

Janina JANOWSKA

**„Podejście skierowane na osobę” Carla Rogersa
jako metoda konstruktywnego stymulowania rozwoju osobowości**

Carl Rogers' "Person-Centered Approach"
as a Method of Constructive Stimulation of Personality Development

Podmiotowość w wychowaniu to we współczesnym polskim piśmiennictwie pedagogicznym pojęcie niezbyt chętnie uwzględniane. Świadczy o tym wyraźnie teleologia wychowania, a więc teoretyczny model wprowadzania celów i ideału wychowania, gdzie podstawowym założeniem jest twierdzenie, iż „źródłem celów wychowania jest ideologia społeczna” (H. Muszyński — 1977, s. 101). Takie stwierdzenie znajduje uzasadnienie w definiującej istotę człowieka z punktu widzenia marksistowskiego VI tezie o Feuerbachu: „Istota człowieka, to nie abstrakcja tkwiąca w poszczególnej jednostce. Jest ona w swej istocie całokształtem stosunków społecznych” (K. Marks — 1961, s. 5—8). Warto w tym miejscu podkreślić, iż jednym z najbardziej rozpowszechnionych w naszej pedagogice poglądów jest ten, że zadaniem pedagogiki jest formowanie ideału wychowawczego jako wartości nadrzędnej w stosunku do osobowości oraz znalezienie środków realizacji tego ideału. W praktyce oznacza to zasadność przyjmowania ideału wynikającego z systemu filozoficznego, religijnego lub — co ma miejsce w naszym przypadku — z ideologii politycznej. Konstruowanie ideału wychowania w oparciu o wartości nadrzędne — filozoficzne, religijne, polityczne ma istotne walory, tak stanowione cele wychowania są bowiem swoistą konkretyzacją tych wartości. Należy jednak zwrócić uwagę na poważne błędy czy niedogodności wynikające z tendencji metodologicznych *a priori*. Taka konstrukcja ideału zakłada jego wartości immanentne w stosunku do osobowości jakkolwiek rozumianej. Zajmuje w stosunku do osobowości pozycję nadrzędną i zewnętrzną.

Ten sposób wyprowadzania ideału nie uwzględnia w rzeczywistości wiedzy o człowieku ani w sensie posiadania danych empirycznych, ani

nawet w sensie rozumienia ogólnej istoty osoby ludzkiej; czyni wreszcie z pedagogiki pseudonaukę oderwaną od wielowiekowej refleksji filozoficznej, nie uwzględniając jej interdyscyplinarnego charakteru, co znajduje swój wyraz w ignorowaniu dokonań psychologii, filozofii, psychiatrii, neurologii, socjologii, antropologii (J. Janowska — 1984, s. 15—30). To niekorzystne zjawisko konsekwentnie w sposób bezpośredni znajduje swoje negatywne odbicie w efektach pracy wychowawczej i dydaktycznej na wszystkich szczeblach systemu oświatowego. Stało się tak za sprawą zagubienia podmiotowego podejścia do człowieka, które to podejście w pedagogice marksistowskiej zostało opacznie interpretowane na rzecz abso-lutyzowania społecznej warstwy człowieka (J. Kuczyński — 1979).

Zwolennicy behawiorystycznej wizji człowieka stworzyli również skuteczną metodę manipulacji zachowaniem, zapominając, że już samo pojęcie manipulacja jest niehumanitarne i stwarza przesłanki do przedmiotowego traktowania człowieka, podważając tym samym fundamentalną wartość, jaką jest godność ludzka. Podobny wreszcie zarzut można postawić koncepcjom psychodynamicznym. Twórcy ich snuli wizję człowieka niedoskonałego, kierowanego przez nieświadome i sprzeczne dynamizmy wewnętrzne. Zgodnie z tym uznali, że jedynie skuteczną metodą kształtowania ludzkiej osobowości i wzorów zachowania jest psychoterapia dynamiczna, a więc w rezultacie również manipulacyjna metoda sterowania.

Uzasadniona jest więc wzrastająca wśród psychologów i pedagogów nieufność do tych dwóch niewątpliwie wielkich koncepcji wychowania. W jednym i drugim systemie człowiek jest układem sterowanym przez nieuświadomione do końca siły wewnętrzne, jak to ma miejsce w koncepcji psychodynamicznej, lub przez niezależne od niego bodźce świata zewnętrznego — w koncepcji behawiorystycznej. Dlatego też coraz częściej w ostatnich latach podejmuje się próby stworzenia systemu wychowania humanistycznego, które wykorzystałoby osiągnięcia tzw. „trzeciej siły” w psychologii. Psychologia humanistyczna podjęła bowiem badania dynamizmów rozwojowo-motywacyjnych, tkwiących w jednostce ludzkiej, i określenia czynników, od których zależy pozytywny rozwój człowieka. Kierunek ten uwzględnia w swej perspektywie poznawczej to, co było immanentnie zawarte w aparaturze pojęciowej psychologii akademickiej i filozoficznej zarazem, a co zostało radykalnie odrzucone w połowie XIX w. przez tzw. psychologię naukową. Uwzględnia ona przede wszystkim wpływ wartości na postępowanie człowieka. Wśród psychologów humanistycznych mówi się o komplementarności różnych metod i sposobów poznania człowieka. Jest to nurt, w którym spotkały się wszystkie orientacje we wspólnym sprzeciwie wobec tego, co ogranicza poznanie człowieka. Jednym z istotnych źródeł powstania tego kierunku

w psychologii była praca z grupami spotkaniowymi, ukierunkowanymi na rozwój. Intencją tych spotkań była pomoc człowiekowi w lepszym rozumieniu samego siebie, swych autentycznych potrzeb, wyzwolenie motywacji do działań na rzecz konstruktywnego rozwoju własnej osobowości. Dzięki temu udało się stworzyć materiał na temat tego, jaki jest człowiek, jakie są jego potrzeby i rzeczywiste możliwości. Na ten właśnie kierunek działań praktycznych w psychologii zwraca uwagę A. Maslow: „[...] dotychczasowa psychologia bardziej zajmowała się badaniem minusów aniżeli plusów, więcej patologią aniżeli pozytywnym rozwojem, raczej frustracją aniżeli zadowoleniem człowieka, raczej tym, czym człowiek nie jest, aniżeli tym czym jest i czym może się stać dzięki własnej aktywności” (A. Maslow — 1968, s. 73).

Psychologowie humanistyczni, posługując się empirią, w której centrum uwagi był przede wszystkim człowiek i niesienie mu pomocy w pokonywaniu wszystkiego, co przeszkadza w osobistym rozwoju, poddali krytycznej analizie dotychczasowy stan wiedzy psychologicznej i stworzyli teorię samoaktualizacji, która wyjaśnia pozytywny rozwój człowieka i określa bardziej dokładnie czynniki, od których ten rozwój zależy.

Jakkolwiek warunków determinujących rozwój jest wiele, to jednak dadzą się one sprowadzić do wspólnego mianownika, a mianowicie do organizowania sprzyjających warunków do rozwoju. Dlatego też w literaturze dotyczącej przedmiotu powszechnie używa się pojęcia „facilitate” oznaczającego pomoc, ułatwienie, w tym przypadku pomaganie w rozwoju. Celem bowiem wychowania ukierunkowanego na osobę jest pomoc w jej rzeczywistym stawaniu się, pomoc w rozwijaniu potrzeby ciągłego doskonalenia i przekraczania samego siebie.

Jednym z warunków skutecznego działania wychowawczego, a więc takiego, które umożliwia wychowanie osoby w pełni autonomicznej, wewnątrzsterowalnej, autentycznej, odpowiedzialnej za rozwój własny i innych, aktywnej, realizującej swoje rzeczywiste dyspozycje osobowościowe jest oparcie praktyki wychowawczej na „podejściu skierowanym na osobę” (PCA) Carla Rogersa. Tak bowiem zwykło się określać stworzoną przez C. Rogersa humanistyczną teorię i metodę wychowania.

WARUNKI REALIZACJI „PODEJŚCIA SKIEROWANEGO NA OSOBĘ”

Teoria psychologii humanistycznej opiera się między innymi na wynikach długoletnich badań empirycznych Carla Rogersa, u podstaw których leży założenie, że organizm w naturalny sposób podąża w kierunku rozwoju i zaspokajania swoich rzeczywistych potrzeb. W świetle obserwacji klinicznych C. Rogers uważa, że założenie to odnosi się praktycznie

do każdej istoty ludzkiej, a z pewnością do każdego noworodka (impuls w kierunku osiągnięcia zdrowia i rozwoju). Prawdą jest jednakże i to — zauważa C. Rogers — że tylko pewna część ludzi osiąga tożsamość, samoistość, tylko część ludzi potrafi zdobyć się na aktualizację samego siebie. Przyczyną tego jest defekt w rozwoju danej osobowości, uzewnętrzniający się, według niego, istnieniem nerwicy. Ten defekt to niespełnienie tego, kim człowiek mógłby być lub kim powinien być, gdyby nie napotkał przeszkód w rozwoju. Przeszkody w rozwoju — to te wszystkie czynniki, które ograniczały aktywność jednostki bądź ją unieruchamiały czy też ukierunkowywały na cele niezgodne z rzeczywistymi potrzebami lub z przyjętym przez jednostkę systemem wartości. Jednym z ważniejszych bowiem celów, jakie człowiek chciałby osiągnąć, jest pragnienie bycia sobą. Jest to warunek umożliwiający rozwój, a więc zdrowie psychiczne, warunek realizacji samego siebie.

Carl Rogers zaznacza, że jego przekonania dotyczące problemów związanych z procesem rozwoju i dążeniem do tak zwanego dobrego życia w pełni funkcjonującej osoby, są raczej wynikiem empirii niż przemyśleń filozoficznych. Do poglądów swoich doszedł bowiem przez obserwację i uczestnictwo w zmaganiach, jakie podejmują pełni niepokoju i odpowiedzialności za siebie ludzie — ludzie mający potrzebę żyć w harmonii z sobą i światem zewnętrznym — żyć prawdziwie dobrze i twórczo. Doświadczenia jego wynikają z terapii, którą określa „podejściem skierowanym na osobę” (PCA). Ocenia ją też jako najbardziej konstruktywną i prawie zawsze efektywną. W swoich licznych i ogólnie na świecie znanych oraz cenionych pracach wyjaśnia istotę i warunki „podejścia skierowanego na osobę”. Stwierdzić w tym miejscu wypada, iż cała twórczość tego wybitnego psychologa jest wyzwaniem zmierzającym w kierunku odpowiedzi na to pytanie — a więc pytanie o skuteczne formy i metody pracy wychowawczej. Generalnie zakłada się, że klimat sprzyjający rozwojowi to taki, w którym człowiek czuje się bezpieczny i wolny. Dlatego też pierwszym warunkiem jest stworzenie takiego typu relacji, w którym osoba będzie mogła poczuć się w pełni bezpieczna i wolna. „[...] Do mnie należy rozumienie tego, jak czuje się ona w swoim świecie wewnętrznym, do mnie należy zaakceptowanie jej taką, jaką jest, wytworzenie atmosfery swobody, w której będzie się mogła poruszać w obrębie swego myślenia, odczuwania i swobody bycia w dowolnym, wybranym przez siebie kierunku” (C. Rogers — 1984, s. 109). Istotną bowiem cechą podejścia skierowanego na osobę jest założenie, iż człowiek jest zasadniczo w stanie sam siebie zrozumieć i ma niezliczone, bogate podstawy, by rozwinąć pozytywną koncepcję samego siebie. Do zadań jednak osoby facylitującej w rozwoju należy przyjęcie i spełnienie pewnych empirycznych warunków, a mianowicie empatii, akceptacji i zgodności. Z poję-

ciem zgodności (congruence) łączy się otwartość i szczerłość; autentyczna zgodność między przeżywaniem a wyrażaniem przeżyć. Im bardziej pedagog w relacji interpersonalnej jest sobą, nie ukrywając się za fasadą zawodową, tym bardziej może liczyć na efekty swojej pracy w konstruktywnym kierunku. Empatia z kolei jest również niezwykle istotnym czynnikiem warunkującym sprzyjający klimat rozwojowy. Wiąże się ona z umiejętnością wczuwania się i odczuwania aktualnych przeżyć osoby, z którą pozostajemy w relacji wychowawczej. Praktyczną wartością dla relacji empatycznej jest opanowanie sztuki słuchania i koncentracji, co jest koniecznym warunkiem adekwatnego odbioru przeżyć i emocji drugiej osoby. Konstruktywny proces rozwojowy nie jest możliwy bez akceptacji. Akceptacja oznacza tu bezwzględny szacunek dla jednostki jako osoby. Warto w tym miejscu przedstawić bardzo istotny fragment wypowiedzi C. Rogersa, definiujący w pewnym stopniu metodę i warunki „podejścia skierowanego na osobę”.

„Spróbuję podać zwięzły opis tego, jak wygląda taka praca. Przede wszystkim osoba pomagająca wchodzi tu w osobisty i subiektywny związek z osobą, z którą pracuje — odnosząc się doń nie jak naukowiec do obiektu badań, nie jak lekarz stawiający diagnozę i podejmujący leczenie, ale jak osoba do osoby. Traktuje ją jako osobę o bezwarunkowej wartości, nieważne, jak przejawia się ta wartość w zachowaniu, w jego uczuciach, czy w stanie, w jakim się znajduje. Pomagający jest w tej relacji autentyczny, nie ukrywa się za żadną obronną fasadą, przeciwnie, wychodzi z uczuciami, których doświadcza. Dzięki temu może wejść w świat przeżyć drugiej osoby, przenosi na nią część swojego empatycznego rozumienia” (C. Rogers, 1984, s. 183).

Ponieważ, jak stwierdza C. Rogers, w atmosferze wolności myślenia, czucia i zachowania człowiek spontanicznie wchodzi na drogę prowadzącą do bardziej autentycznego i zgodnego z sobą życia, zadaniem wychowawcy jest przyzwalanie na doświadczanie uczuć oraz uczenie dostrzegania w tym cennej wartości. Następnym warunkiem wspomagającym rozwój jest przyzwalanie w procesie wychowawczym na otwarcie się na swoje doświadczenie.

[...] Być sobą, to znaczy znaleźć wzór, podstawowy porządek, który istnieje w nieustannym potoku doświadczeń [...] bycie sobą znaczy odkrywać jedność i harmonię, która istnieje we własnych aktualnych uczuciach i reakcjach. Znaczy to, że prawdziwe Ja jest czymś, co jest po prostu odkrywane w potoku przeżyć, a nie czymś, co strukturalizuje doświadczenia.” (C. Rogers, 1984, s. 114).

C. Rogers wielką i szczególną uwagę przywiązuje do uczenia się bycia otwartym na swoje doświadczenia. Jest to jedno z ważniejszych sformułowań w jego teorii. Otwarcie jest przeciwieństwem postawy obronnej. W czasie trwania bezpiecznej relacji wychowawczej obronna, usztywniona postawa ma tendencje do zanikania na rzecz wzrastającego otwar-

cia na doświadczenie. Jednostka staje się bardziej otwarcie świadoma swoich własnych uczuć i postaw, które istnieją w niej na poziomie organicznym. Zaczyna również bardziej zdawać sobie sprawę z rzeczywistości, która istnieje na zewnątrz niej, zamiast odbierać ją według przyjętych z góry kategorii. Ta wzrastająca zdolność do bycia otwartą na doświadczenie czyni ją bardziej realistyczną w obcowaniu z nowymi ludźmi, nowymi sytuacjami, nowymi problemami.

Następny warunek „podejścia skierowanego na osobę” wiąże się z rozwijaniem zaufania do własnego organizmu. W procesie wychowawczym osoba winna coraz bardziej odkrywać, że jej organizm jest godny zaufania, że jest on odpowiednim instrumentem dla odnajdywania zadowalającego sposobu zachowania się w każdej sytuacji. W podejściu skierowanym na osobę, a więc metodzie pracy bazującej na przekonaniu o pozytywnych mechanizmach rozwojowych nie ma miejsca na ocenę lub podejmowanie decyzji za drugą osobę. Pomóc bowiem komuś w rozwoju oznacza sprawić, by sam znalazł w sobie i rozwinął siły w kierunku dla niego najważniejszym. Wówczas jednostka coraz bardziej zaczyna odczuwać, że centrum oceniania leży wewnątrz niej samej. Coraz mniej szuka w związku z tym aprobaty u innych, czy dezaprobaty dla życiowych decyzji, standardów i wyborów. Orientuje się, że ciężar dokonywania wyborów spoczywa na niej i że jedyne pytanie, które się liczy, brzmi: Czy żyję w sposób, który mnie głęboko satysfakcjonuje, w sposób, który mnie naprawdę wyraża?

EFEKTY „PODEJŚCIA SKIEROWANEGO NA OSOBĘ”

Osoba przebywająca w atmosferze bezpieczeństwa psychicznego, akceptacji i wolności nie ma potrzeby ukrywać się poza rolami lub tkwić w sztucznie stworzonej i niewygodnej fasadzie. Stara się odkryć, co w jej zachowaniu, a nawet w uczuciach, których doświadcza, nie jest prawdziwe, co nie płynie z autentycznych reakcji jej organizmu, co stanowi zasłonę, za którą ukrywała się dotychczas. Odkrywa, jak często w życiu kieruje się tym, czym myśli, że powinna być, a nie tym, czym jest, często dostrzega, że istniała tylko jako odpowiedź na wymagania innych. Tego typu doświadczenie jest też pierwszym krokiem na drodze konstruktywnego rozwoju. Człowiek doświadcza, że ma szansę stać się indywidualną, różną od innych osobą. Jednostka staje się bowiem coraz bardziej świadoma swoich własnych uczuć i postaw, które istnieją w niej na poziomie organicznym, zaczyna również bardziej zdawać sobie sprawę z rzeczywistości, która istnieje na zewnątrz niej, zamiast odbierać ją według przyjętych z góry kategorii. Wzrastająca otwartość na doświadczenie czy-

ni ją bardziej realistyczną w obcowaniu z nowymi ludźmi, nowymi sytuacjami, nowymi problemami. Przy otwarciu na swoje doświadczenie istnieje większa i bardziej natychmiastowa świadomość niezadowolających konsekwencji, a więc i możliwość szybszego naprawienia błędów. Jednostka czuje też mniej obaw przed emocjonalnymi reakcjami, które posiada. Pojawia się w niej stopniowo wzrost zaufania, a nawet zamiłowania do złożonego, bogatego, zróżnicowanego zbioru uczuć i tendencji, które istnieją w niej na poziomie organicznym.

Bardzo istotnym efektem procesu wychowania, dla którego podstawą jest podmiotowy charakter, jest to, że jednostka wydaje się bardziej zadowolona z bycia procesem niż z bycia produktem, dostrzega, że nie jest ustalonym jednoznacznie bytem, ale procesem stałego stawania się. Doświadczą, że dobre i godne człowieka życie niewiele ma wspólnego z prostym stanem przystosowania się.

„[...] Gdy spróbuję ująć w paru słowach prawdę o życiu tych ludzi, będzie ona wyglądać mniej więcej tak:

- życie ich jest procesem, nie zaś stanem istnienia,
- jest kierunkiem, a nie miejscem przeznaczenia,
- kierunek ten jest wybrany przez cały organizm, gdy rzecz jasna, istnieje psychologiczna wolność wyboru i poruszania się,
- ten wybierany spontanicznie kierunek ma przy tym pewne wspólne własności dla dużej populacji.

Dobre życie określeń zatem jako proces poruszania się w kierunku, który spontanicznie wybiera organizm ludzki, o ile jest wewnętrznie wolny” (C. Rogers — 1984, s. 186—187).

Warto podkreślić, kończąc te krótkie rozważania na temat podmiotowego podejścia do człowieka, iż C. Rogers przejawia raczej dystans dla poglądu głoszącego, że człowiek jest istotą irracjonalną i że niekontrolowane impulsy prowadzą do niszczenia siebie i innych. Twierdzi mianowicie, że ludzkie zachowanie jest znakomicie racjonalne, poruszane przez misterny i uporządkowany mechanizm w kierunku celów, które jako organizm usiłuje osiągnąć. Tragedią natomiast dla większości z nas jest to, że nasze mechanizmy obronne nie pozwalają uświadomić sobie owej racjonalności. U osoby natomiast, która czuje się odpowiedzialna za swój rozwój, rozwija się umiejętność właśnie racjonalnego życia, a więc bardziej wzbogacającego, emocjonującego, pasjonującego — słowem — twórczego.

BIBLIOGRAFIA

- J. Janowska, *Ideał i cele wychowania*, [w:] *Wybrane zagadnienia z pedagogiki*, red. K. Kuligowska, UMCS Lublin, 1984.
- J. Kuczyński, *Homo creator*, Warszawa 1979.
- K. Marks, *Tezy o Feuerbachu*, [w:] K. Marks, F. Engels, *Dzieła t. 3*, Warszawa 1961.
- H. Muszyński, *Zarys teorii wychowania*, Warszawa 1977.
- A. Maslow, *Toward a Psychology of Being*, New York 1968.
- C. Rogers, *On Becoming a Person*, Londyn 1984.
- C. Rogers, *A Way of Being*, Boston 1980.
- C. Rogers, *Encounter Groups*, New York 1970.

SUMMARY

The present-day education is in a deep crisis. The causes of this unfavourable situation are rather easy to define. One of them seems to be inadequate teacher training. Therefore, a question is raised more and more often: how to train teachers so that they would be able to meet the complex demands of modern school? It must be strongly emphasized that there is no tendency to train teachers in such a way that their psycho-pedagogical skills could assist in developing the most individual, personal dispositions of the pupil. Subject-oriented education, however, is not readily taken into consideration both in Polish pedagogical literature and practice. It could not be otherwise since the obtaining theoretical model of deriving goals and educational ideals in the post-war era stipulates that the fundamental source of constitutioning the goals and ideal of education is social ideology. This construction of the ideal assumes that its values are immanent towards personality however understood. The ideal thus assumes a superior and external position towards personality. That is why more and more attempts have been made recently to develop a system of education that would make use of the achievements of humanistic psychology. The main problem for research in humanistic psychology is to define and organize conditions that determine a positive development of personality.

One of the conditions of effective educational action, i.e. one that makes it possible to educate a fully autonomous, selfcontrolled, authentic person who is responsible for the development of himself and others, who is active and fulfills his real personal dispositions, is to base educational practice on Carl Rogers' Person-Centered Approach, which is the name for his humanistic theory and method of education.