

BŁAŻEJ SZOSTEK

ZJAWISKO EMPATII W DUSZPASTERSTWIE

The phenomenon of empathy in pastoral care

Empatia jest zjawiskiem wieloaspektowym, będącym przedmiotem zainteresowania zarówno psychologów, antropologów, filozofów, jak i teologów. Źródła tego zagadnienia sięgają filozofii, estetyki, socjologii, a także rozwijanej współcześnie psychologii humanistycznej, która stawiając w centrum całego człowieka, odkrywa i próbuje wyjaśnić fenomen złożoności psychiki ludzkiej. Wielką wagę do empatii przywiązuje psychologia humanistyczna, która w sposób systematyczny wyjaśnia wiele prawd o człowieku, przyczyniając się do lepszego zrozumienia jego istoty – jego rozumnej natury¹.

Fenomen empatii (gr. *empathēia*) to „odczuwanie z kimś” – w psychologii oznacza zdolność odczuwania stanów psychicznych innych ludzi (empatia emocjonalna), umiejętność przyjęcia ich sposobów myślenia, spojrzenia z ich perspektywy na rzeczywistość (empatia poznawcza)². Osoba nieposiadająca tej umiejętności jest „ślepa emocjonalnie” i nie potrafi ocenić ani dostrzec stanów emocjonalnych i uczuciowych innych osób. Empatia jest jednym z najsilniejszych hamulców zachowań agresywnych, istotnym więc pytaniem pozostaje, dlaczego niektórzy ludzie są empatyczni, a niektórzy są tej zdolności pozbawieni.

Celem artykułu będzie próba spojrzenia na zjawisko empatii z perspektywy interdyscyplinarnej, aby wyznaczyć konkretne wskazania

¹ Zob. C. R. Rogers, *Terapia nastawiona na klienta. Grupy spotkaniowe*, Wrocław 1981.

² J. Siuta, *Słownik psychologii*, Kraków 2006.

pastoralne mogące być pomocne duszpasterzom w lepszym korzystaniu z empatii w działalności pastoralnej. wyznaczyć konkretne wskazania pastoralne mogące być pomocne duszpasterzom w lepszym korzystaniu z empatii w działalności pastoralnej Na gruncie naukowym zjawiskiem empatii w perspektywie pastoralnej zajmował się m.in. Ch. R. Schlauch³, wskazujący na empatię jako istotę działalności duszpasterskiej. Na gruncie polskim temat podejmował ks. S. Bukalski⁴ przy okazji tematyki rozmowy duszpasterskiej oraz wielu teologów pastoralistów opisujących empatię w kontekście duszpasterstwa specjalnego i specjalistycznego.

1. Zachowanie empatyczne a altruizm

Zachowania empatyczne pozwalają nam spojrzeć na świat oczami drugiego człowieka, dostrzec to, czego my jako jednostki nie potrafilibyśmy bez tej zdolności. Dzięki empatii widzimy świat oczami partnera interakcji – mogą otworzyć się dzięki temu zupełnie nowe, nieznane i ważne obszary widzenia i przeżywania świata. Zdolność ta automatycznie i w sposób kontrolowany poszerza horyzonty postrzegania rzeczywistości, ubogaca nas i uczy, jaki jest drugi człowiek.

Typowe reakcje empatii to: troska, współczucie, szukanie prawdy o zachowaniu innych ludzi, odczuwanie cierpienia w obecności osób cierpiących, odczuwanie niepokoju na widok lęku innych, gotowość niesienia pomocy, współodczuwanie radości, smutku i innych emocji, ufność, wdzięczność, wyprzedzanie życzeń innych ludzi, serdeczność, życzliwość, tolerancja⁵.

Jak wskazuje papież Franciszek, postawa empatii często polega na tym, aby „zwolnić kroku, porzucić niepokój, aby spojrzeć w oczy i słuchać albo odłożyć pilne sprawy, aby towarzyszyć człowiekowi,

³ Zob. Ch. R. Schlauch, *Empathy as the Essence of Pastoral Psychotherapy*, „The Journal of Pastoral Care” 44, 1(1990), s. 3-17.

⁴ Zob. S. Bukalski, *Psychologiczne aspekty rozmowy duszpasterskiej*, „Colloquia Theologica Ottoniana” 2(2011), s. 119-130.

⁵ A. Węgliński, *Trafność Kwestionariusza Rozumienia Empatycznego Innych Ludzi (KRE)*, w: *Techniki kwestionariuszowe w diagnostyce psychologicznej*, red. R. Drwał, Lublin 1989, s. 63-76.

który pozostał na skraju drogi. Czasem Kościół jest jak ojciec syna marnotrawnego, który pozostawia drzwi otwarte, aby mógł on wejść bez trudności, kiedy powróci”⁶.

Empatia to także wrodzona skłonność do niesienia pomocy osobom znajdującym się w potrzebie, zwłaszcza w sytuacji zagrożenia życia, wydaje się być absolutnym przeciwieństwem agresji. Niektórzy filozofowie moralności, tacy jak David Hume i Adam Smith, uważali, że empatia, czyli współczucie jest podstawą naszego zachowania moralnego. Warto przy tym dodać, że podobnie jak agresja, empatia nie jest cechą wyłącznie ludzką. Zachowanie empatyczne jest charakterystyczne dla wielu naczelnych. Uważa się, że empatia rozwinęła się dzięki aktywności neuronów lustrzanych⁷.

Empatia angażuje głównie emocje. Emocje innych osób są odbierane przez system neuronów lustrzanych. Są to układy neuronów czuciowych powiązanych z motorycznymi tak, że obserwacja ruchów innych wywołuje u nas ruchy naśladowcze, a te z kolei wywołują u nas emocje analogiczne do emocji u osobnika obserwowanego. Dzielenie wrażeń i emocji z innymi jest związane z aktywacją struktur przetwarzających w naszych strukturach mózgowych w podobny sposób, w jaki są przetwarzane w strukturach mózgow osób potrzebujących pomocy. Struktury aktywizowane przez aktywności empatyczne to mózg – przede wszystkim wtórna kora somatosensoryczna (dotyk), kora wyspowa i przednia kora obręczy (ból i wstręt) oraz zespół jąder migdałowatych (strach). W całości obszary te są określane jako układ limbiczny i tworzą tzw. „mózg emocjonalny”⁸.

W literaturze przedmiotu postuluje się rozróżnienie trzech składowych procesów empatycznych. Pierwsza z nich to zdolność do emocjonalnego rozpoznawania emocji swoich i innych poprzez obserwację ekspresji twarzy, mowy i zachowania. Drugim składnikiem empatii jest zdolność do przyjmowania emocjonalnej perspektywy

⁶ Franciszek, Adhortacja *Evangelii gaudium*, Watykan 2013, nr 46.

⁷ J. Vetulani, *Agresja i empatia – dziwne pomieszanie*, „Wszechświat”, t. 112, nr 1, s. 18.

⁸ Por. tamże.

innej osoby. W tym przypadku istnieje jednak wyraźne rozróżnienie pomiędzy perspektywą osoby badanej i innej osoby. Trzecim komponentem jest zdolność do afektywnego reagowania, czyli do dzielenia stanów emocjonalnych innych osób oraz zdolność doświadczenia podobnych emocji. Empatia zawiera afektywne doświadczenia uczuć innej osoby, tak jakby były one jednymi z własnych uczuć. Jednak empatyczne odpowiedzi zawsze zawierają oddzielenie własnych emocji od tych drugiej osoby. Ze słowem empatia używane jest często zamiennie określenia sympatia, która w przeciwieństwie do empatii nie pociąga za sobą emocjonalnego oddzielenia od stanu emocjonalnego drugiej osoby⁹.

Empatia jest kluczowym mechanizmem, dzięki któremu ujawniają się w człowieku zachowania altruistyczne i zachowania prospołeczne. Altruizm charakteryzuje się tym, że podejmuje się bezinteresownie zachowania na rzecz innych ludzi, nie oczekując w zamian żadnej gratyfikacji. Altruizm jako troska o drugiego człowieka – uznawany jeszcze niedawno za nierealny postulat moralny – wydaje się dzisiaj wymogiem wręcz koniecznym dla normalnego funkcjonowania jednostki i całych grup ludzkich we współczesnym świecie. Niektórzy twierdzą nawet, iż warunkiem przetrwania ludzi w dobie cywilizacji technicznej na zasadzie alternatywy i kontrastu. Chodzi tu o altruizm rozumiany jako bliskoznaczny z nazwą „miłości bliźniego”, będących jednym z podstawowych nakazów moralnych chrześcijaństwa, jak również ten oparty na przesłankach pozareligijnych¹⁰.

Altruizm potrzebuje czynników wspomagających jego zaistnienie oraz realizację. Podstawowym elementem pozytywnym są ogólne zdolności empatyczne. Drugim czynnikiem są normy społeczne, szczególnie normy odpowiedzialności społecznej (pomaganie osobom będącym w potrzebie – a więc młodym, niedoświadczonym, bezradnym, osobom w podeszłym wieku, chorym, zagrożonym

⁹ D. Zarzycka, B. Ślusarska, B. Dobrowolska i in., *Empatia w pielęgniarstwie. Założenia, praktyka i jej empiryczne uwarunkowania*, „Pielęgniarstwo XXI wieku”, 56(2016) nr 3, s. 34.

¹⁰ Zob. M. Łobocki, *Altruizm a wychowanie*, Lublin 2002.

wykluczeniem społecznym) i normy wzajemności (pomoc i nieszkodzenie sobie nawzajem, przychodzenie z pomocą w szczególności tym, z których pomocy sami korzystali).

Osoby empatyczne dzięki znakomitemu wczuciu się w sytuację i psychikę innych stron mają zdolność rozwiązywania konfliktów, w związku z czym często pełnią rolę mediatorów. Osoby pozbawione tej zdolności są bardzo agresywne, o silnej osobowości, narzucające swą wolę i wizję świata, nie znosząc sprzeciwu, nieuznające argumentów innych stron, niedopuszczające do swojej świadomości możliwości własnej pomyłki lub błędu, wysoce konfliktowe, bezkompromisowe. Empatia kieruje nasz wzrok na drugiego, ponieważ bez niego trudno nam żyć¹¹.

2. Empatia a duszpasterstwo

Współczesne duszpasterstwo coraz silniej uwypukla konieczność oddziaływania personalnego. Człowiek pragnie relacji osobistej z duszpasterzem. Relacja ta może pogłębić życie religijne człowieka, a oddziaływanie pastoralne może dopomóc w uwolnieniu się od nieprawidłowości psychicznych, utrudniających przebieg prowadzący do dojrzałości osobowościowej i religijnej¹². Papież Paweł VI w adhortacji *Evangelii nuntiandi* zwraca uwagę, że: „Oprócz ogólnego i publicznego głoszenia Ewangelii zawsze jest godne uznania i ważne przekazywanie Ewangelii prywatne, od osoby do osoby. Używał go bardzo często sam Pan, jak świadczą rozmowy z Nikodemem, Zachęszem, Samarytanką, Szymonem Faryzeuszem. To samo czynili Apostołowie (...) Nie powinno dojść do tego, by na skutek konieczności niesienia Dobrej Nowiny do licznych rzesz ludzi, zapomniano o tej formie, która osiąga osobistego sumienia człowieka, i porusza je przedziwnym słowem, otrzymanym od kogoś innego. Nie możemy

¹¹ L. Grzesiuk, *Psychoterapia. Szkoły, zjawiska, techniki i specyficzne problemy*, Warszawa 1994, s. 47.

¹² R. Kamiński, A. Tomkiewicz, *Rozmowa duszpasterska i jej uwarunkowania psychologiczne*, „Rocznik Teologiczny Chrześcijańskiej Akademii Teologicznej”, 6(1986), s.117.

dosyć pochwalić tych kapłanów, którzy w sakramencie pokuty albo w duszpasterskich rozmowach niestrudzenie i pilnie prowadzą poszczególne osoby drogą Ewangelii, umacniają je w ich wysiłku, podnoszą w razie upadku i zawsze wspierają swoją mądrą radą i życzliwą wolą”¹³.

Formą, w której duszpasterz i jego rozmówca może na zasadzie międzyosobowego spotkania wymienić myśli, poglądy, oceny i przekonania, ukierunkowane w bliższej i dalszej perspektywie na wartości duchowe i religijne, jest rozmowa duszpasterska. Może się ona odbywać na płaszczyźnie duszpasterstwa zwyczajnego podczas wizyty kolędowej, w kancelarii parafialnej czy w kierownictwie duchowym. Często ma miejsce również w formach duszpasterstwa specjalistycznego, np. w szpitalu. Można powiedzieć, że stanowi ona istotę poradnictwa pastoralnego.

Rozmowa duszpasterska odbywa się na dwóch płaszczyznach: nadprzyrodzonej, która ma zasadnicze znaczenie, oraz psychologicznej, uwarunkowanej cechami osobowościowymi duszpasterza i rozmówcy, a także sposobem prowadzenia rozmowy¹⁴. Płaszczyzna psychologiczna nie może jednak przerodzić się w jakąkolwiek próbę psychoterapii. Rozmowa duszpasterska nie jest sakramentalną spowiedzią i jako taka ma inne cele. W przypadku duszpasterza, który jest zarazem psychoterapeutą, możliwe jest wprowadzenie przez niego wyjątkowo do rozmowy duszpasterskiej metod psychoterapeutycznych, które zawsze mają tylko funkcję wspomagającą, a nie przewodnią. Podstawą rozmowy z duszpasterzem jest relacja międzyosobowa na gruncie, której człowiek może doświadczyć przez pośrednictwo duszpasterza, pociechy i duchowego wsparcia, jakie daje Bóg i wiara w jego miłość. W rozmowie duszpasterskiej ważne są przede wszystkim słowa, które są wypowiedane przez dwóch partnerów interakcji, ale nie można zapomnieć o postawie duszpasterza. Postawa pełna

¹³ Paweł VI, Adhortacja *Evangelii nuntiandi*, Watykan 1975, nr 46.

¹⁴ A. Tomkiewicz, *Rozmowa duszpasterska*, w: *Leksykon teologii pastoralnej*, red. R. Kamiński, Lublin 2006, s. 749.

życzliwości, zrozumienia, szczególnie w relacji z człowiekiem depresyjnym, ma szansę nabrać charakteru terapeutycznego¹⁵.

Zdaniem papieża Franciszka: „W komunikacji z drugim człowiekiem pierwszą sprawą jest zdolność serca, umożliwiająca bliskość, bez której nie ma prawdziwego spotkania duchowego. Słuchanie pomaga nam dostrzec gest oraz stosowne słowo, które podważą naszą spokojną pozycję obserwatorów”¹⁶.

Papież Franciszek zwraca uwagę także na fakt, że: „Nie możemy angażować się w prawdziwy dialog, jeżeli nie jesteśmy *świadomi własnej tożsamości*. Na podstawie nicości, niczego, mglistej samoświadomości nie można prowadzić dialogu. Z drugiej strony, nie może też być autentycznego dialogu, jeżeli nie potrafimy otworzyć naszych umysłów i serc z *empatią i szczerą chęcią otwarcia się* na tych, z którymi rozmawiamy. Chodzi o okazanie zainteresowania, a w okazywaniu zainteresowania prowadzi nas Duch Święty. Wyraźne poczucie własnej świadomości każdego i zdolność do empatii są więc punktem wyjścia każdego dialogu. Jeśli chcemy rozmawiać swobodnie, otwarcie i owocnie z innymi, musimy dobrze wiedzieć, kim jesteśmy, co Bóg dla nas uczynił i czego od nas się domaga. I jeśli nasza komunikacja nie ma być monologiem, to konieczna jest otwartość umysłu i serca, by akceptować poszczególne osoby i kultury”¹⁷.

W kontekście rozmowy ważna jest odpowiedź na pytanie, co motywuje człowieka z problemami do rozmowy z duszpasterzem. Można tutaj dostrzec fakt, że psycholog nie zawsze potrafi zrozumieć problemy egzystencjalne, odnoszące się do sfery duchowej. Osoba szukająca porady nierzadko decyduje się na spotkanie z duszpasterzem, a nie z psychologiem, ponieważ obdarza go większym „zawodowym” zaufaniem i spodziewa się rozwiązania swoich wewnętrznych problemów za pomocą środków nadprzyrodzonych, które proponuje

¹⁵ Zob. O. Benedyktowicz, *Opieka – Relacja – Rozwój*, Warszawa 2009.

¹⁶ Franciszek, *Adhortacja Evangelii gaudium*, dz. cyt., nr 171.

¹⁷ Franciszek, *Spotkanie z biskupami azjatyckimi w sanktuarium w Haemi* (17.08.2014), <https://opoka.org.pl/> [dostęp: 10.11.2019].

duszpasterstwo¹⁸. Istotnie argument ten jest ważny i istotny. Należy jednak pamiętać, że w Polsce na szczęście coraz rzadziej panuje stereotyp, że osoba korzystająca z porad psychologicznych czy psychoterapii jest psychicznie chora. Często może to prowadzić do stygmatyzacji takiej osoby w jej środowisku, szczególnie w małych miastach i wsiach.

Duszpasterstwo w formie rozmowy ma charakter kariologiczny, w którym orędzie Jezusa Chrystusa spotyka się z konkretną sytuacją człowieka. Dzięki dialogowi obecnemu w rozmowie duszpasterskiej wiara przestaje być dla człowieka jedynie systemem abstrakcyjnych prawd podawanych przez Kościół do wierzenia. Ewangelia nabiera „praktycznego” znaczenia, stając się dla człowieka źródłem pociechy, odwagi, a także drogowskazem do szczęśliwego życia. Dzięki rozmowie duszpasterskiej można uzyskać poczucie niepowtarzalności i wartości, a także wychodząc ze swojej anonimowości, doświadczyć, że trudności i problemy towarzyszące życiu nie są Kościołowi obojętne. W rozmowie duszpasterskiej dokonuje się także akt diakonii. Nie chodzi tutaj tylko o przekaz słowa Bożego (martyria), lecz przede wszystkim o konkretną pomoc dla człowieka (diakonia) oraz o wywołanie poczucia przynależności do wspólnoty (*koinonia*)¹⁹.

Rozmowa duszpasterska składa się z kilku etapów. Pierwszy etap, rozpoczynający rozmowę, powinien odnosić się do kształtowania atmosfery zaufania między duszpasterzem a osobą będącą z nim aktualnie w relacji. Już sam fakt podjęcia rozmowy z duszpasterzem jest przeniknięty ogromnym zaufaniem. Zadaniem duszpasterza jest ten stan podtrzymywać, a także go pogłębiać. Budowanie zaufania jest rzeczą bardzo trudną i nierzadko rozmowa duszpasterska przy wzajemnej nieufności może skończyć się niestety tylko na etapie zakomunikowania duszpasterzowi przez osobę swoich trudności. Gdy duszpasterzowi i jego rozmówcy uda się zbudować relację opartą na zaufaniu, rozmowa duszpasterska przechodzi w drugi etap, w którym

¹⁸ R. Kamiński, A. Tomkiewicz, *Rozmowa duszpasterska i jej uwarunkowania psychologiczne*, dz. cyt., s. 120.

¹⁹ R. Hajduk, *Apologetyka pastoralna. Duszpasterska odpowiedź Kościoła na wyzwania czasów współczesnych*, Kraków 2009, s. 224.

osoba może w bezpiecznej atmosferze wyrazić swoje uczucia i emocje, a także opowiedzieć o swoich przeżyciach. Kiedy człowiek wyrazi to wszystko, co go aktualnie tworzy, motywuje, duszpasterz może uznać, że chory jest gotów na osobowe spotkanie z Jezusem Chrystusem. Ikoną takiego spotkania może być wędrówka Jezusa z uczniami udającymi się do Emaus (Łk 24, 13-33), kiedy to podczas rozmowy ze stanu smutku, przygnębienia Jezus doprowadza uczniów do wspólnego Łamania Chleba, które przewycięża ich stan i doprowadza do wiary i poznania Jezusa Zmartwychwstałego²⁰.

Dialog, w którym duszpasterz podchodzi z miłością, szacunkiem i empatią do człowieka, powoduje, że człowiek zaczyna dostrzegać, że nie jest sam, że jest z nim Bóg, który chce go umacniać i towarzyszyć mu podczas „doczesnej pielgrzymki”. Są z nim także rzesze świętych i postaci biblijnych, które doświadczały podobnie jak on. Człowiek, dzięki dialogowi odbywającemu się w ramach rozmowy duszpasterskiej, może dzięki pomocy Boga przez osobę duszpasterza zostać uwolniony od myśli, że sam musi zmagać się ze swoim losem i cierpieniem. Osoba, który siada naprzeciwko duszpasterza i opowiada mu o swoim doświadczeniu, przestaje w samotności konfrontować się ze światem. H. Lemke wskazuje na konkretne aspekty terapeutyczne, które powinien stosować duszpasterz w czasie rozmowy duszpasterskiej, a powinien on:

- słuchać, aby dać szansę rozwojowi;
- nie przerywać, kiedy mówi o swoich wewnętrznych przeżyciach;
- stosować pauzy – cisza też jest częścią rozmowy duszpasterskiej;
- traktować poważnie to, co dla rozmówcy wydaje się ważne;
- zwracać uwagę na język niewerbalny, który czasami zastępuje słowa;
- ostrożnie włączać się do rozmowy w przypadku trudności osoby ze zwerbalizowaniem swoich przeżyć;
- zwracać uwagę na to, jak postawa wpływa na przebieg rozmowy;
- nie oceniać, ponieważ wszelkie oceny wywołują lęk;

²⁰ A. Tomkiewicz, *Rozmowa duszpasterska*, dz. cyt., s. 751.

- nie udzielać rad bez pełnego poznania sytuacji;
- nie użalać się przesadnie nad sytuacją, ponieważ może to wywołać w osobie negatywne odczucia;
- nie przyjmować postawy pocieszania i mówić „będzie dobrze”, ponieważ może być to dla chorego znak, że nie jest traktowany poważnie;
- unikać natarczywego stawiania pytań, ponieważ osoba może nie znać odpowiedzi, a przez to czuć się tak przygnębiona; pytania mogą także wywołać w niej wstyd, że nie zna na nie odpowiedzi;
- dawać krótkie i rzeczowe informacje zwrotne bez czynnika wartościującego;
- nie projektować własnych uczuć;
- nie manipulować przebiegiem rozmowy - człowiek ma sam o własnych siłach w atmosferze cierpliwości duszpasterza odkrywać siebie;
- w odpowiednim czasie starać się przechodzić z treści mówiących o faktach na treści mówiące o uczuciach i emocjach;
- ukierunkowywać osobę na „tu i teraz” - wszystko co mówi rozmówca o swojej przeszłości, ma znaczenie dla tego, co przeżywa w momencie rozmowy;
- z wycuciem wskazywać na ewentualne sprzeczności pojawiające się w wypowiedzi osoby;
- powstrzymać się od śmiechu i okazywania zdziwienia po wypowiedzi²¹.

* * *

Chrześcijaństwo traktuje człowieka jako jedność duchowo - cielesną, przyjmuje, że jest on zdolny do odczuwania, nazywania swoich uczuć i emocji, a także do współodczuwania. Cechy te leżą u podstaw nauki o miłosierdziu, nawróceniu i miłości do siebie i bliźniego.

Empatia, rozumiana jako zdolność do współodczuwania, stanowi kanwę nauki Jezusa o komunikacji interpersonalnej. Skoro Ewangelia

²¹ H. Lemke, *Theologie und Praxis annehmender Seelsorge*, Stuttgart 1978, s. 129-130.

przestrzega, aby „nie sądzić nikogo, by nie być sądzonym (Mt 7, 1), to nie mamy tu do czynienia z niczym innym, jak właśnie z przestrożą wynikającą z braku rozumienia drugiego człowieka. Według nauki chrześcijańskiej kochać kogoś można tylko wtedy, gdy się go pozna, wejdzie się w jego świat, zacznie próbować się rozumieć odrębne od swoich punkty widzenia Jezus mógł o sobie powiedzieć: „Ja jestem dobrym pasterzem i znam moje owce” (J 10, 14). Jeżeli chrześcijaństwo mówi o empatii, to Tajemnica Wcielenia (Incarnationis Misterium) jest szczytem empatii. Jezus nie tylko wzywa nas do zachowań współczujących i rozumiejących, ale jest tego najlepszym przykładem. Jego zespolenie z ludźmi, szczególnie z cierpiącymi, posuwa się tak daleko, że Jezus mówi „Byłem chory, a odwiedziliście Mnie” (Mt, 25, 36).

Empatia powinna być punktem wyjścia relacji duszpasterskiej, gdyż umożliwia ona dostosowanie form miłości czy też form interwencji do niepowtarzalnej sytuacji osoby ludzkiej. Samo jednak przejawianie postawy współczującej wobec innych jak i siebie nie może zatrzymać samorozwoju. Wszystkie te umiejętności mają służyć zbliżaniu się do Wzoru Istnienia, jakim jest Bóg.

Niniejszy interdyscyplinarny artykuł z zakresu psychologii pastoralnej wskazał na możliwości oddziaływań empatycznych w kontakcie duszpasterskim. Dokonywać się to może tylko w pełnym zaufania dialogu osób, które dzięki owemu dialogowi mogą wejść w głęboką relację, dzięki której może się dokonać akt diakonii.

Streszczenie

Artykuł opisuje empatię z perspektywy psychologii pastoralnej, a także ukazuje możliwości oddziaływań empatycznych w kontakcie duszpasterskim. Empatia jest zjawiskiem psychologicznym, mającym wpływ na relacje międzyludzkie. Podejście empatyczne jest istotnym elementem rozmowy duszpasterskiej, której elementy opisano w artykule. Empatia jest także podstawowym warunkiem bycia w autentycznej relacji. Autentyczna postawa empatyczna jest podstawową składową altruizmu, którego pełnia została objawiona w Jezusie Chrystusie.

Summary

The paper discusses empathy from the perspective of pastoral psychology as well as shows how empathy can influence a pastoral contact. Empathy is a psychological process that affects human relations. The emphatic approach is an important component of pastoral conversation, the elements of which have been described in the article. Empathy is also fundamental to being in an authentic relationship. The authentic emphatic attitude is the basis of altruism, which was best revealed in Jesus Christ.

Słowa kluczowe: empatia, duszpasterstwo, rozmowa duszpasterska, relacja

Key words: empathy, pastoral care, pastoral conversation, relationship

Bibliografia

- Benedyktowicz O., *Opieka – Relacja – Rozwój*, Warszawa 2009.
- Bukalski S., *Psychologiczne aspekty rozmowy duszpasterskiej*, „Colloquia Theologica Ottoniana”, 2(2011), s. 119–130.
- Franciszek, *Adhortacja Evangelii gaudium*, Watykan 2013.
- Franciszek, *Spotkanie z biskupami azjatyckimi w sanktuarium w Haemi* (17.08.2014), <https://opoka.org.pl/> [dostęp: 10.11.2019].
- Grzesiuk L., *Psychoterapia. Szkoły, zjawiska, techniki i specyficzne problemy*, Warszawa 1994.
- Hajduk R., *Apologetyka pastoralna. Duszpasterska odpowiedź Kościoła na wyzwania czasów współczesnych*, Kraków 2009.
- Kamiński R., Tomkiewicz A., *Rozmowa duszpasterska i jej uwarunkowania psychologiczne*, „Rocznik Teologiczny Chrześcijańskiej Akademii Teologicznej” 6(1986), s. 117-134.
- Lemke H., *Theologie und Praxis annehmender Seelsorge*, Stuttgart 1978.
- Łobocki M., *Altruizm a wychowanie*, Lublin 2002.
- Paweł VI, *Adhortacja Evangelii nuntiandi*, Watykan 1975.
- Rogers C. R., *Terapia nastawiona na klienta. Grupy spotkaniowe*, Wrocław 1981.
- Schlauch Ch. R., *Empathy as the Essence of Pastoral Psychotherapy*, „The Journal of Pastoral Care” 44, 1(1990), s. 3-17.
- Siuta J., *Słownik psychologii*, Kraków 2006.
- Tomkiewicz A., *Rozmowa duszpasterska*, w: *Leksykon teologii pastoralnej*, red. R. Kamiński, Lublin 2006, s. 749-752.
- Vetulani J., *Agresja i empatia – dziwne pomieszanie*, „Wszechświat”, t. 112, nr 1, s. 14-20.

Węgliński A., *Trafność Kwestionariusza Rozumienia Empatycznego Innych Ludzi (KRE)*, w: *Techniki kwestionariuszowe w diagnostyce psychologicznej*, red. R. Drwal Lublin 1989, s. 63-76.

Zarzycka D., Ślusarska B., Dobrowolska B. i inni, *Empatia w pielęgniarstwie. Założenia, praktyka i jej empiryczne uwarunkowania*, „Pielęgniarstwo XXI wieku”, 56(2016) nr 3, s. 33-38.

Biogram

Dr Błażej Szostek: pastoralista; psycholog; psychoterapeuta; studia specjalistyczne ukończył na Uniwersytecie Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Warszawie, tytuł magistra psychologii (2009); stopień doktora teologii (2011); od 2011 roku zatrudniony na UKSW na stanowisku adiunkta w Katedrze Teologii Pastoralnej i Nauk Pomocniczych; autor monografii *Depresję można wyleczyć. Kościół wobec zaburzeń depresyjnych* (2013); absolwent 4-letniego szkolenia rekomendowanego przez Polskie Towarzystwo Psychologiczne w zakresie psychoterapii w Ośrodku Psychoterapii i Psychoedukacji Intra w Warszawie; prowadzi psychoterapię indywidualną i terapię par w nurcie humanistycznym; sekretarz redakcji pisma naukowego „Warszawskie Studia Pastoralne”; E-mail: blazejszostek@gmail.com

