



Robert Florkowski

Akademia Wychowania Fizycznego w Poznaniu

<https://orcid.org/0000-0001-8782-2944>

Paradygmat Carla Ransoma Rogersa w międzykulturowej perspektywie

Abstrakt

Carl Ransom Rogers stworzył styl komunikacyjny, który uważał za przydatny w wielu społecznych domenach, począwszy na psychoterapii, przez edukację i wychowanie, a skończywszy na negocjacjach w międzynarodowych i międzyrasowych konfliktach. Wskazał on elementy kluczowe dla facylitacji spotkań interpersonalnych i redukcji napięć. Należą do nich m.in. empatyczne słuchanie, kongruencja, bezwarunkowe poszanowanie, zawieszenie osądu oraz unikanie perswazji i interakcyjne ciepło. Czy podejście Rogersa ma charakter uniwersalny? Czy taki styl komunikacyjny może ułatwić współpracę w grupie zróżnicowanej rasowo, etnicznie i religijnie? Artykuł wskazuje wybrane międzyosobowe i międzykulturowe różnice komunikacyjne, które zdają się kwestionować uniwersalistyczne aspiracje niedyrektywnego podejścia nastawionego na osobę.

Słowa kluczowe

niedyrektywność, kongruencja, empatia, facylitacja, międzykulturowość.

Rogerian paradigm in intercultural perspective

Abstract

Carl R. Rogers created style of communication useful in numerous social domains, beginning with psychotherapy, through education and upbringing, ending on negotiations aiming at the reduction of international and interracial conflicts. Rogers indicated key components necessary for efficient facilitation of interpersonal encounters and reduction of tension. Some of them are warmth, empathic listening, congruency, unconditional positive regard, suspension of judgment, and avoidance of persuasion. However, could one question the universality of Rogerian approach? Is it true that this paradigm could facilitate cooperation in group regardless of the racial, ethnic and religious origins? The article indicates selected intercultural communicational differences, which seems to question universal aspirations of non-directive, person-centered approach.

Key words

nondirectiveness, congruency, empathy, facilitation, crossculture.

Autoetnograficzny wstęp

Niniejszy artykuł jest próbą przyjrzenia się rogersowskiemu stylowi komunikacyjnemu z międzyosobowej i międzykulturowej perspektywy. Pojawiają się w nim refleksje o różnym statusie: nawiązania teoretyczne i o autoetnograficznym charakterze¹, płynące z praktyki zawodowej psychologa klinicznego specjalizującego się w psychoterapii. Przez dekadę wykonywałem ten zawód w Republice Południowej Afryki i Nowej Zelandii, dzięki czemu na co dzień stykałem się z problematyką wielokulturowości. Artykuł nie jest rozległą i uporządkowaną analizą różnic komunikacyjnych. Jego zamysł stanowi sygnalizacja określonych wątpliwości i dość swobodne refleksje wokół wybranych przykładów.

Autoetnograficzne, a tym bardziej osobiste, aspekty naukowego artykułu często wzbudzają wątpliwości u czytelników, a szczególnie u tych występujących w roli naukowców i recenzentów. Jednak moje doświadczenie koresponduje w istotny sposób z poruszaną problematyką, co (mam nadzieję) stanowi usprawiedliwienie dla decyzji włączenia go do tekstu. Takie podejście zawiera elementy ryzyka. Ujęcie teoretyczne, bazujące na badaniach zmierzających do obiektywizacji, spleta się z doświadczeniem, któremu łatwo zarzucić subiektywizm, stronniczość, zniekształcenia związane z zaangażowaniem, mechanizmami obronnymi itd. Mimo to świadomie podjąłem próbę łączenia elementów pochodzących z odmiennych źródeł wiedzy.

Kiedy w 1991 roku rozpocząłem pracę jako stażysta/psycholog kliniczny w Szpitalu Króla Jerzego V w Durbanie w Republice Południowej Afryki, napotkałem trudności, które doprowadziły mnie do kryzysu. Spiętrzyły się stresogeny związane z emigracją i imigracją: separacja od bliskich, szok kulturowy i klimatyczny, trudności językowe, bytowe, finansowe, konieczność adaptacji zawodowej, a dokładniej desperacka próba przetrwania na stanowisku stażysty, na które przyjęto mnie dzięki korzystnemu zbiegowi okoliczności i przychylności decydentów. Brak doświadczenia zawodowego (wyemigrowałem kilka miesięcy po ukończeniu studiów), nałożony na trudności komunikacyjne (nieumiejętność sprawnego posługiwania się zawodowym językiem angielskim) i inne czynniki szybko doprowadziły mnie do apatii, wahań co do słuszności decyzji o emigracji oraz przemyśleń o rezygnacji ze stażu i powrotu do kraju. Na krawędzi kapitulacji nastąpiło moje pierwsze spotkanie z koncepcją Carla Ransoma Rogersa. Nie było ono

¹ Autoetnografia od momentu pojawienia się w słowniku nauk społecznych jest słowem wieloznacznym i kryjącym w sobie bardzo różne treści. Jako że pojęcie to jest pojemne znaczeniowo, warto zdać sobie sprawę ze znaczeń i celu, w jakim zostało użyte w tekście. Istotą jest tu uruchomiona przeze mnie autorefleksyjność i autoanalityczność; poddanie refleksji własnego doświadczenia życiowego z odniesieniem do kontekstu społeczno-kulturowego, w jakim się pojawiło, co sprawia, że momentami tekst ma cechy dokumentu osobistego, uwzględnia osobiste odniesienia, a niekiedy pozycję badacza w procesie analizowania danych (por. Kacperczyk, 2014, s. 37-39).

związane ani z jego osobą, ani ze znajomością jego tekstów, tylko zapośredniczone przez przełożonego – psychologa klinicznego już wtedy mającego duże doświadczenie psychoterapeutyczne i określającego swoją orientację terapeutyczną jako rogersowską. Rozumiał to podejście i skutecznie praktykował w zawodowej codzienności. Był moim głównym źródłem wsparcia podczas przeżywanego kryzysu. Sprawiał na mnie wrażenie autentycznego w zawodowej i wspierającej zarazem relacji. Wytworzył atmosferę, w której mogłem wystarczająco swobodnie dzielić się refleksjami i uczuciami, łącznie z tymi najtrudniejszymi do wyrażenia. Nasza relacja ewoluowała z formalnej w nieformalną, odgrywała coraz istotniejszą rolę w moim życiu zawodowym i pozostałych jego aspektach z filozoficzno-egzystencjalnym włącznie. Po każdym spotkaniu, i tym czysto zawodowym i bardziej terapeutycznym, odczuwałem niedosyt, byłem gotowy na kontynuację i z radością korzystałem z niej przy każdej okazji. To było nietuzinkowe doświadczenie życiowe.

Po wyjściu z kryzysu, w mniej emocjonalny, a bardziej racjonalny i systematyczny sposób, zacząłem zapoznawać się z dorobkiem Rogersa. Czytałem jego książki, dyskutowałem o nich i dość szybko doszedłem do wniosku, że to podejście do relacji z ludźmi odpowiada mi najbardziej spośród tych, z którymi się zetknąłem i zapoznałem. Teoretyczną podstawą moich starań w zakresie interwencji terapeutycznych stało się niedyrektywne, humanistyczne podejście nastawione na osobę.

Kiedy uprawiałem za granicą zawód psychologa i psychoterapeuty, pracowałem z ludźmi (współpracownikami i klientami) przynależącymi do różnych kultur, nacji i ras. W takich realiach nasilała się we mnie potrzeba poszukiwania teoretycznej i praktycznej bazy, która umożliwiła wytworzenie choćby poczucia, że ma się w zasięgu ręki jakąś formułę, technikę, szkołę myślenia, ramę odniesienia. Czegoś, na czym można na tyle mocno oprzeć swoje działanie, że pojawi się poczucie sensu, przydatności i przynajmniej namiastki sprawności zawodowej. Czegoś, co sprawi choćby wrażenie, że istnieje styl komunikacyjny, umożliwiający przekraczanie barier prawie nie do pokonania. Prace Rogersa i próby ich aplikowania, dawały poczucie, że jeśli uda się w zawodowych kontaktach być wystarczająco rogersowskim, to będzie to równoznaczne z byciem wystarczająco skutecznym w budowaniu relacji terapeutycznych. Nawet z osobami tak odmiennymi kulturowo, że międzyludzkie, intymne spotkanie i wzajemne zrozumienie zdaje się z wielu względów bardzo ograniczone lub niemożliwe. Zinternalizowałem to podejście tak mocno, że stało się niezbywalnym elementem mojego stylu interakcyjnego również w domenach pozazawodowych. Choć jego praktykowanie bywało trudne, to i tak na stałe wpisało się w moją tożsamość zawodową i osobistą. Latami pozycja Rogersa, jako mojego teoretycznego i praktycznego punktu wyjścia (a następnie ramy odniesienia) dla działalności psychoterapeutycznej, była niewzruszona. Pamiętam, że wysyłano pod

moim adresem sygnały, iż powinienem wyjść poza jedno, być może zbyt ograniczone, jednostronne podejście i otworzyć się na inne. I w Afryce, i w Nowej Zelandii napotykałem sytuacje i osoby, które zachęcały mnie lub wręcz domagały się ode mnie zorientowania w specyfice kulturowej, rozwijania wrażliwości w oparciu o wiedzę o odmiennościach kulturowych. W różnych instytucjach używano i nadużywano wówczas terminu wrażliwość kulturowa (*cultural sensitivity*). Nachalnie promowaną, wręcz obliwatoryjną postawą było bałwochwalstwo owej formy sensytywności. Kto nie chciał popaść w niełaskę, powinien wykazać się znajomością na przykład zuluskiej czy maoryskiej kultury, a jeszcze lepiej wyrażać podziw dla jej unikatowości.

Czasami z powodu niechęci do poprawności politycznej (zjawisko o znacznej potencji zarówno w Nowej Zelandii, jak i w postapartheidowskiej Republice Południowej Afryki), wzbudzającej we mnie opozycyjność i działania rebelianckie, czasami z lenistwa i ignorancji, kiedy indziej z powodu niezachwianej wiary w Rogersa, (będącego moim guru²) zapoznawanie się z kulturowym zakotwiczeniem osób, z którymi pracowałem, było dla mnie drugorzędne, złem niekoniecznym i bywało, że wyzwalało poczucie straty czasu. Uznawałem, że preferowane przeze mnie podejście jest uniwersalne lub wystarczająco uniwersalne i jego kompetentna aplikacja stwarza okazję i warunki dla bliskiego spotkania między ludźmi nawet wtedy, kiedy dzielą ich wyraźne i/lub radykalne odmienności z kulturowymi włącznie. Mój obecny stosunek do rogersowskiego stylu jest mniej radykalny, naznaczony rezerwą i otwartością na alternatywy. Retrospektywne spojrzenia wzbudzają wątpliwości względem niegdysiejszych interwencji terapeutycznych³. Mimo zwątpień, wahań i poszukiwań nie odnalazłem do tej pory innego, lepszego podejścia terapeutycznego, ani nie napotkałem wyników badań, które podważyłyby kluczowe znaczenie rogersowskich pryncypiów. Wręcz przeciwnie, zazwyczaj podstawowe założenia tego badacza są eksplicytnie lub implicytnie wskazywane jako psycho-terapeutyczne aksjomaty.

² Choć sam Rogers jednoznacznie wzbraniał się przed odgrywaniem takiej roli wobec kogokolwiek i wielokrotnie tłumaczył w swoich pismach powody swojej niechęci dla takiego kształtu relacji.

³ Czy rzeczywiście udawało mi się nawiązywać wspierające, oparte na empatycznym zrozumieniu relacje z Burami, Hindusami, Zulusami, Maorysami? Jakie cele psychologiczne miałem szanse zrealizować spotykając się z zuluskim wojownikiem, który nie posługiwał się angielskim i miał znikomy kontakt z kulturą Zachodu? Czy terapeutyczna praca, zapośredniczona tłumaczem, podczas spotkania z kulturowym „alienem” ma jakikolwiek sens? Jak byłem postrzegany przez „innych”? Czy moje próby empatyzowania, sensytywnego wsluchiwanie się były interpretowane zgodnie z moją intencją? Czy niedyrektywne podejście było użyteczne, jeśli zuluski klient dostrzegał we mnie sangomę? Czy psychoterapeuta, który nie używa muthi ma szansę być pomocnym? Pytania można mnożyć. Pełnią w tym tekście raczej funkcję retoryczną, nie merytoryczną. Artykuł nie dostarcza na nie odpowiedzi, a tylko uwypukla kolejny raz złożoność, meandryczność międzyludzkich i międzykulturowych spotkań.

Zarys pryncypiów paradygmatu Rogersa

Rogers napisał wiele artykułów i książek opartych na długoletnich badaniach⁴. Na temat jego koncepcji powstała znaczna liczba publikacji⁵. Materiały te są powszechnie dostępne, dlatego w artykule nawiążę bardzo skrótowo do podstawowych założeń. Jego podejście jest określane jako niedyrektywne lub nastawione na osobę; mieści się w nurcie psychologii humanistycznej, a jego korzenie sięgają egzystencjalizmu (Frankl, 1970; May, 1995).

Niedyrektywność i permisywność to jedne z kluczowych założeń Rogersa. Jego zdaniem człowiek ma predyspozycje do samodzielnego decydowania, szukania własnej drogi rozwoju i spełnienia. Jednostka zdrowa psychicznie to taka, która jest w stanie rozpoznać i realizować swój specyficzny potencjał. W procesie terapii pierwszy plan stanowi klient (podobnie jak w wychowaniu dziecko, a w edukacji uczeń) i jego indywidualny, idiosynkratyczny sposób widzenia świata i działania w nim (Rogers, 1969; Kirschenbaum, Henderson (eds.), 1989a). Swego czasu był to koncept nowy, wręcz rewolucyjny. Wcześniej za najistotniejsze uważane były kompetencje terapeuty, jego umiejętności diagnostyczne, interpretacyjne, perswazyjne itd. W podejściu dyrektywnym dziecko, uczeń lub pacjent winni podporządkować się ekspertowi. On podejmuje kluczowe decyzje, diagnozuje, sugeruje określone wybory i działania.

Jednak niedyrektywna terapia, stawiająca w centrum klienta, nadal wymaga obecności eksperta. W rzeczywistych sytuacjach (nie tylko natury terapeutycznej) okazuje się, że kompetencje, konieczne w rogersowskim stylu budowania relacji, są trudnym wyzwaniem⁶. Jedną z nich jest umiejętność sensytywnego słuchania, którego pokłosie stanowi stworzenie środowiska interakcyjnego sprzyjającego rozwojowi osobowości, kreatywności i atmosfery współpracy z jednostką lub grupą. Ważne jest budowanie klimatu komunikacyjnego pozbawionego destruktywnej ewaluacji, moralizatorstwa, wytwarzającego zaś poczucie swobody, permisywności, akceptacji i ciepła. Kolejna prominentna składowa to kongruencja⁷. Kongruentny jest ten, kto potrafi być autentyczny podczas interakcji,

⁴ Jako jeden z pierwszych korzystał podczas szczegółowej analizy procesu terapeutycznego z nagrań. Salę na Ohio State University wyposażono w aparaturę do rejestracji. Zapisu dokonywano na płytach fonograficznych. Sporządzano również transkrypcje (Kirschenbaum, Henderson (eds.) 1989b).

⁵ Sam trzykrotnie także na ten temat publikowałem: Banaszak, Florkowski (2014a); Banaszak, Florkowski (2014b); Florkowski (2017).

⁶ Aczkolwiek są wśród różnych populacji naturszczycy, którzy są rogersowscy w swoim sposobie bycia, a zarazem nie wiedzą o istnieniu koncepcji Rogersa ani o nurcie psychologii humanistycznej i filozofii egzystencjalnej, z której się wywodzi. Styl bycia, który dla jednych jest nabytą świadomością postaw, kompetencją (albo kompetencją niemożliwą do nabycia), dla innych jest zwyczajnym, oczywistym sposobem życia wśród ludzi.

⁷ W niektórych publikacjach kongruencja (*realness, genuineness*) jest przez Rogersa stawiana na pierwszym miejscu. Jego zdaniem, jeśli facylitator procesu terapeutycznego, edukacyjnego itp. jest w stanie wprowadzać do interakcji swoje autentyczne, rzeczywiste ja, zamiast skrywać się za fasadą roli społecznej,

otwarciu prezentować postawy i wyrażać emocje doznawane w danej chwili. Kongruencja oznacza dostępność do emocji, przenikanie ich do samoświadomości danej osoby. Osoba kongruentna potrafi żyć swymi emocjami i uczuciami, wnosić je w związki i stosownie – z poszanowaniem innych osób – je wyrażać.

Rogers rozpowszechnił pojęcie empatii. Zdaje się ono współcześnie nadużywane, straciło status wyjątkowości. Jednocześnie jest często rozumiane w ograniczony lub błędny sposób. Bycie empatycznym oznacza przede wszystkim rozumienie znaczeń wewnętrznego świata innego człowieka tak, jak gdyby były moje. Istotne jest zachowanie dystansu – „jak gdyby” – co zapobiega fuzji z inną osobą. Poza próbą rozumienia, empatia zakłada także umiejętność emocjonalnego synchronizowania, współodczuwania. Istotne jest więc precyzyjne odczytywanie osobistych znaczeń i odczuć oraz rozgraniczanie tego, co własne i cudze w sensie psychicznym (Rogers, 1969; Kirschenbaum, Henderson (eds.), 1989b; Rogers, 1993; Rogers, Stevens, 1994). Empatyczne zrozumienie pojawia się w życiu codziennym epizodycznie: „ten rodzaj rozumienia jest nadzwyczaj rzadki. Mało kiedy jest nam oferowany, a i my nieczęsto próbujemy w ten sposób rozumieć innych” (Rogers, Stevens, 1994, s. 54). Podkreśla się też znaczenie bezwarunkowego, pozytywnego nastawienia, jakie powinno być obecne w relacji (na przykład terapeutycznej czy edukacyjnej). Utrzymywanie pozytywnego stosunku do drugiej osoby, bez względu na to, jaka ona jest w danym momencie, redukuje zachowania obronne, sprzyja otwartości i poczuciu komfortu (Rogers, 1969; Kirschenbaum, Henderson (eds.), 1989b; Rogers, 1993; Rogers, Stevens, 1994; Farber, Doolin, 2011). Terapeuta powinien z wyczuciem posługiwać się osądem lub umieć zawiesić osąd, bowiem za krytyczną (jak i korzystną) ewaluacją skrywa się utrudnienie wyrażania siebie. Pozytywna ewaluacja może uniemożliwiać ujawnianie negatywów, a negatywna usunąć inne kwestie z rozmowy.

Unikanie doradzania to kolejny element terapii zogniskowanej na osobie. Zakłada się, że doradzanie to zawsze próba zmienienia kogoś podług własnych założeń i systemów wartości. Ludzie zaś rzadko korzystają z porad, a ponadto mają tendencję do obwiniania doradców za błędne wskazówki. Niektóre osoby zdają się wymuszać rady, by móc udowodnić doradzającemu, że jest niekompetentny, kiedy jego dyrektywy doprowadzą do intymnej katastrofy. Reagowanie na emocje i uczucia, wyłapywanie i odzwierciedlanie ich subtelnych przejawów, są zdaniem Rogersa tym, na czym powinien się skupić psychoterapeuta. Badacz ten twierdził, że zazwyczaj zawartość wypowiedzi jest mniej istotna niż towarzyszące jej emocje i wyrażone uczucia. Narracje bez uczuciowych afiliacji mogą być racjonalizacjami, intelektualizacjami, a poruszanie się pośród nich,

to będzie efektywny. Granicą kongruencji jest stosowność kongruentnego zachowania w specyficznym interakcyjnym kontekście. To na ile autentycznie, tu i teraz można wyrazić siebie jest ograniczone – jak wspomniano powyżej w głównym tekście artykułu – sensytywnością i szacunkiem dla drugiego człowieka (Rogers, 1969, s. 106-109).

z nadzieją na przydatne wykorzystanie, jest zazwyczaj nieefektywne (Kirschenbaum, Henderson (eds.), 1989a; Rogers, 1993; Rogers, Stevens, 1994). Rogers zwraca uwagę na to, że w rodzicielstwie, terapii czy edukacji istotne jest to, by dziecko, klient czy uczeń czuli się cenieni/doceniani (*prized*) i akceptowani (*accepted*). Ważne, by tego typu relacje wzrastały na gruncie zaufania (*trust*) i troski wyzbytej z zaborczości (*non-possessive caring*). Niejako efektem ubocznym obecności tego rodzaju jakości relacyjnych staje się szacunek względem osoby, która wnosi je do spotkań międzyludzkich (Rogers, 1969).

Trudno wskazać, która z umiejętności ma decydujące znaczenie dla skutecznej komunikacji międzyludzkiej i międzykulturowej. Można jednak założyć, że szczególne miejsce (choć rangowanie jest trudne i dyskusyjne) zajmuje wgląd (Rogers, 1993; Rogers, Stevens, 1994). Istoty ludzkie różnią się znacząco poziomem refleksyjności, częstością i głębokością wglądu. Im rzadziej ktoś korzysta z mentalnego metapoziomu, tym częściej myśli i działa rutynowo i tym łatwiej wpada we wnyki schematów, stereotypów, uprzedzeń, stygmatyzacji i pochopnych wykluczeń. Tym samym jest o wiele bardziej kontrolowany przez wpływy społeczno-kulturowe i głębokie internalizacje. Intensywna samoświadomość stwarza klimat kwestionowania, wątpienia; rozbudowany wgląd daje szansę zmiany zapatrywań, uelastycznia repertuar zachowań. Międzykulturowa komunikacja wymaga nieustannej elastyczności, adaptacji, myślenia i działania na metapoziomie. Można przyjąć, że samoświadomość jest, przynajmniej potencjalnym, narzędziem umożliwiającym wymknięcie się społecznej kontroli, przejawiającej się m.in. zrutyinizowanymi interpretacjami. W podobny sposób można powiązać samoświadomość z innymi kluczowymi komponentami koncepcji Rogersa, co zdaje się potwierdzać jej znaczenie. Zakłócenia w funkcjonowaniu samoświadomości skutkują deficytem empatii. Mogą też wiązać się z aleksytymią, czyli niemożnością rozpoznawania i nazywania własnych stanów emocjonalnych, a w efekcie współodczuwania zarówno na poziomie wewnątrz-kulturowym, jak i międzykulturowym (Moriguchi, Decety, Ohnishi, Maeda, Mori, Nemoto, Matsuda i Komaki, 2007; Rasoal, Eklund i Hansen, 2011).

Zdobycie przez terapeutę zarysowanych powyżej kompetencji nie gwarantuje powodzenia. Warianty komunikacji międzyludzkiej, wielość kontekstów i innych, często niedostrzeganych, czynników powodują, że praktyka jest bardziej złożona niż jej opisy. Rogersowski styl komunikacyjny, nawet sprawnie uprawiany, może być opacznie interpretowany przez interlokutorów. Kontakty z zaburzonymi jednostkami – psychotykami lub osobami z trudnościami charakterologicznymi – pokazują, że empatia może być postrzegana jako brak zaangażowania, bezwarunkowe pozytywne nastawienie jako obojętność, osobiste ciepło jako zagrażająca bliskość, a rzeczywiste emocje odczuwane jako fałszywe. Zdarzają się też sytuacje, kiedy empatia i akceptacja są interpretowane jako bezradność i przejaw słabości charakteru terapeuty (Rogers, Stevens, 1994). Takie

zniekształcenia i zakłócenia komunikacyjne są dość powszechne. Występują nawet w homogenicznych populacjach. Zróżnicowania kulturowe z łatwością amplifikują te trudności, bowiem prowadzą do zetknięcia się odmiennych, czasami wręcz niekompatybilnych, schematów kognitywnych, skryptów działań i reakcji emocjonalnych (Scollon, Wong Scollon, 1999). Można więc postawić szereg pytań. Czy Rogersowi udało się stworzyć styl komunikacyjny, który znosi lub znacząco osłabia międzykulturowe bariery? Czy kompetentny rogersowski terapeuta może efektywnie pracować z dowolnym klientem? Czy rzeczywiście międzykulturowe, etniczne, polityczne napięcia i konflikty mogą być rozwiązywane z wykorzystaniem tego podejścia w mediacji?

Rogers zdawał się być optymistą. Pod koniec życia stał się misjonarzem: odwiedzał wiele krajów, organizował warsztaty, facylitował spotkania liderów skonfliktowanych grup. Miał nadzieję, że międzyludzki dialog w międzynarodowej skali uchroni przed kolejnymi wojnami i nuklearną zagładą. Wprawdzie do nuklearnej konfrontacji jeszcze nie doszło, ale konflikty zbrojne wciąż trwają i nic nie wskazuje na to, by pacyfizm, nawet wsparty rogersowską koncepcją i praktyką, doprowadził do trwałego, globalnego pokoju na świecie.

Osobowościowe ograniczenia. Od psychopatii do empatii

Istnieją różnorodne utrudnienia w implementacji rogersowskiego modelu zarówno w obrębie psychoterapii, jak i w innych kontekstach komunikacyjnych, łącznie z międzykulturowymi. Jednym z nich jest zaburzona osobowość. Stworzono dość rozbudowane kategoryzacje zaburzeń osobowościowych. Zarys informacji na ten temat można odnaleźć na przykład w kolejnej, obecnie obowiązującej, piątej wersji amerykańskiego podręcznika diagnostyki psychiatrycznej (*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, w skrócie DSM-5). Nie będę rozwijał tego wątku (zainteresowany czytelnik może zaznajomić się ze szczegółami korzystając z powyższego źródła), nawiążę jedynie ilustracyjnie do jednej z kategorii diagnostycznych, określanej mianem psychopatii. Uczynię tak dlatego, że psychopatyczne podejście do drugiego człowieka zdaje się być spektakularnym kontrapunktem dla empatycznego, rogersowskiego. Psychopatia jawi się jako antyteza empatycznego tworzenia powiązań międzyludzkich, a zarazem empatyczna relacja z osobą o psychopatycznych predyspozycjach stanowi potencjalne antidotum dla rozwoju w pełni psychopatycznej osobowości. Innymi słowy, powołując się na przywoływanego poniżej autora – Jamesa Fallona (2017) – empatyczne środowisko może stworzyć szansę profilaktyki psychopatii⁸. Z racji takich powiązań pomiędzy wskazanymi zjawiskami

⁸ Jej w pełni ukonstytuowana postać jest z reguły oporna na wpływy terapeutyczne. Zazwyczaj procedury wdrażane na przykład przez systemy penitencjarne, jak i te oparte na innych instytucjach, wykazują małą skuteczność naprawczą.

chciałbym w poniższym fragmencie artykułu nawiązać do psychopatologii z psychopatycznego spektrum.

Wskazany powyżej DSM-5 nie odwołuje się do psychopatii jako wydzielonej jednostki diagnostycznej, wskazuje zarazem kategorie, których elementy są jej komponentami. Blisko spokrewnione z psychopatią są zaburzenia osobowości o charakterze antyspołecznym⁹, narcystycznym i pogranicznym.

Fallon (2017) prezentuje próby deskrypcji, eksplanacji i prognostyki zachowań osób o predyspozycjach psychopatycznych oparte na współczesnych badaniach naukowych. Przy tym autor z jednej strony postrzega siebie jako pograniczny przypadek tego zaburzenia (zob. Fallon, 2017, s. 247)¹⁰, z drugiej jest neuronaukowcem o rozległym doświadczeniu i wysokim poziomie kompetencji. W książce znajdują się dowody częstego korzystania z samoobserwacji, nawiązywania do autorefleksji i wglądu, czyli czerpania z autoetnograficznych zasobów i łączenia ich z obiektywizowanymi naukowo rozważaniami. Jest to styl zbieżny z proponowanym w tym artykule.

Fallon posługuje się metaforą trójnożnego taboretu. Jego zdaniem psychopatyczne tendencje są oparte na trzech podporach:

[pierwsza to] bardzo słabe funkcjonowanie oczodołowej części kory przedczołowej oraz przedniej części płata skroniowego, w tym także ciała migdałowatego, druga to: obciążone dużym ryzykiem warianty genów, z których najbardziej znanym jest gen wojownika, trzecia wreszcie to: doświadczenie wykorzystania emocjonalnego, fizycznego lub seksualnego we wczesnym dzieciństwie (Fallon, 2017, s. 120).

Zatem pierwsza noga taboretu to obniżona aktywność wymienionych powyżej obszarów mózgu. Fallon zauważył, że jego mózg funkcjonuje podobnie jak u psychopatycznych kryminalistów. Było to dla niego zaskakujące odkrycie. Owo funkcjonalne podobieństwo polega właśnie na obniżonej aktywności specyficznych stref mózgu. To one „są zaangażowane w hamowanie, zachowania społeczne, etykę i moralność” (Fallon, 2017, s. 69).

Drugą nogą są predyspozycje genetyczne. Mężczyźni wyposażeni w tzw. gen wojownika „częściej należą do gangów. W porównaniu zaś z innymi członkami danego gangu są bardziej brutalni i dwukrotnie częściej sięgają po broń w trakcie bójki” (Fallon,

⁹ Antyspołeczne zaburzenia cechuje: „uogólniony wzorzec lekceważenia i łamania praw innych ludzi, występujący od piętnastego roku życia i przejawiający się w postaci co najmniej trzech z poniższych objawów: nieprzestrzeganie norm społecznych, nieodpowiedzialność, oszustwa, niezważanie na dobro innych, brak umiejętności planowania oraz skłonność do irytacji i agresji” (Fallon, 2017, s. 18).

¹⁰ Określa siebie paradoksalnie brzmiącym mianem psychopaty prospołecznego.

2017, s. 93). Można powiedzieć, że gen ten predysponuje do zachowań antyspołecznych¹¹. Trzecią nogą, kluczową dla pełnego rozwoju psychopatii, jest wpływ środowiska.

Zdaniem przywołanego badacza mechanizm spustowy takich zachowań psychopatycznych jak morderstwo z premedytacją lub seryjne morderstwa, jest ściśle powiązany z przemocą w środowisku rodzinnym i częstą utratą jednego lub obojga rodziców na wczesnych etapach rozwojowych. W jego przypadku wspierające środowisko rodzinne stało się szczepionką chroniącą go przed staniem się osobą agresywnie destruktywną. Jest prospołecznym psychopata, czyli kimś utrzymującym się w obszarze przydatności i akceptacji społecznej z relatywnie niskim poziomem zagrożenia dla innych, dzięki temu, że empatyczne środowisko rodzinne w kluczowych fazach rozwojowych zrównoważyło (a właściwie przeważało) biologicznie uwarunkowane predyspozycje i doprowadziło do inhibicji patologii¹².

Jeśli środowisko społeczne nie buforuje skłonności, psychopatia ma szansę osiągnąć pełnię swej formy, którą pokrótce prezentuje poniższy cytat.

Czynnik interpersonalny obejmuje powierzchowność, megalomanię i skłonność do kłamstwa, z kolei czynnik afektywny – brak wyrzutów sumienia, brak empatii i odrzucanie odpowiedzialności za własne działania. Na czynnik behawioralny składają się impulsywność, brak celów i zawodność, na czynnik antyspołeczny zaś – porywczosć, zachowania przestępcze w okresie dorastania i przeszłość kryminalna (Fallon, 2017, s. 21).

Wszystkie te współgrające czynniki tworzą osobowość i styl komunikacyjny będący antytezą tego, który Rogers uważa za facylitujący komunikację międzyludzką i międzykulturową. Psychopatia i deficyt empatii (jak zostało to już wskazane) idą w parze, a zdolność empatyzowania jest kamieniem węgielnym koncepcji Rogersa. Można by w tym momencie zamknąć rozważania, bo psychopata jako osoba wyzbyta empatii nie jest w stanie skutecznie się komunikować, wniknąć w głębsze pokłady rozumienia siebie i, co za tym idzie, innego człowieka. Sprawa niestety nie jest tak prosta i jednoznaczna. Z jednej strony empatia nie stanowi zjawiska jednowymiarowego, z drugiej psychopaci potrafią (na pewnym poziomie) wnikliwie rozumieć schematy działania ludzi, ich motywacje, pragnienia i bezwzględnie z tego korzystać w psychomanipulacji (przed którą nie powstrzymują ich wyrzuty sumienia ani inne wewnętrzne mechanizmy

¹¹ Jak każde predyspozycje, tak i te związane z zachowaniami antyspołecznymi, trudno ocenić jednoznacznie. Osoby nadzwyczaj impulsywne, agresywne i bezwzględne mogą okazać się prospołeczne, zostać wodzami, dowódcami i skutecznie eliminować członków wrogiej grupy na przykład w sytuacji konfliktu zbrojnego. Z łatwością, wraz z taką zmianą kontekstu społecznego, przeistoczą się ze złoczyńców w dobroczyńców.

¹² Autor podkreśla, że największe spustoszenie powodują najwcześniejsze, dziejące się w pierwszych miesiącach i latach życia uszkodzenia mentalne.

kontrolne). Psychopata potrafi przekonująco udawać troskę, wyrzuty sumienia oraz proces empatyzowania, co komplikuje obraz jeszcze bardziej.

Warto przypomnieć, że empatia nie jest tym samym co współczucie (choć jest z nim często mylona) oraz że nie stanowi *conditio sine qua non* współczucia. Dla prezentowanych tu rozważań istotniejsze jest jednak nie rozróżnianie empatii i współczucia, ale wskazanie jej kluczowych wymiarów, sposobów jej przejawiania się oraz konsekwencji. „Poza [...] mieszkanką rodzajów empatii dla jednostki czy dla grupy, istnieje też inna ważna różnica: między empatią emocjonalną a empatią poznawczą, znaną też pod nazwą teorii umysłu” (Fallon, 2017, s. 163). Teoria umysłu rozwija się od wczesnego dzieciństwa. To dzięki niej dziecko uczy się swoich mentalnych stanów, dostrzega pragnienia, intencje i przekonania oraz to, że inne osoby funkcjonują z jednej strony podobnie, z drugiej zaś mogą być bardzo odmienne. „Osoby dotknięte psychopatią, narcyzmem i pewnymi afektywnymi formami schizofrenii wykazują empatię poznawczą, brak im jednak empatii emocjonalnej” (Fallon, 2017, s. 164). Empatia poznawcza (umiejętność posługiwania się teorią umysłu) daje psychopacie dostęp do drugiego człowieka, do zrozumienia mechanizmów zawiadujących jego działaniem. Deficyt empatii emocjonalnej skutkuje brakiem skrupułów, wyrzutów sumienia, często także zdolności powściągnięcia zachowań impulsywnych, co odcina możliwość hamowania postępowania się dostępną (zebraną za pomocą empatii kognitywnej) wiedzą ze szkodą dla drugiego człowieka. Zręczne korzystanie z teorii umysłu czyni z psychopatów znakomitych społecznych szachistów, którzy potrafią gromadzić dużo informacji, analizować wiele opcji, wyprzedzić ruchy przeciwników i wygrywać partie. Między innymi dlatego, że... nie przeszkadzają im emocje¹³.

¹³ Dostęp do emocji, przeżywanie ich, kierowanie się uczuciami, dzielenie się nimi itd., zdaje się przejawem zdrowia psychicznego i bycia w pełni człowiekiem. Ale intensywne życie emocjonalne, wrażliwość (a szczególnie nadwrażliwość) mogą też stanowić utrudnienie, a nawet zagrożenie. Na przykład zaburzenia o charakterze lękowym, z fobiami włącznie, są dość powszechną przypadłością zakorzenioną w emocjach. Podobnie jest z depresją. Jedną z zalet bycia psychopatą jest małe prawdopodobieństwo popadania w depresję i stany lękowe. Paradoksalnie, w pewnych zakresach psychopaci mogą być uznani za zdrowszych, bo życie pozbawione lęku (szczególnie chronicznego) jest zdrowsze. Dowodzą tego badania naukowe. „Kortyzol, hormon steroidowy i zarazem główny hormon stresu, przepływa przez całe ciało, wywołuje reakcję stresową, w tym przyspieszając metabolizm cukrów, tłuszczów i białek oraz hamując działanie układu odpornościowego. Dlatego organizm funkcjonujący w chronicznym stresie w mniejszym stopniu potrafi zwalczyć chorobę. Ludzie, którzy z natury są mniej zestresowani (na przykład psychopaci) przez całe życie unikają większości chorób, ponieważ ich układ odpornościowy działa stale na wysokich obrotach. Teoretycznie więc psychopaci mogą wieść przyjemne, zdrowe i długie życie...” (Fallon, 2017, s. 237-238). Mechanizm zdaje się prawdopodobny, argumentacja przekonująca. Niektóre znane mi osoby o osobowościach ze spektrum narcystyczno-psychopatycznego wyglądają na o dwadzieścia lat młodsze niż wskazuje na to ich PESEL. Jak wynika z tekstu Fallona, może za tym stać nie tylko dbanie o siebie, prozdrowotny styl życia, korzystanie z usług chirurgii estetycznej i zabiegów oferowanych przez kosmetologię, ale także procesy hormonalne. Lektura Fallona przypomniła mi rozmowę z kierownikiem relatywnie wysokiego szczebla, który podczas spotkania wskazał na plik papierów na biurku. Powiedział mi, że dotyczą pracowników, których niebawem będzie zwalniał. Dodał, że jest do dla niego trudny proces, bardzo stresujący i że już go

Paradoksalnie psychopaci prawdopodobnie byłiby mniej skuteczni w swoich działaniach (czyli często mniej szkodliwi), gdyby byli totalnie (a nie częściowo) nieempatyczni. Gdyby nie współodczuwali i zarazem nie posiadali zdolności wnikliwego rozumienia schematów działania innych, motywujących ich pragnień, ograniczających słabości, to skuteczność psychomanipulacji spadłaby radykalnie. Tymczasem potrafią dobrze zagrać empatyczne słuchanie, zdobyć przychylność eksploatowanych przez siebie osób, kreować klimat koleżeństwa i przyjaźni. Taki styl relacyjny często prowadzi do otwierania się rozmówców. Dobrze odegrane empatyczne słuchanie staje się narzędziem budowania poczucia zaufania, bezpieczeństwa¹⁴.

Psychopaci bywają mistrzami autoprezentacji i efektywnie posługują się różnymi autoprezentacyjnymi technikami. Jedną z nich stanowi ingracjacja. Jest ona szczególnie interesująca w kontekście tych rozważań, bowiem może zostać odebrana jako empatyczna wrażliwość i zarazem być elementem interakcyjnej fasady. Ingracjacja polega na próbach zwiększenia własnej atrakcyjności w oczach drugiej osoby. Ingracjator w stosunku to ingracjonowanego stosuje zazwyczaj trzy typy taktyk: podwyższanie samooceny (osiągane za pomocą schlebiania i komplementowania), konformizm (np. ingracjator udaje, że podziela istotne opinie z ingracjonowanym) i pozytywną autoprezentację (ukazywanie swoich pozytywów i bagatelizowaniu negatywów)¹⁵. Ingracjatorzy potrafią także zręcznie korzystać z wyświadczenia przysług w celu wzbudzenia sympatii, która zwiększa prawdopodobieństwo odwzajemnienia przysługi (choć sama przysługa może być formą manipulacji) (Colman, 2009, s. 275-276). Zręcznie stosowana przez psychopatów ingracjacja może łudząco przypominać techniki używane przez Rogersa.

odchorowuje od długiego czasu. Nie mogłem pozbyć się wrażenia niespójności. Mówił o tym, jak stresujące jest jego położenie, a ja widziałem świetnie wyglądającego, wyluzowanego pięćdziesięciolatka (który faktycznie był dwadzieścia lat starszy). Nie udało mi się dostrzec żadnego symptomu zestresowania. Zarazem ta osoba (jeśli polegać na mojej diagnostyce i przyjąć, że moje spostrzeżenia nie są pokłosiem projekcji lub innego błędu) była reprezentantem spektrum narcystyczno-psychopatycznego o wysokim stopniu skuteczności działania społecznego. Wydaje się też, że porównanie psychopatów do szachistów jest dobrą ilustracją. Zdarzało się, iż znane mi osoby o tendencjach narcystyczno-psychopatycznych mówiły o sobie jako o skutecznych szachistach, nadzwyczaj trafnie przewidujących i uprzedzających ruchy przeciwników. Ze sporą dozą zadowolenia informowały jak szybko orientują się kto jest kim (pionek czy figura) na życiowej szachownicy. Błyskawicznie i trafnie kalkulowały przydatność inicjowania i podtrzymywania interakcji.

¹⁴ A takie warunki sprzyjają udostępnianiu informacji o sobie, łącznie z tymi osobistymi lub wręcz sekretnymi. Osoby ze spektrum narcystyczno-psychopatycznego potrafią wywrzeć pozytywne pierwsze wrażenie, wręcz oczarować i uwieść. Słuchanemu zdaje się, że są empatyczne, a po niewczasie okazuje się, iż zetknął się ze sztuką pozwalającą zebrać informacje na jego temat, a następnie przeciwko niemu je wykorzystać.

¹⁵ Łac. *in + gratia* 'łaska', zob.: Ingracjacja. Definicje, <http://autoprezentacja.mozello.pl/taktyki-2/asertywne-taktyki/ingracjacja/>, data dostępu: 2018 04 12; Chlewiński Dżdzisław, 1985, Ingracjacja jako technika manipulacji obrazem siebie, *Seminare. Poszukiwania naukowe, Towarzystwo Naukowe Franciszka Salezego*, 7, s. 29-37, <http://yadda.icm.edu.pl/yadda/element/bwmeta1.element.desklight-91454dbc-cc8e-43cc-9696-5108a2ab1d76>, data dostępu: 2018 04 17.

Empatyczne słuchanie samo w sobie powoduje wzrost atrakcyjności słuchającego w oczach wysłuchiwanym. Wysłuchani odczuwają ulgę, wdzięczność i świadomie lub nie mogą poczuwać się do odwzajemnienia. Empatyczne odzwierciedlanie uczuć amplifikuje ten proces. Zawieszenie osądu, bezwzględne poszanowanie może być utożsamione z konformizowaniem z prezentowanymi opiniami. Jeśli nie pojawia się otwarta krytyka, a zamiast niej dominuje akceptacja, obserwator łatwo może uznać tego typu zachowanie za przejaw konformizmu. Zachowania takie mogą doprowadzić do zatarcia granic między repertuarem zachowań psychopatycznych, ingracją i rogersowskim stylem komunikacyjnym. Być może najistotniejsze rozróżnienie sprowadza się do motywacji. Jeśli jednak uznać, że rogersowski psychoterapeuta posługuje się wskazanymi technikami po to, by między innymi zarabiać pieniądze, to sprawa ulega dalszemu zagmatwaniu.

Jak się mają psychopatyczne predyspozycje do dialogu, konfliktów i innych procesów międzykulturowych? Im wyższy poziom psychopatii, tym większe prawdopodobieństwo afiliacji z takimi cechami, jak okrucieństwo, chciwość, prowokowanie chaosu i przemocy (z wojną włącznie) w celu sięgania po egoistyczne gratyfikacje. Współcześnie, w czasach prób podejmowania międzykulturowych porozumień i współpracy, zdaje się, że osobowości psychopatyczne nie są faworyzowane. Dialog międzykulturowy jest raczej facylitowany przez inne style charakterów i postawy. Rzecz w tym, że psychopaci bywają mistrzami autopromocji. Potrafią bezwzględnie konkurować o eksponowane stanowiska, które mają wpływ na ludzkie losy. Jeśli przyjąć, że psychopaci stanowią około 2 proc. populacji i jest to wskaźnik nieczuły na różnice rasowe i kulturowe, to nie sposób uniknąć kontaktu z tego typu ludźmi i ustrzec się przed ich manipulacjami. Mogą zatem prezentować się jako wybitni międzykulturowi moderatorzy, mediatorzy, wyśmienicie maskować deficyty emocjonalnej empatii, sprawiać wrażenie kompetentnych, troskliwych i wrażliwych, a w kluczowych sytuacjach podejmować działania *sensu stricto* egoistyczne, szkodzące innym. Moderacja komunikacji międzyludzkiej i międzykulturowej jest dla nich potencjalnym polem bezwzględnej eksploatacji, a nawet destrukcji. Nadal nie istnieją sprawne systemy zabezpieczające przed destrukcyjnymi wpływami wynikającymi z psychopatii. Dotąd żaden znany mi system społeczny nie stworzył procedur wykluczających takie style charakterologiczne z pozycji decydenckich najwyższych szczebli. Zarazem w pełni ukonstytuowany syndrom psychopatyczny (w każdym kontekście kulturowym) uniemożliwia autentyczne, etyczne i moralne praktykowanie rogersowskiego paradygmatu komunikacyjnego.

Międzykulturowe limitacje

Rogers (1993) obstawał przy swoich ustaleniach. Pozostał optymistą w kwestiach rozwiązywania konfliktów oraz budowania międzykulturowych porozumień. Podstawą jego optymizmu było między innymi założenie, że jeśli kulturowe różnice zostaną otwarcie wskazane i wyjaśnione, prawdziwe ja ujawnione, to dojdzie do spotkania międzyludzkiego pomimo zróżnicowania kulturowego. Zakładał, że wnikliwe obserwacje i wrażliwe budowanie relacji są szansą na transcendencję wpływów i ograniczeń kulturowych. Uważał, że gatunek ludzki łączy egzystencjalne nieuchronności, radości i rozterki, farsy i tragedie. Odmienności skryptów kulturowych nie są tak głębokie, jak podobieństwa wynikające z natury ludzkiej.

Czy Rogers miał rację w tym względzie? Antropologia kulturowa i dyscypliny pokrewne dostarczają informacji, które wskazują, że ludzie są w sporej mierze kontrolowani przez swoje kultury. Decydują one o tym, jak postrzegany jest świat, jakie działania są podejmowane, jaki uprawia się styl komunikacyjny (Zaharna, 1995). Ukontentowanie bądź stan napięcia i dyskomfortu są również uzależnione od kulturowej definicji dobrostanu, dystresu, od systemu wartości i hierarchii celów. W krytyce Rogersa pojawia się zarzut skupiania się na tu i teraz i ignorowania zewnętrznych, społecznych wpływów i ograniczeń. Wskazuje się, że jego sposób myślenia jest zakotwiczony w kulturze Zachodu, a uniwersalistyczne aspiracje są artefaktem. Na przykład Rogers podkreślał, że samorealizacja, rozwój osobisty to czynniki niezbędne w osiągnięciu mentalnego dobrostanu. A przecież emfaza indywidualizmu jest typowa dla społeczeństw euro-amerykańskich. Istnieją kultury, w których ważniejsza jest realizacja dążeń grupowych niż osobistych (MacDougall, 2002). W wielu krajach azjatyckich istotne decyzje nie są kwestią indywidualnego wyboru, w proces ten są zaangażowani najbliżsi krewni. Samodzielność jest w tym przypadku sprzeczna z kulturą i w większości okoliczności nie będzie cenionym sposobem działania. Amerykański badacz zaś nie akcentował potrzeby włączenia w terapię ważnej w danej kulturze sieci wsparcia. Skupiał się na indywidualnej pracy z klientem.

Jednakże w wielu przypadkach nie można lekceważyć kulturowego wymogu współpracy z rodziną, a nawet społecznością. Podkreślana przez niego kongruencja, autentyczność¹⁶ także może być zrelatywizowana kulturowo. Nie we wszystkich kulturach

¹⁶ Warto pamiętać, że Rogers uznał totalną kongruencję interpersonalną za „figurę niemożliwą”. Możemy tylko zbliżyć się do niej, ale w pełni jej nie osiągniemy z wielu względów. Niemodyfikowana w żaden sposób przejrzystość mogłaby być destruktywna. Codziennosc wymaga sporej inkongruencji (*incongruence*). Trzeba zakładać maski, ukrywać myśli i emocje. Socjalizacja w sporej mierze jest procesem uczenia się inkongruencji. Przejrzystość jako sposób bycia względem siebie i innych nie jest wcale łatwo dostępna, a dla niektórych, jak pokazują wcześniejsze rozważania, niedostępna.

subiektywne doświadczenia i wgląd są wysoko cenionymi stanami¹⁷. Empatyczne zrozumienie (wejście w osobisty świat drugiego człowieka) może być postrzegane jako inwazja i arogancja przez ludzi z kultur, w których zachowanie rezerwy, dystansu jest istotnym elementem interakcji z obcą osobą (Lustig, Koester, 1993). A przecież empatyczne zrozumienie jest niezwykłym, centralnym elementem opisanego stylu komunikacyjnego. Dystans i rezerwa są jego antytezą. Badania przeprowadzone wśród azjatyckich studentów wykazały, że postrzegali terapeutę jako bardziej empatycznego wtedy, kiedy brał pod uwagę rodzinne i społeczne wpływy niż kiedy skupiał się na ich osobistych emocjach i indywidualnych eksploracjach (MacDougall, 2002). Pokazuje to, że nawet jeśli empatyzowanie jest potrzebne, to nie zawsze jest trafnie aplikowane. Nieco z przekąsem można stwierdzić, że empatyczna niedyrektywność nie w każdej kulturze jest mile widziana. Indianie amerykańscy, Azjaci, Afroamerykanie czy Amerykanie latynoskiego pochodzenia mogą preferować dyrektywną formę terapii (Martin, Nakayama, 2010). Nie tylko osobom z zaburzeniami psychicznymi zdarza się odebrać niedyrektywność jako frustrującą, nieproduktywną, świadczącą o braku zaangażowania i chęci niesienia pomocy¹⁸ (Lustig, Koester, 1993). Niektórzy klienci mogą nie chcieć wyrażać emocji albo doświadczyć ich odzwierciedlenia. Powściągliwość w ekspresji emocjonalnej i zdolność znoszenia cierpienia w ciszy i samotności jest realną i pełnoprawną alternatywą.

Poszukując uniwersalnych technik ułatwiających międzykulturową komunikację, redukcję napięć i konstruktywne rozwiązywanie konfliktów, łatwo można zapomnieć, że osoby bardzo wrażliwe, zręcznie posługujące się empatią kognitywną i afektywną, zazwyczaj nabywają tego typu kompetencje w najbliższym otoczeniu na wczesnych etapach rozwojowych. Wynika z tego, że korzenie empatii wrastają (zazwyczaj) w grupę pierwotną, która ma określony charakter kulturowy. Mała grupa, nacechowana bliskością relacyjną, jest potencjalnie znakomitym środowiskiem do nabywania miękkich

¹⁷ Samoświadomość to predyspozycja mentalna tak dalece rozwinięta tylko przez człowieka. Jest jego unikalną cechą. Zarazem może zostać uznana za jego przekleństwo. Wyprowadza egzystencję z błogostanu, jakim jest brak samoświadomości, wzbudza niepokój, wewnętrzne rozterki, lęki i kryzysy (May, 1973, s. 84-87).

¹⁸ Niedyrektywne spotkanie terapeutyczne bywa ryzykowne, nawet kiedy jego uczestnicy przynależą do tej samej kultury, o czym przekonałem się uprawiając zawodowo psychoterapię. Podczas jednej z prowadzonych przeze mnie sesji klientka nawiązała do wcześniejszych doświadczeń. Wspominała życiowy kryzys. Znalazła się wtedy w tak trudnej sytuacji, że skorzystała ze wsparcia psychologa. Znałem terapeutę, z którym spotykała się, i wiedziałem, że jego ramą odniesienia jest podejście rogersowskie. Jej retrospekcje okazały się ilustracją terapeutycznego fiaska. Twierdziła, że obok niej siedział wtedy i uważnie słuchał ktoś, kogo reakcje zupełnie nie spełniały jej oczekiwań. Dostrzegala bezradność w kimś, po kim spodziewała się konkretnej, szybkiej i skutecznej interwencji. Liczyła na hospitalizację i pomoc farmakologiczną. Doświadczenie empatycznego słuchania wywoływało u niej frustrację i poczucie zawodu. Oceniała terapeutę jako niekompetentnego. Ja zaś postrzegałem krytykowanego psychologa jako bardzo kompetentnego. Relacja klientki wzbudziła we mnie pokorę względem złożoności interakcji międzyludzkich, szczególnie tych dziejących się w procesie psychoterapii. Uświadomiła mi, że możliwy jest drastyczny rozdźwięk pomiędzy intencją terapeuty a odczuciem klienta.

umiejętności interpersonalnych, ale zarazem ogranicza ich zakres z powodu specyficznego zakorzenienia kulturowego. Jej członkowie mogą z łatwością dostrzegać subtelne sygnały i reagować na nie, gdy są one wysyłane przez swoich, ale mechanizm ten może zawieść w przypadku obcych. Zdaniem Judith Martin i Thomasa Nakayamy (2010) empatia, jak inne techniki komunikacyjne, jest (powtórzmy raz jeszcze) zakotwiczona w specyficznej kulturze. Według nich nie jesteśmy w stanie zobaczyć świata oczami innego człowieka bez wiedzy dotyczącej jego życiowej ścieżki. „Empatia nie jest w stanie przekroczyć kulturowych ograniczeń, nie ma magicznej mocy pokonywania różnic wynikających z osobowości i pochodzenia” (Martin, Nakayama, 2010, s. 319). Przyjmując taki punkt widzenia łatwo podważyć kluczowe założenie Rogersa mówiące o tym, że empatia jest głównym i uniwersalnym narzędziem budowania porozumienia międzykulturowego.

David Augsburger, bardziej optymistycznie myśli o empatyzowaniu, zarazem wprowadzając rozróżnienie na empatię i interpatię¹⁹. Ta druga jest w pewnym sensie bardziej zaawansowana (*advanced*) od pierwszej:

Empatia jest intencjonalną odpowiedzią na uczucia innej osoby, opartą na dostrzeganej różnicy pomiędzy obserwowującym i obserwowanym. W empatii, czyli w procesie współodczuwania (*feeling with*) z drugą osobą, osiąganym dzięki uważnemu słuchaniu, projekcyjnej identyfikacji i aktywnej imaginacji, dochodzi do przetransponowania świadomego doświadczenia jednej osoby w świadomość drugiej. **Moje doświadczenie jest ramą, twój ból jest obrazem** [...] interpatia jest intencjonalnym, kognitywnym i afektywnym wyobrażeniem myśli i emocji kogoś w pełni oddzielonego, odseparowanego. Wyobrażenia dotyczą innego rzeczywistego świata – innej kultury, światopoglądu i epistemologii. W interpatii proces rozumienia i współodczuwania (*feeling with*) wymaga, by tymczasowo wierzyć w to, w co wierzy ktoś inny, widzieć to, co ta osoba widzi, cenić to, co ta osoba ceni. **Twoje doświadczenie staje się i ramą, i obrazem** (Augsburger, 2014, s. 16; tłumaczenie własne, podkr. oryg.).

Zdaniem Augsburgera interpatyczne przekraczanie granic jest ryzykowne, oznacza bowiem wejście w zupełnie inny świat, kontrastujący ze znanym, stanowiący wyzwanie dla podstawowych założeń i znaczeń. W praktykowaniu interpatii potrzebna jest chęć wyjścia poza zaabsorbowanie samym sobą²⁰. Wydaje się, że interpatia różni się od rozumianej po rogersowsku empatii między innymi tym, że czasowo znika dystans

¹⁹ Augsburger nawiązuje także do sympatii (rozdzielając ją od empatii i interpatii), którą określa jako: „afektywną reakcję na uczucia innej osoby doświadczaną na podstawie dostrzeganego podobieństwa, solidarności pomiędzy obserwatorem i obserwowanym. W sympatii proces współodczuwania (*feeling with*) jest zogniskowany na uświadamianiu sobie własnego przeżycia podobnych zdarzeń lub cierpienia. **Moje doświadczenie jest i ramą i obrazem**” (Augsburger, 2014, s. 16).

²⁰ A to znów przypomina, że jest to sposób bycia nieosiągalny dla osoby narcystycznej i psychopatycznej.

międzyosobowy²¹. Interpatyzujący świadomie podejmuje próbę chwilowego stania się kimś innym, przejęcia jego tożsamości i świadomości. Tego typu mentalne zabiegi zdają się zbliżać do procesów psychotycznych.

Innym terminem, który można spotkać w literaturze, jest transpekcja (transpection). Martin i Nakayama (2010) napisali, że osiągnąć stan transpekcji, to widzieć świat tak, jak go widzi inna osoba. Wiąże się to z uczeniem się innego systemu wierzeń, założeń, perspektyw i reakcji emocjonalnych. Stan ten nie jest łatwy do osiągnięcia, wymaga zbierania doświadczeń, informacji i korzystania z nich w refleksyjny sposób (Martin, Nakayama, 2010, s. 320).

Istnieje wiele czynników blokujących sympatię, empatię, interpatię czy transpekcję. Chcę w tym momencie wskazać jeden z nich – antypatię. Antypatyczne podejście do drugiego człowieka zazwyczaj wyklucza podejście empatyczne. Kiedy darzymy kogoś sympatią, wtedy łatwiej jest nam słuchać jego wypowiedzi, przyjmować jego perspektywę. To może być proces naturalny, spontaniczny. Jest nadzwyczaj trudno słuchać empatycznie osoby wzbudzające awersję. Czynnikiem aktywizującym taki stan emocjonalny mogą być różnice między partnerami interakcji. Podczas spotkań międzykulturowych łatwo o antypatię, bo odmienności bywają kolosalne. Inni inaczej wyglądają, inaczej pachną, patrzą, siedzą, jedzą, inaczej żyją. Z łatwością mogą aktywizować trudne do przełamania reakcje, takie jak: niechęć, unikanie, zniesmaczenie wręcz antypatię.

Na zakończenie spójrzmy na jeszcze inne różnice sprawiające, że spotkania międzykulturowe mogą nie być łatwe²². Pamiętajmy jednak, że wskazane są tu pewne generalne tendencje. Euro-amerykanie preferują otwartość w komunikacji. Od rozmówcy dość często oczekują mówienia wprost, choćby to wywoływało negatywne emocje, dyskomfort u odbiorcy. Sytuacja odwrotna – pośrednie informowanie – jest o wiele częściej negatywnie postrzegana. Uznaje się ją za objaw nieszczerości. W krajach azjatyckich takich, jak Japonia, Korea, Tajlandia lub Chiny inaczej rozumie się zachowanie twarzy i utrzymanie harmonii podczas interakcji. Konfrontacja, wyrażenie złości itd. mogłyby mieć katastrofalne skutki relacyjne (Martin, Nakayama 2010). Filipińczykom nie wypada wprost odmówić czyimś prośbom, dlatego mogą wyrazić na nie zgodę (ulegając swojej kulturowej konwencji), zarazem nie mając rzeczywistej intencji ich spełnienia. Wypowiedziana deklaracja jest tylko figurą retoryczną. Europejczyk czuje się w takiej sytuacji zaskoczony i sfrustrowany (Lustig, Koester, 1993, s. 123).

²¹ As if – to termin używany przez Rogersa dla podkreślania braku fuzji, zaniku indywidualnej tożsamości.

²² Banalnym czynnikiem utrudniającym międzykulturowe zrozumienie jest bariera językowa. Jest to jednak przeszkoda ogromna. Podejmowane przez mnie próby uprawiania diagnostyki psychologicznej i psychoterapii w obcym języku lub z udziałem tłumacza okazywały się być nie lada wyzwaniem. Zagadnienie to jest tak złożone i rozległe, że nie będzie podjęte w ramach tego artykułu.

Rogers podkreślał znaczenie tu i teraz, twarzą w twarz. W jego podejściu akcentowane jest dostrajanie, które dzieje się w bezpośrednim kontakcie. Pojawiające się podczas niego unikalne jakości relacyjne, to potencjalnie okazje do zmian schematów myślenia i działania. Użyteczna jest tu metafora korektora współpracującego ze stereofonicznym odtwarzaczem – słuchacz, przemieszczając suwaki, modyfikuje odtwarzane dźwięki tak, by ich odsłuch był najlepszy albo najbardziej mu odpowiadający. Najbardziej odpowiadający nie jest tożsamy z najlepszy. Niektórym słuchaczom odpowiadają przesterowania przez innych uznane za niepożądane zniekształcenia. Subiektywizm wrażeń odgrywa w tej kwestii istotną rolę. W procesie terapeutycznym margines subiektywizmu jest także bardzo szeroki. W kontekście tych rozważań najważniejsze jest to, że korektor najskuteczniej modyfikuje tu i teraz i robi to własnoręcznie (a nie przy pomocy pośredników). Takie działanie bywa odbierane jako niestosowne. Tak dzieje się w kulturach, w których informacje nie zawsze są przekazywane twarzą w twarz. Przykładem jest Swaziland, gdzie korzysta się z pośredników w procesie rozwiązywania konfliktów (Lustig, Koester, 1993, s. 124).

Autoetnograficzne zakończenie

Wykonując zawód psychologa klinicznego/psychoterapeuty zastanawiałem się w jaki sposób i na ile skutecznie mogę pomagać ludziom. Dylematy z tym związane nasilały trudności wynikające z różnic kulturowych. Obecnie jestem zdecydowanie bardziej świadomy czynników społecznych i kulturowych wpływających na przebieg interakcji. O wiele bardziej sympatyzuję z podejściem socjo-psychologicznym. Zajęcia ze studentami, między innymi obcokrajowcami, uświadomiły mi zakres różnicowań niegdyś przeze mnie niedocenianych, minimalizowanych czy wręcz ignorowanych. Skumulowane doświadczenia lat funkcjonowania w wielokulturowych społeczeństwach, lektur teoretycznych i dyskusji uwrażliwiły mnie na wszechobecny i bardzo wpływowy kontekst kulturowy. Wymusiły refleksje na temat niegdyś spotkań terapeutycznych. Gdybym wrócił do terapii z klientami o zróżnicowanych afiliacjach kulturowych, prawdopodobnie więcej czasu poświęciłbym na zdobycie informacji o ich specyfice²³. Nie mam niegdyś pewności, że podejście Rogersa jest w stanie przełamać bariery, otwierać kanały swobodnego przepływu kulturowych różnorodności. Zarazem nadal wydaje się, że stwarza ku temu warunki dogodne albo najlepsze z dostępnych. Ludziom

²³ Paradoksalnie takie podejście jest również ryzykowne, bowiem opisy określonej kultury mogą być błędne, obciążone metodologicznymi uchybieniami i stereotypami. Na dodatek próby opisanie jakiegokolwiek kultury, subkultury, populacji dzieją się kosztem spływania lub zatracania różnic indywidualnych. Rogers podkreślał idiosynkretyczny charakter istoty ludzkiej, odnajdywanie tego, co niepowtarzalne w sobie i innych było dla niego jednym z najważniejszych celów.

nie udało się jak dotąd wypracować innych sposobów wzajemnego zrozumienia, jak te oparte na żmudnym, energochłonnym procesie empatycznego i interpatycznego współbycia. Być może kiedyś pojawią się sposoby, wyrafinowane techniki, może nawet powstaną urządzenia²⁴, które będą zdolne do przesyłania informacji koniecznych do wytworzenia pełnego, wzajemnego zrozumienia. Póki co jesteśmy zdani na wzajemne, wrażliwe słuchanie.

Mimo świadomości złożoności komunikacji uwikłanej w różnice rasowe, religijne, polityczne itd. nadal jestem umiarkowanie optymistyczny i zakładam, że styl interpersonalnych spotkań jest warunkiem budowania międzykulturowego wzajemnego zrozumienia, psychicznego wsparcia i każdej próby bliższego, koncyliacyjnego kontaktu międzyludzkiego. Styl ten powinien bazować na wzajemnym szacunku, uważnym wsłuchaniu we własne myśli i emocje oraz empatycznym nastawieniu do komunikatów nadawanych przez innych, ostrożności w osądach, wysokiej refleksyjności, akceptacji inności i umiejętności relatywizacji poglądów, tolerancji ambiwalencji, wyjściu poza etnocentryzm, narcyzm.

Współcześnie dość często uznaje się za istotne dostosowanie podejścia terapeutycznego (techniki terapeutycznej, stylu budowania relacji i wspierania), strategii mediacyjnej do unikalnych potrzeb danego klienta, a kluczem do tego również zdaje się być sensytywna eksploracja psychicznego uniwersum bliźniego. Wydaje się to możliwe w klimacie konwersacyjnym o niskiej obronności i wysokim poziomie empatii i interpatii. Wtedy powstają okoliczności do zapoznania się z najbardziej subtelными aspektami egzystencji innej istoty ludzkiej. Podczas takiego spotkania można zgłębić i zrozumieć najbardziej nietypowe interpretacje świata. To sposób na zrozumienie innego, który w pewnym sensie jest zawsze dewiantem, bo w wewnętrznym świecie, mniej lub bardziej, zbacza z mojej ścieżki, odbiega od tego, co normalne i oczywiste dla mnie, niekiedy dosłownie dokonuje perwersji – odwraca mój porządek rzeczy, stawia moją, oczywistą codzienność na głowie, co często wywołuje poczucie zagubienia, oburzenia i odrzucenia.

Puenta

Puenta powinna być dowcipna, celna, może zaskoczyć lub wręcz odwrócić wcześniejsze sformułowania użyte w wypowiedzi, tekście itp. Rygor artykułu naukowego nie ceni dowcipu, nakazuje by wątki układać w konsekwentną, spójną całość, w której brak

²⁴ Mam na myśli urządzenia przesyłające interpersonalnie dane w sposób, który obecnie jest jeszcze niemożliwy i mieści się w obrębie rozważań typu *fiction* a nie *science*. Postępy w neuronauce stanowią dobrą pożywkę do rozważań o nowych (ilościowo i jakościowo) sposobach komunikacji, które przekraczają współczesne ograniczenia. Jednym z wielu naukowych źródeł tego typu informacji jest książka Davida Eaglemana zatytułowana *Mózg. Opowieść o nas* (2018).

miejsca na zaskoczenie, odwrócenie wcześniej tworzonego porządku. Pozwolę sobie jednak na odrobinę ryzyka i namiastkę puenty. Nawiążę do założenia, że każde spotkanie międzyludzkie jest spotkaniem międzykulturowym (Patterson, 1996). Zróżnicowania międzyosobowe w obrębie homogenicznej kultury mogą przerastać rozbieżności i kontrasty odmiennych ras, religii i etnicznych przynależności. Nie ma jak dotąd lepszej recepty na próby porozumienia się z kimkolwiek, jak okazanie szacunku, stosowna kongruencja i podjęcie wysiłków zmierzających do empatycznego zrozumienia. Próby opracowywania coraz to nowych podejść bazujących na założeniu, że ludzie z różnych stron świata są od siebie bardziej różni niż podobni, generują mnogość technik ignorujących lub kamuflujących fakt, że najważniejsze jest porozumienie oparte na wytworzeniu empatycznej relacji międzyludzkiej, bo właśnie ona daje szansę doznania poczucia bliskości, współycia i podobieństwa, które łączy, a nie dzieli. A to jest kwintesencją koncepcji Rogersa.

Bibliografia

- Augsburger, D. (2014). *Interpathy Re-envisioned: Reflecting on Observed Practice of Mutuality by Counselors who Muddle along Cultural Boundaries or are Thrown into a Wholly Strange Location*. *Reflective Practice: Formation and Supervision in Ministry* [dostęp 11.04.2018]. Dostępny w Internecie <http://journals.sfu.ca/rpfs/index.php/rpfs/article/view/File/320/314>.
- Banaszak, E., Florkowski, R. (2014a). Rogerian style of interpersonal communication. Why it is not so simple?. *International Journal of Speech & Language Pathology and Audiology* 2(1), 40-50.
- Banaszak, E., Florkowski, R. (2014b). Od konfliktu do współpracy. Rogeriański styl facylitacji konfliktów oraz kilka przeszkód w jego implementacji. W: M. Plucińska (red.), *Rozwiązywanie sytuacji konfliktowych w wymiarze jednostkowym i społecznym* (s. 237-248). Poznań: Wydawnictwo Naukowe Wydziału Nauk Społecznych UAM.
- Chlewiński, Z. (1985). Ingracjacja jako technika manipulacji obrazem siebie. *Seminare. Poszukiwania naukowe*, 7, 29-37 [dostęp 17.04.2018]. Dostępny w Internecie <http://yadda.icm.edu.pl/yadda/element/bwmeta1.element.desklight-91454dbc-cc8e-43ec9696-5108a2ab1d76>.
- Colman, A. (2009). *Słownik psychologii*. Warszawa: PWN.
- Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (2013). American Psychiatric Publishin.
- Eagleman, D. (2018). *Mózg. Opowieść o nas*. Tłum. A. Wojciechowski. Poznań: Zysk i S-ka.
- Fallon, J. (2017). *Mózg psychopaty. Intrygujące spojrzenie na ciemną stronę umysłu*. Tłum. A. Sawicka – Chrapkowicz. Sopot: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.

- Farber, B. A., Doolin, E. M. (2011). Psychotherapy. *American Psychological Association* 48(1), 58-64 [dostęp: 12.04.2016]. Dostępny w Internecie <http://psycnet.apa.org/journals/pst/48/1/>.
- Florkowski, R. (2017). Person-Centered Approach and Rehabilitation. Case of Power Struggle Between Paradigms: Medical vs Rogerian. W: E. Silva, C. Pais, & L. S. Pais (eds.), *Teaching Crossroads: 12th IPB Erasmus Week* (s. 81-98). Bragança: Instituto Politecnico de Bragança.
- Frankl, V. E. (1970). *Psychotherapy and Existentialism. Selected papers on logotherapy*. London: Souvenir Press Ltd.
- Ingracjacja. Definicje. [dostęp: 12.04.2018]. Dostępny w Internecie: <http://autoprezentacja.mozello.pl/taktyki-2/asertywne-taktyki/ingracjacja/>.
- Kacperczyk, A. (2014). Autoetnografia – technika, metoda, nowy paradygmat? O metodologicznym statusie autoetnografii. *Przegląd Socjologii Jakościowej* 10(3), 32-74 [dostęp 15.06.2018]. Dostępny w Internecie: www.przegladsocjologiijakosciowej.org.
- Kirschenbaum, H., Land Henderson, V. (eds.) (1989a). *Carl Rogers: Dialogs. Conversations with Martin Buber, Paul Tillich, B. F. Skinner, Gregory Bateson, Michael Polanyi, Rollo May and Others*. Boston: Houghton Mifflin Company.
- Kirschenbaum, H., Land Henderson, V. (eds.) (1989b). *Carl Rogers Reader*. Boston: Houghton Mifflin Company.
- Lustig, M. W., Koester, J. (1993). *Intercultural Competence. Interpersonal Communication Across Cultures*. New York: Harpercollins College Div.
- MacDougall, C. (2002). Rogers's Person-Centered Approach: Consideration for Use in Multicultural Counseling. *Journal of Humanistic Psychology* 42(2), 48-65.
- Martin, J. N., Nakayama, T. K. (2010). *Intercultural Communication in Context*. New York: McGraw-Hill Higher Education.
- May, R. (1973). *Man's search for himself*. New York: W. W. Norton & Co.
- May, R. (1995). *O istocie człowieka. Szkice z psychologii egzystencjalnej*. Tłum. M. Moryń, Z. Wiese. Poznań: Rebis.
- Moriguchi, Y., Decety, J., Ohnishi, T., Maeda, M., Mori, T., Nemoto, K., Matsuda, H., i Komaki, G. (2007). Empathy and Judging Other's Pain: An fMRI Study of Alexithymia. *Cerebral Cortex* 17(9), 2223-2234 [dostęp 06.09.2016]. Dostępny w Internecie <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17150987>.
- Patterson, C. H. (1996). Multicultural Counseling: from Diversity to Universality. *Journal of Counseling and Development*, 74, 227-231 [dostęp 22. 09. 2018]. Dostępny w Internecie <http://s16138924.onlinehome-server.com/students/courses/sc606/DO-WE-NEED-MULTICULTURAL-COUNSELING-COMPETENCIES.pdf>.

- Rasoal, Ch., Eklund, J., i Hansen, E. M. (2011). Toward a conceptualization of ethnocultural empathy. *Journal of Social, Evolutionary and Cultural Psychology* 5(1), 1-13.
- Rogers, C. R. (1969). *Freedom to learn*. Columbus: Charles E. Merrill Publishing Company.
- Rogers, C. R. (1993). *On becoming a Person. A Therapist's View of psychotherapy*. London: Constable and Company Ltd.
- Rogers, C. R., Stevens, B. (1994). *Person to Person. The Problem of Being Human*. London: Souvenir Press (Educational & Academic) Ltd.
- Scollon, R., Wong Scollon, S. (1999). *Intercultural Communication. A Discourse Approach*. Oxford: Blackwell Publishers.
- Zaharna, R. S. (1995). Understanding Cultural Preferences of Arab Communication Patterns. *Public Relations Review* 21(3), 241-255.

Cytowanie:

- Florkowski Robert (2018) *Paradygmat Carla Ransoma Rogersa w międzykulturowej perspektywie*. „Fabrica Societatis”, No. 1/2018, s. 148-169 [dostęp: dzień, miesiąc, rok]. Dostępny w Internecie: www.fabricsocietatis.uni.wroc.pl, DOI: 10.34616/fs.18.1.148.169.