

Libris .RO

Respect pentru oameni și cărți

SERIA

PSIHOLOGIE PRACTICĂ

ELENA MOROZOVA

# Cum să depășim crizele familiale

Traducere din limba rusă de  
Ionuț Barbu

Ediție îngrijită de  
Adrian Tănăsescu-Vlas

editura  
**Σοφία**

București

## CUPRINS

<i>Analiza psihologică și duhovnicească a problemelor tipice din viața de familie.....</i>	5
<i>Prefața autorului.....</i>	7
<i>Introducere .....</i>	11
Ce își doresc cu toții în căsnicie? .....	17
1. Forța-majoră, sau Capcana familială.....	20
2. Singurătatea în familie, sau Căsătoria ca fugă de izolare .....	34
3. „Lebăda, racul și știuca”: când în familie sunt valori diferite.....	51
4. Vorbim limbi diferite.....	68
5. „Suntem o familie unită”, sau Originile problemelor psihosomatice .....	89

6. Lupta fără reguli, sau Când cel mai puternic nu învinge.....	107
7. „Cenușăreasa” familiei.....	126
8. Mitul salvatorului: dependența și co-dependența.....	145
9. „Moscova nu crede în lacrimi”, sau Femeia puternică.....	162
10. Pasărea în colivie de aur.....	177
11. Simbioza, sau când în familie e prea strâmt.....	194
<i>Postfața autorului</i> .....	213
Trei istorisiri despre iubire și devotament în căsătorie.....	219

## CE ÎȘI DORESC CU TOȚII ÎN CĂSNICIE?

Să punem această întrebare, retorică în esența sa. Așa cum sună un cântec cunoscut, „Vreau să iubesc și să fiu iubit, și vreau să nu fie bolnavă mama...” Da, desigur, toți avem nevoie de asta. Dar probabil că nu numai de asta, nu?

Din punct de vedere duhovnicesc, în căsătorie există o completare reciprocă, raportată la trei niveluri ale personalității: trupesc, sufletesc, duhovnicesc. La nivelul trupului se realizează nevoia naturală de intimitate, lăsată de Dumnezeu pentru procreare; la nivelul sufletesc, soții se ajută reciproc pentru a depăși singurătatea, izolarea, își dăruiesc căldură și sprijin, simpatie și empatie; la nivelul duhovnicesc are loc restaurarea integrității,

arhetipului personalității soților după chipul și asemănarea lor cu Dumnezeu, prin iubirea necondiționată și acceptarea celuilalt ca pe tine însuși. Prin aceasta, soții se completează reciproc în ființare: soția îi este necesară soțului ca *alter ego*, ca al doilea „eu”, și reciproca.

Din punct de vedere psihologic, cea mai însemnată nevoie a soților este nevoia de încredere în comunicarea familială. În lipsa posibilității de a fi auzit și înțeles este afectată negativ relația maritală, dându-se naștere unor conflicte cronice, uneori tranzitorii, spre alienare. Alte nevoi de maximă importanță sunt cele de dragoste, respect și siguranță alături de soț/soție. Dacă acestea lipsesc, atunci anxietatea, sentimentul de neîncredere, care poate zdruncina semnificativ relația soților, devine un companion frecvent în căsătorie. O nevoie semnificativă este și necesitatea de a menține o imagine de sine pozitivă a soțului și a soției (imagine care constă în recunoașterea valorii și semnificației personale). Lipsa atenției, griji și acceptării convenite din partea soților duce adesea la o percepție de sine distorsionată,

la o stimă de sine redusă – care, de asemenea, nu duce la consolidarea relației în cuplu.

Printre alte nevoi importante se numără necesitățile de rol ale soților (de a fi cap și lider în familie, de a realiza rolurile de mamă-tată, gospodar-gospodină, precum și altele). Conflictele apar atunci când soțul și soția nu au aceeași viziune asupra realizării acestor îndatoriri și a altora. Un aspect deosebit de dureros este problema nerezolvată a capului și liderului din familie, care poate genera o mulțime de emoții negative între soți. Mai trebuie remarcate și nevoile asociate cu traiul de zi cu zi și confortul familial, cu necesitățile materiale și cognitive – toate acestea, fiind blocate, pot contribui, de asemenea, la „pușculița” nereușitelor din căsnicie.

În paginile acestei cărți vom încerca să urmărim prin exemple practice, concrete, cum și de ce nevoile amintite sau altele nu pot fi satisfăcute în cuplul conjugal. Obiectivul nostru este cel de a elucida lucrurile acestea și de a ne strădui să înțelegem dacă se poate face ceva într-un caz sau altul.

## SITUAȚIA 1

### FORȚA-MAJORĂ, SAU CAPCANA FAMILIALĂ

„Nu știi unde vei pierde, unde vei câștiga” – aceste cuvinte parcă au fost spuse anume despre familia lui Artiom și a Nastiei, care erau împreună de aproape zece ani. Artiom a fost atât de fericit când a întâlnit-o pe fata viselor sale – cu părul blond, zâmbitoare, puțin cam timidă... La doar o zi după ce au făcut cunoștință, tânărul i-a făcut deja Nastiei o declarație de dragoste și a început să o curteze insistent. Fata nu respingea atențiile lui, dar uneori părea foarte îngândurată, ba chiar ciudată. Adânc cufundată în sine, câteodată părea că nici măcar nu ascultă ceea ce îi spunea Artiom – însă pe el aceste lucruri mărunte nu l-au tulburat. „Nu-i nimic,

cu timpul, dragostea mea va fi capabilă să topească gheața inimii ei!” – se gândea el încrezut, fără a da mare atenție caracteristicilor comportamentale ale alesei sale.

Nu i-au dat de gândit nici sugestiile prudente ale prietenilor, care l-au sfătuit să nu se grăbească și să se uite bine la fată, care se arăta destul de închisă, chiar distantă, față de toți cei din jur. Artiom a hotărât să ceară mâna și inima Nastiei, nesuferind nici o amânare. Totuși, a vrut să-i cunoască în prealabil pe părinții ei, ca să primească binecuvântarea lor pentru căsătorie. „Voi face totul cum trebuie, ca la carte, că doar binecuvântarea părintească are mare putere!”, pe drept cuvânt a spus omul, intenționând să facă pasul cel mare.

Întâlnirea cu părinții a fost, cum se spune, „ca pe roate”: tatăl și mama Nastiei și-au dat surprinzător de ușor și rapid acordul pentru căsătorie și, după cum i s-a părut lui Artiom, chiar au răsuflat ușurați. Desigur, Artiom n-a dat atunci atenție momentului respectiv, dar după o vreme de nenumărate ori și l-a amin-

tit deja în multe rânduri, derulând mintal fiecare cadru al acelei întâlniri semnificative...

Bineînțeles, nici Nastia – care, ca de obicei, era tăcută și zâmbitoare – nu a obiectat împotriva încheierii căsătoriei. Totul părea că s-a aranjat cum nu se putea mai bine. Au făcut o nuntă în cerc restrâns, au mers în luna de miere, după care a început cotidianul vieții de familie. Ei bine, tocmai atunci au și ieșit la iveală câteva momente cărora Artiom nu le dăduse nici o atenție la începutul relației cu Nastia. Tânăra nevăstă putea, de exemplu, să lase aragazul aprins cu supa clocotind și să plece de acasă pentru multă vreme, ori să lase apa deschisă și să plece fără s-o fi închis, drept care în scurtă vreme veneau în goană vecinii inundați, cerând explicații. Nastia, ca răspuns la învinuiri, tăcea stânjenită și zâmbea, ca întotdeauna. Totuși, pentru Artiom situația era tot mai puțin amuzantă, deoarece aceste situații – și altele similare – au început să se repete foarte des. La un moment dat s-a ajuns chiar la un incendiu, din fericire mic, stins cu succes de soțul care întâmplător se afla acasă.

După ce a cerut iarăși explicații soției fără să le primească, Artiom și-a dat seama că lucrurile iau o turnură foarte serioasă. Un prieten, căruia i-a împărtășit problema, l-a sfătuit să ia legătura cu un psihiatru, ca acela să elucideze comportamentul soției sale. În ce stare se va fi aflat Artiom când, adunând informații, a aflat cu groază că soția lui iubită era în evidență de mult timp la un dispensar psiho-neurologic, cu diagnosticul de schizofrenie cu evoluție ușoară! Aceasta a fost o situație de forță majoră la care tânărul soț nu s-ar fi așteptat vreodată. Atunci a început să-și amintească toate sugestiile prudente ale prietenilor, pe care îi alungase ca pe niște muște supărătoare, comportamentul ciudat al Nastiei, graba părinților ei care îi sărise în ochi atunci când s-au cunoscut. Astfel, toate puzzle-urile au început treptat să se adune într-o imagine destul de tristă.

Cu cât se descopereau mai multe detalii despre ea, cu atât mai mult Artiom pricepea mai bine că se trezise într-un fel de capcană a vieții, din care nu exista nici o cale de ieșire!

„Ce dreptate au avut prietenii mei!” „De ce nu i-am ascultat?!” „De ce nu mi-au spus asta înainte de nuntă?” – exclama și se întreba în disperare soțul nefericit. „Ceva trebuie făcut!” – se gândea el. Dar ce?

Psihiatrul care a consultat-o pe soție a spus că această boală este adesea ereditară, motiv pentru care nu trebuie să aibă copii. Boala trebuie tratată periodic în condiții de internare, cu medicamente psihotrope, deoarece afecțiunea poate progresa. Artiom, după ce a primit această informație – precum și altele – care l-a șocat (s-a descoperit că și mama Nastiei era în evidență la spitalul de boli mintale cu același tip de schizofrenie), a căzut la gânduri grele. S-a conturat o situație foarte dificilă – pe de o parte, schizofrenia ereditară pe linia maternă a soției, cu un prognostic foarte pesimist; pe de altă parte...

Ei bine, pe de altă parte Artiom a fost constrâns să admită în sine sa că, în ciuda tuturor acestor descoperiri neplăcute, în ciuda înșelăciunii din partea socrilor și soției (la urma urmei, i-ar fi putut spune înainte de

nuntă despre problema existentă!), o iubea în continuare foarte mult. Era atât de fragilă, atât de lipsită de apărare, încât avea nevoie de grija lui... Prin urmare, Artiom alunga și considera pur și simplu inacceptabil orice gând de a o lăsa, de a divorța (deși avea temeuri serioase în acest sens). Nu-i putea el face așa ceva Nastiei! Nu putea! S-ar fi simțit de parcă ar fi abandonat un copil foarte atașat de el.

După ce a chibzuit în felul acesta, în cele din urmă bărbatul s-a întărit definitiv în hotărârea de a-și duce crucea până la capăt, indiferent cât l-ar costa. Și, după cum s-a dovedit mai târziu, avea să-l coste foarte mult... După o vreme, starea soției sale a început să se deterioreze rapid – schizofrenia a progresat, trecând din forma cu evoluție ușoară la o formă mai severă, deja însoțită de delir periodic cu halucinații. În aceste momente, Nastia avea nevoie de tratament într-un spital de psihiatrie, unde o interna multipătimitorul ei soț. După ce stătea internată o vreme, soția se întorcea acasă și părea să devină iarăși ca înainte – dar asta nu pentru mult timp... Apoi,



și caracterul a început să i se schimbe, afectat de tratamentul cu medicamente psihotrope puternice. Adesea Nastia devenea agresivă, începea să strige, să se certe fără motiv, după care a ajuns total dependentă de alcool în disperarea ei de a-și ușura starea.

Se înțelege că „ușurarea” venea doar pentru scurtă vreme, apărând în schimb, bineînțeles, altă nenorocire – alcoolismul, care, după cum se știe, la femei se cronicizează rapid. Artiom a băut cupa suferinței până la fund! Uneori îl apuca disperarea, apăsător sentimentul că se află într-o fundătură, într-o capcană din care nu exista ieșire. Cu toate acestea, ieșirea tot s-a găsit. La capătul pătimirilor sale, omul nostru s-a întâlnit cu Dumnezeu! S-a întâmplat în chip neașteptat, ca o gură de oxigen.

Odată, trecând pe lângă biserică, Artiom a simțit cu adevărat că vrea să meargă acolo, unde nu fusese niciodată. A început să-i cânte sufletul îndată ce a trecut pragul. Așa cum putea, a început să se roage Aceluia despre Care nu știa nimic. În ochi i-au apărut la-

crimi, a început să plângă și a cerut ca un copil vindecarea soției sale, pe care o iubea atât de mult. A simțit ușurare sufletească și s-a ivit încrederea că totul va fi bine. Cum anume, omul nu știa, însă a crezut că este posibil. După ce a ieșit, Artiom a promis să vină la biserică cât mai des posibil, ceea ce s-a și întâmplat. Cu prima ocazie, bărbatul se grăbea spre locul în care sufletul lui se simțea atât de bine, atât de liniștit... Curând, Artiom a fost observat de preotul paroh al lăcașului, care i-a propus să slujească drept paraclisier în altar. Surprins și foarte încântat de propunere, a fost de acord. De acum înălța rugăciunile sale Domnului din altar, întărindu-se în credință pe zi ce trecea.

Boala Nastiei nu a dispărut, dar a devenit mai ușoară, crizele au scăzut în frecvență, iar dependența de alcool s-a redus treptat. Bărbatul, în timp ce continua să slujească drept paraclisier în altar, era uneori chinuit de întrebări și îndoieli precum: „De ce fac asta?” „De ce se întâmplă acest lucru chiar cu mine, n-ar trebui, totuși, să o iau de la început, să fac