

Sławomir Bukalski

Psychologiczne aspekty rozmowy duszpasterskiej

Colloquia Theologica Ottoniana nr 2, 119-130

2011

Artykuł został opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej bazhum.muzhp.pl, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach
dozwolonego użytku.

PSYCHOLOGICZNE ASPEKTY ROZMOWY DUSZPASTERSKIEJ

Ks. Sławomir Bukalski

Wydział Teologiczny Uniwersytetu Szczecińskiego
Szczecin

Doświadczenie uczy, że rozmowa z drugą osobą może pomóc. Stąd ludzie poszukują okazji, sposobności do rozmowy, szukają porady w obliczu problemu, poszukują wsparcia w momencie podejmowania trudnej decyzji, szukają wyjaśnienia tego, co niejasne, pragną rzeczywistości bardziej klarownej, poszukują pomocy w odnalezieniu sensu życia. Wyjątkowy charakter ma rozmowa podczas typowych form posługi kapłańskiej, w których ważnym fundamentem jest kompetencja komunikacyjna duszpasterza. Rozmowa może przyczynić się do odnalezienia prawdy dotyczącej ludzkiej egzystencji oraz Prawdy, którą jest sam Pan Bóg¹.

W samym wyrażeniu *rozmowa duszpasterska* zawarte są dwa terminy. Pierwszy ukierunkowany jest na relacje typu psychologicznego, drugi natomiast wskazuje na duszpasterza oraz inne osoby desygnowane przez władzę kościelną do pracy pastoralnej². Niniejszy artykuł koncentruje się zasadniczo na tym pierwszym wymiarze. W każdej rozmowie duszpasterskiej można wyróżnić także trzy płaszczyzny: nadprzyrodzoną (religijną), w której urzeczywistnia się

¹ Por. R. Hajduk, *Elementy psychologii pastoralnej*, Tuchów 1996, s. 33; W. Broński, *Komunikowanie się prezbitera z wiernymi w duszpasterstwie parafialnym*, „Legnickie Studia Teologiczno-Historyczne” (2009) 2, s. 16.

² Por. A. Tomkiewicz, *Duszpasterstwo indywidualne*, w: R. Kamiński (red.), *Teologia pastoralna*, t. 2, Lublin 2002, s. 599–625; por. także M. Kalinowski, *Migracja – zadania pastoralne Kościoła współczesnego*, w: D. Bryk, B. Roźnowski, M. Zięba (red.), *Migracja zarobkowa do Włoch. Próba podejścia interdyscyplinarnego*, Lublin 2008, s. 25–26.

spotkanie człowieka z Bogiem; świadomego międzyosobowego spotkania duszpasterza i osoby szukającej porad, osoby z konkretnymi uwarunkowaniami psychospołecznymi; oraz emocjonalną, przebiegającą w sferze nieświadomej³. Antoni Tomkiewicz w swoich rozważaniach na powyższy temat wskazuje aktualnie *dwie płaszczyzny: nadprzyrodzoną, która ma priorytetowe znaczenie, oraz psychologiczną, uwarunkowane cechami osobowościowymi duszpasterza i rozmówcy, a także sposobem prowadzenia rozmowy (...). Aby mógł w rozmowie duszpasterskiej urzeczywistnić się wymiar nadprzyrodzony, konieczne jest uwzględnienie wymiaru psychologicznego*⁴.

Zasadniczym celem rozmowy duszpasterskiej jest przygotowanie człowieka na spotkanie z Bogiem, ułatwienie kontaktu z Nim. Człowiek poszukuje kontaktu z duszpasterzem, aby ten pomógł zrozumieć mu jego problemy egzystencjalne, odnoszące się do sfery duchowej (kwestia wartości religijnych, moralnych, sumienia). Istotnym aspektem spotkania w takiej perspektywie jest oczekiwanie, że duszpasterz pomoże rozwiązać problemy za pomocą środków nadprzyrodzonych, które proponuje duszpasterstwo⁵. Wśród sytuacji życiowych, w których realizowana jest rozmowa duszpasterska, można wyróżnić: spotkania przygotowujące do sakramentów świętych, sprawowanie sakramentów, odwiedziny chorych w domu lub w szpitalu, spotkania w ramach modlitewnych grup parafialnych, sytuacje w kancelarii parafialnej, w szkole – katecheza szkolna, rozmowy w duszpasterskim telefonie zaufania⁶. Rozmowa duszpasterska jawi się więc jako jedna z najważniejszych posług duszpasterskich w Kościele, stanowi istotę poradnictwa duszpasterskiego. W niej bowiem wyraźnie wyraża się i realizuje służebna misja Kościoła.

Poszczególne części niniejszego artykułu będą dotyczyć najpierw zagadnień komunikacji interpersonalnej, ponieważ to właśnie ona stanowi główne tło rozmowy duszpasterskiej. Natomiast w dalszej części niniejszego artykułu zostaną zaprezentowane najważniejsze aspekty rozmowy duszpasterskiej: empatia, akceptacja, autentyczność. Tylko w takim klimacie przekazywane treści religijno-moralne mogą być trwale przyjęte, a normy moralne oraz wartości religijne – zinternalizowane.

³ Zob. R. Kamiński, A. Tomkiewicz, *Rozmowa duszpasterska i jej uwarunkowania psychologiczne*, „Roczniki Teologiczno-Kanoniczne” (1986), z. 6, s. 118.

⁴ A. Tomkiewicz, *Rozmowa duszpasterska*, w: R. Kamiński (red.), W. Przygoda, M. Fiałkowski, *Leksykon teologii pastoralnej*, Lublin 2006, s. 749.

⁵ Por. M. Kalinowski, *Migracja*, dz. cyt., s. 26.

⁶ Por. A. Tomkiewicz, *Rozmowa duszpasterska*, dz. cyt., s. 751.

1. Komunikacja interpersonalna

Człowiek jako istota społeczna komunikuje się z innymi osobami. Komunikacja daje szansę na wymianę myśli, współdziałanie, podążanie w tym samym kierunku, kształtowanie osobowości. Komunikacja duszpasterza z osobą poszukującą pomocy pomaga odkrywać sens życia oraz Boga w życiu codziennym. Komunikacja interpersonalna to proces, podczas którego ludzie dążą do dzielenia się znaczeniami za pośrednictwem symbolicznych (dźwięki, litery, słowa) informacji (komunikatów). Najprostszy model komunikowania się polega na przekazywaniu przez nadawcę komunikatu (werbalnego lub niewerbalnego) i odebraniu go przez odbiorcę. Komunikowanie się może być realizowane przez wypowiedzi ustne, pisemne i różne formy wizualne oraz mowę ciała, np. różnego rodzaju gesty, barwę i ton głosu, mimikę twarzy.

O człowieku możemy powiedzieć: *«homo sapiens»*, *«homo faber»*, *«homo ludens»*, *«homo patiens»*, *akcentując za każdym razem inną specyficzną ludzką cechę: rozumność, twórczość, bawienie się, cierpienie. Analizując życie człowieka, można zauważyć, iż jest on również istotą komunikującą się z innymi ludźmi. (...) W epoce rozwoju nauki o komunikacji należy wprowadzić nowe pojęcie: «homo communicans»*⁷. Komunikowanie się obejmuje zarówno wewnętrzne dialogi w subiektywnym, intrapsychnicznym świecie swoich przeżyć, jak też w relacjach interpersonalnych. Pełny proces komunikowania się sprawia, iż z jednej strony nadawca przekazuje swój komunikat, z drugiej odbiorca reaguje w taki sposób, że zwrotnie przesyła wiadomość nadawcy. Na taką dwukierunkowość procesu komunikowania się wskazuje Zbigniew Nęcki, definiując komunikowanie się interpersonalne jako podejmowaną w określonym kontekście wymianę werbalnych, wokalnych i niewerbalnych sygnałów w celu osiągnięcia lepszego poziomu współdziałania⁸. Psychologia wyróżnia i dokładnie opisuje poszczególne elementy procesu komunikacyjnego: nadawca; komunikat – czyli przekaz; kanał – czyli komunikacja ustna, pisemna, wizualna; odbiorca. Istotne jest również sprzężenie zwrotne, czyli informacja zwrotna o zrozumieniu przekazu⁹.

⁷ Z. Chlewiński, *Analiza kontaktu duszpasterskiego. Aspekt psychologiczny*, „Roczniki Teologiczno-Kanoniczne” (1984), z. 6, s. 136.

⁸ Z. Nęcki, *Komunikacja międzyludzka*, Kraków 2000, s. 109.

⁹ Por. J. Stankiewicz, *Komunikowanie się w organizacji*, Wrocław 1999; por. także J. Stewart, *Komunikacja interpersonalna: kontakt między osobami*, w: J. Stewart (red.), *Mosty zamiast murów. Podręcznik komunikacji interpersonalnej*, Warszawa 2008, s. 36–59.

NADAWCA – PRZEKAZ – KANAŁ – ODBIORCA

Ten powyższy model zaczerpnięty z teorii komunikacji jest aktualny także w rozmowie duszpasterskiej. Stopień zgodności między tym, co duszpasterz wypowiada, a co człowiek potrzebujący rozumie, świadczy o skuteczności tego procesu. Każdy komunikat przekazywany w werbalnej interakcji zawiera warstwę treściową (konkretna informacja wyrażana werbalnie) oraz warstwę relacyjną (informacja wyrażana niewerbalna – sposób mówienia, emocjonalny ton, zachowanie mówiącego). Ta druga warstwa jest komunikatem nadawcy (duszpasterza) do odbiorcy (człowieka szukającego pomocy), jak informacja powinna być odczytana i zrozumiana. Psychologowie są zgodni, że to właśnie pod wpływem dostarczanych komunikatów ludzie zmieniają swoje postawy.

Skuteczna rozmowa duszpasterska zakłada, że każdy ze wskazanych powyżej elementów procesu komunikacyjnego charakteryzuje się pewnymi istotnymi cechami. Skutecznym duszpasterzem jest osoba, która odznacza się przede wszystkim kompetencją i wiarygodnością. Skuteczność duszpasterza oceniana jest także pod kątem czystości jego intencji oraz bezstronności. Z kolei skuteczny przekaz winien kojarzyć argumentację racjonalną z ekspresją emocjonalną. Oba elementy powinny być obecne w przekazie. Proporcje tych elementów zależne są od środowiska odbiorców. Prowadząc rozmowę duszpasterską, należy pamiętać, że w każdym wyjaśnianym pojęciu jest zawsze zawarta warstwa denotacyjna – to, co dotyczy treści poznawczej, czyli co dane pojęcie oznacza, oraz warstwa konotacyjna – zwykle wyraża rodzaj oceny, preferencji, stan emocjonalno-uczuciowy duszpasterza¹⁰. Zdzisław Chlewiński postuluje stosowanie w duszpasterstwie tzw. terapii semantycznej, tzn. wyjaśniania denotacyjnego znaczenia pojęcia Boga oraz innych pojęć religijnych. Takie podejście jest zdecydowanie korzystniejsze nie tylko dla autentycznej wiedzy religijnej, ale także dla dojrzałej religijności. Konieczne jest oczyszczanie znaczeń konotacyjnych, tzn. utrwalonych negatywnych skojarzeń łączonych się np. z pojęciem Boga lub Kościoła¹¹. W powyższym kontekście jawi się wręcz imperatyw merytorycznego przygotowania duszpasterza do rozmowy duszpasterskiej. Bazowanie bardziej na sferze emocjonalnej niż na sferze poznawczej jest zdecydowanie mniej korzystne

¹⁰ Przykładem może być pojęcie *ojciec*. Warstwa denotacyjna wskazuje na rzeczywistą treść pojęcia: chodzi o mężczyznę mającego dzieci; druga warstwa konotacyjna, zawierająca swoisty ładunek emocjonalny, wartościujący, dzięki temu ten ojciec jest przeżywany jako dobry lub zły, życzliwy lub nieżyczliwy, sprawiedliwy lub niesprawiedliwy.

¹¹ Por. Z. Chlewiński, *Religijność dojrzała (szkic psychologiczny)*, w: tenże (red.), *Wybrane zagadnienia z psychologii pastoralnej*, Lublin 1989, s. 17.

dla rozwoju religijnego odbiorcy. Do skuteczności przekazu przyczyniają się także takie elementy, jak: powtarzanie najistotniejszych części argumentacji, formułowanie wniosków oraz odpowiednie umieszczenie w przekazie treści ważnych. Mówiąc o kanale, mamy na uwadze przepływ informacji. W rozmowie duszpasterskiej ważne są zarówno komunikacja werbalna, jak i pozawerbalna, czyli mowa ciała. Ostatnim elementem omawianego modelu komunikacji jest odbiorca, charakteryzujący się różną podatnością na przekaz¹². Sprzężenie zwrotne może przyjmować formę bezpośrednią, czyli ustne potwierdzenie przyjęcia komunikatu, kierowane do duszpasterza. Silne sprzężenie zwrotne przyczynia się do skuteczniejszego komunikowania się.

Zbigniew Nęcki, analizując proces komunikacji międzyludzkiej od strony psychologicznej, wskazuje na najistotniejsze zasady dobrej komunikacji: poznaj samego siebie, uwzględniaj chwiejność uwagi rozmówcy, licz się z uczuciami drugiej strony, zwracaj uwagę na sens, a nie formę wypowiedzi, spróbuj przyjąć punkt widzenia swoich rozmówców, mów w sposób jasny, rzeczowy, wspieraj słowa komunikacją niewerbalną¹³. Powyższe elementy skutecznej komunikacji międzyludzkiej są jak najbardziej aktualne także w rozmowie duszpasterskiej.

Prawidłowa komunikacja interpersonalna daje szansę na powodzenie rozmowy duszpasterskiej. Komunikacja interpersonalna uwarunkowana jest między innymi postawą duszpasterza, w której za bardzo istotne należy uznać: empatię, akceptację, autentyczność¹⁴. Z całą pewnością ważnych cech duszpasterza jest więcej. Można tu wspomnieć choćby o *Dekrecie o formacji kapłańskiej*, wskazującym, iż *należy rozwijać w alumnach odpowiednie uzdolnienia, które najbardziej sprzyjają dialogowi z ludźmi, jak umiejętność wysłuchania innych i otwierania serca na różne potrzeby ludzkie w duchu miłości*¹⁵.

¹² Podatność w zależności od kontekstu może mieć konotacje zarówno pozytywne, jak i negatywne. Podatność w kontekście niniejszego artykułu należy rozumieć jako pewną predyspozycję, mogącą służyć do charakterystyki osoby, jej zachowań. Jest to pewna dyspozycja obejmująca obserwowalne zachowania, uczucia, myśli, motywy. „Cecha jest skłonnością do zachowania się w określony sposób, wyrażająca się zachowaniem człowieka w różnych sytuacjach”. L.A. Perwin, *Psychologia osobowości*, Gdańsk 2002, s. 76; por. także J. Strelau, *Psychologia. Podręcznik akademicki*, t. 2, Gdańsk 2000, s. 526–527; A.S. Reber, *Słownik psychologii*, Warszawa 2000, s. 106–107.

¹³ Zob. Z. Nęcki, *Komunikacja*, dz. cyt., s. 118–123.

¹⁴ Por. C. Rogers, G.N. Kinget, *Psychotherapie et Relations humaines*, Louvain 1973, s. 198–203, za: A. Tomkiewicz, *Duszpasterstwo indywidualne*, dz. cyt., s. 610–611.

¹⁵ Dekret o formacji kapłańskiej *Optatam totius* (DFK), w: *Sobór Watykański II. Konstytucje. Dekrety. Deklaracje*, Poznań 1986, nr 19.

Wskazane powyżej uzdolnienia sprzyjające dialogowi z innymi osobami realizowane są najlepiej w rozmowie duszpasterskiej. W niniejszym artykule zatrzymano się na najistotniejszych cechach takiej rozmowy. W nurcie psychologii humanistycznej, według teorii Carla Rogersa, należy wyróżnić: wczucie się w drugiego bez dokonywania jakiegokolwiek wartościowania, czyli empatia; pełna emocjonalnego ciepła i szacunku oraz troska o drugiego człowieka, czyli akceptacja, oraz zgodna ze stanem wewnętrznym postawa zewnętrzna, czyli autentyczność¹⁶.

2. Empatia

Empatia to umiejętność zrozumienia drugiego człowieka, zrozumienia motywów nim kierujących jako źródeł jego decyzji i postaw oraz zdolność współodczuwania z innymi ich uczuć i emocji. Empatia, z racji odniesienia do drugiego człowieka, jest podstawową cechą umożliwiającą prawidłowy dialog interpersonalny¹⁷.

Rozmowa duszpasterska ma być tą przestrzenią, w której duszpasterz uczestniczy w życiu drugiego człowieka. Pomagając słowem drugiej osobie, należy odczuć w sobie wewnętrzny świat rozmówcy. To dzięki zdolnościom empatycznym dokonuje się wzajemne zrozumienie w kontaktach interpersonalnych¹⁸. Postawa empatii zakłada konieczność przede wszystkim uważnego przysłuchiwania się wypowiedziom człowieka potrzebującego. *Jest to pełne wrażliwości wsłuchiwanie się w wewnętrzny świat drugiego, wysiłek, by «wejść w skórę» drugiego i odczuć w sobie*¹⁹.

Specyficzne wsłuchiwanie się w to, co mówi drugi człowiek, oznacza wczuwanie się w świat myśli, przeżyć, uczuć drugiego człowieka, ale jednocześnie pozostawanie sobą. Empatyczne wsłuchiwanie się wymaga wręcz silnego poczucia własnej tożsamości. Empatyczna postawa nie oznacza bowiem utożsamienia się z potrzebującym człowiekiem. Postawa zatracania własnej tożsamości

¹⁶ Por. R. Kamiński, A. Tomkiewicz, *Rozmowa duszpasterska i jej uwarunkowania*, dz. cyt., s. 124–127.

¹⁷ Por. A.S. Reber, *Słownik psychologii*, dz. cyt., s. 192–193.

¹⁸ Por. C. Rogers, *Client – centered theory*, „Journal of Consulting Psychology” (1966) 30, s. 115–120, za: R. Kamiński, A. Tomkiewicz, *Rozmowa duszpasterska i jej uwarunkowania*, dz. cyt., s. 127.

¹⁹ R. Hajduk, *Elementy psychologii*, dz. cyt., s. 39.

poprzez utożsamianie się z innym człowiekiem grozi wręcz zatraceniem empatycznego wsluchiwania się w problemy drugiego człowieka. Świadomość własnej tożsamości, bogactwo życia psychicznego, integracja wewnętrzna duszpasterza – pomagają skuteczniej wsluchiwać się w problemy człowieka potrzebującego.

Empatyczne wsluchiwanie się w wewnętrzny świat drugiego człowieka wymaga od duszpasterza także postawy dojrzałej w wymiarze osobowym. Tylko dojrzała osobowość duszpasterza zapewni, że subiektywne odczucia np. człowieka uzależnionego, zaburzonego, znerwicowanego, zdesperowanego nie będą stanowić zagrożenia dla samego duszpasterza. W empatii chodzi o głębsze zrozumienie tego, co drugi człowiek chce powiedzieć w swoich werbalnych i niewerbalnych komunikatach. Komunikacja werbalna informuje przede wszystkim na poziomie treści, natomiast niewerbalna – zasadniczo na poziomie relacji²⁰. Aby doświadczyć tej rzeczywistości, należy zwrócić uwagę zarówno na wypowiedziane słowa, jak i na całego człowieka: zachowania, gesty, brzmienie głosu itd. Zdolność przyjęcia jego perspektywy: emocjonalnej, poznawczej, behawioralnej, możliwa jest tylko u osób dojrzałych osobowościowo. Ale tylko taka empatyczna postawa duszpasterza daje odczuć potrzebującemu człowiekowi, że jest rozumiany. Jest to jednocześnie tworzenie klimatu zaufania. I tylko to sprawia, iż odbiorca jest podatniejszy (w pozytywnej konotacji) na informacje o treści religijnej. *Percepcja treści religijnych zależy w dużej mierze od postaw uczuciowych partnera rozmowy*²¹. Aktywne przysłuchiwanie się wymaga wysiłku koncentracji. Tylko wtedy duszpasterz może usłyszeć to, co drugi człowiek ma naprawdę do powiedzenia. Usłyszeć np. lęk, pojawiający się w wypowiedziach; niepewność, wyrażaną w gestach i mimice; konflikt, który objawia się postawach pełnych mechanizmów obronnych; dostrzec i rozróżnić psychologiczne poczucie winy i teologiczną świadomość grzechu.

W sytuacjach braku postawy empatycznego zrozumienia stosunkowo często w zachowaniach duszpasterza pojawiają się błędy w prowadzeniu rozmowy duszpasterskiej: uogólnianie, pouczanie, lekceważenie problemu, ocenianie, stawianie diagnozy, udzielanie porad, moralizowanie, napominanie, wypytywanie, analizowanie, aktywne działanie. Im więcej okaże wczucia i rozumienia

²⁰ Zob. M. Szentmartoni, *Psychologia pastoralna*, Kraków 1995, s. 51; por. także J. Stewart, C. Logan, *Komunikowanie się werbalne*, w: J. Stewart (red.), *Mosty zamiast murów*, dz. cyt. s. 80–105.

²¹ R. Kamiński, A. Tomkiewicz, *Rozmowa duszpasterska i jej uwarunkowania*, dz. cyt., s. 121.

drugiego człowieka, tym mniejsze ryzyko, że przyjmie którąś z błędnych postaw. Wczuwając się więc w drugiego, duszpasterz unika niekorzystnego duszpastersko zachowania dyrektywnego²².

Rozważając powyższy aspekt rozmowy duszpasterskiej, należy zaznaczyć, że empatyczne słuchanie może być oznaką miłości i wynikającego z niej poczucia bezpieczeństwa w rozmowie duszpasterskiej, gdy duszpasterz swoje oddziaływania odnosi do postawy Chrystusa. To przecież Zbawiciel jest najwspanialszym wzorem empatycznego rozumienia człowieka potrzebującego²³.

3. Akceptacja

Akceptacja drugiego człowieka jest drugim podstawowym warunkiem prowadzenia rozmowy duszpasterskiej. Duszpasterz żywiący szacunek, uznanie, okazujący głębokie przyjazne przyjęcie sprawia, że rozmówca czuje się przez duszpasterza akceptowany. Rozmówca musi doświadczyć, że szacunek, jaki żywi wobec niego duszpasterz, nie zależy od jego zachowania, które duszpasterzowi może całkowicie nie odpowiadać. Rozważając niniejszy aspekt rozmowy duszpasterskiej, należy zauważyć, że chodzi o akceptację autonomii osoby. Oznacza ona *prawo jednostki do odrębnego i niepowtarzalnego kształtu własnej osoby oraz do samostanowienia o swoim losie*²⁴. W rozmowie duszpasterskiej człowiek musi doświadczyć, że duszpasterz go akceptuje w sposób bezwarunkowy, a to oznacza akceptację rozmówcy ze wszystkimi jego moralnymi i psychicznymi słabościami i ograniczeniami. Tylko taka postawa jest bliska ewangelicznej miłości, która także nie stawia warunków. Człowiek oskarżający się o jakiegokolwiek zło, uznający siebie samego za złego, nie potrafi zazwyczaj uwierzyć w Boga. Konieczna jest całkowita i bezwarunkowa akceptacja, aby rozmówca doświadczył miłości Boga, aby uwierzył, aby podjął pracę nad swoim życiem.

Kontrowersje pojawiają się, gdy duszpasterz spotyka się z postawami sprzecznymi z wymogami etyki, z wyrażaną wrogością wobec innych ludzi lub do samego Kościoła, z widocznymi formami agresji, z pragnieniem zemsty, z rozbijaniem małżeństwa, ze zdradą małżeńską, z nadużywaniem środków psychoak-

²² Zob. R. Hajduk, *Elementy psychologii*, dz. cyt. s. 40; por także. M. Szentmartoni, *Psychologia pastoralna*, dz. cyt., s. 49–50.

²³ Por. M. Dziewiecki, *Komunikacja pastoralna*, Kraków 2005, s. 37–43.

²⁴ Z. Chlewiński, *Analiza kontaktu*, dz. cyt. s. 148.

tywnych. Bezwarunkowa akceptacja rozmówcy nakazuje powstrzymać się od ocen zachowania drugiej osoby w kategoriach moralnych: dobry lub zły. Nie oznacza to wcale, że duszpasterz powinien traktować wszystkie bez wyjątku myśli i uczucia rozmówcy za moralnie dobre. Akceptacja nie może dotyczyć świadomego czynienia zła²⁵. *Duszpasterz o postawie bezwarunkowej akceptacji stwarza rozmówcy motywację do dokonania twórczej przemiany siebie, czyli metanoi*²⁶. Akceptując drugiego człowieka, duszpasterz stwarza możliwość, aby człowiek ze swoją słabością, ze swoim przekonaniem o złym życiu, doświadczył klimatu zaufania. Chodzi o stwarzanie okazji do umacniania zaufania do samego siebie, do samoakceptacji, do poczucia własnej wartości i wreszcie do przemiany życia w myśleniu i zachowaniu²⁷. Autentyczne zaakceptowanie potrzebującego człowieka nie może sprowadzać się wyłącznie do zewnętrznego zachowania. Akceptacja wymaga zaangażowania się w życie rozmówcy – chodzi o „wewnętrzne uczestniczenie”.

W kontekście akceptacji drugiego człowieka należy podkreślić także konieczność akceptacji samego siebie. Jest to również ważny element skutecznej rozmowy duszpasterskiej. Samoakceptacja połączona z realną samooceną oraz realnym celem życiowym pozwala duszpasterzowi doświadczać poczucia bycia szczęśliwym. Ten stan dobrostanu psychicznego, zwłaszcza w wymiarze eudajmonistycznym, zdecydowanie pomaga w rozmowie duszpasterskiej. Akceptować samego siebie to znaczy lubić siebie w każdym przypadku – również z błędami i wadami, które jednak są przedmiotem pracy nad sobą. Taka postawa przekłada się na zaufanie do osobistych zdolności, na przekonanie, że jest możliwość rozwiązywania ludzkich problemów, na samodzielność myślenia, obiektywizm i pewną autonomię w postępowaniu oraz poczucie własnej wartości.

4. Autentyczność

Postawa autentyczna to postawa zgodności zewnętrznych zachowań z wewnętrznymi przekonaniem, odczuciami i myślami duszpasterza w relacji do rozmówcy. Kongruentna postawa duszpasterza zakłada odrzucenie wszelkich masek, wszelkiej fasady. *Autentyczność to możliwość uczestniczenia z własnymi*

²⁵ Zob. R. Hajduk, *Elementy psychologii*, dz. cyt., s. 41–42.

²⁶ R. Kamiński, A. Tomkiewicz, *Rozmowa duszpasterska i jej uwarunkowania*, dz. cyt., s. 126.

²⁷ Por. Z. Chlewiński, *Analiza kontaktu*, dz. cyt. s. 148.

*uczuciami i postawami w procesie rozumienia i akceptacji drugiego*²⁸. Duszpasterz oceniany jest przez rozmówcę jako osoba autentyczna, gdy to, co mówi, stanowi jednocześnie wyraz jego własnych przekonań, gdy wypowiedane słowa są odbiciem wartości, które uznaje i realizuje na co dzień. Tak rozumiana autentyczność zakłada wypowiedanie obiektywnej prawdy i łączenie jej z subiektywnym przekonaniem. Ważną rolę odgrywają wówczas gesty, mimika – mowa ciała²⁹. Pomoc drugiemu człowiekowi poprzez rozmowę wymaga zaakceptowania w sobie zarówno tego wszystkiego, co pozytywne, jak i tego, co negatywne. Trudnością mogą być zwłaszcza negatywne cechy. Istnieje bowiem w każdym człowieku naturalna tendencja do ukazywania siebie w nieco lepszym świetle niż jest to faktycznie. Psychologowie wskazują na obraz idealny – czyli jaki chciałbym być. Tymczasem postawa autentyczna zakłada ukazywanie swojego obrazu realnego, tzn. jaki jestem. Mniej korzystne cechy w strukturze osobowości muszą być zauważone, aby duszpasterz nie musiał udawać nieomylnego znawcy, człowieka doskonałego. Akceptacja siebie takiego, jakim się jest, stanowi wymiar dojrzałości osobowej, tak koniecznej w relacjach duszpasterskich. Wysoki stopień autentyczności duszpasterza sprawia, że obiektywne treści dotyczące religijności są łatwiej przyswajalne przez rozmówcę³⁰. Zachowywać się autentycznie to także nie ukrywać swych przekonań religijnych przed drugim, swojego poziomu życia religijnego. Żywe przekonania duszpasterza mają wypływać z jego wewnętrznego życia. Chodzi o autentyczne przeżywanie Chrystusa i Jego nauki, aby nie sprowadzić poziomu rozmowy duszpasterskiej do dogmatyzowania i potocznego kaznodziejstwa³¹.

Niska kongruencja w życiu duszpasterza może przekładać się w relacji do rozmówcy na przeakcentowanie obowiązującego prawa i respekt, należny duszpasterzowi jako osobie urzędowej. Taka postawa utrudnia jednak pełne otwarcie się rozmówcy i zaufanie. Akcentowanie „powagi urzędu”, eksponowanie posiadanej władzy jest zazwyczaj jakimś działaniem obronnym duszpasterza.

²⁸ R. Hajduk, *Elementy psychologii*, dz. cyt., s. 42.

²⁹ Por. Z. Chlewiński, *Analiza kontaktu*, dz. cyt., s. 139.

³⁰ Por. R. Kamiński, A. Tomkiewicz, *Rozmowa duszpasterska i jej uwarunkowania*, dz. cyt., s. 125; por. także Z. Chlewiński, *Analiza kontaktu*, dz. cyt., s. 147.

³¹ Zob. R. Hajduk, *Elementy psychologii*, dz. cyt., s. 42–43.

Refleksja końcowa

Duszpasterz szczególnie zobowiązany jest do tworzenia klimatu zaufania oraz wkładanie wysiłku, aby być godnym zaufania. Bycie godnym zaufania oznacza urzeczywistnianie miłości bliźniego. *Dlatego odrzuciwszy kłamstwo: niech każdy z was mówi prawdę do bliźniego, bo jesteście nawzajem dla siebie członkami* (Ef 4,25). Zaufanie jest tym elementem – z punktu widzenia psychologii – które tworzy każdą wspólnotę. Zaufanie to wiara w prawdomówność danej osoby³². Jest wiarą w określone działania czy własności obiektu obdarzonego zaufaniem – czyli duszpasterza. Zaufanie może być także rozumiane jako emocja okazywana ludziom, przedmiotom czy instytucjom. W relacjach interpersonalnych wyzwala gotowość do współpracy – w przeciwieństwie do podejrzliwości. Tworzenie klimatu zaufania z innymi osobami odbywa się przez nawiązywanie kontaktu, komunikowanie się i obcowanie z innymi. Zaufanie odgrywa istotną rolę w jakości życia interpersonalnego, w sytuacjach oraz konkretnych rozmowach duszpasterskich. Zaufanie do duszpasterza dokonuje się w trakcie procesu, którego istotnymi elementami są: jego wiarygodność, kongruentna postawa, empatyczne zdolności, umiejętność akceptacji siebie i innych, sposób funkcjonowania, jakość relacji z innymi osobami. Tworzenie klimatu zaufania jawi się jako zadanie bardzo aktualne. Dla duszpasterza ten wysiłek wynika z przykazania miłości bliźniego.

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF PASTORAL CONVERSATION

Summary

A priest in particular is obliged to create climate of confidence and putting the effort to be worthy of trust! Being trustworthy means – the realization of charity! Trust is the element – from the standpoint of psychology – that makes each community. Trust is the belief in the truthfulness of a person. It is the belief in certain activities or properties of an object endowed with trust – a priest. Trust can also be understood as an emotion, which is presented to people, objects or institutions. In interpersonal relationships triggers willingness to cooperate, as opposed to suspicion. Creating a climate of trust with others is done by establishing contact, communication and communion with others. Trust plays

³² A.S. Reber, *Słownik psychologii*, dz. cyt., s. 875; zob. także S. Bukalski, *Zaufanie*, „Niedziela”, dodatek „Kościół nad Odrą i Bałtykiem”, (2008) 47, s. VI.

an important role in the quality of interpersonal life, in pastoral situations and specific pastoral conversations. Confidence in the priest made during the process, the essential elements are: credibility, attitude congruent, empathic ability, the ability to accept themselves and others way of working, the quality of relationships with others. Creating a climate of trust, is seen as very timely task. For the priest, this effort results from the commandment to love one's neighbour.

Translated by Mirosława Landowska