

# El câștigă, ea câștigă

Arta negocierii în cuplu

**Willard F. Harley, Jr.**

Traducere din limba engleză de  
COSMIN NEDELCU



București  
2019

*He Wins, She Wins*  
*Learning the Art of Marital Negotiation*  
Willard F. Harley, Jr.

Copyright © 2013 Willard F. Harley, Jr.

Ediție publicată pentru prima dată în limba engleză de Revell,  
o divizie a Baker Publishing Group, Grand Rapids, Michigan, 49516, U.S.A.  
Toate drepturile rezervate.

## INTROSPECTIV®

*Introspectiv* este parte a Grupului Editorial Litera  
O.P. 53; C.P. 212, sector 4, București, România  
tel. 021 319 6390; 031 425 1619; 0752 548 372

*El câștigă, ea câștigă. Artă negocierii în cuplu*  
Willard F. Harley, Jr.

Copyright © 2019 Grup Media Litera  
pentru versiunea în limba română  
Toate drepturile rezervate.

Editor: Vidrașcu și fiii  
Redactor: Ramona Ciortescu  
Corector: Sabrina Florescu  
Copertă: Affectif  
Tehnoredactare: Ana Vârtosu  
Prepress: Mihai Suci

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

HARLEY, WILLARD F. JR.

*El câștigă, ea câștigă. Artă negocierii în cuplu / Willard F. Harley Jr.;*  
trad. din lb. engleză de Cosmin Nedelcu. –  
București: Litera, 2019

ISBN 978-606-33-3406-1

I. Nedelcu, Cosmin (trad.)

159.9

## CUPRINS

*Introducere* ..... 7

### Partea I

#### ARTA NEGOCIERII CONJUGALE

1. Identificarea problemei .....	13
2. Bărbații și femeile au nevoie unii de alții .....	21
3. De ce varianta unul pierde, iar celălalt câștigă nu funcționează ..	29
4. Țineți cont de dragostea romantică .....	45
5. O strategie reciproc avantajoasă .....	55
6. Pregătiți-vă de negocieri .....	65
7. Excepții de la regulă .....	79

### Partea a II-a

#### SOLUȚIONAREA CELOR MAI FRECVENTE CONFLICTE CONJUGALE PRIN NEGOCIERE

8. Conflicte legate de prieteni și rude .....	89
9. Conflicte legate de carieră și de gestionarea timpului .....	101
10. Conflicte legate de managementul financiar .....	111
11. Conflicte legate de copii .....	121
12. Conflicte legate de sex .....	131

PROBLEME FRECVENTE ÎN SOLUȚIONAREA  
CONFLICTELOR CONJUGALE

13. Cum negociați când sunteți o persoană emoțională .....	147
14. Cum negociați când nimeni nu vrea să aducă în discuție problema .....	155
15. Cum negociați când sunteți o persoană nehotărâtă .....	163
16. Cum negociați când partenerul nu dorește să acționeze .....	167
17. Cum negociați când nu vă mai entuziasmează nimic .....	173
18. Folosiți-vă abilitățile .....	179
<i>Anexa A. Fișă de lucru. Negocierea conjugală .....</i>	183
<i>Anexa B. Chestionar. Nevoi emoționale .....</i>	187
<i>Anexa C. Chestionar. Elementele distructive ale iubirii .....</i>	199

## INTRODUCERE

Conflictele dintre soți sunt inevitabile. Eu și soția mea, Joyce, ne certăm cel puțin o dată la fiecare oră. Perspectivele noastre asupra modului în care ar trebui rezolvată o problemă sunt adesea complet diferite. În ciuda acestor neînțelegeri, însă, am devenit experți în soluționarea conflictelor aproape la fel de repede cum încep. Iar abilitățile pe care le-am dezvoltat în gestionarea rapidă și eficientă a dezacordurilor dintre noi ne-au ajutat să avem o căsnicie mult mai împlinită și mai fericită.

Dar dacă n-am fi știut cum să facem asta? Ce s-ar fi întâmplat dacă neînțelegerile noastre ar fi rămas nesoluționate? Dacă ne-am fi certat sau ne-am fi pus piedici unul altuia, în loc să găsim soluții? De-a lungul anilor, conflictele s-ar fi acumulat. Și până acum, după 50 de ani de căsnicie, am fi fost copleșiți de conflicte nerezolvate. N-am mai fi fost în stare nici să locuim împreună.

Când eram tânăr, era o regulă ca orice cuplu să se căsătorească, să aibă copii și să-i crească împreună. Astăzi, dimpotrivă, în SUA majoritatea adulților sunt singuri, peste 40% dintre copii sunt crescuți de un părinte care nu s-a căsătorit niciodată, și procentajul celor care aleg să se căsătorească scade dramatic. Iar cuplurile căsătorite se confruntă adesea cu divorțul.

În această carte, îmi voi îndrepta atenția către *unul* dintre motivele acestei schimbări majore în cultura noastră – neputința de a negocia cu succes. Când se confruntă cu conflicte, majoritatea cuplurilor nu știu cum să le soluționeze în așa fel încât amândoi să fie mulțumiți.

Nu e ceva nou. Terapeuții pentru cupluri au devenit conștienți de această problemă după ce rata divorțurilor a crescut dramatic în anii 1960. Atunci s-au scris mai multe cărți pentru a ajuta cuplurile să comunice, să se înțeleagă, să se asculte și să se respecte reciproc într-un mod mai eficient. Așadar, poate vă întrebați ce aș mai putea adăuga ce nu a fost spus deja.

Ceea ce-i diferit în privința abordării mele pentru rezolvarea conflictelor conjugale este obiectivul ei final: cei doi parteneri să fie îndrăgostiți. În vreme ce majoritatea terapeuților consideră soluționarea conflictului conjugal un scop în sine, eu îl privesc ca pe un mijloc de a atinge un obiectiv. Dacă o soluționare vă dezvoltă sentimentul de dragoste, sunt de acord – înseamnă că a fost pusă în practică așa cum se cuvine. Totuși, dacă nu izbutește să vă intensifice sentimentele, sunt de părere că ați făcut ceva greșit.

De-a lungul carierei mele în domeniul terapiei de cuplu am avut de-a face cu multe cupluri care nu întâmpinau dificultăți în a comunica într-un mod respectuos, dar doreau să divorțeze pentru că nu se mai iubeau. Însă n-am întâlnit niciodată un cuplu în care să existe iubire și să-și dorească să se despartă.

Citind această carte și aplicând învățăturile în modul în care gestionați conflictele, veți învăța cum să comunicați într-un mod eficient și să vă rezolvați neînțelegerile – garantat. Însă veți descoperi un lucru și mai important. Veți învăța să o faceți într-o manieră care vă va ajuta să vă redescoperiți pasiunea pentru celălalt.

## PARTEA I

---

### Arta negocierii conjugale

În prima parte a acestei cărți mă voi concentra asupra prezentării abilităților de care aveți nevoie pentru a deveni un negociator priceput. N-o să vă fie ușor la început, dar, cu răbdare și exercițiu, veți descoperi că o bună negociere va deveni un mod de viață pentru dumneavoastră și partener.

## 1

## Identificarea problemei

Fusese o noapte agitată. Micuța Emily, cel mai nou membru al familiei Kramer, nu voia să adoarmă. Avea chef să țipe. A doua zi, tatăl ei, Tony, avea o întrevvedere cu niște cumpărători din China și trebuia să fie în formă. Astfel că de fiecare dată când Emily începea să plângă, Tony se întorcea pe partea cealaltă și își acoperea urechile pentru a bloca zgomotul, gândindu-se că soția lui, Jodi, se va ridica pentru a potoli bebelușul neliniștit.

Jodi, însă, nu mai suporta să fie numai ea cea care trebuie să se ridice din pat pentru a o îngriji pe micuță. Era de părere că ea și Tony ar trebui să facă cu rândul. În definitiv, era și fetița lui. Și Jodi avea nevoie de somn – și pe ea o aștepta o zi plină.

Astfel că a treia oară când Emily a început să plângă, Jodi a decis că era rândul lui Tony să o calmeze, așa că a încercat să-l trezească dându-i un ghiont. Pentru că varianta asta n-a avut nici un efect, l-a împins cu picioarele până l-a dat jos din pat. Când și-a venit în fire și a realizat ce i se întâmplase, Tony a explodat plin de furie.

– Care-i problema ta? a urlat el.

– Îmi pare rău, i-a răspuns Jodi. Dar n-am putut să te trezesc și e rândul tău să o liniștești pe Emily!

Jodi și Tony au înțeles de unde pornea conflictul și fiecare dintre ei a venit cu soluțiile care i se păreau corecte. Jodi a propus să împartă responsabilitățile în mod egal – Tony avea să aibă grijă de bebeluș acum, ea urmând să o facă data următoare. Jodi ar fi fost de acord chiar și cu îngrijirea alternativă, în funcție de zilele săptămânii – sau de săptămânile lunii –, astfel încât atenția acordată micuței să fie egală.

Tony, însă, simțea că atenția lui la locul de muncă era mult prea importantă ca să-i permită să se trezească din somn în timpul nopții. Deoarece avea impresia că ocupația lui Jodi nu necesita același grad de atenție ca în cazul lui, a decis că ea ar trebui să fie singura care își întrerupe somnul.

Nu era prima dată când Jodi și Tony se ciondăneau pe această temă. De fapt, aceeași problemă apăruse la scurtă vreme după nașterea primului lor copil, Robbie. Însă nu-și rezolvaseră niciodată acele neînțelegeri și iată că, la al doilea copil, continuau să se certe din cauza aceleiași probleme.

După cum am spus și în introducere, conflictele dintre soți sunt inevitabile. Joyce și cu mine ne confruntăm zi de zi cu numeroase neînțelegeri. Am învățat cum putem soluționa aceste conflicte într-un mod corect, astfel că mariajul nostru este unul solid. Dar ce s-ar fi întâmplat dacă, asemenea lui Jodi și Tony, ne-am fi trezit blocați într-un conflict și nu am fi fost în stare să ne rezolvăm problemele? În scurt timp nu ne-am mai fi suportat.

## Tranziția spre egalitate

Din cele mai vechi timpuri, soțul era cel care avea ultimul cuvânt de spus în cazul conflictelor conjugale. El era cel care lua decizia, iar soția se supunea. În trecut, majoritatea culturilor și religiilor încurajau această perspectivă. Soții erau cei care conduceau, în vreme ce soțiile se supuneau. Căsnicia a fost adeseori considerată un microcosmos al ordinii religioase și politice în care autoritatea pornea din vârf (Dumnezeu) și de aici se transmitea mai departe. Bărbații de rang superior aveau autoritate în fața celor de rang inferior, iar în cadrul unei familii soțul avea autoritate în fața soției, copiilor, servitorilor și sclavilor. Bărbații stăpâneau lumea.

Însă în Statele Unite, Revoluția americană începea ușor, ușor să schimbe acea tradiție. Declarația de Independență afirma că oricine are drepturi egale la „viață, libertate și fericire“. În realitate, firește, nu toți au beneficiat peste noapte de aceste drepturi. A fost nevoie de aproape o sută de ani, dar în cele din urmă sclavii au fost eliberați, au primit cetățenie, iar bărbații afro-americani au primit dreptul de vot. Apoi, 50 de ani mai târziu, și femeile au primit într-un final dreptul de a vota și de a ocupa funcții publice.

Astăzi, în America și în majoritatea țărilor democratice, se presupune că femeile ar trebui să aibă aceleași drepturi fundamentale ca bărbații. În căsnicie, această transformare înseamnă că femeile sunt parteneri egali cu soții lor. Nu se mai pleacă de la premisa că soțul are dreptul de a domina și de a-și controla soția.

Din nefericire, nici căsătoriile nu mai durează o viață întreagă. Până în anii 1960, rata divorțurilor nu era mai mare de 10%, spre 1980, însă, a depășit 50%. Astăzi s-a stabilizat undeva la aproximativ 45%, dar procentajul cuplurilor care se căsătoresc în fiecare an este într-o continuă scădere.

Așadar, unde este problema? Nu ar trebui ca în zilele noastre căsătoriile să fie mai fericite, din moment ce ambii parteneri colaborează și niciunul dintre soți nu e controlat de celălalt? Așa pare, la prima vedere. Dar problema, firește, este că bărbații și femeile nu văd mereu viața în același mod, iar tranziția culturală spre egalitate nu le conferă pur și simplu abilitățile de care au nevoie pentru a face față problemelor și pentru a lua decizii împreună.

Din mai multe privințe, luarea deciziilor în căsnicie ar fi mai puțin complicată pentru mine și Joyce dacă am fi trăit acum o sută de ani. Ori de câte ori am fi avut un conflict, ea ar fi fost nevoită să se supună deciziei mele. Ca un soț iubitor, s-ar putea să-i fi ascultat punctul de vedere, însă, în cele din urmă, eu aș fi luat decizia finală, pe care ea ar fi fost nevoită să o accepte.

Când ne-am căsătorit, soțiile încă promiteau *să-și iubească soțul, să-l respecte și să i se supună până când moartea îi va despărți*, iar Joyce s-a supus și a repetat acel jurământ. Firește, ca majoritatea bărbaților din acea epocă, nu mi-am luat același angajament. N-am promis decât *să o iubesc și să am grijă de ea*.

În pofida jurămintelor, amândoi am înțeles că vom fi parteneri egali și vom învăța unul de la celălalt. Joyce nu

intenționa să mi se *supună*, iar eu nu așteptam acest lucru din partea ei. În schimb, ne-am iubit și am avut mereu grijă unul de altul. Am luat deciziile împreună, astfel încât amândoi să fim mulțumiți.

Nu am realizat asta atunci, însă decizia de a ne transforma căsnicia într-un efort comun, unde nici unul dintre parteneri nu are control asupra celuilalt, a fost o abatere radicală de la modul în care majoritatea căsniciilor funcționaseră de mii de ani. Iar luarea deciziilor împreună n-a fost deloc simplă. Ar fi fost mult mai simplu dacă Joyce, pur și simplu, s-ar fi supus deciziilor luate de mine.

Experiența mea de consilier matrimonial m-a învățat că în căsniciile de astăzi negocierea este o abilitate esențială pentru cupluri, însă una extrem de greu de deprins. Asta nu înseamnă că partenerii nu știu cum să negocieze. De fapt, mulți dintre cei pe care i-am consiliat sunt specialiști în arta negocierii – în afara căsniciei. Dar când vine vorba despre negocierea cu partenerul lor de viață, par să ignore tot ce știu despre arta de a ajunge la o înțelegere.

Această detașare de cunoștințele noastre despre negociere și modul în care negociem în realitate într-o căsnicie are probabil legătură cu atitudinile și instinctele formate de-a lungul timpului, de când bărbații își dominau nevestele. Chiar dacă trăim într-o societate care le conferă femeilor drepturi egale cu bărbații, mulți parteneri încă abordează conflictele ca și cum s-ar aștepta ca soțiile lor să li se *supună*. Iar multe soții, realizând puterea pe care le-o conferă egalitatea, o utilizează în încercarea de a-și controla partenerii.

Atunci când un conflict nu poate fi rezolvat cu ușurință, de multe ori soțul și soția încearcă să se forțeze reciproc să facă ceea ce își dorește fiecare. Iar când această abordare nu funcționează, amândoi sunt pe cont propriu, luând decizii unilaterale. Problema, bineînțeles, este că nici unul dintre ei nu dorește să i se spună ce să facă și, de asemenea, nu vor ca persoana de lângă ei să ia decizii prin care ar trece cu vederea sentimentele și interesele lor. Nici o *scurtătură* care soluționează conflictul nu rezolvă problema. La fel ca în cazul problemelor legate de îngrijirea copilului, pe care le au Tony și Jodi, aceste conflicte nerezolvate se adună, copleșind în cele din urmă cuplul și lăsându-l fără nici o speranță.

Fără îndoială, este mai complicat ca un soț și o soție să ia decizii împreună decât să își spună reciproc ce au de făcut sau să ia hotărâri unilaterale. Dar dacă partenerii sunt cu adevărat egali și doresc să-și rezolve conflictele o dată pentru totdeauna, înțelegerea de comun acord reprezintă singura lor alegere rațională.

## Un obiectiv comun

În orice negociere, punctul de pornire constă în stabilirea unui obiectiv. Iar obiectivul pe care îl recomand cuplurilor când negociază este stabilirea unei soluții care să-i facă pe amândoi fericiți – să ajungă la un rezultat reciproc avantajos. Însă, după cum am menționat și mai devreme, nu este ușor. Deși majoritatea soților ar fi de acord cu mine că într-o căsnicie soluțiile reciproc avantajoase sunt cele mai dezirabile, mulți vor susține că sunt aproape imposibil de

găsit. Astfel, ar spune ei, dacă un cuplu trebuie să meargă mai departe și să ia deciziile necesare pentru a continua să funcționeze, compromisul este inevitabil. Iar prin *compromis* se referă de obicei la faptul că deciziile ar trebui să fie doar într-o anumită măsură reciproc avantajoase.

Charlie Weaver, șeful de cabinet al fostului guvernator al statului Minnesota, Tim Pawlenty, a fost un negociator politic extrem de respectat. Pe parcursul mandatului de guvernator al șefului său, și-a îndeplinit admirabil sarcina de a menține sub control oponenti politici extrem de arțăgoși, folosindu-și abilitățile de negociere. Și-a pus succesul pe seama următorului obiectiv: „Fiecare tabără trebuie să fie puțin mulțumită și puțin supărată”<sup>1</sup>.

Poate că obiectivul respectiv este eficient pentru domnul Weaver în politică, însă nu funcționează deloc bine în căsnicie. Partenerii care încearcă să-și rezolve conflictele cu acel obiectiv în minte descoperă că scapă din vedere aproape imediat faptul că rezolvarea i-a făcut să se simtă „puțin mulțumiți” și tind să-și amintească întotdeauna că au rămas „puțin supărați”. Resentimentele pe termen lung reprezintă o problemă pe care aproape orice cuplu căsătorit o experimentează atunci când conflictele nu sunt soluționate așa cum se cuvine – cu ambii parteneri fericiți în privința rezultatului.

În politică, nu ne putem aștepta ca toată lumea să fie satisfăcută de o decizie. Există mult prea multe interese în conflict de care trebuie să ținem cont. Pe deasupra, taberele adverse nu au promis niciodată să aibă grijă una de cealaltă.

<sup>1</sup> Baird Helgeson, „Outline of budget deal at Capitol?”, *Star Tribune*, 23 aprilie 2011, <http://www.startribune.com/printarticle/?id=120546354>