

Alicja Czerkawska

Dolnośląska Szkoła Wyższa

Ku dialogicznej więzi w poradnictwie humanistycznie zorientowanym

Zjawisko dialogu w relacji pomocowej opisywane jest z wielu perspektyw. Najczęściej można trafić na teksty praktyczno-instruktażowe, które w swoim założeniu mają doskonalić warsztat komunikacyjny specjalistów, czyli podpowiadać im, co należy lub co można robić w tym obszarze, czego nie wolno lub nie należy czynić, jak zwiększyć zasięg oddziaływań na klienta i jak stać się skutecznym doradcą, terapeutą, mediatorem. W swoim tekście chcę zwrócić uwagę na głębsze znaczenie dialogu poradniczego. Celem tego artykułu jest zatem przekierowanie uwagi Czytelnika z technicznego wymiaru komunikacji na budowanie więzi dialogicznej w relacji poradniczej. Drugim celem jest pobudzenie wrażliwości doradców na dialog, rozumiany jako spotkanie dwóch podmiotów i zachęcenie ich do krytycznego przyjrzenia się swojej postawie oraz rezultatom prowadzonych praktyk pomocowych. Strukturę tekstu wyznaczają pewne tezy, które ukazują sens spotkania poradniczego w ujęciu fenomenologiczno-dialogicznym.

Słowa kluczowe: spotkanie w ujęciu dialogiczno-fenomenologicznym, rozmowa, dialog, dialogiczna więź, poradnictwo humanistycznie zorientowane

W literaturze poradczawczej spotkać można teksty, w których opisywane są wymagania stawiane doradcom. Jednak istnieje niewiele doniesień z badań na temat rzeczywistego poziomu ich wiedzy, umiejętności i kompetencji oraz preferowanych przez nich stylów pracy i rezultatów działań pomocowych. W większości tekstów, które mają charakter postulatyczny i opisują obszar profesjonalnej pracy poradniczej, wskazuje się na umiejętności interpersonalne szczególną uwagę poświęcając aspektowi komunikacyjnemu (nawiązywanie kontaktu z osobą radzącą się, prowadzenie rozmowy, zadawanie pytań, słuchanie, budowanie relacji) (Balawajder, 1996; Berlińska, 2008; Egan, 2002; Kulczycki, 1985a; Szłapińska, 2013; Szumigraj, 2016). Z niepokojem obserwuję sytuacje, w których zawodowi doradcy w swoich wypowiedziach i/lub zachowaniach

prezentują niedostatek podstawowych kompetencji komunikacyjnych. Zauważam to m.in. w trakcie prowadzenia krótkich form edukacyjnych (warsztaty, szkolenia), w których biorę udział, dążąc do rozwijania swoich kompetencji w zakresie udzielania profesjonalnej pomocy psychologiczno-pedagogicznej. W procesie komunikacji język, jakim posługuje się doradca, odgrywa kluczową rolę. Niejednokrotnie dostrzegałam, z jaką trudnością przychodziło doradcom, biorącym udział we wspomnianych warsztatach, sformułowanie pytań otwartych. Pamiętam sytuacje, gdy doszkalający się doradcy, proszeni o określenie swoich umiejętności komunikacyjnych, wykorzystywanych w relacji pomocowej, na wstępie oceniali je wysoko, natomiast w trakcie ćwiczeń okazywało się, że zdecydowana ich większość (nawet ok. 70%) ma poważne problemy z zadaniem takich pytań. Mimo rzetelnego wprowadzenia w zagadnienie, ilustrowania dobrymi przykładami i cierpliwego czuwania szkoleniowców, często doradcy-profesjoniści nie byli w stanie wyjść poza pytania, zaczynające się partykułą „czy”. Podejmowali liczne próby, starając się dobrać odpowiednie słowa. Pomyłki i korekty były liczne. Proces zmiany sposobu myślenia wydawał się niełatwy. Doświadczeni specjaliści ujawniali zniecierpliwienie wobec samych siebie, ponieważ kolejne wypowiedziane pytania nadal ujmowane były w zamkniętej formie. Czasem partykuła „czy” stawała się domyślna. Na przykład zamiast pytania *Czy byłeś zadowolony?*, doradcy podawali jego wersję: *Byłeś zadowolony?* Równie, a może jeszcze bardziej, niepokojącą sytuacją było sugerowanie klientowi odpowiedzi w zadawanym pytaniu: *Czy byłeś zadowolony z reakcji swojego szefa/brata?*, ewentualnie: *Byłeś zadowolony z tego, co wydarzyło się wtedy i wtedy...?* Nawet wówczas, gdy uczestnikom warsztatów udało się „przejsć do etapu” kontrolowanego zadawania pytań otwartych, nadal w pytaniach pojawiały się sugestie dotyczące odpowiedzi, gdyż doradcy niestrudzenie dołączali zbędną treść: *Co sprawiło, że byłeś zadowolony, gdy twój szef/brat tak zareagował, powiedział to lub to?*, itp.

Wspominam o swoich obserwacjach ze szkoleń nie po to, by postawić specjalistów w nieprzychylnym świetle, a jedynie aby wskazać, że umiejętności komunikacyjne wymagają uważnego praktykowania, głębokiego namysłu, współpracy superwizyjnej z bardziej doświadczonymi praktykami, udziału w inspirujących formach doskonalenia. Opisywane trudności w nawiązaniu i podtrzymywaniu komunikacji zdają się wskazywać, że nie są to jednak tylko warsztatowe trudności, że problem tkwi znacznie głębiej. Gdyby była to jedynie sprawnościowa trudność, stosunkowo łatwo byłoby ją wyeliminować. Prawdopodobnie jednak jest ona bardziej złożona, a jednym z jej źródeł może być bariera mentalna związana z refleksją nad tym, czym jest komunikacja, rozmowa, dialog i czemu one służą. Stosunkowo łatwo zauważyć, że nie biorący tego pod uwagę specjaliści – a tacy zdają się stanowić większość – chcą w instrumentalny sposób zebrać informacje o kliencie i jego sytuacji problemowej (a nie poznać go i jego położenie życiowe), że mierzą ludzkie sprawy, sięgając do

zasobu swojej (nie)wiedzy, że szybko starają się je zdiagnozować i zaszeregować oraz dać konkretne zalecenia. Pytania zadawane przez doradcę humanistycznie zorientowanego, które skłaniają do refleksji nad sobą i własną przeszłością, np. w formie podwójnie podmiotowej *Czym jest dla Ciebie Twoje życie?, Co chcesz w swoim życiu zmienić?, Jak możesz kształtować swój los?*, z kolei nie pojawiają się w rozmowie z doradcą dyrektywnym. Jego sposób myślenia jest przeciwny do myślenia zdecydowanej mniejszości doradców i poradoznawców, których Violetta Drabik-Podgórna określa jako *wrażliwych na dialog*¹ z drugim człowiekiem, jego myślenie jest skierowane na diagnozowanie i redukcowanie problemów. W niniejszym tekście proponuję, by przyjrzeć się temu, jak w poradnictwie zorientowanym humanistycznie można patrzeć na dialog.

Nie jest to pierwsza próba zwrócenia uwagi czytelników na relację spotkaniową w kontaktach interpersonalnych. Zjawisko dialogu fascynuje badaczy, reprezentujących różne dyscypliny naukowe. Powstały, i wciąż powstają, na ten temat bardzo interesujące teksty filozofów, antropologów, lingwistów, kulturoznawców, psychologów, pedagogów. Na gruncie poradoznawstwa fenomen ten jest także podejmowany. Autorzy, stosując podejście hermeneutyczne, dialogiczne, personalistyczne, egzystencjalne, konstruktywistyczne, symboliczne itp., przedstawiają różne formy komunikacji interpersonalnej: rozmowę, dialog oraz relację spotkaniową osoby radzącej się i doradcy. Wśród nich – przyjmując kolejność ukazujących się tekstów – można wymienić m.in.: Elżbietę Chmielnicką-Kuter (2012); Alicję Czerkowską (2013); Violetę Drabik-Podgórną (2003, 2007, 2009, 2010, 2013); Alicję Kargulową (1986, 1996, 2004, 2009, 2012); Joannę Mintę (2010); Elżbietę Siarkiewicz (2010, 2014); Anetę Słowik (2012); Marię Straś-Romanowską (2008); Grażynę Teusz (2009); Ewę Trębińską-Szumigraj (2009); Bożenę Wojtasik (2001, 2009) i Edytę Zierkiewicz (1996, 2008).

W tym tekście, korzystając z fenomenologicznego oglądu dialogu, pragnę wskazać na pewien, stosunkowo rzadko dostrzegany, aczkolwiek bardzo znaczący – wręcz podstawowy dla sposobu komunikowania się ludzi – element, występujący w relacji poradniczej, a mianowicie na kształtowanie się więzi dialogicznej w układzie osoba radząca się – doradca. Ważność starań doradców, zmierzających do nawiązania tej więzi, i łączące się z tym trudności są tym większe, że wiele wspomaganych przez nich osób prawdopodobnie nie miało możliwości rozwijać się w rodzinach, w których bliscy z uwagą, namysłem, życzliwością i cierpliwością budowałiby relacje oparte na takiej właśnie więzi.

¹ Violetta Drabik-Podgórna w tekście *Myśleć jak poradoznawca...* wprowadziła termin *antropocentryczne myślenie wrażliwe na dialog*, które powstało w oparciu o filozofię spotkania, analizowaną z perspektywy personalizmu i dialogiki. Jak podkreśla autorka, chodzi tu o humanistyczne postrzeganie człowieka i jego sytuacji życiowej oraz stworzenie relacji radzącego się z doradcą opartej na uniwersalnych wartościach, która umożliwi dotarcie do świata wewnętrznych przeżyć osoby wspomaganej i odnajdywanie się w świecie zewnętrznym (Drabik-Podgórna, 2013, s. 11–14).

Teza 1. Wizja człowieka i świata w poradnictwie humanistycznie zorientowanym

Ze względu na to, że działania pomocowe – jak pisze Alicja Kargulowa (1986, s. 13) – związane są z wizją człowieka i świata oraz ich wzajemnych relacji, tutaj przybliżę uproszczony opis otaczającej rzeczywistości i funkcjonującej w niej jednostki, który pozwoli ukazać pewne elementy utrudniające ludzką egzystencję, zwłaszcza, że w wielu wypowiedziach możemy usłyszeć, że świat współczesny jawi się człowiekowi jako skomplikowany, wielowarstwowy i niepewny. Uwarunkowania zewnętrzne ludzkiego życia są trudne do zrozumienia i w dodatku dynamicznie się zmieniają. Od wielu już lat podkreśla się, że ludzie doświadczają licznych kryzysów indywidualnych, społecznych, politycznych, nasilających się nacjonalizmów i fundamentalizmów, upadku autorytetów (Łukaszewicz, 1995, s. 10). Żyjąc współcześnie, człowiek ma coraz mniej sposobności, by doświadczać siebie w bliskich relacjach społecznych, korzystać z obecności i mądrości innych, poznawać siebie i dzielić się sobą. Ma to miejsce zarówno w rodzinie, jak i poza nią. Żyjemy w erze indywidualizmu, komunikujemy się satelitarnie, odczuwamy presję związaną z pośpiechem, zagłusza nas hałas, czujemy uogólniony niepokój. Inne znamiona współczesności to chaos w obszarze norm i wartości moralnych, a także zjawisko uprzedmiotawiania ludzi, wszechobecny konsumpcjonizm. W świecie społecznym relacje stają się rozproszone, powierzchowne i nacechowane instrumentalnie. Jednostka z tego powodu cierpi i doświadcza zagubienia na drodze swojej egzystencji (Giddens, 1998, s. 130–134; 2002, s. 3–9, 105, 109–110, 248–249; 2008, s. 2–5; Kargulowa, 2012, s. 19–20; Kulczycki, 1982, s. 65–66; Straś-Romanowska, 2008, s. 19–20, 28–29; Szczepański, 1978, s. 21–22, 24–25).

Człowiek jako integralna całość fizyczno-psychiczno-duchowa jest podmiotem dynamicznie rozwijającym się w relacjach społecznych, zmienia się, stale dokonuje aktualizacji oraz dąży do celowego i sensownego życia. Nie jest istotą bierną. Ma możliwości adaptacji i emancypacji w danych warunkach. Może współtworzyć otaczającą rzeczywistość. Podejmuje decyzje i dokonuje licznych wyborów. Jest zdolny do korzystania z własnej wolności, rozumienia siebie i świata, szukania w nim swojego miejsca, formowania własnego losu i osiągnięcia samorealizacji. Stoi przed nim wiele wyzwań, zadań, fascynujących odkryć, ale też wiele niepewności, lęków i rozczarowań. W niekorzystnych warunkach przeżywa problemy, trudności, konflikty i kryzysy. Może czuć się wtedy osamotniony i rozbity psychicznie. Bywa, że odczuwa bezradność wobec tego, co dzieje się w jego życiu, i nie korzysta z zasobów, które posiada. Często zamiast podejmować działania związane z radzeniem sobie w życiu, niepotrzebnie komplikuje je sobie. Trwa w niekorzystnych sytuacjach, a będąc zawiedzionym kontaktami z ludźmi, redukuje swój świat społeczny jeszcze bardziej, trwa w płytkich relacjach, mija się z innymi w tłumie, udaje kogoś, kim nie jest, porozumiewa

się na odległość, narzeka na to, co się dzieje, myśląc, że nic nie da się zmienić. Zdarza się jednak, że marzy o „odnalezieniu” lub dookreśleniu siebie oraz osiągnięciu stabilności i równowagi w poszczególnych sferach życia. Wówczas na ogół uświadamia sobie, że życie ma wymiar temporalny, że przemija w niesatysfakcjonującej go formie. Uprzytomnienie sobie tego często skłania jednostkę do podjęcia działania, zmierzającego do pokonania przeszkód, rozwiązania różnych problemów, do rozwijania swojego potencjału i budowania w życiu nowej jakości. Pojawia się wtedy szereg pytań: na co postawić w życiu?, jakie wieść życie?, za co wziąć odpowiedzialność?, co wybrać? Refleksja nad życiem związana jest z oceną, czy jest ono udane czy nieudane, puste czy pełne, fałszywe czy prawdziwe, narzucone przez innych czy autorskie, a w rezultacie sensowne czy bezsensowne? Długa socjalizacja i wychowanie nie zawsze w zadowalający sposób przygotowują jednostki do odpowiedzi na te pytania. Życie jest złożone i trudne do przewidzenia. Gdy jednak osoba nie chce trwać w niekorzystnej dla siebie sytuacji, musi podjąć wysiłek zawiązany z poradzeniem sobie w różnych obszarach egzystencji. Na ogół stara się robić to samodzielnie, a w wyjątkowych sytuacjach, zamiast doświadczać izolacji i apatii, prowadzącej do społecznego i psychicznego „obumierania”, może zwrócić się po pomoc do specjalisty, z którym będzie współtworzyć warunki potrzebne do własnego wzrostu i rozwoju², interpretacji tego, co się dzieje, konstruowania i rekonstruowania swojej tożsamości oraz optymalizowania jakości bytu (Czerkawska 2013, s. 51–53; Galarowicz 1992, s. 39; Kargulowa, 1982, s. 11–13, 18–19; 1986, s. 19–20; 1996, s. 90–91; 2004, s. 38–41; Kulczycki, 1985b, s. 142–143; 1991, s. 20; 1997, s. 27–30; Sartre, 1992, s. 195–196; Straś-Romanowska, 1998, s. 68–74; Yalom, 2008, s. 25–26; 226).

Jak pisze Anthony Giddens, „tożsamość jest projektem refleksyjnym, za który jednostka jest odpowiedzialna, (...) to, kim stanie się jednostka, wynika z jej starań zmierzających do jej rekonstrukcji. Oznacza to więcej niż po prostu «lepsze poznanie siebie»” (Giddens, 2002, s. 105). Dzieje się to w dialogicznych relacjach międzyludzkich – najczęściej nieformalnych – rodzinnych, w których osoba rozwija ważne kompetencje biograficzne związane ze zdobywaniem wiedzy o sobie i świecie oraz o tym, jak można współtworzyć swoje życie w świecie, który nie jest doskonały. Niektórzy nie mają jednak do kogo się zwrócić w tej egzystencjalnej sprawie, gdy wsparcie osób bliskich okazuje się dla nich niewystarczające. Ludzie, „mając na uwadze konieczność odbudowania swojej tożsamości” i tworzenia satysfakcjonującego życia – trafiają do specjalistów (Giddens, 2002, s. 196). Jedną z możliwości uzyskania od nich pomocy jest skorzystanie z poradnictwa zorientowanego humanistycznie.

² Pomoc we wzroście i rozwoju polega na odkrywaniu siły i potencjału klienta, tak aby w danej sytuacji życiowej i w przyszłości sam mógł być w stanie radzić sobie z problemami (uczenie samopomocy).

Teza 2. Korzystanie z dialogowego potencjału jednostek w poradnictwie humanistycznie zorientowanym

Poradnictwu humanistycznie zorientowanemu przypisuje się niekiedy mistycyzm i nawiedzenie. Odejście od wypracowanych wcześniej metod, technik i narzędzi stanowiących ważny atrybut profesjonalistów wzbudziło wiele kontrowersji w środowisku. Z dużym podejrzeniem patrzono na dialog, który ma służyć głębokim działaniom pomocowym. Stosowanie w nim otwartej perspektywy w oglądzie siebie i drugiego człowieka oraz jego spraw postrzegane było jako nie do końca możliwe do osiągnięcia, a jeśli już, to raczej w psychoterapii niż w poradnictwie. Takie przekonanie związane było i często nadal jest z innym typem myślenia o pomaganiu ludziom i wyraża się w algorytmie: wydobyć od osoby radzącej się informacje – zdiagnozować problem lub sytuację problemową – wskazać na sposób rozwiązania problemu lub w sposób znaczący naprowadzić klienta na rozwiązanie.

Ten model myślenia jednak już dawno został podważony. Na gruncie pomagania przyczynił się do tego Carl R. Rogers, który już w latach 50. XX wieku poruszył środowisko profesjonalistów bardzo śmiało stwierdzeniami i przekierował ich uwagę z problemu na osobę, z metod i technik rozwiązywania problemów na relację spotkaniową dwóch podmiotów (Rogers, 1991, 2002a, b). W opisywanym „zwrocie pomocowym” można dostrzec związki z rozwijanymi na początku XX. wieku nurtami filozoficznymi: fenomenologią, egzystencjalizmem, dialogiką i hermeneutyką. Można to zauważyć w pracach przywołanego humanisty, który odwoływał się do poglądów filozofów Martina Bubera, Sorena Kierkegaarda oraz psychiatrów i psychologów: Ludwiga Binswanger, Ronalda D. Lainga, Abrahama H. Maslowa, Rollo Maya, Irvina D. Yaloma. Inspirację tę widać m.in. w jego wypowiedzi:

przez bycie spójnym i szczerym często mogę pomóc innym ludziom. Kiedy drugi człowiek jest szczerzy i spójny, często mi tym pomaga. W tych rzadkich chwilach, gdy głęboka rzeczywistość jednej osoby styka się z rzeczywistością drugiej, pojawia się godna uwagi relacja «Ja – Ty», jak nazwałaby ją Martin Buber. Takie głębokie, wzajemne osobiste spotkania nie zdarzają się często, lecz uważam, że jeżeli nie zdarzałyby się w ogóle, nie żylibyśmy jak istoty ludzkie” (Rogers, 2002b, s. 34).

Ze względu na ograniczoną objętość tekstu przywołam jedynie najważniejsze zagadnienia związane z rozwojem myśli dialogicznej i humanistycznej, która przeniknęła do poradnictwa i poradczawstwa.

W humanistycznym podejściu, zapoczątkowanym m.in. w psychologii przez Gordona W. Allporta, Victora E. Frankla, Kurta Goldsteina, Kurta Lewina, Alfrieda Längle, Gardnera Murphy’ego, Fritza Perlsa, oraz przywołanych już wcześniej, Maslowa, Maya, Rogersa jednym z głównych założeń jest to, że człowiek jest jednością psychofizyczną o dużym potencjale twórczym, że

przeważają w nim dobre cechy i motywy oraz że tkwi w nim naturalna tendencja do samodoskonalenia się (Jankowski, 1976, s. 9). Jak zauważa Längle (2003, s. 42), „istota ludzka dzięki własnej, zdolnej do rozstrzygnięć mocy, może osiągnąć pełnię egzystencji i spełnienia. Jest to możliwe, gdy jednostka otworzy się na świat wewnętrzny i zewnętrzny rozpoczynając dialog”. Z kolei brak dialogu wewnętrznego lub dialogu ze światem zewnętrznym traktuje się jako poważny czynnik patogeny. W poradnictwie ważnym celem działań staje się więc udzielenie osobie radzącej się „pomocy w zdobywaniu wolności emocjonalnej, w odnajdowaniu autentycznej wewnętrznej postawy i dochodzeniu do odpowiedzialnego sposobu ekspresji i zachowania zarówno w stosunku do samego siebie, jak i w relacji z innymi osobami czy rzeczami” (Längle, 2003, s. 42). Efektem udanego procesu jest życie w wewnętrznej zgodzie z własnymi działaniami oraz pozostawanie w dialogu ze światem wewnętrznym i zewnętrznym.

W podejściu dialogicznym akcentuje się powrót człowieka do jego podstawowych doświadczeń związanych z istnieniem w relacji międzyosobowej *Ja – Inny*. Podkreśla się także znaczenie tworzenia tej relacji. Uwypukla się, że dzięki niej jednostki rozwijają się, poznają siebie i otaczający świat, dzielą się sobą z innymi, doświadczają empatii i bliskości, spostrzegają podobieństwa i różnice, uczą się reguł życia i współistnienia w otaczającej rzeczywistości. W spotkaniu *Ja z Innym* ujawnia się to, co jest najbardziej charakterystyczne w ludzkim świecie. Tworzy się przestrzeń etyczna. Prawdziwe relacje międzyludzkie zgodnie z założeniami życia etycznego są oparte na bezpośredniości, bezpieczeństwie, otwartości, wzajemnym szacunku, akceptacji, partnerstwie. Tworzy to klimat spotkania, w trakcie którego podmioty mogą ujawnić swą indywidualność i niepowtarzalność. Sens spotkania nie objawia się w ustaleniu, kto ma rację, ale zaakceptowaniu inności i w byciu w prawdzie z samym sobą. Celem spotkania jest przyjęcie drugiej strony oraz osiągnięcie wzajemnego rozumienia i porozumienia (Buber, 1991, s. 37–41; Gadamer, 1993, s. 334–336; Galarowicz, 1992, s. 39–40, 291). Gdy w takich warunkach tworzy się przestrzeń międzyosobowa, uzyskuje się wgląd w stan psychiczny nie tylko drugiego człowieka, ale i własny. Można wtedy wejść w relację ze sobą, rozwijać się, zmieniać jakość życia i budować refleksyjne projekty dotyczące własnej przyszłości. Dialogicy wprawdzie nie docenili relacji jednostki z samą sobą, gdyż uznawali, że monolog jest formą antydialogu, niemniej jednak znacząco przyczynili się do rozwinięcia myślenia na temat tej szczególnej relacji. Myśli Michała Bachtina, Martina Bubera, Maurice’a Merleau-Ponty’ego i licznych przedstawicieli tzw. „trzeciej siły” zainspirowały bowiem Huberta J.M. Hermansa, holenderskiego psychologa, do stworzenia teorii dialogowego *Ja*. Jego współpracownicy sięgali także do prac Emanuela Lévinasa i Hansa-Georga Gadamera. *Stosunkowo nowa – powstała na przełomie ostatniego milenium – teoria opiera się na nurcie fenomenologicznym i głosi, że bycie w relacji z samym sobą jest dialogiczne.*

A zatem Hermans i inni uzasadniają, że *Ja* jest polifoniczne, dynamiczne i splecione we wzajemnych relacjach (Hermans, 2003, za: Oleś, 2011, s. 146).

Dialogiczna natura człowieka – tj. jego aktywność językowa i zapośredniczone językiem doświadczanie świata – jest naturalnym sposobem ludzkiego bycia w świecie. Widoczne jest to u dzieci i dorosłych w relacjach spotkaniowych, jak również w obcowaniu z samym sobą. Do form aktywności dialogicznej zalicza się więc spotkania *Ja z Innym* w relacjach twarzą w twarz, uznaje się relacje na odległość, zapośredniczone przez rozmaite media (Zielińska-Pękał, 2009; Zierkiewicz, 2004) oraz uwzględnia się te, gdy *Ja* spotyka się ze sobą.

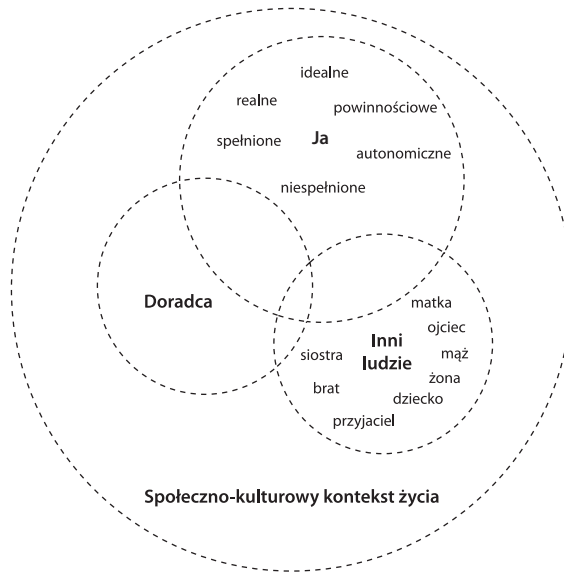
Jak podkreśla Piotr K. Oleś, poza formami dialogu ukierunkowanymi na/do innych, „dialogowość *Ja* przejawia się w głośnym myśleniu, mówieniu do siebie, wypowiedzaniu się w imieniu innych postaci, ale najbardziej w prowokowanych w myślach konwersacjach” (Oleś, 2011, s. 148). Jak podają on i Małgorzata Puchalska-Wasył, istnieją trzy formy wewnętrznej dialogicznej aktywności *Ja*: (1) monolog, (2) wyobrażony dialog, (3) zmiana perspektywy (czyli punktu widzenia). Podkreślają, że dialogi wewnętrzne mogą rozgrywać się między częściami *Ja*, w wyobrażonych lub przywołanych w pamięci relacjach z innymi oraz przybierać formę symulacji społecznych dialogów.

Zdaniem Puchalskiej-Wasył, tworzenie dialogów wewnętrznych z sobą samym i własną historią życia pełni siedem funkcji w procesach adaptacji i rozwoju jednostki. Są nimi:

wsparcie (źródło nadziei, poczucia bezpieczeństwa, sensu życia), substytucja (substytut prawdziwego kontaktu, forma ćwiczenia argumentacji), eksploracja (droga poszukiwania nowych doświadczeń, ucieczka od szarej rzeczywistości), więź (poczucie zrozumienia, doświadczenie łączności z kimś bliskim), samodoskonalenie (przeostrożność przed powtarzaniem błędów, karcenie siebie), wgląd (sposób uzyskania nowego punktu widzenia, rady, dystansu do problemu) i samosterowanie (czynnik motywujący, kryterium do oceny siebie) (Puchalska-Wasył, 2011, s. 74).

Poniższy rysunek ma na celu zobrazowanie polifoniczności *Ja* osoby radzącej się w tworzonej z doradcą przestrzeni dialogicznej. Widać tu poszczególne elementy, które stanowią skomplikowane układy odniesień w dialogu jednostki z własną przeszłością, teraźniejszością i przyszłością. Stara się on odzwierciedlić przeświadczenie, że osoba radząca się, włączając się w otwarty dialog, nawiązuje do własnych wewnętrznych struktur psychicznych, wpływów ważnych osób w swoim życiu, kontekstu społeczno-kulturowego, w którym jest zanurzona. Dzięki rozmowie i dialogowi z doradcą łączy te elementy, przygląda się im, nadaje im nowe znaczenia, porządkuje historię swojego życia i coraz lepiej rozumie własne położenie życiowe. Doświadcza także obecności uważnego i zaangażowanego doradcy, który pomaga jej zorientować się w poszczególnych wątkach biograficznych i rozumieniu własnej egzystencji.

Rys. 1. Przestrzeń dialogiczna istniejąca w relacji poradniczej radzący się – doradca



Źródło: opracowanie własne na podstawie Oleś, 2011; Puchalska-Wasył, 2011.

Uruchamiane procesy wsparcia, w ramach aktywności dialogicznej, powiązane z poznawaniem i rozumieniem siebie oraz innych, porządkowaniem relacji społecznych i pozycjonowaniem się w nich, rozwiązywaniem problemów i konfliktów, podejmowaniem decyzji stają się podstawą tworzenia refleksyjnych projektów dotyczących przyszłości. Powodują zmniejszanie rozbieżności w systemie *Ja*, a zatem zwiększają poczucie integracji i spójności wewnętrznej, podnoszą samoocenę jednostki (Oleś, 2011, s. 148–149). Tak jak w życiu codziennym, tak i w relacji poradniczej, niektóre dialogi wewnętrzne pojawiają się samoistnie bądź są prowokowane (Oleś 2011, s. 145) po to, aby pojawiło się – jak pisze Elżbieta Chmielnicka-Kuter – „pogłębianie świadomości i rozumienie własnej historii życia, wyróżniających się w niej punktów i powtarzalnych wątków, które umykając na co dzień uwadze, w sposób istotny wyznaczają «historie według których żyjemy»” (2011, s. 380).

Korzystanie z dialogowego potencjału poradnictwa zorientowanego humanistycznie jest kluczowe. Relacja spotkaniowa *Ja – Ty* i to, co dzieje się w niej, jest znaczące nie tylko dla współpracy osoby radzącej się z doradcą. Jest znaczące przede wszystkim dla jednostki, która spotyka się ze sobą.

Teza 3. Budowanie więzi dialogicznej w poradnictwie humanistycznie zorientowanym

Zdaniem Antoniego Kępińskiego człowiek w zasadzie nigdy nie wyrasta z potrzeby szukania oparcia i życzliwości w otoczeniu społecznym (Kępiński, 2000, s. 87). W trudnej sytuacji życiowej „wyraża tęsknotę za integracją, porządkiem i możliwością sterowania wśród chaosu zjawisk, (...) poszukuje oparcia się o drugiego człowieka, pomocy, kontaktu uczuciowego i lepszego zrozumienia siebie” (Kępiński, 2000, s. 150). Jak wynika z obserwacji wybitnego dialogicznego myśliciela i praktyka, podmiot nie skupia się na rozwiązaniu problemów, których doświadcza, ale na rozwinięciu własnego potencjału w kontakcie z życzliwym towarzyszem. Prawdopodobnie matrycą dla relacji z lekarzem/psychoterapeutą/doradcą jest głęboko zakorzeniony w świadomości społeczno-kulturowej „związek uczuciowy z matką”, który jest modelem dla budowania innych więzi emocjonalnych w środowisku naturalnym (Kępiński, 1993, s. 85). Kępiński nie jest osamotniony w takim postawieniu sprawy. Również brytyjski psychiatra John Bowlby pisze, że „rola terapeuty jest analogiczna do roli matki zapewniającej dziecku bezpieczną bazę, z której może ono eksplorować świat”³.

Podkreślając wagę budowania bliskiej relacji w poradnictwie zorientowanym humanistycznie, doradcę porównuje się nie tylko do rodzica, ale także do przyjaciela. Są to analogie, które ukazują klimat spotkania, w którym specjalista empatycznie reaguje na stany psychiczne osoby radzącej się, jej opowieści o sobie, swoich związkach z innymi i doświadczeniach biograficznych. Doradca nie jest przyjacielem ani rodzicem, ale ujawnia pewne cechy charakterystyczne dla tych relacji społecznych. Okazuje empatię i ciepło, daje uwagę i zrozumienie, tworzy warunki do wzrostu i rozwoju. Relacja ta nie polega na uwikłaniu emocjonalnym osób nawiązujących relację i uzależnieniu się ich od siebie, ale na tworzeniu zaufania i bezpieczeństwa, które są kluczowe we współpracy.

Pierwotna więź dziecka z matką traktowana jest w literaturze psychologicznej jako pierwowzór innych ważnych relacji społecznych. Badania na ten temat prowadzili m.in. wspomniany John Bowlby oraz Mary Ainsworth. Wskazali oni na trzy rodzaje przywiązania: bezpieczne, lękowe i ambiwalentne. Najkorzystniejsza więź, oparta na poczuciu bezpieczeństwa, pozwala budować i utrzymywać bliskość z ważnymi osobami. Czuła, wrażliwa na potrzeby dziecka matka, tworzy mu warunki do prawidłowego rozwoju, przyczynia się do rozwoju struktur psychicznych odpowiedzialnych za system zachowań związanych z przywiązaniem w innych relacjach. Autorzy ci uważają, że w ten sposób matka zapewnia dziecku dobre warunki do dalszego życia. Ta więź, choć naturalna, wymaga ze strony opiekunki licznych starań, będących pozytywną odpowiedzią na samo istnienie małego człowieka. Wychowywane w dobrych warunkach dziecko, otoczone także innymi osobami w rodzinie, przez długie

³ Zob. Bowlby. Pobrano z: <https://poradniaonline.wordpress.com/cytaty/> (14.03.2018).

lata doświadczają akceptacji, miłości, intymności, uwagi, zainteresowania. Uczy się, że jest ważne, że zasługuje na to, by być kochane. Poznaje siebie, uczy się dbać o siebie, tworzy łączność ze sobą i innymi, odwzajemnia miłość. W takich sprzyjających warunkach dziecko nie przejawia lęku przed odrzuceniem ani nie doświadczają presji, by udawać kogoś, kim nie jest (Bowlby, za: Marchwicki, 2006, s. 376–377; Cyrulnik, 2015, s. 121–130). U ludzi dorosłych obserwuje się stałe tendencje do budowania więzi według stworzonego w dzieciństwie pierwowzoru. Nie każdy jednak miał takie szczęście, by wychowywać się w domu, gdzie panował sprzyjający rozwojowi klimat. Wprawdzie dorośli wchodzi w liczne relacje interpersonalne, jednak tylko niektóre odznaczają się bliskością emocjonalną i dużym zaangażowaniem. Te szczególne relacje są „źródłem subiektywnego poczucia bezpieczeństwa” (Marchwicki, 2006, s. 381). Najczęściej w dorosłości ludzie doświadczają przywiązania do rodziców, do własnych dzieci, do partnera w związku miłosnym, do współmałżonka, do przyjaciela. Co ciekawe również z innymi osobami – w tym z psychoterapeutą/doradcą – może ukształtować się podobna więź (Berman, Spertling, 1994, za: Marchwicki, 2006, s. 381).

Podobnie jak w relacji dziecko – matka, tak i w relacji radzący się – doradca nie chodzi o tworzenie związku symbiotycznego, ale o rozwijanie kompetencji biograficznych, które pozwolą jednostce na budowanie szczęśliwego życia. Relacja poradnicza jest określona w czasie. Głównym beneficjentem jest osoba radząca się. Stąd podkreśla się jej asymetrię – nawet w poradnictwie zorientowanym humanistycznie, w którym obowiązuje partnerstwo, wzajemny szacunek i akceptacja. Ważnym elementem tej relacji jest, by ze strony osoby radzącej się ujawniona została werbalna i niewerbalna ekspresja tego, kim jest w swojej niepowtarzalności i odrębności, by oglądowi poddana została dotychczasowa jej egzystencja i podjęta decyzja, w jakim kierunku, zgodnie z jej wolą jako podmiotu, może się ona zmieniać. Podstawowym warunkiem spotkania, w którym dochodzi do takich relacji, jest ujawnianie przez doradcę otwartości na wspólny świat przeżyć i doświadczeń, przejawianie chęci poznania drugiego człowieka, woli towarzyszenia i budowania z nim intymnej więzi. Do tego potrzebna jest decyzja podmiotów o współpracy, konkretny czas i miejsce spotkań, które staną się przestrzenią dialogowej aktywności podmiotów. Nawiązana wówczas relacja jest żywa, prawdziwa, szczerą i polega na skupieniu na sobie uwagi.

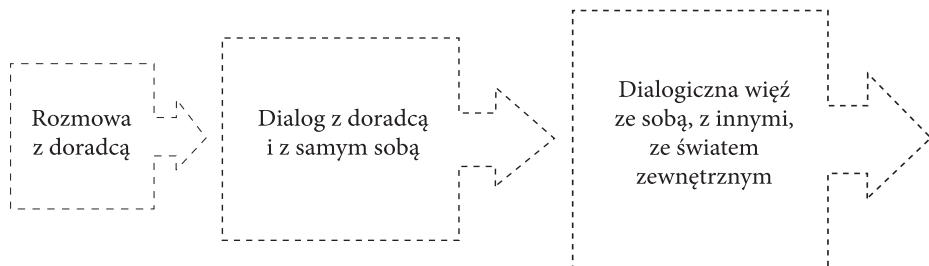
Relacja poradnicza w poradnictwie zorientowanym humanistycznie jest także dynamiczna, przybiera na sile. Zaczyna się od pierwszego spotkania, w którym dzięki rozmowie podmioty mają okazję poznawać się i wejść w świat osoby radzącej się. Rozmowa wówczas nie toczy się według założonego schematu. Doradca dopasowuje się do stanu psychofizycznego jednostki, jej otwartości w relacji, gotowości do dzielenia się sobą, tempa mówienia itp. Główna aktywność doradcy polega na głębokim wsłuchaniu się w narrację klienta. Specjalista mówi tyle, ile to konieczne. Nie zagłusza przestrzeni dialogicznej zbędnymi komentarzami i reakcjami. Oddaje głos rozmówcy (Jedliński, 1993, s. 18), stara się być powściągliwy i mało mówny (Benesch, 2003, s. 409). Zapraszając

do dzielenia się swoją narracją, doradca nie wywiera presji, jest przekonany, że osoba odśloni te sprawy, które są dla niej ważne i które wymagają uwagi. Wsłuchuje się w opowieść i tworzy przestrzeń, w której jednostka może spotkać się ze sobą i swoim życiem, wyruszyć w podróż w głąb własnego istnienia, podjąc ważne dla siebie decyzje i wziąć za nie odpowiedzialność. Osoba radząca się, mając poczucie bycia wysłuchaną i zrozumianą, staje się gotowa do konstruktywnych przemian w swoim życiu (Benesch, 2003, s. 409).

Człowiek dorosły może doświadczać pozytywnych relacji w różnych układach społecznych, uczyć się ich i wykorzystywać je w dalszym życiu. Wejście w relację z doradcą wrażliwym na dialog, który z osobą radzącą się w dialogowym spotkaniu kieruje na nią całą uwagę i daje czas, akceptuje, rozumie, który jest życzliwie obecny, zadaje ważne pytania, inspiruje do nawiązania łączności ze sobą i dokonywania pozytywnych zmian w życiu, jest jedną z takich sposobności.

Kolejny rysunek ilustruje aktywność dialogiczną w relacji osoba radząca się – doradca i poziom „rezultatów” osiągniętych przez podmioty, spotykające się na gruncie poradnictwa humanistycznie zorientowanego.

Rys. 2. Tworzenie przestrzeni dialogicznej w relacji osoba radząca się – doradca i rezultaty w niej wypracowane



- nawiązywanie kontaktu
- gotowość do przyjęcia i udzielenia pomocy
- okazywanie zrozumienia i szacunku
- ustalenie zasad kontaktu
- zaangażowanie w relację
- poznawanie siebie nawzajem
- wysyłanie i odbieranie werbalnych i niewerbalnych komunikatów
- budowanie bezpiecznej i serdecznej atmosfery spotkania
- wyrażanie siebie
- bycie ze sobą
- wzajemne uczenie się siebie

- współbycie
- doświadczanie bezpiecznej relacji z doradcą
- poczucie bycia akceptowanym i rozumianym
- dzielenie się sobą
- współdziałanie
- refleksja i autorefleksja
- dotarcie do osobistych znaczeń
- analiza doświadczeń biograficznych
- weryfikacja własnego oglądu świata
- szukanie prawdy o sobie i własnym życiu
- rozumienie siebie, akceptacja siebie
- tworzenie projektów życia i wprowadzanie zmian

- rozumienie siebie oraz porozumienie ze sobą i z innymi
- życie w zgodzie ze sobą
- pogodzenie się z własną historią życia
- autoanaliza planów i projektów życiowych
- podnoszenie jakości własnego życia
- otwartość na nowe doświadczenia
- poczucie wewnętrznej spójności i integralności oraz łączności ze światem
- równowaga psychiczna
- przystosowanie egzystencjalne połączone z wiernością sobie
- cieszenie się własną i cudzą odrębnością psychiczną, niepewtarzalnością oraz wolnością
- branie odpowiedzialności za swój los
- samoaktualizacja, samoorganizacja doświadczenia
- samopomoc

Źródło: opracowanie własne.

Jak widać, w humanistycznie zorientowanym poradnictwie podstawowe założenia dotyczą relacyjności spotkania *Ja i Ty* oraz uobecniających się w kontakcie pomocowym nastawień i wartości: upodmiotowienia, dobrowolności, współobecności, dążenia do porozumienia, przy zachowaniu akceptacji stron, wzajemnego szacunku oraz partnerstwa. Dzięki doświadczeniu pomocy ze strony specjalistów, tworzą się warunki do doświadczania wolności i „stawiania się człowiekiem bardziej autonomicznym, bardziej spontanicznym, bardziej polegającym na sobie” (Rogers, 1978, s. 289). Chodzi tu o wolność, którą Rogers traktuje w rozumieniu egzystencjalnym. Definiuje ją, odwołując się do poglądów Viktora Frankla, jako kategorię subiektywną, ułożoną wewnątrz człowieka, powiązaną z jego odpowiedzialnością za to, kim się stanie w czasie historycznym, w którym przyjdzie mu żyć, przy takich, a nie innych układach sił zewnętrznych. Tak rozumiana wolność wyraża się w przekonaniu: „jestem w stanie żyć, tu i teraz, z własnego wyboru” (Rogers, 1978, s. 297), myśleć i czuć po swojemu, aktualizować własną tożsamość oraz uznać własną egzystencję i istnienie innych ludzi oraz świata w tej postaci (Rogers, 1978).

Doradca „asystuje” jednostce w procesie dialogowania w wymienionych obszarach. Możliwe wtedy staje się przyglądanie się sobie i własnym doświadczeniom biograficznym, odkrywanie i przeżywanie ważnych spraw, dylematów, trudności, szukanie rozwiązań, projektowanie siebie i dalszego życia. Osoba radząca się czuje, myśli, działa, wartościuje, wspomina, stawia sobie cele, planuje itp. Opowiada swoją historię, ponownie przeżywa doświadczenia, porządkuje je, wyznacza kierunki zmian, wciela je w życie. Poznaje w tym wszystkim siebie, zaczyna lepiej rozumieć bieg zdarzeń, swój udział w nich, godzi się z tym, co minione, zmienia się. Dzięki współpracy z doradcą osoba radząca się nawiązuje prawdziwy, akceptujący i głęboki dialog ze sobą i z innymi, ze swoją przeszłością, teraźniejszością i przyszłością. Doradca jest świadkiem wysiłku, analiz, przeżyć, spotkań z wielogłosowym *Ja*, w trakcie stawiania własnych pytań i poszukiwania odpowiedzi. Dzięki podmiotowej relacji poradniczej osoba radząca się zaczyna tworzyć strategie radzenia sobie z naturalnym (tkwiącym w każdym człowieku) niepokojem, dojrzewać i wzmacniać siebie, ujawniać prawdę o sobie, analizować błędy i porażki, rozwiązywać problemy i poznawać tajemnice, które dotyczą jej egzystencji. Wszystko to dzieje się równolegle z kształtującą się akceptacją siebie, innych i świata zewnętrznego, z samorealizacją i jednoczesnym przystosowaniem egzystencjalnym. Z pewnością takie procesy poradnicze trwają długo i wymagają dużego zaangażowania obu podmiotów, ale ich rezultat przekłada się na samopomoc.

Dzięki rozmowie i dialogowi jednostka rozwija lub wzmacnia dialogiczną więź, którą nazywam „systemem” łączności ze światem wewnętrznym i zewnętrznym. Łączność ta ma pozytywne znaczenie w dotarciu do osobistej prawdy egzystencjalnej, dokonaniu samoaktualizacji i samoregulacji, przy jednoczesnym uwzględnianiu osobistych oraz pozaosobistych możliwości i ograniczeń.

Przekłada się to na realistyczną ocenę siebie i własnego położenia życiowego, budowanie nowych jakości w relacjach interpersonalnych, osiągnięcie równowagi w poszczególnych sferach życia (Rogers, 2002b, s. 24–27, 129).

Odsłania się cały wachlarz możliwości, by móc wieść życie autentyczne i satysfakcjonujące, by kształtować swój los i radzić sobie w trudnych okolicznościach.

Ze strony doradcy towarzyszenie jednostce wcale nie wymaga wirtuozerii komunikacyjnej, diagnostycznej czy metodycznej, ale tworzenia pola, w którym człowiek spotka się ze sobą i swoimi doświadczeniami. Przestrzeń ta jest sposobnością, by na nowo myśleć o ważnych dla siebie sprawach, przeżywać je, przyglądać się sobie, uczyć się siebie, aktualizować znaczenia i (re)organizować swoje doświadczenia. Potrzebne są empatyczne rozumienie („zdolność do wnikliwego i wrażliwego rozumienia przeżyć i odczuć klienta, oraz znaczeń jakie klient im nadaje”, Rogers, 1991, s. 8–10), bezwarunkowa akceptacja (głęboka i autentyczna troska o klienta, „życzliwość i ciepło, pozbawione zaborczości, zastrzeżeń i ocen”, Rogers, 1991, s. 17) i kongruencja (zgodność z samym sobą, przejrzystość uczuć, myśli, postaw, unikanie „pokusy ukazywania się pod maską profesjonalizmu”, Rogers, 1991, s. 20–21). To dostrajanie się do osób radzących się, bycie z nimi w autentycznej relacji, ukierunkowana ku nim uwaga, wsłuchiwanie się w ich sprawy może dać podstawy stworzenia warunków dalszego rozwoju (Rogers, 2002b, s. 24–27).

Podsumowanie

Jak pisałam na początku, organizowane i realizowane działań poradniczych zależy od przyjętej przez doradcę wizji człowieka i świata. Cierpliwe i ostrożne bycie z *Innym* jest trudniejsze od diagnozowania problemów, sterowania osobą radzącą się, narzucania jej własnej woli, dawania porad, instruowania oraz urabiania, czy kolonizowania jej (Zierkiewicz, 2008, s. 138, 142–143). Siła doradcy w podejściu dialogicznym nie wyraża się w perswazji i wywieraniu wpływu, ale w tworzeniu warunków do wzrostu i rozwoju oraz akceptowaniu inności i towarzyszeniu *Innym* z szacunkiem, bez odbierania im godności i prawa do indywidualności. Już słyszę te głosy oburzonych specjalistów, którzy mówią: *nie każda osoba radząca się potrzebuje tak rozumianej pomocy*. Tak, zgadzam się z tym argumentem. Jednak wyobrażam sobie sytuację przeciwną, wówczas, gdy zadaję sobie pytanie, ile osób będących gotowymi do budowania więzi dialogicznej ze sobą samym i światem zewnętrznym spotykało się z doradcami wrażliwymi na diagnozowanie i redukcowanie problemów, a zostało jednak pozbawionych tej wyjątkowej okazji.

Bibliografia

- Balawajder, K. (1996). Umiejętności interpersonalne w niesieniu pomocy innym. W: K. Otrębska-Popiołek (red.), *Psychologia pomocy. Wybrane zagadnienia* (ss. 46–53). Katowice: Wydaw. Uniwersytetu Śląskiego.
- Benesch, H. (2003). *Atlas Psychologii*, t. II. Tłum. A. Barszczewska, Poznań: Prószyński i S-ka.
- Berlińska, A. (2008). Jakim jestem doradcą? W: E. Siarkiewicz, B. Wojtasik (red.), *Być Doradcą! Doświadczenia i refleksje* (ss. 34–40). Wrocław: Wydaw. Naukowe DSW.
- Bowlby, J. Pobrano z: <https://poradniaonline.wordpress.com/cytaty/> (14.03.2018).
- Buber, M. (1991). O Ja i Ty. W: B. Baran (red.), *Filozofia dialogu* (ss. 37–56). Tłum. J. Doktor. Kraków: Znak.
- Chmielnicka-Kuter, E. (2012). W dialogu z własną historią – metafora (wielogłosowej) powieści w poradnictwie psychologicznym. W: P. K. Oleś, M. Puchalska-Wasył (red.), *Dialog z samym sobą* (ss. 376–393). Warszawa: PWN.
- Czerkawska, A. (2013). *Poradnictwo egzystencjalne. Założenia – inspiracje – rozwiązania praktyczne*. Wrocław: Wydaw. Naukowe DSW.
- Cyrułnik, B. (2015). Opiekunowie i proces rezyliencji. *Studia Poradoznawcze*, 4, 121–130.
- Drabik-Podgórna, V. (2003). Doradca między techniką a etyką. W: B. Wojtasik, A. Kargulowa (red.), *Doradca – profesja, pasja, powołanie?*, vol. I. Materiały ze Światowego Kongresu Poradnictwa Zawodowego IAEVG – AIOSP (ss. 182–188). Warszawa: SDSiZ RP.
- Drabik-Podgórna, V. (2007). Poradnictwo w perspektywie dialogicznej – od poradnictwa dialogowego do dialogiki poradnictwa. W: V. Drabik-Podgórna (red.), *Poradnictwo między etyką a techniką* (ss. 105–115). Kraków: Impuls.
- Drabik-Podgórna, V. (2009). Poradnictwo w perspektywie personalizmu dialogicznego. W: A. Kargulowa (red.), *Poradnictwo – kontynuacja dyskursu* (ss. 103–124). Warszawa: PWN.
- Drabik-Podgórna, V. (2010). Poradnictwo dobrego życia w kulturze indywidualizmu – między etyką a estetyką. W: E. Zierkiewicz, V. Drabik-Podgórna (red.), *Poradnictwo w kulturze indywidualizmu* (ss. 89–98). Wrocław: Atut.
- Drabik-Podgórna, V. (2013). Myśleć jak poradca... *Studia Poradoznawcze*, 2, 11–14.
- Egan, G. (2002). *Kompetentne pomaganie. Model pomocy oparty na procesie rozwiązywania problemów*. Tłum. J. Gilewicz, E. Lipska. Poznań: Zysk i S-ka.
- Gadamer H.-G. (1993). *Prawda i metoda. Zarys hermeneutyki filozoficznej*. Tłum. B. Baran. Kraków: Inter Esse.
- Galarowicz, J. (1992). *Na ścieżkach prawdy. Wprowadzenie do filozofii*. Kraków: Wydaw. Naukowe Papieskiej Akademii Teologicznej w Krakowie.
- Giddens, A. (1998). *Socjologia*. Tłum. J. Gilewicz. Poznań: Zysk i S-ka.
- Giddens, A. (2002). *Nowoczesność i tożsamość. „Ja” i społeczeństwo w epoce późnej nowoczesności*. Tłum. A. Szulżycka. Warszawa: PWN.
- Giddens, A. (2008). *Konsekwencje nowoczesności*. Tłum. E. Klekot. Kraków: Wydaw. Uniwersytetu Jagiellońskiego.

- Jankowski, K. (1976). *Od psychiatrii biologicznej do humanistycznej*. Warszawa: PIW.
- Jedliński, K. (1993). Sztuka słuchania. W: J. Santorski (red.), *ABC pomocy psychologicznej* (ss. 13–25). Warszawa: Jacek Santorski & CO.
- Kargulowa, A. (1982). Relacje człowiek – świat w koncepcjach poradnictwa. Przesłanki rozwoju poradnictwa jako praktyki i teorii. W: A. Kargulowa, M. Jędrzejczak (red.), *Spoleczne i jednostkowe znaczenie poradnictwa. Cz. I: Refleksje teoretyczne: założenia filozoficzne i metodologiczne, przedmiot badań, główna problematyka* (ss. 9–29). Wrocław: Wydaw. Uniwersytetu Wrocławskiego.
- Kargulowa, A. (1986). *Poradnictwo jako wiedza i system działań. Wstęp do poradownictwa*. Wrocław: Wydaw. Uniwersytetu Wrocławskiego.
- Kargulowa, A. (1996). *Przeciw bezradności. Nurty – opcje – kontrowersje w poradnictwie i poradownictwie*. Wrocław: Wydaw. Uniwersytetu Wrocławskiego.
- Kargulowa, A. (2004). *O teorii i praktyce poradnictwa. Odmiany poradowniczego dyskursu*. Warszawa: PWN.
- Kargulowa, A. (red.) (2009). *Poradownictwo – kontynuacja dyskursu*. Warszawa: PWN.
- Kargulowa, A. (2012). Poradnictwo ery komunikacji satelitarnej. *Studia Poradownicze, 1*, 19–34.
- Kępiński, A. (2000). *Rytm życia*. Kraków: Wydaw. Literackie.
- Kępiński, A. (1993). *Autoportret człowieka. Myśli, aforyzmy*. Kraków: Wydaw. Literackie.
- Kulczycki, M. (1982). *Psychologiczne problemy poradnictwa*. W: A. Kargulowa (red.), *Spoleczne i jednostkowe znaczenie poradnictwa* (ss. 63–76). Wrocław: Wydaw. Uniwersytetu Wrocławskiego.
- Kulczycki, M. (1985a). Działalność człowieka – aspekty podmiotowe. *Zeszyty Naukowe AWF, 38*.
- Kulczycki, M. (1985b). Zarys relacyjnej koncepcji poradnictwa. W: A. Kargulowa, M. Jędrzejczak (red.), *Teoretyczne i metodologiczne problemy poradownictwa*, vol. 1 (ss. 141–157). Wrocław: Wydaw. Uniwersytetu Wrocławskiego.
- Längle, A. (2003). Rozmowa terapeutyczna jako droga odkrywania siebie samego. „Drogowskazy” do wolności. *Psychoterapia, 1 (124)*, 41–53.
- Łukaszewicz, R. (1995). *Czas transformacji. Od niepewności człowieka – do niepewności edukacji*. Kraków: Impuls.
- Marchwicki ks., P. (2006). Teoria przywiązania J. Bowlby’ego. *Seminare, 23*, 365–383.
- Minta, J. (2010). Rozmowa doradcza we współczesnym poradnictwie kariery. W: *Metody i narzędzia stosowane w Polsce przez doradców zawodowych w sektorze edukacji. Materiały poseminaryjne* (ss. 25–33). Warszawa: Krajowy Ośrodek Wspierania Edukacji Zawodowej i Ustawicznej.
- Oleś, P.K. (2011). Dialogowe Ja: zarys teorii, inspiracje badawcze, ciekawsze wyniki. W: P. K. Oleś, M. Puchalska-Wasył (red.), *Dialog z samym sobą* (ss. 143–171). Warszawa: PWN.
- Puchalska-Wasył, M. (2011). Typy wewnętrznych rozmówców i ich funkcje w świetle analiz ilościowych i jakościowych. W: P. K. Oleś, M. Puchalska-Wasył (red.), *Dialog z samym sobą* (ss. 69–95). Warszawa: PWN.

- Rogers, C.R. (1978). *Uczyć się jak być wolnym*. W: K. Jankowski (oprac.), *Przełom w psychologii* (ss. 289–302). Warszawa: Czytelnik.
- Rogers, C.R. (1991). *Terapia nastawiona na klienta. Grupy spotkaniowe*. Tłum. A. Dodziuk, E. Knoll. Wrocław: Thesaurus – Press.
- Rogers, C.R. (2002a). *O stawianiu się osobą. Poglądy terapeuty na psychoterapię*. Tłum. M. Karpiński. Poznań: REBIS.
- Rogers C.R. (2002b). *Sposób bycia*. Tłum. M. Karpiński. Poznań: REBIS.
- Sartre, J.-P. (1992). *Psychoanaliza egzystencjalna – jedność osobowości*. W: M. Kostyszak (oprac.), *Filozofia egzystencjalna. Wybór tekstów* (ss. 180–190). Wrocław: Wydaw. Uniwersytetu Wrocławskiego.
- Siarkiewicz, E. (2014). Moc słowa. Możliwości identyfikowania wypowiedzi performatywnych w poradniczych praktykach. *Studia Poradoznawcze*, 3, 59–71.
- Siarkiewicz, E. (2010). *Przesłonięte obszary poradnictwa. Realia – aluzje – ambiwalencje*. Zielona Góra: Wydaw. Uniwersytetu Zielonogórskiego.
- Słowik, A. (2012). Udzielanie pomocy w poradnictwie międzykulturowym przy wykorzystaniu metody Mapowania Przestrzeni Życiowej. *Terazniejszość – Człowiek – Edukacja*, 77–96.
- Straś-Romanowska, M. (1998). *Zrozumieć swój los: potrzeba człowieka i zadanie dla psychologii*. W: Kuczyńska A. (red.), *Zrozumieć zachowanie człowieka w zdrowiu i chorobie* (ss. 68–76). Wrocław: Wydaw. Uniwersytetu Wrocławskiego.
- Straś-Romanowska, M. (2008). *Tożsamość w czasach dekonstrukcji*. W: B. Zimoń-Dubowik, M. Gamian-Wilk (red.), *Oblicza tożsamości: perspektywa interdyscyplinarna* (ss. 19–30). Wrocław: Wydaw. Naukowe DSW.
- Szczeptański, J. (1978). *Ludzkie sprawy*. Warszawa: Czytelnik.
- Szłapińska, J. (2013). Determinanty jakości w indywidualnym poradnictwie zawodowym. *Studia Edukacyjne*, 27, 293–307.
- Szumigraj, M. (2016). Kompetencje doradcy w autopercepcji studentów. *Dyskursy Młodych Andragogów*, 17, 141–155.
- Teusz, G. (2009). Poradnictwo biograficzne w aspekcie teorii krytycznych wydarzeń życiowych. W: A. Kargulowa (red.), *Poradownawstwo – kontynuacja dyskursu* (ss. 85–102). Warszawa: PWN.
- Trębińska-Szumigraj, E. (2009). Emancypacja w poradnictwie. W: A. Kargulowa (red.), *Poradownawstwo – kontynuacja dyskursu* (ss. 146–169). Warszawa: PWN.
- Wojtasik, B. (2001). Rozmowa poradnicza jako spotkanie doradcy zawodu i osoby radzącej się. W: B. Wojtasik (red.), *Podejmowanie decyzji zawodowych przez młodzież i osoby dorosłe w nowej rzeczywistości społeczno-politycznej*. Wrocław – Radom: Wydaw. Instytut Technologii i Eksploatacji.
- Wojtasik, B. (2009). Sytuacja poradnicza – między rytuałem integracyjnym a prawdziwym spotkaniem. W: A. Kargulowa (red.), *Poradownawstwo – kontynuacja dyskursu* (ss. 199–216). Warszawa: PWN.
- Yalom, I. D. (2008). *Psychoterapia egzystencjalna*. Tłum. A. Tanalska-Dulęba. Warszawa: Instytut Psychologii Zdrowia PTP.

- Zielińska-Pękał, D. (2009). Poradnictwo a świat mediów, czyli o poradnictwie zapośredniczonym. W: A. Kargulowa (red.), *Poradczawstwo – kontynuacja dyskursu* (ss. 285–307). Warszawa: PWN.
- Zierkiewicz, E. (1996). Jawne i ukryte programy trzech koncepcji poradnictwa. W: A. Kargulowa (red.), *Dramaturgia poradnictwa* (ss. 223–247). Wrocław: Wydaw. Uniwersytetu Wrocławskiego.
- Zierkiewicz, E. (2004). *Poradnik – oferta wirtualnej pomocy?* Kraków: Impuls.
- Zierkiewicz, E. (2008). Spotkanie z Innym w poradnictwie. *Dyskursy Młodych Andragogów*, 9, 133–143.