

Eva Wunderer  
Klaus A. Schneewind

*Iubim  
o viață întreagă?  
Ce ține cuplurile împreună*

Traducere din limba germană de  
Lavinia-Ioana Cazacu

## Cuprins

<b>Capitolul 1</b>	Parteneri temporari? .....	7
<b>Capitolul 2</b>	Un vârf de cuțit de toleranță .....	22
<b>Capitolul 3</b>	Stâlpii de rezistență ai unei relații fericite .....	38
<b>Capitolul 4</b>	Ceartă-te, dar serios! .....	64
<b>Capitolul 5</b>	Dragostea trece prin minte .....	115
<b>Capitolul 6</b>	Mai multe pretenții, mai multe împliniri! .....	144
<b>Capitolul 7</b>	Ce-mi place la tine .....	165
<b>Capitolul 8</b>	Suișuri și coborâșuri .....	176
<b>Capitolul 9</b>	Independența copiilor, fericirea părinților .....	196
<b>Capitolul 10</b>	La început a fost familia .....	208
<b>Capitolul 11</b>	Ce transmitem mai departe .....	239
<b>Capitolul 12</b>	Ce menține vie dragostea? .....	245
	Mulțumiri .....	249
	Bibliografie .....	251
	Note .....	261

# Capitolul 1

## Parteneri temporari?

Câteva date despre stabilitatea relațiilor de dragoste

*Căsnicia este cea mai importantă călătorie  
pe care poate să o întreprindă un om.*  
Søren Kierkegaard

Această călătorie are, din păcate, tot mai des un final nefericit. Mai mult de o treime din cuplurile căsătorite astăzi vor ajunge să se despartă sau să divorțeze. Se observă foarte clar creșterea frecvenței divorțurilor în graficul de mai jos. Dacă în anul 1950, 81 de cupluri din 1.000 s-au despărțit după 15 ani, în 1995 această valoare era depășită după numai 5 ani de căsnicie. Din 1.000 de cupluri care au spus „da” în 1970, 217 nu mai erau împreună după 20 de ani. La aceleași cifre ajungeau cuplurile din 1990 după numai 10 ani.

În fosta Germanie de Est, unde despărțirile erau la ordinea zilei înainte de 1990, rata divorțurilor a scăzut după reunificare, ajungând sub nivelul celor din Germania Federală. Nesiguranța zilei de mâine sau poate provocările noii Germanii reunite au stat la baza acestei regresii. După 1995, însă, la 5 ani de la reunificare, est-germanii revin la vechile metehne. De-atunci, rata despărțirilor crește, deși într-o măsură redusă, în comparație cu cea din Germania de Vest.

**Frecvența divorțurilor la căsniciile din anii aleși**

Anul căsătoriei	Cupluri divorțate după ... ani (din 1.000 de mariaje)				
	5	10	15	20	25
	<b>Fosta Republică Federală Germania</b>				
<b>1950</b>	37	64	81	94	104
<b>1960</b>	44	79	109	127	149
<b>1970</b>	79	128	179	217	245
<b>1980</b>	90	183	245	297	
<b>1985</b>	87	184	261		
	<b>Germania</b>				
<b>1990</b>	88	206			
<b>1995</b>	87				

*Pe baza datelor din Engstler & Menning (2003)*

Există mai multe motive pentru care numărul divorțurilor a crescut în ultimele decenii. Această creștere a fost determinată în primul rând de faptul că divorțul a încetat să mai fie blamat în societate. Institutul de Sondare a Opiniei Publice Allensbacher a derulat un sondaj de opinie în rândul femeilor și al bărbaților cu vârsta sub 30 de ani, cu conținut identic, care s-a dovedit a avea rezultate surprinzătoare.

În anul 1953, doar 14% din femei și aproape la fel de mulți bărbați de aceeași vârstă erau de părere că divorțul ar trebui să fie ușor accesibil. După 26 de ani s-a format o cu totul altă opinie: 43% din femei și 55% din bărbații din aceeași grupă de vârstă susțineau ideea ca divorțul să fie ușor de realizat. Modificări spectaculoase au apărut și în cazul celor care susțineau indisolubilitatea căsătoriilor. Dacă în 1953 aproape o treime din cei chestionați vedeau căsnicia drept o uniune inseparabilă,

În 1979 doar puțin peste 3% din femei și 1% din bărbați mai erau de aceeași părere. Această schimbare se explică în mare parte prin „revoluția sexuală” din anii '60, care a contribuit la o schimbare semnificativă a sistemului de valori în Europa de Vest, un exemplu fiind educarea copilului într-un spirit mai liber.

---

**Ar trebui ca divorțurile să se realizeze ușor, sau, dimpotrivă, căsniciile să fie indisolubile?**

	1953		1979	
	Femei sub 30 de ani, în procente	Bărbați sub 30 de ani, în procente	Femei sub 30 de ani, în procente	Bărbați sub 30 de ani, în procente
Destul de ușor	14	15	43	55
Așa cum este	16	15	21	19
Destul de greu	25	32	18	14
Indisolubile	35	27	3	1
Alt răspuns	0	0	1	0
Nu știu / nicio specificație	10	11	14	11
Nu știu/Niciun răspuns	(100)	(100)	(100)	(100)

*Pe baza datelor din Köcher (1985)*

---

Prin urmare, căsătoria nu mai este pentru multă lume la fel de sfântă ca pe timpuri. Un divorț nu mai este privit ca o catastrofă nici măcar în mediul rural. Celebritățile din politică și din showbiz lasă impresia că unul, două, trei divorțuri fac pur și simplu parte din viață. Și de la unul la trei nu este chiar așa de mare diferență, având în vedere că riscul de divorț crește considerabil în cazul celor recăsătoriți. Într-o caricatură celebră a vremii, un preot o întreba pe mireasă: „Și vreți să-l luați pe acest bărbat de prim soț?”.

Există, însă, și un avantaj pentru cei care își doresc divorțul: își pot găsi mai ușor un nou partener. Spre deosebire de alte perioade, în care divorțul însemna deseori să-ți continui viața singur, în prezent există noi alternative. Femeile divorțate găsesc mult mai repede bărbați care au mai trecut printr-una sau prin mai multe căsnicii și astfel apar tot mai multe familii cu copii din cupluri diferite. Sunt așa numitele „*patchwork family*”\*. Este o provocare semnificativă și, chiar dacă scoate la iveală diverse conflicte mocnite, îmbogățește viața și o face mai plină de culoare.

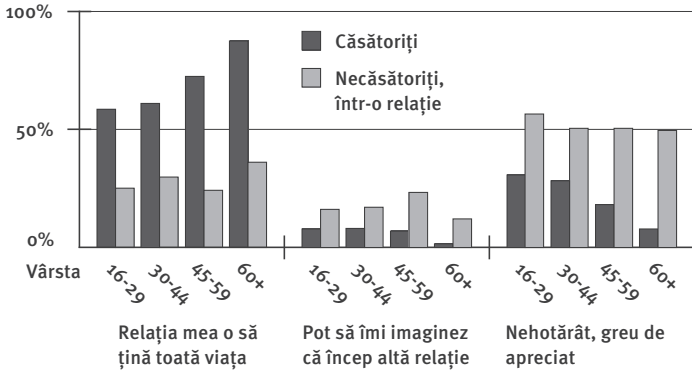
## **Concubinajul, varianta de mijloc care prinde teren**

Conviețuirea fără certificat de căsătorie, ca alternativă la căsnicie, a câștigat între timp teren, nu numai în sensul unei „căsătorii de probă”, ci și ca formă de relație de lungă durată, în care apar și copii. Ca urmare, deși nu fac parte dintr-o căsnicie, copiii suferă în prezent mult mai puțin din cauza excluderii sociale decât suferau înainte. În Germania, între 1996 și 2004, numărul concubinajelor a crescut cu 34%, ajungând la 2,4 milioane. Deși concubinajul este considerat mai puțin stabil, un sondaj reprezentativ și cuprinzător, realizat de către „*Generationenbarometer 2006*” pe un eșantion de 2.600 de persoane, arată că 12% din părinții chestionați cu vârste de peste 44 de ani trăiesc împreună, nefiind căsătoriți.

---

\* *Patchwork* – „îmbinare de petice textile”, „cârpeală” (lb. engleză în original). (N. tr.)

## Credeți că relația va fi pentru toată viața?



Pe baza datelor din Haumann (2006)

În funcție de grupa de vârstă, între 59 și 88% din cei căsătoriți sunt convinși că relația va dura toată viața, în timp ce convingerea este valabilă doar pentru maximum 37% din persoanele care sunt într-o relație, dar nu sunt căsătorite. Dintre cei care au o relație fără să fie căsătoriți, între 13 și 24% văd posibilitatea începerii unei alte relații, în schimb, dintre cei căsătoriți, doar 3 până la 9 procente, iar mulți dintre cei care trăiesc împreună fără să fie căsătoriți ezită când trebuie să spună dacă relația va dura sau nu. Există, totuși, o diferență considerabilă între a trăi fără certificat și a te încumeta să faci pasul într-o căsnicie, în ciuda faptului că sunt și cazuri de relații fericite ale cuplurilor necăsătorite.

## Căsnicia mea rezistă!

Dacă ne uităm la statisticile divorțurilor, tinerele cupluri ar trebui să fie sceptice când se căsătoresc.

Sociologii analizează dacă nu cumva există un fel de împlinire a propriei profeții: auzi vorbindu-se atât de mult despre divorțuri și te confrunți cu asta și în cerul de prieteni, încât investești tot mai puțin în căsnicie pentru a te apăra de eventualele pierderi în cazul unei despărțiri. Așa că la început nu cumperi o proprietate și nici nu faci copii. Stabilitatea unei relații este și ea afectată, pentru că ai mult mai puține lucruri la comun cu partenerul.

Studiile arată, însă, că o mare parte a celor îndrăgostiți ignoră pur și simplu realitatea statistică. În ciuda faptului că știu că una din trei căsnicii eșuează, cred că ei vor scăpa neatinși. Aici par mai realiști cei necăsătoriți: după cum ați văzut, ei iau în calcul eșecul relației.

## **Emanciparea femeii, piedică în căsnicie?**

Și emanciparea profesională a femeii afectează stabilitatea unei relații. Femeile angajate sunt mai independente, iar necesitatea financiară nu mai reprezintă un motiv să rămână într-o relație nefericită. Diferențele în împărțirea rolurilor în căsnicie ascund și ele un potențial conflict. Nu mai este de la sine înțeles că femeia se ocupă de copii și de casă, în timp ce bărbatul aduce bani. Fiecare familie trebuie să își negocieze propriul model, iar acesta vine deopotrivă cu șanse și riscuri. Căsniciile în care ambii parteneri câștigă și în care femeia investește în carieră eșuează, într-adevăr, mai des decât cele în care femeia este casnică. Totuși, în ultimii ani, emanciparea profesională a femeii nu mai este privită ca având un efect negativ asupra stabilității relației.

Cresc, însă, pretențiile legate de viitorii soți: aceștia trebuie să fie marea iubire, cu care să poți întemeia o familie, și în același timp să fii mereu în al șaptelea cer. De cele mai multe ori, astfel de idei sunt trecătoare, pentru că fiecare relație are suișuri și coborâșuri, iar fiecare partener are calitățile și defectele lui. În cazul unui eșec, vina este a amândurora: „Cine se leagă, trebuie să se uite bine în jur, dacă nu cumva găsește ceva mai bun“. În această privință, strămoșilor noștri le era mult mai ușor: trebuia ca familiile să se înțeleagă la capitolul statut social, pământ, gospodărie. Dacă mirii se și plăceau, era deja mai mult decât mulțumitor.

## **Catolicii de la țară, strâns legați prin căsătorie**

Dacă analizăm caracteristicile socio-demografice în privința riscului de divorț, observăm că mult mai des se despart cuplurile în care femeia este mai în vârstă decât bărbatul sau unul dintre parteneri are la căsătorie vârsta de sub 20 de ani. Catolicii au căsnicii mai stabile decât protestanții și ateii. Cu cât este mai strânsă legătura cu biserica, cuplul jurându-și la altar iubire eternă și fidelitate la bine și la rău, cu atât este mai redus riscul de divorț.

Pe de altă parte, căsătoriile între persoane de naționalități diferite nu reușesc; la fel și cele în care femeia are un nivel de educație peste cel al bărbatului. Aceasta are, desigur, de-a face cu deja menționata independență financiară a femeii: având o pregătire bună, frica de mari pierderi financiare în urma unei despărțiri nu mai reprezintă un motiv pentru a continua o căsnicie nesatisfăcătoare.

Copiii consolidează căsnicia, cu toate că, în același timp, au un efect mai degrabă negativ asupra fericirii în cuplu, după cum vom vedea în continuare. Și, ca și până acum, cuplurile din mediul rural se despart mai rar decât cele din orașe.

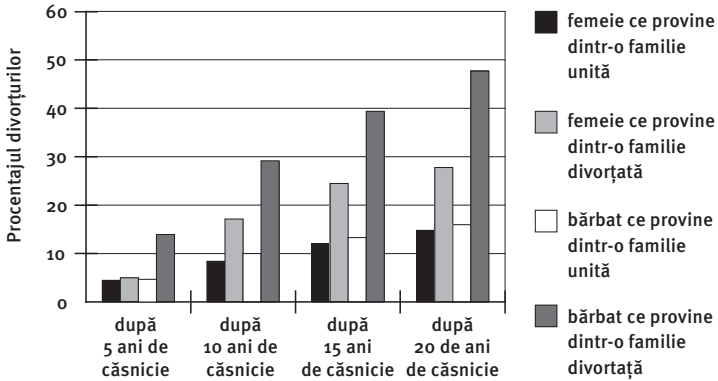
## **Moștenirea riscului de divorț**

O mică parte de risc este moștenită. Copiii care sunt martori la despărțirea părinților sunt mult mai înclinați să rupă mai târziu propria căsnicie decât cei care sărbătoresc împreună cu părinții lor „nunta de aur”. Cercetătorii în demografie Andreas Diekmann și Henriette Engelhardt au demonstrat acest lucru într-un mod remarcabil.

Tot mai mulți parteneri care provin din familii despărțite ajung să divorțeze. Pe de altă parte, în rândul persoanelor care au crescut într-o familie în care nu a existat un divorț, ponderea este mai mică. Diferențe există și aici între femei și bărbați. La aceștia din urmă, riscul de a divorța după 20 de ani de căsnicie este triplu dacă provin dintr-o familie destrămată, în timp ce la femei este „doar” de două ori mai mare.

Dar de unde provine creșterea riscului de divorț la cei ai căror părinți s-au despărțit? Este o „moștenire socială”: copiii văd tipul acesta de relație și iau comportamentul părinților drept model. Pe lângă asta, un rol important îl joacă și moștenirea genetică. Relațiile în care ambii parteneri sunt instabili emoțional se termină des în certuri și divorț. Iar stabilitatea emoțională, manifestată prin dezechilibre și iritabilitate, prezintă,

## Moștenirea socială a divorțului



Pe baza datelor din Diekmann & Engelhardt (1995)

conform studiilor genetice comportamentale, o ereditate de aproximativ 50%.

## Cercul vicios al relațiilor „toxice”

Din cauza acestei „moșteniri sociale”, copiii din familiile destrămate cred tot mai puțin în capacitatea lor de a avea o relație. Aceasta provine probabil din cercul vicios al relațiilor „toxice”, în care un rol important îl are și sistemul imunitar.

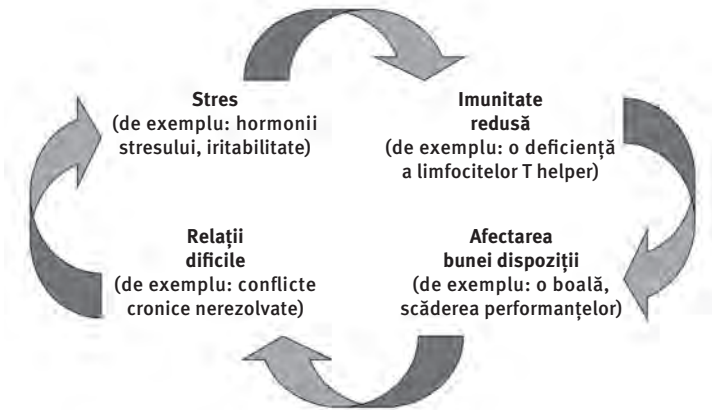
Din studiile echipei cercetătoarei americane în problematica stresului Janice Kiecolt-Glaser reiese că relațiile dificile provoacă stres, iar acesta duce la scăderea imunității. Acest lucru afectează, la rândul lui, bunăstarea fizică și psihică și are ulterior un efect negativ asupra calității relației. Astfel se închide cercul vicios.

Când copiii trăiesc încă de mici într-un stres cronic, trag probabil următoarea concluzie: mai bine un sfârșit groaznic, decât o groază fără sfârșit. Iar terminarea unei relații pare o soluție acceptabilă. Există un adevăr în asta, căci disputele continue ale părinților, care, în ciuda tuturor problemelor, rămân împreună, au urmări negative în dezvoltarea copiilor. Părinții demonstrează astfel un model de conviețuire în care poți să rămâi împreună cu partenerul, chiar dacă nu mai există nici atracție, nici înțelegere. Relația prinsă în această capcană – mergem mai departe „de dragul copiilor” – demotivează noua generație să mai creadă în fericirea eternă în cuplu și nu încurajează cuplurile să facă pasul cel mare.

## **Al cincilea an – cu ghinion**

Nu orice căsnicie care ajunge la nunta de aur este pentru ambii parteneri una fericită. Căsniciile nefericite pot fi, însă, uimitor de stabile. Motivele pentru care aceste cupluri, numite de sociologi „statornicii nefericiți”, rămân totuși împreună sunt diverse. O fac din obișnuință, pentru bunurile comune, pentru copii, din cauza interdependențelor sau chiar de frică să nu rămână singuri. Durata unei căsnicii nu este un criteriu în sine pentru succes. După cum am văzut, tot mai multe perechi se despart și după 20 de ani de căsnicie sau chiar mai mult. În prezent, se despart de două ori mai multe cupluri după nunta de argint față de acum 30 de ani. Să treci de al șaptelea an cu ghinion nu mai este de mult o garanție că relația va dura o viață întreagă.

## Cercul vicios al relațiilor „toxice“



După modelul Kiecolt-Glaser ș.a. (2003)

Riscul de divorț cel mai ridicat apare, conform statisticilor, ca și până acum, între cel de-al treilea și al zecelea an de căsnicie, cu punctul cel mai înalt în anul al cincilea. Terapeuții de cuplu raportează o creștere a crizelor în relații la familiile care au copii mici – și anume în momentul în care copiii devin independenți și părinții revin la statutul de cuplu. Când cei mici merg deja la grădiniță, dorm neîntorși sau sunt lăsați la alte persoane din afara familiei, apare întrebarea: ce mai rămâne din relația de cuplu? Rezultatul este uneori dezamăgitor și necesită destul de multă muncă, pentru ca mama și tata să revină la relația inițială de cuplu. De aceea, terapeuții de cuplu recomandă tinerilor părinți să nu se lase cu totul absorbiți de rolul de părinți, ci să se preocupe și de relația de cuplu.

## Ce ține cuplurile împreună?

Dacă punem laolaltă toate influențele menționate (și câteva în plus), creăm, măcar la nivelul teoriei statistice, un „cuplu ideal”. Centrul de cercetări demografice a reunit, din diverse surse statistice, toate caracteristicile conform cărora predispoziția la divorț este minimă.

---

### **Cuplul ideal: un colaj statistic**

- Femeia și bărbatul au o legătură emoțională și sexuală puternică.
- Comunică în mod regulat și au un stil pozitiv de a comunica.
- Sunt loiali, solidari și se sprijină reciproc.
- Au copii, prieteni comuni și aceeași casă.
- Nici ei și nici părinții lor nu au trecut printr-un divorț.
- Au același nivel de educație, aproximativ aceeași vârstă și au interese și stiluri de viață asemănătoare.
- Nu s-au căsătorit prea devreme și înainte de căsătorie au trăit împreună mai mult timp.
- Sunt religioși și tradiționaliști.
- Nu trăiesc în mediul individualist al marilor orașe.

*Sursa: Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung (2004)*

---

Chiar dacă aceste cupluri care îndeplinesc toate criteriile sunt, poate, foarte greu de găsit, nu este un motiv să ne resemnăm. Până la urmă, marea majoritate a oamenilor trece permanent prin suferințele și coborâșurile vieții în doi. Așa se ivește și întrebarea: care sunt factorii succesului, ce criterii definesc o relație stabilă? Cum se mențin căsniciile?

Aceasta a fost întrebarea centrală a unui proiect de cercetare care a fost lansat la sfârșitul anilor '90 la

Universitatea Ludwig-Maximilian din München. După faza-pilot a proiectului, doar cu perechi din regiunea oraşului München, în 2001 au fost chestionate 663 de cupluri din Germania de Vest cu privire la diverse aspecte din relația lor. Soții erau, în medie, căsătoriți de 27 de ani și aveau de la un an și până la 49 de ani de căsnicie. Vârsta acestora varia între 25 și 82 de ani, media fiind de 52 de ani. Mai mult de 90% aveau copii, mulți fiind deja adolescenți sau tineri adulți. Jumătate din cei chestionați terminaseră 10 clase (germ. Hauptschule), 28% o școală cu profil specializat care presupune absolvirea a 10 clase (germ. Realschule), iar 21% aveau Bacalaureatul (germ. Abitur). Aproximativ 90% erau născuți în Germania.

Grupa chestionată cuprindea parteneri cu vârste diferite, din diverse clase sociale, atât din mediul urban, cât și din cel rural. O bună parte erau căsătoriți de mulți ani și au putut răspunde din propria experiență la întrebarea: „Ce ține cuplurile împreună?“. Prin corelarea cu „Familiensurvey“ ne-am asigurat că eșantionul ales este reprezentativ pentru cuplurile căsătorite din Germania de Vest. În urma acestei cercetări de lungă durată a Institutului German pentru Tineret am obținut în anul 1988 un eșantion reprezentativ de populație. Dintre aceștia, pe toți cei care erau la prima căsătorie i-am invitat în 2001 să participe la studiul nostru.

Pornim de la faptul că există diverși factori care afectează relația de cuplu: pe de o parte, experiențele anterioare ale partenerului, din familie sau din fostele relații, iar pe de altă parte, istoria comună a relației, ceea ce au trăit partenerii împreună în cuplu. Un rol important îl are personalitatea femeii și a bărbatului,

la fel și valorile, preferințele, felul de a fi și modul de gândire. După cum am observat, nici partea materială sau socială nu este de neglijat, aici fiind incluse: situația financiară, locuința, satisfacția, precum și stresul la locul de muncă, sprijinul rudelor, al prietenilor și al cunoștințelor. Caracteristicile esențiale ale relației de cuplu sunt, de exemplu, abilitățile de comunicare și soluționare a conflictelor sau sprijinul reciproc în situații de stres. Și nu în ultimul rând, perspectivele de viitor care își pun amprenta în prezent: credeți că veți fi mai mulțumit sau mai nemulțumit de relație? Urmează mari schimbări, precum nașterea unui copil sau ieșitul la pensie?

În anul 2001, studiul a fost realizat cu ajutorul unui chestionar detaliat. În anul 2003, o parte din cupluri a completat din nou un chestionar, iar cu ajutorul unui interviu aprofundat, am putut discuta și în detaliu cu privire la căsnicia lor. Rezultatele nu sunt interesante numai pentru cercetarea psihologică, ci și pentru oameni ca dumneavoastră, care vă confrunțați cu propria relație și doriți să aflați mai multe. Astfel a apărut cartea care la întrebarea „Ce ține cuplurile împreună?” nu oferă răspunsul universal valabil, ci sfaturi importante, care pe alocuri fac trimitere și la rezultatele altor studii.

Conținutul următoarelor capitole poate fi aplicat, bineînțeles, și celor necăsătoriți, care au o relație stabilă. Subiectul cărții este reprezentat de cuplurile căsătorite doar datorită faptului că femeile și bărbații chestionați erau într-o căsnicie. Cuplurile necăsătorite, așa-zisele concubinaje, se deosebesc de cele recunoscute de stat mai degrabă din punct de vedere fiscal, decât