

STANISŁAW DZIEKOŃSKI

ZNACZENIE EMPATII W PRACY NAUCZYCIELA

Jedną z zasadniczych kwestii w pracy nauczyciela są jego odpowiednie kompetencje. Ich poziom w jakiejś mierze zależy od cech osobowościowych – wrodzonych i nabytych, o czym dokładniej dowiadujemy się, sięgając do badań prowadzonych na gruncie psychologii. W kontekście wyraźnie dostrzegalnych zmian społeczno-kulturowych, determinowanych w znacznej mierze rozwojem nowych technologii, zagadnieniem wielkiej wagi staje się empatia, dzięki której łatwiej nam zrozumieć innych i żyć zarówno z nimi, jak i dla nich. Uwaga ta jest szczególnie ważna w kontekście pracy nauczyciela, który nie tylko powinien dzielić się z uczniami wiedzą i doświadczeniem, lecz przede wszystkim otoczyć ich miłością wymagającą poświęcenia i zrozumienia innych. Artykuł dotyczy następujących zagadnień: empatia w relacjach uczeń–nauczyciel; empatia w perspektywie istotnych wartości życia ludzkiego; zależności między empatią a wypaleniem zawodowym; praktyczne aspekty rozwijania empatii u nauczycieli; rola uniwersytetów katolickich w kształceniu empatycznych nauczycieli. Opracowanie przyjętego tematu domaga się podejścia interdyscyplinarnego, przy czym wiodącą będzie perspektywa pedagogiczna¹.

Ks. prof. dr hab. STANISŁAW DZIEKOŃSKI – Uniwersytet Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Warszawie, Wydział Nauk Pedagogicznych, Instytut Pedagogiki; adres do korespondencji: ul. Wóycickiego 1/3, 01-938 Warszawa; e-mail: s.dziekonski@uksw.edu.pl; ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5243-2628>.

¹ Przybliżenie tematyki empatii wymaga m.in. sięgnięcia do psychologii. Bardzo dziękuję Marlenie Kazoń, psychoterapeutce i doktorantce Wydziału Nauk Pedagogicznych UKSW, za pomoc w dotarciu i zebraniu części materiału źródłowego, który został uwzględniony zwłaszcza w dwóch punktach niniejszego artykułu: Empatia w relacjach uczeń–nauczyciel i Empatia w kontekście wypalenia zawodowego.

1. EMPATIA W RELACJACH UCZEŃ–NAUCZYCIEL

Empatia, rozumiana jako zdolność do rozumienia i współodczuwania emocji innych ludzi, jest jednym z kluczowych elementów skutecznej pracy pedagogicznej. W kontekście pracy nauczyciela empatia jest definiowana jako zdolność do rozumienia i adekwatnego reagowania na emocje uczniów (Davis, 1994). Składa się ona z dwóch głównych komponentów: poznawczego, obejmującego umiejętność rozumienia perspektywy drugiej osoby, i emocjonalnego, polegającego na współodczuwaniu (Batson, 2009). Oba te elementy są niezbędne do skutecznego reagowania na potrzeby uczniów. Prowadzone badania jednoznacznie wskazują, że wysoki poziom empatii u nauczycieli przekłada się na poprawę relacji z uczniami, lepsze wyniki w ich edukacji oraz budowanie atmosfery wzajemnego zaufania i zrozumienia (Kostrzevska, 2015; Woszczyzna, 2018). Empatyczny nauczyciel tworzy bowiem środowisko, w którym uczniowie czują się akceptowani i rozumiani, co jest niezbędne dla ich rozwoju emocjonalno-społecznego i sprzyja realizacji potrzeby bezpieczeństwa. Warto też podkreślić, że empatia pomaga nauczycielowi w efektywnym radzeniu sobie z wyzwaniami wychowawczymi. Nie bez znaczenia jest w tym względzie to, że w wielu przypadkach klasy szkolne są dzisiaj tworzone przez uczniów charakteryzujących się dużą różnorodnością, zarówno pod względem kulturowym, jak i wymiarze potrzeb indywidualnych. Dzięki empatii nauczyciel może szybciej i lepiej zrozumieć kontekst życiowy swoich podopiecznych i trafniej dobrać metody pracy. Empatia odgrywa zatem kluczową rolę w relacji nauczyciela z uczniem w całym procesie dydaktyczno-wychowawczym (Kostrzevska, 2015).

Nauczyciel, który potrafi zrozumieć emocje i potrzeby ucznia, buduje z nim pozytywną więź. Trafniej reaguje na trudne sytuacje wychowawcze, np. konflikty między uczniami czy trudności emocjonalne dzieci przejawiające się w takich zachowaniach, jak wycofanie, agresja lub obniżenie motywacji do nauki. Uczniowie uczęszczający do klas prowadzonych przez nauczycieli o wysokim poziomie empatii wykazują większe zdolności interpersonalne oraz lepiej radzą sobie w sytuacjach stresowych (Meador, 2015).

W pracy nauczyciela jednym z ważniejszych zadań jest rozwijanie kompetencji społecznych uczniów: zdolności współpracy, rozwiązywanie konfliktów czy rozumienie innych. Empatia nauczyciela odgrywa istotną rolę w tym procesie, ponieważ umożliwia modelowanie zachowań prospołecznych i prosocjalnych (Jordan, 2008). Dzieci obserwujące empatyczne zachowania nauczyciela uczą się, jak skutecznie komunikować się z innymi i rozwiązywać problemy w sposób konstruktywny. Doświadczając zrozumienia i wsparcia ze strony nauczyciela,

są bardziej skłonne do okazywania empatii innym. W rezultacie cała klasa staje się bardziej zintegrowana, a poziom konfliktów między uczniami ulega zmniejszeniu. Tworzenie atmosfery akceptacji i współpracy w klasie sprzyja zatem rozwojowi umiejętności interpersonalnych uczniów (Meador, 2015).

Empatia jest ważna w edukacji wczesnoszkolnej, w ramach której nauczyciele mają znaczny wpływ na rozwój emocjonalny, społeczny i poznawczy dzieci (Cooper, 2011). Dostrzegając wartość empatii u nauczyciela pracującego z młodszymi dziećmi, warto również podkreślić jej znaczenie w kontaktach z uczniami wchodzącymi w okres adolescencji. W porównaniu z długością życia ten etap rozwoju nie trwa długo, ale ma określoną specyfikę. Wychowanie w okresie dorastania jest jednym z ważnych zagadnień podnoszonych od dawna nie tylko na gruncie pedagogiki, lecz także innych nauk, zwłaszcza psychologii rozwojowej. Jej odkrycia pozwoliły dokładniej zrozumieć, kim jest młody człowiek wchodzący w dorosłość, i szczegółowo scharakteryzować na tym etapie rozwoju dwa procesy: dojrzewanie i dorastanie. Mimo prowadzenia badań nad młodzieżą w wieku dorastania dostrzega się konieczność szerszego uwzględnienia tematyki wieku dorastania w pracach naukowych skupionych wokół problematyki szeroko rozumianego wychowania. Dlatego też z wielkim zadowoleniem były i są przyjmowane publikacje mówiące o wychowaniu młodzieży w średnim wieku szkolnym. Ponad trzydzieści lat temu bardzo wysoko została oceniana książka *Teoretyczne założenia katechezy młodzieżowej* pod redakcją ks. prof. Romana Murawskiego (1989). Przywołuję to opracowanie nie przypadkowo, ponieważ zostało w nim zaprezentowane integralne spojrzenie na wychowanie adolescenta z uwzględnieniem aspektu aksjologicznego. Kolejne lata przyniosły jednak ważne zmiany dotyczące różnych wymiarów życia człowieka. Niewątpliwie do nich trzeba zaliczyć globalizację, postmodernizm czy transformację cyfrową charakterystyczną dla współczesnej cywilizacji. Każde z tych zjawisk wycisnęło swoje piętno na rozwoju człowieka i nadal znacząco wpływa na wychowanie. Wobec tych zmian coraz silniej wybrzmiewa głos, że jakość wychowania młodzieży w polskiej rodzinie i szkole nie jest najlepsza. Handel narkotykami, molestowanie, znęcanie się uczniów nad koleżankami, kolegami i nauczycielami, targnięcie się młodych ludzi na własne życie to tylko niektóre treści codziennych serwisów informacyjnych. Najwięcej niepokoju budzi stan młodzieży na etapie adolescencji, ponieważ w tej grupie najczęściej dochodzi do wykroczeń, a nawet przestępstw. Fakty te zmuszają do ożywionej dyskusji nad kierunkiem wychowania współczesnej młodzieży oraz do wysuwania konkretnych propozycji wychowawczych.

2. EMPATIA W PERSPEKTYWIE ISTOTNYCH WARTOŚCI ŻYCIA LUDZKIEGO

Zdolność do wczuwania się w emocje i sytuację życiową ucznia pozwala nauczycielowi lepiej dostosować metody dydaktyczne do indywidualnych potrzeb uczniów, co z kolei sprzyja ich zaangażowaniu w proces nauki (Meador, 2015). Jest to szczególnie istotne w kontekście podnoszonej często potrzeby bardziej spersonalizowanego podejścia do ucznia, odkrycia w nim i rozwinięcia potencjału, który przyćmiony jest często masowym charakterem proponowanych rozwiązań edukacyjnych. Empatię można zatem potraktować jako jeden z ważniejszych czynników liczenia się z podmiotowością ucznia i dostrzeżenia w nim wartości, wśród których na pierwszym miejscu jest godność, postrzegana jako dar i zadanie, wyróżniająca człowieka spośród innych stworzeń, podkreślająca jego wielkość i niepowtarzalność. Tak prezentował godność osoby ludzkiej Stefan Wyszyński, gdy wyjaśniał, że człowiek wyposażony przez Stwórcę w rozum, wolną wolę i bogactwa serca, wyniesiony pięknem, dostojnością i zaletami ciała i duszy ponad świat roślinny i zwierzęcy, w całej swej naturze, postawie, dążeniach i przeznaczeniu jest królem stworzeń i błogosławieństwem ziemi (1987). W odróżnieniu od innych bytów, powołany do współpracy z Bogiem w rządach nad światem i kierowania swoim losem, dla Boga tylko człowiek jest „kimś”... W świetle wypowiedzi Wyszyńskiego wyjątkowa wartość człowieka została podkreślona zwłaszcza we wcieleniu, życiu i śmierci Jezusa Chrystusa (Dziekoński, 2021).

Teza o godności człowieka jest często przywoływana, m.in. w aktach prawnych Unii Europejskiej i Polski, a sama godność różnie definiowana i rozumiana zarówno w nauce – w literaturze prawniczej, socjologicznej, psychologicznej i pedagogicznej, jak i w codziennym życiu – mowie potocznej, argumentacji społecznej, ideologicznej i politycznej. Wobec godności pojawiają się zróżnicowane stanowiska, w których – w wielu przypadkach – pojęcie to jest przywoływane i wykorzystywane w sposób nieuprawniony w stosunku do jego antropologicznych źródeł (Chałas, 2019). Tymczasem biblijna perspektywa, wydobywając głębię godności, wiąże ją z najwyższym Boskim autorytetem i ludzką naturą. Każdy człowiek ma taką samą godność, niezależnie od zajmowanej pozycji społecznej. Wpisana w ludzką naturę godność wyznacza hierarchię praw, ze wskazaniem które z nich mają charakter niezbywalny (Starnawski, 2011). Niepowtarzalny i nienaruszalny charakter godności czyni z niej podstawowy punkt odniesienia w relacjach międzyludzkich, także w pracy pedagogicznej. Wzmacniane empatią otwarcie na ucznia pozwala łatwiej dostrzec w nim człowieka,

który jest wartością samą w sobie, a jednocześnie domaga się zrozumienia i pomocy w integralnym i pełnym rozwoju. Godność ucznia staje się zatem najwyższym dobrem i racją dla respektowania przysługujących mu praw i poszanowania wartości (Dziekoński, 2021), a więc także prawa do wychowania nastawionego na wszechstronny rozwój.

Empatia pozwala bardziej liczyć się nie tylko z godnością ucznia, lecz także wyzwala chęć niesienia pomocy w zrozumieniu jego wielkości ze względu na posiadaną godność i odpowiedzialności za swoje wychowanie. Świadomość, kim jestem – z akceptacją siebie z jednej strony, z drugiej zaś dostrzeżeniem obszarów do zmiany i zagospodarowania – może stać się ważną determinantą, gdy chodzi o zdobywanie wiedzy i kształtowanie postaw. Jest to niewątpliwie wątek, który zarówno w literaturze psychologicznej – szczegółowo wyjaśniającej pojęcie empatii, jak i pedagogicznej mógłby być bardziej rozwinięty. Postrzeganie znaczenia empatii w relacjach nauczyciel–uczeń wymaga jednak spojrzenia, czy też podejścia, interdyscyplinarnego, z uwzględnieniem antropologii odkrywanej i rozwijanej na gruncie filozoficzno-psychologicznym, a także antropologii biblijnej, interpretowanej z zastosowaniem warsztatu właściwego dla refleksji teologicznej, która zwłaszcza w obszarze nauczania religii i katechezy wchodzi w ścisłe relacje z pedagogiką. Takie podejście pozwala lepiej zrozumieć, że godność, stanowiąca szczególną wartość i wpisująca się w bezpośrednie lub pośrednie cele wychowania, może być rozpatrywana w świetle dwóch podstaw: nadprzyrodzonej i naturalnej. Łączą się one ze sobą i warunkują, przy czym odpowiednio wyróżnia się godność osobową daną, i godność osobowościową zadaną (Chałas, 2019). Dlatego można mówić o godności jako darze i zadaniu. Zrozumienie wielkości swego bytu i istnienia, wartości jednego, jedyne go i niepowtarzalnego życia, domaga się zerwania z egoizmem i zgłębienia pełnej prawdy o człowieku, włącznie z próbą zmierzenia się z pozadoczesnością (Dziekoński, 2021).

Empatia, otwierająca nauczyciela na ucznia bez stawiania jakichkolwiek warunków, w sposób wyjątkowy znajduje swój wyraz w miłości, która jest szczególną wartością w budowaniu człowieczeństwa i relacjach międzyludzkich. Dobitnie podkreślił to Stefan Wyszyński, zwłaszcza w sytuacji pogardy dla życia człowieka i jego godności, mówiąc, że wartość człowieka mierzy się tym, jak i w jakim stopniu miłuje. W miłości zawiera się sens osobowości ludzkiej (Dziekoński, 2021).

Nie ma zatem wątpliwości, że miłość ma swoje implikacje pedagogiczne. Samo pojęcie współczesnej paidei, podstawowe dla wychowania, utożsamiane jest z określeniami „cywilizacja miłości” lub „kultura miłości”. Pojęcie „cywilizacja

miłości” zostało użyte po raz pierwszy przez papieża Pawła VI, przy czym przywołał je i przybliżył Jan Paweł II (Dziekoński, 2006; Starnawski, 2011). Projekt „cywilizacja życia” prowadzi do humanizacji świata poprzez kulturę, dzięki której człowiek – będący podmiotem, przedmiotem i celem kultury – może stawać się bardziej człowiekiem. W takim ujęciu między terminami „cywilizacja życia” czy „kultura miłości” a „paideia” można postawić znak równości. Sam proces humanizacji jest tożsamy z personalizacją (Starnawski, 2011).

Warto jednak podkreślić, że uznanie miłości za podstawową zasadę w pracy wychowawczej ma swoją długą historię w refleksji i praktyce wychowawczej tworzonej na gruncie pedagogiki chrześcijańskiej i Kościoła. Kierowanie się miłością w wychowaniu czy zastosowanie zasady miłości w wychowaniu polecał św. Augustyn. W wielu wypowiedziach papieży, jeszcze przed Soborem Watykańskim II, który przyniósł *aggiornamento* Kościoła, miłość połączona ze wzajemnym zaufaniem są umieszczane w grupie podstawowych środków i metod wychowania. Umiejętność wytworzenia klimatu miłości i wzajemnego zaufania w opinii niektórych papieży jest cechą wyróżniającą dobrego wychowawcę oraz sztuką, którą łatwiej można osiąść współdziałając z łaską Bożą (Dziekoński, 2004).

3. EMPATIA W KONTEKŚCIE WYPALENIA ZAWODOWEGO

Wypalenie zawodowe jest definiowane jako przewlekły stan wyczerpania emocjonalnego, depersonalizacji oraz obniżonego poczucia osiągnięć zawodowych (Maslach, Schaufeli i Leiter, 2001). W kontekście pracy nauczyciela wyczerpanie emocjonalne wynika z konieczności ciągłego zaangażowania w rozwiązywanie problemów uczniów, zarządzanie ich emocjami oraz reagowanie na sytuacje konfliktowe. Depersonalizacja, czyli tendencja do dystansowania się od uczniów, często pełni funkcję mechanizmu obronnego wobec nadmiernego obciążenia emocjonalnego (Cooper, 2011). Z kolei obniżone poczucie osiągnięć zawodowych może być skutkiem trudności w obserwowaniu wymiernych rezultatów pracy, zwłaszcza w wymagających warunkach szkolnych (Meador, 2015).

W zależności od warunków indywidualnych i kontekstualnych empatia może pełnić podwójną funkcję: protekcyjną i ryzyka. Z jednej strony empatyczni nauczyciele częściej doświadczają satysfakcji zawodowej wynikającej z budowania pozytywnych relacji z uczniami (Hoffman, 2000). Zrozumienie perspektywy ucznia umożliwia skuteczniejsze reagowanie na jego potrzeby, co w konsekwencji zmniejsza ryzyko frustracji i konfliktów (Batson, 2009). Z drugiej strony nadmierna empatia, przede wszystkim w sytuacjach braku wsparcia instytucjonalnego

i społecznego, stwarza ryzyko wyczerpania emocjonalnego (Jordan, 2008). Nauczyciele wykazujący wysoki poziom empatii są bardziej podatni na zjawisko „zarażenia emocjonalnego”, czyli przejmowania negatywnych emocji uczniów, co zwiększa ich obciążenie psychiczne (Cooper, 2011). Zatem umiejętność dystansowania się od negatywnych emocji uczniów, przy jednoczesnym zachowaniu zrozumienia i wsparcia, może chronić nauczyciela przed wyczerpaniem psychicznym.

Złożoność relacji między empatią a wypaleniem zawodowym wynika z interakcji wielu czynników. Należą do nich osobowość nauczyciela, poziom wsparcia społecznego, środowisko pracy oraz doświadczenia zawodowe. Nauczyciele o wysokim poziomie empatii, ale niskiej odporności na stres mogą być bardziej podatni na wyczerpanie emocjonalne w sytuacjach wymagających intensywnego zaangażowania emocjonalnego. Jednocześnie brak umiejętności zarządzania emocjami oraz niewystarczające zasoby wsparcia zarówno na poziomie instytucjonalnym, jak i osobistym dodatkowo zwiększają ryzyko wypalenia (Maslach, Schaufeli i Leiter, 2001).

W literaturze są przedstawiane związki, jakie zachodzą między poszczególnymi rodzajami czy profilami empatii a wypaleniem zawodowym. Empatia poznawcza, polegająca na zrozumieniu perspektywy ucznia, wydaje się mniej obciążająca niż empatia emocjonalna, która wiąże się z intensywnym współodczuwaniem emocji innych osób. Badania wskazują, że nauczyciele, którzy rozwijają bardziej zrównoważony profil empatii, łączący aspekty poznawcze i emocjonalne, są mniej narażeni na negatywne skutki emocjonalne wynikające z ich pracy (Batson, 2009).

Interesującym obszarem badań pozostaje wpływ różnic kulturowych oraz norm społecznych na relację między empatią a wypaleniem zawodowym. W kulturach, w których większy nacisk kładzie się na wspólnotowość i wsparcie grupowe, nauczyciele mogą doświadczać niższego poziomu wypalenia zawodowego, mimo wysokiego zaangażowania empatycznego. W przeciwieństwie do tego, indywidualistyczne podejście w niektórych systemach edukacyjnych może zwiększać presję na nauczyciela, co w połączeniu z wysoką empatią prowadzi do szybszego wyczerpania emocjonalnego (Jordan, 2008).

Zrozumienie dynamiki relacji między empatią a wypaleniem zawodowym wymaga również uwzględnienia czynników związanych z organizacją pracy. Nadmierna liczba obowiązków administracyjnych, brak czasu na odpoczynek oraz ograniczona możliwość rozwoju zawodowego mogą pogłębiać negatywne skutki empatii, przyczyniając się do poczucia przeciążenia i frustracji (Meador, 2015).

Istnieje wiele strategii i czynników ograniczających ryzyko wypalenia zawodowego u nauczycieli wykazujących wysoki poziom empatii. W tym względzie kluczowe znaczenie ma rozwijanie kompetencji w zakresie samoregulacji emocjonalnej umożliwiających skuteczne zarządzanie własnymi emocjami oraz ograniczenie wpływu emocji uczniów na dobrostan psychiczny nauczyciela (Goleman, 1995).

Istotną rolę w redukcji stresu zawodowego odgrywa wsparcie społeczne tak ze strony współpracowników, jak i bliskich. Regularne interakcje z innymi nauczycielami mogą sprzyjać wymianie doświadczeń oraz wspólnemu poszukiwaniu skutecznych rozwiązań problemów edukacyjnych (Maslach, Schaufeli i Leiter, 2001). W tym względzie warto podkreślić jest tworzenie sieci wsparcia w środowisku szkolnym (Meador, 2015).

4. PRAKTYCZNE ASPEKTY ROZWIJANIA EMPATII U NAUCZYCIELI

Empatia jest nieodzownym elementem profesjonalizmu nauczycielskiego, który znacząco wpływa na jakość relacji z uczniami oraz efektywność procesów dydaktyczno-wychowawczych. Jednakże nadmierne zaangażowanie emocjonalne, w warunkach braku wsparcia społecznego i kompetencji samoregulacyjnych, może prowadzić do wypalenia zawodowego. Dlatego konieczne jest rozwijanie programów szkoleniowych oraz polityk wspierających nauczycieli w zarządzaniu stresem i emocjami. Już sama prezentacja badań nad wpływem empatii na wypalenie zawodowe może dostarczyć cennych wskazówek dla działań profilaktycznych i interwencyjnych, przyczyniając się do poprawy dobrostanu nauczycieli oraz jakości edukacji.

W literaturze spotyka się opinię, że nauczyciele empatyczni są bardziej odporni na stres i wypalenie zawodowe, ponieważ czerpią satysfakcję z budowania głębszych, autentycznych relacji z uczniami (Jordan, 2008). Uwaga ta jest bardzo istotna w kontekście przygotowania przyszłych nauczycieli. Jedną z ważniejszych kwestii jest kształcenie pozwalające studentom odkryć znaczenie wartości w rozwoju osobistym i późniejszej pracy. W tym celu nie bez znaczenia jest już sama atmosfera panująca na uniwersytecie, który – jak zaznaczył Jan Paweł II w przemówieniu do młodzieży akademickiej przed kościołem św. Anny w 1979 r. – jest podobny do matki poprzez troskę macierzyńską skierowaną ku rodzeniu dusz do wiedzy i mądrości, jak też ku kształtowaniu umysłów i serc. Tę właściwość uniwersytetu oddaje łacińska nazwa „alma mater” – „matka karmiąca”

(Dziekoński, 2021). W tak określonej misji uniwersytetu pierwszoplanowym zadaniem nauczyciela akademickiego jest stworzenie warunków pozwalających studentowi nabyć wiedzę o godności człowieka – osobowej i osobowościowej. Równie ważnym zadaniem jest stworzenie warunków do zgłębienia poczucia własnej wartości, poszanowania godności własnej i drugiego człowieka – wrodzonej i nabytej. Ze względu na to, że w każdym człowieku jest element stały i zmienny, rozwój ku pełni człowieczeństwa wymaga traktowania godności komplementarnie.

W zrozumieniu, czym jest godność człowieka – moja i innych, wielkie znaczenie ma pomoc studentom w urzeczywistnianiu właściwej i własnej hierarchii wartości, jak również w przestrzeganiu normy personalistycznej, w świetle której student jest podmiotem w procesie kształcenia, wypełniając swoje obowiązki po to, by „bardziej być dla drugiego” nie tylko wobec swoich kolegów ze środowiska akademickiego, lecz także w przyszłej pracy nauczycielskiej. Realizacja tego celu dokonuje się na drodze solidnej współpracy, bezinteresownej opieki i służby, włącznie z poświęceniem dla innych (Chałas, 2023).

Odpowiedzialność za kształtowanie wizji świata, w której godność człowieka pozostanie wartością nadrzędną, powinny zatem przyjąć na siebie uniwersytety. Uwaga ta jest istotna zwłaszcza wobec uczelni kształcących przyszłych nauczycieli. Nie bez znaczenia jest w tym względzie program kształcenia, w którym podawane treści zawierają doktrynę podkreślającą autonomiczną wartość człowieka jako osoby i głoszącą pełną jego afirmację. W praktyce chodzi przede wszystkim o stworzenie opartych na personalizmie programów, wspierających rozwój osoby ludzkiej, w których wartości ekonomiczne i techniczne są podporządkowane wartościom osobowo-duchowym. Idee tak rozumianego personalizmu odnajdujemy w nauczaniu pastoralnym Stefana Wyszyńskiego, ubogaconym źródłami biblijnymi i refleksją pedagogiczną prowadzoną na gruncie chrześcijaństwa (Dziekoński, 2021).

W przybliżeniu przyszłym nauczycielom istoty godności można zastosować analizę przypadków jej poszanowania i naruszenia zarówno w różnych codziennych sytuacjach, jak i w pracy edukacyjnej. Poznanie i zrozumienie tych odmiennych jakościowo sytuacji motywuje do kształtowania w sobie oraz w innych postaw progodnościowych, by „bardziej być”. Poprzez takie działanie student otrzymuje szansę rozwijania godności osobowościowej, a także poznaje drogę i strategię wychowania ku wartościom (Chałas, 2023).

Wsparcia w zakresie empatycznego podejścia potrzebują też sami nauczyciele. W tym względzie swoją wiedzę i umiejętnościami mogą dzielić się z młodszymi kolegami doświadczeni pedagodzy, podnosząc tym samym jakość pracy

zespołów nauczycielskich (Woszczyzna, 2018). Dobrą okazją do tego są zajęcia warsztatowe, które można ubogacić o symulacje sytuacji trudnych wychowawczo i analizy przypadków. Takie działania pozwalają na świadome rozwijanie kompetencji emocjonalnych i budowanie gotowości do reagowania w sytuacjach, w których potrzeba zrozumienia i wsparcia. W ramach prowadzonych zajęć warto również rozważyć wykorzystanie narzędzi diagnostycznych. W identyfikacji obszarów wymagających doskonalenia ważną rolę odgrywają kwestionariusze mierzące poziom empatii. Regularne monitorowanie postępów w rozwijaniu empatii jest niezwykle ważne w planowaniu dalszego rozwoju zawodowego.

5. ROLA UNIWERSYTETÓW KATOLICKICH W KSZTAŁCENIU NAUCZYCIELI EMPATYCZNYCH

Kształcenie empatycznych nauczycieli jest jednym z ważnych zadań każdej uczelni, co zostało już wcześniej podkreślone, przy czym powstaje pytanie: Jaką rolę mogą w tym odegrać uniwersytety katolickie, które jakkolwiek mają do spełnienia wszystkie zadania spoczywające na wyższych uczelniach, to również odznaczają się określoną specyfiką. Uniwersytet katolicki jest bowiem wyjątkowym miejscem spotkania rozumu i wiary, dyscyplin przypisanych naukom świeckim i uprawianym na wydziałach kościelnych. W prowadzonych badaniach ogólna wizja osoby i świata jest tworzona w odniesieniu do Ewangelii i wiary w Jezusa Chrystusa jako Logosu, który – w chrześcijańskiej interpretacji – jest centrum stworzenia i ludzkich dziejów. Na nauczycielach akademickich uczelni katolickich spoczywa obowiązek wskazywania wartości stanowiących o sile uniwersytetów i ich odpowiedzialności za człowieka, przyszłość kraju, Europy i świata. W świecie deprecjonującym wartości o charakterze ponadczasowym i powszechnym jednym z ważnych zadań uniwersytetu katolickiego jest upowszechnianie nauki pozwalającej odróżnić prawdę od fałszu, dobro od zła, realną rzeczywistość od fikcji. Uniwersytet katolicki jest wspólnotą budowaną na wartościach, wśród których pierwszorzędną rolę odgrywa miłość rzucająca światło – jak zaznaczył Jan Paweł II – na poszukiwanie prawdy, na prace nad rozwojem nauki i na całą naszą kulturą. Miłość jest fundamentalną wartością i ideą wiodącą, która nadaje sens i łączy w jeden nurt badania uczonych, refleksje historyków, twórczość artystów i wynalazki techników. Tę właściwość miłości uwypuklił także papież Franciszek w konstytucji apostolskiej *Veritatis gaudium*, doprecyzowując, że jest ona siłą, która rodzi się w sercu człowieka,

jego najskrytszym wnętrzu. Trzeba tylko pozwolić jej zaistnieć, nasycić nią swoją wrażliwość i myślenie w pracy dydaktycznej i naukowej.

W wypowiedziach papieża Franciszka mocno też wybrzmiewa konieczność podążania za duchem czasu, ale perspektywa nastawionego na innowacyjność rozwoju musi być odniesiona do prawdy o godności człowieka i do istotnych wartości życia ludzkiego. Krytyczne myślenie, poznanie drogi dojrzewania w wartościach, zwłaszcza odnoszących się do godności osoby ludzkiej i dobra wspólnego, są to istotne elementy wykształcenia, które student zdobywa na uniwersytecie katolickim (Dziekoński, 2021), w którym godność powinna być podstawową wartością funkcji wychowawczo-formacyjnej (Chałas, 2023).

Przedstawiona powyżej ogólna charakterystyka pozwala zauważyć, że uniwersytet katolicki, oparty na wartościach skupionych wokół godności człowieka i miłości, pogłębianych w świetle wiary chrześcijańskiej, ma szczególne predyspozycje do kształcenia empatycznych nauczycieli. Podobnie jak każda inna uczelnia stosuje warsztat dydaktyczny pozwalający dotrzeć do studentów z przekazem treści istotnych dla wzmocnienia empatii opartej nie tylko na zdobyczach nauk psychologicznych czy pedagogicznych, lecz także na wierze w Jezusa Chrystusa, odkrywającej pełny sens miłości chrześcijańskiej, gotowej do poświęcenia, a nawet ofiary o charakterze altruistycznym. Miłość chrześcijańska ma swoje najwyższe umocowanie w przykazaniu miłości Boga i bliźniego (Dziekoński, 2004). Z samej natury jest ukierunkowana na empatię, a nawet się jej domaga. Taki wniosek nasuwa się m.in. przy analizie wielu tekstów biblijnych, przy czym wśród nich najpiękniejszy i najpełniejszy obraz miłości chrześcijańskiej oddaje hymn o miłości św. Pawła (1 Kor 13, 1–13).

Przestrzeń uniwersytetu katolickiego i specyfika prowadzonych w nim kierunków badań mają wyjątkowe znaczenie w przybliżaniu i analizowaniu istotnych wartości życia ludzkiego, jak i nauki Kościoła odniesionej do życia człowieka w wymiarze indywidualnym i społecznym, także gdy chodzi o trudności czy wykroczenia w zakresie realizacji wartości. Liczne przejawy degradacji człowieczeństwa zostały odnotowane w encyklikach papieskich. Jest to znakomity materiał do studium przypadku dla studentów przygotowujących się do pracy nauczyciela (Chałas, 2023).

WNIOSKI

Empatia jest fundamentalnym elementem skutecznej pracy nauczyciela, wpływa na jakość relacji z uczniami, ich wyniki w edukacji oraz rozwój kompetencji

społecznych. Wielowymiarowe korzyści wynikające z empatii nauczycieli obejmują nie tylko rozwój emocjonalny i interpersonalny uczniów, lecz także ich zaangażowanie w naukę oraz poprawę atmosfery w klasie. Nauczyciele, którzy rozwijają swoje umiejętności empatyczne, tworzą środowisko sprzyjające wszechstronnemu rozwojowi uczniów, co jest podstawą dla ich przyszłego sukcesu życiowego.

Nadmierne zaangażowanie emocjonalne nauczyciela, w warunkach braku wsparcia społecznego i kompetencji samoregulacyjnych, może prowadzić do wypalenia zawodowego. Dlatego konieczne jest rozwijanie programów szkoleniowych oraz polityk wspierających nauczycieli w zarządzaniu stresem i emocjami. Programy kształcenia powinny koncentrować się na identyfikacji czynników sprzyjających rozwojowi empatii u nauczycieli oraz na opracowywaniu efektywnych metod wspierania tej kompetencji w procesie kształcenia i doskonalenia zawodowego. W rozwijaniu empatii znaczącą rolę odgrywają wartości, zwłaszcza godność i miłość oraz promujące je środowiska akademickie. W tym względzie wyjątkowa rola jest przypisana uniwersytetom katolickim.

Zrozumienie roli empatii w edukacji może przyczynić się do podnoszenia standardów pracy nauczycieli oraz jakości życia szkolnego uczniów. Działania te nie tylko poprawią wyniki edukacyjne, lecz także umożliwią budowanie bardziej zintegrowanych i wspierających środowisk szkolnych, które będą sprzyjać harmonijnemu rozwojowi dzieci na wszystkich poziomach ich edukacji. Dalsze badania nad wpływem empatii na wypalenie zawodowe mogą dostarczyć cennych wskazówek dla działań profilaktycznych i interwencyjnych, skutkując poprawą dobrostanu nauczycieli oraz jakości edukacji.

BIBLIOGRAFIA

- BATSON, C. D. (2009). These things called empathy: Eight related but distinct phenomena. W: J. Decety i W. Ickes (red.), *The social neuroscience of empathy* (s. 50–55). Cambridge, MA: MIT Press.
- CHAŁAS, K. (2019). Godność człowieka źródłem rozszerzającego się horyzontu aksjologicznego. W: M. Czarnecka, S. Dziekoński, A. Gralczyk i J. Michalski (red.), *Wartości – Człowiek – Wychowanie. Aksjologia w europejskich systemach edukacyjnych* (s. 203–220). Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego.
- CHAŁAS, K. (2023). *Dydaktyka akademicka w uniwersytecie katolickim. T. 3. Godność w kształceniu przyszłych nauczycieli*. Kraków: Wydawnictwo „Scriptum”.
- COOPER, P. (2011). *Empathy in education: engagement, values and achievement*. London–New York: Continuum International Publishing Group.
- DAVIS, M. H. (1994). *Empathy: A social psychological approach*. Boulder: Westview Press.
- DZIEKOŃSKI, S. (2004). *Rozwój wychowawczej myśli Kościoła na przestrzeni ostatnich wieków*. Warszawa: Wydawnictwo Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego.

- DZIEKOŃSKI, S. (2006). *Formacja chrześcijańska dziecka w rodzinie w nauczaniu Kościoła (od Leona XIII do Jana Pawła II)*. Warszawa: Wydawnictwo Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego.
- DZIEKOŃSKI, S. (2021). Godność osoby ludzkiej w teorii i praktyce wychowania w ujęciu Prymasa Stefana Wyszyńskiego. W: R. Czekalski (red.), *Kardynał Stefan Wyszyński. Droga życia i posługi pasterskiej* (s. 511–520). Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego.
- GOLEMAN, D. (1995). *Emotional intelligence*. New York: Bantam Dell.
- HOFFMAN, M. L. (2000). *Empathy and moral development: implications for caring and justice*. Cambridge: Cambridge University Press.
- JORDAN, C. (2008). *Supporting children with social and emotional difficulties: A whole-school approach*. London: Routledge.
- KOSTRZEWSKA, M. (2015). *Rola empatii w kształtowaniu relacji nauczyciel–uczeń w edukacji wczesnoszkolnej*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- MASLACH, C., SCHAUFELI, W. B. i LEITER, M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 397–422. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
- MEADOR, D. (2015). *The importance of empathy in education*. Educational Leadership Press.
- MURAWSKI, R. (red.) (1989). *Teoretyczne założenia katechezy młodzieżowej*. Warszawa: Wydawnictwo Salezjańskie.
- STARNAWSKI, W. (2011). *Bycie osobą. Podstawy moralności i wychowania*. Warszawa: Wydawnictwo Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego.
- WOSZCZYNA, E. (2018). *Znaczenie empatii w pracy nauczyciela edukacji wczesnoszkolnej*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- WYSZYŃSKI, S. (1987). Uwierzyć w wielkość człowieka. W: S. Wyszyński. *Kimże jest człowiek...* (s. 79–84). Warszawa: Wydawnictwo Archidiecezji Warszawskiej.

ZNACZENIE EMPATII W PRACY NAUCZYCIELA

STRESZCZENIE

W kontekście wyraźnie dostrzegalnych zmian społeczno-kulturowych, determinowanych w znacznej mierze rozwojem nowych technologii, zagadnieniem wielkiej wagi staje się empatia, dzięki której łatwiej nam zrozumieć innych i żyć zarówno z nimi, jak i dla nich. Ta postawa jest ważna w kontekście pracy nauczyciela, który nie tylko powinien dzielić się z uczniami wiedzą i doświadczeniem, ale przede wszystkim otoczyć ich miłością wymagającą poświęcenia i zrozumienia innych. Artykuł obejmuje następujące zagadnienia: empatia w relacjach uczeń-nauczyciel; empatia w perspektywie istotnych wartości życia ludzkiego; zależności pomiędzy empatią a wypaleniem zawodowym; praktyczne aspekty rozwijania empatii u nauczycieli; rola uniwersytetów katolickich w kształceniu empatycznych nauczycieli.

Słowa kluczowe: empatia; wypalenie zawodowe; nauczyciel; wartości

THE IMPORTANCE OF EMPATHY IN A TEACHER'S WORK

SUMMARY

In the context of clearly noticeable sociocultural changes, largely determined by the development of new technologies, empathy becomes an issue of great importance. It facilitates understanding others and living not only with them, but also for them. This attitude is particularly important for teachers, who should not only share knowledge and experience with their students, but above all surround them with love that calls for sacrifice and understanding of others. The reflection was focused on the following issues: empathy in student–teacher relations, empathy in the perspective of essential values of human life, the relationship between empathy and burnout, practical aspects of developing empathy in teachers, the role of Catholic universities in educating empathetic teachers.

Keywords: empathy; burnout; teacher; values