

Ewa Michałowska

"Jak rozmawiać? : błędy i szanse komunikacji w małżeństwie",
Joachim Engl, Franz Thurmaier,
Kraków 1997 : [recenzja]

Studia nad Rodziną 2/1 (2), 195

1998

Artykuł został zdigitalizowany i opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej bazhum.muzhp.pl, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

Joachim Engl, Franz Thurmaier, Jak rozmawiać? Błędy i szanse komunikacji w małżeństwie. Wydawnictwo M, Kraków 1997, ss. 128.

Tytuł publikacji jest zarazem jej najkrótszym streszczeniem. Autorzy podejmują jeden z najtrudniejszych problemów życia codziennego – skuteczną komunikację w małżeństwie. Podkreślają we wstępie, że „para, która ze sobą nie rozmawia, oddala się od siebie, traci poniekąd „relację do swojej relacji”.

Książkę można nazwać poradnikiem skutecznego porozumiewania się, który zwraca uwagę na różne pułapki i błędy w dialogu często powstające w sposób niezamierzony i prowadzące do nieporozumień oraz niechęci obojga uczestników.

W rozdziale I autorzy zapoznają nas z negatywnymi wzorcami interakcji i ich skutkami, uwrzażliwiając na błędy w naszym własnym sposobie komunikacji. Wiele z nich przyswajamy sobie jeszcze przed założeniem związku, lub w trakcie jego trwania i niepostrzeżenie stają się one naszym nawykowym zachowaniem. Znajdujemy tu też szczegółowe omówienie najczęstszych błędnych strategii komunikacyjnych i ich konsekwencji dla relacji małżeńskiej.

Rozdział II zawiera tło teoretyczne, klasyfikacji najczęstszych błędów w komunikacji oraz 10 podstawowych reguł poprawnej komunikacji.

W rozdziale III autorzy przedstawiają projekt Programu Partnerskiego Ucznienia się – treningu dla młodych par przygotowujących się do małżeństwa.

Na podstawie typowych błędów w komunikacji zwraca się uwagę par na zachowania, które obciążają ich związek. Kreowane są wzory dialogów wspierających relację. Uczestnicy uczą się poprzez dialog z partnerem wypowiadać w konkretnej i odpowiedniej formie swoje pozytywne oraz negatywne uczucia, swoje pragnienia i życzenia a także uczą się podchodzić we właściwy sposób do problemów i różnicy zdań oraz o ile to możliwe rozwiązywać je w sposób twórczy.

W rozdziale IV odnajdujemy historię trzech par, które zostały wymyślone w oparciu o pięcioletnie doświadczenia z naprawdę istniejącymi parami, które brały udział w PPU. Na przykładzie realizowanych poszczególnych jednostek autorzy przedstawiają możliwości dalszego rozwoju tych związków, stwarzają nam możliwości hipotetycznej identyfikacji z nimi.

W zakończeniu książki autorzy dyskutują możliwości i ograniczenia Programu Partnerskiego Ucznienia się. Podkreślają, że w programie mogą wziąć udział pary żywiące do siebie sympatię i obopólny szacunek.

Rozpoczęcie pracy nad związkiem, podjęcie konkretnych ćwiczeń usprawniających wzajemną komunikację jest wysiłkiem, który daje stronom szanse na głębsze poznanie siebie, partnera – jego oczekiwań, pragnień, wyobrażeń, uczuć, lepsze zrozumienie i większą tolerancję wobec pewnych sposobów zachowania się drugiej strony oraz skuteczność w rozwiązywaniu konfliktów.

Program Partnerskiego Ucznienia się jest programem promocyjnym – propozycją poprawienia życia we dwoje już od momentu startu poprzez przekazywanie młodym parom sprawności w dialogu i rozwiązywaniu problemów.

Pary, które trwale wyuczyły się sprawności komunikacyjnych w ramach ćwiczeń PPU dysponują lepszą strukturą komunikacyjną, niższym poziomem przemocy, konstruktywnymi sposobami rozwiązywania konfliktów, co w konsekwencji zaowocowało wyższymi wskaźnikami satysfakcji małżeńskiej po upływie 5 lat trwania związku oraz o połowę niższym wskaźnikiem rozwodów od par kontrolnych.

Książka stanowi cenną pomoc w duszpasterstwie rodzin, może być inspiracją do twórczych poczynań dla doradców pracujących w parafialnych poradnich rodzinnych.

Ewa Michałowska