

Dr Katarzyna Litwińska-Rączka  
Katedra Psychologii Wychowawczej i Rodziny  
Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego

## Małżeństwo i rodzicielstwo w stylu „być” i w stylu „mieć”

### Marriage and parenthood in the style of "to be" and "to have"

#### Abstrakt:

Autorka odwołuje się w artykule do opisanych przez Ericha Fromma orientacji życiowych posiadania i bycia (postaw "mieć" oraz "być"). Orientacje te odnosi do sposobów funkcjonowania dorosłych osób w ich małżeństwach i rodzinach. Przedstawia przejawy każdej z tych orientacji, z których jedynie postawa „być” prowadzi do dojrzałego funkcjonowania i rozwoju. Autorka odwołuje się też do myśli psychoterapeutów Virginii Satir i Irvina Yaloma oraz przywołuje znanych autorów, którzy podejmują problematykę rodzin, m.in. Katarzynę Schier oraz Marię Braun-Gałkowską.

**Słowa kluczowe:** orientacje życiowe "być" i "mieć", małżeństwo, rodzicielstwo

#### Abstract:

In the article the author refers to the Erich Fromm's orientation of life and being (the basis of to have and to be). She applies these orientations to adult's functioning in their marriages and families. It presents expressions and effects of both those orientations that lead to mature activity and development or to pathology processing. The author also refers to the ideas of psychotherapists Virginia Satir and Irvin Yalom. He cites contemporary family researchers: Katarzyna Schier and Maria Braun-Gałkowska.

**Keywords:** life orientations "to be" and "to have", marriage, parenthood

### Wprowadzenie

Dojrzałość w małżeństwie i w rodzicielstwie wiąże się z wieloma własnościami człowieka: cechami jego charakteru, doświadczeniem, jakie posiada w bliskich relacjach, postawami wobec samego siebie oraz innych ludzi i zjawisk. W Biblii możemy przeczytać słowa, które wiążą się z dojrzałością: *„Będziesz kochał bliźniego swego jak siebie samego”* (Pwt 6,5).

Prawidłowo rozumiana miłość własna jest podstawą umiejętności kochania innych ludzi. Taka miłość nie zawłaszcza i nie czyni z partnera ani dziecka przedmiotu użycia, ale szanuje godność i wolność drugiego człowieka.

Gibran Kahil pisał: *„Wasze dzieci nie są waszą własnością. Są synami i córkami samej mocy Życia. Jesteście ich rodzicami, ale nie stworzycielami. Mieszkają z wami, a mimo wszystko do was nie należą”* (za: Hodkinson, 2009, s. 198).

Małżeństwo i rodzicielstwo warto rozważyć w aspekcie orientacji życiowych "być" i "mieć". Orientacje te wpływają na relacje z samym sobą oraz osobami bliskimi.

Irvin Yalom (2008), psychoterapeuta i badacz zjawisk psychoterapii, określa dojrzałość jako "umiejętność wzięcia fundamentalnej odpowiedzialności ludzkiej - stworzenie swojego życia tak, aby było pełne zaangażowania, pozytywnej więzi z ludźmi, znaczenia i samorealizacji" (tamże, s. 37).

### 1. Styl życia i orientacja życiowa

Rodziny, które składają się na społeczność, wyznaczają styl życia społecznego, ale też na odwrót – styl reprezentowany przez społeczność i przedstawiane wzorce społeczno-kulturowe, wpływają także na rodziny (Satir, 2000).

Na przestrzeni ostatnich dziesięcioleci można zauważyć istotne zmiany, zarówno w rodzinach, jak i w społeczeństwach.

Zachodzące zmiany zdają się iść w trzech kierunkach.

Pierwsza, to zmiana podejścia z kolektywistycznego na indywidualistyczne. Oznacza to, że społeczeństwo zaczyna bardziej doceniać sukcesy indywidualne niż zbiorowe, bardziej koncentrować się na rywalizacji i wygranej niż na współpracy i wzajemnej pomocy. Skutkiem w codziennym życiu może być poświęcanie zbyt dużej ilości czasu pracy, kosztem rodziny oraz nadmierna koncentracja na sukcesach i porażkach własnych dzieci (tamże; por. także: Hodkinson, 2012).

Druga zmiana dotyczy spotkań rodziny, spędzania wolnego czasu i odpoczynku. Rodziny coraz rzadziej spotykają się przy wspólnym stole, coraz rzadziej rozmawiają i dzielą wzajemnymi odczuciami. Czas wolny członkowie rodzin spędzają w pojedynkę<sup>1</sup>.

Z tą drugą zmianą – skupieniem na środkach masowego przekazu związany jest często konsumpcjonizm opisywany przez Ericha Fromma (1999b, 2000b) – nakierowanie uwagi na „posiadanie”, a nie „bycie”. Uzależnienie poczucia własnej wartości od posiadanych dóbr i ocena innych osób przez pryzmat posiadania, nie

---

<sup>1</sup> Maria Braun-Gałkowska (2008) w książce „Psychologia domowa” pisze o zmianie urządzenia domów rodzinnych na przestrzeni ostatnich 100 lat, które obrazują przemiany w relacjach. Ok. 100 lat temu typowy salon rodzinny zaopatrzony był w duży stół, na którym stała lampa. Rodzina siedziała przy stole, gdzie spożywano posiłki, a wieczorami zajmowano się czytaniem, robotkami ręcznymi, opowiadaniem historii, graniem w gry. W latach osiemdziesiątych ubiegłego wieku w salonach rodzinnych dominowały kanapy i fotele, a rodziny skupiały się wokół telewizora, przez co znacznie rzadsze były rozmowy i wspólne aktywności rodzinne. Obecnie, w XXI wieku w większości rodzin każdy skupia się na własnym laptopie lub telefonie komórkowym, co powoduje całkowite oddzielenie od siebie członków rodziny.

służą nawiązywaniu głębszych relacji interpersonalnych ani zaspokajaniu potrzeb, takich jak: bycie zaopiekowanym, życzliwości i pomocy innym i akceptacji.

Trzecią zmianą jest intensyfikacja tempa życia i związany z tym bardzo wysoki poziom stresu. Trudno jest się wyciszyć i zrelaksować, gdyż człowiek współczesny doświadcza zbyt wielu bodźców. Telewizory, komputery, tablety, telefony komórkowe nie służą komunikowaniu się wprost – twarzą w twarz (Braun-Gałkowska, 2008; por. także: Satir, 2000).

Elementem stylu życia jest orientacja życiowa skoncentrowana na posiadaniu lub na istnieniu i byciu (Fromm, 1997; Satir, 2000).

Erich Fromm (1999b) ujmuje orientację życiową w odniesieniu do postaw „być” i „mieć”. Postawy te definiuje jako dwa różne rodzaje orientacji wobec samego siebie i wobec świata, dwa różne rodzaje struktury charakterologicznej, z których dominacja jednej określa całość tego, co człowiek myśli, czuje i jak działa.

W „*Rewolucji nadziei*” Erich Fromm (2000b) przedstawił obraz współczesnego człowieka jako produktu „społeczeństwa technologicznego”. Dominującą zasadą w świecie jest wytwarzanie coraz większej ilości dóbr, a człowiek staje przed koniecznością zwiększonej ich konsumpcji. Reklamy produktów działają na emocje i postawy ludzi, a ich twórcy starają się decydować, co jest ich odbiorcom potrzebne. Celem jest oczywiście zwiększenie konsumpcji. Wartością wielu ludzi staje się coraz więcej posiadać i coraz więcej używać. Jak zauważa Fromm: „*Człowiek staje się wiecznym oseksem z otwartą buzią, który nie wykazuje inicjatywy, ale jest bierny*” (tamże, s. 42).

Tom Hodgkinson w książce „*Być rodzicem i nie skonać*” (2009) pisze: „... wydawanie pieniędzy stało się już odruchem, podobnie jak sięganie po komputerową myszkę, gdy czegoś nam potrzeba. Komputer był reklamowany jako urządzenie gwarantujące niezależność – a teraz się okazuje, że nie umiemy bez niego żyć. Byle awaria prądu albo połączenia z internetem a wielu z nas pogrąża się w poczuciu bezsilności. Uzależniliśmy się od rzeczy, które miały dać nam wolność. Z pieniędzmi jest tak samo” (tamże, s. 118).

Jako alternatywę proponuje wspólne spędzanie czasu, dawanie dzieciom wolności, zachęcanie ich do pracy i ryzyka, oraz doświadczanie interpersonalnych konsekwencji własnych działań. David Herbert Lawrence pisze o pracy, że „nie służy ona << niesieniu pomocy >>, ani służbie ludzkości z religijnych czy etycznych pobudek. Ani niemotywowanemu chciwością gromadzeniu bzdurnych dóbr. Jednostka pracuje dla własnej przyjemności i niezależności; głównie jednak po to, by odczuwać szczęście płynące z dumy, jaką daje osobista niezależność, osobista wolność (...)” (za: tamże, s. 20).

### 2. Styl „być”

W stylu „być” człowiek doświadcza i przeżywa siebie jako podmiot doświadczający i posiadający (self). Jego uwaga i percepcja nastawiona jest na ludzi i relacje z nimi. Osoba podejmuje aktywność własną, aby poszukiwać sensu życia poprzez identyfikację z osobami i ideami, które wydają mu się wartościowe. Często skupia się na aktywności wewnętrznej – myśleniu, przetwarzaniu nowych bodźców, kontaktowaniu się z własnymi odczuciami. W aktywności najbardziej liczy się proces tworzenia i doświadczenie bycia „tu i teraz”. Posiadanie dóbr liczy się aby polepszać jakość bycia. Poczucie bezpieczeństwa zakorzenione jest we własnej tożsamości, z której osoba jest zadowolona. W relacjach z innymi ludźmi dominuje postawa – „ja jestem ok i ty jesteś ok”. Stosunek do drugiego człowieka charakteryzuje się radością, dzieleniem się i współprzeżywaniem (Fromm, 1999b).

Styl „być” wiąże się z bliskim kontaktem z drugim człowiekiem i jego potrzebami, jak również z sobą samym i własnymi potrzebami i emocjami. Pozostaje w korelacji pozytywnej, z wysokim poczuciem własnej wartości oraz otwartością wyrażania siebie w relacjach. W relacjach między osobami posiadającymi orientację życiową „być”, dominuje wolność w zakresie czucia, wyrażania, myślenia, widzenia i słyszenia tego co się czuje, co chce wyrazić, co człowiek myśli, widzi i słyszy, a nie co powinien (tamże; por. także: Satir, 2000).

Dominującym powiązaniem interpersonalnym w orientacji „być” jest miłość – produktywna forma więzi z innymi i z samym sobą. Miłość zakłada odpowiedzialność, troskę, szacunek, wiedzę oraz pragnienie wzrostu i rozwoju osoby kochanej. Jest ona wyrazem więzi intymnej między dwiema istotami ludzkimi, realizowanej w warunkach własnej integralności (Fromm, 2000).

### 3. Styl „mieć”

W tej orientacji człowiek nastawiony jest na posiadanie. Człowiek doświadcza i przeżywa także samego siebie jako „przedmiot własnego posiadania”. Jego sens życia skupia się wokół posiadania rzeczy. Ma skłonność, by siebie i innych traktować przedmiotowo i wartościować na podstawie stanu posiadania i wyglądu zewnętrznego. Posiadanie jest najważniejsze, jako coś, co określa posiadającego: jego wartość i tożsamość. Aktywność ma charakter zewnętrzny a jej celem jest doświadczanie intensywnych wrażeń. Liczy się efekt i zewnętrzne wrażenie, jakie dana osoba wywiera na innych. Ponieważ posiadanie jest głównym kryterium dobrego samopoczucia, człowiek odczuwa lęk, żeby nie stracić tego, co posiada.

Stosunek do drugiego człowieka związany jest z lękiem, antagonizmem i konkurencją (Fromm, 1999b).

Dominującymi formami powiązań interpersonalnych jest więź symbiotyczna lub wycofanie się prowadzące do destrukcji. W relacji symbiotycznej człowiek jest związany z innymi, ale traci niezależność albo jej nigdy nie osiąga. Jest „pochłaniany” przez innych lub sam „pochłania”, co jest wyrażane w zachowaniach o charakterze nadmiernej opiekuńczości, zdominowania lub/i nadmiernego podporządkowania się i bezkrytycznej lojalności (Fromm, 2000a).

Wycofanie się polega na odcinaniu się od innych ludzi, których istnienie odbierane jest jako osobiste zagrożenie. W uczuciach dominuje obojętność wobec innych. Postawie tej często towarzyszy kompensacyjne poczucie zawyżonej wartości własnej (Fromm 1999a).

#### 4. „Być” i „mieć” w małżeństwie i rodzicielstwie

Styl życia „być” zakłada partnerstwo w relacji małżeńskiej. Ważna jest otwartość i dzielenie się własnymi potrzebami, odczuciami i oczekiwaniami. Małżonkowie są niezależni emocjonalnie od siebie i nie oczekują od partnera nieustannego potwierdzania własnej wartości. Umieją być odpowiedzialni, a kiedy jest okazja lubią bawić się z dziećmi i jak dzieci, a także doceniać twórczość drugiego. Starają się być odpowiedzialni za własne reakcje na zachowania drugiego, aby starać się go nie skrzywdzić.

W relacji z dziećmi kładzie się nacisk na wspólne bycie i czerpanie z tego radości, przy minimalizacji kosztów osobistych rodzica. Tom Hadgkinson (2009, s. 165) pisze o „rodzicielstwie na luzie”. Rodzic na luzie lubi przebywać z dziećmi, czuć się wolnym i wymyślać różne zabawy.

Matka i ojciec o orientacji „być” traktują macierzyństwo i ojcostwo jako wyzwanie, by towarzyszyć dziecku aż do czasu osiągnięcia przez nie dorosłości i osiągnięcia niezależności, podjęcia przez nie własnego życia na własną odpowiedzialność. Być matką i ojcem pociąga za sobą konieczność zmiany samego siebie i zmian w odnoszeniu się do dziecka warunkowanych jego poziomem rozwoju.

Małżeństwo dla osób o stylu „mieć” jest sposobem na „ustawienie się w życiu”, (co częściej preferują kobiety), lub „potwierdzenie własnej wartości” (częściej mężczyźni). Te osoby wchodząc w relacje nie są samodzielne. Uzależniają własne poczucie wartości od partnera – jego zasobów finansowych lub atrakcyjności fizycznej i seksualnej. Współmałżonek jest traktowany przedmiotowo, podobnie jak własne „ja”. Małżeństwo wiąże się bardziej z graniem roli i wzbudzaniem podziwu

współmałżonka, niż z autentycznym dzieleniem się własnymi odczuciami, myślami i potrzebami (Fromm, 1999ab).

Dzieci w tych rodzinach są traktowane jako własność rodziców, która ma spełniać ich oczekiwania. Rodzice o stylu życia „mieć”, delegują dzieci wprost do zdobywania dóbr i pozycji społecznych, nie zważając na ich realne możliwości i zasoby (Fromm, 1999b).

W takich rodzinach dziecko bywa „delegowane” przez rodziców do bycia „ich rodzicem” (zjawisko parentyfikacji), lub też do tego, aby „nigdy nie wydorosnąć” (zjawisko infantylizacji), czyli spełniać takie oczekiwania, które są poniżej możliwości dziecka, nie pozwalając na jego rozwój. Rodzice o orientacji życiowej „mieć” mogą też traktować dzieci jako przeszkodę w wygodnym, komfortowym życiu. Rodzic żywi roszczenia, którym dziecko nie może sprostać. Posiadanie dzieci jest zawłaszczaniem ich dla siebie, kontrolowaniem ich, czerpaniem z nich korzyści dla siebie, choćby tylko psychologicznych. „Mieć kogoś”, to traktować go jak swoją własność, nie pozwalając dzieciom usamodzielniać się. Samodzielność dziecka powoduje utratę kontroli rodzica oraz w niektórych sytuacjach utratę poczucia własnej ważności rodzica (Schier, 2012).

### Podsumowanie

Styl życia wyznacza priorytety i wartości, którymi żyje człowiek. Stylu życia jednostka uczy się od ważnych dla niej osób – rodziców, rodziny i przyjaciół. Jeśli człowiek czuje się bezpiecznie w rodzinie pochodzenia i traktowany jest z szacunkiem, ma zapewnioną możliwość rozwoju, to zazwyczaj naśladuje podobny do swej rodziny styl w dalszym swoim życiu.

W dobrze funkcjonujących rodzinach u dziecka kształtowane jest prawidłowe poczucie własnej wartości, dziecko zdobywa umiejętności prawidłowej komunikacji: bezpośredniej, jasnej, precyzyjnej, szczerzej i spójnej. Zasady obowiązujące między członkami rodziny są elastyczne, ustalane wspólnie, dostosowane do możliwości osoby. Relacje łączące członków rodziny oraz rodzinę są oparte na miłości i zaufaniu, a rodzina wspiera także relacje swoich członków z dalszą rodziną, przyjaciółmi, kolegami, znajomymi.

Dominującym powiązaniem interpersonalnym w orientacji „być” jest miłość – będąca najważniejszą i twórczą formą więzi z innymi osobami i z samym sobą. Miłość zakłada odpowiedzialność, troskę, szacunek, wiedzę oraz pragnienie wzrostu i rozwoju, zarówno własnej osoby, jak i członków rodziny.



### **Bibliografia:**

- Braun-Gałkowska M., (2008), *Psychologia domowa*, Lublin: Wydawnictwo KUL.
- Clover A., (2014), *Tata rządzi czyli 63 zasady szczęśliwego ojca*, Warszawa: Świat Książki.
- Fromm E., (1997), *O sztuce istnienia*, Warszawa: PWN.
- Fromm E., (1999a), *Niech się stanie człowiek*, Warszawa: PWN.
- Fromm E., (1999b), *Mieć czy być?*, Poznań: REBIS.
- Fromm E., (2000a), *Serce człowieka*, Warszawa: PWN.
- Fromm E., (2000b), *Rewolucja nadziei*, Poznań: REBIS.
- Hadkinson T., (2012), *Być rodzicem i nie skonać*, Warszawa: VAB. Foksal.
- Satir V., (2000), *Rodzina. Tu powstaje człowiek*, Gdańsk: GWP.
- Schier K., (2012), "Gdy dziecko staje się rodzicem" - odwrócona troska, czyli zjawisko parentyfikacji w rodzinie, (w:) *Bliskość w rodzinie. Więzy w dzieciństwie a zaburzenia w dorosłości*, B. Tryjarska (red.), s. 63–79, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Yalom I.D., (2008), *Patrząc w słońce. Jak przezwyciężyć grozę śmierci*, Warszawa: Instytut Psychologii Zdrowia PTP.