

życia w społeczeństwie pluralistycznym, w demokracji. Powiedział: „Czas próby polskich sumień trwa”. „Czy może historia płynąć przeciwko prądowi sumień? – pytał. Za jaką cenę może? Właśnie, za jaką cenę? Tą ceną są, niestety, głębokie rany w tkance moralnej narodu, a przede wszystkim w duszach Polaków, które jeszcze się nie zabiłiły, które jeszcze długo trzeba będzie leczyć.” System wychowawczy nie może być narzucony z góry. To prawda zbyt oczywista i dlatego usiłuje się go tworzyć. Ale wspólnie znaleźć trzeba

i określić istotne, podstawowe elementy tego systemu. Uznać za niepodważalne stwierdzenie, że praca wychowawcza nie może być określana koniunkturalnymi sytuacjami w społeczeństwie, nie może być określana codziennymi zdarzeniami w życiu społecznym czy gospodarczym, ale musi, nawiązując do realiów życia, czerpać swoje siły z trwałego systemu wartości, mającego mocniejsze oparcie i pełniejszą perspektywę życia. To wszystko podkreśla istotną wagę formacji katechetów dla rozwoju człowieka.

Ks. prof. dr hab. Marian Włosiński – Wyższa Szkoła Humanistyczno-Ekonomiczna we Wrocławku.

ks. Marek Dziewiecki

Integralna formacja katechetów

Wstęp

Zadaniem każdego katechety jest wypełnianie dwóch funkcji: funkcji nauczyciela oraz funkcji wychowawcy. Katecheta to ktoś, kto nie tylko przekazuje określone treści wiary, ale ktoś, kto przyprowadza wychowanków do Chrystusa. Katecheta to ktoś, kto uczy wychowanków myśleć i kochać, jak Chrystus. W związku z tym przygotowanie zawodowe i osobista formacja katechetów nie może się ograniczać do zdobycia samej tylko wiedzy teologicznej. Konieczne jest tu także odpowiednie przygotowanie dydaktyczne oraz psychopedagogiczne. Katecheta powinien dysponować szeroką gamą kompetencji w tym względzie. Powinien m.in. posiadać dobrą znajomość różnych technik przekazu wiedzy, w tym metod aktywizujących. Powinien

znać i respektować fazy rozwoju intelektualnego i emocjonalnego wychowanków. Powinien dobierać język i argumenty w sposób dostosowany do możliwości percepcyjnych uczniów w danej grupie wiekowej. Konieczne jest także rozumienie dynamiki grupy oraz umiejętność budowania harmonijnych więzi w gronie wychowawców.

Nie jest możliwe opisanie w jednym artykule wszystkich kompetencji, którymi powinien dysponować katecheta, by owocnie ewangelizować swoich wychowanków poprzez katechezę i inne spotkania formacyjne. Z tego względu w niniejszej refleksji pragnę skupić się na tych kompetencjach, które wydają mi się w tym kontekście najważniejsze. Chodzi tu w szczególności o zdolność katechety do rozumienia całego wychowanka oraz o prawidłowe opanowanie przez katechetę

zasad komunikacji wychowawczej. Katecheta, który rozumie wychowanka w jego wszystkich uwarunkowaniach wewnętrznych i zewnętrznych oraz który potrafi nawiązać z nim pogłębiony dialog wychowawczy, ma wszelkie szanse, by owocnie wypełniać swoje zadania katechetyczne i by skutecznie przyprowadzać katechizowanych do Chrystusa.

1. Integralne rozumienie wychowanka

Katecheza może stać się rzeczywistym miejscem ewangelizacji jedynie wtedy, gdy dany katecheta rozumie wychowanka w sposób realistyczny i całościowy, gdy potrafi uwzględnić wszystkie jego uwarunkowania wewnętrzne i zewnętrzne, gdy w sposób realistyczny widzi jego szanse i ograniczenia. Niestety dominujące trendy we współczesnej psychologii i pedagogice opierają się na zawężonej i naiwnej wizji człowieka. W tej sytuacji uczestnicząc w szkoleniach z zakresu psychologii czy pedagogiki, albo czytając publikacje na ten temat, katecheta powinien mieć zdolność krytycznego korzystania z dorobku tych nauk oraz zdolność konfrontowania ich założeń i wskazań wychowawczych z integralną i realistyczną koncepcją człowieka.

Oddziaływanie ewangelizacyjne w ramach katechezy staje się możliwe i owocne jedynie wtedy, gdy katecheta opiera swoją pracę wychowawczą na antropologii biblijnej. Pismo Święte ukazuje człowieka jako osobę. Być osobą to być kim świadomym samego siebie i własnego powołania. To żyć w sposób wolny i odpowiedzialny. To coraz lepiej poznawać oraz coraz dojrzej kochać siebie i inne osoby: Boga i ludzi. Z drugiej strony antropologia biblijna odsłania fakt, że być człowiekiem to być kimś zagrożonym w swoim rozwoju i szczęściu. Po grzechu pierworodnym łatwiej jest bowiem człowiekowi czynić zło, którego nie chce, niż dobro, którego pragnie. Człowiek jest zagrożony negatywnym wpływem

środowiska, a także wewnętrznymi konfliktami i słabościami, grzechem, naiwnością, ignorancją, zawężeniem pragnień i aspiracji, zniekształceniem hierarchii wartości, uzależnieniem od ludzi, rzeczy czy substancji chemicznych.

Człowiek jest kimś jedynym na tej ziemi, kto może skrzywdzić nie tylko innych ludzi, ale nawet samego siebie. Nie czyni tego żadne zwierzę. Zwierzęta są bowiem zaprogramowane przez instynkty i popędy. Człowiek natomiast określa jakość swojego życia poprzez decyzje, które podejmuje. Będąc ograniczonym w swojej świadomości i wolności, ryzykuje, że będzie podejmować decyzje błędne i szkodliwe. W tej sytuacji człowiek potrzebuje Zbawiciela, aby stać się kimś nowym i świętym, aby żyć w miłości, wolności i świętości. Człowiek potrzebuje też – zwłaszcza w wieku rozwojowym – wychowawców oraz określone wspólnoty formacyjne (rodzina, parafia, szkoła, grupy formacyjne), aby przezwyciężyć zagrożenia oraz rozwinąć swoje pozytywne możliwości. Realizm antropologiczny i wychowawczy wymaga porzucenia raz na zawsze humanistycznych iluzji o spontanicznym samorozwoju wychowanka. Katecheta dysponujący odpowiednim przygotowaniem antropologicznym, okazuje się czasem jedynym wychowawcą w gronie nauczycieli danej szkoły, który ma szansę rozumieć wychowanka w sposób całościowy i realistyczny.

2. Główne sfery weryfikacji integralnego i realistycznego rozumienia wychowanka

Twórcy każdego systemu pedagogicznego czy psychologicznego są przekonani, że swoje postulaty wychowawcze opierają na prawidłowym rozumieniu wychowanka. Nie można jednak poprzestawać tutaj na subiektywnych deklaracjach czy przekonaniach danego autora czy danego systemu wychowawczego. Jest bowiem

możliwa obiektywna weryfikacja antropologii, do której odwołuje się dany system wychowawczy. Sądzę, że stopień integralności i realizmu w patrzeniu na wychowanka można najłatwiej zweryfikować, analizując sposoby interpretowania oraz formowania ludzkiej cielesności, a także sfery intelektualnej, emocjonalnej i religijnej. Antropologiczna formacja katechetów powinna być na tyle szczegółowa, by katecheta dysponował pogłębioną znajomością wychowanka w tych właśnie sferach.

Postawa wobec cielesności

Jedną z istotnych kompetencji katechety powinno być pogłębione, biblijne rozumienie ludzkiej cielesności. Po grzechu pierworodnym wszyscy ludzie, chociaż w różnym stopniu, przeżywają trudności w zrozumieniu sensu swojego ciała i w odpowiedzialnym kierowaniu własną cielesnością. Nie jest sprawą przypadku, że pierwszą konsekwencją tamtego grzechu było zaniepokojenie się człowieka własną sytuacją cielesną. Adam powiedział do szukającego go Boga: „Usłyszałem Twój głos w ogrodzie, przestraszyłem się, bo jestem nagi, i ukryłem się” (Rdz 3,10). Zajęcie dojrzałej postawy wobec ciała jest w tej sytuacji trudnym zadaniem. W sposób spontaniczny grożą nam postawy skrajne i zaburzone. Największym błędem jest sytuacja, w której dany człowiek redukuje całe swoje bogactwo jedynie do sfery cielesnej. W konsekwencji wierzy, że do szczęścia wystarczy mu ciało i cielesna jedynie satysfakcja. Staje się niewolnikiem ciała. Niewolnikiem apetytu, popędów, lenistwa czy wygodnictwa. Czyni wtedy jedynie to, czego chce jego ciało. Uleganie dyktaturze ciała mści się jednak na człowieku. Prowadzi do zaburzeń psychicznych, do niepokojów sumienia, do bolesnych rozczarowań i dramatycznych napięć w relacjach międzyludzkich. Za cenę doraźnej przyjemności człowiek zniewolony

ciałem płaci najwyższą cenę: cenę cierpienia, konfliktów i krzywd. Drugą skrajnością jest ucieczka od ciała, lęk wobec własnej cielesności, traktowanie ciała jako elementu z natury złego i obcego. Prowadzi to do wrogości i pogardy wobec własnego ciała, aż do różnych form fizycznego krzywdzenia własnego ciała (np. anoreksja).

Dojrzałe kierowanie własną cielesnością wymaga najpierw odkrycia sensu ludzkiego ciała. Wcielenie Syna Bożego rzuca pełne światło na tę tajemnicę. Stwórca obdarzył nas cielesnością nie po to, byśmy się jej podporządkowali lub byśmy od niej uciekali, lecz po to, byśmy dzięki ciału mogli wyrażać miłość. Byśmy mogli – tak, jak Chrystus – kochać miłością widzialną, czyli wcieloną w konkretne słowa i czyny.

Najbardziej wymownym przykładem miłości wcielonej jest miłość macierzyńska. Stając się matką, kobieta ofiarowuje kawałek swojego ciała i część swojej krwi, aby obdarzyć życiem i miłością rodzące się dziecko. A potem do końca życia potrafi ofiarować swe siły, zdrowie i czas, aby jej dziecko czuło się kochane i aby mogło się rozwijać. Istnieją trzy podstawowe sposoby okazywania miłości za pośrednictwem ciała. Te trzy sposoby to: fizyczna obecność, mądra pracowitość oraz odpowiedzialna czułość, dostosowana do rodzaju więzi międzyludzkich oraz do potrzeb drugiego człowieka.

Zajęcie dojrzałej postawy wobec własnej cielesności wymaga nie tylko odkrycia sensu ludzkiego ciała oraz nauczania się pracowitej i czułej obecności w życiu tych, których kochamy. Wymaga także nauczania się szacunku dla cielesności człowieka. Skoro moja cielesność jest mi potrzebna po to, bym mógł kochać, to ciało nie jest czymś zbędnym, ani drugorzędnym. Jest czymś cennym. Koniecznym przejawem szacunku wobec cielesności jest troska o ciało, troska o zdrowie fizyczne, o prawidłowe odżywianie, o właściwy tryb życia.

Minimum tej troski wyraża się w respektowaniu zasady: nie zabijaj i nie krzywdź ciała. Można w tej dziedzinie podać bardzo konkretne wskazania, np.: nie pal nigdy papierosów, nigdy nie sięgaj po narkotyki, nie pij alkoholu w wieku rozwojowym, nie nadużywaj alkoholu w wieku dorosłym. Nie sięgaj po żadne substancje chemiczne, które niszczą równowagę hormonalną i zdrowie twego organizmu (np. tabletki antykoncepcyjne czy odchudzające).

Właściwa postawa wobec cielesności wymaga spełnienia jeszcze jednego warunku. Warunkiem tym jest zachowanie dyscypliny i czujności wobec własnego ciała. Dojrzały człowiek troszczy się o dobre zdrowie i sprawność fizyczną nie po to, by podporządkować się własnej cielesności, lecz po to, by jego ciało stało się zdolne do wyrażania miłości. Dojrzały człowiek to ktoś, kto jest panem własnej cielesności. To ktoś, kto swoją cielesnością wyraża miłość i odpowiedzialność. To ktoś, kto za pomocą własnej cielesności potrafi wyrażać wartości oraz budować więzi, które nie mieszczą się w logice ciała. Formowanie tego typu postawy wobec ludzkiej cielesności stanowi istotne zadanie katechety jako chrześcijańskiego wychowawcy w służbie Ewangelii.

Postawa wobec myślenia

Katecheta powinien dysponować pogłębioną znajomością funkcjonowania ludzkiej sfery myślenia. Ewangelizacyjna funkcja katechezy oznacza bowiem między innymi pomaganie katechizowanym, by uczyli się myśleć jak Chrystus. Wychowankom grozi sytuacja, w której będą używali zdolności myślenia nie po to, by szukać prawdy, która wyzwala, lecz po to, by oszukiwać samych siebie, by uciekać

od obiektywnych prawd i żyć w świecie subiektywnych iluzji. Do tego stanu rzeczy przyczynia się niestety moda obecnie psychologia i pedagogika humanistyczna w wersji laickiej, która promuje kult subiektywnego myślenia, kult logiki prywatnej. Przedstawiciele tego kierunku sugerują, że to nie określone zachowania czy więzi międzyludzkie decydują o naszym losie, lecz wyłącznie nasze sposoby myślenia. Ludzkiemu umysłowi przypisywana jest moc stwarzania rzeczywistości.

Dla humanistów inspirowanych poglądami C. Rogersa kryterium dojrzałości jest „pozytywne myślenie”, bo ono wprowadza nas w świat miłego nastroju i buduje pozytywną przyszłość. W ten sposób humaniści laicy odrywają ludzkie myślenie od całościowej sytuacji człowieka, a także od obiektywnej rzeczywistości, w której on żyje. Tego typu naiwne interpretowanie roli ludzkiego umysłu trafnie opisuje jeden z amerykańskich autorów. Zauważa on, że *„literatura z zakresu psychologii popularnej to prawie wyłącznie literatura dotycząca pozytywnego myślenia, posuniętego do skrajności. Przeczytajcie kilka tytułów z dziedziny psychologii popularnej, a przekonacie się, jakie cuda są możliwe. Czy chciałbyś się wyleczyć z raka? Zapobiegać katastrofom lotniczym? Żyć wiecznie? Wszystko to, jak się dowiecie, można osiągnąć siłą umysłu”*.¹ Ten sam autor zauważa, że *„nasze społeczeństwo jest prawie przekonane o wyższości rzeczywistości subiektywnej nad obiektywną. Zwróćmy uwagę na to nieustanne paplanie o dochodzeniu do własnej prawdy i nienarzucaniu innym swoich wartości, jak gdyby prawda i wartości były czysto osobistymi wytworami, nie mającymi nic wspólnego z tym, co znajduje się poza nami. Uważa się dziś, że prawda to coś, dzięki czemu czujemy się lepiej”*.²

¹ W. Kilpatrick, *Psychologiczne uwiedzenie*, Poznań 1997, s. 51.

² Tamże, s. 53-54.

Charakterystycznym przykładem odrywania ludzkiego myślenia od obiektywnej rzeczywistości, jest nawoływanie ze strony wielu pedagogów i psychologów, by wyrobić sobie „pozytywny” obraz samego siebie. Posiadanie pozytywnych przekonań na temat samego siebie jest tu uznawane za sprawdzian zdrowia psychicznego oraz kryterium właściwej postawy wobec siebie. Tymczasem jest rzeczą oczywistą, że obraz samego siebie nie powinien być ani pozytywny ani negatywny, lecz prawdziwy. Pozytywna powinna być natomiast postawa wobec samego siebie. I to także wtedy, gdy jakieś aspekty mnie samego i mojego życia okazują się nadal lub znowu niedojrzałe czy niepokojące. Jednak faktyczna możliwość zajęcia pozytywnej postawy wobec samego siebie nie może opierać się na sposobach myślenia. Musi mieć znacznie głębsze podstawy. Decydujące są tutaj pozytywne więzi z Bogiem i ludźmi, dojrzała hierarchia wartości, zdolność danego człowieka do zachowania dyscypliny, czujności i stawiania sobie twardych wymagań.

Człowiek dojrzały to nie ten, który widzi siebie w sposób pozytywny, lecz ten, który patrzy na siebie w sposób realistyczny, a przez to zróżnicowany. Taki człowiek wymaga od siebie czegoś znacznie więcej niż tylko „pozytywnego” myślenia. Wymaga od siebie pozytywnego postępowania. Człowiek, który wkłada wysiłek w budowanie pozytywnego życia i postępowania, nie ma potrzeby, by uczyć się budowania pozytywnego obrazu samego siebie. Natomiast troska o pozytywne myślenie na temat samego siebie, oderwana od troski o szlachetne postępowanie, jest ucieczką od rzeczywistości w świat miłych iluzji.

Humaniści uczynili z „pozytywnego myślenia” rodzaj magicznego panaceum na wszelkie trudności człowieka i przypisali mu cudotwórczą wręcz moc. Humanistyczna recepta na szczęście jest więc wyjątkowo prosta: człowiek powinien myśleć pozytywnie

o samym sobie, o innych ludziach, o świecie, o poszczególnych wydarzeniach i sytuacjach, a wtedy będzie szczęśliwy i poradzi sobie z każdą trudnością. Gdyby tak łatwo można było osiągnąć szczęście, to wszyscy ludzie byłiby szczęśliwi. Mamy tutaj do czynienia z ucieczką od obiektywnych uwarunkowań, wymagań i trudności, którym podlega człowiek na tej ziemi. Postulat „pozytywnego myślenia” oznacza ostatecznie rezygnację z myślenia realistycznego oraz regres do typowego w okresie dzieciństwa myślenia życzeniowego i magicznego.

Tego typu naiwna recepta na osiągnięcie szczęścia bywa jednak bezkrytycznie akceptowana przez wielu wychowawców – w tym także przez niektórych wychowawców katolickich – z tego względu, że nie stawia ona wychowankowi niemal żadnych wymagań. Jest przecież znacznie łatwiej „pozytywnie” myśleć, niż pozytywnie postępować. Tymczasem ucieczka od rzeczywistości w „pozytywne” myślenie jest nie tylko uleganiem łatwej iluzji. Jest też osłabianiem ludzkiej zdolności do przemiany siebie i świata oraz uczeniem się filozofii życia analogicznej do filozofii narkomana czy alkoholika. Ludzie uzależnieni właśnie po to sięgają po substancje psychotropowe, aby wprowadzić samych siebie w świat „pozytywnych” myśli i przeżyć, bez podejmowania wysiłku przemiany ich bolesnej sytuacji życiowej. Tymczasem prawdziwe i trwałe szczęście może przynieść człowiekowi jedynie świat pozytywnych działań oraz dojrzałych więzi. Innymi słowy dojrzały wychowawca rozumie, że ludzkie życie rozgrywa się na zewnątrz ludzkiego umysłu.

Rolą katechety i każdego odpowiedzialnego wychowawcy chrześcijańskiego jest pomaganie wychowankom, by w racjonalny sposób używali swej zdolności myślenia. Niepokojącym znakiem naszych czasów jest sytuacja, w której wychowankowie coraz lepiej rozumieją świat wokół siebie,

a coraz mniej rozumieją samych siebie: własne powołanie, własną tajemnicę, sens własnego istnienia. Może się zdarzyć, że w niektórych szkołach katecheta okaże się jedynym wychowawcą, który pomaga wychowankom w sposób krytyczny obserwować ludzkie życie i wyciągać logiczne wnioski z tych obserwacji. A taka właśnie zdolność krytycznego myślenia oraz odwaga szukania prawdy o człowieku jest nieodzownym warunkiem ewangelizacji.

Postawa wobec emocji

Kolejną konieczną kompetencją katechety jest pogłębione rozumienie sfery emocjonalnej wychowanka. Emocje można zdefiniować jako sposoby przeżywania wszystkiego, co dzieje się w nas i wokół nas. Emocje to reakcje człowieka na własne zachowania, a także na sytuacje zewnętrzne, które mają na niego wpływ. W zależności od okoliczności reakcje te wyrażają się poprzez radość, satysfakcję, poczucie bezpieczeństwa, zaufania, pewności siebie, albo poprzez niepokój, wstyd, poczucie winy, depresję, gniew, nienawiść. Skoro emocje są ważną informacją o naszej sytuacji życiowej, to nie powinno się ich dzielić na pozytywne i negatywne, lecz na radosne i bolesne. Wszystkie bowiem są pozytywne jako nośniki informacji o naszym życiu. Co więcej, im bardziej bolesne są przeżywane emocje, tym cenniejszą stanowią one informację. Sygnalizują bowiem jakiś stan zagrożenia, który koniecznie powinno się zmienić, np. przez nawrócenie, przez zerwanie złych więzi czy przez obronę w obliczu doznawanej krzywdy.

Informacje emocjonalne o naszym życiu są tym cenniejsze, że w dużej mierze pozostają niezależne od naszej woli, od naszych przekonań, oczekiwań czy pragnień. Człowiek nie ma bowiem bezpośredniej władzy nad emocjami. Nie może ich sobie po prostu nakazać czy zakazać. Emocje można

więc porównać do rozgłośni radiowej, która nadaje informacje o nas samych, ale jest od nas niezależna. Mamy wtedy tylko dwie możliwości: korzystać z tych informacji, albo wyłączyć radio. Jeśli chcemy postępować w sposób odpowiedzialny, to powinniśmy korzystać z informacji, które docierają do nas drogą emocjonalną. Im większy bowiem mamy dostęp do informacji o nas samych i o naszym położeniu, tym większą mamy szansę na właściwe postępowanie i na szczęśliwe życie. Emocje są zatem darem od Boga. Darem, który umożliwia nam dostęp do prawdy o naszym życiu. Dar ten okazuje się szczególnie potrzebny wtedy, gdy z jakiegoś względu manipulujemy własnym myśleniem w taki sposób, aby nie dostrzegać tych prawd o nas i o naszym postępowaniu, które stawiają nam trudne wymagania i które zobowiązują nas do zmiany życia.

Emocje są czymś więcej niż tylko źródłem informacji. Niosą ze sobą także energię i motywację do działania w kierunku pozytywnym i do powstrzymywania się od działań szkodliwych. Gdy zrobimy coś dobrego, to towarzysząca temu satysfakcja mobilizuje, by dalej tak postępować. Z kolei naszemu niewłaściwemu zachowaniu towarzyszy niepokój, ból, gniew, a czasem nawet rozpacz. Takie bolesne przeżycia nie są jednak nieszczęściem, lecz ważną informacją, która stwarza człowiekowi szansę na zmianę błędnego postępowania lub na przezwyciężenie niekorzystnej sytuacji.

Dojrzałe wykorzystywane emocje stają się rodzajem wewnętrznego przyjaciela, który nas informuje o naszej sytuacji życiowej i który jednocześnie mobilizuje nas do wykorzystania tychże informacji. Gdy człowiek unika kontaktu z emocjami, wtedy nie tylko traci szansę na zrozumienie własnej sytuacji życiowej, ale też ryzykuje, że emocje, których sobie nie uświadamia, zaczną kierować jego myśleniem, postępowaniem i w końcu całym życiem. Dla przykładu, jeśli ktoś przeżywa

zazdrość i nie ma odwagi, by sobie to uświadomić, to taka nieuświadomiona zazdrość będzie nadal kierowała jego postępowaniem, a on sam nie będzie mógł tego zmienić. Człowiek nie może zapanować nad czymś, z czego nie zdaje sobie sprawy. Jeśli natomiast zdemaskuje swoją zazdrość, to ma szansę czuć, by nie skrzywdzić osoby, której zazdrości, a jednocześnie ma szansę odkryć i wyeliminować źródło zazdrości, np. skłonność do porównywania się z innymi ludźmi.

Przeżywanie określonego rodzaju nastrojów nie jest sprawą przypadkową. Istnieje bowiem bezpośredni związek między sytuacją życiową i postępowaniem danego człowieka, a przeżywanymi przez niego emocjami. Dojrzałość emocjonalna nie oznacza, że przeżywamy jedynie miłe uczucia i że nie doznajemy żadnych bolesnych stanów emocjonalnych. Taka sytuacja byłaby przejawem zaburzenia, gdyż emocje informują nas o naszej sytuacji życiowej, a ta podlega zmianom. Przynajmniej czasami pojawiają się sytuacje bolesne i niepokojące. Z tego względu także Chrystus przeżywał bardzo różne stany emocjonalne: od radości i wzruszenia do gniewu, niepokoju i dramatycznego cierpienia w Ogródcu i na krzyżu. Niestety łatwo jest o popadnięcie w postawy skrajne wobec emocji. Jedną skrajnością jest próba ucieczki od emocji, np. za pomocą substancji uzależniających i psychotropowych. Drugą skrajnością jest bierne uleganie emocjom. Dojrzałość natomiast to sytuacja, w której emocje mnie informują o mojej aktualnej sytuacji życiowej, lecz mną nie rządzą. Dojrzały człowiek kieruje się bowiem miłością, prawdą i odpowiedzialnością, a nie emocjami.

Dojrzałość w sferze emocjonalnej oznacza ponadto odkrycie, że bolesne emocje nie są nieszczęściem, lecz ważną, chociaż bolesną informacją. Szczęście nie polega na dobrym samopoczuciu emocjonalnym, lecz jest konsekwencją życia w miłości i prawdzie. Powinniśmy zatem czynić nie to,

co w danej sytuacji jest emocjonalnie przyjemniejsze, lecz to, co jest wartościowsze. Miłość i odpowiedzialność jest trudniejsza niż wygodnictwo i egoizm, ale owocuje radością, poczuciem bezpieczeństwa i wewnętrznym zadowoleniem. Kompetentny katecheta to ktoś, kto rozumie sens i dynamizm ludzkiej sfery emocjonalnej i kto potrafi promować u wychowanków dojrzałość w tym względzie.

Dojrzała religijność

Jest rzeczą oczywistą, że katecheta powinien nie tylko przekazywać wychowankom określony zakres wiedzy religijnej, ale także pomagać im w uformowaniu w sobie dojrzałej sfery religijnej. Warunkiem pozytywnych oddziaływań wychowawczych w tym względzie jest prawidłowe rozumienie kryteriów dojrzałości w tym względzie. Istotą dojrzałej religijności nie jest ucieczka od życia, ani zastępowanie życia praktykami religijnymi, lecz osobista więź z Bogiem, dzięki której człowiek uczy się sztuki życia w oparciu o Bożą miłość i prawdę. Podstawowym zagrożeniem w tej dziedzinie jest uleganie wypaczonym wyobrażeniom na temat Boga i Jego miłości. Zagrożenie to wiąże się z ograniczonością ludzkiego poznania, z błędnym wychowaniem, ze specyficzną historią życia danego człowieka, a także z negatywnym wpływem dominującej kultury i mentalności. Zniekształcone spojrzenie na Bożą rzeczywistość oznacza ostatecznie, że wychowanek próbuje wyobrazić sobie Boga na własne podobieństwo. Próbuje dostosować Go do własnych potrzeb, przeżyć i oczekiwań.

Nie sposób omówić wszelkich możliwych błędów w patrzeniu na Boga. Popatrzmy zatem na te, które są najbardziej typowe. Niektórzy wychowankowie wyobrażają sobie Boga na podobieństwo policjanta, który widzi głównie zło w człowieku, aby za nie karać. Najlepiej od razu i srogo. Ludzie, którzy mają tego typu wyobrażenia

o Bogu, przeżywają strach, bunt, niepokój. Ukrywają się przed Bogiem i nie potrafią nawiązać z Nim osobistej przyjaźni. Tacy wychowankowie nie potrafią spotkać się z Bogiem, który jest miłością. Inni popełniają błąd przeciwny. Widzą w Bogu naiwnego przyjaciela, który zawsze jest wyrozumiały i wszystko przebacza. Przeżywają zatem kontakt z Bogiem w kategoriach pobażania sobie i naiwnego usprawiedliwiania siebie. Tacy wychowankowie nie potrafią spotkać się z Bogiem, który jest prawdą i sprawiedliwością.

Katecheta powinien rozumieć, że wszelkie trudności życiowe czy konflikty międzyludzkie, jakie przeżywa dany wychowanek, prowadzą zwykle do zaburzonego przeżywania jego religijności. W tej sytuacji zadaniem katechety jest pomaganie wychowankom, by potrafili spotkać się z Bogiem, który kocha nas miłością wierną i nieodwołalną, a jednocześnie miłością mądrą i wychowującą, czyli dostosowaną do naszego sposobu postępowania oraz do naszej sytuacji życiowej. Świetną ilustracją takiej właśnie miłości jest przypowieść o mądrze kochającym ojcu i marnotrawnym synu. Gdy syn odchodzi i błądzi, wtedy ojciec nadal go kocha, ale nie przeszkadza mu cierpieć, czyli ponosić naturalnych konsekwencji popełnianych błędów. Tylko taka bowiem kompetentna i wychowująca miłość stwarza szansę, by syn się zastanowił i wrócił, ocalając swe życie. Drugim zadaniem katechetów jest wskazywanie, że podstawowym sprawdzianem dojrzałej religijności jest przyjmowanie samego siebie i innych ludzi z miłością, jaką pokochał nas Chrystus, gdyśmy byli jeszcze grzesznikami.

3. Kompetencje z zakresu komunikacji wychowawczej

Realistyczne i całościowe rozumienie wychowanków ze strony katechety nie gwarantuje jeszcze w sposób automatyczny, że będzie on w stanie udzielić im odpowiedzialnej pomocy

wychowawczej i że prowadzona przez niego katechizacja będzie owocnym narzędziem ewangelizacji. Skuteczne przyprowadzanie katechizowanych do Chrystusa wymaga bowiem nie tylko realistycznego i całościowego rozumienia wychowanka w świetle antropologii biblijnej, ale ponadto wymaga opanowania podstawowych kompetencji z zakresu komunikacji wychowawczej. Chodzi tu zarówno o unikanie barier, jak i o nabycie pozytywnych umiejętności. Do tego typu pozytywnych umiejętności należy przede wszystkim empatia oraz asertywność.

Rola empatii w katechizacji i wychowaniu

Empatia to słowo, które zrobiło zawrotną karierę we współczesnej nauce o wychowaniu. Oznacza ono szczególnego rodzaju wsłuchiwanie się w to, co mówi do nas o sobie drugi człowiek. Wydawać by się mogło, że rozumienie tego, co komunikują nasi współrozmówcy, jest rzeczą prostą, nie wymagającą jakichś specjalnych umiejętności. Wystarczy przecież posiadać uszy, aby słyszeć komunikację werbalną oraz oczy, aby widzieć niewerbalne przesłanie. Okazuje się jednak, że często wydaje nam się tylko, iż naprawdę słyszymy to, co wyraża o sobie drugi człowiek. Także do wychowawców mogą odnosić się słowa Chrystusa: „Mają oczy, a nie widzą. Mają uszy, a nie słyszą”. Posiadanie sprawnego słuchu może gwarantować jedynie zdolność rejestrowania dźwięków. Nie oznacza jednak, że potrafimy wsłuchiwać się w to, co mówi do nas drugi człowiek i że potrafimy rozumieć jego wewnętrzny świat, którym się z nami dzieli.

Istnieje kilka typowych zjawisk, które bardzo ograniczają naszą zdolność rozumienia tego, co mówi nam o sobie drugi człowiek. Do takich zjawisk należy tendencja do interpretowania własnej perspektywy i według naszych potrzeb tego, o czym informuje nas

rozmówca. Słyszymy wtedy i rozumiemy tylko tyle i tylko tak, jak chcemy słyszeć i rozumieć. Bywa i tak, że w trakcie słuchania drugiej osoby pozostajemy nadal skoncentrowani głównie na nas samych. To, co mówi współrozmówca, staje się jedynie okazją do tego, by skupiać się na własnych przeżyciach, doświadczeniach czy reakcjach. W obecności drugiego człowieka, który coś do nas mówi o sobie, grozi wtedy, że będziemy wsłuchiwać się bardziej np. w naszą własną ciekawość, znużenie czy gniew niż w to, co dzieje się we wnętrzu rozmawiającej z nami osoby. Każdy, kto pragnie komunikować w sposób dojrzały i umożliwiający budowanie pogłębionych więzi, powinien uczyć się sztuki słuchania.

Niektórzy wychowawcy ulegają złudzeniu, że inni ludzie są tacy sami, a przynajmniej bardzo podobni do nich. Nie widzą wtedy w ogóle potrzeby wsłuchiwania się w świat subiektywnych przeżyć i przekonań, jaki współrozmówcy noszą we własnym wnętrzu. Zakładają, że świat innych ludzi jest tożsamy z ich własnym sposobem interpretowania i przeżywania rzeczywistości. Inni z kolei zdają sobie sprawę, że drugi człowiek inaczej niż my widzi i przeżywa wszystko to, co dzieje się w nim i wokół niego, ale z kolei ludzą się, iż potrafią domyśleć się tego, co dzieje się w jego wnętrzu. Oni także nie widzą potrzeby wsłuchiwania się w subiektywny świat swoich rozmówców. Tymczasem jeśli ktoś z nas poznał w swoim życiu choćby jedną tylko osobę w sposób pogłębiony, to już wie, że drugi człowiek jest zupełnie inny niż nasze ewentualne domysły na jego temat.

Drugą osobę możemy poznać i zrozumieć tylko wtedy, gdy nauczymy się wsłuchiwać w jej słowa, w jej ciszę, w jej gesty, spojrzenia, w jej zachowania. Ideałem w tym względzie jest słuchanie empatyczne. Jest to słuchanie szczególnego rodzaju. Empatia oznacza zdolność wczuwania się w niepowtarzalny świat współrozmówcy,

Jest jakby psychicznym wejściem do wnętrza drugiego człowieka. Jest jakby wcieleniem się w jego subiektywny świat myśli i przeżyć. Jest popatrzeniem na życie i wydarzenia z perspektywy tej drugiej osoby, z perspektywy jej specyficznej historii, jej wychowania, jej osobowości, z perspektywy jej potrzeb i jej obecnej sytuacji. Innymi słowy empatia to zdolność wczucia się w to, co dla danej osoby oznacza życie i istnienie, co oznacza. radość, ból, przyjaźń, kontakt z samym sobą oraz drugim człowiekiem.

Mówiąc obrazowo, słuchanie empatyczne polega na tym, by dać się wprowadzić do świata myśli i przeżyć drugiego człowieka tak, jakby wprowadził on nas do swojego mieszkania, aby pokazać jak jest ono zorganizowane i umeblowane. Empatia polega więc na chwilowym „zamieszkaniu” w tym świecie, by zobaczyć jak można się w nim poczuć, jakie są jego perspektywy i rozmiary. Empatia nie oznacza jednak utożsamiania się z drugim człowiekiem. Jest to ważne szczególnie wtedy, gdy świat współrozmówcy okazuje się z jakiegoś względu pogmatwany, niepokojący, zaburzony, pełen bólu, poczucia bezradności czy beznadziejności. Utożsamiając się z drugim człowiekiem, ktoś mógłby wprowadzić świetnie wczuć się w jego subiektywną sytuację, ale nie mógłby mu pomóc. Co więcej, tego typu utożsamianie się ze swoim rozmówcą groziłoby osobie słuchającej popadnięciem w te same stany, o których mówi partner. Dojrzała empatia polega zatem na tym, że staram się wczuć, niemal wcielić w świat drugiego człowieka, wejść do jego psychicznego mieszkania, pozostając sobą, czyli zachowując moją osobowość, moje sposoby myślenia i przeżywania, moją siłę i doświadczenie.

W świetle powyższych zasad możemy stwierdzić, że mamy w historii ludzkości przynajmniej jeden przykład doskonałej empatii. Takim właśnie doskonałym wsłuchaniem się w świat człowieka jest Boże Narodzenie.

Wcielenie Syna Bożego w ludzką naturę jest szczytem empatii. Chrystus w pełni wcielił się w ludzkie ciało. Wszedł w całą sytuację egzystencjalną człowieka z jego cielesnością i psychiką. Doświadczył jej osobiście. Stał się we wszystkim podobny do nas, oprócz grzechu. Naprawdę zamieszkał w naszym świecie i w nas samych, pozostał jednocześnie sobą. Nie mogą istnieć prawdziwe więzi międzyludzkie, ani prawdziwa miłość tam, gdzie brak jest tak rozumianej empatii. Wynika to z samej natury miłości. Kochać to znaczy przecież tak rozmawiać z drugim człowiekiem i tak wobec niego postępować, by to służyło jego dobru. Dopóki nie poznam danego człowieka i nie zrozumieć jego subiektywnych przekonań oraz przeżyć, to nie wiem o czym i w jaki sposób z nim rozmawiać i jak postępować, by to służyło jego dobru i rozwojowi. Najdoskonalszym przykładem jest także w tym względzie postawa Chrystusa, który swoją miłość do każdego człowieka potrafił wyrażać w sposób zróżnicowany, by dostosować ją do niepowtarzalnej sytuacji oraz do specyficznych potrzeb danej osoby. Z tego względu jednych pocieszał, rozgrzeszał i uzdrowiał. Wobec innych wypowiadał twarde słowa prawdy, wzywał do nawrócenia i demaskował ich przewrotność. Niektórym rozwałął stoły. Chrystus potrafił tak kochać, bo wie co dzieje się w sercu każdego z nas. My natomiast możemy kochać podobnie jak On jedynie na tyle, na ile uczymy się wsłuchiwać i wczuwać w to, co dzieje się we wnętrzu drugiego człowieka.

Nie wystarczy samo pragnienie słuchania empatycznego, by rzeczywiście wsłuchiwać się w świat myśli czy wczuwać się w świat przeżyć drugiego człowieka. Znajomość zasad słuchania empatycznego nie gwarantuje jeszcze, że będziemy umieli z tych zasad skorzystać. Dobra wola jest tu konieczna, ale nie gwarantuje jeszcze sukcesu. Słuchanie empatyczne nie jest możliwe bez wypełnienia kilku konkretnych

warunków. Przyjrzyjmy się pokrótce najważniejszym z nich. Pierwszym z warunków słuchania empatycznego jest właściwa intencja, która skłania do wsłuchiwania się w to, co komunikuje rozmówca. Czasami wsłuchujemy się w to, co mówi partner, ze zwykłej grzeczności. W rzeczywistości to, co on myśli i przeżywa, nie jest dla nas ważne. Nie mamy jednak odwagi o tym powiedzieć i w jakimś stopniu jedynie sprawiamy wrażenie, że się wsłuchujemy w jego słowa, gesty i przeżycia.

Podobnie nie jest możliwe wczuwanie się w świat mówiącego, gdy słuchamy go z lęku, z poczucia obowiązku, z ciekawości czy ze względu na własne potrzeby. Mając tego typu nastawienie, będziemy się wsłuchiwać głównie w to, co nas interesuje i co może pomóc w zaspokojeniu naszych osobistych potrzeb. Wszystkie inne aspekty nie dotrą do naszej świadomości. Z tych samych względów nie jest możliwe wczuwanie się w świat drugiego człowieka wtedy, gdy słuchamy go po to, aby go pokonać, potępić, ośmieszyć, by z nim wygrać albo by przekonać go do naszych racji. W takim kontekście słuchanie będzie zawsze interesowne, a przez to stronnicze, jednostronne, selektywne lub pozorne. Wczuwanie się w to, co myśli i przeżywa drugi człowiek, jest możliwe tylko wtedy, gdy wsłuchujemy się w jego wewnętrzny świat w sposób bezinteresowny, czyli ze względu na niego samego i na jego dobro. Innymi słowy możemy rozumieć tylko tych, których kochamy. Aby słyszeć – wystarczy mieć uszy. Aby widzieć – wystarczy oczy. Aby wczuwać się i rozumieć – trzeba kochać. Jeśli ktoś nie kocha, to choćby miał doskonały słuch, pozostanie głuchym na to, co jest istotne dla rozmówcy i choćby miał wspaniały wzrok, nie dostrzeże niczego ważnego w jego zachowaniu, bo do tajemnicy drugiego człowieka można zbliżyć się tylko poprzez miłość i z miłością.

Drugim – obok dojrzałej motywacji – warunkiem słuchania empatycznego jest zdolność dystansowania się

od własnych sposobów myślenia, przeżywania i reagowania na określone bodźce czy sytuacje. W przeciwnym bowiem przypadku grozi nam słuchanie mówiącego i rozumienie jego słów nie tak, jak on je rozumie, ale według znaczenia, jakie my nadajemy jego słowom. Dla przykładu, gdy rozmówca mówi mi o swoich lękach, a ja nie potrafię się zdystansować od moich własnych doświadczeń, to będę wtedy myślał o tym, co dla mnie znaczy lęk i będę wczuwał się głównie w moje własne przeżycia. Mogę wtedy ulec złudzeniu, że mój rozmówca tak samo boi się i przeżywa lęk, jak ja to czynię. Nie ma ludzi, którzy przeżywają coś w identyczny sposób. Dla każdego z nas znaczą coś nieco lub zupełnie innego takie słowa, jak radość, niepokój, nadzieja, konflikt, rodzice, praca, Bóg, przyszłość, grzech, wolność, przyjaźń, nieśmiałość, wiara, pomoc, miłość, prawda, wiara, pewność, itd. Dystansowanie się od własnych sposobów myślenia i przeżywania jest możliwe tylko dla tych ludzi, którzy są dojrzałymi psychicznie i świadomi tego, co dzieje się w nich samych. Ludzie niedojrzali nie są w stanie odróżnić własnego świata myśli i przeżyć od świata współrozmówcy. Patrzą na wszystko poprzez swoje psychiczne okulary, które selekcionują i zniekształcają rzeczywistość.

Kolejnym warunkiem słuchania empatycznego jest równowaga psychiczna i stabilna osobowość. U człowieka niepewnego siebie i labilnego wsłuchiwanie się w świat innych ludzi może powodować jeszcze większy chaos i niepokój. Przejawem niedojrzałości, która uniemożliwia słuchanie empatyczne, jest nadmierna koncentracja słuchającego na samym sobie. Człowiek tego typu jest przekonany, że wszystko we wszechświecie dzieje się ze względu na niego. Wierzy, że wszyscy ludzie mówią wyłącznie o nim lub w związku z nim. Takiemu człowiekowi trudno jest skupić się na tym, co komunikuje mu drugi człowiek.

Jest bowiem przekonany, iż to wszystko, co współrozmówca komunikuje na własny temat, ma bezpośredni związek z nim samym. Innymi słowy taki słuchacz nie wierzy, że partner mówi coś po prostu o sobie samym. Podejrzewa, że za każdym razem mówi on pośrednio o słuchającym i chce mu w pośredni sposób dać coś do zrozumienia, np. że go krytykuje lub że czegoś od niego oczekuje. Człowiek niepewny siebie wsłuchuje się w to, co mówi partner, ze względu na własne potrzeby psychiczne, a nie po to, by zrozumieć mówiącego.

Koniecznym warunkiem słuchania empatycznego jest bogactwo psychiczne, czyli różnorodność sposobów myślenia i przeżywania. Im bardziej ubogi i jednostronny jest nasz świat wewnętrzny, tym mniej mamy szans na rozumienie świata naszych współrozmówców. Bogactwo sposobów myślenia jest konsekwencją wolności intelektualnej i oznacza patrzenie na siebie i świat w sposób zróżnicowany i wieloaspektowy. Z kolei bogactwo przeżyć jest konsekwencją wolności emocjonalnej, czyli zdolności do uświadamiania sobie wszystkich stanów emocjonalnych: od radości i entuzjazmu do niepokoju, gniewu czy lęku. Człowiek mający zubożony świat wewnętrzny, będzie się łatwo wczuwał wtedy, gdy słucha rozmówcy funkcjonującego w podobnym świecie psychicznym. Nie będzie jednak w stanie uwierzyć, że są możliwe inne sposoby myślenia i patrzenia na siebie oraz na otaczającą nas rzeczywistość.

Następnym warunkiem słuchania empatycznego jest dobra znajomość własnych sposobów myślenia i przeżywania. Znajomość i rozumienie samego siebie nie jest wcale umiejętnością spontaniczną czy łatwą. Okazuje się, że istnieje w nas wiele mechanizmów – zwanych w psychologii mechanizmami obronnymi – które sprawiają, że dany człowiek uświadamia sobie jedynie część swoich myśli, przeżyć emocjonalnych, pragnień czy motywów

postępowania. Do takich mechanizmów należy selekcjonowanie informacji o sobie i świecie, ich subiektywna interpretacja, albo zupełne tłumienie, czyli spychanie do nieświadomości. Dotyczy to zwłaszcza tych naszych cech, przekonań czy przeżyć, które z jakichś względów wydają się nam złe, niemoralne, niepożądane. Grozi wtedy posługiwanie się mechanizmem obronnym zwanym projekcją psychiczną. Mechanizm ten polega na tym, iż dana osoba „projektuje”, czyli przerzuca na innych ludzi własne cechy i stany emocjonalne, a także własne sposoby myślenia, własne motywacje, potrzeby, lęki, aspiracje. Z tego powodu ktoś agresywny jest subiektywnie przekonany, że to inni są wobec niego agresywni, a ktoś zależniony podejrzewa, że wszyscy inni się boją, a nie on. Człowiek nie znający dobrze samego siebie, łatwo ulega złudzeniu, że wie o wszystkim, co się dzieje we wnętrzu innych ludzi. Łatwo wtedy osądza ich na podstawie obserwacji samych tylko zachowań zewnętrznych i w oparciu o własne domysły. Sztuka pogłębionego słuchania jest dostępna tylko tym, którzy najpierw potrafią z odwagą i szczerością wsłuchiwać się w to, co dzieje się w ich własnym wnętrzu. Spotkanie z drugim człowiekiem wymaga zdolności do pogłębionego spotykania się z samym sobą.

Istotnym warunkiem słuchania empatycznego jest akceptowanie odrębności osoby, którą staramy się zrozumieć. Oznacza to, że słuchający potrafi zaakceptować sposoby myślenia i przeżywania wyrażane przez współrozmówcę. Także wtedy, gdy są one zupełnie różne czy wprost sprzeczne z przekonaniami i doświadczeniami tego, który słucha. Nie chodzi tu o zgadzanie się z partnerem, czy o uznanie, że wszystkie jego myśli są słuszne, a przeżycia dojrzałe. Akceptacja odrębności myśli i przeżyć drugiego człowieka oznacza uświadomienie sobie, że to, co rozmówca mówi o sobie

i o swoim świecie, jest faktem. Nawet jeśli jego sposoby myślenia są jaskrawo błędne, a jego przeżycia zupełnie nieoddojrzałe, to i tak są one czymś realnym, czymś niezależnym od naszych osobistych przekonań czy oczekiwań. Pamiętajmy, że odsłaniając własne wnętrza, drugi człowiek nie mówi o obiektywnej rzeczywistości, lecz o swojej wizji oraz o swoim subiektywnym przeżywaniu obiektywnej rzeczywistości. Można się sprzeczać o to, kto ma obiektywną rację, ale nie można się sprzeczać o to, co ktoś subiektywnie myśli czy przeżywa. On sam wie o tym najlepiej. Możemy to zrozumieć i respektować, albo skazać się na życie w świecie domysłów lub samotności.

Kolejnym warunkiem słuchania empatycznego jest pełna koncentracja na tym, co w danym momencie poprzez swoje słowa i zachowania komunikuje drugi człowiek. Chodzi tu w szczególności o koncentrację, która polega na uwadze właściwie ukierunkowanej oraz całkowitej. Uwaga właściwie ukierunkowana oznacza, że słuchający skupia się na tym, co aktualnie mówi jego współrozmówca. Także wtedy, gdy to, co mówi drugi człowiek, może wydawać się słuchającemu nieistotne czy niepotrzebne. Uwaga całkowita oznacza zdolność wyłącznego skupienia się na tym, co w danym momencie komunikuje druga osoba. Ideałem jest sytuacja, w której w czasie słuchania nie istnieje dla słuchającego nic innego, poza mówiącym.

Sztuka empatycznego słuchania wymaga zdolności do werbalizacji, czyli do wyrażenia własnymi słowami tego, co słuchający zrozumiał z wypowiedzi mówiącego. Istnieją dwa podstawowe powody, dla których werbalizacja okazuje się konieczna. Po pierwsze, jest ona jedynym sposobem poinformowania partnera o tym, w jaki sposób słuchający rozumiał jego wypowiedź. Po drugie, jest ona jedynym niezawodnym sposobem, by sam słuchający upewnił się, że prawidłowo wczuł się w świat myśli i przeżyć

drugiego człowieka. Ten ostatni bowiem ma wtedy szansę potwierdzić lub ewentualnie skorygować werbalizację osoby słuchającej. Uświadczenie sobie potrzeby werbalizacji nie wystarczy jednak, by czynić to w prawidłowy sposób. Poprawna werbalizacja jest trudną sztuką, która wymaga poznania określonych zasad oraz praktycznego ćwiczenia. Zajmijmy się najpierw podstawowymi regułami prawidłowej werbalizacji.

Po pierwsze, skoro werbalizacja oznacza zakomunikowanie partnerowi tego, co się rozumiało z jego wypowiedzi, to nie powinna ona zawierać niczego innego. Werbalizacja nie jest więc oceną czy osądem tego, co powiedział współrozmówca. Nie jest żadnym komentarzem ani uzupełnieniem jego wypowiedzi. Nie jest też zajęciem postawy wobec przekonań i przeżyć mówiącego. Jest wyłącznie zwięzłym powtórzeniem własnymi słowami tego, co słuchający zrozumiał z wypowiedzi i zachowania partnera. Błędem byłoby wypowiedzi typu: „zdziwiłem się, że w taki sposób widzisz i przeżywasz ten problem”; „nie powinienś tak myśleć”; „twój świat wewnętrzny jest niedojrzały”, itd. Takie wypowiedzi nie są bowiem opisem tego, co powiedział mówiący, lecz wyrażają osąd lub zajęcie określonej postawy wobec niego. Słuchający ma oczywiście prawo do wyrażenia własnej opinii, a i sam mówiący często pragnie usłyszeć jego zdanie o swojej wypowiedzi.

Przedstawienie własnego zdania czy osądu powinno jednak nastąpić dopiero po opisanu tego, w jaki sposób słuchający zrozumiał wypowiedź współrozmówcy. Dla przykładu jeśli ojciec jest zaniepokojony danym zachowaniem dorastającego syna, to powinien najpierw spytać, jak syn widzi swoje zachowanie oraz w jaki sposób przeżywa daną sytuację. Następnie powinien opisać to, jak zrozumiał wypowiedź syna i dopiero po uzyskaniu potwierdzenia z jego strony, nadchodzi odpowiedni moment, by ojciec

wypowiedział własne zdanie czy osąd. W takim kontekście ojciec będzie lepiej rozumiał sytuację syna, a ten z kolei będzie bardziej skłonny, by wsłuchać się w słowa ojca. W fazie werbalizowania należy powstrzymać się od osądów, krytyk, opinii czy wyrażania własnego stanowiska wobec usłyszonej wypowiedzi partnera.

Jest rzeczą istotną, by werbalizacja była wypowiedziana w sposób precyzyjny i zwięzły. Wręcz bardzo zwięzły, czyli ograniczony do jednego lub najwyżej kilku zdań. Przez tak sformułowaną werbalizację można nie tylko dać znak, że rozumiemy współrozmówcę, ale także można mu pomóc, by lepiej zrozumiał on samego siebie. Z reguły bowiem słuchaczowi jest łatwiej o wyważone i zdystansowane popatrzenie na świat drugiego człowieka, niż samemu zainteresowanemu. Często zresztą dana osoba mówi coś o sobie właśnie dlatego, iż ma nadzieję, że słuchający pomoże jej zrozumieć lepiej samą siebie, albo też pomoże odkryć ewentualne powiązania między różnymi doświadczeniami i problemami, które ta osoba przeżywa. Werbalizacja, wyrażona w sposób nieprecyzyjny czy rozwlekły, nie stanowiłaby takiej pomocy. Z tego właśnie względu werbalizacja powinna czasami być „piorunująco” prosta i krótka. Jeśli jakiś nastolatek przez kilkanaście minut mówi o tym, iż nie można porozumieć się z jego rodzicami i że oni niczego nie potrafią zrozumieć, to tego typu wypowiedź można zwerbalizować w następujący sposób: „Jesteś przekonany, że cała wina leży po stronie rodziców.” Takie krótkie podsumowanie wypowiedzi pomaga mówiącemu uświadomić sobie jednostronność jego spojrzenia.

Popatrzmy na jeszcze jeden przykład. Oto dana osoba w sposób agresywny i jednostronny wypowiada się na temat Kościoła, religii, księży. Rysuje obraz tak wybiórczy, że aż groteskowy. Jeśli tego typu opinii wypowiada człowiek, który w odniesieniu

do innych dziedzin życia potrafi myśleć w sposób zróżnicowany i zrównoważony, to jego jednostronna i agresywna wizja Kościoła nie jest rezultatem trudności intelektualnych w obiektywnym popatrzeniu na rzeczywistość. Karykaturalny obraz Kościoła ma w takim przypadku inne źródła. Czasem może być wynikiem ignorancji, gdy dana osoba wypowiada się o Kościele mimo, że nie ma z nim bliższego kontaktu. Innym źródłem może być uogólnianie jakiegoś pojedynczego negatywnego doświadczenia. Gdy źródłem karykaturalnej czy jednostronnej wizji Kościoła jest jedynie niewiedza lub nieuzasadnione uogólnianie pojedynczych doświadczeń, to zwykle łatwo jest pomóc rozmówcy, by taką jednostronność przezwyciężył. Okazuje się to znacznie trudniejsze, gdy wypaczona i jednostronna wizja Kościoła czy religii ma głębsze źródła. W takich przypadkach trafną informacją zwrotną jest werbalizacja typu: „Z tego co mówisz wynika, że masz potrzebę widzenia Kościoła w sposób skrajnie jednostronny i negatywny.” Reakcją jest czasami mieszanie i zmiana tematu ze strony mówiącego. Zdarza się jednak i tak, że ktoś zdobywa się na stwierdzenie: „zaczynam sobie teraz uświadamiać, że tak negatywnie patrzę na Kościół czy księży, aby usprawiedliwić moje własne błędne postępowanie.”

Empatia umożliwia rozumienie świata drugiej osoby nawet wtedy, gdy nie padają żadne słowa. Dla przykładu, jeśli ktoś z rodziców czy wychowawców zauważy, że jakiś nastolatek zaczyna sięgać po alkohol, to rozumie, iż ten młody człowiek przeżywa trudności z wypowiadaniem emocji oraz z radzeniem sobie z życiem na trzeźwo. Rozumie więc także, że nie wystarczy wtedy straszyć skutkami sięgania po alkohol. Trzeba raczej pomóc, by nauczył się on pokonywania swoich problemów i radzenia sobie z życiem na trzeźwo. Współczesna pedagogika słusznie podkreśla, że wychowanie nie jest możliwe bez empatycznego wczuwania się

w subiektywną sytuację wychowanka. Wychowawca, który ogranicza się jedynie do patrzenia na wychowanka poprzez pryzmat jego zewnętrznych zachowań, nie jest w stanie zbudować pogłębionej więzi wychowawczej, ani okazać wychowankowi dojrzałej miłości. Z kolei wychowawca, który tak wczuwa się w świat myśli i przeżyć wychowanka, że aż utożsamia się z nim, nie będzie w stanie udzielić mu skutecznej pomocy wychowawczej. Wychowanek nie potrzebuje bowiem lustra, aby się przejrzeć, lecz spotkania z silniejszym i dojrzałym od siebie przyjacielem, aby nauczyć się czegoś z jego mądrości i dojrzałości, bo wtedy będzie mógł lepiej zrozumieć samego siebie oraz rozsądnie pokierować własnym życiem.

Promując u katechetów zdolność empatii, warto przypominać, że sama empatia nie wystarczy, aby ewangelizować i wychowywać. Poprzestawanie na empatycznym wczuwaniu się w świat myśli i przeżyć drugiej osoby jest właściwą postawą jedynie wobec Boga. Jedynie bowiem w Bogu to, co subiektywne, odpowiada jednocześnie obiektywnej prawdzie i miłości. W człowieku taka jedność nigdy nie jest w pełni osiągalna. Z tego względu w obliczu wychowanka prawie nigdy nie możemy poprzestać na przyjęciu do wiadomości i na biernym zaakceptowaniu tego, co zrozumieliśmy z jego subiektywnych myśli, przeżyć czy pragnień. Byłoby przejawem naiwności wychowawców, gdyby poprzestawali oni na wczuwaniu się w subiektywny świat ich wychowanków, którzy przecie z definicji są jeszcze ludźmi nie-dojrzałymi, a ich subiektywne przekonania i odczucia wymagają procesu formowania i korygowania. Jeśli kilkuletnie dziecko zwierza się mamie ze swoich niepokojących snów, to nie wolno tych przeżyć lekceważyć, negować czy ośmieszać. Jednak równie niebezpieczna byłaby sytuacja, w której mama poprzestałaby na wyjaśnieniu dziecku, iż wczuwa się w jego

lęki i że je rozumie. Słuchanie empatyczne ma znaczenie wychowawcze dopiero wtedy, gdy wychowawca pomaga wychowankowi mądrze pokierować własnymi przeżyciami i zająć wobec nich dojrzałą postawę!

We wspomnianej powyżej sytuacji dojrzałość matki będzie polegała na tym, że uświadomi ona dziecku, iż odczuwane przez nie lęki nie mogą mu wyrządzić rzeczywistej krzywdy. Okrutny smok, który śni się małemu chłopcu, może go naprawdę przestraszyć, ale nie może go naprawę skrzywdzić. Chodzi więc o to, by mama pomogła zrozumieć dziecku, że pomimo realnie przeżywanych lęków nie grozi mu żadne realne niebezpieczeństwo i że w związku z tym nie musi się ono bać swoich lęków. A lęki, których nie trzeba się bać, mają to do siebie, że dosyć szybko znikają.

Wskazanie empatii jako podstawowego znaku miłości, który tworzy klimat bezpieczeństwa oraz umożliwia budowanie pogłębionych więzi wychowawczych jest wkładem współczesnych nauk o wychowaniu. Dopiero jednak odwołanie się do postawy Chrystusa, umożliwia odkrycie i zrozumienie ostatecznego sensu empatii. A sensem tym jest pomaganie wychowancom, by lepiej rozumieli samych siebie oraz by zajęli dojrzałą postawę wobec swoich myśli, przekonań, przeżyć i pragnień. Zadaniem katechetów jest uczenie się tego typu empatii.

Rola asertywności w wychowaniu

Asertywność to istotna kompetencja z zakresu komunikacji międzyludzkiej i komunikacji wychowawczej, która bywa jednak często opisywana i aplikowana w sposób jednostronny, a czasem nawet w sposób naiwny i wręcz niebezpieczny wychowawczo. Zadaniem katechety jest zatem odpowiedzialne i rozważne posługiwanie się asertywnością oraz promowanie u wychowanków dojrzałych zachowań asertywnych. Asertywność oznacza

zdolność człowieka do szczerego, zrównoważonego i precyzyjnego wyrażania własnych myśli, przekonań, przeżyć i pragnień, w sposób akceptowany społecznie, przyznając jednocześnie innym ludziom prawo do czynienia tego samego. Asertywność to zdolność "wpuszczania" drugiego człowieka do naszego niepowtarzalnego świata wewnętrznego, aby mógł on nas zrozumieć i uszanować, oraz aby mógł skorzystać z bogactwa naszej historii i naszej osobowości. Podstawą tak rozumianej asertywności jest miłość. W kontekście asertywności miłość wyraża się poprzez zaufanie, że drugi człowiek potrafi zrozumieć i uszanować moje przekonania i przeżycia, moje potrzeby, prawa i ideały, moją tożsamość i wrażliwość.

Każdy człowiek ma obowiązek poinformowania innych ludzi o tym, co chce, by oni w nim zrozumieli i uszanowali. Sprawdzianem asertywności jest zdolność do adekwatnej obrony własnych praw i własnej tożsamości, przy jednoczesnym respektowaniu praw i tożsamości innych ludzi. Chodzi tu, między innymi, o trudną niemal dla wszystkich sztukę mówienia „nie” w obliczu próśb, propozycji czy naciśków ze strony innych osób. Z tego powodu jedna z podstawowych zasad asertywności brzmi: „masz prawo prosić mnie o wszystko, czego chcesz pod warunkiem, że przyznajesz mi prawo do powiedzenia: nie”. Zaprzeczeniem asertywności jest sytuacja, w której dana osoba nie przyznaje sobie prawa do tego, by szczerze mówić o tym, co myśli, co czuje czy czego pragnie. Zwykle taka postawa oznacza błędną próbę respektowania innych ludzi kosztem samego siebie. Trudno taką osobę zrozumieć i uszanować. Trudno też udzielić jej pomocy wychowawczej, gdyż nie znamy jej myśli, przeżyć, potrzeb czy trudności. Drugą formą zaprzeczenia asertywności jest sytuacja, w której dana osoba mówi wprawdzie spontanicznie i szczerze o własnych przekonaniach, przeżyciach

czy pragnieniach, jednak czyni to w błędnej formie, np. tak agresywny, że jej głównym celem nie jest obrona własnych praw lecz np. szukanie zemsty, osądzanie i potępienie innych ludzi, albo też chęć odreagowania własnych napięć psychicznych czy rozczarowań.

Powyższe zasady asertywności powinni respektować wychowawcy w każdym kontakcie z wychowankami. Najczęstszym błędem są tutaj wypowiedzi, w których wychowawca osądza czy potępia wychowanka, zamiast przedstawić swoje myśli czy przeżycia, związane z jego określonym zachowaniem. Wyobraźmy sobie sytuację, w której kilkunastoletnia córka wraca do domu później niż ustaliła to z mamą. Często rodzice reagują wtedy agresją, potępieniem czy osądzaniem, np. poprzez wypowiedź typu: „jesteś zupełnie nieodpowiedzialna, źle wychowana i nie można cię ufać”. Efektem tego typu reakcji jest często bunt czy agresywna obrona ze strony wychowanków. Natomiast asertywna wypowiedź mamy w przytoczonym przykładzie mogłaby mieć np. taką formę: „gdy ty spóźniasz się, to ja martwię się i przeżywam bolesne myśli, że stało ci się coś złego. Proszę cię więc o to, byś na przyszłość wracała do domu punktualnie. W przeciwnym przypadku zabronię ci wychodzenia z domu”. Tego typu wypowiedź znacznie skuteczniej mobilizuje córkę do punktualnych powrotów w przyszłości, a ponadto stwarza jej szansę, by się upewniła, że mama ją kocha i że troszczy się o jej los.

Asertywne postawy u wychowawców i u wychowanków ułatwiają budowanie właściwej więzi wychowawczej, gdyż uczą obie strony wzajemnej otwartości i autentyczności. Asertywność nie może być jednak stosowana bezkrytycznie, a szczerość nie może być uważana za najwyższą wartość w relacji między wychowawcą a wychowankiem, jak to sugerują niektórzy psycholodzy i pedagodzy. Oczywiście jest rzeczą, że w relacji wychowawczej

nie powinno być miejsca na kłamstwo czy obłudę. Nie znaczy to jednak, że obie strony powinny mówić o wszystkim, co myślą, co przeżywają czy czego pragną. Odnosi się to zwłaszcza do wychowawców. Wyobraźmy sobie jakim szokiem dla dziecka byłoby „szczerze” stwierdzenie taty, że pogniewał się on na mamę, czy że już jej nie kocha. Albo „szczerze” wyznanie nauczyciela wobec dzieci, że dzisiaj nie ma on ochoty ich uczyć. O zakresie szczerości i otwartości powinna decydować miłość i odpowiedzialność, a nie sama techniczna sprawność w mówieniu na temat własnych myśli czy przeżyć.

Ponadto, część wychowawców przecenia znaczenie asertywności w procesie wychowania. Dla przykładu większość profilaktyków twierdzi, że wychowanie w abstynencji w wieku rozwojowym polega głównie na uczeniu dzieci i młodzieży asertywnego wyrażania własnych emocji, zwłaszcza tych bolesnych czy niepokojących. Tymczasem jest to tylko część prawdy. Wychowanie nie polega jedynie na uczeniu wychowanków szczerego wyrażania własnych przeżyć, lecz także na uczeniu dojrzałej postawy wobec przeżywanych emocji. Jest tu miejsce na wyrabianie cierpliwości wobec nieuniknionego cierpienia oraz na szukanie i eliminowanie źródeł niepokojów emocjonalnych. Także wtedy, gdy wymaga to od wychowanka zmiany sposobów postępowania czy zrezygnowania z określonych więzi. Innymi słowy, nie wystarczy pomagać wychowankowi, by nauczył się prawidłowo komunikować niepokojące go emocje. Nie mniej ważną rolę wychowawcy jest pomaganie wychowankowi w eliminowaniu przyczyn niepokojących go przeżyć oraz w cierpliwym znoszeniu bolesnych nastrojów, które są nieuniknione w życiu każdego człowieka, a szczególnie intensywnie odczuwane są właśnie w wieku rozwojowym.

Istotnym aspektem w odniesieniu do asertywności jest także świadomość, że asertywność nie może naruszać

miłości, prawdy i odpowiedzialności. Szczere wyrażanie własnych myśli, przekonań czy potrzeb nie oznacza, iż mamy odtąd prawo do określonych zachowań czy postaw tylko dlatego, że szczerze i spontanicznie poinformowaliśmy o tym naszego rozmówcę. Niestety część współczesnych psychologów i pedagogów sugeruje, że szczerść i spontaniczność jest ważniejsza od miłości, odpowiedzialności czy od podjętych wcześniej zobowiązań. Tymczasem człowiek dojrzały rozumie, że jeśli np. szczerze powie swojemu rozmówcy, iż nie ma teraz ochoty wypełnić tego, do czego się wcześniej zobowiązał, to takie zakomunikowanie własnych stanów czy przeżyć nie zwalnia go z obowiązku dotrzymania złożonej obietnicy. Właściwie rozumiana asertywność nie tworzy jakichś nowych praw, ani nie zwalnia z podjętych zobowiązań. Stwarza natomiast szansę, by osoby znajdujące się w interakcji wychowawczej lepiej siebie rozumiały oraz by potrafiły skuteczniej wspierać siebie nawzajem, zwłaszcza w obliczu trudności czy nowych sytuacji.

Zakończenie

Przygotowanie katechetów do owocnego wypełnienia posługi ewangelizowania w ramach katechezy

powinno obejmować nie tylko przekaz określonej wiedzy teologicznej, ale także przekaz podstawowych kompetencji z zakresu antropologii oraz współczesnych nauk o wychowaniu. Tylko wtedy bowiem katecheci będą w stanie w sposób całościowy i realistyczny rozumieć wychowanka oraz pomagać mu w kształtowaniu chrześcijańskiej dojrzałości we wszystkich sferach ludzkiego życia. Największym zagrożeniem w procesie formacji katechetów jest z jednej strony brak odpowiedniego przygotowania antropologicznego i psychopedagogicznego, a z drugiej strony bezkrytyczne korzystanie z postulatów wychowawczych zawartych w modnych obecnie systemach psychopedagogicznych, które oparte są na zubożonej antropologii oraz na powierzchownej wizji relacji międzyludzkich, zredukowanych do indywidualizmu i subiektywizmu. Katecheta ma szansę stać się owocnym ewangelizatorem jedynie wtedy, gdy dysponuje pogłębionym przygotowaniem antropologicznym oraz odpowiednimi kompetencjami psychopedagogicznymi. Zasada ta powinna zostać uwzględniona przez te osoby i instytucje, które opracowują programy kształcenia, a także programy stałej formacji katechetów.

Ks. dr Marek Dziewiecki – psycholog, wykładowca Wyższego Seminarium Duchownego w Radomiu, dyrektor Radomskiego Telefonu Zaufania „Linia Braterskich Serc”.