
STEFAN SZARY¹

W TROSCE O DIALOG.
ZNACZENIE OBECNOŚCI
I UMIEJĘTNOŚCI SŁUCHANIA Z EMPATIA

*Głębokie zrozumienie jest najcenniejszym darem,
jaki możemy dać drugiej osobie².*

Carl Rogers

*1) Wstęp. 2) Kryzys relacji międzyosobowych. 3) Skutki kryzysu i konieczność jego
przewyciężenia. 4) Warunki autentycznego spotkania i prawidłowej komunikacji.
5) Podsumowanie — model relacji międzyosobowej.*

Abstrakt

Techniczno-informatyczny rozwój świata umożliwia dziś komunikację między ludźmi bez większych ograniczeń. Urządzenia satelitarne umożliwiają przesyłanie tak dźwięku, jak i obrazu w czasie rzeczywistym z najbardziej odległych zakątków świata. Mimo to, nie zmniejszył się u ludzi stopień poczucia osamotnienia i izolacji. Co więcej, można stwierdzić, że świat współczesny przeżywa kryzys relacji międzyosobowych. Mimo wprowadzanych zmian w pedagogice, psychologii, medycynie problem ten wciąż jest obecny. Jednym z ważniejszych elementów przewyciężenia kryzysu dialogu jest umiejętność

¹ Doktor nauk humanistycznych w dyscyplinie filozofia, profesor Wyższej Szkoły Edukacji i Terapii im. prof. Kazimierzy Milanowskiej w Poznaniu, e-mail: st.szary@gmail.com; strona internetowa: www.stefan-szary.pl/tl

² C. Rogers, *Sposób bycia*, tłum. M. Karpiński, Poznań 2012, s. 174.

tworzenia podmiotowego klimatu spotkania i prowadzenia rozmowy opartej na słuchaniu z empatią. Ten aspekt podkreślali już między innymi Carl Rogers i Antoni Kępiński. Powaga sytuacji przynagła do tego, by słuszne wskazania teoretyczne świadomie i efektywnie wprowadzać w życie, także w szkołach i uczelniach, gabinetach psychologicznych, przychodniach i szpitalach.

Słowa kluczowe: *dialog, umiejętność słuchania, empatia, relacje międzyosobowe, spotkanie, komunikacja.*

Wstęp

Dialog, uważał David Bohm, „jest procesem zakładającym bezpośredniość spotkania twarzą w twarz, czego nie należy mylić z niekończącym się teoretyzowaniem i spekulacjami”³. Autentyczna obecność oraz prawidłowa komunikacja należą do podstawowych umiejętności, wpływających na jakość relacji międzyosobowych. Ważność tej problematyki została zauważona już w starożytności. Pisali na ten temat między innymi: Platon (*Dialogi*: np. *Fajdros*, *Gorgiasz*), Arystoteles (np. *Retoryka*), św. Augustyn (*Dialogi filozoficzne*, np. *O Nauczycielu*), a w wieku XIX A. Schopenhauer (*Erystyka, czyli sztuka prowadzenia sporów*). Liczne opracowania dotyczące zagadnień obecności i komunikacji powstały zwłaszcza w wieku XX. Należą do nich dzieła zwarte, artykuły naukowe oraz prace badawcze z zakresu filozofii, psychologii, psychiatrii, pedagogiki takich autorów jak L. Wittgenstein, M. Heidegger, P. Ricoeur, H. G. Gadamer, C. Rogers, R. May, M. Rosenberg, A. Kępiński, D. Bohm i wielu innych.

Temat pozornie wydawać się może czymś oczywistym. Warto postawić pytanie, czy jest sens kolejny raz nawiązywać do problematyki dialogu? Odpowiedź jest pozytywna. Problem dialogu, relacji międzyosobowych, autentycznej obecności i empatycznego słuchania wciąż nie został wystarczająco przepracowany nawet w tych środowiskach, które zajmują się nimi zawodowo. Skąd taki wniosek? Mając kontakt z osobami chorymi nowotworowo, poprzez realizację projektu „Akademia Walki z Rakiem”, w ramach którego przez dziewięć lat prowadziłem warsztaty filozoficzne, zauważyłem, że podczas roz-

³ L. Nichol, *Przedmowa*, [w:] D. Bohm, *Dialog*, tłum. K. Gurczyńska-Sady, Warszawa 2023, s. XXII.

mów wielokrotnie pojawiała się kwestia relacji lekarz–pacjent. Odwołując się do własnego doświadczenia, uczestnicy wskazywali na przykłady komunikacji wzorcowej (profesjonalnej i ludzkiej), jak i wykazującej poważne braki („lekarz mnie nie rozumiał”, „nie wiem, czy w ogóle chciał mnie zrozumieć”). Bazując na wieloletnim doświadczeniu pracy z młodzieżą w środowisku akademickim, na podobne przykłady mógłbym wskazać w relacjach wykładowca — student, nauczyciel — uczeń, a nawet psycholog — klient (pacjent). Odnoszę zatem wrażenie, że od czasu, gdy Carl Rogers postawił diagnozę, według której

choć terapeutycy uznają empatyczne słuchanie za najważniejszy element swojego zawodowego ideału, to ich codzienna praktyka jest go pozbawiona⁴.

Wciąż zatem nie nastąpiła oczekiwana zmiana na lepsze. Jako filozof z niepokojem dostrzegam, że żyjemy w świecie dotkniętym pogłębiającym się kryzysem dialogu i relacji międzyosobowych. Stan ten, który — nawiązując do wyrażenia Heideggera — „poważnie daje do myślenia”, należy po pierwsze zrozumieć (opisać mając na uwadze źródła kryzysu), i po drugie — spróbować go przezwyciężyć (wskazując konkretne próby rozwiązań).

Bezpośrednim impulsem do zajęcia się zagadnieniem kryzysu dialogu i jego skutków były lektury tekstów m.in. Carla Rogersa i Rollo May’a. Drugim, obserwacja życia akademickiego i liczne rozmowy prowadzone ze studentami i słuchaczami studiów podyplomowych, a także — o czym już wspomniałem — rozmowy prowadzone podczas warsztatów filozoficznych z osobami chorującymi onkologicznie. Z tych powodów w niniejszej pracy podjęto próbę:

- wykazania, na czym polega kryzys dialogu i relacji międzyosobowych w społeczeństwie informacyjnym,
- identyfikacji podstawowych czynników kształtujących relacje międzyosobowe w społeczeństwie informacyjnym,
- wskazania konsekwencji i możliwych rozwiązań omawianego kryzysu.

⁴ Tamże, s. 162.

2. Kryzys relacji międzyosobowych

Ludzie dzielą się na pesymistów i optymistów, sceptyków i entuzjastów, także gdy chodzi o indywidualną ocenę poziomu rozwoju cywilizacyjnego. Nawiązując do spostrzeżenia niemieckiego socjologa Ulricha Becka, „żyjemy w »społeczeństwie ryzyka«⁵. W wieku XX krytyka rozwoju cywilizacji technicznej pojawiła się w pismach niemieckiego filozofa Martina Heideggera. Postęp oznaczał według niego nie tyle rozwój wynalazków służących ludzkości, ile przede wszystkim osiągnięcia kryjące groźbę zniszczenia, poprzez coraz potężniejsze możliwości panowania nad światem, zwłaszcza za pośrednictwem broni nuklearnej⁶. Nie należy oczywiście zapominać o tym, że innowacyjne rozwiązania, choćby w zakresie medycyny, nieustannie przyczyniają się do przewycięzania wielu zagrożeń i chorób uznawanych za nieuleczalne. W ten sposób powiększa się grono entuzjastów osiągnięć cywilizacyjnych⁷.

Wiek XXI określa się mianem epoki społeczeństwa informacyjnego — *e-society*. Trudno dziś wyobrazić sobie świat bez różnego rodzaju aparatury informacyjnej. Urządzeniem, które stało się wyposażeniem tak oczywistym, jak ubiór noszony przez człowieka, jest smartfon — połączenie telefonu komórkowego i komputera kieszonkowego. Komunikacja, dla której granice czasu i przestrzeni w zasadzie nie stanowią już przeszkody, stała się faktem. Nie tylko można dziś bez problemu rozmawiać z drugim człowiekiem znajdującym się gdzieś na końcu świata, ale można go także — dzięki łączności satelitarnej — w danym momencie zobaczyć. Gdziekolwiek człowiek się znajduje, może on za sprawą niewielkiego urządzenia technicznego skontaktować się z innym. Wydawać by się mogło, że w konsekwencji powszechnej dostępności do różnych form komunikacji z drugim człowiekiem zwyczajnie zniknie lub przynajmniej w znacznym stopniu zmaleje problem osamotnienia i izolacji. Wystarczy przecież nacisnąć przycisk, przyłożyć urządzenie do ucha i rozmawiać z innym, niezależnie od miejsca, w którym on się znajduje. Poziom osamotnienia powinien zatem ulec istotnemu zmniejszeniu. Czy jednak jest tak rzeczywiście? Obserwuje się raczej coś

⁵ Cyt. za: J. Mucha, *Uspołeczniona racjonalność technologiczna. Naukowcy z AGH wobec cywilizacyjnych wyzwań i zagrożeń współczesności*, Warszawa 2009, s. 31.

⁶ Zob. M. Heidegger, *Wyzwolenie*, tłum. J. Mizera, Kraków 2001, s. 11–16.

⁷ Zob. J. Koj, *Wielkie odkrycia w naukach biologicznych i medycznych XX wieku wyróżnione nagrodami Nobla*, „Kosmos. Problemy Nauk Biologicznych”, tom 49, 2000, Nr 3 (248), s. 327–333.

przeciwne. Pomimo wspaniałych osiągnięć cywilizacyjnych, brak dowodów, że problem osamotnienia i izolacji został przewyższony. Przeciwnie, w licznych publikacjach i statystykach wskazuje się na problem osamotnienia, depresji i podejmowanych prób samobójczych — nie wyłączając dzieci i młodzieży⁸.

Osiągnięcia nauki i techniki zmieniają świat. Niektóre z nich w coraz większym stopniu wykorzystuje się także do sterowania ludzkimi zachowaniami. Przykładem takiego działania są symulowane reakcje widzów seriali telewizyjnych, zaliczanych do tzw. *sitcom'ów*, zawierających nagrania konkretnych zachowań publiczności — chichot, salwy śmiechu, oklaski itp. Wystarczy mieć włączony odbiornik i jedynie naśladować to, co zostało wcześniej wgrane do ścieżki dźwiękowej. Spontaniczne reakcje człowieka zostają zastąpione sygnałami wywołującymi oczekiwaną reakcję. Można być wyłączonym z uważnego oglądania i słuchania danego programu, a mimo to w pewnym momencie salwa głośnego śmiechu spowoduje podobną reakcję u widza. Reakcja ta występuje niezależnie od tego, czy widz wie, czy też nie wie, o co w danym momencie w oglądanym programie chodzi. Co się wówczas dokonuje? Reakcja widza jest prawidłowa w rozumieniu zgodności z oczekiwanymi zachowaniami. Widz reaguje tak jak »wszyscy inni«. Jest to jednak reakcja płytka, powierzchowna, polegająca na prostym naśladownictwie. Między innymi w ten właśnie sposób stępią się u człowieka umiejętność uważnego oglądania, uważnego słuchania i świadomej obecności. Reakcja dokonuje się na coraz bardziej powierzchownym poziomie, ujawniając problem zachowań bezmyślnych. Jak zauważył Heidegger, „w czasach, które poważnie dają do myślenia, wciąż jeszcze nie myślimy”⁹. Z jednej strony tworzone są wspaniałe rzeczy, z drugiej gubi się »świadomość i mądrość istnienia«. Wciąż aktualna pozostaje przestroga, według której: „bezmyślnym życiem żyć człowiekowi nie warto”, o której w *Obronie Sokratesa* przypomina Platon¹⁰.

⁸ Zob. L. Kicińska, J. Palma, *Życie warte jest rozmowy. Zachowania samobójcze wśród dzieci i młodzieży. Raport za lata 2012–2021 na podstawie danych Komendy Głównej Policji*, [w:] <https://www.google.pl/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUKÉwiGoPLt1veKAXXDGRAIHychNREQFnoECBcQAQ&url=https%3A%2F%2Fwww.gov.pl%2Fattachmen-t%2F82261ed5-8c47-4ab7-9241-18fca8ea75ab&usg=AOvVaw1C8WLxVH600ciqWOp19Y-UH&opi=89978449> [stan z dn. 15.01.2025].

⁹ M. Heidegger, *Co wie się myśleniem?*, tłum. J. Mizera, Warszawa–Wrocław 2000, s. 13.

¹⁰ Platon, *Dialogi*, t. I, tłum. W. Witwicki, Kęty 2005, s. 578.

Rollo May w jednej ze swoich najważniejszych prac pt. *Miłość i wola*, w odniesieniu do życia przeżywanego w sposób płytki, schematyczny, powierzchowny i bezmyślny, użył pojęcia »schizoidalny świat«. Czym jest ów »schizoidalny świat»? To rzeczywistość, której cechą charakterystyczną jest właśnie brak głębi, powodujący paraliż uczuć, co z kolei prowadzi do kryzysu więzi międzyosobowych, a nawet unikania intymnych związków. „Człowiek, choć na różne sposoby próbuje to sobie zrekompensować, ostatecznie cierpi na poczucie osamotnienia, utratę sensu istnienia, a także utratę własnego świata”¹¹. Absolutyzacja techniki, uważa May, prowadzi do stechnicyzowania człowieka.

Kult technologii niszczy uczucia, namiętności, zaciera ludzką tożsamość. (...) Technologia zuboża świadomość. (...) Narzędzia przestają być przedłużeniem świadomości i stają się jego substytutem, prowadzą do jej okrojenia i wyparcia¹².

Powyższa sytuacja prowadzi z kolei do swoistego paradoksu: z jednej strony, jak nigdy wcześniej, pojawiła się nieograniczona niemalże możliwość porozumiewania się ludzi między sobą, z drugiej zaś, chociaż wokół wszystko „gada” — telefony, smartfony, małe ekrany i ogromne telebimy — ludzie czują się osamotnieni i niewysłuchani. W świecie ogromnych możliwości techniczno-informatycznych cechą charakterystyczną stał się kryzys dialogu i bycia wysłuchanym. W rozgadany środowisku, pełnym uderzających zewsząd słów i dźwięków, brakuje miejsca na ciszę konieczną do tego, by móc usłyszeć wypowiedziane słowo, usłyszeć siebie samego oraz zostać wysłuchanym z uwagą. Pogłębia się kryzys relacji międzyosobowych, którego nie da się przezwyciężyć za pomocą rozwijającej się w gwałtownym tempie techniki. Trzeba zatem na nowo odkryć sens stwierdzenia, według którego człowiek potrzebuje do prawidłowego rozwoju autentycznej obecności i szczerzej komunikacji z drugim człowiekiem, autentycznego dialogu tak w przestrzeni zawodowej, jak też, a może przede wszystkim, w przestrzeni osobistej.

¹¹ S. Szary, *Praktyczny aspekt filozofii egzystencji. Filozofia egzystencji w pismach psychologicznych Rollo May'a*, „Poznańskie Zeszyty Humanistyczne” XVII/2011, s. 35–42.

¹² R. May, *Miłość i wola*, tłum. H. Datner-Śpiewak, P. Śpiewak, Poznań 2011, s. 109.

3. Skutki kryzysu i konieczność jego przezwyciężenia

Warunkiem życia i rozwoju człowieka są prawidłowo zachodzące procesy metaboliczne: zarówno metabolizmu energetycznego, rozumianego jako całość procesów biochemicznych zachodzących w żywych organizmach, warunkujących ich wzrost i funkcjonowanie, jak i metabolizmu informacyjnego. Niezwykle cenne w tym zakresie są poglądy Antoniego Kępińskiego. Odwołując się do dorobku tego autora warto zauważyć, że zaburzenia metabolizmu tak pierwszego, jak i drugiego rodzaju mogą w konsekwencji prowadzić do chorób określanych jako somatyczne, psychiczne, czy też psychosomatyczne. Oczywiście, choroba jest nie tyle „przypadkiem medycznym” czy nawet „problemem naukowym”, ile — przede wszystkim — głębokim problemem konkretnego człowieka, nierzadko jego cierpieniem.

Zaburzenia metabolizmu informacyjnego są charakterystyczną cechą wielu zaburzeń psychicznych, np. schizofrenii, zaburzeń afektywnych dwubiegunowych, zaburzeń nerwicowych, zatrważająco rozpowszechniającej się depresji itp. Ich wspólnym mianownikiem jest często kryzys relacji międzysobowych. Wskazać można na cztery konsekwencje owej sytuacji:

- poczucie bycia niezrozumianym,
- poczucie bycia osamotnionym,
- poczucia bycia wyobcowanym,
- poczucie depersonalizacji.

Kryzys w zakresie relacji międzysobowych (zaburzenia metabolizmu informacyjnego) zakłóca proces prawidłowego rozwoju, hamując i ograniczając potencjał jednostki. Poczucie niezrozumienia prowadzi do osamotnienia i wyobcowania, a nawet do depersonalizacji. Sprawa jest poważna, ponieważ poczucie »śmierci społecznej« kryje w sobie niebezpieczeństwo rzeczywistego wycofania się z życia — zarówno w sensie psychicznym, jak i w sensie fizycznym. Kiedy człowiek odkrywa, że jego życie nie ma sensu ani dla kogoś innego, ani dla niego samego, wówczas jego istnienie, także w znaczeniu biologicznym, jest zagrożone. Samobójstwo jest często wynikiem choroby społecznej¹³. Powstaje pytanie: co w takiej sytuacji należy czynić? Jedną z form przezwyciężania

¹³ K. Kuberska-Przekwas, *Samobójstwa dzieci i młodzieży jako choroba społeczna*, „Warmińsko-Mazurski Kwartalnik Naukowy”, 1/2014, s. 51–70.

owego kryzysu jest umiejętność budowania przestrzeni dialogu, komunikacji, której punktem wyjścia jest gotowość i zdolność do słuchania drugiego człowieka z empatią. Autentyczna obecność i prawidłowa komunikacja — w tym wysłuchanie drugiego z empatią — stanowią fundamenty autentycznej relacji międzysobowej.

4. Warunki autentycznego spotkania i prawidłowej komunikacji

Niezależnie od różnorodnych czynników kształtujących przestrzeń spotkania, umiejętność wy-słuchania drugiego stanowi wartość ważną i oczekiwaną. Mimo dobrej woli rozmówców, powstają nieraz między nimi bariery wynikające z następujących przyczyn:

- blokada indywidualna (wewnętrzna), dotycząca osoby, która chciałaby porozmawiać z innym, lecz tego nie czyni, ponieważ nie widzi sensu prowadzenia rozmowy,
- blokada relacyjna, wynikająca z postawy osoby, z którą pragnie się rozmawiać.

W efekcie uaktywnienia się blokad, powstają bariery uniemożliwiające budowanie klimatu zaufania na takim poziomie, by móc się przed drugim otworzyć. Zamiast postawy otwarcia, może wystąpić częściowe lub nawet radykalne zamknięcie¹⁴. Relacja staje się wówczas albo powierzchowna, albo przyjmuje charakter oficjalny. Podczas takiego spotkania nie ma, niestety, możliwości ani wyrażenia uczuć, ani odniesienia do prawdy. Rozmowa, której towarzyszy wrażenie, że mówi się do nikogo, przekreśla wartość takiego spotkania. Student, uczeń odchodzi wówczas z przekonaniem, że w ogóle nie został wysłuchany. Z podobnym uczuciem odchodzi pacjent, wobec którego lekarz okazał brak rzeczywistego zainteresowania, empatii i zrozumienia.

Mając na uwadze autentyczne spotkanie oraz rozmowę w klimacie otwartości i zaufania, zarówno Kępiński¹⁵, jak i Rogers¹⁶ wskazują na postawy sprzyjające prawidłowej komunikacji. Zestawiono je w układzie porównawczym w tabeli 1.

¹⁴ Zob. J. Tischner, *Filozofia dramatu*, Kraków 1998, s. 89–91.

¹⁵ Zob. A. Kępiński, *Poznanie chorego*, Warszawa 1978, s. 42–57.

¹⁶ Zob. C. Rogers, *Sposób bycia*, dz. cyt., s. 128–131.

Tabela. 1. Postawy sprzyjające i niesprzyjające podczas rozmowy.

POSTAWY SPRZYJAJĄCE POSTAWIE OTWARTOŚCI	POSTAWY POWODUJĄCE POSTAWĘ ZAMKNIĘCIA
autentyczność, spójność	fałsz, maska
szczerłość	nieszczerość
życzliwość	obojętność
zainteresowanie	znudzenie
akceptacja	oceny i wyrokowania
empatia	racjonalizacja, schematyczność, oficjalność
troska	przerzucanie odpowiedzialności
zrozumienie	brak zrozumienia, narzucanie własnej opinii

Źródło: Opracowanie własne na podstawie prac Kępińskiego (*Poznanie chorego*, ss. 42–57) oraz Rogersa (*Sposób bycia*, ss. 128–131)

Jakość spotkania z drugim człowiekiem zależy przede wszystkim od dwóch czynników:

- umiejętności autentycznej obecności,
- umiejętności prowadzenia szczerzej rozmowy.

Autentyczny dialog zaś zakłada:

- umiejętność milczenia,
- umiejętność słuchania z empatią,
- umiejętność głębokiego rozumienia.

W początkach mojej pracy jako terapeuty odkryłem — zauważa Rogers — że zwykle, uważne słuchanie (...) jest ważnym sposobem pomocy. Kiedy więc miałem wątpliwości, co konkretnie powinienem zrobić, po prostu słuchałem. Wydawało mi się zadziwiające, że ten bierny rodzaj interakcji może okazać się tak pożyteczny¹⁷.

Wynika z tego, że zanim postawi się drugiemu człowiekowi pytanie czy też skieruje się ku niemu konkretną odpowiedź, powinno się wcześniej, podążając za wskazaniem Rogersa, zapytać siebie: „czy potrafię słyszeć dźwięki i wyczuwać kształt wewnętrznego świata danej osoby. Czy potrafię reagować na to, co mówi, tak głęboko, żeby wyczuć to, co ta osoba chciałaby wyrazić, a czego boi się wypo-

¹⁷ Tamże, s. 150.

wiedzieć, jak i to, z czego zdaje sobie ona sprawę”¹⁸. Tylko tak przeprowadzona rozmowa może przyczynić się do zmniejszenia poczucia wyobcowania i samotności.

Kompetencją, dzięki której pojawia się realna możliwość przewycięzania kryzysu interpersonalnego, jest zatem umiejętność wy-słuchania drugiego z empatią:

- po pierwsze, empatia znosi poczucie wyobcowania,
- po drugie dowartościowuje. Odbiorca czuje czyjąś troskę i akceptację siebie takim, jakim jest,
- po trzecie, „rezygnuje z oceny”¹⁹.

W takim klimacie zapewnione zostaje bezpieczeństwo. Rozmówca „gdy mnie nie ocenia, to nie ma podstaw do odrzucenia, wyrażenia pogardy, potępienia”. Powstaje wówczas klimat zaufania, który umożliwia przyjęcie postawy otwarcia i swobodnego wyrażania siebie. Stan taki pozwala na odrzucenie autocenzury: „nie będę mówił o porażkach, bo dziś jest to źle postrzegane”. „Kiedy ludzie czują się dobrze i są z wrażliwością rozumiani — zauważa Rogers — wzrasta w nich wspomagające rozwój, terapeutyczne nastawienie wobec samych siebie”²⁰.

5. Podsumowanie — model relacji międzypersonalnej

Rozmawiając ze studentami, wykładowcami, lekarzami, pielęgniarkami i pacjentami często słyszałem o spotkaniach, które zostały zapamiętane pozytywnie, jak i o tych, które na zawsze pozostaną przykładami negatywnymi. W dyskusjach tych zgodnie podkreślano potrzebę profesjonalnego kształcenia w zakresie integralnego zdobywania kompetencji zawodowych i psychospołecznych, w tym także w zakresie komunikacji międzypersonalnej.

Jakość spotkania zależy zarówno od szczerości wobec drugiego, jak też od umiejętności prowadzenia rozmowy. „Empatyczne słuchanie — tłumaczy Rogers — otwiera jedno z najmniej zamglonych okien tajemniczej i złożonej ludzkiej *psyche*”²¹. Postawa ta ukierunkowana jest nie tylko na odbiór komunikatu słownego, lecz przede wszystkim na odczytanie osoby w pełnym jej wymiarze, to znaczy z uwzględnieniem przeżywanych przez nią emocji oraz uczuć.

¹⁸ Tamże, s. 24.

¹⁹ Tamże, s. 165–167.

²⁰ Tamże, s. 172.

²¹ Tamże, s. 65.

Wyraźnie należy podkreślić potrzebę odwrócenia powszechnie stosowanej zasady, według której to przede wszystkim nauczyciel, wykładowca, psycholog czy też lekarz mówi, a uczeń, student lub pacjent przede wszystkim słucha komunikatów do niego kierowanych.

Model relacji międzyosobowej, uwzględniającej pełną podmiotowość drugiego, zakłada, że uczeń, student lub pacjent jest stroną aktywną, wyrażającą siebie zarówno werbalnie jak i niewerbalnie — a nauczyciel, wykładowca, psycholog lub lekarz udziela wsparcia edukacyjnego lub terapeutycznego poprzez obecność i aktywne wy-słuchanie drugiego z empatią, a następnie skierowania właściwego komunikatu.

Zaproponowany model wymaga przyjęcia kontr-perspektywy. Nauczyciel nie tyle prowadzi zajęcia, ile spotyka się z uczniem, towarzysząc mu w procesie zdobywania wiedzy i umiejętności. Psycholog nie tyle zaprasza na sesję terapeutyczną, ile do realnego spotkania z drugim, towarzysząc mu w terapii. Lekarz nie tyle leczy chorobę, ile spotyka się z człowiekiem cierpiącym, towarzysząc mu w cierpieniu i w procesie przezwyciężenia choroby. W relacjach tych o jakości spotkania decyduje prymat aktywnego słuchania z empatią nad biernym wypowiedaniem rad, pouczeń, wskazań.

Przezwyciężanie kryzysu relacji międzyosobowych skutkującego poczuciem osamotnienia i niebezpieczeństwem stanów depresyjnych domaga się wprowadzania działań mających na celu kształtowanie umiejętności budowania autentycznego spotkania i dialogu. „Zwykłe słuchanie (...) ze zrozumieniem — wskazuje Rogers — i próba przekazania owego zrozumienia wyzwalają potencjał umożliwiający przemianę terapeutyczną”²². Przemianie tej podlega nie tylko ten, kto mówi, ale także ten, który potrafi aktywnie słuchać z empatią.

Przyjęte w pracy hipotezy zostały pozytywnie zweryfikowane:

- za Rogersem potwierdzono, że chociaż powszechnie uznaje się ważność słuchania drugiego człowieka z empatią, to praktyka życia umiejętności tej często bywa pozbawiona.

Wykazano także, że do pokonania poczucia osamotnienia konieczna jest autentyczna obecność, wyrażająca się w empatii.

W konkluzji warto zaznaczyć, że do czynników kształtujących relacje międzyosobowe w społeczeństwie informacyjnym należy przede wszystkim

²² Tamże, s. 64.

umiejętność budowania przestrzeni spotkania i dialogu z drugim człowiekiem poprzez autentyczną, szczerą obecność oraz aktywną komunikację opartą na słuchaniu z empatią.

Z całą pewnością badania nad uwarunkowaniami kształtującymi przestrzeń spotkania i dialogu w społeczeństwie informacyjnym powinny być dalej kontynuowane mając na uwadze dobro i prawidłowy rozwój dzieci, młodzieży, pacjentów i każdego z nas.

Bibliografia

- Bohm D., *Dialog*, tłum. K. Gurczyńska-Sady, Warszawa 2023.
- Heidegger M., *Co zwie się myśleniem?*, tłum. J. Mizera, Warszawa–Wrocław 2000.
- Heidegger M., *Wyzwolenie*, tłum. J. Mizera, Kraków 2001.
- Kępiński A., *Poznanie chorego*, Warszawa 1978.
- Kicińska L., Palma J., *Życie warte jest rozmowy. Zachowania samobójcze wśród dzieci i młodzieży. Raport za lata 2012–2021 na podstawie danych Komendy Głównej Policji, dokument do pobrania: <https://www.google.pl/url?sa=t&rc=t=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUKEwiGoPLt1veKA-xXDGRAIHYchNREQFnoECBcQAQ&url=https%3A%2F%2Fwww.gov.pl%2Fattachment%2F82261ed5-8c47-4ab7-9241-18fca8ea75ab&usg=AOvVaw1C8WLxVH600ciqwOpl9YUH&opi=89978449> [stan z dn. 15.01.2025]*.
- Koj J., *Wielkie odkrycia w naukach biologicznych i medycznych XX wieku wyróżnione nagrodami Nobla*, „Kosmos. Problemy Nauk Biologicznych”, tom 49, 2000, Nr 3 (248), s. 327–333.
- Kuberska-Przekwas K., *Samobójstwa dzieci i młodzieży jako choroba społeczna*, „Warmińsko-Mazurski Kwartalnik Naukowy”, 1/2014, s. 51–70.
- May R., *Miłość i wola*, tłum. H. Datner-Śpiewak, P. Śpiewak, Poznań 2011.
- Mucha J., *Uspołeczniona racjonalność technologiczna*, Warszawa 2009.
- Platon, *Dialogi*, t. I, tłum. W. Witwicki, Kęty 2005.
- Rogers C., *Sposób bycia*, tłum. M. Karpiński, Poznań 2012.
- Szary S., *Praktyczny aspekt filozofii egzystencji. Filozofia egzystencji w pismach psychologicznych Rollo May’a*, „Poznańskie Zeszyty Humanistyczne” XVII/2011, s. 35–42.
- Tischner J., *Filozofia dramatu*, Kraków 1998.

**IN CARE OF DIALOGUE
THE SIGNIFICANCE OF PRESENCE
AND OF LISTENING WITH EMPATHY**

Summary

Deep understanding is the most valuable gift we can give to another person. Nowadays global technological development enables people to communicate without major barriers. Satellite devices send sound and vision in real time from the most remote corners of the world. On the other hand, people's sense of solitude and isolation has not decreased. What is more, the contemporary world is experiencing the crisis of interpersonal relations. In spite of changes in pedagogy, psychology, medicine and other branches they are not free from this problem. The ability to create a subject-concentrated atmosphere of a meeting and to lead a conversation based on empathic listening are significant elements which may help to overcome the crisis. This aspect was emphasised by Carl Rogers and Antoni Kępiński. The seriousness of the situation urges that due theoretical recommendations should be implemented effectively and with full awareness in schools, at colleges and universities, psychologists' offices, out-patient clinics and hospitals.

Keywords: *dialogue, listening ability, empathy, interpersonal relations, meeting, communication.*

