



Cap sur l'école inclusive
en Europe



Karta źródłowa

Empatia: definicja ogólna i jej składowe

Część modułu/ D

Kontakt : JL Lenoir.



1 - Temat

Omawiany poniżej temat to **"Empatia: definicja ogólna i jej składowe"**.

Niniejszy dokument wyjaśnia szczególną rolę, jaką mają składowe definicji empatii w nauczaniu i pracy pedagogicznej z dziećmi ze SPE, **ze szczególnym naciskiem na umiejętność mobilizowania dzieci ze SPE i nawiązywania z nimi odpowiednich relacji.**

Definicja ogólna

„Empatia” to termin o greckim rodowodzie, pochodzące od słowa *"empathia"* oznaczającego „pasję”, „miłość fizyczną”.

W języku angielskim pojawiło się w 1909 roku, kiedy psycholog Edward Titchener (uczeń niemieckiego psychologa Wilhelma Wundtsa) ukuł nowy termin „empatia” na bazie niemieckiego *"Einfühlung"* (słowa bliskiego znaczeniowo „współczuciu”, czyli *"Mitgefühl"*, ale jednak od niego różnego). Titchener pragnął w ten sposób **zaoferować psychologom narzędzie do budowania związku terapeutycznego opartego na czymś innym, niż współczuciu, które narzuca dystans między lekarzem, a pacjentem.**

Słynny amerykański psycholog Carl Rogers później zwrócił uwagę na decydującą rolę, jaką odgrywa charakter stosunków międzyludzkich nawiązanych w procesie terapeutycznym, określając empatię mianem relacji o kluczowym znaczeniu w kontekście udzielania wsparcia pacjentowi.

Z tych względów empatii nie należy sprowadzać wyłącznie do swego rodzaju „wrażliwości”, otwarcia na innych, dostępności uczuciowej, emocjonalnej i poznawczej. **Empatia to także metoda, „narzędzie” i środek, po który sięgają specjaliści, żeby skuteczniej udzielać wsparcia innym.** Łączy dwie odrębne jednostki na poziomie ciała i psychiki.

Carl Rogers podkreśla, że **u podstaw empatii leżą umiejętności nawiązywania relacji interpersonalnych oparte na umiejętnościach interpersonalnych** (Rogers, 1968).

Według definicji autorstwa C. Rogersa, „*Być empatycznym znaczy postrzegać dokładnie wewnętrzny układ odniesienia innego człowieka z emocjonalnymi komponentami oraz treściami, które się z nim wiążą. Oznacza to uchwycenie cierpienia lub radości w sposób, w jaki doświadcza ich druga osoba, postrzegać przyczyny w ten sam sposób, co ona.*” (Rogers, 1968).

Rogers uważał, że aby terapeuta mógł pomóc pacjentowi pokonywać kolejne etapy w terapii, muszą być spełnione następujące warunki:

- empatia;
- bezwarunkowa akceptacja (inaczej: postawa nieoceniająca);
- autentyczność (inaczej: spójność – zdolność do wyrażania uczuć w sposób autentyczny). Zdaniem Rogersa, warunek spójności musi być spełniony, aby druga osoba w relacji terapeutycznej wyrażała to, co faktycznie czuje.

Empatia występuje w kilku postaciach. Należy odróżnić **empatię poznawczą od empatii afektywnej i emocjonalnej**. Empatia poznawcza oznacza zdolność wyobrażenia sobie perspektywy myślowej drugiego człowieka (teoria umysłu), podczas gdy empatia afektywna i emocjonalna dotyczy umiejętności współodczuwania.

Empatia przekłada się na dwie odrębne umiejętności: zdolność doświadczenia (związaną z empatią poznawczą, emocjonalną, etc.) oraz umiejętnościami komunikacyjnymi (o których mowa w karcie „*Empatia i życzliwa komunikacja*”).

Zdolność empatii

Według pielęgniarki i specjalistki ds. relacji w zakresie opieki Theresy Wiseman, empatia to wypadkowa różnych umiejętności. Trzeba umieć przyjąć cudzy punkt widzenia, potrafić odczytać emocje i myśli drugiej osoby, jednocześnie będąc w stanie **przekazać drugiemu człowiekowi informację, że odczytało się i wzięło pod uwagę jego emocje i myśli**. W ten sposób wróciliśmy do pojęcia spójności autorstwa Carla Rogersa.

Kwestia ta zajmuje naczelne miejsce w dorobku psychologa Marshalla Rosenberga (ucznia Carla Rogersa). Rosenberg jest twórcą modelu komunikacji zwanego „Porozumieniem bez Przemocy” (PBP). Jego zdaniem, **autentyczne uwolnienie empatii i wykorzystanie jej jako budulca relacji międzyludzkich możliwe jest tylko wówczas, gdy empatyczny komunikat przekazany jest drugiej osobie w życzliwy sposób** (zobacz: karta „*Empatia i życzliwa komunikacja*”). Rosenberg dodaje, że warunkiem bycia empatycznym jest zdolność odczuwania „**samo-empatii**”. Nawiązując do pojęcia spójności autorstwa Rogersa, Rosenberg postuluje, że jeśli empatia faktycznie jest rodzajem **umiejętności budowania relacji interpersonalnych, to warunkiem jej istnienia jest posiadanie takich kompetencji intrapersonalnych, jak zdolność wsłuchiwania się w samego/samą siebie** („auto-empatia”) lub inaczej **życzliwość**.

Pisze: „*Kiedy stosujemy wewnętrzną przemoc wobec samych siebie, trudno nam jest odczuwać prawdziwą życzliwość wobec innych*”. (Rosenberg, 1999).

2/ Kontekst

Klasa (w szkole podstawowej lub średniej), w której znajduje się zaburzony uczeń. Widoczne problemy na poziomie dynamiki grupy. Różnice dzielą i powodują nieporozumienia, utrudniając stworzenie inkluzywnego otoczenia dla dziecka ze SPE.

Punktem wyjścia dla nauczyciela jest pojęcie **empatii i koncepcja, że warunkiem odczuwania i wyrażania empatii wobec innych jest zdolność do auto-empatii**. Bazując na tym podejściu, nauczyciel może uznać za stosowne wprowadzenie narzędzia edukacyjnego, którego celem będzie rozwinięcie zdolności auto-empatycznych w uczniach.

Na przykład: uczniowie w grupach oglądają scenki z filmów dokumentalnych. Otrzymują polecenie, aby każde z nich po kolei wyraziło to, co czuło lub pomyślało w trakcie oglądania danej scenki. Nauczyciel pozwala uczniowi wyrazić swoje odczucia i sformułować myśli, **rozwijając tym samym zdolność ucznia do słuchania zarówno samego siebie (zdolność intrapersonalna: auto-empatia), jak i drugiego człowieka (zdolność interpersonalna: empatia)**.

3/ Cel

Niniejszą kartę należy załączyć do modułu D jak Definicja. Karta wyjaśnia, co mamy na myśli, określając empatię mianem kompetencji relacyjnej. Definicja umożliwia wzbogacenie zasobów w zakresie rozwijania **umiejętności intra- oraz interpersonalnych oraz wybór postaw relacyjnych, które należy przyjąć wobec dzieci ze SPE**.

4/ Ograniczenia

Kompetencje relacyjne powiązane z auto-empatią i empatią **mogą stanowić fundament relacji wyłącznie pod warunkiem, że są elementem rozwijających umiejętności modeli komunikacyjnych**.

5/ Perspektywy

Nauczyciel (lub asystent wspomagający) może zniwelować to ograniczenie, posługując się modelem komunikacji „Porozumienie bez Przemocy” (PBP) (zobacz w Karcie źródłowej: ***"Empatia i życzliwa komunikacja"***).