

A BESZÉLÉS, A HALLGATÁS ÉS A BESZÉLGETÉS SZEREPE A CSALÁDI KOMMUNIKÁCIÓBAN

THE ROLE OF SPEAKING, KEEPING SILENT AND TALKING IN FAMILY COMMUNICATION

SIMIGNÉ FENYŐ SAROLTA¹

Absztrakt: Jelen tanulmány a kommunikáció általános jellemzőiből kiindulva mutatja be, hogy a családon belül mennyire fontos a generációk közötti interakció, amelynek célja számos esetben nem feltétlenül új verbális információ közlése. A tanulmány az intimitás, a hierarchikus viszonyok és a tiszteletadás kifejezésén kívül ráirányítja a figyelmet a családi kommunikáció során megnyilvánuló hallgatás veszélyeire, továbbá a másik fél mondanivalója meghallgatásának és a nyelvi öröm kifejezésének fontosságára. A szavak áramlása, a *flow* különösen fontos az idős hozzátartozók számára, akik napjaik jelentős részét egyedül töltik.

Kulcsszavak: *beszélés, beszélgetés, hallgatás, a másik fél meghallgatása, a szavak áramlása, nyelvi öröm kifejezése*

Abstract: Starting from the general properties of communication, the study outlines the importance of interaction between generations, the goal of which is not always providing new verbal information. Besides expressing intimacy, hierarchical relations and respect, the study focuses on the dangers of keeping silent, the importance of active listening while the other party is talking and that of causing pleasure in communication. The continuous *flow* of words is especially important for the elderly relatives, who spend the significant part of their days alone.

Keywords: *speaking, talking, listening, listening to the other party, the flow of words, expressing pleasure with words*

BEVEZETÉS

Jelen tanulmány az *A beszélés és a hallgatás szerepe a családi kommunikációban* című előadás alapján készült, amely az MTA Miskolci Területi Bizottságának Társadalom- és Humántudományi Gerontológia Munkabizottsága konferenciáján hangzott el 2018. november 27-én. Az előadás azt mutatta be, milyen hatalmas erő rejlik a szavakban, illetve a kommunikációban, hiszen már az a tény is, hogy megoszthatjuk valakivel gondolatainkat, befolyásolja hangulatunkat és közérzetünket. Egy családban a fiatalabb és az idősebb generációk számára egyaránt fontos az is, hogy mondanójukat a másik fél meghallgassa. Ebben a tanulmányban a beszélés és a hallgatás

¹ SIMIGNÉ FENYŐ SAROLTA
habilitált egyetemi docens, alapító főszerkesztő
MTA Miskolci Területi Bizottságának Nyelvtudományi Munkabizottsága

témakörét a beszélgetéssel is kiegészítem, mert beszélgetés alkalmával a visszacsatolás következtében sokkal inkább érvényesül a szavak ereje, mint a beszélés vagy a másik fél meghallgatása során.

Beszélésen az élőszóbeli megnyilatkozás képességét értem, de azt a cselekvést, azt a tevékenységet is, hogy valaki beszél (ÉKsz. 2003). A beszélgetés pedig „az a cselekvés, hogy ketten vagy többen beszélgetnek” (ÉKsz. 2003). A hallgatást ebben a tanulmányban a beszéd-től való tartózkodás, az információ elhallgatása és mások meghallgatása alapján fogom szemléltetni.

A tanulmány célja, hogy az intimitás, a hierarchikus viszonyok és a tiszteletadás kifejezésén kívül ráirányítsa a figyelmet a családi kommunikáció során megnyilvánuló hallgatás veszélyeire, továbbá a másik fél mondanivalója meghallgatásának és a beszélgetés során kialakuló nyelvi öröm kifejezésének fontosságára. A két utóbbi olyan kommunikációs cél, amely a kommunikáció hagyományos meghatározásai között nem vagy csak ritkán szerepel.

1. A KOMMUNIKÁCIÓRÓL

A hagyományos értelmezés szerint kommunikáció során hírt közlünk, információt osztunk meg egymással. Buda Béla meghatározása szerint „...kommunikáció minden, amelyben információ továbbítása történik” (BUDA 1986: 16). Az interakció akkor sikeres, akkor nem érhető felre, ha az üzenetet a vevő az adó szándékának megfelelően értelmezi. Attól függően, hogy hol és kik között zajlik az interakció, a kommunikációnak számos más célja is lehet, pl. a résztvevők köszöntése, a beszélgető-partner meggyőzése, véleményének alakítása, álláspontjának megváltoztatása vagy éppen tevékenységének manipulálása. Családon belül az egymás iránti figyelmes-ség, tisztelet és szeretet kifejezése, a gyermekek nevelése, ízlésük és gondolataik formálása. Amikor a családtagok egymást üdvözlik vagy megszólítják, a kommunikáció kapcsolatteremtő funkcióját valósítják meg. Amikor megkérdezik a szituáció valamelyik résztvevőjét, vajon érti-e a hallottakat, figyel-e arra, amit mondanak neki, a kommunikáció kapcsolatfenntartó szerepét érvényesítik. Majd, amikor lezárják a beszélgetést, vagy elkészönnnek a másiktól, a kommunikáció kapcsolatlezáró szerepének tesznek eleget. Szépirodalmi művek olvasásakor az üzenet közvetítésén kívül a kommunikáció esztétikai funkciója is megvalósul. Az idősebb családtagok szempontjából pedig talán a legfontosabbat még nem említettük: a beszélés örömet, azt, hogy a személyes problémákat valakinek elmondhatják, és hogy gondolataik meghallgatásra találnak. Mivel a verbális kommunikáció egyik legfontosabb színtere a család, a továbbiakban a családon belüli beszélgetésekkel és egymás meghallgatásával foglalkozunk.

2. KOMMUNIKÁCIÓ A CSALÁDON BELÜL

A család mint biológiai, kulturális és társadalmi egység és mint a szülők, a gyermekek és a legközelebbi hozzátartozók közössége rendkívül fontos szerepet tölt be életünkben. A családhoz való tartozás mint fogalom az emberek számára a világ minden részén azonos. Mindannyian beleszületünk egy családba, majd annak tagjaiként

élünk, ezen közösségen belül sajátítjuk el anyanyelvünket, továbbá az alapvető kulturális szokásokat és viselkedésformákat. Ezért a család a nemzedékek közötti kommunikáció legfontosabb színtere is. Nyelvhasználatunk az évek során folyamatosan változik és átalakul, s ez az átalakulás a családi kommunikációban is érezteti hatását. Az utóbbi évtizedekben „egyrészt maga a család szerkezete és funkciója is változáson ment, illetve meggyerésztül, másrészt a társadalmi kommunikációs formák is visszahatnak a családi nyelvhasználatra és érintkezéskultúrára is” (SCHIRM in BALÁZS – GRÉTSY szerk. 2005: 177). A családi kommunikáció során rendkívül fontos szerepe van a szülők nyelvhasználatának, mert azzal a felnőttek beszédmintákat és viselkedésformákat is szolgáltatnak a gyermekek számára.

2.1. A nyelvhasználat szerepe az intimitás és az összetartozás kifejezésében

Minden családra jellemző az intimitás és az összetartozás érzetének kialakítása és ennek nyelvi megjelenítése is. Ez speciális, más családokra nem jellemző szóhasználatban mutatkozik meg, amely csak az adott családra jellemző, ennek következtében csak a családtagok számára elfogadott és érthető. Figyeljük meg az alábbi telefonbeszélgetést nagymama és unokája között:

N: Szervusz, Petikém! Hogy vagytok? Mi újság nálatok?

P: Képzeld, anya *elbarikádozta magát a spájzban!* → Anya elkezdte a spájzot takarítani.

N: És *dobálja már a gránátokat?* → Elkezdte már kidobálni a lejárt szavatosságú fűszereket és konzerveket?

Ennek a párbeszédnek összetartó ereje van, csak a családtagok, csak a beavatottak értik meg. Természetesen másféle mintákkal is szolgálnak a felnőttek, olyanokkal, amelyek következtében a fiúk az apák, a lányok pedig az édesanyák által használt kommunikációs stratégiákat alkalmazzák. Deborah Tannen amerikai nyelvész *Párbeszéd. Miért hallgat a férfi? Miért beszél a nő?* (2009) című könyvében olyan szituációkat ismertet, amelyekben a lányok megállás nélkül csak mondják és mondják a magukét, míg a fiúk felvetnek egy problémát, majd valamelyikük előáll egy megoldással, és aztán le is zárják a témát. Tannen felmérése szerint, amikor a lányok hosszasan beszélgetnek egyikük problémáiról, a beszélőt a jelenlévők „tudom”, „megértelek” és más hasonló támogató megnyilatkozásokkal ösztönzik, hogy mondjon el több részletet a problémájáról. Hasonló helyzetben a fiúk és a férfiak inkább hallgatnak. A szerző ezt azzal magyarázza, hogy a lányok és a nők azt szeretnék elérni, hogy társaik vagy beszélgetőpartnereik kedveljék őket, míg a férfiak és a fiúk arra vágnak, hogy mások tiszteletében részesüljenek (TANNEN 2009: 52–53). Ez a jelenség a magyar családokban is megfigyelhető. Nálunk az idős családtagokkal való kommunikáció során az összetartozás érzékeltetésében feltételezhetően az együttérzés kifejezésének van nagyobb szerepe.

2.2. Tiszteletadás: hierarchikus viszonyok, tegeződés és/vagy magázódás

A kommunikáció szempontjából megkülönböztetünk hagyományörző és individualisztikus családokat. Az előbbieket szokáskövető családoknak is nevezzük, amelyekben „erősen szabályozottak a kapcsolatok, az egyén a közösségtől függ, az érzelmek kimutatása visszafogottabb, bizonyos problémák és témák pedig tabuk. Ezzel szemben az individualisztikus (vagy szabadabb) családokban (...) a nevelés célja a gyermek egyéni képességeinek a felszínre hozása” (SCHIRM in BALÁZS – GRÉTSY 2005: 180). Utóbbi során a gyermek önállósága, kreativitása és tehetsége jelenti a legnagyobb értéket. Ennek eredménye, hogy az idősekre inkább a hagyományörző, míg a fiatalokra a kreatív nyelvhasználat jellemző.

Régen a hagyományörző családokban a kulturális hallgatásnak az az esete volt megfigyelhető, amikor a gyerekeknek csendben kellett maradniuk, mert számukra ez volt a kötelező viselkedésforma. A szülőket mint az abszolút tekintély megtestesítőit tisztelni kellett, szavaikat nem volt szabad kétségbe vonni, véleményükkel nem volt szabad szembeszállni. Amikor egymással vagy vendégekkel beszélgettek, a gyerekeknek hallgatni kellett. Ha mégis megszólaltak, a szülők azonnal rendreutasították őket, mondván, hogy „Gyerekek hallgass a neve!” vagy „Ne szólj bele a nagyok dolgába!”. Étkezés közben az asztalnál sem volt szabad beszélni. Az „Évés közben magyar ember nem beszél.” kijelentő mondat tkp. tiltást fejezett ki.

A családon belüli hierarchiát a köszönés és a megszólítás, a tegező és a magázó/tessékelő formák használata fejezte ki. Amikor gyermek voltam, a gyerekek a legtöbb családban vagy „tetszikelték” vagy magázták a szüleiket és az idősebb rokonokat. Azonban a családban mint társadalmi egységben a hierarchiaviszonyok az elmúlt 40–50 évben átstrukturálódtak. Ez napjainkban abban nyilvánul meg, hogy a családfenntartó nem feltétlenül azonos a férfival, illetve az eltartott a feleséggel vagy a nagyszülővel. Az is előfordul, hogy valamelyik gyermek tartja el a szüleit, és az is, hogy a nagyszülő támogatja az unokáit. „A szülők abszolút tekintély volta csökkent, a szülők és a gyerekek viszonya egyenrangúbbá vált, s ez (...) megfigyelhető gyerekeknek a hozzájuk intézett, velük szemben alkalmazott nyelvhasználati módjában is” (SCHIRM in BALÁZS – GRÉTSY 2005: 182). A családon belüli hierarchia megváltozása érezteti hatását a nyelvhasználatban is, és napjainkban a családok többségére a tegező forma jellemző. Sőt, az unokák még a nagyszüleiket és a többi idős hozzátartozót is tegezik. Talán azért, mert ez így egyszerűbb, vagy akár lehet ez a beszédmód az angol nyelv hatása, de az is lehet, hogy manapság már nem annyira merevek vagy fontosak a családon belüli hierarchikus viszonyok. Sokkal fontosabb a családon belüli összetartozás, az intimitás kifejezése. A megszólítás, a köszönés és a különböző nyelvi fordulatok szintén a családtagok egymáshoz való viszonyát tükrözik. Vannak családok, ahol azt vallják, hogy a „nemtegezés” a hagyományok ápolására és a tisztelet kifejezésére szolgál. Szerencsére gyakoriak az olyan szituációk is, amikor a fiatalabb családtagok a 90 éves nagypapához – annak ellenére, hogy tegezik őt – a legnagyobb tisztelettel viszonyulnak.

2.3. Udvariasság, tiszteletadás a családi nyelvhasználatban

2.3.1. Udvariassági formák használata

Az udvariasság a másokkal szembeni figyelmesség megnyilvánulása, amelyre az élet valamennyi területén, pl.: a munkahelyen, az üzleti életben, ügyeink intézése során, az iskolában, egyszóval a kommunikáció valamennyi színterén szükség van. Ez olyan kifejezések használatában nyilvánul meg, mint pl.: „kérlek, kérlek szépen, kérem, légy szíves, legyen szíves, parancsoljon” stb. Az udvariasság családon belül nemcsak az udvariassági formák használatában nyilvánulhat meg, hanem abban is, hogy érdeklődünk egymás hogylétéről. Hiánya megghiúsíthatja közlésünket, ronthatja esélyünket az interakciók során. Különösen fontos, hogy beszélgessünk az idősebb családtagokkal is, és kérdezzük meg: Hogy vagy? Hogy telt a napod? Meséld el, mi történt ma. Jobban érzed magad? Az érdeklődés kinyilvánítása és a kommunikáció kezdeményezése is hozzájárul az idős hozzátartozó jobb közérzetéhez, hiszen ezzel a családtagok azt érzékelik, hogy a nagypapa/nagymama a családban fontos személynek számít.

2.3.2. Beszélőváltás, egymás félbeszakítása

A családtagok körében nap mint nap felmerül az igény arra, hogy mindenki elmondhassa a véleményét, vagy azt, hogy aznap mi történt a munkahelyen vagy az iskolában. Az udvariasság és a tiszteletadás kifejezésének egyik módja az, hogy a beszélő szavait türelmesen és figyelmesen végighallgatjuk. Egy dolgot nagyon fontos szem előtt tartani: az idős hozzátartozót a fiatalnak egyáltalán nem illik félbeszakítani. Ha mindenki egyszerre beszél, ha az egyik családtag nem engedi szóhoz jutni a másikat, az konfliktushoz vezet, hiszen úgy nem lehet hatékonyan kommunikálni, hogy két vagy akár több személy is magához ragadja a beszédjogot, és egyszerre beszél. Egy másik álláspont szerint a személyközi kommunikáció során a beszélőváltás talán kevésbé fontos, mert a családtagok legtöbbször inkább a szavak tartalmára koncentrálnak, mint arra, hogy valaki a beszélőtől átveszi a szót. Természetesen vannak olyan szituációk, amelyekben döntő fontosságú lehet a másik fél beszédjogának tiszteletben tartása. Pl.: „Ha egy feleség a válás indokaként azt jelöli meg, hogy férje sosem hagyta szóhoz jutni, vagy mindig megszakította a megnyilatkozásait az oda nem illő megjegyzéseivel, felidéződnek bennünk negatív társalgási élményeink, eszünkbe jut, hogy előfordulnak beszélőváltási problémák a dialógusainkban”. (Wikimedia Commons / SAGE ROSS 2011). Vagyis a beszélőváltásra a családi kommunikáció során is oda kell figyelni.

2.4. Az idős hozzátartozókkal való kommunikáció

Bár a kommunikációelméletnek rendkívül gazdag szakirodalma van, arról, hogy a beszélgetés célja lehet örömszerzés, valamilyen kellemes érzés, vidám lelkiállapot előidézése is, bizony keveset olvashatunk. A nyelvi öröm fogalmáról, a beszélgetésről mint kedvező, örömet okozó eseményről először 2010 márciusában a XII. Dunaújvárosi Nemzetközi Alkalmazott Nyelvészeti és Kommunikációs Konferencián hallottam. A nyelvi örömről és pozitív gondolkodásról szólt Balázs Géza nyelvész és

antropológus plenáris előadása, amelynek kiindulási pontja a panaszkodás, vagyis a magyarokra jellemző, a negatív jelenségekre való beállítódás mint kommunikációs műfaj volt. Ezt hungaropesszimizmusnak, egyfajta panaszkodó kommunikációnak nevezte, és szembeállította a jókedv, az öröm kifejezésével (pl. húsvéti locsolkodás, lakodalom, karnevál stb. alkalmával). Majd kiemelte: a magyar társadalomban „a szomorúság kultúrája mellett” jelen van a nevetés kultúrája is. Az emberek számára örömet okozhat egy találkozás és a másik személy megszólítása. Utóbbi nem más, mint „verbális érintés”, a másik fél egyfajta „megsimogatása” a szavakkal, amelyet rendszerint mosoly kísér. A szavak áramlása, a „flow” kellemes és jó dolgot jelent idősök és fiatalok számára egyaránt. (BALÁZS 2010).

Az idős emberek problémáira vonatkozóan a szakirodalom első helyen az elmagányosodást említi, azt a helyzetet, amikor valakinek már nem élnek a kortársai. Nincs kivel megosztani az őt foglalkoztató kérdéseket, az új információt, nincs kivel emlékezni a fiataalkori évekre, a régi szép napokra. Hiába lakik valaki gyermekei, unokái családjával, a nap jelentős részét társaság nélkül, egyedül tölti. Amikor pedig a családtagok hazaérnek a munkából vagy az iskolából, az idős hozzátartozó igényt tart a beszélgetésre. Ilyen esetekben valósul(hat) meg a kommunikációnak az a funkciója, amelyre fentebb utaltunk, és amit nyelvi örömmek, verbális érintésnek nevezünk. Balázs Géza ezt a jelenséget úgy is nevezi: áramlások a beszélgetésben. A hangsúly nem az információcserén van, hanem magán a beszélés és beszélgetés tényén, a másik emberrel való foglalkozáson, az együttléten. „A beszélés öröme különösen az öncélú, semmitmondó beszélgetések alkalmával figyelhetjük meg. Ilyen például a csevegés, az ártalmatlan témákról szóló ’pletykálás’, adomázgatás” (BALÁZS 1993), a baráti beszélgetés, amely során annyira képes feloldódni az ember, hogy észre sem veszi az idő múlását. Gyakran előfordul, hogy csodálkozva megjegyezzük: „Már két órája beszélgetünk? Észre sem vettem!” Az is gyakori jelenség, hogy nagyon sokszor elismételgetjük ugyanazt a régi történetet. Ilyenkor egyik fél sem mondja azt, hogy „ezt már ezerszer elmondtad”, hanem örömmel hallgatja meg ismét, hiszen az ismétlések célja a múlt felidézése, az, hogy a régi kedves történetek ne menjenek feledésbe, ne tűnjenek el a múlt homályában. Persze „az idézgetés örömmel is együtt jár: vagyis a nyelv segítségével újra éljük a közös, kellemes pillanatokat” (BALÁZS 1993, 2010). A család tagjainak arra kell törekedniük, hogy a szavak erejével, a szavak hatalmával minél több ilyen önfeledt pillanatot biztosítsanak az idős hozzátartozónak. Akkor is válaszoljanak neki, ha mindennap felteszi ugyanazt a kérdést: „Fiam, ma mit ebédeltél?” Nagyon fontos továbbá, hogy ne adjunk a hozzánk intézett kérdésre olyan válaszokat, hogy „nem emlékszem” „nem tudom”, „értsd meg, hogy fogalmam sincs róla”, mert ezek közömbösséget sugallnak, vagy a kérdező számára fontos információ elhallgatását jelentik, továbbá azt bizonyítják, hogy lehet hallgatni valamiről akkor is, ha beszélünk.

Azokhoz az idős emberekhez, akik teljesen egyedül élnek, gyakran napokig csak a rádióból vagy a televízióból jut el az emberi szó. Pedig számukra is fontos lenne az önfeledt beszélgetés. Ilyenkor folyamodnak ahhoz, hogy nem családtagok, hanem gondozók segítségét vegyék igénybe. Magyarországon szociális ellátórendszerek működnek a szociális szükséglettel rendelkező idős emberek számára. Az elhagyatott,

magányos idős emberek számára nyújtanak segítséget saját otthonukban, városban és vidéken egyaránt. Miskolc önkormányzata pl. napi 1 óra ingyen gondozást biztosít azon személyek számára, akiknek anyagi helyzete nem teszi lehetővé, hogy a szolgáltatásért fizessenek. Számos esetben az idős emberek nem annyira a gondozásra, mint beszélgetésre vágnak, arra, hogy valaki vagy valami színt vigyen az életükbe, arra, hogy a nyelvhasználat okozta örömeikben ők is részesüljenek. Akiknek fizikai erőnlétük engedi, igyekeznek kirángatni magukat a magányból, és keresik mások társaságát. Különböző nyugdíjas körökbe, tóracsoporthoz és kulturális összejövetelekre járnak.

Természetesen az emberi fantázia és leleményesség határtalan. Azok az idős emberek, akik egyedül élnek, keresik a módját annak, hogy valakivel beszélgethessenek, és hogy meghallgatásra találjanak. Gyakran az is elég, ha az idős és magányos személy beszámolhat valakinek arról, hogy milyen gondolatok foglalkoztatják, és megkönnyebbül, felszabadultnak érzi magát, ha valaki meghallgatja. Vagyis a verbális közléshelyezethez a hallgatás is hozzátartozik, amely Szende Tamás szerint lehet „egyszerű hallgatás”, azaz a nyelvi érintkezésben való részvétel felfüggesztése. Ugyanakkor lehet valamilyen információ elhallgatása, titokban tartása is.

A következő történet a beszéléshez és az „egyszerű hallgatáshoz” kapcsolódik (SZENDE 1987: 188–189). 2018 augusztusában a napilapokban és az interneten is olvashattuk, hogy az amerikai „Los Angelesben jó üzlet az embersétáltatás”, amely a magányos és idős emberekkel való közös sétát és beszélgetést tartalmazó szabadidős program. Az embersétáltatás ezen tevékenységek megszervezésére alapozva alakult ki és vált üzletté, jól működő vállalkozássá (*Észak-Magyarország*, 2018. aug. 24). Ezzel létrejött egy új foglalkozás, az „embersétáltató”, aki a beszélgetni és otthonról kimozdulni szándékozó idős személyeknek biztosít programot. Az ötlet egy amerikai színésztől, Chuck McCarthy-tól származik, aki nem kapott annyi szerepet, hogy megéljen belőle. Először arra gondolt, hogy szabadidejében kutyasétáltatást vállal, majd arra, hogy ennél elegánsabb dolog lenne, ha emberekkel sétálna. A színész ezt viccnek szánta, majd népszerű szolgáltatás lett belőle.

A szavak hatalmát, a kommunikáció gyógyító erejét mi sem bizonyítja jobban, mint a világ kék zónáinak létezése, ahol nem ritka a száz évnél is idősebb ember. Hosszú életük egyik titka a család támogató erejében rejlik, és abban, hogy esténként a szomszédok is meglátogatják egymást. Ritka a magányos és egyedül élő idős ember. Jellemzőek a nagy családok, ahol legalább három generáció él együtt. Az idős családtagokat megbecsülik, bevonják a közös tevékenységekbe, mindenkinek van feladata, életcélja. Sokan nyilatkozzák azt, hogy számukra a világot a kommunikáció jelenti, amely biztonságérzetet nyújt és hihetetlen erőt ad (MARCHANT 2016). Életvitelük példaértékű lehet számunkra is.

ÖSSZEGZÉS

A tanulmány a családi kommunikáció általános jellemzőinek bemutatása után a beszélés, a beszélgetés és a hallgatás kapcsán azt emelte ki, hogy mennyire fontos szerepe van az idős hozzátartozó problémái meghallgatásának, ami a családtagok

egyetértését, együttérzését és támogatását fejezi ki. Felhívta a figyelmet egy olyan kommunikációs formára, amelynek célja nem az információ közvetítése, hanem a szavak áramlása és a nyelvi öröm megteremtése. Ez a téma a jövőben akár a társadalom- és humántudományi gerontológia egyik kutatási területe is lehetne.

IRODALOM

- [1] Balázs Géza (1993). A kapcsolatra utaló (fatikus) elemek a magyar nyelvben. *Nyelvtudományi Értekezések* 137. sz., Budapest: Akadémiai Kiadó.
- [2] Balázs Géza, Grétsy László (2005). *Nyelv- és nyelvhasználat a családban. Válogatás a Nemzeti Kulturális Örökség Minisztériuma anyanyelvi pályázataiból.* Budapest: Tinta Könyvkiadó.
- [3] Balázs Géza (2010). *A nyelvi öröm Tetten ért szavak* 12. <https://e-nyelvmagazin.hu/2010/04/18/a-nyelvi-orom/>, letöltve: 2019. 02. 25.
- [4] Buda Béla (1986). *A közvetlen emberi kommunikáció szabályszerűségei.* Budapest: Animula Kiadó.
- [5] Marchant, Jo (2016). *Gyógyító elme.* Budapest: Libri Kiadó.
- [6] Schirm Anita (2005). Napjaink családi kommunikációja. In Balázs G., Grétsy L. (szerk.) *Nyelv- és nyelvhasználat a családban. Válogatás a Nemzeti Kulturális Örökség Minisztériuma anyanyelvi pályázataiból.* Budapest: Tinta Könyvkiadó.
- [7] Szende Tamás (1987). *Megérthetjük-e egymást?* Budapest: Gondolat.
- [8] Wikimedia Commons / Sage Ross (2011). <https://www.nyest.hu/hirek/nem-adtad-megis-elvettek-amit-a-beszelovaltasrol-tudni-kell>, letöltve: 2018. 10. 7.
- [9] *Észak-Magyarország*, 2018. aug. 24.