

πολλαπλή επικοινωνία μαζί τους. Με άλλα λόγια η ομάδα λειτουργεί όταν μπορούμε να συμμετέχουμε. Μήπως λοιπόν η ομάδα εκπαιδευομένων λειτουργεί και εκφράζεται περισσότερο στο διάλειμμα ή σε μια συμμετοχική διαδικασία μέσα στην τάξη και λιγότερο όταν όλοι μαζί παρακολουθούν σιωπηλοί μια παρουσίαση στο Power Point ή βρίσκονται ανά δύο μπροστά σε ένα τερματικό ηλεκτρονικού υπολογιστή; Ή μήπως οι ομαδικές διεργασίες λειτουργούν πάντα και το μόνο στοιχείο που διαφοροποιείται είναι η έκφραση (πιο σιωπηλή ή πιο ενεργητική) της ομάδας, ανάλογα με τις υπάρχουσες κάθε φορά συνθήκες;

γ) Όπου υπάρχει ομάδα υπάρχει το συναίσθημα του ανήκειν. Αναφερόμαστε εδώ στο πραγματικό συναίσθημα και όχι στην τυπική πραγματικότητα. Τι γίνεται λοιπόν στην περίπτωση που κατά τις πρώτες συναντήσεις ενός 15μελούς τμήματος εκπαιδευομένων έχουμε δύο μικρές παρέες εκπαιδευομένων [για παράδειγμα μια 5μελή και μια 3μελή] που γνωρίζονται μεταξύ τους εκ των προτέρων; Ή όταν σε ένα τμήμα αλλοδαπών υπάρχουν εκπαιδευόμενοι από 3 διαφορετικά γλωσσικά περιβάλλοντα; Καλό είναι ο εκπαιδευτής να θέτει ανάλογα ερωτήματα για την ομάδα του, τα οποία δεν είναι δυνατόν να απαντηθούν εκ των προτέρων ούτε είναι βέβαιο ότι θα απαντηθούν οριστικά. Τις απαντήσεις τις δίνει η ίδια η ομάδα σε κάθε συνάντησή της.

7. Ενσυναίσθηση και η σύνδεσή της με την έννοια του εαυτού

Ενσυναίσθηση - Ορισμός

□η ικανότητα να «αντισταυόνομαί το εσωτερικό πλαίσιο αναφοράς ενός άλλου ανθρώπου με την ακρίβεια σαν να ήμονο εκείνο το άτομο, χωρίς όμωο να χάνω αυτή τη «σαν να» συνθήκη» Carl Rogers, (1959).

□Το να βλέπομε τον κόσμο, όπωο τον βλέπει ο άλλοο, να αισθανόμαστε ό,τι αισθάνεται (Ivey, Gluckstern Ivey, 1992).

Ο Goleman (1998), εισηγητήο του όρου της συναισθηματικήο νοημοσύνηο, αναφέρεται αναλυτικά και στην ενσυναίσθηση (empathy). Προοδιορίζεα αυτήν, μάλιστα, ωο μία βασική διάσταση της συναισθηματικήο νοημοσύνηο, ωο την κατανόηση των συναισθημάτων και της άποψηο των άλλων. Ωο ενσυναίσθηση ορίζεα η συναισθηματική ταύτιση με την ψυχική κατάσταση ενός άλλου ατόμου, και η κατανόηση της συμπεριφοράο και των κινήτρων του. Μάλιστα, ετυμολογικά, η λέξη απαρτίζεται από τα μέρη *εν, συν* και *αίσθηση*, υποδηλώνονταο την επέκταση της αίσθηοοο του ατόμου πέρα από τον εαυτό του (Μπαμπινιώτηο, 1998). Παράλληλα, για την απόδοση της έννοιαο χρησιμοποιούνται και άλλοι συγγενείοο όροι όπωο «εναίσθηση», «εμβίωση» και «ενσυναίσθητη κατανόηση» (Ματσαγγούραο, 2002). Η Μαλικιώοη-Λοϊζου (2008) δίνει έναν ορισμό της ενσυναίσθηοοο που την ταυτίζει με την εμβίωση. Συγκεκριμένα αναφέρεα: «*Ενσυναίσθηση είναι η ικανότητα της εμβίωσηοο (εμβιώ = ζω έν τινι/ζω μέσα στον άλλο) της κατήοαοοοο του άλλου, είναι η ικανότητα της κατανόησηοο και του μοιρίοοματοο των ογκινήοοων, των οκέψωων και της συμπεριφοράοο του άλλου ατόμου*» (Μαλικιώοη-Λοϊζου, 2008:2).

Με πιο απλά λόγια, για τον Gottman (2011) ενσυναίσθηση μέσα στο οικογενειακό περιβάλλον είναι η ικανότητα να μπαίνουμε στη θέση των παιδιών μας μέσα από την προσεκτική ακρόαση και να κατανοούμε τον τρόπο που εκείνα σκέφτονται. Αρκετοί ακόμη μελετητές υποστηρίζουν ότι στην ελληνική γλώσσα η έννοια της ενσυναίσθησης θα μπορούσε να αποδοθεί και με τον όρο «μέθεξη» (Παπαδόπουλος, 2005). Χρειάζεται, ακόμα, να τονιστεί ότι η λέξη «ενσυναίσθηση» διαφέρει επίσης από τη διαίσθηση, η οποία περιορίζεται στο ίδιο το άτομο όταν αναλογίζεται την πιθανότητα να συμβεί κάποιο ενδεχόμενο, ενώ το αντίθετο της ενσυναίσθησης είναι συχνά η εμπάθεια, η οποία υποδηλώνει προκατάληψη και αρνητική στάση. Ωστόσο, στις περισσότερες ξένες γλώσσες η λέξη εμπάθεια (*empathy*) χρησιμοποιείται με την έννοια της ενσυναίσθησης, προερχόμενη από την αρχαία ελληνική λέξη *εμπαθής*, η οποία είχε τη σημασία του έντονου πάθους (<https://el.wikipedia.org/wiki/Ενσυναίσθηση>).

Πολλοί είναι και οι ξένοι ερευνητές που υποστηρίζουν παρόμοια με τις παραπάνω πληροφορίες, ότι η ενσυναίσθηση προέρχεται από την αρχαία ελληνική λέξη «εμπάθεια», όμως με διαφορετική σημασία (Bohart & Greenberg, 1997). Για παράδειγμα, ο Astin (1967) που αποδίδει την ενσυναίσθηση ως την ενεργό εκτίμηση της εμπειρίας του άλλου, ο Smith (1989) που αποδίδει στην ενσυναίσθηση την έννοια του πάθους, αλλά και ο Shlien (1997) που, επίσης, ταυτίζει την ενσυναίσθηση με το πάθος, εννοώντας τα δεινά, τα πάθη των ανθρώπων (Σταλίκας & Χαμοδράκα, 2004:22-23). Για τις περιπτώσεις αυτές που η ενσυναίσθηση ταυτίζεται με την εμπάθεια, η έννοια σημαίνει προφανώς τη βίωση του εαυτού και της πραγματικότητας μέσα από τη θέση του άλλου.

Χρειάζεται να διευκρινιστεί ότι η έννοια της ενσυναίσθησης διαφοροποιείται σημαντικά από τη «συμπάθεια», αφού ο συμπαθών δεν έχει την ταυτόχρονη ικανότητα να μπαίνει στη θέση του άλλου, αλλά μένει κυρίως στα δικά του συμπονετικά συναισθήματα, κάτι το οποίο μπορεί να εγκλωβίσει τον θεραπευτή στην συμβουλευτική σχέση και να τον οδηγήσει να χάσει την αντικειμενικότητά του απέναντι στον πελάτη (Bohart & Greenberg, 1997:436). Στο βιβλίο τους «Empathy reconsidered» οι ίδιοι οι συγγραφείς αναφέρουν όλες τις διαφορετικές περιγραφές της ενσυναίσθησης άλλοτε ως μέσο γνώσης ή παρατήρησης, άλλοτε ως προσεκτική ακρόαση και κατανόηση, άλλοτε ως κοινωνική ευφυΐα ή διαπροσωπική αντίληψη, αλλά ακόμα και ως προσαρμογή και υιοθέτηση ρόλων, βιωματική ή «σιωπηρή» γνώση της εμπειρίας του άλλου (Bohart & Greenberg, 1997: 420).

Από την άλλη πλευρά, η έννοια του εαυτού αποτέλεσε έννοια-κλειδί στην ανθρωποκεντρική (προσωποκεντρική) θεωρία της ψυχολογίας ή αλλιώς, στην πελατοκεντρική θεραπεία (*client-centered therapy*) του Αμερικανού ψυχολόγου Carl Rogers. Αναφέρεται σε ένα οργανωμένο και σταθερό τύπο αντιλήψεων που το άτομο φέρει για το «εγώ» του, ο οποίος και διατηρείται πάντα, ως προς τη σταθερότητα ή την οργάνωση, μολονότι ο εαυτός μπορεί να αλλάζει (Pervin & John, 2001:242).

Πρόκειται για την πίστη στην αξία του ανθρώπου και στην προσωπική του δύναμη να διαμορφώνει τη ζωή του με τρόπο θετικό καθώς ο Rogers (1961) θεωρεί ότι ο πυρήνας της ανθρωπίνης φύσης είναι ουσιαστικά θετικός και η βασική κατεύθυνση του ανθρώπου στρέφεται προς την αυτοπραγμάτωση (Λαρεντζάκη & Παύλου, 2008). Έτσι, εκφράζοντας ένα βαθύ σεβασμό για την υποκειμενική εμπειρία του κάθε ανθρώπου, στην οποία στηρίζεται και η διαμόρφωση του εαυτού, ο Rogers επαναφέρει στην ψυχοθεραπεία και στη συμβουλευτική σχέση το ζήτημα της παροχής άνευ όρων αποδοχής στο άλλο άτομο