MEANINGS OF FORGIVENESS IN UNIVERSAL SCIENTIFIC DISCOURSE

Laura – Elena Chiriac, Vlad Ciofu
PhD Student, „Alexandru Ioan Cuza" University of Iaşi, PhD Student, „Alexandru Ioan Cuza" University of Iaşi

Abstract: The objective of the study was to investigate the topic of forgiveness, conceptualized as a personality trait and understood from several perspectives. In a wealth of meanings commonly found in universal scientific discourse, the religious and psychological approaches to forgiveness could be revealed, making the understanding of this mechanism more comprehensive. More than that, we can assume a complementary view of forgiveness, initially perceived as a religious ritual, where people wished to receive forgiveness from the deity, and then by extending the concept to the interpersonal level, where people manifested a need for mutual forgiveness for aggressions suffered. The latter approach shifted the idea of forgiveness from a divine concept to one present at the psychological level, which allowed the identification of several models, dimensions and measurement tools of forgiveness. Not least, the paper aimed to glimpse the explanatory factors of forgiveness present in the psychological narrative. In this regard, it seems that loneliness, machiavellianism, narcissism, psychopathy and perfectionism play an important role in explaining forgiveness as a personality structure.

Keywords: religious forgiveness, psychological forgiveness, loneliness, dark triad, perfectionism

1.1. Sensuri religioase ale iertării

Definirea şi înţelegerea iertării nu este un demers facil, având în vedere numărul mare de accepţiuni şi definiţii care apar în literatura ştiinţifică de specialitate. Conceptul de iertare a fost perceput mai întâi ca un ritual religios, în care oamenii se angajau atunci când doreau să primească iertare de la divinitate. Credinţele iudeo-creştine au extins conceptul de iertare prin promovarea aşteptării de la credincioşi a nevoii de iertare reciprocă pentru agresiunile suferite. Această concepţie a transferat ideea de iertare de la un concept divin la unul prezent la nivel psihologic.

Iertarea este asociată cu multe practici religioase. Enright and the Human Development Study Group (1991) au oferit o descriere teologică a conceptului de iertare. Autorii au subliniat faptul că în Biblia ebraică iertarea se referă la Sala (Dumnezeul care şterge păcatele oamenilor), Kapar (pentru a acoperi răul făcut) şi Nasa (a ridica un păcat). Aceştia se referă de asemenea la conceptele creştine Aphiemo şi Apoulo (a dezlega de păcat), Charizomai (a face o favoare) şi Agape (dragoste necondiţionată). Kamier şi co. (2000) subliniază faptul că ambele concepţii religioase ale iertării divine se concentrează pe căinţă, remuşcare iar în tradiţia creştină pocăinţa nu este necesară pentru apariţia iertării interpersonale.

Deşi iertarea nu este o virtute strict religioasă are la bază o puternică istorie, iar rădăcinile filosofice se află în planul religios. Majoritatea religiilor importante ale lumii pledează pentru o viziune a lumii în care este recunoscută valoarea iertării, deşi aceste concepte religioase ale iertării diferă în multe dintre particularităţi. Cherry (2017) subliniază

faptul că atunci când ne gândim la iertare, ne vin în minte mai multe figuri istorice reprezentative, precum Nelson Mandela, Martin Luther King Jr. şi Iisus din Nazaret. Acestea nu reprezintă doar persoane care au practicat iertarea în privat, ci practicau şi învăţăturile lor publice au ajutat, de asemenea, la realizarea unor schimbări radicale.

1.2. O perspectivă psihologică asupra iertării

Înainte de anii 1930 s-a manifestat un mai mic interes pentru analizarea fenomenului de iertare din perspectivă psihologică. Ulterior, Freud a făcut unele trimiteri psihologice la conceptul de iertare, însă nu s-a aplecat în mod deosebit. Un posibil motiv pentru care conceptul de iertare nu a fost analizat în mod special de psihologie ar fi acela că termenul de iertare a fost de cele mai multe ori asociat cu religia, într-o perioadă în care exista o departajare clară între religie şi ştiinţă. După anii 1980, conceptul de iertare a început să fie tratat în relaţie cu dezvoltarea morală a individului, fiind folosit clinic în planul de tratament psihoterapeutic al pacienţilor. Începând cu anii 90, problematica iertării a intrat tot mai mult în atenţia cercetătorilor din domeniul psihologiei sociale şi clinice, McCullough (2000) fiind unul dintre autorii care s-au afirmat prin analiza atât a personalităţii umane, cât şi a iertării, cercetările sale oferind legitimitate empirică cercetării în domeniul iertării. În concepţia autorului, iertarea este un act prosocial bazat, în mod fundamental, pe un construct motivaţional. Când o persoană se confruntă cu o ofensă interpersonală pot apărea două sentimente potenţiale, iar motivaţiile care stau la baza acestor sentimente diferă. Prima variantă poate fi aceea că persoana vede ofensa ca pe un atac, şi ca urmare sentimentele care sunt generate sunt cele care implică durerea şi sunt dăunătoare. Motivaţia de bază pentru a evita să fii rănit poate face ca persoana să evite contactul cu agresorul. Varianta alternativă poate fi aceea că persoana resimte furie din cauza unui sentiment de nedreptate. Motivaţia subiacentă este cea care-l face pe individ să-şi dorească să se răzbune sau cel puţin să vadă o consecinţă sau un prejudiciu care să i se întâmple transgresorului (McCullough, 2000).

Mai mult, potrivit lui Worthington (1998), iertarea reprezintă motivaţia de a reduce evitarea agresorului la fel ca abandonarea oricărei furii, păstrarea ranchiunei sau a răzbunării faţă de agresor. Totodată iertarea ajută la creşterea concilierii atunci când normele morale pot fi restabilite în acelaşi sau chiar într-un sens mai bun decât erau anterior agresiunii.

În jurul anilor 1990, una dintre cele mai citate definiţii este cea a lui Subkoviack şi co. (1995), care vedeau iertarea ca un răspuns la agresiunea comisă care implică descătuşarea afectelor negative, cogniţiilor, comportamentului şi care poate implica răspunsuri pozitive faţă de agresor. Totodată, iese în evidenţă şi abordarea lui Hargrave (1997) care analiza conceptul de iertare prin două categorii ierarhice superioare: exonerarea şi iertarea. Exonerarea presupune şi ea la rândul ei două etape, inţelegerea generală şi înţelegerea la un nivel mai profund, care mobilizează persoanele care au experimentat injustiţia pentru a ridica nivelul de culpabilitate din partea celui care a cauzat agresiunea. Iertarea include două stadii finale oferind ocazia pentru compensare şi exarcerbare a iertării.

Denmark şi co. (2006) au definit iertarea ca o procedură care implică o schimbare a stărilor afective şi a gândurilor cu privire la indivizii care acţionează comportamente indezirabile. Este o procedură deliberată şi caritabilă determinată de o alegere conştientă de a ierta o persoană care acţionează un comportament inadecvat. Procesul iertării este unul care se realizează treptat, este complicat şi durează. Acest lucru nu este imposibil, dar este dureros şi dificil pentru acei oameni care au fost răniţi, deoarece ei sunt puşi în situaţia în care trebuie să uite şi să ierte un păcătos, chiar dacă nu există o scuză seminficativă din partea lui sau a ei. De altfel, scuzele sunt adesea considerate ca fiind primul pas în procesul iertării (Engel, 2001).

McCullough, Pargament şi Thoresen (2000) susţin că iertarea reprezintă o suită de schimbări prosociale care apar în cazul în care un individ este jignit sau rănit de un partener de relaţie. Când oamenii iartă, motivaţia lor de bază sau tendinţele de acţiune în privinţa transgresorului devin mai pozitive (ex: binevoitoare, amabile, generoase) şi mai puţin negative (ex: răzbunătoare, evitare). Iertarea poate fi considerată o formă specializată de milă, care este un concept mai general care reflect bunătate, compasiune sau clemenţă faţă de un trasngresor, cineva asupra căruia are putere sau autoritate sau cineva în mare primejdie.

Persoanele cu o puternică dispoziţie de a ierta ar aproba declaraţii cum ar fi :

- Când cineva îmi răneşte sentimentele, reuşesc să trec peste asta destul de repede.
- Nu ţin / port ranchiună foarte mult timp.
- Când oamenii mă enervează, de obicei sunt capabil să trec peste sentimentele negative faţă de ei.
- A căuta răzbunare nu ajută oamenii să-şi rezolve problemele.
- Cred că este important să fac tot ceea ce pot pentru a-mi repara relaţiile cu persoanele care m-au rănit sau trădat în trecut.
- Nu sunt tipul de persoană care să facă rău cuiva pur si simplu doar pentru că el sau ea mi-a făcut rău.
- Nu sunt tipul de persoană care petrece ore întregi, gândindu-se cum să facă rău persoanelor care mi-au creat prejudicii (McCullough, Pargament şi Thoresen,2000).

Mullet şi Girard (2000) au încercat, printr-un studiu factorial, să conceptualizeze iertarea. Astfel, au evidenţiat un model de conceptualizare care cuprinde 4 factori şi anume: a) Iertarea ca un comportament moral, un factor evaluativ; b) Iertarea în esenţa ei, făcând trimitere la conceptul propriu zis de iertare (change of heart); c) Iertarea ca pocăinţă, un factor care face trimitere la efectele iertării; d) Iertarea în sens larg, care are în vedere scopul iertării.

În viziunea lui Roberts (1995, p. 290), iertarea dispoziţională este " Dispoziţia de a abandona furia pentru cineva (sau de a se abţine în totalitate să nu se înfurie), care ti-ar fi făcut un rău şi de a adopta o atitudine binevoitoare printr-un răspuns care este caracteristic iertării". Iertarea dispoziţională face posibilă interacţiunea interpersonală şi socială de durată (exemplu: relaţiile cu partenerul, familia, vecinii, colegii şi prietenii). S-a arătat că dispoziţia de a ierta corelează pozitiv cu agreabilitatea, empatia, compasiunea, recunoştinţa şi religiozitatea şi că este asociată negativ cu nevrotismul, furia, ostilitatea, tendinţele paranoice şi răzbunarea. (Fonseca şi co., 2012).

În relaţiile pe care le avem cu semenii noştri ni se întâmplă uneori să fim jigniţi, ofensaţi, trădaţi în încrederea acordată, trataţi nedrept sau limitaţi în drepturile şi opţiunile pe care considerăm că le avem în raport cu ei (Curelaru, 2014). Iertarea este considerată a fi un factor important în menţinerea relaţiilor sănătoase şi bune cu ceilalţi, deoarece are o mulţime de beneficii asupra sănătăţii fizice şi mentale a oamenilor. Oamenii care nu iartă, creează o mulţime de greutăţi pentru sine şi pentru ceilalţi şi întâmpină dificultăţi în a-şi menţine relaţia. Este important să explorăm care trăsături de personalitate implică mai multe tendinţe de a ierta (Denmark şi co., 2006).

Este posibil să resimţim aceasta, subiectiv, ca pe o rănire sufletească, ca pe o încălcare a demnităţii şi a dreptului la iubire şi respect sau, uneori, chiar ca pe o lezare a eului nostru. Reacţiile în faţa unor astfel de situaţii pot fi foarte variate. De exemplu, evenimentul poate fi negat, ne putem depărta de ofensator sau poate chiar să urmărim răzbunarea. Adesea, aceste comportamente sunt însoţite de emoţii negative, cum ar fi resentimentele, furia, frica, dispreţul, jena sau vinovăţia (Curelaru, 2014).

Societatea încurajează, în general, persoanele să-şi ierte transgresorii, deoarece iertarea are un randament bun în ceea priveşte multe aspect psihologice, fiziologice dar şi beneficii sociale. (Exline şi co., 2002).

1.3. Dimensiuni ale iertării

Există un acord general despre ceea ce nu este iertarea. Aşa cum arată Enright, Gassin şi Wu (1992), iar mai recent Freedman şi Zarifkar (2016), cele mai multe cercetării stabilesc că iertarea este diferită de scuză (care implică recunoaşterea faptului că agresorul a avut anumite motive pentru a acţiona şi care este folosită doar în cazul unor categorii legale). Iertarea se diferenţiază şi de reconciliere, aceasta din urmă implicând restabilirea relaţiei. De asemenea, autorii au ajuns la un consens cu privire la faptul că iertarea nu înseamnă toleranţă, ca o stare de bunăvoinţă îndreptată faţă de agresor, fără limită de timp (Recine şi co., 2007) şi nici uitare (eliminarea conştientizării răului) (Freedman şi Zarifkar, 2016). De pildă, aşa cum arăta Goertzen (2003) iertarea diferă, de asemenea de mecanismele de apărare cum ar fi negarea, suprimarea, reprimarea şi disocierea pentru că acestea implică refuzul de a cunoaşte agresiunea. Cu toate acestea, această abordare ştiinţifică nu corespunde simţului comun care asociază iertarea cu reconcilierea şi uitarea (Kearns şi Fincham, 2004).

Faptul că nu există o definiţie unitară pentru conceptul iertare se poate datora unei lipse de consens cu privire la dimensiunile iertării (Toussaint şi co., 2008). Plecând de la cele trei dimensiuni (orientare, direcţie, tipul de răspuns), propuse de Lawler-Row, Scott, Raines, Meirav şi Moore (2007), se poate ajunge la o explicitare cât mai completă a conceptului de iertare, incluzând accepţiunile date acestui concept de către alţi autori care au tratat acest subiect.

Un punct nevralgic în abordările autorilor care au analizat acest concept, îl reprezintă orientarea iertării, în sens intrapersonal sau interpersonal. (Baumeister, Exline şi Sommer, 1998). Iertarea la nivel intrapersonal se concentrează către sine şi se referă la propriile sentimente şi starea de bine a victimei (Paloutzian şi Kalayjian, 2010). În contrast, iertarea la nivel interpersonal pune accent pe ceilalţi şi implică manifestările comportamentale cum ar fi schimbarea interprsonală, aşa cum arată Mooney şi co. (2016) implicând acţiuni de conciliere faţă de agresor. Unii autori au subliniat calitatea iertării la nivel intrapersonal iar alţii s-au concentrat pe dimensiunea interpersonală a iertării. Astfel, potrivit lui Worthington (2006) modele intrapersonale descriu mai bine experienţa iertării decât cele interpersonale, întrucât iertarea doar la nivel interpersonal vizează sensul abstract al conceptului. De obicei, victima nu interacţionează din nou cu o persoană străină şi chiar dacă decide să ierte acest lucru are un impact mic faţă de prietenii şi familia victimei, respectiv grupul social din care aceasta face parte. Cu toate că agresiunea apare într-un context interpersonal, la acest nivel nu este experimentată dispoziţia de ierta.

Unele definiţii ale conceptului de iertare sugerează semnificaţia pozitivă a acestuia, întrucât iertarea nu se reduce doar la aspectele negative, ci implică şi creşterea celor pozitive prin raportare la agresor. (Enright şi The Human Development Study Group, 1991; Worthington, 1998). Pentru a explica acest fenomen, unii autori (Fincham şi Beach, 2002) au analizat conceptul de neiertare în contrast cu care iertarea apare ca un construct pozitiv care implică un răspuns activ de la victimă (persoana care iartă) inclusiv comportamente, gânduri şi sentimente pozitive. De asemenea, nu există un consens între autori cu privire la tipuri de răspuns al iertării. În timp ce unii autori subliniază componentele afective (Berry şi co 2005), alţii pun accent pe alegerile conştiente (DiBlasio, 1998) sau chiar pe răspunsurile fiziologice (Witvliet, 2005). Ceea ce se remarcă este tendinţa de a lega iertarea şi emoţiile atunci când

este descrisă iertarea anumitor agresiuni specifice, respectiv sublinirea legăturii dintre iertare şi comportament , cogniţie şi emoţie atunci când aceasta este tratată ca şi trăsătură.

1.4. Tipologii ale iertării

În concepţia lui McCullough, Hoyt şi Rachal (2002) iertarea poate fi evaluată din perspectiva celui care iartă, fiind definită ca o garanţie a iertării, precum şi din perspectiva agresorului care caută iertarea. McCullough şi Worthington (1994) identifică trei tipuri de iertare: unul care evaluează iertarea ca răspuns la o agresiune particulară, al doilea care se situează la un nivel minim de specificitate şi care poate fi evaluată ca dispoziţia persoanei de a ierta şi un ultim tip care implică tendinţa generală de a ierta cu un specific al relaţiei care presupune un nivel intermediar de iertare.

Thompson şi co. (2005) a extins conceptul de iertare de la iertarea celorlalte persoane la conceptualizarea iertării situaţiilor. Aceşti autori susţin că unele situaţii pot fi ţinta iertării atât timp cât sunt încălcate supoziţiile pozitive ale persoanei care conduc la răspunsuri negative. Pe de altă parte, Enright (1996) a subliniat distincţia dintre iertare şi primirea iertării, care include în definitiv noţiunea de autoiertare, care este definită ca dorinţa de a renunţa la propriile resentimente în confruntarea cu cunoştinţele obiective ale unei persoane cu privire la răul produs, în timp ce compasiunea, generozitatea şi iubirea sunt îndreptate spre propria persoană.

În concluzie, iertarea poate fi clasificată în mai multe categorii. În situaţia în care accentul cade pe victimă, se poate vorbi despre iertare, iar în situaţia în care accentul cade pe agresor ne referim la căutarea iertării. Iertarea poate fi conceptualizată diferit şi în funcţie de ţinta spre care este îndreptată (ceilalţi), către sine sau iertarea situaţiilor. De asemenea, prin referire la actul de primire a iertării, se pot distinge două tipuri de iertare în acord cu persoana care oferă iertarea (ceilalţi sau Dumnezeu).

1.5. Corelate ale iertării în discursul psihologic

Analiza conceptului de iertare impune şi tratarea acestuia în relaţie cu alte variabile prin raportare atât al persoanei agresate, cât şi al agresorului. Astfel, din punctul de vedere al persoanei agresate, empatia, definită ca abilitatea de a percepe gândurile celorlalţi şi de a simţi emoţiile acestora, este în mod larg acceptată ca predictor pentru iertare. (Kimmes & Durtschi, 2016). Un al doilea factor care corelează cu iertarea este ruminaţia agresiunii, care este definită ca o concentrare pasivă şi repetitivă asupra caracteristicilor negative şi dăunătoare ale situaţiei stresante, aceasta implică gânduri intrusive, negative şi amplificarea anxietăţii (Skinner şi co., 2003).

Alţi factori care pot fi asociaţi cu iertarea sunt legaţi de afectivitatea şi starea de dispoziţie şi de furie. Astfel, starea de dispoziţie pozitivă sau negativă poate da naştere unei mari varietăţi de emoţii, cum de altfel acelaşi efect îl are şi furia. De pildă, o stare de dispoziţie pozitivă poate împiedica persoana agresată să-l vadă pe agresor ca pe o ameninţare. În situaţia în care există o legătură între iertare şi furie iar iertarea şi starea de dispoziţie negativă sunt susţinute, starea de dispoziţie pozitivă nu poate avea niciun efect.

Hampes (2016) a scos astfel în evidenţă legătura dintre atribuirile pozitive şi iertare sugerând că unele stiluri de umor pot influenţa de asemenea iertarea.

Din perspectiva agresorului, scuza reprezintă un factor determinant (Riek şi Mania, 2011). Faptul că agresorul manifestă regret, conduce la reducerea furiei şi diminuează recidiva. Cu toate acestea, o relaţie interpersonală de calitate între victimă şi agresor este în strânsă legătura cu dispoziţia de a ierta. În acest sens, McCullough et al. (1998) a explicat felul în care relaţiile pozitive sunt asociate cu iertarea, argumentele pe care conduc la implicarea celor doi subiecţi la procesul de iertare pot fi motivaţia de a păstra relaţiile,

orientarea pe termen lung, interesul acestora de a fuziona, respectiv de a aduce o orientare colectivistă, dorinţa de a experimenta empatia şi de a reinterpreta agresiunea.

Un alt factor care corelează cu iertarea este religiozitatea, demonstrându-se faptul că persoanele care se percep ca religioşi au tendinţa de a acorda o valoare semnificativă mai mare iertării. (McCullough, 2000). Cu toate acestea, religiozitatea este mai mult legată de dispoziţia de iertare decât de tendinţa de a ierta.

S-a constat totodată că genul poate fi analizat în corelaţie cu iertarea, astfel persoanele de gen feminin sunt mai predispuse spre iertare comparativ cu cele de gen masculin (Miller, şi co. 2008).

1.5.1. Singurătate şi iertare

Prin tratarea legăturii dintre singurătate şi iertare, putem înţelege mai bine implicaţiile interpersonale corelate cu reflecţiile intrapersonale, întrucât relaţiile de calitate inferioară pot cauza efecte sociale şi emoţionale nefaste, severe, inclusiv singurătatea. Pe de altă parte, lipsa iertării este asociată cu predispunerea la singurătate. Iertarea este definită ca o posibilitate restaurativă neutră sau prosocială faţă de o persoană, situaţie sau chiar faţă de propria persoană din cauza percepţiei agresiunii, diferenţelor sau greşelii (Yamhure Thompson şi Snyder 2003).

Pornind de la ipoteza că există o asociere între iertarea agresiunii unei alte persoane şi relaţiile sociale ale indivizilor, Day şi Maltby (2005) au efectuat un studiu pe 176 de studenţi de la două universităţi din Anglia, iar rezultatele au arătat faptul că iertarea sinelui şi a situaţiilor negative corelează cu singurătatea socială. Incapacitatea de a se ierta pe sine poate cauza sentimente de solitudine şi izolare, pentru că aceste persoane se pot considera nedemni de a fi iertaţi. Persoanele care se consideră singure din punct de vedere social pot simţi că nu au suficiente relaţii sociale de calitate şi drept rezultat ei accentuează agresiunile suferite pentru că sunt incapabili să se ierte (Day şi Malthby,2005).

1.5.2. Triada întunecată (machiavelismul, narcisismul, psihopatia) şi iertarea

Analizate împreună, machiavelismul, narcisismul şi psihopatia, formează Triada Întunecată şi sunt asociate cu un număr de comportamente antisociale. Giammarco şi Vernon (2014) au studiat relaţia dintre aceste trăsături şi răzbunarea, empatia şi iertarea ca trăsătură. La studiu au participat 219 studenţi de la Universitatea de Vest, din Canada. Rezultatele au arătat că machiavelismul şi psihopatia corelează pozitiv cu răzbunarea emoţională, dar corelează negativ cu corectitudinea judiciară şi deciziile legale judiciare. S-a constat că machiavelismul şi psihopatia corelează semnificativ negativ cu iertarea ca şi trăsătură, discuţiile care angajează viitorul şi preocuparea empatică. Analizele multiple de regresie au scos în evidenţă faptul că machiavelismul, psihopatia, narcisimul şi empatia contribuie semnificativ la prezicerea iertării ca trăsătură. S-a observat totodată faptul că, grija empatică şi discuţiile care angajează viitorul mediază parţial relaţia dintre machiavelism şi iertare, precum şi dintre psihopatie şi iertare. În orice caz atunci când ambii mediatori sunt introduşi , doar grija empatică mediază semnificativ relaţia dintre machiavelism şi iertare.

1.5.3. Perfecţionismul şi iertarea

În ceea ce priveşte perfecţionismul, studiile au arătat faptul că acesta se asociază cu stilul negativ de atribuire pentru evenimentele din viaţa persoanelor (Chang & Sanna, 2001; Flett, Hewitt, Blankstein şi Pickering, 1998), precum şi cu nivelurile scăzute ale iertării ca trăsătură (Kim, Johnson, şi Ripley, 2011, apud Furman şi co., 2017). În anul 2017, Furman şi co. au realizat un studiu în care au analizat dacă dimensiunile perfecţionismului pot fi asociate cu atitudinile şi comportamentele mai puţin iertătoare şi dacă această relaţie este mediată prin tendinţa de a face atribuiri de promovare a conflictelor. Rezultatele au fost confirmatorii.

1.6. Măsurări ale iertării

La nivelul studiilor empirice, au fost dezvoltate mai multe instrumente care au măsurat diferite tipuri şi dimensiuni ale iertării. Acestea au fost clasificate în trei categorii. Prima categorie (McCullough şi co.,2002, McCullough şi Worthington,1994) include iertarea evaluată ca dispoziţie, iertarea episodică şi iertarea diadică. A doua categorie implică garantarea şi căutarea iertării. Cele mai multe instrumente s-au concentrat pe experimentarea de către victimă a dorinţei de a ierta şi nu pe atitudinea agresorului de a căuta iertare de la Dumnezeu sau chiar de la victimă. Această metodă include auto-raportări, observaţii comportamentale şi alte metode.

Unul dintre instrumentele folosite pentru măsurarea iertării este Heartland Forgiveness Scale (Thompson şi co.,2005). Această scală defineşte iertarea prin prisma percepţiei agresiunii ca un răspuns la agresiune, agresor şi sechele suferite în urma agresiunii, transformând efectul negativ al faptei vătămătoare într-unul neutru. Sursa agresiunii şi prin urmare obiectul iertării, poate fi propria persoană, o altă persoană, sau persoane sau situaţii care sunt apreciate ca fiind neconforme cu normele, îndeobşte acceptate.

1.7. Modele ale iertării (teorii, forme)

Wade and Worthington (2006) au prezentat un studiu, bazat pe teoria psihologică socială, în care se doreşte să se evidenţieze distincţia între psihologia iertării şi psihologia neiertării. Modelul a avut la bază mai multe studii potrivit cărora iertarea poate fi înţeleasă ca o reducere a neintertării. Neiertarea este văzută ca o emoţie „ rece “, caracterizată prin resentimente, amărăciune, posibil ură, însoţită de evitare justificată sau represalii împotriva transgresorului. În contrast, iertarea este o alegere internă a victimei (inconştientă sau conştientă) pentru renunţarea la neiertare, şi căutarea reconcilierii cu agresorul este sigură, prudentă şi posibilă în egală măsură. Autorii au presupus că alegerea iertării este facilitată de anumite situaţii care produc o stare emoţională cum ar fi empatia, umorul, sau iubirea, care intră în contrast cu emoţia „ rece “ a neiertării. Prin urmare, iertarea este o modalitate de a reducere a neiertării. Iertarea depinde de impactul relativ emoţional, cognitiv şi psihologic, generat de neiertare în contrast cu experienţele emoţionale disonante. Astfel, balanţa dintre tipul şi intensitatea emoţiilor implicate ar putea explica modul în care apare iertarea. Experienţele consistente ale iertării pot să inhibe apariţia emoţiilor de neiertare prin înlocuirea reacţiilor de neiertare cu cele de iertare.

Modelul lui B. Thompson şi co.

Thompson şi co. (2005) au propus un model cognitiv al iertării şi s-au concentrat pe reformularea ca strategie, astfel cum se poate observa din chiar definirea conceptului de iertare. Agresiunea percepută de victimă este încadrată ca un răspuns al acesteia la răul produs de agresor şi la sechelele lăsate de fapta acestuia, fiind transformate dintr-un sens negativ într-unul neutru sau chiar pozitiv. Sursa agresiunii şi prin urmare obiectul iertării poate fi chiar propia persoană sau alte persoane sau situaţii pe care cineva le vede ca scăpând de sub un anumit control (boală, destin sau dezastru natural) .

Autorii subliniază faptul că un nivel al iertării dispoziţionale ridicat, va corela cu un nivel al depresiei, furiei şi anxietăţii mai scăzut, ceea ce va conduce la o satisfacţie ridicată a vieţii. Rezultatele cercetării au scos în evidenţă faptul că iertarea pare să fie o strategie de adaptare care permite individului să gestioneze situaţiile nefavorabile şi să le adapteze în scopul îndeplinirii unor obiective satisfacătoare în viaţă. Concluziile au fost în concordanţă cu cercetările realizate de către Maltby, Day şi Barber (2005) care au arătat că iertarea îşi asumă o anumită parte ca variabilă defensivă care promovează capacitatea individului de a gestiona stresul psihologic.

Modelul piramidei iertării

Worthington (1998) a fost cel care a dezvoltat acest model, cel al piramidei iertării. În cadrul acestuia, umilința, angajamentul de a ierta și empatia joacă un rol central. Faptul că persoana empatizează cu cel care a rănit-o o face să aibă în vedere toți factorii care ar fi putut să influențeze comportamentul acestuia, în timp ce umilitatea îi aduce aminte victimei de perioada în care şi ea a avut nevoie de iertare. Totuşi, nu este ușor să ierți, de aici venind nevoia de angajament față de aceasta. Există un acronim, şi anume REACH, care a fost folosit, unde fiecare literă corespunde unei trepte a piramidei. Astfel, litera R (Recall the hurt) corespunde primei trepte, respectiv reamintirea răului produs, care presupune reamintirea agresiunii şi a gândurilor asociate acesteia, emoţiilor şi comportamentelor într-un mediu suportiv şi care nu este justiţiar. Litera E (Empathizing with the offender) este cea de-a doua treaptă a piramidei, intitulată empatia cu agresorul, face trimitere la exerciţiul de a imagina gândurile şi trăirile agresorului înainte şi în timpul agresiunii. Litera A (Altruistic gift) vizează altruismul, şi anume dezvoltarea unei stări sănătoase de pioşenie şi angajarea emoţiei de recunoştinţă pentru primirea iertării. Litera C (Commit forgiveness) corespunde însuşi actului de iertare care se poate concretiza prin scrierea sau citirea unei scrisori de iertare care este de dorit să fie trimisă agresorului. Litera H (Hold forgiveness) reprezintă ultima treaptă a piramidei care implică menţinerea şi obţinerea beneficiilor prin iertare.

Aşa cum au subliniat Wade şi co. (2005) modelul REACH s-a dovedit a fi eficient pentru a ajuta să apară iertarea atunci când nu există un tratament, dar nu a fost demonstrată o mare eficienţă la alte condiţii experimentale cum ar fi comunicarea bazată pe intervenţii.

În privința implicațiilor practice, așa cum au arătat și o serie de studii, precum cel realizat de Rasmussen şi co. (2019), apariția procesului iertării este foarte importantă pentru sănătatea persoanei atât cea fizică, cât şi cea psihologică, care a fost rănită de partener. Iertarea ar putea să ajute la reducerea stresului, a afectelor negative care apar în urma unei asemenea situații. În ceea ce privește sănătatea psihologică a iertării, s-a arătat că acest proces reduce riscul depresiei

Modele tipografice ale iertării (engl: Typographic models of Forgiveness)

McCullough şi Worthington (1994) au propus trei modele ale iertării luând în considerare gradul de transformare interioară a celui care iartă în raport cu agresorul precum și motivația de a ierta. De altfel, Venstraa (1992) a sugerat șase moduri de manifestare a iertării după agresiune.Chiar dacă Kaminer şi co. (2000) realizează o categorizare a iertării în cele 3 modele ale iertării, nu sunt stabilite şi niveluri ale iertării, în plus nici modalitatea prin care s-ar putea realiza trecerea de la o categorie la alta.

În accepţiunea lui Trainer (1981, apud McCullough şi Worthington, 1994) iertarea poate îmbrăca mai multe forme : iertarea ca rol aşteptat, care se manifestă în exterior şi este însoţită de stări afective interioare precum frica, anxietatea sau resentimentele, iertarea transferată (expedient forgiveness) , utilizată pentru a dobândi ceva nou şi acordată sub forma bunăvoinţei, iertarea intrinsecă care implică schimbări în trăirile emoţionale şi atitudinea faţă de agresor.

Nelson (1992, apud McCullough şi Worthington, 1994) vorbeşte despre alte trei tipuri de iertare: iertarea detaşată, care include reducerea afectelor negative faţă de agresor, dar nu şi restaurarea relaţiei cu acesta, iertarea limitată, care implică reducerea afectelor negative faţă de agresor, însă şi o parţială restaurare a relaţiei cu acesta, iertarea totală care include o cedare completă totală a emoţiilor negative faţă de agresor şi o restaurare completă şi chiar o creştere a relaţiei cu acesta.

Din punctul de vedere a lui Venstraa (1992) iertarea este văzută ca : perspectivă asupra agresiunii, scuza pentru săvârşirea agresiunii, apologia agresiunii, graţierea agresiunii, o modalitate pentru agresor de a scăpa de blamare, restabilirea adevărului cu agresorul.

Modele de dezvoltare a iertării

Modelele de dezvoltare a iertării reprezintă o adaptare a modelului de dezvoltare morală a lui Kohlberg (Kaminer et al., 2000) şi asociază iertarea cu dobândirea deprinderilor cognitive. Primul model de dezvoltare al iertării a fost cel introdus de Spidell şi Liberman (1981), potrivit cărora există 7 stadii ale iertării, după cum urmează :

- Stadiul 1 : Nevoia de iertare nu este resimţită, vinovăţia apare ca inexistentă. Motivaţia principal este aceea de a obţine plăcere.
- Stadiul 2 : De asemenea, nevoia de iertare nu este resimţită, însă interacţiunea cu ceilalţi duce la apariţia motivaţiei pentru satisfacţia personală.
- Stadiul 3 : Vinovăţia apare datorită aşteptărilor interne; rolul eşecului şi nevoia de aprobare de către celelalte persoane importante pentru individul în cauză conduce la apariţia vinovăţiei.
- Stadiul 4 : Vinovăţia este o judecată obiectivă a comunităţii religioase, încălcarea legilor conduce la apariţia vinovăţiei.
- Stadiul 5 : Decizia individuală prin care sunt acceptate principiile impuse de comunitatea religioasă care garantează binele celorlalţi.
- Stadiul 6 : Vinovăţia şi nevoia de iertare apar ca rezultatul neurmăririi propriului interes
- Stadiul 7 : Recunoaşterea importanţei a graţiei divine ca o unică soluţie de a negocia cu vinovăţia şi cu nevoia de iertare.

Modelul de dezvoltare al iertării propus de Enright şi co. (1989) cuprinde şase stadii : 1. Iertarea răzbunătoare (iertarea este posibilă doar dacă agresorul este pedepsit printr-o metodă care să îi aducă o suferinţă similară cu cea a victimei), 2.Iertarea restaurativă (iertarea apare ca un rezultat al vinovăţiei pentru neiertare), 3. Iertarea aşteptată (care apare ca urmare a presiunii sociale), 4. Iertarea aşteptată din perspectivă juridică ca urmare a presiunii atât a comunităţii religioase cât şi a societăţii, 5.Iertarea ca echilibru social (este utilizată pentru a menţine bunele relaţii), 6. Iertarea ca iubire (creştera posibilităţii de reconciliere cu agresorul)

Nelson (1992) încearcă să analizeze iertarea în raport momentul apariţiei consonanţei. Astfel, primul stadiul este cel de preconsonanţă (motivele iertării includ atât propiul interes cât şi motivaţia de răzbunare. Persoanele se simt rănite chiar şi la cele mai mici agresiuni), al doilea stadiu este cel de consonanţă (iertarea este motivată de necesitatea de a respecta regulile şi concepţia de corectitudine, justiţie şi proprietate), iar ultimul stadiu este cel de postconsonanţă (iertarea este motivată de valorile rezultate din interacţiunea cu ceilalţi).

BIBLIOGRAPHY

Baumeister, R. F., Exline, J. J., Sommer, K. L. (1998). The victim role, grudge theory, and two dimensions of forgiveness. In E. L. Worthington, Jr. (Ed.), Dimensions of forgiveness (pp. 79-104). Philadelphia: Templeton.

Berry, J. W., Worthington, E. L. Jr., O'Connor, L. E., Parrott, L., Wade, N. G. (2005). Forgivingness, Vengeful Rumination, and Affective Traits. Journal of Personality, 73(1), 183-226. doi: 10.1111/j.1467-6494.2004.00308.x

Chang, E. C., Sanna, L. J. (2001). Negative attributional style as a moderator of the link between perfectionism and depressive symptoms: Preliminary evidence for an integrative model. Journal of Counseling Psychology, 48(4), 490–495.https://doi.org/10.1037/0022-0167.48.4.490.

Cherry, M. (2017). Forgiveness, Exemplars, and the Oppressed. In Norlock., K. J. (Eds.), The Moral Psychology of Forgiveness (Chapter 4), New York, Rowman& Littlefield International Ltd.

Curelaru, M., (2014). Iertarea. În .Dafinoiu, I., Boncu, Ş. (Eds.). Psihologie socială clinică, Polirom.

Day, L., Maltby, J., (2005), Forgiveness and Social Loneliness

Denmark et al. (2006). Forgiveness: A sampling of research results. Washington, DC: Office of International Affairs.

DiBlasio, F. A. (1998). The use of a decision-based forgiveness intervention within intergenerational family therapy. Journal of Family Therapy,20, 77–94. doi: 10.1111/1467-6427.00069

Engel, B. (2001). The power of apology: Healing steps to transform all your relationship. Canada: Navta Associates.

Enright, R.D, &The Human Development Study Group. (1991). The moral development of forgiveness. In W. Kurtines& J. Gerwitz (Eds.), Handbook of moral behavior anddevelopment (Vol. 1, pp. 121-152). Hillsdale NJ: Erlbaulm.

Enright, R. D., Gassin, E. A., Wu, C. (1992). Forgiveness: A developmental view. Journal of Moral Development, 21, 99–114. doi: 10.1080/0305724920210202

Enright, R. D., The Human Development Study Group. (1996). Counselling within forgiveness triad: on forgiving, receiving forgiveness, and self-forgiveness. Counselling and Values, 40, 107-126. doi: 10.1002/j.2161-007x.1996.tb00844.

Exline, J. J., Baumeister, R. F., Faber, J., Holland, C. (2002). Can admitting weakness be strength? Seeing one's capability for a similar misdeed predicts forgiveness. Unpublished manuscript, Case Western University, Cleveland, OH.

Fincham, F. D., Beach, S. R. H. (2002). Forgiveness in marriage: implications for psychological aggression and constructive communication. Personal Relationships, 9, 239-251. doi: 10.1111/1475-6811.00016.

Flett, G. L., Hewitt, P. L., Blankstein, K. R., & Pickering, D. (1998). Perfectionism in relation to attributions for success or failure. Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues, 17(2-3), 249–262.https://doi.org/10.1007/s12144-998-1010-y.

Fonseca, M., A. C., Neto, F., Mullet, E. (2012). Dispositional forgiveness among homicide offenders. Journal of Forensic Psychiatry and Psychology, 23(3), p.410-416.

Freedman, S., Zarifkar, T. (2016). The Psychology of Interpersonal Forgiveness and Guidelines for Forgiveness Therapy: What Therapists Need to Know to Help Their Clients Forgive. Spirituality in Clinical Practice, 3(1), 45-58. doi: 2F10.1037/scp0000087

Furman, C. R., Luo, S., Pond, Jr, R. S. (2017), A perfect blame: Conflict-promoting attributions mediate the association between perfectionism and forgiveness in romantic relationships

Giammarco, E. A., Vernon, P. A. (2014). Vengeance and the Dark Triad: The role of empathy and perspective taking in trait forgivingness. Personality and Individual Differences, 67, 23-29.

Goertzen, L. R. (2003). Conceptualizing forgiveness within the context of a reversal theory framework: The role of personality, motivation, and emotion. (Doctoral Dissertation, University of Windsor).

Hampes, W. (2016). The Relationship between humour styles and forgiveness. Europe's Journal of Psychology, 12(3), 338-347. doi: 10.5964/ejop.v12i3.1012

Hargrave, T. D., & Sells, J. N. (1997). The development of a forgiveness scale. Journal of Marital and Family Therapy, 2, 41–62. doi: 10.1111/j.1752-0606.1997.tb00230.x

Kaminer, D., Stein, D. J., Mbanga, I., Zungu-Dirwayi, N. (2000). Forgiveness: toward an integration of theoretical models. Psychiatry, 63(4), 344-357. doi:10.1080/00332747.2000.11024928

Kearns, J. N., Fincham, F. D. (2004). A prototype analysis of forgiveness. Personality and Social PsychologyBulletin, 30, 838–855. doi: 10.1177/0146167204264237

Kimmes, J. G., Durtschi, J. A. (2016). Forgiveness in romantic relationships: the roles of attachment, empathy, and attributions. Journal of Marital and Family Therapy, 42(4), 645–658. doi: 10.1111/jmft.12171

Lawler-Row, K. A., Scott, C. A., Raines, R. L., Edlis- Matityahou, E., Moore, E. W. (2007). The varieties of forgiveness experience: working toward a comprehensive definition of forgiveness. Journal of Religion and Health, 46(2), 233-248. doi: 10.1007/s10943-006-9077-y

Maltby, J., Day, L., Barber, L. (2005). Forgiveness and happiness. the differing contexts of forgiveness using the distinction between hedonic and eudaimonic happiness. Journal of Happiness Studies, 6(1), doi: 1-13. 10.1007/s10902-004-0924-9

McCullough, M. E., & Worthington, E. L., Jr. (1994). Models of interpersonal forgiveness and their applications to counselling: review and critique. Counselling and Values, 39, 1-14.

McCullough, M. E., Rachal, K. C., Sandage, S.J., Worthington, E.L., Jr., Brown, S.W., Hight, T. L. (1998). Interpersonal forgiving in close relationships: II Theoretical elaboration and measurement. Journal of Personality and Social Psychology, 75, 1586-1603. doi: 10.1037/0022-3514.73.2.321.

McCullough, M. E., Pargament, K. I., Thoresen, C. T. (2000). Forgiveness: Theory, research, and practice. New York: Guilford Press.

McCullough, M. E. (2000). Forgiveness as human strength: Theory, measurement, and links to well-being. Journal of Social and Clinical Psychology, 19, p.43–55.

McCullough, M. E., Hoyt, W. T., Rachal, K.C. (2002). What we know (and need to know) about assessing forgiveness constructs. In M.E. McCullough, K.I. Pargament, & C.E Thoresen (Eds.), Forgiveness: Theory, Research and Practice (pp. 64-89). New York: Guilford Press.

Miller, A. J., Worthington, E. L. Jr., McDaniel, M. A. (2008). Gender and Forgiveness: A Meta–Analytic Review and Research Agenda. Journal of Social and Clinical Psychology, 27(8), 843-876. doi: 10.1521/jscp.2008.27.8.843

Mooney, L., Strelan, P., McKee, I. (2016). How forgiveness promotes offender pro-relational intentions: The mediating role of offender gratitude. British Journal of Social Psychology,55, 44–64. doi: 10.1111/bjso.12120

Mullet, É., Girard, M. (2000). Developmental and cognitive points of view on forgiveness. In M. E. McCullough, K. I. Pargament, & C. E. Thoresen (Eds.), Forgiveness: Theory, research, and practice p. 111–132. New York: Guilford Press.

Nelson, M. K. (1992). Purdue University ProQuest Dissertations Publishing, 9229170.

Paloutzian, R. F., Kalayjian, A. (2010). Introduction: Issues and themes in forgiveness and reconciliation. In A. Kalayjian& R. F. Paloutzian (Eds.), Forgiveness and reconciliation: Psychological pathways to conflict transformation and peace building (pp. 3–10). New York, NY: Springer.

Rasmussen, K. R., Stackhouse, M., Boon, S. D., Comstock, K., Ross, R. (2019). Meta-analytic connections between forgiveness and health: the moderating effects of forgiveness-

related distinctions. Psychol Health. May;34(5):515-534. doi: 10.1080/08870446.2018.1545906. Epub 2019 Jan 11. PMID: 30632797.

Recine A.G., Werner, J.S, &Recine, L. (2007). Concept analysis of forgiveness with a multi-cultural emphasis. Journal of Advanced Nursing, 59(3), 308–316 doi: 10.1111/j.1365-2648.2007.04343.

Riek, B. M., & Mania, E. W. (2011). The antecedents and consequences of interpersonal forgiveness: A meta-analytic review. Personal Relationships, 19, 304–325. doi: 10.1111/j.1475-6811.2011.01363.x

Roberts, R. C. (1995). Forgivingness. American Philosophical Quarterly, 32, p.289–306.

Skinner, E. A., Edge, K., Altman, J., Sherwood, H. (2003). Searching for the Structure of Coping: A Review and Critique of Category Systems for Classifying Ways of Coping. Psychological Bulletin, 29(2), 216-269. doi: 10.1037/0033-2909.129.2.216.

Spidell, S., Liberman, D. (1981). Moral Development and the Forgiveness of Sin. Journal of Psychology and Theology, 9(2), 159–163.https://doi.org/10.1177/009164718100900205.

Subkoviak, M. J., Enright, R. D., Wu, C., Gassin, E. A., Freedman, S., Olson, L. M., &Sarinopoulos, I. (1995). Measuring interpersonal forgiveness in late adolescence and middle adulthood. Journal of Adolescence, 18, 641–655. doi: 10.1006/jado.1995.1045

Thompson, L. Y., Snyder, C. R., Hoffman, L. (2005). Heartland Forgiveness Scale.

Toussaint, L. L., Williams, D. R., Musick, M. A., & Everson-Rose, S. A. (2008). The association of forgiveness and 12-month prevalence of major depressive episode: Gender differences in a probability sample of U.S. adults. Mental Health, Religion & Culture, 11(5), 485–500. https://doi.org/10.1080/13674670701564989

Veenstra, G. (1992). Psychological concepts of forgiveness. Journal of Psychology and Christianity, 11(2), 160–169.

Wade, N. G., Worthington, E. L. Jr., Meyer, J. E. (2005). In search of a common core: a content analysis of interventions to promote forgiveness. Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training, 42(2), 160–177. doi: 10.1037/0033-3204.42.2.160

Wade, N. G., Worthington, E. L. Jr., Haake, S. (2009). Comparison of explicit forgiveness interventions with an alternative treatment: a randomized clinical trial. Journal of Counselling & Development, 87, 143-151. doi: 10.1002/j.1556-6678.2009.tb00561.x

Witvliet, C. V. O. (2005). Unforgiveness, forgiveness, and justice: Peripheral physiology findings. In E.L. Worthington, Jr. (Ed.), Handbook of Forgiveness. (pp.305-319). Brunner-Routledge.

Worthington, E. L., Jr. (1998). Dimensions of forgiveness: Psychological research and theological perspectives. Philadelphia: The Templeton Foundation Press.

Worthington, E. L., Jr. (2006). Forgiveness and Reconciliation: theory and application. New York: Taylor & Francis Group

Yamhure-Thompson, L., Snyder, C. R. (2003). Measuring forgiveness. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds.), Positive Psychological Assessment: A Handbook of Models and Measures. Washington: American Psychological Association.