

## ***EMOTIONAL FUSION BETWEEN SYMBIOTIC DEFICIT AND UNDIFFERENTIATION OF SELF***

**Florin Vancea, Assist. Prof., PhD, "Spiru Haret" University**

*Abstract: The present study aims to research two categories of tendencies towards emotional fusion. The first category is associated with a symbiotic deficit caused by the lack of ontological security experienced by children in the first months of their lives. The second category is associated with the undifferentiation of self from the parental ego mass. The purpose of the paper is to determine the aforementioned categories and to describe their characteristics.*

*In order to distinguish between the two categories, we started our research from two major theories. Thus, according to psychoanalytic views (Mahler, Chess, Thomas, Spitz, Balint eg.), the symbiotic deficit built up in the first months of life generates a depressive pattern later on. Bowen's multigenerational systemic theory shows that the undifferentiation of self from the family ego mass translates interpersonally into the permanent oscillation of the individual between two extreme poles: emotional fusion and emotional separation from others.*

*The quantitative-descriptive research was conducted by means of an experimental sample of 180 persons who do not suffer from and did not suffer from any severe mental disorders. The measured variables were: level of differentiation of self and its components (fusion and emotional separation), depressive tendencies, anxiety levels, psychic maturity level and its components, self-dissatisfaction.*

*The results obtained after statistically processing the data present several significant differences between the two categories mentioned above.*

*The study has demonstrated that the two categories of tendencies towards emotional fusion have both common features and differentiating features.*

**Keywords:** *emotional fusion, emotional separation, symbiotic deficit, differentiation of self.*

### **1. INTRODUCERE**

Lucrarea de față dorește să surprindă două categorii ale fenomenului psihologic numit tendință la fuziune, cu referire la fuziunea emoțională. Cercetarea descriptivă pe un lot de 180 persoane care nu suferă și nu au suferit de tulburări psihice majore dorește să evidențieze caracteristicile acestor două grupări. Prima categorie este asociată unui deficit simbiotic datorat lipsei securității ontologice trăite de copil în primele luni de viață. A doua categorie este asociată cu nediferențierea eului de masa de ego parentală. Ce anume le diferențiază și care sunt consecințele negative ale ambelor forme de fuziune emoțională constituie scopul lucrării.

### **2. FUNDAMENTAREA TEORETICĂ**

Termenul de *fuziune* reprezintă o contopire, o reunire a două corpuri într-o singură unitate omogenă. În psihologie, termenul de fuziune este folosit uneori sinonim cu termenul de simbioză. Conceptul de *simbioză*, împrumutat din biologie, desemnează un mod de compoziție prin asocierea a două plante de natură diferită pentru a constitui un singur și nu

organism. În psihologie faza simbiotică reprezintă o etapă în dezvoltarea copilului în care acesta reprezintă o „unitate duală” cu mama lui, înaintea definitivării proceselor de separare – individualizare.

Relația fuzională în psihologie a fost studiată inițial de psihanaliză cu referire la relația copil-mamă și extinsă ulterior la relația dintre doi adulți. Asupra fuziunii s-au mai exprimat ulterior gestaltiștii și terapeuții sistemici de familie.

### 2.1. *Perspectiva psihanalitică.*

Mahler (reprodus de Stiemerling, 1995, p.42-43) înțelege prin conceptul de **simbioză** “aceea stare nediferențiată, de fuziune (a copilului) cu mama și în special imaginea iluzorie a unei granițe comune a celor doi indivizi, care în realitate sunt separați.” Spitz (reprodus de Stiemerling, 1995, p.43) vorbește despre „procese circulare de rezonanță” ce se stabilesc în diada mamă-copil. Acestea se manifestă în primul rând în schimbul reciproc de afecte. În acest dialog mamă-copil are loc un fel de joc, un du-te-vino de semnale emoționale, copilul fiind punctul central al intereselor materne și al manifestărilor ei emoționale. Bebelușul așteaptă prezența mamei, disponibilitatea ei permanentă, el vede în mamă „un obiect de la sine înțeles” (Balint, reprodus de Stiemerling, 1995, p.44). În această diadă *doar unul dintre parteneri are voie să aibe dorințe, interese și nevoi*. Mama trebuie să fie acolo în întregime pentru copilul ce se comportă pasiv-receptiv. O bună relație de fuziune cu mama „suficient de bună” („good enough” – Donald Winnicott) îi permite copilului să obțină securitatea de bază, numită și **securitatea ontologică**. Această securitate ontologică este indispensabilă copilului pentru construirea Eului și pentru a se detașa progresiv de mama sa pentru a deveni un individ distinct și autonom. Astfel, la sfârșitul unei fazei simbiotice ce s-a desfășurat bine, copilul posedă siguranța plină de speranță încrezătoare, că există întotdeauna cineva care până la urmă îi înlătură tensiunile legate de neplăcere și de nevoi.

Separarea (de-fuzionarea) caracterizează relația originală dintre mamă și fătul ei care se deznoadă pe măsură ce crește copilul. Copilul care rămâne legat psihic de mama sa rămâne un adevărat prizonier al uterului său de origine, în care este reținut prin corzi cu atât mai rezistente față de eliminarea lor cu cât ele sunt invizibile și invalidante. Copilul legat de uterul de origine nu se poate susține singur în viață, are întotdeauna nevoie fie de mama sa fie de un substitut matern cu funcții hrănitoare și securizante materne. Chess și Thomas (1984) vorbesc despre rolul părinților în această perioadă. Astfel o mamă fie absentă, fie invazivă, fie violentă, un tată fie absent, fie submisiv, fie violent sau insecurizant, reprezintă un obstacol în calea separării.

Deficitul de securitate ontologică datorat unei nevoi de simbioză nesatisfacă total în prima copilărie, precum și eșecul separării de mamă, conduc la o stare psihologică nesatisfăcătoare care se poate reactiva în perioadă adultă datorită unor evenimente importante precum: accident, boală, spitalizare, pierderea sau schimbarea locului de muncă, a locuinței, pierdere, separare, doliu, înrăutățirea sau chiar pierderea unei relații simbiotice până atunci parțial viabilă (retragerea parțială a iubirii, decepția din partea obiectului iubirii, despărțirea), bătrânețea, pierderea autonomiei, sfârșitul vieții. O persoană cu deficit simbiotic trăiește o viață impregnată de durere emoțională, de nostalgie, fiind într-o permanentă cautare interioară a unui scop care promite să se îndeplinească, dar care adesea este foarte neclar. În centrul acestei autopercepții se află o mare lipsă, un gol emoțional, un sentiment de neîmplinire, care

foarte rar se poate calma, dar care poate crește până la o insatisfacție existențială chinuitoare. În marea majoritate a cazurilor persoana respectivă nu știe ce-i lipsește.

Mai mulți autori au evidențiat legătura foarte mare între deficitul simbiotic și dezvoltarea depresiei nevrotice (Gero -1937; Bowlby -1951; Kuipers – 1966; Lidz – 1968; G. Irle – 1974; Balint – 1968).

### *2.1.Perspectiva gestaltistă*

Psihologia gestaltistă, ca viziune holistă asupra personalității, prezintă dezvoltarea, creșterea acesteia pe baza unei autoreglări organice ce permite o adaptare creativă la mediu. Esențială este relația EU-NONEU sau EU-TU, unde acest noneu reprezintă orice lucru sau persoană din mediu. Principalul mecanism al acestei autoreglări organice este așa numitul **„contact de graniță”**. Graniță este o funcție a întâlnirii dintre două părți diferite. Iar această întâlnire poartă numele de contact. Existența acestei granițe permite persoanei să se construiască ca o structură diferită ce celălalt, să aibe un contact, o experiență de conștientizare, să se îmbogățească, să-și satisfacă nevoile și dorințele și să crească. Cele două caracteristici necesare unei granițe sunt permeabilitatea și fermitatea. Permeabilitatea este necesară pentru a se realiza schimbul, îmbogățirea dintre persoană și ceilalți, iar fermitatea este necesară pentru autonomie și protecție. Tuburările contactului de graniță conduc către două situații extreme: pierderea graniței (fuziune, nediferențiere între sine și altul) și izolare completă (evitarea contactului, ruptură, separare). În ambele situații nu există contact deci nu există adaptare organică și creștere. În primul caz nu există contact pentru că nu există diferențiere, în al doilea caz pentru că se evită.

Fuziunea este, așadar, aceea perturbare a funcției de graniță prin care există doar permeabilitate (și este totală), ne-existând și fermitate. Gestaliștii numesc această situație **„confluență”**. „Această confluență ne arată ce înseamnă să nu existe nicio diferență, niciun contact și nicio întâlnire (tocmai pentru că nu există nicio diferență)...Dacă formăm o confluență, dizolvând limita de contact fără să ne dăm seamă că facem acest lucru, creăm o situație în care îl vom confunda pe altul cu noi. Este posibil să nu putem să deosebim propriile noastre gânduri, atitudini sau sentimente față de ale altora.” (Nevis, 2013, pag.51-52)

Pierderea totală a granițelor și fuziunea deplină este întâlnită în două situații extreme, dar de nivel calitativ total opus. Prima este experiența psihotică care reprezintă cel mai grav caz de destructurare a personalității în care individul de pierde total pe sine. A doua o reprezintă experiența mistică sau transpersonală, care arată un nivel superior atins de conștiința acelei persoane. În acest ultim caz se vorbește de „o regăsire de sine, de o unificare supraconștientă cu realitatea totală, numită de unii divinitate, de alții conștiință universală.” (Mitrofan, 2000, pag. 71)

### *2.3.Perspectiva sistemică și multigenerațională.*

Murray Bowen (1976, 1978) prezintă mișcarea individului pe o axă cu doi poli: **„individualitatea”** (a fi și a se păstra o ființă independentă, de sine stătătoare) și **„a fi împreună cu cineva”** (a fi conectat la altă persoană sau la un grup). Ambele tendințe sunt forțe naturale cu rădăcini instinctuale. În toate relațiile vom avea acest joc dinamic între cei doi poli. Gestionarea cu succes a acestor două forțe contraechilibrate, ce presupune un control al emoționalității, depinde de gradul de **„diferențiere a eului”**.

*La nivel intrapsihic*, diferențierea eului se referă la abilitatea de a distinge gândurile față de sentimente și de a alege, între a fi ghidat de propriul intelect sau de propriile emoții. Mai ales diferențierea permite să se experimenteze afecțiunea puternică sau dimpotrivă, una calmă după cum cer circumstanțele. Persoanele slab diferențiate tind să fie mai reactive emoțional. Cu mintea și cu emoțiile "aprinse", tind să ia decizii bazându-se pe ceea ce "da bine", lăsându-se în final prinși într-o lume emoțională.

*La un nivel interpersonal*, diferențierea de sine se referă la abilitatea de a experimenta, de a explora intimitatea cu o independență față de alții. Persoanele care posedă o mai mare diferențiere sunt capabile de a adopta o bună "*poziție de EU*" în cadrul relațiilor, menținând un sens de sine bine stabilit, aderând la propriile convingeri atunci când sunt influențați să acționeze într-un mod diferit. O bună diferențiere de sine permite intimitatea emoțională și uniunea fizică cu altul, fără teama unei absorbiri (fuzionări). Cei slab diferențiați ajung să fie copleșiți de emoționalitate în relațiile lor de familie și tind să se angajeze în fuziune emoțională. Indivizii puternic contopiți rămân blocați din punct de vedere emoțional în poziția pe care o ocupau în interiorul familiilor originare, au puține convingeri și credințe puternic înrădăcinate, sunt fie dogmatici, fie complezenți și caută acceptarea și aprobarea în ceea ce privește toate aspirațiile lor.

*Înteruperea emoțională* este personificată de distanțarea (separarea) emoțională reactivă față de ceilalți, care la extrem duce la izolare. Acesta este răspunsul lor la presiunea fuzională din sistemul din care fac parte. Persoanele "întrerupte" emoțional găsesc intimitatea ca fiind foarte amenințătoare. Dacă ambii indivizi sunt slab diferențiați, își bazează stima de sine în mare parte pe aprobarea celor din jur și în general se conformează celor din jur. Bowen a presupus faptul că experiențe individuale mai puțin diferențiate duc la anxietăți cronice puternice. După Bowen, indivizii mai puțin diferențiați devin de asemenea disfuncționali mai ușor în condiții de stres și astfel suferă mai multe simptome fiziologice și fizice (ex. anxietate, somatizare, depresie, alcoolism și psihoză). Gradele de nediferențiere se transmit generațional.

În concluzie putem spune că nediferențierea eului la nivel interpersonal se exprimă prin oscilația individului pe scala interacțiunii cu celălalt între cei doi poli: separare și fuziune. ***Separarea emoțională***, reflectă sentimentul de amenințare resimțit la apropierea celuilalt, la un grad mărit de intimitate și sentimentul vulnerabilității în relații. ***Fuziunea***, arată o supraimplicare emoțională cu ceilalți și o supraidentificare cu părinții.

### 3. METODOLOGIA CERCETĂRII

- *Scopul, obiectivele și ipotezele cercetării*

Prezenta cercetare este statistică, cantitativă și descriptivă iar scopul ei este acela de a studia fenomenul psihologic numit fuziune emoțională.

Obiectivele de la care a pornit această cercetare au fost următoarele:

3. Stabilirea celor două categorii de tendințe la fuziune emoțională;
4. Determinarea caracteristicilor comune și ale celor diferențiale.

*Ipoteza de lucru:* Există o diferențiere între tendința la fuziune emoțională datorată unui deficit simbiotic și tendința la fuziune emoțională datorată nediferențierea eului de masa de ego parentală.

- *Stabilirea celor două categorii*

Stabilirea celor două categorii de tendințe fuzionale am realizat-o bazându-mă pe reperele teoretice prezentate în prima parte a lucrării.

Prima categorie este constituită din tendința la fuziune emoțională asociată unui deficit simbiotic datorat lipsei securității ontologice trăite de copil în primele luni de viață. Este un fenomen studiat de către mulți psihanalisti, majoritatea dintre ei punând acest fenomen în relație cu tendințele depresive din perioada adultă. În această ipoteză teoretică această primă grupare se caracterizează prin niveluri ale fuziunii mari și foarte mari pe de o parte și niveluri de depresie moderate și severe pe de altă parte.

A doua categorie care reprezintă de tendința la fuziune emoțională asociată cu nediferențierea eului de masa de ego parentală. Conform lui Bowen subiecții nediferențiați se mișcă continuu între doi poli: fuziune emoțională și separare emoțională.

În această ipoteză teoretică această a doua grupare se caracterizează prin niveluri ale fuziunii mari și foarte mari pe de o parte și niveluri ale separării emoționale mari și foarte mari pe de altă parte.

- *Lotul studiu*

Cercetarea descriptiv-cantitativă s-a realizat cu ajutorul unui lot compus din 180 de persoane care nu suferă și nu au suferit de tulburări psihice majore. Subiecților li s-a aplicat o baterie de instrumente psihologice amintite mai jos.

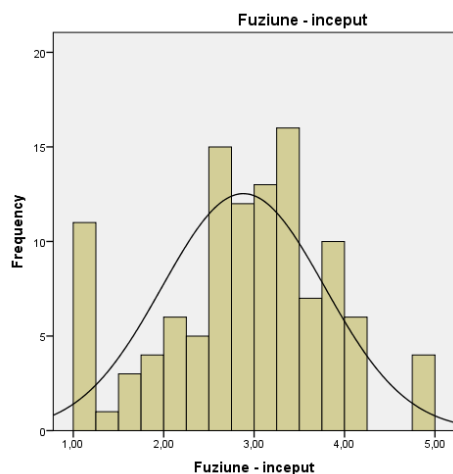
- *Instrumentul de lucru*

- a. Scala de diferențiere a eului (Differentiation of Self Inventory) pentru măsurarea NDE. Scala a fost construită de către Elizabeth Skowron și Myrna Friedlander profesori la University at Albany, State University of New York, în perioada 1997-1998, fiind destinată adulților. Această scală permite măsurarea nivelului total de diferențiere și cele patru componente ale sale: fuziunea emoțională, separarea emoțională, reactivitatea emoțională și poziția de Eu.
- b. Chestionarul de anxietate Cattell pentru măsurarea nivelului de anxietate generală;
- c. Inventarul de depresie Beck (Beck's Depression Inventory - BDI) pentru măsurarea nivelului de depresie;
- d. Scala bipolară de evaluare a autosatisfacției, instrument propriu;
- e. Scala stilurilor de viață preferențiale (Styles of Living Preferences - SLP) pentru măsurarea nivelului de maturizare și integrare a eului.

#### **4. REZULTATE OBȚINUTE**

##### **4.1. Analizele corelaționale ale tendinței fuzionale.**

Într-o primă fază evidențiem curba distribuției variabilei fuziune și corelațiile obținute pe întregul lot de studiu ale variabilei fuziune emoțională.



Mean=2,88; Std.Dev=0.9

Variabila cu care corelează	Corelația	Nivel de semnificație	Explicația
Gen	$r = -0,21$	$p < 0,05$	Persoanele de gen feminin au o tendință mai mare spre fuziune
Nivel de diferențiere	$r = 0,65$	$p < 0,001$	O tendință mai mare spre fuziune arată un nivel mai mare de nediferențiere
Acceptare de sine și a celorlalți	$r = 0,37$	$p < 0,001$	O tendință mai mare spre fuziune arată un nivel mai mic de acceptare de sine și a celorlalți
Independență	$r = 0,38$	$p < 0,001$	O tendință mai mare spre fuziune arată un nivel mai mic de independență
Creativitate	$r = 0,36$	$p < 0,001$	O tendință mai mare spre fuziune arată un nivel mai mic de creativitate
Maturitate	$r = 0,36$	$p < 0,001$	O tendință mai mare spre fuziune arată un nivel mai mic de maturitate psihică
Anxietate: conștiință de sine	$r = -0,26$	$p < 0,001$	O tendință mai mare spre fuziune arată un nivel mai mare de anxietate datorate unei conștiințe de sine mai mici
Anxietate: culpabilitate	$r = -0,24$	$p < 0,05$	O tendință mai mare spre fuziune arată un nivel mai mare de anxietate datorate unei culpabilități
Anxietate: tensiune ergică	$r = -0,29$	$p < 0,001$	O tendință mai mare spre fuziune arată un nivel mai mare de anxietate datorate unor tensiuni ergice (frustrări ale nevoilor de bază)
Anxietate totală	$r = -0,24$	$p < 0,05$	O tendință mai mare spre fuziune arată un nivel mai mare de anxietate totală
Autosatisfacție în plan relațional	$r = -0,28$	$p < 0,001$	O tendință mai mare spre fuziune arată un nivel mai mic de satisfacție în plan relațional
Autosatisfacție în plan familial	$r = -0,21$	$p < 0,05$	O tendință mai mare spre fuziune arată un nivel mai mic de satisfacție în plan familial

#### 4.2. Caracteristicile celor două categorii de tendințe fuzionale

Valorile comparative ale principalelor variabile pe cele două categorii sunt prezentate în tabelul de mai jos.

Valori medii	Întreg lotul de studiu	1. Deficit simbiotic Fuziune mare Depresie mare	2. Nediferențiere a eului Fuziune mare Separare mare
Număr subiecți	180	9	20
Vârsta medie	30.61	21.33	26.27
<b>Fuziune</b>	<b>2.88 (medie)</b>	<b>1.92 (mare)</b>	<b>1.97 (mare)</b>
Separare	4.08 (medie)	3.9 (medie)	2.76 (mare)
Depresie	5.53 (ușoară)	13 (moderată spre severă)	4.13 (ușoară înspre lipsă)
Coeficient de diferențiere	3.53 (mediu)	2.98 (mic)	2.78 (mic)
Nivel de maturitate	294.23	251.67	233.23
Anxietate totală	38.16 (normală)	51 (foarte puternică)	47.20 (puternică)
Anxietate dată de insecuritate socială	3.87 (normală)	5.67 (mare)	4 (normală)
Anxietate dată de neintegrare socială (conștiință de sine mică)	8.6 (normală spre mare)	10.1 (mare)	11.95 (puternică spre foarte puternică)
Autosatisfacție	42.07 medie spre mare	36 (medie)	36.73 (medie)

După cum se poate vedea din tabelul centralizator cu valori comparative cele două categorii au câteva trăsături principale comune (diferențierea eului mică, autosatisfacție medie), una apropiată (anxietatea totală foarte puternică la prima grupare și puternică la a doua grupare) și câteva diferite (anxietatea dată de insecuritatea socială mare la prima grupare și normală la a doua grupare, nivelul de maturitate mai mic la prima grupare, dar ambele cu nivel de maturitate psihică mai scăzut decât media lotului întreg).

## 5. CONCLUZII

Prezenta lucrare descrie, pe baza unei cercetări cantitative, caracteristicile persoanelor cu tendință la fuziune emoțională, pe de o parte și identifică două tipuri de astfel de tendințe, pe de altă parte.

Tendința la fuziune este prezentă cu o frecvență mai mare la persoanele de gen feminin. Persoanele fuzionabile prezintă un eu mai puțin diferențiat (un eu mai slab – M

Bowen), un nivel de maturitate psihică mai mic, creează o dependență mai mare de celălalt, relațiile sunt însă nesatisfăcătoare, cu nivel de acceptare de sine și a celorlalți mic. Aceste persoane sunt mai puțin creative și trăiesc o anxietate puternică.

Categoria subiecților cu tendință spre fuziune și depresie ridicată (presupuși ca având un deficit simbiotic) se diferențiază de a doua categorie în care tendința la fuziune este asociată cu o tendință la separare mare prin aceea că depresia mare este asociată cu o foarte puternică dată în principal de sentimentul de insecuritate socială. A doua categorie nu dezvoltă o depresie, are un nivel de maturitate psihică și mai mic, iar anxietatea puternică este cauzată în principal de sentimentul neintegrării sociale dat de o conștiință de sine scăzută.

#### **BIBLIOGRAFIE :**

1. Bowen, M. (1978), *Family therapy in clinical practice*, Jason Aronson, New York.
2. Chess, Stella, and Thomas, Alexander (1984), *Origins And Evolution Of Behavioral Disorders: From Infancy To Adult Life*, Harvard University Press, 1984;
3. Mitrofan, I. (coord.), (2000), *Orientarea experiențială în psihoterapie. Dezvoltarea personală, interpersonală și transpersonală*, Ed. SPER, București;
4. Nevis, E., C., (2013), *Terapia gestalt*, ed. Gestalt Books, București;
5. Skowron, E. A., Friedlander, M. L. (1998), *The Differentiation of Self Inventory: Development and Initial Validation*, in *Journal of Counseling Psychology*, vol.45, No.3, 235-246.
6. Stiemerling, Dietmar, (1995), *10 abordări psihoterapeutice ale depresiei*, București, ed. Trei, 2006;
7. Vancea, F. (2009), *Relația fuzională*, în "Europa văzută prin lentila ochelarilor noștri", Tatu C., (coord.), Ed. Psihimedia, Sibiu.
8. Winnicott, Donald., (2004), *Opere 3. Natura umană*, Ed. Trei, București;
9. Winnicott, Donald., (2004), *Opere 4. Procesele de maturizare*, Ed. Trei, București