

Agresja słowna

Z prof. Anną Cegiłą, językoznawcą, kierownikiem Zakładu Edytorstwa i Stylistyki oraz Obserwatorium Etyki Słowa w Instytucie Polonistyki Stosowanej Uniwersytetu Warszawskiego, rozmawia Patrycja Przybysławska.



P.P.: Pani profesor, czym właściwie jest agresja werbalna?

A.C.: Agresja werbalna jest działaniem destrukcyjnym, polegającym na słownym obrażaniu, zastraszaniu, poniżaniu kogoś zachowaniem, nad którym sprawca niekoniecznie silniejszy od ofiary nie zawsze panuje (to pozwala odróżnić agresję od przemocy, będącej zawsze działaniem osoby silniejszej i czynem zamierzonym, celowym). Słowna agresja pojawia się często, bo ludziom się wydaje, że jeśli powiedzą do kogoś: *ty idioto* czy *bałwanie*, *nieudaczniku*, *zdrajco* to nic takiego się nie stanie. A to też jest działanie niszczące dobre imię, godność, pozycję człowieka.

P.P.: W tym też jest chyba problem, że przezwiska, jak te przywołane przez Panią, wcale nie są uważane za agresję. Jak więc agresja słowna może się jeszcze przejawiać?

A.C.: Zgadza się. Użytkownicy języka nie zawsze wiedzą, że mówienie jest jakimś działaniem i ma dobre albo złe skutki. W obiegowej opinii to jest po prostu mówienie, nic takiego. Nie uderzyłem przecież nikogo, tylko powiedziałem kilka słów. Zapewne słowa: *papla*, *mięczak*, *pajac* nie czynią wielkiej szkody, choć adresata mogą zabołec. Ale inne określenia: *złodziej*, *donosiciel*, *skarżypyta*, *komuch*, czyli inwektywy, zmieniają obraz człowieka, o którym tak mówimy; informują, że zrobił coś nagannego, zasługującego na potępienie, a to jest znacznie poważniejsze, bo stanowi właściwie oskarżenie. Jeśli jest ono bezpodstawne, to wyrządza ogromną szkodę – ktoś traci zaufanie społeczne, możliwości działania.

P.P.: Ale czy za tymi słowami idzie rzeczywista świadomość tego działania? Za wypowiedziami ludzi stosujących agresję? Czy jest tam autorefleksja i celowość?

A.C.: Niekoniecznie. To wygląda tak: *on się ze mną nie zgadza, to go nie lubię. Chcę mu sprawić przykrość i mówię, co ślina na język przyniesie*. Ludzie nie są świadomi, że mówienie jest takim samym działaniem jak wyświadczenie komuś przysługi albo przeciwnie, jak uderzenie człowieka czy jak kradzież. Przecież mogą zniszczyć dobrą opinię o człowieku, którego nazywam ruską onucą, kłamcą, sprzedawczykiem, oszołomem itp. Nie zawsze ludzie uświadamiają sobie fakt, że mówiąc źle o kimś, czynią krzywdę nie tylko jemu, lecz także świadkom takiego agresywnego zachowania – całemu audytorium. Jego część myśli o kimś obrzucanym obelgami, że pewnie zasłużył, więc zaczyna go uważać za gorszego od innych, niezasługującego na poszanowanie. Mamy więc jedną szkodę, jedną krzywdę wyrządzoną temu człowiekowi. Poza tym, może nie całe audytorium, ale jakaś jego część, przyswoi sobie fałszywy komunikat: tak można się zachowywać, mówienie o kimś nieprawdy, obrzucanie obelgami jest normalne. I wtedy szkodę ponosi więcej osób. Po pierwsze ci, którzy wierzą, że negatywne wzorce rozmowy są dopuszczalne, po drugie ci, którzy zaczynają się źle czuć w tej przestrzeni społecznej, w której na co dzień słyszą nieodpowiednie słowa, w której przeciwnika w jakimś sporze można poniżyć i obrazić. W wyniku agresji słownej straty ponosi więc nie tylko adresat wypowiedzi, lecz także wszyscy słyszący nietaktowną i nieetyczną wypowiedź.

P.P.: Jak zatem agresja słowna, używanie jej, wpływa na społeczeństwo w ogóle? W jednym ze swoich wystąpień mówiła Pani, że to nie język się współcześnie zdegradował, tylko ludzie nie sięgają po słowa budujące porozumienie.

A.C.: Porozumienie jest trudniejsze. Ludzie wolą łatwiznę, to trzeba jasno powiedzieć. Szukamy dość prymitywnych środków ekspresji swoich poglądów, przekonań, uczuć; bardziej cenimy emocje niż zdrowy rozsądek. Wiadomo, że emocje nami czasem rządzą, ale mamy jeszcze rozum i przydałoby się go używać wtedy, kiedy nas coś zezłości. Racjonalność działania powinna być ważniejsza niż emocjonalność. Ludzie chcą mieć rację, chcą być skuteczni. Sięgają więc po środki, które wydają się im skuteczne. Jeśli takim środkiem staje się agresja, społeczeństwo się dezintegruje, ludzie zamykają się w małych grupach, osłabiają się więzi społeczne.

P.P.: Teraz, w obronie nie tyle agresji słownej (bo raczej nikt nie powie, że broni agresji), co raczej używania wulgaryzmów, mówi się, że to przecież wentyl bezpieczeństwa, a emocje lepiej wyrazić, choćby właśnie przez użycie niecenzuralnych słów. Czy to rzeczywiście jest tak, że nie ma znaczenia, jak emocje wyrażamy?

A.C.: Chyba nastąpiła jakaś niezdrowa moda (wynikająca z braku refleksji), że wszystko nam wolno, byle się to zgadzało z naszymi przekonaniami. O przekonaniach innych ludzi nie pamiętamy. Oczywiście wolno nam się z kimś nie zgadzać, ale to „gwiazdkowanie” może być dozwolone tylko wtedy, gdy wszyscy się na nie zgadzamy. Na ogół tej zgody nie ma, bo używający wulgaryzmów nikogo o nią nie pytają. Wulgaryzmy rozładowują emocje. To prawda. Ale nie rozwiązują problemu, który te emocje wywołał i wzmacniają barierę w komunikacji z tymi, z którymi się nie zgadzamy. Poza tym powinniśmy pamiętać, że język nie jest własnością jednej grupy ludzi, którzy nie potrafią się obejść bez wulgaryzmów i używają ich zamiast argumentów. Język jest dobrem społecznym i nie powinien służyć jako kij do okładania przeciwnika, lecz jako instrument porozumienia. Jeśli człowiek jest wzburzony czy wściekły, radzę pobeiegać, umyć okna, pójść na fitness.

P.P.: A co z dziećmi, które są świadkami agresji słownej, słuchają wulgaryzmów padających z ust otaczających je ludzi, często najbliższych. Jak to może na nie wpływać?

A.C.: Przytoczę pewną anegdotę. Kiedy mieszkałam na Ursynowie, zostawiłam dzieci na chwilę w piaskownicy na osiedlu, żeby zanieść zakupy do domu. Potem po nie przyszłam i mówię: *Chodź, Dorotko, bo jest dobranocka*, a dziecko w wieku jakichś czterech lat siedzące w tej samej piaskownicy mówi do swojego braciszka: *O kujwa, dobranocka się zaczyna, idziemy do domu*. To są właśnie skutki osvajania dziecka z wulgaryzmami. Przekleństwa, wyzwiska już teraz funkcjonują w społeczeństwie trochę jak partykuły i przecinki, niestety również wśród młodych. Czy musimy dawać dzieciom takie odpady językowe, najgorsze wzorce? Bez refleksji nad tym, jaka będzie wrażliwość tych dzieci i jak będą się do nas zwracać, kiedy my już będziemy starzy? Nie chciałabym usłyszeć zamiast: *Zostaw mnie w spokoju – Od***** się ode mnie*.

P.P.: Bo określony język rodzi konkretne postawy.

A.C.: Tak, język jest bardzo ściśle związany z myśleniem. Badania pokazują, że bez języka myślenia nie ma. Nie wchodząc w szczegóły, możemy powiedzieć, że wszystkie zachowania językowe jakoś wpływają na kształt naszego myślenia. Pozwalając na prostacki język, automatycznie zgadzamy się na prostackie, wulgarne myślenie. A to jest nie tylko brzydkie, lecz także nieetyczne i niebezpieczne.

Agresja ma swoje źródła. Dwa z nich są najważniejsze: frustracja i bezradność. Frustracja zresztą bierze się często z bezradności. Wszyscy wiemy, że różne drobne wydarzenia są źródłem nagłych i niedobrych emocji. Nie będę przytaczać przykładów reakcji słownych na zachowanie kierowcy, który komuś zajedzie drogę albo nagle wyprzedzi. Są one ogólnie znane. Jeśli kierowca, który skręcił nam przed nosem, nie słyszy naszej obelgi, krzywda mu się nie dzieje. Wtedy przekleństwo czy brzydkie życzenie pod jego adresem może być rzeczywiście „wentylem bezpieczeństwa”. Ale przecież i wtedy wstydzimy się nieadekwatnej reakcji. Poza tym jest jeszcze jedna ważna kwestia związana z agresją słowną: co się stanie, kiedy środki językowe się wyczerpią, będą niewystarczające do wyrażenia ogromnej złości – wyjmiemy nóż?

P.P.: Agresja rodzi agresję? Również ta językowa?

A.C.: Oczywiście. I fałszuje całą sytuację komunikacyjną. Jeśli człowiek rzuci w naszym kierunku wyzwisko, to my automatycznie uznajemy, że jest naszym wrogiem. A on może być po prostu wściekły, napatoczyliśmy się i on się na nas wyżywa. Nie musi nas nie lubić. Nie odpowiadamy wtedy agresją. Czasem właśnie rodzice są wobec dzieci agresywni, bo wcześniej coś ich zdenerwowało w pracy. A na agresję rodziców dziecko odpowiada własną agresją, lękiem albo poczuciem winy.

Inny przykład sytuacji wyzwalającej agresję: dziecko nie słucha tego, co mówi ojciec czy matka, nie słucha polecenia. Rodzice nie wiedzą, jak mają nakłonić je do współpracy, więc najpierw podnoszą głos, a potem pojawiają się jakieś niekoniecznie ładne słowa i całościowe, negatywne oceny postępowania dziecka. Pojawiają się słowa: *Ty nigdy nie robisz tego, o co proszę. Ty zawsze nawalasz* itd. Rodzice chcą być skuteczni. Najlepiej natychmiast.

P.P.: A to wcale nie podnosi naszej skuteczności.

A.C.: Zdecydowanie. To ją osłabia. Ale to jest pewien schemat, każdemu się zdarza się w ten schemat wpaść. A w takiej sytuacji dziecko również może zareagować krzykiem. Może się też zamknąć przed rodzicem i wtedy kłopot staje się poważniejszy.

P.P.: Jak nauczyć dzieci reagować? Dzieci się spotykają się z agresją słowną niemal wszędzie.

A.C.: Jeśli w domu agresji nie ma, dziecko raczej nie będzie się do niej uciekało w trudniejszych sytuacjach, więc sprawa podstawowa: nie dawać złego przykładu. Druga sprawa: trzeba tłumaczyć, że agresja to nie jest sposób rozwiązywania problemów. Ja bym się odwoływała do wstydu, który może wyhamować takie zachowania. Oczywiście wstydu za brak dobrego, kulturalnego sposobu rozstrzygnięcia pozornie nierozwiązywalnego problemu. Trzeba rozmawiać o takich sposobach i proponować jakies nieinwazyjne metody reakcji na zachowania, które mogą się nam nie podobać, ale nie mogą usprawiedliwiać naszej agresji.

P.P.: No właśnie: jakie? Jak dziecko np. w szkole może zareagować na wymierzoną wobec niego agresję?

A.C.: Moim zdaniem, trzeba uczyć zadawać pytania, np.: *O co ci chodzi? Co byś chciał uzyskać?* (oczywiście dziecko powie to w prostszy sposób), *Czego chcesz ode mnie? Co miałbym zrobić? Czy ja ci coś zrobiłem?* Nie: *co ja ci zrobiłem*, tylko *czy*. Odnoszę wrażenie, że ludzie zapomnieli, że jest taki sposób zwracania się do drugiej osoby jak pytanie i że ten sposób skutkuje. Bo człowiek automatycznie chce dać jakąś odpowiedź. Czas tej odpowiedzi możemy wyzyskać na znalezienie odpowiedniej formy reakcji.

Kiedyś znalazłam się w takiej sytuacji: z małymi dziećmi w samochodzie wjeżdżałam na parking. Znajdował się tam jakiś wstawiony pan, trzymający w ręku butelkę z alkoholem. Był zdenerwowany i wyraźnie szukał obiektu, na którym mógłby się wyładować. Zaczął od tego, że jak ja wjeżdżałam, on zachodził mi drogę i tak kilka razy. Wysiadłam (choć się bałam) i mówię: *Widzę, że pan jest bardzo zdenerwowany, mam nadzieję, że się do tego nie przyczyniłam. Co mogę dla pana zrobić?* I ten człowiek po prostu zgłupiał. Bo przecież szukał kogoś, komu mógłby pod jakimś pretekstem przyłożyć i tego mojego pytania się nie spodziewał. A kiedy zobaczył, że ktoś z nim po ludzku rozmawia, to niemalże było widać, jak te złe emocje z niego opadają. Sytuacja była poważna, ja się liczyłam z tym, że on mi po szybach tą butelką przejedzie; nie wyglądał na łagodnego człowieka. A to pytanie na niego jakoś podziało. Powiedział, że był wkurzony i szukał zaczepki. Chwilę porozmawialiśmy i odszedł. Ta sytuacja pokazuje, że spokojna reakcja na czyjeś zdenerwowanie, także agresję, pytanie o czyjś stan pomagają uniknąć spięcia i wybuchu agresji.

Na poziomie szkolnym też będzie to skuteczne. Powinno się pytać o to, dlaczego jesteś zły, czy coś złego się stało, czy powinienem ci coś wyjaśnić itd. Trzeba również uczyć dzieci mówienia o swoich emocjach, zwłaszcza tych złych. Jeśli mamy informację, że dziecko poczuło się skrzywdzone, że jest mu smutno, wtedy możemy właściwie, skutecznie zareagować, zanim pojawi się jakieś agresywne zachowanie. Trudniej jest reagować na agresję, której przyczyny nie znamy.

Jest jeszcze jedna rzecz. To chyba niedobrze, jeśli dzieci w przedszkolu nie mogą się bawić w typowe zabawy, jak wyścig samochodzików czy wojna. Jeśli w grupie jest dziecko z Ukrainy, to dajmy spokój, nie ta pora, ale lepiej, żeby dzieci się wyładowały, kiedy mają czas na zabawę i kiedy przebieg tej zabawy możemy kontrolować. Później zabawa w wojnę to już nie jest „pif paf”, tylko razy wymierzane pięściami. I może być za późno na naukę kontrolowania agresji.

P.P Nie pozwalamy dzieciom na zabawę np. w wojnę, żeby nie wzbudzać agresji, a to wydaje się brnięciem w ślepa uliczkę. Bo tego typu zabawy mogą uczyć rozwiązywania problemów.

A.C.: Zabawy powinny być w ogóle bardziej zadaniowe, uczące rozwiązywania problemów i reagowania na agresję i przemoc. Teraz często obserwuję, że w szkole i w przedszkolu wydaje się zakazy, które mają zablokować powstawanie pewnych problemów. To tak, jakby wpisać do konstytucji zakaz bycia głupim. Zakazy niczego nie załatwią. Zawsze się znajdzie ktoś, kto będzie je łamał. I trzeba będzie go ukarać. A przecież lepiej byłoby oddziaływać na dzieci za pomocą nagród. Trzeba pracować nad postawami – takimi przyjmowanymi świadomie i z przekonania oraz

uczyć rozwiązywania problemów, a nie omijania ich. To nie zabawa w wojnę jest zła, tylko brak umiejętności zakończenia takiej zabawy co najmniej zawieszeniem broni, a najlepiej pokojem. Jeśli dziecko zrozumie, że spory i rywalizacja są rzeczą normalną i że da się je rozstrzygnąć, a spierający się mogą pozostać kolegami, a nie wrogami, to nie będzie bezradne w sytuacji sporu i nie zareaguje agresją. Od małego powinno się także mówić dzieciom, które słowa są niedobre, bo krzywdzą, obrażają i psują relacje. Jeśli dojdzie do wybuchu agresji słownej, musimy jeszcze pytać: *A jak ty byś się czuł, gdyby to do ciebie ktoś zwrócił się takimi niedobrymi słowami?* W ten sposób zwracamy uwagę dziecka na uczucia innych ludzi, uwrażliwiamy na nie, pokazujemy, że nasze przekonania nie uprawniają do krzywdzących działań słownych.

P.P.: Wspomniałam, że współcześnie agresja słowna otacza dzieci i młodzież zewsząd. W internecie czy telewizji jest jej pełno – w serialach, w tekstach jest całe mnóstwo wulgaryzmów. I teraz dzieci mimowolnie oswajają się z nimi; stąd też agresja może już nie wywoływać w nich żadnych specjalnych uczuć, o których warto by rozmawiać. Co wtedy?

A.C.: Ma Pani rację. Powoli przywykamy do chamstwa, wulgaryzmów, agresji. To bardzo niedobre zjawisko, które świadczy o obojętności na zło, na krzywdę drugiego człowieka. Ludzie myślący powinni rozmawiać o tym, co dobrego i co złego dzieje się w społeczeństwie i zatrzymać proces odwracania na agresję. Media próbują to robić, ale kontekst polityczny odbiera tym staraniom siłę oddziaływania.

Skuteczne wychowanie zaczyna się w rodzinie. To w niej człowiek przyswaja sobie dobre wzory zachowań, także zachowań językowych. Wiele w tym zakresie może uczynić szkoła. Uczymy dyskusyjnego i argumentacyjnego. Nie uczymy porozumiewania się z drugim człowiekiem. Używanie argumentów łączy się z pisaniem rozprawki, ale nie wiąże się z ich użyciem w rozmowie z kolegą. Dzieci opanowują język, ale nie opanowują zasad etycznego komunikowania się z drugim. Jeśli nie potrafią kogoś przekonać do swoich racji, to reagują agresją – obelgami, inwektywami albo, co znacznie gorsze, przemocą. Musimy więc uczyć porozumiewania się bez agresji i przemocy, bo to ważny fragment nauki współżycia społecznego. Podstawę tej nauki stanowi umiejętność odróżniania dobra od zła w języku i w sposobach odnoszenia się do innych ludzi. Nie czekajmy więc do chwili, kiedy już jest potrzebna interwencja psychologa, psychiatry albo widzimy, że liczba samobójstw wzrasta... Trzeba działać wcześniej, żeby zahamować przyczyny agresji, a nie łagodzić jej skutki. Uczymy dialogu. I nie wstydzimy się okazać oburzenie, gdy ktoś zachowuje się agresywnie.

P.P.: A co mogą zrobić rodzice, żeby na to uwrażliwić swoje dzieci?

A.C.: Jeżeli dom jest bezpieczny, to jeśli ktoś kogoś zrani słownie, znajdzie się czas i przestrzeń, żeby o tym fakcie porozmawiać i gdy trzeba, to przeprosić zranioną słowem osobę. Pytajmy dzieci o ich uczucia i mówmy o swoich. Oceniamy niewłaściwe wypowiedzi i wyjaśniamy, dlaczego uznajemy je za nieodpowiednie. Nie wstydzimy się przeprosić dziecko, jeśli powiedzieliśmy coś niewłaściwego. A przede wszystkim rozmawiamy życzliwie i serdecznie. To jest wychowawczy obowiązek rodziców.

[Patrycja Przybysławska](#)

<https://wychowujmy.pl/agresja-slowna/>