

Karol Łukowski

ANALYSIS OF FACTORS INFLUENCING THE FORMATION OF FAMILY LIFE

Analiza czynników wpływających na formowanie życia rodzinnego

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3057-792X> E-mail: karol.lukowski123@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.62266/PK.1898-3685.2023.32.23>

Wprowadzenie

Przedstawione czynniki wpływające na rozwój zasobów rodziny, są pewnym sposobem patrzenia i wzmacniania rodziny w kierunku konstruowania przemyślanego postępowania profilaktycznego. Kontekst czynników wpływających na formowanie zasobów rozwojowych, szczególnie skupia się na poprawie jakości życia systemu rodziny, jak i jednostki tam funkcjonującej. Określenie przyczyny lub podjęcia działań, które powodują pewien zamierzony skutek w postaci budowania postaw sprzyjających zdrowiu w sferze psychicznej, społecznej, fizycznej i duchowej, wyraża się w jasnym sposobie myślenia i działania. Przestrzeganie w życiu systemu wartości i zasad nakreśla, jak zapobiegać wszelkiego rodzaju zaburzeniom, dysfunkcją i negatywnym zjawiskom, które tworzą sprzyjające prawidłowemu rozwojowi relacje i sytuacje. System rodzinny często doświadcza destabilizacji, kryzysów i zaburzeń, taki stan rzeczy nazywamy negatywnymi czynnikami wpływającymi na rodzinę. Zatem widzenie rodziny, jako budowanie dobrostanu rodzinnego w sferze psychiki, ducha, zachowania, postrzegania świata, myślenia i postępowania, jest bardzo potrzebnym oddziaływaniem, ponieważ silna rodzina ma więcej do zaoferowania swoim dzieciom i dorosłym członkom swojej rodziny, jeżeli jest spójna, mocna i nie jest podatna na uleganie negatywnym przyczynom, które prowadzą do szkodliwych skutków. O rodzinie mówi się dużo i różnie, a nawet powstaje nowa wiedza o rodzinie, o jej roli w świecie i jej aktualnym kryzysie. Powołuje się różne instytucje świeckie i kościelne, które mają na celu ratowanie zagrożonej rodziny. Jednak to w sferze duszy powinno dostrzegać się dalszą perspektywę dla rodziny, objąć troską nie tylko jej ziemski byt, ale przede wszystkim jej koleje życia i zagrożenie szczęścia dla ludzkości¹.

1. Diagnoza przypadków funkcjonowania rodzinny (deficyty i zaniedbania)

Przedstawione przypadki życia rodzinnego, przejawiają powody doświadczenia deficytów i zaniedbań wynikających z wcześniejszego funkcjonowania rodziców. Scharakteryzowana dezorganizacja rodzinna, zapoczątkowana była nieświadomym, nieprzemyślanym i nieodpowiedzialnym postępowaniem rodziców wobec własnych dzieci. Nikt wcześniej z członków rodziny, nie spodziewałby się takich skutków wydarzeń i do czego one doprowadziły, a żaden z tych rodziców w rozmowie z psychoterapeutą, nie chciał źle dla dziecka, tylko jego dobra. Jednak zdecydowanie zabrakło standardów życia rodzinnego, zaniedbane zostały zasady postępowania i kształtowania przez rodzinę zdroworozsądkowych relacji i wartości życiowych, które służyłyby za wzór postępowania rodzica w stosunku do swojego dziecka. Dzieci w tych rodzinach wchłaniały standardy, które były promowane przez mass media i odurzonych dobrami tego świata ich idoli. Zabrakło w tych rodzinach poświęcenia czasu na zbudowanie fundamentu życia rodzinnego, opartego na doświadczeniu dobroci, miłości i szczęścia, natomiast znacząco było widać pogłębiające się konflikty, rodziców między sobą i pogłębiające się zaburzenia i dysfunkcje. Zastanawiającą kwestią jest to, czy mężczyźni i kobiety myślący o rodzicielstwie lub stający się rodzicami, podejmują pewne kroki lub decyzje, które wskazują na przygotowanie się do roli rodzica. Podjęcia decyzji do uformowania pewnych cech psychicznych i postaw

¹ W. Półtawska, *Przed nami miłość*, Wyd. Święty Paweł. Częstochowa 2008, s.3.

do życia, mających na względzie wyrobienie w sobie umiejętności psychospołecznych, odwoływanie się do wartości oraz osiągnięcia pewnego standardu życia na poziomie psychicznym, duchowym i mentalnym, ponieważ, jeśli nie dorosłeś (dorosłaś), to nikt za Ciebie nie dorośnie. Jeśli nie potrafisz szukać i zabezpieczyć szczęścia w sobie samym (samej), to nie przysporzy ci go nikt z zewnątrz. Tak naprawdę, drugi człowiek jest jedynie zwierciadłem, w którym oglądamy własne cnoty i wady. Poligonem wewnętrznej integralności, naszego systemu wartości. Czy twój jest klarowny i niezawodny? Bo nawet atak z zewnątrz nie wyrządza tylu krzywd, co wypielegnowane kompromisy ze złem wewnątrz².

W trakcie wizyt u psychoterapeuty zarówno dzieciaki i ich rodzice, uwypuklali problem uzależnienia i odurzania się środkami psychoaktywnymi, a ich celem było temu zapobiec. Jednak uzasadnionymi argumentami, które miały znaczący wpływ na te zaburzenia, psychoterapeuta dostrzegał w wyraźnym przejawianiu niezadowolenia z życia zarówno dzieci jak i rodziców, w niedosycie odczuwania radości i niechęci do siebie, czyli krótko mówiąc braku miłości i rodzinnej bliskości oraz tęsknotą za poszukiwaniem szczęścia. Psychoterapeutę zainteresowały problemy i trudności rodzinne, a pracę psychoterapeutyczną starał się ukierunkować na poszukiwanie wspólnie z pacjentami czynników, które wywołały doświadczanie cierpienia spowodowanego nie pomyślnym przebiegiem wydarzeń, czyli nieumiejętnością poprowadzenia własnych spraw rodzinnych, bezradnością, która wskazywała na zaniedbania, nieobecność rodzica i nieodpowiedzialność za dziecko, jako powód niepomyślnych zdarzeń, okoliczności i zaistniałych sytuacji. Także tutaj uzależnienie stanowi zarówno okazję do zrozumienia istniejących zaburzeń psychicznych, jak również wyzywanie do odmiany dotychczasowego życia. Skala trudności i problemów może być zróżnicowana. W ciężkich przypadkach terapia trwa co najmniej dwa lata, zaś postępy są możliwe jedynie dzięki metodzie małych kroków. Potrzeba tu cierpliwości, co w większości przypadków stwarza duże trudności³.

Pierwszym przypadkiem jest dorastanie chłopaka w niepełnej rodzinie, który całe swoje dzieciństwo wychowywał się bez stałej opieki ojca, a dwa lata po urodzeniu, jego rodzice się rozstali. Wychowywała go matka, bo ojciec rzadko go odwiedzał, ponieważ związał się z inną kobietą i był zajęty innymi sprawami. Chociaż matka kochała swojego syna, troszczyła się o niego, to chłopak tęsknił za ojcem i nie raz to przeżywał, że nie spędza z nim w ogóle czasu. Problemem chłopaka w dzieciństwie było, że jako dziecko szybko się poddawał i po pierwszych trudnościach wycofywał się i nie podejmował rywalizacji z innymi chłopcami, tylko rezygnował. Brak ojca u niego spowodował, zanik męskiego wzorca do naśladowania, nie czuł wsparcia i bezpieczeństwa, ponieważ był wycofany z relacji. Będąc młodym chłopakiem szybko wszedł w świat używek alkoholu i narkotyków, choć miał wsparcie od swojej mamy to zamykał się w sobie i grał dużo na grach komputerowych. Poważny problem zaczął się, kiedy już w dorosłym życiu dziewczyna zostawiła go z kredytem, który wzięła na niego. Przez doświadczenie poczucia odrzucenia, pacjent nic nie robił i wycofał się ze wszystkich relacji społecznych, a jego załamanie psychiczne utrzymywało w nim beczynność, która była wzmacniana uzależnieniem, doprowadzając go do bankructwa, zupełnego wycofania się z życia towarzyskiego oraz utraty pracy i mieszkania. Chcąc zrozumieć, w jaki sposób mężczyzna został zraniony, musicie pojąć najważniejszą prawdę o wędrówce chłopca do męskości. Męskość musi zostać nadana. Chłopiec uczy się kim jest i co ma do dyspozycji, od mężczyzny albo w towarzystwie mężczyzn. Nie może tego nauczyć się gdzieś indziej. Nie może się tego dowiedzieć od innych chłopców i nie może tego poznać w świecie kobiet. Od początku czasu istniał plan, że ojciec musi położyć fundament pod serce swojego chłopca i przekazać mu najistotniejszą wiedzę i ufność we własne siły. Tę będzie pierwszym mężczyzną w jego życiu i zawsze tym najważniejszym⁴.

² M. Pietrachowicz, *Psychoterapia ewangelią. Boża strefa zrozumienia*, Wyd. Fronda. Warszawa, 2021 s.130.

³ H. P. Roha, *Uzależnienie przyczyny i terapia*. Wyd. W drodze, Poznań 2016. s.117

⁴ J. Eldredge, *Dziki serce. Tęsknota męskiej duszy*, Wyd. W drodze, Poznań 2019. s.78.

Kolejny przykład zaniedbania odnosi się do dorastającej dziewczyny, której ojciec pił alkohol, a jej matka była z nim skonfliktowana. Matka dziewczyny przejawiała stany depresyjne i nerwowe, trzymając ją pod stałym nadzorem i nadmiernie ją kontrolując, do tego znęcała się nad nią psychicznie i fizycznie (bijąc ją), za to ojciec pił alkohol i nie wykazywał zainteresowania losem dziewczyny. Rodzice dziewczyny nie mieszkali razem i byli skonfliktowani, a ona sama tęskniła za swoim ojcem. Jednak kiedy na świat przyjdą dzieci, sytuacja nabiera nowej dynamiki. Przede wszystkim dzieci wymagają troskliwej opieki, poza czasem, który przespiają i muszą być pod stałym nadzorem. Każdy etap dzieciństwa przynosi rodzicom nowe obowiązki. Jak je dopasować do tych, którymi podzielili się wcześniej. Dzieci wymagają nowej umowy podziału obowiązków. Trzeba zacząć od zera i wynegocjować sprawiedliwy i równy układ, który pozwoli obojgu rodzicom funkcjonować jako zespół, wykorzystywać własną energię do osiągnięcia upragnionych celów i bycia dobrym rodzicem⁵.

Problem zaczął się, kiedy dziewczyna zaczęła dorastać i zadawać się z towarzystwem, które pije alkohol i bierze narkotyki. Konsekwencją braku ojcowskiej miłości i wartości wychowawczych, było poszukiwanie przez dziewczynę męskiego wzorca, która wiązała się z dużo od siebie starszymi mężczyznami, biorącymi substancje psychoaktywne. Zdarzało się jej też, umawiać na spotkania towarzyskie do hotelu z mężczyznami, którzy płacili jej za dotrzymanie towarzystwa. Problemem przedstawianym przez pacjentkę i jej matkę jest uzależnienie, lecz ono jest tylko powodem zaniedbań, rozdarcia wewnętrznego, cierpienia psychicznego, które pacjentka zagłusza środkami psychoaktywnymi i szukaniem miłości w relacjach między ludzkich, tam gdzie jej nie ma. Dziewczyna poniosła konsekwencje społeczne, swojego sposobu bycia, jak została wyrzucona, że szkoły oraz internatu za zachowanie i picie alkoholu. Natomiast ucieczka od znęcającej się matki, nie polepszyła wcale sytuacji dziewczyny, ponieważ przeprowadziła się do ojca pijącego alkohol, który nie ma wpływu, na to co ona robi. Więcej swobody, jest okazją do częstszego brania środków odurzających oraz pogłębiających się zaburzeń i deficytów funkcjonowania, które mają negatywne dla niej następstwa. Doświadczanie poczucie krzywdy od matki, miało istotny wpływ na zamykanie się na pomoc od innych ludzi i uruchomiło to silnie mechanizmy obronne, jako niezgoda na niesprawiedliwe traktowanie. Analizując treści i strukturę traumatycznych doświadczeń związanych z przemocą w dzieciństwie, których ślady ukształtowane kształtowały destrukcyjne schematy, możemy rozpoznać trzy szczególnie istotne elementy tworzące doświadczenie krzywdy osobistej, np. dotkliwie cierpienie połączone z lękiem, bezsilność wobec okoliczności i przyczyn tego cierpienia oraz uszkodzenie więzi tworzących fundamenty porządku osobistego, poczucia sprawczości i bezpieczeństwa.⁶

W jednym i drugim przypadku młodzi ludzie wychowywali się bez ojca, w niepełnych rodzinach, bez jakichkolwiek wartości, zasad i pozytywnych wzorców. Rozpad rodziny w tych przypadkach, był przyczyną narastających wątpliwości, zagubienia i niepewności w działaniu i postępowaniu rodzica wychowującego dziecko. Przyczyn negatywnych konsekwencji, możemy doszukiwać się w braku pełnej rodziny, braku odpowiedzialności za wychowanie swojego dziecka, przez ojca, niezaradność matki w rodzinie i konfliktach między rodzicami, zatem proces psychoterapeutyczny powinien być przemyślany, ostrożnie wdrażany oraz biorący pod uwagę ważne sprawy dla jednostki objętej oddziaływaniami. Indywidualnej terapii nastolatka towarzyszy równoległa praca z rodzicami, którzy poznają bardziej skuteczne strategie wychowawcze, a także uczą się dostrzegać różnice między próbą kontrolowania dziecka, a próbnym wywierania wpływu. Pracują również na zmianą, dążą do umocnienia relacji poprawy procesu

⁵ G. Chapman, *5 języków miłości*. Małżeństwo jakiego zawsze chcieliście, Wyd. Esprit, Kraków 2016, s 116.

⁶ J. Mellibruda, *Siedem ścieżek integracji psychoterapii. Ślady dziecięcych traum i toksycznych relacji jako wyzwanie*, Wyd. Zielone drzewo, Warszawa 2011. S. 365.

komunikacji z nastolatkiem, uczą się nowych strategii wychowawczych, takich jak wyznaczanie granic⁷.

2. Dyskurs czynników wzmacniających rodzinę

Patrzenie na życie z perspektywy czynników i cech wzmacniających wewnątrznie, poszczególne jednostki składające się na rodzinne (matka, ojciec, dzieci), można przedstawić, zaferować i wprowadzić zasady, wartości i sposób postępowania wpływający na formowanie życia rodzinnego i modelu funkcjonowania rodziny, jest to nic innego, jak to my postrzegamy życie rodzinne. Model funkcjonowania rodziny stanowi wspólnotę opartą na wzajemnej, wiernej i trwałej miłości, zatem jest to uniwersalny schemat funkcjonowania rodziny. Zadaniem psychoterapii jest poszukiwanie przyczyn dlaczego człowiek funkcjonuje w zaburzonej strukturze odnoszącym się do życia rodzinnego oraz podjęcie kroków do rozwiązania będących wcześniej i pojawiających się problemów. Psychoterapia rodzinna jest pewną sztuką wywierania wpływu na poszczególnych członków rodziny, natomiast czynniki układają pewien schemat funkcjonowania życia rodzinnego, aby wzmacniać ją w prawidłowym rozwoju. Nie ma idealnego rozwiązania i schematu funkcjonowania rodziny, jednak tych rozwiązań uczymy się sami na własnych błędach i doświadczeniach. Człowiek sam uczy się życia w rodzinie, ma też możliwość i wybór wyciągania wniosków lub zmiany swojego życia, ze względu na jakie podejmujemy decyzje, to nie unikniemy konsekwencji za swoje czyny, zachowania i postępowanie. Człowiek ma do dyspozycji uczyć się na własnych błędach, podnosić się po upadku i budować życie według własnych wartości i zasad. Rodzina jest kompasem, która prowadzi nas przez mrok. Rodzina jest podporą i siłą, by zdobywać wielkie szczyty, kiedy musimy odpocząć⁸.

Jakość relacji środowiskowych, poczucie wartości poszczególnych członków rodziny, sposób mówienia do siebie i o sobie nawzajem oraz umiejętności interpersonalne, są bardzo ważnym czynnikiem sprzyjającym w budowaniu zdrowych relacji rodzinnych. Odniesieniem do tego wzoru myślenia na temat rodziny, stają się przemyślenia z książki, Kardynała Stefana Wyszyńskiego, pt. „Wiara i Odpowiedzialność”, gdzie rodzina stoi na straży wartości, a rodzice są odpowiedzialni za wychowanie własnych dzieci. Małżonkowie katolicy nadeszła wasza godzina, gdzie poruszany jest wątek powołania do małżeństwa, który nie jest łatwy i wymaga przygotowania⁹. Zatem zdrowo myśląca rodzina i funkcjonująca z jasnymi zasadami, prowadzi do dobrostanu psychicznego, społecznego, fizycznego i duchowego, które jest źródłem życia miłości, wiary, równowagi, mądrości i odpowiedzialności. W Piśmie Świętym, w Liście do Koryntian, przedstawiana jest miłość, która daje nam refleksje nad sobą i skłania nas do pracy nad naszym wnętrzem. Mówi też o tym, „Hymn do miłości”, który obrazuje najważniejsze rzeczy, aby nauczyć się i doznawać miłości w swoim życiu, która jest cierpliwa, łaskawa, nie zazdrości, nie szuka poklasku i nie unosi się pychą¹⁰. Zatem w tak krótkim fragmencie, zawarte jest, tak wiele konkretnych na temat miłości.

Rodzina jest pierwszym źródłem człowieka, gdzie powinniśmy spotykać się ze wstępem do miłości, sposobem jej wyrażania oraz dostrzegania jej w prostych czynnościach życia codziennego, ma to miejsce, np. (w sytuacji przytulania małego dziecka, sposobie mówienia do niego lub obchodzenia się z nim ze szczególną czułością i delikatnością). W rodzinie doświadczamy pierwszej bliskości do drugiego człowieka, widzimy to, jak nasz bliski śmieje się, płacze, jak przechodzi różne trudności, jak wzrusza się i zachwyca. Miłość w rodzinie dzieje się bezwarunkowo, a miłości uczymy się od siebie nawzajem. W prosty sposób o miłości, jak

⁷ W. R. Miller, A. A. Forcehimes, A. Zweben, *Terapia uzależnień. Podręcznik dla profesjonalistów*, Wyd. Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2014, s. 259.

⁸ Słowa, które zostały powiedziane podczas Konferencji Naukowej w Koninie, pt. „Ocalić rodzinę od uzależnień”, 14.10.2022, autor nieznan.

⁹ S. Wyszyński, *Wiara i odpowiedzialność*, Wyd. Sumus, Warszawa 2021, s.115

¹⁰ NOWY TESTAMENT I List do Koryntian, Hymn do miłości, 13.4.

zrozumieć swoich bliskich, piszę Gary Chapman, który przedstawił znaczenie słowa miłość w pięciu językach. Pierwszym językiem miłości, jest tym jak mówimy i wyrażamy się do swoich bliskich (uprzejme słowa, język pokory i wyrażenia afirmacyjne). Drugim językiem miłości, to dobrze spędzony czas razem, aby zrozumieć bliskiego nam człowieka, który wymaga skupionej uwagi, nauki mówienia, umiejętności dobrej rozmowy, empatii i dobrego doboru zajęć. Trzecim językiem miłości, jest wyrażanie tego za pomocą prezentów, jako symbolu wyrażenia miłości i pomysłowej umiejętności dawania siebie samego. Czwartym językiem miłości są drobne przysługi, odzwierciedlają poświęcenia i zrobienie czegoś dla swojej ukochanej osoby. Piąty język miłości charakteryzuje się kontaktem fizycznym, przytulaniem się do siebie, pocałunkiem, złapaniem za rękę, czy pogłaskaniem dziecka¹¹. Miłość jest dążeniem do znajdowania sposobów na zrozumienie swoich bliskich, obserwowanie ich oraz dawaniem im siebie i swojego czasu. Miłości uczymy się od narodzin, a pierwszymi nauczycielami naszej miłości są nasi rodzice, zatem ważne jest to, jakimi oni będą małżonkami dla siebie, oddziaływanie te są bardzo ważne, ponieważ później swoje doświadczenia będą przenosili na własne dzieci i do dalszego swojego życia, zatem bardzo ważna jest, uważna nauka miłości od podstaw.

Nie możemy zapominać o tym, że nasi rodzice byli też dziećmi i uczyli się postaw do życia od swoich rodziców i otrzymywali od nich różne wzorce zachowań, które nie koniecznie były językiem wyrażania miłości. Błądzimy jako ludzie, ale czasem przychodzi taki czas, na refleksje, że zastanawiamy się nad tym co zrobiliśmy, jak postępowaliśmy, a chcąc zmienić swoje życie bierzemy sprawy w swoje ręce, bo zasługujemy na to, aby doświadczyć miłości, szczęścia i dobroci oraz dzielić się tym, z naszymi bliskimi i ludźmi, których spotykamy w naszym życiu. W dorosłym życiu wchodząc w związek z drugim człowiekiem, obustronnie jesteśmy odpowiedzialni za to, jak będziemy się traktowali, czy tylko zwiążemy się z drugim człowiekiem dla przyjemności, doznań cielesnych i emocjonalnych, czy zaangażujemy się w miłość opartą na cierpliwości, wierności, szacunku i odpowiedzialności za drugiego człowieka. Często to nasze wzorce postępowania, poranienia i urazy nie pozwalają nam kochać drugiego człowieka i być kochanym. Miłość zaczynamy od siebie samego, o zadbanie o siebie, o godne się prowadzenie, a następnie mamy podstawy, aby zadbać o drugiego człowieka. Nauczenie się nowego języka miłości nie z łatwo, często jedynym sposobem jest nauka metodą prób i błędów¹².

Szlachetną cechą człowieka jest cierpliwość, a człowiek nauczony tej umiejętności z pokorą radzi sobie z przeciwnościami losu i ze spokojem znosi trudności. Człowiek kompletny cierpliwości i ciężkiej pracy, doczeka się odpowiedniej dla siebie chwili, aby umiejętnie skorzystać ze swojego talentu i jest przygotowany na wytrwałę zrealizowanie swoich życiowych celów. Odnosząc się do tematu rodziny cierpliwość, jest bardzo ważną predyspozycją, ponieważ cierpliwie znosić zachowania swoich najbliższych, to oznaka miłości, która prowadzi do znajdowania spokoju, harmonii życia i najlepszego rozwiązania w trudnych dla siebie spraw. Cierpliwie znoszone nieprzyjemne sytuacje, wiążą się z cierpieniem psychicznym, ale i z wytrwałością, jako konsekwencją cierpliwości, zdecydowanym działaniem i uporem w dążeniu do celu. Zatem bycie wytrwałym, wzmacnia cierpliwość ucząc nas nieugiętości, niezłomności i samozaparcia. Znamy takie hasło, że do wszystkiego musimy dorosnąć lub dojrzeć, a na wszystko przychodzi odpowiedni czas, w tych czasach często zapominamy o tym, bo chcemy mieć wszystko od razu, a cierpimy z powodu nieprzygotowania do życia, co możemy to nazwać grzechem, popełnianiem błędów lub upadkiem, czy zdajemy sobie z tego sprawę, oczywiście jeżeli mówimy o cierpieniu w aspekcie zdrowia, bo choroba z sama dostarcza cierpienia choremu i jego bliskim. Przez życie idziemy drogą, którą już ktoś przeszedł, drogą wydeptaną przez

¹¹ G. Chapman, J. Czernik, *5 języków miłości*, Wyd. Esprit, Kraków 2022, s. 37-144.

¹² G. Chapman, *5 języków miłości dla mężczyzn*, Wyd. Esprit. Kraków 2016, s.7.

ludzkość, drogą wielokrotnie przetartą. Gdy cierpienie i choroba wmawiają człowiekowi, że tylko on cierpi, to wtedy okłamują człowieka¹³.

Miłość życia małżeńskiego polega na dzieleniu się z swoim całym życiem, problemami, codziennymi sprawami i sukcesami. Miłość nic w zamian nie oczekuje i zaczyna się od prostej rzeczy, czyli od szacunku, szczerości i dbania o swoją rodzinę, a wyraża się w konkretnych sytuacjach, dlatego, że miłość jest konkretna, unika zbyt wielu słów, przez ją człowiek odsłania w sobie własne negatywne cechy i stara się je zmienić. Doświadczenie miłości prowadzi człowieka, że widzi swój egoizm, co prowadzi go do określania się, jaki i kim jest, a kim się staje. Miłość dojrzała prowadzi do zajęcia stanowiska w swoim postępowaniu, które prowadzi do stawania się być lepszym człowiekiem. Budowanie rodziny polega na wzajemnej pomocy, dbaniu o swoich bliskich, dochowywaniu wierności, a nie czynieniu sobie przykrości, obojętności i działaniu na szkodę. Doświadczenie miłości pozwala człowiekowi zdawać sobie sprawę z tego, że podstawą do wchodzenia w relacje rodzinne, jest uczenie się miłości, pielęgnowanie jej i dawanie drugiemu człowiekowi, to co najlepsze. Obdarzenie miłością drugiego człowieka jest wyborem, natomiast już dawanie miłości rodzinie jest priorytetowe. Czasami dawanie polega na czekaniu. Nasza niecierpliwość często wprawia innych w zakłopotanie i czasami jest nieuzasadniona. Każdy dojrzeźwa we własnym tempie¹⁴.

Bardzo ważnym czynnikiem wpływającym na jakość życia rodzinnego, jest dochowywanie wierności swojemu małżonkowi. Człowiek oznaczający się wiernością, kształtuje w sobie głębokie przekonanie wiary w to co robi, kierując się w życiu zaufaniem do swoich zasad i ideałów. Małżonkowie, którzy wierzą sobie, kochają siebie, nie zdradzają siebie i nie zadają sobie ran nawzajem, rosną w siłę, ponieważ zdrada wiąże się z osłabieniem siebie i zachwianiem stabilności rodzinnej. Wierność jest podstawową wartością rodziny, formuje rodzinę i daje jej siłę, buduje zaufanie do siebie nawzajem, w szczęściu i w miłości. Niewierność jest dowodem kryzysu miłości, bo ta prawdziwa miłość jest właśnie wierna. Wierność jest funkcją miłości, im głębsza miłość, tym większa wierność, a jeżeli jest brak wierności, to miłość przestaje być miłością i przeciwnie, wierność podbudowuje miłość i służy jej. Dziś ludzie nazywają miłością jakiegokolwiek poruszenie serca, czy wręcz i tylko zmysłów, to nie jest miłość, tylko prawdziwa miłość ma moc zachowania wierności¹⁵.

Odpowiedzialność skłania rodzica do podejmowania się obowiązków, które do niego należą, wzięcie odpowiedzialności za swoje czyny i za swoją rodzinę, swoje dzieci i mając to na względzie, jak one będą wychowane i jakimi wartościami w życiu, będą karmione. Odpowiedzialność za swoje dzieci, to codzienny obowiązek rodzica. Człowiek odpowiedzialny dba o dotrzymanie danego słowa, za to co mówi i za to co robi. Obowiązkiem ojca jest nauczanie i przygotowanie swojego syna do roli ojca, natomiast rola matki, jest wspieranie swojej córki do stawania się kobietą, a dzieci potrzebują zarówno matki jak i ojca na każdym etapie swojego dorastania i bliskości relacji od swoich rodziców. Wysilek i zaangażowanie jaki wkładają rodzice w wychowanie i rozwój swoich dzieci, jest bardzo ważny w towarzyszeniu im w zdobywaniu wiedzy, doświadczeniu świata i w pozyskiwaniu mądrości, do momentu przygotowania ich do usamodzielniania i wchodzenia w dorosłe życie. Człowiek nie potrafi żyć i rozwijać się w oderwaniu od jakiegół grupy społecznej, która pozwala zaspokoić mu jego potrzeby nie tylko biologiczne, ale i psychiczne¹⁶.

3. Perspektywa formowania człowieka w rodzinie

W rodzinie zaczyna się formowanie życia człowieka jako jednostki, w perspektywie optymistycznej, niemowlę, które przychodzi na świat ma oboje swoich rodziców, nie jest

¹³ J. Tischner, *Krótki przewodnik po życiu*, Wyd. Znak, Kraków 2017, s. 156

¹⁴ A. Gasparino, *Modlitwa i miłość przezyciężą niemożliwe*, Wyd. Promic, Warszawa 2017, s.194.

¹⁵ W. Póltawska, *Przed nami miłość*, Wyd. Święty Paweł, Częstochowa 2001, s.11

¹⁶ F. Adamski, *Wychowanie w rodzinie chrześcijańskiej*, Wyd. WAM. Kraków 1994. s. 251

porzucone przez swoich rodziców lub nie wychowuje się w placówce opiekuńczej. W tym przypadku koncepcja oparta na wiernej i trwałej miłości rodziców ma swoje uzasadnione fundamenty, które łatwiej formować i wzmacniać. Jednak, kiedy rodzina jest rozsypana, rodzice są obojętni na siebie, mają konflikt między sobą lub nie są razem, a mają dzieci, to wtedy, szukanie rozwiązania, za pomocą czynników formujących rodzinę staje się bardziej skomplikowanym procesem, wspierającym poszczególnych członków rodziny. Zatem rozwiązaniem na to nie jest tylko tworzenie systemu wsparcia pieczy zastępczej, systemu opieki, ale i od podstaw edukacji wdrażającej oraz szukania, jak najlepszych rozwiązań wspierających funkcjonowanie poszczególne jednostki. Z psychologii dowiadujemy się jak funkcjonuje człowiek. Ewangelia wyjaśnia po co i dlaczego. Dlatego znakomicie się uzupełniają. Zarówno nasz umysł i jego skomplikowana mechanika, jak nasza nieśmiertelna dusza wyszły spod tych samych palców i stanowią spójną całość, jeden komplet¹⁷.

Dzieci wychowujące się w koncepcji luźnych związków, gdzie dziecko robi samo co chce, czy w związkach tej samej płci, w tych przypadkach nasuwa się uzasadniona wątpliwość, ponieważ rolą ojca jest bycie mężczyzną, a rolą marki jest bycie kobietą oraz uczenia tych funkcji ma poziomie psychicznym, fizycznym i duchowym. Ważne jest to jaki przykład rodzice dają swoim dzieciom, mając jasno określony swój system wartości, który uczy dziecka dostrzegania w sobie i wyrabiania cech charakteru oraz stosowania umiejętności, wiedzy i mądrości w życiu codziennym. Dziecko, aby mogło zwrócić uwagę na popełnione błędy i je naprawić, to musi je najpierw dostrzec. Wyrabianie w dziecku postawy pracy nad sobą, ma za zadanie służyć mu jako mechanizm obronny, przed różnego rodzaju zagrożeniami zewnętrznymi. Aby rozumieć na czym polega sztuka budowania silnej rodziny, rodzice powinni pojąć, że są światkami tworzenia się życia i zdrowej intymności, ogniwami łańcucha pokoleniowego i towarzyszami dziecka przez życie. Ogniwa życia są uformowane przez intymność, którą można oświadczyć, ale nie można zdominować¹⁸.

Kluczowym czynnikiem jest jakość życia rodzinnego, uczenie się postaw życia społecznego, sposobu wyrażania siebie i zwracania się do innych ludzi, a to rodzina jest pierwszym środowiskiem życia, przychodzącego na świat człowieka i dostarcza wskazówki i jak dziecko ma funkcjonować. Młodzi ludzie przygotowani, którzy mieli wcześniej wzorce i przykład modelu życia rodzinnego, mają podstawy i wzorce postępowania. Zatem formowanie dzieci do życia, powinno być ugruntowane na wartościach, zasadach, a jakością przekazywanych treści, opierać na dawaniu im dobrego przykładu im własną postawą, ponieważ dzieci są dobrymi obserwatorami i naśladowcami zachowań dorosłych. Powstawanie rodziny, jako komórki społecznej, związane jest z nadawaniem i pełnieniem ważnej roli życiowej, jak rola matki i ojca, które nakładają obowiązki do bycia odpowiedzialnym za siebie i za swoją rodzinę. Stawanie się rodzicem, jest procesem, a myślenie o rodzinie wiąże się z uczciwym postępowaniem, mówieniem prawdy sobie i byciem szczerym w stosunku do siebie. Oczywiście zaufanie ma aspekt poznawczy. „*Postanawiam uwierzyć w twoją uczciwość*”, to stwierdzenie oparte na zaufaniu. Jednakże jego korzenie tkwią w sferze emocji. Zaufanie to uczucie, że mogę się przy tobie zrelaksować i nie muszę snuć żadnych podejrzeń. Mogę przestać chronić swoje emocje, bo wiem, że świadomie mnie nie skrzywdzisz¹⁹.

4. Uwarunkowania obrazujące destabilizację rodziny

Destabilizacja rodziny, powoduje zaburzony proces przekazywania wartości rodzinnych, której powodów możemy dopatrywać się w rozpadzie życia rodzinnego, uzależnieniu, chorobie

¹⁷ M. Pietrachowicz, *Psychoterapia ewangelij. Boża strefa zrozumienia*, Wyd. Fronda. Warszawa 2021, s.7.

¹⁸ J. Tolentino Mendonca, *Ukryty skarb. O sztuce o wewnętrznego poszukiwania*, Wyd. Bratni zew. Kraków 2021 s. 184

¹⁹ G. Chapman, J. Thomas, *Kiedy przepraszam, to za mało. Jak pogodzić się z tym których kochasz*, Wyd. Esprit, Kraków 2017, s. 169.

psychicznej i zachwianiu emocjonalnym członków rodziny, utracie stanu pewności siebie, braku równowagi życiowej i różnego rodzaju zaburzeń rozwojowych. Ciężka choroba jednego członka rodziny, powoduje zakłócenia w funkcjonowaniu systemu rodzinnego, wywołując destabilizację psychiczną, bezradność i nierównowagę. Kryzysy rodzinne, które dotyczą rodziny, mogą odnosić się do braku środków utrzymania, problemów wychowawczych lub doświadczania uzależnienia w rodzinie. Przyczynami rozpadu życia rodzinnego, jest słabe przygotowanie do życia w rodzinie, brak akceptacji i zrozumienia małżonka, takim jaki on jest, brak wzajemnego wspierania się w trudnych dla siebie chwilach, sytuacjach i słabościach. Poważną przyczyną rozpadu życia małżeńskiego, jest niedochowanie wierności, zdrady i romanse. Zaburzone relacje w rodzinie, są przyczyną nieumiejętności rozmawiania ze sobą na wzajem, nie umiejętności słuchania oraz mówienia do siebie i o swoich problemach. Osłabieniem relacji rodzinnych, jest zapewne skupienie się na pracy, pogoń za karierą zawodową i pieniędzmi.

Utrudnieniem dla budowania życia rodzinnego, jest oszukiwanie innych i czerpanie ze związków korzyści, ludzie tak robią, bo sami często dawali się oszukać, przez swoją niewiedzę, nieumiejętność, brak doświadczenia, naiwność lub negatywne doświadczenia z przyszłości. Świat pokazuje nam inne wzorce na bycie w związku z drugim człowiekiem, a nie formowanie życia rodzinnego, uczy bycia przebiegłym, postępowym i modnym, natomiast wypiera się zachowania, które wskazują na uczciwe postępowanie w stosunku do drugiego człowieka. Jednak w dalszej perspektywie, jak spojrzymy na to, co proponuje nam taki model postępowania i takie prądy myślowe, to wszystko to, jest totalną pustką, która nic nie wnosi w nasze życie, nie daje satysfakcji z życia, nie przyczynia się do naszego szczęścia osobistego, utrudnia nam doświadczanie miłości w naszym życiu i prowadzi do upadku. Wygodnictwo jest wrogością wobec nowego życia. Nowe życie staje się wyśmiewane i niechciane. Zaczyna być postrachem młodych ludzi, którzy sami chcieliby długo i dobrze żyć, ale nie myślą o tym, że ci, którzy po nich tu być powinni, także chcą żyć i z woli Bożej wyrwywają się na świat do życia²⁰.

Podsumowanie

Rodzina jest źródłem życia dla każdego człowieka, ponieważ jest środowiskiem, które uczy nas budowania więzi, relacji oraz daje podstawy do kształtowania cech charakteru, wartości oraz tożsamości człowieka. Dzisiejsza rodzina często gubi własną stabilność, a co może być dla niej ratunkiem, to tworzenie wspólnot wzajemnego wsparcia, którym głównym założeniem jest wzmacnianie rodziny i uczenie jej poszczególnych członków zdrowych zasad postępowania. Przyszedł czas na konkretne działania zarówno ze strony mężczyzn, jak i kobiet postawienia jasno zasad, aby tworzyć i wzmacniać silne fundamenty rodzinne. Bardzo dużo można pisać o dysfunkcjach i niebezpieczeństwach, które poprzez brak uwagi rodzina mogła zaadoptować, przyswoić lub uznać za normę. Ludzie zostali wpędzeni w machinę lekkomyślnych prądów i zaburzeń funkcjonowania, gdzie jest niepewność i zanik wartości, natomiast pogoń za materializmem, zaczął dyktować rytm, styl i tempo życia, uczy się nas działać szybko, do tego bez refleksji nad sobą. Życie, które mamy, jest naszym najważniejszy skarbem i powinno nas to skłaniać do poszukiwania takich zasad postępowania i ich stosowania, aby sprzyjały naszemu wzrastaniu, umacnianiu się, motywowało do budowania silnej rodziny opartej na fundamentach wartości istnienia i przejrzystych zasadach postępowania.

Streszczenie:

Zaproponowana w niniejszym artykule koncepcja myślenia, kształtowania i funkcjonowania rodziny ma na celu jej wzmocnienie, gdyż w środowisku, jakim jest usytuowana oraz relacje wewnątrz rodzinne odgrywają ważną rolę w zdrowym funkcjonowaniu rodziny. Przedstawione doświadczenia i opisane przypadki zostały oparte na praktycznych działaniach i

²⁰ S. Wyszyński. *W obronie życia nienarodzonych*, Wyd. Instytut Prymasowski Ślubów Narodu, Warszawa 1990, s. 73.

obserwacjach rodzin szukających wsparcia i pomocy w zakresie profilaktyki i psychoterapii. Dlatego dobro rodziny powinno opierać się na odpowiedzialnym pełnieniu ról i jasnych zasadach funkcjonowania, które są źródłem wspierających czynników, zasobów i okoliczności, co z kolei prowadzi do uniwersalnego modelu rodziny opartego na fundamentach wartości istnienia oraz na zapobieganiu, ograniczaniu i eliminowaniu pojawiających się trudności i problemów. Tak więc wybór drogi życiowej, wartości, którymi się kierujemy i sposób postępowania zależą od nas samych, od życia rodzinnego i środowiska, w którym żyje człowiek.

Słowa klucze: rodzina, formowanie, życie, czynniki i wpływ

Summary:

The concept of thinking, shaping, and functioning of the family proposed in this article aims to strengthen the family, as the environment in which it is situated and the relationships within the family play an important role in the healthy functioning of the family. The experiences presented and the cases described are based on practical activities and observations of families seeking support and help in the field of prevention and psychotherapy. Therefore, the well-being of the family should be based on the responsible fulfillment of roles and clear rules of functioning, which are a source of supportive factors, resources, and circumstances, which in turn leads to a universal family model based on the foundations of the value of existence and the prevention, reduction, and elimination of difficulties and problems that arise. Thus, the choice of life path, the values that guide us, and the way we behave depend on ourselves, our family life, and the environment in which we live.

Key words: family, formation, life, factors and influence

Bibliografia:

- Adamski F., *Wychowanie w rodzinie chrześcijańskiej*. Wyd. WAM, Kraków. 1994.
- Chapman, G., Czernik J., *5 języków miłości*, Wyd. Esprit, Kraków. 2022.
- Chapman G., *5 języków miłości. Małżeństwo jakiego zawsze chcieliście*, Wyd. Esprit, Kraków. 2016.
- Chapman G., *5 języków miłości dla mężczyzn*, Wyd. Esprit, Kraków. 2016.
- Chapman G., Thomas, J., *Kiedy przepraszam, to za mało. Jak pogodzić się z tym których kochasz*, Wyd. Esprit, Kraków. 2017.
- Eldredge J., *Dziki serce. Tęsknota męskiej duszy*, Wyd. W drodze, Poznań. 2019.
- Gasparino A., *Modlitwa i miłość przezwyciężą niemożliwe*, Wyd. Promic, Warszawa. 2017.
- Mellibruda J., *Siedem ścieżek integracji psychoterapii. Ślady dziecięcych traum i toksycznych relacji jako wyzwanie*, Wyd. Zielone drzewo, Warszawa. 2011.
- Mendonca J., T., *Ukryty skarb. O sztuce o wewnętrznego poszukiwania*. Wyd. Bratni Zew. Kraków, 2021.
- Miller, W., R., Forcehimes A., A., Zweben A., *Terapia uzależnień. Podręcznik dla profesjonalistów*, Wyd. Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków. 2014.
- NOWY TESTAMENT 1 List do Koryntian, Hymn do miłości, 13.4.
- Pietrachowicz M., *Psychoterapia ewangelij. Boża strefa zrozumienia*, Wyd. Fronda, Warszawa. 2021.
- Póltawska., W. *Przed nami miłość*, Wyd. Święty Paweł, Częstochowa. 2008.
- Roha P., H., *Uzależnienie przyczyny i terapia*. Wyd. W drodze, Poznań. 2016.
- Słowa, które zostały powiedziane na Konferencji Naukowej w Koninie. „Ocalić rodzinę od uzależnień”, autor nieznany.
- Tischner J., *Krótki przewodnik po życiu*, Wyd. Znak, Kraków. 2017.
- Wyszyński S., *W obronie życia nienarodzonych*, Wyd. Instytut Prymasowski Ślubów Narodu, Warszawa. 1990.

Wyszyński S., *Wiara i odpowiedzialność*, Wyd. Sumus, Warszawa. 2021.