulțumire sufletească.

Pe de altă parte, camaraderia reprezintă afecțiune prietenească și atașament puternic față de cineva. Este limitativ și periculos metodologic să abordăm îndrăgostiții ca fiind doar adolescenții și tinerii căsătoriți; fenomenul există și la persoane căsătorite dar și la cuplul de vârstnici.

Spre deosebire de „Dragostea pătimașă” care este o floare rară și fragilă, **afecțiunea camaraderească** este mult mai rezistentă și poate rezista întreaga viață.

E.Walster & G.Walster (1978) au concluzii mult mai optimiste după studierea unor fenomene privind dragostea, patima, romantismul și camaraderia la trei tipuri de cupluri:

- a) cuplul care rezistă în timp pe bază de prietenie
- b) cuplul de logodnici
  
- c) femei între 60-80 de ani.

Autorii au găsit că raporturile între dragoste și prietenie se păstrează la un nivel relativ de sinceritate față de un nivel mediu care există în ambele tipuri de trăiri, într-o perspectivă de timp mai mare.

Argyle & Henderson (1985) trec în revistă extrem de multe cercetări privind dragostea și încearcă sugestia pentru reguli bine motivate și susținute de deprinderi (abilități) de tip interrelaționare.

Fără să dorim încorsetarea partenerilor, enumerăm regulile pentru diferite tipuri de cupluri ca moment de meditație pentru subiecți indiferent de vârstă și sex, dar și ca model de posibilă abordare a unei problematice pentru care încă nu ființează modele viabile, psihoterapii acceptate de persoane cu probleme intime în acest delicat sector al vieții psihice.

### **Reguli pentru cuplurile care rezistă în timp**

1. Adresați-vă unul altuia pe numele de botez;
2. Respectați unul altuia viața particulară (intimă);
3. Manifestați încredere reciprocă;
4. Fiți punctuali;
5. Uitați-vă în ochii interlocutorului în timpul conversației;
6. Nu vă criticați unul pe altul în public;
7. Sprijiniți-vă partenerul mai ales în absența acestuia;
8. Păstrați secretele;
9. Arătați-vă interesul față de activitatea psihică a celuilalt;
10. Fiți corecți și credincioși unul față de celălalt;
11. Transmiteți veștile bune;
12. Oferiți-vă unul altuia cadouri cu ocazia aniversărilor;
13. Toleranți-vă unul altuia prietenii;
14. Oferiți cadouri, recompense și favoruri;



## 15. Imaginați surprize plăcute celuilalt.

Uneori persoanele care alcătuiesc astfel de cupluri și care rezistă în timp au expectații mai mici, alteori mai mari în cuplurile de logodnici ori în cuplurile de căsătoriți.

Cei care conviețuiesc fără să fie căsătoriți se apropie ca expectații și comportament de cuplurile de tip camaraderie, iar relațiile din astfel de cupluri pot fi similare, uneori cu alte conduite de tip agresiv, conflictual.

Tiparele de conduită în cupluri sunt de asemenea foarte dinamice, observându-se o evoluție spre nou, deschidere și inițiativă personală în detrimentul altor conduite, după anii 1950.

Bărbații care atrag datorită aspectului fizic sunt mai insistenți și cu abilități sociale. Femeile care atrag datorită aspectului fizic sunt, în genere, mai puțin competente și mai puțin pricepute social; ele nu au nevoie de abilități speciale pentru că se acceptă de obicei că inițiativele față de ele le au bărbații.

S-a constatat că tinerii, ori persoanele din cuplurile desfăcute prin divorț, sunt în situația de a accepta compromisuri. Pe de o parte ei au nevoie de autonomie și independența omului singur, pe de altă parte doresc intimitate sexuală și companie afectivă ca în cadrul căsătoriei. Conviețuirea, care are la bază obișnuința pare să fie singura formă care oferă o combinație a calităților individuale diferite ale celor doi parteneri.

În perioada 1930-1945, într-o serie de țări nordice și vest-europene, se practica așa-numita "căsătorie de probă" („trial marriage”) întâlnită mai ales în rândul femeilor singure, mai mari de 25 de ani sau dintre cele divorțate. În Anglia, femeile cu situație materială modestă spuneau despre ele că sunt căsătorite, ele fiind doar într-un cuplu de conviețuire. Oricum, după Newcomb, M.D. (1981), Rosenblatt P.C. și Bud L.G. (1975), se consideră că există o creștere evidentă, statistic, în ultimii 20 de ani a procentajului de cupluri care au conviețuit înaintea căsătoriei în Marea Britanie.

Pe populație studențească americană, Hill, Rubin & Peplau (1976) găsesc 45% dintre cuplurile premaritale după doi ani de conviețuire desfășurate, găsesc ruperea relațiilor. Există în astfel de cupluri lipsa unor angajamente privind mariajul, dar și investiții de timp, de bani, frica de a pierde relația ca și conștientizarea nerespectării unor reguli tradiționale (chiar încălcarea lor). Statistic, se rezistă 15-26 de ani într-o astfel de conviețuire cu reguli puține, dar cu altele cerute de non-conformismul partenerilor.

### **Reguli pentru conviețuire**

1. Arătați-vă unul altuia încredere;
2. Respectați-vă intimitatea;
3. Oferiți-vă ajutor afectiv (emoțional);
4. Adresați-vă unul altuia pe numele de botez;

5. Fiți corecți și credincioși unul altuia;
6. Contribuiți la cheltuielile casei (apartamentului);
7. Ajutați alte persoane când sunt bolnave;
8. Manifestați-vă interesul pentru activitatea zilnică a celuilalt;
9. Nu vă criticați unul pe altul când sunteți împreună în public;
10. Priviți-vă în ochi, unul pe altul, în timpul conversației;
11. Apărați cealaltă persoană în absența ei (lui);
12. Fiți tolerant unul cu prietenii celuilalt;
13. Cereți sfaturi personale;
14. Păstrați secretele;
15. Comunicați partenerului sentimentele și problemele personale;
16. Scrieți felicitări și oferiți cadouri partenerului în ziua de naștere;
17. Nu fiți pisălogi;
18. Împărtășiți partenerului părerile personale despre religie, politică, concepția de viață;
19. Informați-vă partenerul despre intențiile de perspectivă;
20. Comunicați-vă zilnic programul de activități personale.

Cu sau fără existența regulilor, oamenii se vor îndrăgosti, vor suferi, vor fi fericiți, se vor căsători, vor avea copii și ciclurile afective și biologice ale vieții nu vor deveni fixe. În toate etapele pe care le traversează subiectul uman este prezentă o participare afectivă, socială, biologică și, oricum, are loc o comunicare psihologică. Diferențele mari în explicarea dragostei, a camaraderiei, a implicațiilor căsătoriei și a responsabilităților de rol și statut în familie fac din această „boală” ceva necesar. Atașamentul intrafamiliar, nevoia de prietenie, nevoia de a comunica între sexe și vârste diferite nu elimină aspectul istoric al dragostei și căsătoriei.

Indisolubil legat de aspectul psihosocial al dragostei, mariajului și întemeierii familiei este cel biologic, dar nu crucial. Se spune că abilitatea (capacitatea, deprinderea) pentru dragostea sexuală poate fi învățată încă din copilărie. De aceea, atașamentul intim, prietenia, cooperarea între părinți și copii este un model bazal pentru comportamentul sexual ulterior al tinerei generații. Căsătoria înseamnă un tip social de relații, înseamnă o interrelaționare foarte intensă, este o interrelație

sexuală, care îmbracă mai multe aspecte ale vieții tinzând să devină permanentă. Deși mariajul a decăzut ca popularitate, în Marea Britanie 92% din persoane sunt căsătorite!

Nu ne propunem o prezentare a rolurilor femeii și bărbatului într-un mariaj, nici a etapelor acestui "contract". Dorim să subliniem că diferențieri există atât din perspectivă psiho-socială (rol și statut), din perspectivă istorică și biologică (acceptația egalității între sexe, drepturi și implicații pentru familie și copii). Mai sunt semnalate diferențieri în conduita cuplului când sunt diferențe foarte mari de educație, de instruire (mai ales când nivelul instrucției femeii îl depășește pe cel al bărbatului). În toată această etapă a vieții care este căsătoria au fost studiate cupluri căsătorite - fericite, cupluri căsătorite - nefericite, probleme care determină acestea, cauzalitatea conflictelor maritale, **deficiențele în comunicarea intrafamilială** de multe ori generată de **violență, infantilism, lipsa unor modele solide de conduită parientală**.

Generic putem afirma că soții și relațiile dintre ei în cadrul căsătoriei sunt abordate prin prisma familiei în timp ce relațiile de cuplu între tineri, între persoane divorțate, între persoane vârstnice, între persoane necăsătorite sunt abordate din perspectiva balanței:

**expectații - dorințe - posibilități.**

### **Reguli pentru ambii soți**

1. Arătați-vă suportul afectiv;
2. Comportați-vă corect, fiți credincioși;
3. Creați o atmosferă armonioasă de familie;
4. Respectați intimitatea partenerului;
5. Păstrați cu strictețe secretele;
6. Nu întrerupeți legăturile sexuale cu soțul (soția);
7. Oferiți cadouri, complimente, favoruri;
8. Sprijiniți-vă soțul (soția) chiar când este absent (ă);
9. Vorbiți cu partenerul (a) despre problemele sexuale;
10. Comunicați partenerului (ei) sentimentele intime;
11. Informați partenerul despre programul zilnic;
12. Arătați toleranță față de prietenii soțului (soției);
13. Nu vă criticați partenerul (a) în public;

14. Cereți sfaturi personale pentru a vă flata partenerul;
15. Vorbiți cu partenerul despre viață, moarte, religie, politică;
16. Priviți partenerul în ochi în timpul convorbirii;
17. Dezvăluiți soțului (soției) problemele financiare;
18. Comunicați cu partenerul prin mijloace verbale și non-verbale;
19. Arătați-vă afecțiunea pentru partener în public;
20. Ajutați-vă material soțul(soția).

<b>Reguli adăugate pentru soț</b>	<b>Reguli adăugate pentru soție</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>* Arătați-vă amabilă chiar când sunteți supărată.</li> <li>* Când nu vă înțelegeți cu soția cercetați familia acesteia;</li> <li>* Manifestați interes deosebit pentru activitățile cotidiene ale soției;</li> <li>* Considerați-vă responsabil pentru problemele de regie ale casei;</li> <li>* Oferiți-vă sprijin material după ce v-ați despărțit.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Nu fiți pisăloagă;</li> <li>* Arătați-vă amabilă chiar când sunteți supărată.</li> </ul>