SEJ
SPOŁECZEŃSTWO
EDUKACJA
JĘZYK

Tom 21/2025, ss. 258-273
ISSN 2353-1266
e-ISSN 2449-7983
DOI: 10.19251/sej/2025.21(17)
www.sej.mazowiecka.edu.pl
Otrzymano: 18.03.2025
Zaakceptowano: 16.06.2025
Opublikowano: 30.06.2025

Ewa Wiśniewska
Akademia Mazowiecka w Płocku
ORCID ID: 0000-0003-1894-1768

SŁOWA JAKO NARZĘDZIA W BUDOWANIU RELACJI RODZICE-DZIECI

WORDS AS TOOLS IN BUILDING PARENT-CHILD RELATIONSHIPS

Streszczenie
Niniejszy tekst podejmuje problematykę komunikacji w rodzinie w kontekście języka i słów wypowiadanych przez rodziców do dzieci. Celem niniejszej pracy jest namysł nad pierwszoplanową rolą rodziny jako środowiska, które dostarcza zasadniczych doświadczeń w zakresie komunikacji interpersonalnej. Artykuł ukazuje zatem doniosłą rolę komunikacji rodzicielskiej w budowaniu relacji w rodzinie oraz uzasadnienie mocy słów wypowiadanych przez rodziców w budowaniu oraz niszczeniu relacji z dziećmi. Słowa kierowane przez rodziców do dzieci kształtują bowiem ich wzajemne relacje, kulturę komunikacyjną a w konsekwencji modele życia współczesnej rodziny i człowieka.

Słowa kluczowe rodzina, rodzice, dzieci, słowo, etyka słowa, komunikacja interpersonalna, relacje międzyludzkie

Abstract
This text addresses the issue of communication within the family in the context of language and words spoken by parents to their children. The aim of this work is to reflect on the primary role of the family as an environment that provides essential content for experiences in interpersonal communication. The article therefore highlights the important role of parental communication in building family relationships and justifies the power of words spoken by parents in building and destroying relationships with children. The words spoken by parents to their children shape their mutual relationships, communication culture and, consequently, the models of contemporary family and human life.

Keywords family parents, children, words, word ethics, interpersonal communication, interpersonal relationships.

Wprowadzenie

Nie ulega wątpliwości, że zjawiska takie jak globalizacja, rozwój technologii informacyjnych, konsumpcjonizm mają zasadniczy wpływ na młode pokolenie, kształtując nowe, odmienne od dotychczasowych modele życia, określając zakres potrzeb oraz charakter relacji międzyludzkich. Panujący współcześnie styl życia i model kultury popularnej niejednokrotnie prowadzą u dzieci i młodzieży, pozbawionych umiejętnego i dojrzałego patronatu wychowawczego ze strony rodziców, do przejawiania przez nich niepożądanych, a czasem patologicznych zachowań, problemów ze zbudowaniem adekwatnego obrazu siebie i swoich możliwości oraz wartościowych relacji z otoczeniem.

Kwestia budowania dobrych relacji jest bardzo ważna dla naszego życia. A wszystko zaczyna się w rodzinie, która jest pierwszym i zasadniczym środowiskiem budowania tych relacji. Rozważania podjęte w niniejszym opracowaniu mają zatem za cel przybliżenie roli komunikacji werbalnej (słowa mówionego) zarówno w budowaniu, jaki i niszczeniu relacji rodziców z dziećmi.

Celem niniejszej pracy jest namysł nad kluczową rolą rodziców w kształtowaniu kultury komunikacyjnej w rodzinie oraz odpowiedź na pytanie: Jaką rolę pełni komunikacja rodzicielska w budowaniu relacji w rodzinie? Biorąc pod uwagę zadane pytanie, mające pomóc w rekonstrukcji obrazu rodziny jako środowiska komunikacji i relacji, sformułowano tezy porządkujące i wyjaśniające kierunek podjętych poszukiwań i analiz, mianowicie:

- Rodzina jest pierwszym i podstawowym, wręcz niezbędnym środowiskiem życia i wychowania dzieci ze względu na fakt, że dostarcza ona zasadniczych treści doświadczeń, koniecznych dla rozwoju i kształtowania odpowiednich dyspozycji dzieci.
- Rodzice są dla dziecka pierwszymi partnerami w interakcjach społecznych, pierwszymi nauczycielami i najbliższymi wzorami do naśladownictwa oraz identyfikacji; także w zakresie komunikacji i budowania relacji.

- Istotnym elementem funkcjonowania rodziny jako grupy społecznej jest język, jako specyficzne narzędzie porozumiewania się jej członków. W słowach jest ukryta moc budowania, ale również niszczenia relacji w rodzinie. Słowa mówione przez rodziców do dzieci rezonują w nich niemal natychmiast.

Rodzina i rodzicielstwo

Już w czasach starożytnych rodzina stanowiła podstawową komórkę społeczną. Arystoteles dowodził, że w rodzinie, jak w soczewce odzwierciedla się całe społeczeństwo. Także w czasach nowożytnych zauważano, że rodzina stanowi podstawową jednostkę społeczną, bo to z rodzin, a nie pojedynczych osób, składa się społeczeństwo.

Wielu autorów - pedagogów, psychologów, socjologów - definiując rodzinę wskazuje przede wszystkim na jej istotę, rodzaje, funkcje i zadania. M. Brzezińska podsumowując swoje rozważania na temat rodziny, poprzedzone analizą szeregu definicji wybranych autorów, stwierdza, że:„ Rodzina to pierwotna, podstawowa jednostka (formacja) społeczna, która charakteryzuje się specyficznymi cechami – zmiennymi w czasie i zależnymi od wieku jej członków - związanymi z następującymi komponentami:

1) Skład i struktura – rodzinę tworzą rodzice związani małżeństwem, żyjący w związku partnerskim lub samotne matki/ ojcowie/ opiekunowie oraz dzieci własne, adoptowane lub przyjęte pod opiekę; rodzice (opiekunowie) są odpowiedzialni za bezpieczeństwo, rozwój i wychowanie dzieci.
2) Układ ról i pozycji – w tradycji, ale i nieraz współcześnie, mamy do czynienia z układem patriarchalnym (z dominacją ojca w rodzinie), matriarchalnym (z dominacją matki), egalitarnym – w którym wszyscy mają równe prawa i w szczególności dzieci traktuje się podmiotowo, demokratycznym – wszyscy mają równe prawa i wspólnie podejmują decyzje dotyczące ogółu; często są to też układy mieszane.
3) Wartości i normy – rodzina powinna posiadać określony system wartości i norm, który starsze pokolenie przekazuje dzieciom i młodzieży, szczególnie chodzi tu o wartości i normy: zdrowotne, kulturowe, moralno-społeczne, poznawczo-intelektualne, estetyczne, twórcze.
4) Więzi osobowe, emocjonalne – ważnym spoiwem dla członków rodziny są relacje emocjonalne, duchowa jedność we wzajemnych kontaktach i dążeniach, miłość, zaufanie, troska, bycie ze sobą „na dobre i na złe", dzielona ze sobą radość z sukcesów i wspólne przezwyciężanie trudności.
5) Więzi rzeczowe, materialne – rodzina posiada wspólny dom (mieszkanie), wspólną własność, charakteryzuje ją jedność w prowadzeniu gospodarstwa domowego i inwestowaniu, podejmowane działania rodziny są celowe i zmierzają do polepszenia warunków życia jej członków.

6) Cele bieżące i perspektywiczne – działania rodziny są celowe i w sposób ciągły ukierunkowane na wszechstronny rozwój i wychowanie dzieci, kształtowanie osobowości, rozwijanie zdolności, umiejętności, talentów, samodoskonalenie się, natomiast perspektywicznie – na przekazywanie dziedzictwa kulturowego, zapewnienie ciągłości biologicznej społeczeństwa składającego się z rodzin, a nie z pojedynczych osób" (Brzezińska, 2014, s.20-21). Autorka podkreśla też zmienność cech charakteryzujących rodzinę, bo na przykład w rodzinie posiadającej małe dzieci inny będzie układ ról i pozycji niż w rodzinie, w której żyje młodzież licealna i studenci.

Dlaczego rodzina jest ważna a wręcz niezbędna? Niezbędność rodziny „wynika nie z tego, że jest pierwszym środowiskiem życia, ale z tego, że tylko ona dostarcza zasadniczych treści doświadczeń, koniecznych dla rozwoju i kształtowania odpowiednich dyspozycji dziecka" (Kukułowicz, 2004, s. 43). Wobec powyższego także wychowanie w rodzinie jest cenne i wyjątkowe. „Każda rodzina jest dla dzieci swoistym światem, niepowtarzalnym, różniącym go od innych rodzin. Inność stosunków rodzinnych, silne więzi emocjonalne, spontaniczne, bezpośrednie, interakcje pomiędzy członkami rodziny, stałe, codzienne obcowanie ze sobą, nieograniczone możliwości indywidualnych kontaktów, wspólne tradycje, obyczaje, normy, wartości, wzajemna odpowiedzialność i troska za siebie, wspólne dążenia, pomoc dziecku w zaspokojeniu jego potrzeb – tworzą klimat życia rodzinnego, budując i kształtując osobowość dziecka" (Izdebska, 2003, s.71).

Do prawidłowego rozwoju dziecka potrzebny jest dom i rodzice zapewniający mu odpowiednie, zgodne ze swoimi możliwościami, materialne i duchowe warunki egzystencji. J. Izdebska zaznacza, że dobre i złe doświadczenia, jakie człowiek wynosi z domu rodzinnego, wpływają na jego późniejsze losy, ponieważ „(...) z jakim bagażem doświadczeń i przeżyć dziecko w przyszłości będzie wchodziło w dorosłe życie, w olbrzymim stopniu decyduje jego dom rodzinny, wyniesione z niego bogactwo „duchowe". Człowiek bowiem „nosi" w sobie przez całe życie nie tylko trwałe wspomnienie swojego domu rodzinnego, ale ukształtowane w nim określone postawy, emocje, cechy charakteru, system wartości. Dlatego też niezwykle ważne jest to, w jakim domu dziecko wzrasta" (Izdebska, 2006, s. 136).

D. Field proponuje typologię pięciu systemów rodzinnych, opierającą się na różnicach w zakresie granicy pomiędzy podsystemami rodzice – dzieci, wyróżniając rodziny: chaotyczne, władzy, nadopiekuńcze, uwikłane, związków. Rodzinę chaotyczną cechuje brak więzi, poczucia bezpieczeństwa, jest ona źle zorganizowana, pełna problemów i konfliktów, a dzieci są ignorowane lub wykorzystywane przez niekonsekwentnych, niesprawiedliwych, kierujących się własnymi nastrojami, rodziców. W rodzinie władzy wspomniana granica jest bardzo wyraźna: najważniejsze są obowiązki dziecka, rodzice są rygorystyczni, krytyczni, nie stosują pochwał, nie ma tu miejsca na spełnia-

nie potrzeb emocjonalnych dzieci. Rodzina nadopiekuńcza kultywuje tradycje rodzinne, uwaga rodziców skupia się na dzieciach; te mają władzę nad rodzicami, których dominującym stylem jest dawanie; dzieciom nie stawia się wymagań, nie odmawia im się, wszyscy się wspierają, ale unika się rozmów o trudnych problemach. W rodzinie uwikłanej dorośli są skupieni na sobie, a wychowanków traktuje się w sposób instrumentalny, mają przede wszystkim zaspokoić potrzeby zaborczych rodziców, którzy obsesyjnie pielęgnują uzależnienie dzieci od siebie i uniemożliwiają im samodzielność oraz ogólnie rozwój. Z kolei w rodzinie związków, najbardziej pożądanej, członków rodziny łączy więź, ale zachowują swą odrębność, rozwijają swe zdolności i talenty, respektuje się ich autonomię, prawa i uczucia, rodzice ustalają i egzekwują zasady, wspierają dzieci, okazują im miłość i zrozumienie, zapewniają poczucie bezpieczeństwa. Ważna jest tu właściwa komunikacja, porozumienie, rozwiązywanie problemów. Prawidłowo funkcjonująca rodzina znajduje sensowny kompromis między chaosem a nadmiernie sztywnymi zasadami, zaufaniem a kontrolą, wyręczaniem a ignorowaniem, zbyt ostrą krytyką a za dużym folgowaniem (Brzezińska, 2014, s. 145-146).

Rodzicielstwo jest zatem niezwykłym zadaniem, wiążącym się z wieloma wyzwaniami. Niewątpliwie zmienia człowieka i jego życie na zawsze, przewartościowuje wiele spraw. „Spośród wszystkich rodzajów działalności człowieka rodzicielstwo stanowi jedną z najważniejszych aktywności ludzkich, determinujących życie dziecka oraz jego rodziców. Poza szeregiem obowiązków związanych z pełnieniem roli rodzica rodzicielstwo niesie ze sobą możliwość dalszego rozwoju własnej osobowości, satysfakcję z bycia rodzicem, większą pewność siebie, lepsze samopoczucie, perspektywę nowych wyzwań, ale niekiedy również poczucie frustracji, obawy oraz świadomość poniesionych porażek wychowawczych" (Brągiel i in., 2013, s.9-10).

Oddziałując na dziecko, człowiek dorosły pośrednio oddziałuje więc również na siebie, czyli wychowanek wpływa także na wychowującego. „Całe nasze życie utkane jest z matki i ojca. Nasza emocjonalność i cała psychika jest z naszych rodziców. Nie uczymy się, czy to były zaplanowane i przemyślane zachowania czy reakcje i postepowanie spontaniczne, odruchowe, chaotyczne. Każdego dnia rodzice oddziałują na nasze emocje i psychikę. Działa na dzieci ich dobroć, życzliwość, zgoda, miłość, ale też i wrogość, nieżyczliwość, kłótnie i nieporozumienia. Do tego tak bardzo jesteśmy przyzwyczajeni, że nie wyobrażamy sobie innego macierzyństwa i ojcostwa" (Augustyn, 2003, s.82).

Także Z. Mysłakowski pisał o tym, jak ważne jest odpowiednie i odpowiedzialne rodzicielstwo. „Matka i ojciec – odpowiednio przygotowani i w odpowiednich warunkach – mogą mu dać zapas światła i ciepła na całe życie. Wychowanie rodzinne, jeżeli nie jest karykaturą i jeżeli nie jest ograniczone ciasnym egoizmem rodziców, jeżeli jest odpowiednio skompensowane przez czynniki społeczne – jest niczym nie zastąpioną formą bytowania dziecięcego. Żadne żłobki, internaty itp. fabryki wychowawcze nie mogą mu zastąpić tej formy" (Mysłakowski, 1965, s. 301).

T. Gordon dzieli rodziców na trzy grupy. Pierwsza z nich, to zwycięzcy, którzy: bronią i podkreślają swoje prawo, autorytet i władzę sprawowaną nad dzieckiem. Posługują się zakazami i groźbą kary, nakładają ograniczenia i żądają określonego zachowania, wydają polecenia i oczekują posłuszeństwa. Druga kategoria to, mniej liczni, rodzice zwyciężeni. Ci zapewniają swym wychowankom dużo swobody, nie uznają metod autorytatywnych, w świadomy sposób unikają ograniczania, a kiedy między potrzebami dziecka i ich własnymi zachodzi konflikt, kierują się interesem dziecka. Najliczniejszą grupę stanowią osoby określone jako chwiejne, które nie potrafią przyjąć konsekwentnie żadnej z powyższych postaw, przez co chwieją się w usiłowaniach wypracowania mieszaniny obu z nich, składającej się po części z surowości, po części z ulegania, twardości i łagodności, ograniczania i cierpliwości, zwyciężania i podlegania (Gordon, 1994, s. 16) .

Nie ulega wątpliwości, że należyte wypełnianie obowiązków i ról rodzicielskich decyduje wysokiej wartości rodzinnego środowiska wychowawczego. A to z kolei w dużym stopniu zależy od postaw rodziców wobec dziecka. Właściwe postawy rodzicielskie i ich przeciwieństwo to przede wszystkim:

- akceptacja dziecka – odtrącanie go;
- współdziałanie – postawa unikająca;
- dawanie mu rozumnej swobody – nadmierne ochranianie i pobłażliwość;
- uznawanie jego praw – nadmierne wymaganie (Ziemska, 1979, s. 92-94).

Rodzice są więc dla dziecka pierwszymi partnerami w interakcjach społecznych, zaspokajają podstawowe potrzeby psychiczne dziecka, są najbliższymi wzorami do naśladownictwa i identyfikacji, poprzez którą dzieci uczą się zachowań i postaw.

Należy także podkreślić, że w każdej rodzinie, nawet najlepiej funkcjonującej, zdarzają się kryzysy. Badania wykazują, że większość rodziców popełnia różne błędy wychowawcze, przede wszystkim w sytuacjach konfliktowych. Są trzy główne sposoby reakcji w takich sytuacjach: albo konsekwentne obstawanie przy swoim i podsycanie konfliktu – co nie daje szans na rozwiązanie go, albo ustąpienie jednej ze stron i wtedy pojawiają się niewielkie szanse na rozwiązanie, albo wreszcie wspólne rozwiązanie go dzięki analizie przyczyn i znalezieniu wyjścia zadowalającego obie strony. Tylko trzecie kompromisowe podejście może całkowicie wyeliminować nieporozumienie i zakończyć spór (Olubiński, 2001, s. 41). W tym ostatnim przypadku sytuacje problemowe mogą mieć pozytywny skutek dla jakości relacji rodzicielskiej. Zdaniem wspomnianego wcześniej T. Gordona„ konflikt jest bowiem chwilą prawdy relacji między rodzicami a dzieckiem – próbą zdrowia, kryzysem, który może ich osłabić lub umocnić, rozstrzygającym wydarzeniem. Konflikty mogą ludzi rozdzielać lub pociągać do (...) zgody; mogą prowadzić do zaciętej walki lub głębszego wzajemnego zrozumienia. (...) Decydującym czynnikiem jest jednak nie to, jak wiele konfliktów występuje, ale sposób, w jaki zostają rozwiązane" (Gordon, 1994, s. 142, 150).

Komunikacja rodzicielska

Nie można odmówić rodzicom ich troski o to, aby ich dzieci potrafiły wyrażać siebie, nawiązywać relacje i odnajdywać się w społeczeństwie. Jednak w codziennej praktyce często popełniają błędy, które utrudniają rozwój zdolności komunikacyjnych dziecka. Komunikacja odbywa się w przestrzeni relacji. Jest czymś więcej niż słowami, których używamy do wyrażenia swoich myśli. Komunikacja rodzicielska zaczyna się w postawie, którą rodzice przyjmują względem uczuć, potrzeb, a w końcu także myśli i wyborów swojego dziecka. Wszystkie słowa, które kierują do dziecka, mają początek w ich własnych historiach i jednocześnie stają się prototypem dialogu wewnętrznego, który opracuje zabierze w swoją dorosłość. Komunikacja rodzicielska jest więc ogromną odpowiedzialnością. Dlatego warto zwrócić uwagę na kilka jej czynników.

Podstawowym warunkiem komunikowania się z dzieckiem jest bezwarunkowa akceptacja, ponieważ tego potrzebuje dziecko od rodziców, aby wzrastać i realizować swój potencjał. Postawa akceptacji wiąże się z fundamentalnym przekonaniem, że człowiek jest wartościowy dokładnie taki, jaki jest. Niezależnie od światopoglądu, statusu materialnego, orientacji czy koloru skóry, posiada podstawowe potrzeby: zarówno te fizjologiczne (sen, odpoczynek, jedzenie), jak i emocjonalne (bezpieczeństwa, miłości i przynależności, szacunku i uznania). Bezwarunkowa akceptacja to zbiór słów i zachowań, którymi komunikujemy ważnym dla nas osobom, że widzimy je niezależnie od tego w jakim stopniu spełniają nasze oczekiwania. Podejmujemy wysiłek, aby zobaczyć drugą osobę z jej emocjami i nie idziemy drogą na skróty – dawania rozwiązań i rad. W praktyce możemy jednak spotkać się z tzw. akceptacją warunkową, kiedy rodzic swoją postawą komunikuje, że liczą się jedynie jego oczekiwania i pomysły na to jakie ma być jego dziecko. Takie nastawienie rodzica odbiera sprawczość i zdolność do autonomicznego podejmowania decyzji, a także rozwija zależność samooceny od osiągnięć.

Komunikacja to kluczowy element rozwoju dzieci. Warto zauważyć, że dzieci, nawet te bardzo małe, mają swoją unikalną formę komunikacji, wyrażającą ich potrzeby, emocje czy pragnienia. Ważne jest, aby dorośli umieli dostrzegać te przejawy, ponieważ ignorowanie ich może prowadzić do frustracji zarówno dziecka, jak i opiekuna. Sposobów na zrozumienie komunikacyjnych potrzeb dzieci jest wiele, a podstawowym jest obserwacja ich zachowań, gdyż zwracanie uwagi na gesty, mimikę i reakcje dziecka dostarcza cennych wskazówek o jego potrzebach. Kluczową jest jednak otwarta rozmowa oraz także tzw. aktywne słuchanie, czyli słuchanie, co dziecko próbuje nam przekazać, nawet jeśli jego komunikacja jest ograniczona np. ze względu na wiek. Należy również dodać, że każde dziecko jest inne. Niekiedy to, co działa najlepiej dla jednego, może być nieefektywne dla innego. Są też czynniki, jak np. stres czy niepokój u dziecka, które mogą blokować chęć komunikacji. Warto zatem dbać o elastyczność w podejściu do każdego dziecka.

W domach odbywa się wiele rozmów, które jednak nie zawsze prowadzą do skutecznej komunikacji. Błędy rodziców, często nieświadome, które popełniają w codziennych interakcjach, mogą znacząco wpłynąć na przebieg ich komunikacji z dziećmi. I tak często dorośli zbywają uczucia dzieci jako błahe, co sprawia, że te czują się niedoceniane i nierozumiane. Ważne jest więc, by okazać empatię wobec ich odczuć. Także używanie skomplikowanego słownictwa lub abstrakcyjnych pojęć może zniechęcać dzieci do komunikacji. Proste zdania i jasne wyrażenia są kluczem do skutecznej wymiany myśli, natomiast formalny język dorosłego może je odstraszać, przez co trudniej im otworzyć się w rozmowie. Dorośli także zbyt szybko wyciągają i przedstawiają gotowe wnioski, co może skutkować zatrzymywaniem się na powierzchownym poziomie rozmowy.

Kluczem do budowanie zaufania i otwartości w relacji między dzieckiem a dorosłym jest słuchanie. Dlatego warto słuchać, a nie tylko mówić. W komunikacji, zarówno z dorosłymi, jak i z dziećmi, często koncentrujemy się na tym, co mamy do powiedzenia, zapominając o wartości płynącej z aktywnego słuchania, a słuchanie to umiejętność, która umacnia więzi między rozmówcami. Jednym z najważniejszych aspektów słuchania jest to, że pozwala ono nam zrozumieć perspektywę drugiej osoby. Kiedy więc dzieci widzą, że ich zdanie ma znaczenie, czują się docenione i bardziej skłonne do otwartego dzielenia się swoimi myślami. H. Rylke przekonuje: „Dziecka nie wystarczy raz poznać. Trzeba je poznawać stale. Poznajemy się będąc ze sobą w kontakcie, patrząc, słuchając, pytając, obserwując reakcje na różnych ludzi i sytuacje [...] Znaczenie, jakie dziecko przypisuje różnym zdarzeniom, pojęciom, symbolom, najlepiej odczytywać, słuchając go uważnie, gdy samo o sobie opowiada. Nie bądźmy niecierpliwi, nie mówmy i nie pytajmy za wiele, nie oceniajmy. Słuchajmy uważnie i pokazujmy, że nas to interesuje" (Rylke, 1999, s. 112).

A więc żeby aktywnie słuchać przede wszystkim należy chcieć słuchać, czyli rozmawiając po prostu nastawić się na słuchanie. Często zabiegani rodzice słuchają dziecka „jednym uchem", robiąc w tym czasie coś innego. To jedna z barier w komunikacji interpersonalnej i błąd, jaki popełniamy wszyscy w stosunku do innych ludzi. W relacjach z naszymi dziećmi powinniśmy jednak znaleźć (albo wyczuć, kiedy jest najodpowiedniejszy) czas na rozmowy budujące bliskość. Wartościowe i niedoceniane jest wspólne spędzanie czasu, który integruje wszystkich członków, ale zadbać należy także o okazje do budowania bliskości w kontakcie jeden na jeden.

Kiedy już rodzice będą słuchać, muszą pamiętać, że to jednak nie wystarczy do tego, żeby rozumieć dzieci. Trzeba jeszcze: wstrzymać się od pochopnego ich oceniania i osądzania. Dziecko bowiem, poza tym, że chce być zrozumiane przez rodziców, chce również być przez nich docenione, np.: za wysiłek jaki wkłada ono w naukę. A przecież docenianie innych niewątpliwie bardzo motywuje ich do dalszego podejmowania działań, które zostały docenione. Najważniejszymi elementami w docenianiu innych

jest szczerość i konkretność, co z kolei w bardzo dobry sposób przejawia się w okazywaniu innym wdzięczności. Kiedy komuś za coś dziękujemy, zazwyczaj robimy to szczerze, ponieważ naprawdę doceniamy to, co ktoś dla nas zrobił. Robimy to konkretnie, ponieważ dziękujemy za jakieś konkretne dobro, które otrzymaliśmy od niego. Wdzięczność jest potężnym narzędziem budowania naprawdę szczerych i autentycznych relacji, choć wydaje się, że nie jest już tak bardzo ceniona jak kiedyś, a jej okazywanie może być uważane za oznakę słabości. Jednak jej okazywanie ma ogromną moc budowania dobrych relacji i poprawy emocji. Dlatego w rodzinach pamiętajmy o wdzięczności za sprawy oczywiste i codzienne, np. wobec najbliższych, którzy wykonują domowe prace. Przyjmujmy komplementy z wdzięcznością, używajmy słowa „dziękuję" i róbmy to szczerze.

Atmosfera, w której dziecko czuje się zrozumiane i doceniane, może swobodnie wyrażać swoje myśli. Wpływa to na jego zdolności komunikacyjne. Szczególnym elementem w rozmowach z dziećmi jest cierpliwość, która często bywa niedoceniana przez dorosłych. Dzieci, zwłaszcza w młodszym wieku, potrzebują więcej czasu na przetworzenie informacji oraz na formułowanie swoich myśli. W sytuacjach, gdy rodzice słyszą coś, co ich niepokoi lub irytuje, w naturalnym odruchu szybko reagują. Niestety, wtedy często gubią esencję komunikacji. W ferworze codziennych obowiązków rodzice zapominają o tym, jak ważne jest, aby poświęcić uwagę temu, co mówi ich dziecko. Okazywanie zainteresowania i zrozumienie jego punktu widzenia sprzyja budowaniu relacji, a zachęcanie dziecka do zadawania pytań i wyrażania swoich myśli, stwarza także przestrzeń do eksploracji i rozwijania rodzicielskiej zdolności argumentacji. Ponadto, kiedy rodzice okazują cierpliwość, dzieci uczą się, że warto słuchać i wyrażać siebie w spokojny sposób. Cierpliwe pytania rodziców zachęcają dzieci do myślenia krytycznego i dokładnego wyrażania swoich myśli. Rodzice, dając dzieciom czas na wyrażenie siebie, mogą zminimalizować sytuacje, w których dochodzi do nieporozumień lub frustracji. Nie należy więc lekceważyć roli cierpliwości w rozmowach z dziećmi.

Rozważając temat komunikacji rodzicielskiej nie sposób nie dodać, że rodzice są pierwszymi nauczycielami komunikacji dla swoich dzieci. To w ich codziennych interakcjach dzieci zdobywają pierwsze doświadczenia i umiejętności komunikacyjne, które będą im towarzyszyć przez całe życie. Niestety, nie zawsze świadomie wykorzystują ten potencjał. Najważniejsze aspekty, na które rodzice powinni zwrócić uwagę w tej kwestii to: poprawne wzorce językowe, otwartość na rozmowę (pytania), aktywne słuchanie, ale także mowa ciała, czyli gestykulacja, ekspresja emocji i kontakt wzrokowy. Dzieci uczą się przez naśladowanie. Słownictwo, ton głosu oraz sposób wyrażania emocji przez rodziców mają ogromny wpływ na to, jak dzieci będą komunikować się w przyszłości. Komunikacja to nie tylko słowa, bo np. używanie rąk wzbogaca przekazy i czyni je bardziej zrozumiałymi. Z kolei naturalne oddawanie emocji pozwala dzieciom na naukę rozpoznawania i nazywania uczuć, podobnie jak nawiązywanie relacji przez patrzenie sobie w oczy.

Słowa i ich moc w relacji rodzice – dzieci

W obszarze refleksji o komunikacji i relacjach w rodzinie nie można pominąć istotnego elementu funkcjonowania wszelkich grup społecznych, czyli języka. Język spełnia szereg ról w życiu społecznym i jednostkowym. Dzieje się tak dlatego, że język stanowi specyficzne narzędzie porozumiewania się ludzi, jest niezbędnym czynnikiem socjalizacji i wychowania. Różne mogą być klucze do komunikacji z innymi. Moc ukryta w słowach i między słowami jest ogromna, może dlatego należy umiejętnie skupić się na tym, co należy powiedzieć, a czego nie powiedzieć. W codziennym życiu używamy różnych języków. Słowa, zwłaszcza w sytuacjach konfliktowych, mogą leczyć, ale mogą też ranić, a nawet deprawować. Dorośli np. często używają wyrazów, które bywają przekleństwami.

Słowa nie są więc tylko dźwiękami wytwarzanymi przez usta modelujące powietrze przechodzące przez krtań. Słowa mają prawdziwą moc, ponieważ mają one wpływ na ludzi. Moc naszych słów może obciążać czyjegoś ducha, a nawet podsycać nienawiść i przemoc. Słowa mogą zaostrzać rany i zadawać je bezpośrednio. Spośród wszystkich stworzeń na Ziemi tylko ludzie mają zdolność komunikowania się za pomocą słowa mówionego. Moc używania słów jest więc wyjątkowym i potężnym darem (od Boga). „Słowo jest człowiekowi zadane, a jego istotny kształt zależy od ludzkiej osobowości. Ale też odwrotnie – kształtowanie się tej osobowości zależy od jakości słowa, którym się człowiek zwykł posługiwać" (Puzynina, 2017, s. 18).

Przyjmując, że słowo pozwala nie tylko wyrazić to, co pomyślane, ale jednocześnie kształtuje i wpływa na sposób myślenia i postrzegania rzeczywistości, nie sposób nie odnieść się do etyki słowa. W ujęciu pragmatyki językowej można wyróżnić następujące podstawowe zasady etyki słowa. I tak nadawca:- nie powinien krzywdzić słowem wrogim, poniżającym czy raniącym, - nie powinien okłamywać i manipulować, - powinien mówić tak, by partnerzy czuli się bezpiecznie i akceptowani,- powinien mówić to, co uważa się za prawdę (chyba że przemilczenie lub kłamstwo uzasadnia dobro innych), - powinien mówić w sposób zrozumiały dla odbiorcy i nie utrudniać mu rozumienia lub nie denerwować go brakiem poprawności lub snobizmem językowym. Natomiast odbiorca: - nie powinien zrywać dialogu, zamykać się na słowa innych, kierować się w ich odbiorze uprzedzeniami, -nie powinien wykazywać się naiwnością w odbiorze komunikatów; nie może nie brać pod uwagę, że partnerzy mogą okłamywać i manipulować, -powinien wykazywać się dobrą wolą, słuchając innych i starać się rozumieć ich racje (Puzynina i Pajdzińska, 2017, s. 27).

Św. Paweł napisał: „Niech żadne nieprzyzwoite słowo nie wychodzi z ust waszych, ale tylko dobre, które może budować, gdy zajdzie potrzeba, aby przyniosło błogosławieństwo tym, którzy go słuchają (List do Efezjan 4.29). Zachęca więc do bycia błogosławieństwem dla tych, z którymi mamy codzienny kontakt. Zamiast kłamać,

mamy mówić prawdę; zamiast kraść, mamy uczciwie pracować; zamiast deprawować mową, mamy budować. Sam Jezus przypomina, że słowa, które wypowiadamy, są w rzeczywistości wyrazem naszych serc (Ew. Mateusza 12.34-35)" (www1.)

Rozmowy w rodzinie, zwłaszcza jeśli są prowadzone w taki sposób, że dziecko jest faktycznym uczestnikiem wymiany zdań, a nie tylko odbiorcą, przybierają postać dialogu rodzicielskiego, który polega na tym, że dziecko staje się podmiotem. Z badań wynika, iż dzieci pochodzące z rodzin, w których wykorzystywano dialog jako dominującą formę komunikacji, były bardziej akceptowane i cieszyły się większym zaufaniem otoczenia niż pozostałe (Lachowicz, 1998, s. 132). Dialogiczność języka sprawia, że następuje wspólne komunikowanie się rodzica z dzieckiem i odwrotnie. Prowadzenie stałego i bezinteresownego dialogu z dzieckiem jest potwierdzeniem działalności wychowawczej i opiekuńczej rodziców, a zarazem stałą gotowością do umiejętnego odczytywania zachowań dziecka . Taka gotowość i umiejętność bierze się z częstego przebywania z dzieckiem i również z tego , że rodzic dobrze go zna. Taką postawę nazywamy postawą wzajemności. Nie powinni zatem rodzice ulegać jedynie pokusie mówienia do dzieci, lecz rozmawiać z nimi, pytać o ich zdanie. Tylko w takich relacjach obie strony chętniej dążą do komunikacji między sobą.

R.M. Stafford[1], metodą prób i błędów uczyła się, które z wypowiadanych przez nią słów budzą w jej najbliższych pozytywne uczucia, takie jak: pewność siebie, poczucie spełnienia oraz wzajemne zrozumienie. Starała się powtarzać te słowa jak najczęściej. Podobnie oceniała, które ze słów przynosiły ze sobą negatywne uczucia, takie jak wstyd, ciszę, ból, a w efekcie poczucie rozłąki z najbliższymi. Tych słów starała się unikać. Po latach owych działań, stworzyła listę 20 zwrotów (Tabela 1.), które stale pomagają jej wzmacniać więzi z jej najbliższymi.

[1] Rachel Macy Stafford to amerykańska autorka książek, dyplomowana nauczycielka edukacji specjalnej, mówca. Prowadzi popularny blog Handsfreemama. Jej książka trafiła na listę bestsellerów „The New York Times" a w Polsce ukazała się nakładem Wydawnictwa W drodze pt. *Mama bez komórki*.W swoich publikacjach podpowiada, jak przezwyciężyć rozproszenie i perfekcjonizm, aby żyć lepiej i kochać więcej. Pomaga ludziom, którzy w codziennym pośpiechu zapominają o miłości. Zachęca do zmiany swojego życia, aby cieszyć się większym spokojem i doświadczać ciepła płynącego z zadbanych relacji. Jest częstym gościem znanych stacji telewizyjnych takich jak CNN, Good Morning America czy Global News. Jej blog co miesiąc odwiedza ponad milion czytelników.Aktywna w mediach społecznościowych, gdzie promuje Hands Free Revolution: Instagram, Twitter, Facebook..

Tabela 1. Słowa wsparcia, budujące relację rodzica z dzieckiem

Słowa, które wzmacniają więzi rodziców i dziećmi	**Kiedy dzieci potrzebują wiedzieć, że rodzice są dla nich:**	**Kiedy dzieci są zdenerwowane lub zestresowane:**	**Kiedy dzieci spotyka porażka:**	**Kiedy dzieci podejmują wyzwanie:**
– Dzięki Tobie mój dzień jest lepszy. – Dzięki Tobie moje życie jest lepsze. – Lubię spędzać czas z Tobą. – Twój widok mnie uszczęśliwia.	– Słucham Cię. – Jestem teraz dla Ciebie. – Jak mogę być lepszym rodzicem dla Ciebie? – Nie ma nic ważniejszego, niż bycie teraz z Tobą.	– Jak mogę pomóc? – Nie śpiesz się. Nie ma pośpiechu. – Uważam, że wykonujesz niesamowitą pracę. – Nie przestawaj. Poradzisz sobie.	– Robisz wszystko co w twojej mocy. – Porażki oznaczają, że odważnie uczysz się i rozwijasz. – Może nie na taki rezultat miałeś nadzieję, ale zauważyłem Twój wysiłek i był naprawdę niezwykły. – Wierzę w Ciebie.	– Jestem pod wrażeniem, gdy widzę z iloma rzeczami sobie obecnie radzisz. – Wiele się uczę, obserwując jak robisz coś tak wymagającego. – To jeszcze nie koniec. Jest jeszcze dużo czasu, żeby wszystko zmienić. – Nie jesteś sam.

Źródło: Opracowanie na podstawie: www 1.

Nie ulega wątpliwości, że słowa zawarte w tabeli 1. są słowami miłości oraz wsparcia i mogą mieć ogromną moc w budowaniu silnych więzi w rodzinie. Dzieci słysząc takie słowa czują się docenione i ważne, co wpływa na ich rozwój emocjonalny i społeczny. Regularnie wyrażane przez rodziców budują w ich dzieciach poczucie bezpieczeństwa i tworzą harmonijne relacje między rodzeństwem.

Ale, jak już wcześniej stwierdzono, słowa mogą także niszczyć relacje. Nawet takie, które mają wymiar pozytywny, w zależności od kontekstu w jakim zostaną użyte, mogą zerwać relację.

Tabela 2. Słowa, które mogą niszczyć relację rodzica z dzieckiem

Pochwała:	Jestem z ciebie dumna. Zuch dziewczynka! Brawo, nikt tak jak ty nie skacze! Ale z ciebie dzielny chłopiec. Pięknie narysowałeś.
Motywacja zewnętrzna:	Dasz radę. Jeśli nie ty, to kto! Musisz się jeszcze bardziej postarać. Jeszcze tylko 500 metrów i czeka na ciebie nagroda. Popatrz, ile możesz zyskać, jeśli… Jesteś najlepszy!
Upomnienie/osąd/nagana:	Jak mogłeś postąpić tak bezmyślnie! Ile razy mam ci powtarzać! Co się z tobą dzieje? Co ty sobie wyobrażałeś, że… O nic nie można cię poprosić!
Etykiety:	Leń. Taka grzeczna dziewczynka. Jesteś najpiękniejsza! Mój bohater! Nie bądź taki uparciuch.
Porównania:	Kasia już zna tabliczkę mnożenia, a jest od ciebie młodsza… Kiedy nauczysz się wiązać buty? Masz już sześć lat! Inne dzieci w twoim wieku same się ubierają. Cały tatuś, taki sam bałaganiarz.
Wykorzystanie relacji:	Będzie mi przykro, jeśli tak postąpisz. I jeszcze łyżka za mamusię, za tatusia i za babcię… Mamusia tak ładnie prosi. Zrób to dla mnie. To twoja wina!

Źródło: Opracowanie na podstawie: M. Szczepanik, Czego nie mówić dzieciom? ..... , www 2.

Słowa rodzica zrywają relacje, kiedy naruszają integralność dziecka, przekraczają jego granice, niszczą poczucie bezpieczeństwa, nie dają dziecku przestrzeni na dokonywanie wyborów, zmuszają do niechcianego posłuszeństwa lub buntu. Rodzice powinni więc pamiętać, że to, co mówią dzieciom, naprawdę ma znaczenie. Bez względu na to, czy ich słowa zawierają komplementy jak np.: *jesteś piękna, jaki odważny chłopiec…,* czy też są pełne pretensji: *tak się nie robi, jak mogłeś tak postąpić?...,* mają wpływ na to, co dzieci myślą o sobie. Kształtują ich obraz świata. Wpływają na ich zachowanie. Pokazują jak traktować drugiego, młodszego, słabszego. Uczą, jak rozwiązywać pojawiające się problemy. Dlatego rodzic, zamiast pochwały opartej na przymiotnikach, może wyrazić uznanie, czyli podziękować dziecku za jakiś konkretny czyn. Z kolei w miejsce osądów, etykietowania, krytykowania może posługiwać się językiem osobistym: *chcę/nie chcę, podoba mi się/nie podoba mi się*. Zamiast wpędzać dziecko w poczucie winy, lepiej jest nazwać emocje i wspólnie poszukać dobrego rozwiązania. Porównywanie jest także nie-

bezpieczne, ponieważ kiedy rodzice porównują dzieci do siebie lub nadają im etykiety, to nie tylko zrywają z nimi kontakt, ale też prezentują dziecku świat, w którym np. *ktoś jest lepszy, a ktoś gorszy*, *ktoś jest mądry, a ktoś głupi*, *ktoś jest dobry, a ktoś zły.* W takim świecie zdecydowanie trudniej będzie dziecku wchodzić w relacje.

Podsumowanie

Rodzina zajmuje wyjątkowe miejsce, ponieważ dzięki niej człowiek może realizować się indywidualnie, społecznie i na szerszą skalę, mając mocne podstawy i punkt odniesienia. Oczywiście, mówimy tu o sytuacji, w której wychowanie odbywa się w rodzinie funkcjonalnej, zdrowej, pełnej miłości, wsparcia i ugruntowanych wartości. W przeciwnym wypadku szanse na wspomniany rozwój nie są tak oczywiste. To prawda, że kształt i charakter rodziny podlega ciągłym modyfikacjom, jednak – pomimo licznych zmian i coraz większej powszechności alternatywnych form życia małżeńskiego i rodzinnego –„Rodzina w swoim zintegrowanym uniwersalizmie społecznego i psychospołecznego funkcjonowania jest – jak dotychczas – nie do zastąpienia i nie sposób sobie wyobrazić jej nieobecność w społeczeństwie lub katastrofalnych efektów jej krańcowej patologizacji, gdyby takowa miała nastąpić w okresie dalszego rozwoju cywilizacji postindustrialnej. Ludzkość nie wypracowała dotychczas innej instytucji, która by mogła skutecznie zastąpić rodzinę i nie wiadomo, czy uda się to w przyszłości" (Tyszka, 1995, s. 152).

Jak nie można przecenić roli rodziców w budowaniu i rozwijaniu komunikacji z dziećmi w przestrzeni relacji rodzinnych, tak też nie można przecenić znaczenia ich słów w budowaniu tych relacji. Niewątpliwie słowa, które rodzice wypowiadają do swoich dzieci mogą budować ich wzajemne relacje, ale mogą też je niszczyć. To, co rodzice mówią do dzieci rezonuje bowiem w nich niemal natychmiast. Słowa wsparcia mają moc wzmocnienia poczucia własnej wartości, wzmacniania więzi emocjonalnych i budowania zaufania między członkami rodziny. Kiedy rodzice wyrażają pozytywne słowa i emocje wobec swoich dzieci, tworzą atmosferę miłości i akceptacji, która jest niezbędna do rozwoju emocjonalnego i psychologicznego dziecka. Kiedy dzieci słyszą, że rodzice ich doceniają i wspierają, uczą się szacunku i empatii wobec innych ludzi. Ważne jest, aby słowa były szczere i autentyczne, ponieważ dzieci potrafią wyczuć, czy ich rodzice mówią coś tylko po to, żeby się dobrze poczuć.

W dzisiejszym zabieganym świecie, gdzie wiele rodzin jest rozproszonych i czas spędzany razem jest ograniczony, słowa mogą odgrywać ogromną rolę w budowaniu silnych więzi rodzinnych. A przecież każdego dnia w rodzinach mamy okazję za pomocą słów wyrazić swoje wsparcie i uznanie dla bliskich, co może mieć długotrwałe i pozytywne skutki.

Literatura:

Augustyn, Józef. 2003. *Ojcostwo. Aspekty pedagogiczne i duchowe.* Kraków: Wydawnictwo WAM.

Brągiel, Józef, Paweł Edward Kaniok i Anna Kurcz. 2013. „Wprowadzenie." W: *Rodzicielstwo w kontekście wychowania i edukacji*, red. Józef Brągiel, Paweł Edward Kaniok i Anna Kurcz. Opole: Uniwersytet Opolski.

Brzezińska, Maria. 2014. *Wychowanie dziecka we współczesnej rodzinie.* Kraków: Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Pedagogicznego.

Gordon, Thomas. 1994. *Wychowanie bez porażek. Rozwiązywanie konfliktów między rodzicami a dziećmi.* Warszawa: Pax.

Izdebska, Jadwiga. 2003. „Rodzina – podstawowe środowisko życia dziecka." W: *Dziecko w rodzinie i w środowisku rówieśniczym*, red. Jadwiga Izdebska. Białystok: Wydawnictwo Uniwersyteckie „Trans Humana".

Izdebska, Jadwiga. 2006. *Dom rodzinny postrzegany przez dzieci.* Białystok: Wydawnictwo Uniwersyteckie „Trans Humana".

Kukołowicz, Tadeusz. 2004. „Rodzina w procesie wychowania." W: *Pedagogika rodziny na progu XXI wieku. Rozwój, przedmiot, obszary refleksji i badań*, red. Andrzej W. Janke. Toruń: Wydawnictwo Edukacyjne „Akapit".

Lachowicz, Elżbieta. 1998. „Funkcje wychowawcze rodziny a sytuacja szkolna dziecka." W: *Wychowanie dzieci i młodzieży na przełomie tysiącleci*, red. Andrzej Rumiński i Marek Szymański. Kraków: Wydawnictwo Naukowe WSP.

Mysłakowski, Zygmunt. 1965. *Wychowanie człowieka w zmiennej rzeczywistości.* Warszawa: Książka i Wiedza.

Olubiński, Andrzej. 2001. *Konflikty rodzice–dzieci. Dramat czy szansa?* Toruń: Wydawnictwo Adam Marszałek.

Puzynina, Jadwiga. 2017. *U podstaw etyki mowy.* Lublin: Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej.

Puzynina, Jadwiga i Anna Pajdzińska. 2017. *Etyka słowa.* Lublin: Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej.

Rylke, Hanna. 1999. *Pokolenie zmian. Czego boją się dorośli?* Warszawa: WSiP.

Tyszka, Zbigniew. 1995. „Rodzina w świecie współczesnym – jej znaczenie dla jednostki i społeczeństwa." W: *Pedagogika społeczna. Człowiek w zmieniającym się świecie*, red. Tadeusz Pilch i Irena Lepalczyk. Warszawa: Wydawnictwo Akademickie „Żak".

Ziemska, Maria. 1979. *Rodzina a osobowość.* Warszawa: Wiedza Powszechna.

www1. https://www.gotquestions.org/Polski/moc-slow.html

www2. https://dziecisawazne.pl/czego-nie-powinnismy-mowic-dzieciom/

Informacje o Autorce:
Ewa Wiśniewska, dr hab. profesor uczelni; Wydział Nauk Humanistyczno-Społecznych i Informatyki, Akademia Mazowiecka w Płocku. Zainteresowania naukowe, badania i aktywność dydaktyczna dotyczą nauk o rodzinie, pedagogiki, pedeutologii, historii wychowania i teorii wychowania.

Kontakt:
Adres korespondencyjny: Akademia Mazowiecka w Płocku,
ul. Gałczyńskiego 28, 09-400 Płock
adres e-mail: e.wisniewska@mazowiecka.edu.pl