

Lucyna Majewska

Uniwersytet Zielonogórski

ORCID: 0000-0002-1413-5585

<https://doi.org/10.59444/2023MONredWalr14>

Dialog sokratejski jako metoda poradnicza w pracy coacha

Odgadywanie jego myśli tylko wtedy przedstawiać
będzie rzecz godną wysiłku,
jeżeli skądinąd nabyliśmy przekonania,
że myśli jasno [...].
Jeżeli zaś nie mamy tego przekonania,
wtedy możemy spokojnie przyjąć,
że autor nie umiejący myśli swych wyrazić jasno
nie umie też myśleć jasno,
że więc jego myśli nie zasługują na to,
by silić się na ich odgadywanie¹.

Wstęp – niepewność moralna

Kryzys stworzył pewne nowe przestrzenie do pracy dla psychologów, coachów, trenerów personalnych i doradców filozoficznych próbujących wypracować metody pomocy psychologicznej i moralnej dostosowane do współczesności. Ostatnie momenty zwrotne w historii człowieczeństwa, wynikające m.in. z doświadczenia wojny w Ukrainie, licznej imigracji i potrzeby aklimatyzacji do nowych warunków współistnienia społecznego, rosnący strach przed zagrożeniem, niepewność powrotu do normalności i czasów sprzed pandemii, dały do zrozumienia, że rzeczywistość zmienia się w błyskawicznym tempie oraz jest coraz bardziej chaotyczna, a wszelkie przemiany, również na poziomie wartości etycznych, są złożone i dynamiczne. Można mówić o pewnej „chybotliwości moralnej”, pojęcie to związane jest z charakterystycznymi dla współczesności procesami przemian – zakłada Jan Szmyd.

„Chybotliwość moralna” nie oznacza, oczywiście, wszelkiej zmiany moralności [...]. Sprowadza się jedynie [...] do zakresowo ograniczonego, jednakże charakterystycznego i znaczącego [...].

¹ K. Twardowski, *O jasnym i niejasnym stylu filozoficznym*, „Ruch filozoficzny” 1919, R. V, nr 2, s. 27.

przejawu zmian, ściślej mówiąc, naruszeń ogólnej kondycji i stabilności, okresowego osłabienia żywotności, siły i funkcjonalności czynnika moralnego w życiu jednostkowym i zbiorowym człowieka współczesnego czy po prostu przejściowego nadwerężenia jego roli w tym życiu. Przede wszystkim zaś „chybotliwość moralna” oznacza okresowe swoiste zachwianie i osłabienie, zawężenie i „rozrzedzenie” czy zbytnie wyselekcjonowanie podmiotowych odniesień do zastanego świata wartości etycznych².

Zagęszczenie wyzwań moralnych, takich jak nihilizm, kryzys autorytetów, brak poszanowania dla jakichkolwiek wartości moralnych, wynikający z desperacji i niepokojów społecznych, ale i dezinformacja, szalejąca inflacja czy wykluczenie społeczne i ekonomiczne powodują, że coraz trudniej jest funkcjonować w zdrowiu, psychicznym i fizycznym – w tzw. normalności.

Poszukiwanie rozwiązania tej sytuacji staje się ważną częścią życia wielu osób. Wellness odwołuje się do dobrego samopoczucia czy harmonii duszy z ciałem i jest od starożytności tematem ważnym dla filozofów i antropologów, a współcześnie dla psychologów, coachów, doradców filozoficznych oraz terapeutów. Znane jest powszechnie greckie hasło *eudajmonia* (gr. *εὐδαιμονία*), które dosłownie tłumaczy się jako stan dobrego ducha i często tłumaczone jest także jako szczęście (ang. *happiness*), dobrobyt (ang. *welfare*) oraz dobre prosperowanie – rozkwit (ang. *flourishing*), a okazjonalnie jako dobre samopoczucie (ang. *well-being*)³. W najogólniejszym rozumieniu *eudajmonia* kojarzona jest z powodzeniem i dobrym samopoczuciem, jest stanem, do którego powinno się dążyć. Znaczące jest to, że synonimami dla eudajmonii jest także: dobrze żyć (ang. *living well*) i radzić sobie (ang. *doing well*), które odnoszą się do konkretnych aktywności związanych z życiem człowieka⁴. Zaznaczyć należy, że teorie *well-being* są powiązane z cnotami, z realizacją założeń norm danych człowiekowi i z moralnością. *Wellness* celuje w odpowiednie zarządzanie codziennym życiem, by osiągnąć pozytywny stan umysłu, niekoniecznie związany z brakiem chorób, ale w poczuciu własnego dobrego samopoczucia⁵. Różne definicje podają, w ogólnym zarysie, że *wellness* to balans między zdrowym ciałem, duchem i umysłem⁶ i na tym, wydaje się, trzeba się skupić, owym balansie, Arystotelesowskim złotym środkiem.

Zagrożeniem dla zachowania człowieka jest syndrom dobrego samopoczucia (ang. *wellness syndrome*). W przeciwieństwie do poszukiwania dobrego samopoczucia, owej

² J. Szmyd, „Chybotliwość” wartości i zasad moralnych w świecie ponowoczesnym a standardy życia społecznego i indywidualnego, „Państwo i Społeczeństwo” 2010, R. X, nr 3, s. 12.

³ *Stanford Encyclopedia of Philosophy*, hasło: *Virtue Ethics: first published Fri Jul 18, 2003; substantive revision Thu Dec 8, 2016* by Rosalind Hursthouse and Glen Pettigrove, <https://plato.stanford.edu/entries/ethics-virtue/#EudaVirtEthi> (dostęp: 18.03.2023).

⁴ *Stanford Encyclopedia of Philosophy*, hasło: *Ancient Ethical Theory: first published Tue Aug 3, 2004; substantive revision Fri Feb 5, 2021* by Richard Parry and Harald Thorsrud, <https://plato.stanford.edu/entries/ethics-ancient/> (dostęp: 18.03.2023).

⁵ E. Vladeva, *Wellness Syndrome*, „Scripta Scientifica Salutis Publicae” 2019, vol. 5(1), s. 15, DOI:10.14748/sssp.v5i1.6424.

⁶ Tamże, s. 15-17.

jedności ciała, umysłu i ducha – eudajmonii – syndrom dobrego samopoczucia prowadzi do poszukiwań idealnej diety, zmienia ludzi w atletów korporacyjnych, którzy gonią samych siebie i monitorują każdą część codziennego życia. Jest to swoiste ekstremum, które może prowadzić do obsesji na temat zdrowego trybu życia, nie tylko w zakresie duchowym, ale szczególnie fizycznym.

Syndromowi dobrego samopoczucia towarzyszą takie symptomy, jak niepokój, obwinianie samego siebie i poczucie winy – to tylko kilka z nich. [...] syndrom dobrego samopoczucia opiera się na założeniu, że jednostka jest istotą niezależną, skuteczną, upartą i nieustępliwie dążącą do samorozwoju. [...] Gdy dobre samopoczucie przestaje być ogólną ideą przyjemnego bytowania i zmieniania się w zbiór reguł mówiących nam, jak żyć prawdziwie i sprawiedliwie, nabiera ono nowego znaczenia. Staje się niemożliwym nakazem, który modyfikuje nasze istnienie. Obsesyjne śledzenie naszego dobrego samopoczucia i ciągle wynajdywanie nowych dróg podnoszenia samooceny pozostawia mało przestrzeni do życia⁷.

W świetle oferowanych możliwości, a właściwie ich braku, los człowieka wydawać by się mógł stracony. Odpowiedzią na poszukiwania jest filozofia i praktyczna etyka, których zadaniem jest wprowadzenie człowieka, według Andrzeja Grzegorzczaka, w proste, racjonalne rozmyślenia i podejmowanie właściwych działań, „[...] stąd próba odpowiedzi na pytanie: jak żyć? Rozwój ludzkości wzmaga drastyczność tego pytania”⁸. Uczony widział zagrożenia, jakie istnieją we współczesnym świecie, szczególnie w sposobach myślenia i formułowaniu myśli – jednoznacznych i absolutnych lub bardzo chwiejnych, wielowątkowych. Dlatego nalegał, by filozofia była funkcjonalna i użyteczna, a nie tylko pozostawała w obszarze naukowych dywagacji. Daje to szersze możliwości dostępu do niej dla większej liczby ludzi – twierdzi. Zauważa, że refleksja filozoficzna jest dostępna na poziomie różnych nauk, co wskazuje na zacieranie się granic i pozwala filozofii oraz etyce być obecnymi na arenie pomocy doradczej.

Jacek Sójka twierdzi, że moralność to zadawanie sobie pytań w konkretnych decyzjach i zastanowienie się, co ja mam zrobić. Dialog ze sobą, rozstrzygnięcie, jakie zachowanie będzie najwłaściwsze. Zakładać się powinno, że dialog ten jest racjonalny, a argumentacja oraz decyzja zostają podjęte na podstawie słuszności własnych działań. Ponieważ postępowanie niesłuszne byłoby nieracjonalne. Co więcej, dialog jest pewną reprezentacją moralnych dylematów z otoczenia, z rodzinnego wychowania, z nabytych przez doświadczenie wartości itp. A także dialog angażuje nas w odwoływanie się do norm i teoretycznych zagadnień etyki, na podstawie których szukamy tej najwłaściwszej decyzji⁹. Poszukiwanie rozwiązań łączy się z debatą, przekonywaniem innych, wspólnym szukaniem możliwie najlepszych dróg. „Stosowanie» ogólnych

⁷ C. Cederström, A. Spicer, *Pętla dobrego samopoczucia*, Warszawa 2016, s. 7.

⁸ A. Grzegorzczak, *Filozofia czasu próby*, wydanie drugie poprawione, Warszawa 1984, przedmowa do pierwszego wydania w Paryżu w 1979 roku, s. 5.

⁹ J. Sójka, *Idea etyki stosowanej. Pomiędzy wyżynami filozofii a wymogami praktyki*, „Annales. Etyka w życiu gospodarczym” 2007, nr 10(1), s. 118-119.

reguł w pluralistycznym świecie łączy się z argumentowaniem, z uzasadnianiem wyboru takich, a nie innych koncepcji. Zresztą wybory dokonywane w samotności mają także taki dialogiczny charakter podobnie i sama tożsamość jednostki: w obrębie indywidualnego sumienia ścierać mogą się rozmaite racje¹⁰.

Z kolei Aldona Pobjewska zauważa, że wzrosło znaczenie ludzkiej jednostki – nie tylko w sferze publicznej, gdzie demonstruje się to przyznawaniem większych praw, ale i zwiększeniem obowiązków – a co za tym idzie, także poszerzeniem świadomości społecznej¹¹.

Na polu prywatnym progresja znaczenia ludzkiego indywiduum przejawia się w tym, że jest ono nie tylko panem samego siebie, ale i własnym twórcą, tj. twórcą siebie i swojej życiowej drogi, gdyż w dużej mierze jedno i drugie zależy od jego decyzji. W przeszłości przede wszystkim pochodzenie i tradycja decydowały o losie jednostki i tylko w wyjątkowych wypadkach można było wyjść poza swoją klasę i awansować w hierarchii społecznej. Dzisiaj droga oraz pozycja życiowa każdego z nas zależy istotnie od naszych własnych rozstrzygnięć i działań¹².

Etyka stosowana, w tym wszelkie filozoficzne rozmyślania składające się na doradcze podwaliny pracy coacha, jest refleksją, w której chodzi o praktyczne zastosowanie myśli filozoficznej do rozsądzania realnych problemów codzienności. Znika absolut i pewność – pozostaje dyskusja i negocjowanie konkretnych rozwiązań. Dzięki pluralizacji i dialogowi pojawia się potrzeba wychodzenia poza swoje myślenie i uzasadnienia, poza zastane schematy myślenia. Argumentacja, poszukiwanie własnej drogi i własnych rozwiązań stają się koniecznością życiową w rozchwanianym świecie, nie tylko w kameralnym świecie głosów w naszej głowie¹³, ale i w gabinecie terapeutycznym.

Dialog – wspólna droga do prawdy

Dialog, który korzenie ma w filozofii¹⁴, nieustannie potrzebuje wypracowywania nowych poziomów komunikacji i dostosowywania się do potrzeb współczesnych ludzi. I choć tekst Kazimierza Twardowskiego *O jasnym i niejasnym stylu filozoficznym* ma

¹⁰ Tamże, s. 124.

¹¹ A. Pobjewska, *Czego dzisiaj potrzebujemy do moralnego postępowania?*, „Filozofuj!” 2017, nr 5(17), s. 6.

¹² Tamże.

¹³ Nawiązanie do Sokratejskiego *daimoniona* (gr. *δαίμωνιον*, zdrobnienie od *δαίμων*, *daimōn* „Bóg; bóstwo; demon”), który był głosem bóstwa, sumienia i ostrzegawczym głosem wewnętrznym. Jego działanie sprowadzało się do odradzania czynienia złych rzeczy i podejmowania błędnych decyzji. Zob. Platon, *Obrona Sokratesa*, tłum. W. Witwicki, XIV 4-7, <http://wolnelektury.pl/katalog/lektura/platon-obrona-sokratesa> (dostęp: 25.03.2023): „[...] jakeście to nieraz ode mnie słyszeli, mam jakieś bóstwo, jakiegoś ducha, o czym i Meletos na żart w swoim oskarżeniu pisze. To u mnie tak już od chłopięcych lat: głos jakiś się odzywa, a ilekroć się zjawia, zawsze mi coś odradza, cokolwiek bym przedsiębrał, a nie doradza mi nigdy”.

¹⁴ Filozofia to „umilowanie mądrości” – od gr. *philein* – miłować, *sophia* – mądrość. Dialog to „przez rozumne słowo” – od gr. *dia* – przez, *logos* – rozumne słowo, mowa, rozum, sens, porządek.

ponad sto lat, to jego aktualność jest ponadczasowa. Należy być przedstawicielem tegoż gatunku człowieka, który wyraża się jasno, konkretnie i komunikatywnie, tak by w dialogu i próbie porozumienia się przedstawiać tę chęć zrozumienia i wysłuchania, która pomaga wyjść z kryjówki lęku i niepewności, a skupia się na stworzeniu miejsca spotkania i bezpiecznej przestrzeni do rozmowy.

Początek dialogu to duże wydarzenie, trzeba przekroczyć próg, wyciągnąć rękę, znaleźć wspólne miejsce do rozmowy. Trzeba czasem pokonać strach i uprzedzenia, by rozpocząć dialog, jak również znaleźć taki język, który dla obu stron znaczy to samo. „Człowiek w swej mowie zagaduje drugiego człowieka. Zagadnięcie to jest szczególną właściwością istoty ludzkiej i zasada się na ustanowieniu i uznaniu samodzielnej inności drugiego człowieka”¹⁵. Warunkiem prawdziwej rozmowy, w ujęciu Hansa-Georga Gadamera, nie jest dążenie do porozumienia, lecz „poznanie horyzontu innego”¹⁶. Dialog opiera się na założeniu, że każdy człowiek ma własną perspektywę i doświadczenie. W trakcie dialogu staramy się zrozumieć punkt widzenia innego i wejść w jego perspektywę. Każdy z uczestników dialogu jest obdarzony własnym potencjałem. Tylko z takim podejściem – wzajemności – może zaistnieć wartościowy dialog wnoszący nowe treści i prowadzący do pozytywnej zmiany w rozwoju i w życiu.

Według Alfreda Zamudio¹⁷ dialog jest ćwiczeniem w słuchaniu, gdyż pozwala innemu na opowiedzenie pewnej historii. Dialog kreuje przestrzeń do mówienia, jest słuchaniem innego, pozwalaniem, by jego głos był usłyszany i podjęciem decyzji, czy chcę się w tej sytuacji uczyć, czy nie. Słuchanie i uczenie się to dwie najważniejsze składowe dialogu, twierdzi A. Zamudio. Aby stworzyć sytuację słuchania i uczenia się, należy najpierw zadbać o stworzenie bezpiecznej przestrzeni – bez przymuszenia, przemocy i zastraszenia rozmówcy. Posiadanie przestrzeni, gdzie ja słucham czyjegoś głosu i ktoś słucha mnie, jest ważnym krokiem w procesie dialogu. Dialog pozwala się uczyć, gdyż dzięki niemu słucha się innych i zdobywa się informacje, jak stworzyć lepsze relacje społeczne. Lepsze relacje powalają na życie w dobrej kondycji, by sprostać wyzwaniom przyszłości. Co więcej, dialog prowadzi do bardziej inkluzywnego i empatycznego

¹⁵ J. Gara, *Filozofia dialogu i jej implikacje pedagogiczne*, „Pedagogia Christiana” 2010, nr 1(25), s. 147.

¹⁶ Zob. H.-G. Gadamer, *Prawda i metoda. Zarys hermeneutyki filozoficznej*, tłum. B. Baran, Kraków 1993, s. 416.

¹⁷ Alfredo Zamudio – urodzony w Chile (Santiago), jest dyrektorem Nansen Fredssenter w Lillehammer (Nansen Center for Peace and Dialogue – Centrum Nansen dla Pokoju i Dialogu), gdzie wypracowuje metody dialogiczne, które sprzyjają rozwiązywaniu konfliktów. Był dyrektorem Norweskiej Rady ds. Uchodźców (IDMC) w Genewie i dyrektorem Norweskiej Rady ds. Uchodźców w Timorze Wschodnim, gdzie otrzymał Order Timoru Wschodniego z rąk prezydenta José Ramos-Horta za wkład w humanitarną działalność w Timorze Wschodnim. Pracował też jako koordynator kampusów w Darfurze i Sudanie, a także w Kolumbii jako doradca Wysokiego Komisarza ONZ ds. Uchodźców. W Norwegii od wielu lat pracował nad integracją, prawami człowieka i kwestiami społecznymi, gdzie był liderem Fundacji Praw Człowieka w Oslo. Treść pochodzi z wywiadu z nim podczas pobytu w Polsce, <https://www.youtube.com/watch?v=m63aZBoH7IE> (dostęp: 18.03.2023).

społeczeństwa, co pozwala być zainteresowanym tym, co myślą i przeżywają inni oraz jaką mają historię i co mogą wnieść do naszego życia. Warunkiem dialogu jest zdolność do wczuwania się w punkt widzenia innego. Chodzi o uznanie, że inny ze swego punktu widzenia zawsze ma trochę racji. Agnieszka Salamucha zauważa, że „dialog jest udany [...], kiedy uda mi się zrozumieć zdanie mojego oponenta. Nie zgadzam się z nim, on nie zgadza się ze mną, każdy pozostał przy swoim i nie wypracowaliśmy żadnego wspólnego stanowiska – ale ja wiem, co on myśli i dlaczego”¹⁸. Nikt nie kryje się w kryjówce komunikacyjnej dobrowolnie, ma jakiś powód, który warto uznać. Hans-Georg Gadamer zakłada, że

co „wyjdzie” w rozmowie, nikt z góry nie wie. Porozumienie lub jego utrata są czymś, co nam się niejako przydarza [...], nie można nawet powiedzieć, że to partnerzy dostosowują się do siebie; w udanej rozmowie poddają się obaj prawdzie rzeczy, która wiąże ich nowymi więzami wspólnoty. Porozumienie w rozmowie nie polega na samym tylko monologu i forsowaniu własnego stanowiska, lecz jest przemianą we wspólnotę, w której nie pozostaje się tym, czym się było¹⁹.

Stąd w dialogu istotna jest symetria, ponieważ pierwotnym jego założeniem jest to, że odbywa się on i rozwija w obrębie przynajmniej dwóch racji, gdzie punktem wyjścia jest założenie, że obaj rozmówcy mogą mieć rację. Jest to przesłanka intelektualnej pokory. „Przede wszystkim zrównuje status poglądów obu stron. Tworzy to podstawę do równouprawnienia głoszących je osób, gdyż żadna z nich nie ma podstaw, aby czuć się mądrzejsza albo głupsza od swojego partnera”²⁰ – przekonuje A. Pobojevska. Wiąże się z tym szacunek do oponenta, otwartość na inność, odwaga przyznania się do błędu i korekty własnej koncepcji. Wymaga to gotowości wyjścia z kręgu swoich poglądów i podjęcia próby zrozumienia drugiego stanowiska²¹.

Ludzie to historie, które niełatwo zapomnieć, co w dialogu jest niezwykle istotne – wybrzmienie historii i pewne zastanowienie się nad tym, co zrobić z tą historią dalej – perswaduje A. Zamudio. Celem dialogu nie jest tylko wysłuchanie siebie wzajemnie, ale swoista wspólna podróż po własnych historiach. Efektem tego jest zrozumienie innego, szczególnie w jego kryzysie. Podobne założenie miał ks. Józef Tischner: „Dopiero dzięki spotkaniu widzimy ludzi na scenie życia zorganizowanej w hierarchię, preferujemy i rozumiemy preferencje innych”²². W dialogu kryją się wyznania równoznaczne z twierdzeniami: „z pewnością inny ma trochę racji” i „z pewnością ja nie całkiem mam rację”. Takie założenia pozwalają na wspólne, choć z innych punktów startowych, dążenie do zrozumienia sedna sprawy. Agnieszka Salamucha twierdzi, że „dzięki dialogowi dochodzi do ujawnienia prawdy, która nie była przedtem w pełni

¹⁸ A. Salamucha, *Dialog: fakty i mity*, „Filozofuj!” 2017, nr 5(17), s. 21.

¹⁹ H.-G. Gadamer, dz. cyt., s. 351.

²⁰ A. Pobojevska, *Czym jest dialog?*, „Filozofuj!” 2018, nr 1(19), s. 46.

²¹ Zob. tamże.

²² J. Tischner, *Myślenie według wartości*, Kraków 1982, s. 484.

znana żadnemu z jej uczestników. Dlatego nie ma w nim zwycięzców i pokonanych. Ostatecznie to nie siła racjonalnych argumentów, a przymus płynący z prawdy i sama rzeczywistość zmuszają do akceptacji lub porzucenia wcześniejszych przekonań. Są i takie prawdy, które odsłaniają się przed nami wyłącznie dzięki dialogowi²³.

Nie każda rozmowa człowieka z człowiekiem jest dialogiem. Często mówimy o dialogu, ale tak naprawdę mamy na myśli zwykłą rozmowę, debatę albo dyskusję. Debatę jest bardzo ważnym składnikiem demokracji, pozwala społecznym głosom jednostek być usłyszonym. Częścią demokracji jest wolność słowa i możliwość mówienia tego, co się chce i co się myśli – podkreśla A. Zamudio. *Słownik języka polskiego* PWN definiuje debatę jako poważną i długą dyskusję na ważny temat²⁴. Debatę to dyskusja o sformalizowanej formie, wymiana poglądów na dany temat, najczęściej w większym gronie osób, np. na zebraniu, posiedzeniu, zgromadzeniu, zjeździe. Dyskusja ta dotyczy wyboru najlepszego rozwiązania omawianego problemu lub sprawy. Nie jest dochodzeniem do prawdy, ale szukaniem najlepszego rozwiązania.

Natomiast zwykła rozmowa, aby była dialogiem, musi być symetryczna. W przypadku rozmowy np. dziecka z rodzicem nie jest, ze względu na hierarchię powiązań rodzinnych. Podobnie jest między uczniem a nauczycielem, gdzie często nie istnieje równość w kwestii umiejętności prowadzenia dialogu czy po prostu władzy instytucjonalnej²⁵. Stąd istotne w dialogu jest mówienie, ale przede wszystkim słuchanie. Intelktualny dialog wymaga równości i wzajemności między uczestnikami²⁶. „Rozmowa jest najstarszą metodą nauczania, gdyż w sposób naturalny wpisuje się w procesy edukacyjne. Wielowiekowe doświadczenie dydaktyczne zaowocowało wieloma sformalizowanymi metodami nauczania opartymi na rozmowie: od klasycznej dialektyki, erystyki, poprzez średniowieczną dysputę, aż po współczesne pogadanki, gry dyskusyjne i debatę²⁷. Jednak z wymienionych rodzajów nie każda rozmowa prowadzi do osiągnięcia zrozumienia czy dążenia do prawdy.

Dyskusja, w odróżnieniu od dialogu, według Kristofa van Rossema charakteryzuje się: orzekaniem sądów, pośpiechem, zajmowaniem określonego stanowiska w sporze – co wiąże się z przekonywaniem do swoich racji, atakowaniem (słownym) i obroną na atak, dawaniem konkretnych odpowiedzi. Co więcej, w dyskusji liczy się indywidualizm, dobra znajomość retoryki oraz stawia się głównie na działanie²⁸. Warto w dyskusji zachowywać pewne standardy wypowiedzi i dobre maniery, o czym

²³ A. Salamucha, dz. cyt., s. 21.

²⁴ <https://sjp.pwn.pl/slovniki/debata.html> (dostęp: 25.03.2023).

²⁵ A. Pobojevska, *Czym jest dialog?*, s. 45.

²⁶ Tamże, s. 46.

²⁷ P. Walczak, *Rozmowa sokratyczna: założenia, przebieg, praktyka*, „Przegląd Filozoficzny – Nowa Seria” 2012, R. XXI, nr 3(83), s. 366, DOI: 10.2478/v10271-012-0085-3.

²⁸ Na podst. K. van Rossem, *What is a Socratic Dialogue?*, „Filosofie” 2006, vol. 1, s. 46.

pisze Mirosław Bańko w swoim *Krótkim kodeksie uczestnika dyskusji*²⁹. Czym zatem dialog nie jest? Jak już wspomniałam, nie jest zwykłą rozmową, debatą czy dyskusją. Nie jest przekonaniem do naszej wizji świata – nie uważamy innego za przeciwnika, którego musimy przekonać do naszych argumentów. Wyklucza to wszelkie formy manipulacji i chęci zmiany innego. Nie jest dyskusją, do której podchodzimy pełni uprzedzeń i wrogości, nastawieni jedynie na krytykę i obronę własnego stanowiska. Nie ogranicza się do schematu: pytanie–odpowiedź, nie jest też przepytывaniem innego. Nie jest możliwy, gdy jedna ze stron jest niezaangażowana – wtedy dwie strony pozostają egoistycznymi indywidualnościami niezaangażowanymi we wzajemną sferę przeżyć i przekonań. I w końcu dialog nie występuje w sytuacji braku autentyczności bądź ukrywania intencji i przekonań. Dialog jest spreczny z kłamstwem – rozumianym jako świadome wprowadzanie w błąd – gdyż kłamstwo wyklucza dialog, jest ono wyrazem braku szacunku oraz formą instrumentalnego traktowania. A celem dialogu jest dążenie do prawdy. „Dialog jest czymś więcej, a mianowicie formą i treścią relacji spotkaniowej podmiotów, osoby radzącej się i doradcy, to także sposób bycia człowieka w świecie”³⁰.

Dialog jest zawieszaniem sądów, by mieć wgląd w ich wartość, ważne jest dociekanie istoty tych wartości i chęć poznania prawdy. Liczy się stawianie pytań i szukanie odpowiedzi – sztuka dialektyki w rozumieniu antycznym – brak pośpiechu, słuchanie siebie i innych oraz poprawność argumentacji³¹. Stąd „dialog jako forma rozmowy wpisuje się w paradygmat sokratejski, który [...] (prowadzi) do osiągnięcia przez rozmówców głębszego wglądu w rozważany problem”³².

Dialog sokratejski – źródło poradnictwa w pracy coacha

Ważnym elementem analizy dialogu w poradnictwie jest podkreślana przez H.-G. Gadamera pierwotność „wspólnoty rozmowy” jako obszaru społecznego rozumienia. Zdaniem uczonego o rozumieniu innego można mówić wtedy, gdy jesteśmy w stanie przyjąć wypowiedzaną przez niego prawdę, nawet gdy kłóci się ona z tym, co sami myślimy. W tym akcie, jak pisze H.-G. Gadamer, uznajemy ograniczoność „własnego projektu” – zauważa Joanna Frątczak. Zatem punktem centralnym wszelkich działań poradniczych jest człowiek, a nie jego problem. Oczywiście rodzaj problemu, w relacji

²⁹ M. Bańko, *Krótki kodeks uczestnika dyskusji*, [w:] tenże (red.), *Polszczyzna na co dzień*, Warszawa 2006.

³⁰ J. Frątczak, *O dialogu w ujęciu gadamerowskim. Próba analizy poradczo-nawczej*, „Dyskursy Młodych Andragogów” 2017, nr 18, s. 119.

³¹ Na podst. K. van Rossem, dz. cyt., s. 46.

³² P. Walczak, dz. cyt., s. 367 (dopisek w tekście L.M.).

terapeutycznej, wyznacza formę podejścia w relacji, a „prowadzenie dialogu, szczególnie przy ograniczeniu czasowym, jest niebagatelną sztuką”³³.

Filozofia uczyniła z dialogu narzędzie w prowadzeniu ku mądrości. Dialog sokratejski jest jedną z metod dialogicznych w pracy coacha. Podczas przebiegu dialogu sokratejskiego mamy do czynienia z pracą w obszarze wyższych funkcji psychicznych człowieka, takich jak: samoświadomość, etyczna wrażliwość czy wola sensu. Skierowanie uwagi na doświadczenia klienta i odpowiednio dobrane pytania przez trenera powodują, że następuje „przemiana myślenia (*metanoia*), (która) prowadzi do lepszego życia”³⁴. Aldona Pobojevska zauważa, że celem dialogu sokratejskiego jest stawianie pytań, pytań dotyczących nie sprawdzenia stopnia przyswojenia wiedzy, ale pytań dotyczących problemów, o których rozmówca wcześniej nie słyszał. Zachęcanie do samodzielnego poszukiwania ich rozwiązania przez klienta, także przez pomoc, np. przez dalsze pytania³⁵. Doraźnym celem dialogu jest wiedza, natomiast długofalowym celem jest cel wychowawczy, czyli zachęcanie do porzucania bezkrytycznego myślenia i przyjmowania obiegowych, popularnych odpowiedzi. Zachęcanie do podjęcia samodzielnego dążenia do prawdy przez przebudzenie z poznawczego letargu, wywołanie wątpliwości i skłonienie do refleksji³⁶. „Wychowanie moralne nie powinno przebiegać według raz na zawsze ustalonego schematu. Zachodzi ono bowiem zawsze w jakichś konkretnych warunkach i ma przygotowywać do życia w jakiejś rzeczywistości. Zatem każde pokolenie od nowa winno rozwiązać problemy: do jakiej rzeczywistości i jakiego człowieka chcemy wychować”³⁷.

Dialog sokratejski ma charakter intelektualny, czyli użyte narzędzia to: rozumne słowo i zasady logiki. Są one racjonalne, czyli powszechnie rozumiane i akceptowane. Dialog sokratejski, a właściwie „postawa sokratejska” w dialogu, zakłada wiele kompetencji, które kształtują się przez uczestnictwo w dialogu – zauważa Paweł Walczak:

- 1) Zasada autentyczności – każdy partycypant wnosi do rozmowy własne doświadczenie, jednocześnie wyrażane myśli i wątpliwości są rzeczywiste.
- 2) Zasada klarowności – każdy jest odpowiedzialny, by być dobrze zrozumianym przez innych. Stąd należy wyrażać się jasno, klarownie, ściśle, tak by dążyć do wzajemnego zrozumienia.
- 3) Zasada zaangażowania – udany dialog zależny jest od równego zaangażowania wszystkich. Każdy uczestnik powinien starać się podążać tokiem myślenia innych,

³³ Tamże, s. 126-127.

³⁴ P. Leśniak, *Filozofia jako ćwiczenie duchowe. Coachingowy model uprawiania filozofii*, „Studia Philosophiae Christianae” 2018, R. LIV, nr 3, s. 10 (dopisek w tekście L.M.).

³⁵ A. Pobojevska, *Czym jest dialog?*, s. 45.

³⁶ Tamże.

³⁷ A. Pobojevska, *Czego dzisiaj potrzebujemy...*, s. 6.

dążyć do rozumienia argumentów i użytych pojęć, a w razie czego pytać i prosić o wyjaśnienia.

- 4) Zasada unikania przedwczesnych wniosków – abstrakcyjne pojęcia czy też wnioski ogólne powinny być ugruntowane w konkretnym doświadczeniu. Należy powstrzymać się od przedwczesnych wniosków, które nie są przez grupę przepracowane.
- 5) Zasada konsensusu – należy dążyć do porozumienia, przy tym pamiętając, że zgoda wszystkich jest sprawdzieniem uniwersalności twierdzenia. Konsensus powinien być prawdziwy, nie należy wywierać na nikogo nacisku, jeśli się nie zgadza³⁸.

Gisela Raupach-Strey rozróżniła siedem istotnych elementów, które określają reguły dialogu sokratycznego, aby prowadził on do osiągnięcia przez rozmówców głębszego wglądu w rozważany problem³⁹:

- 1) Agora – nawiązuje do miejsca prowadzenia rozmów przez Sokratesa. Agora to rynek, miejsce publiczne, otwarte dla każdego, stąd dialog cechuje otwartość, która oznacza równość wszystkich uczestników. Partycypacja w rozmowie nie jest warunkowana posiadaniem jakiejś wstępnej wiedzy, nie oczekuje się od partnerów dialogu wcześniejszego przygotowania filozoficznego.
- 2) Odniesienie egzystencjalne – polega na odkrywaniu prawd podstawowych opartym na osobistych doświadczeniach. Punktem wyjścia dialogu jest konkretne wewnętrzne przeżycie i doświadczenie.
- 3) Nondogmatyzm – ważnym elementem dialogu jest dążenie do realizacji ideału bezzałożeniowości filozofii. Ideał ten jest odrzuceniem wszelkich zewnętrznych autorytetów osobowych, instytucjonalnych, naukowych, religijnych czy moralnych. Dialog opiera się wyłącznie na tym, co dostępne jest w doświadczeniu uczestników rozmowy, bez sięgania do danych, statystyk, wyników badań, wiedzy w gotowej postaci. Wiedza, którą osiągną partycypanci dialogu, jest efektem wspólnego badania ukrytych założeń, testowania twierdzeń i przekonań.
- 4) Samodzielność rozumu – uznanie rozumu jako jedyne autorytetu. Może wydawać się twierdzeniem niepotrzebnym i oczywistym. W dialogu to rozum jest ostateczną instancją osądzającą prawomocność twierdzeń. Zaufanie do rozumu wymaga sprostania jego wymaganiom – jakim jest samokrytyka.
- 5) Majeutyka – dialog jest procesem narodzin niezależnych myśli i sądów.
- 6) Poszukiwanie prawdy – dialog nie zmierza do przekonania kogokolwiek do własnych racji. Celem dialogu jest wspólne przybliżanie się do rozpoznawania prawdy przez partycypantów dialogu, nie zaś walka na argumenty. Poprzez wspólny wysiłek włożony w werbalizację myśli, poszukiwanie porozumienia z innymi oraz wery-

³⁸ Na podst. P. Walczak, dz. cyt., s. 376-377.

³⁹ Na podst. tamże, s. 367-369. Oryg.: G. Raupach-Strey, *Sokratisch zentrierte Ethik-Didaktik*, „Edition Ethik Kontrovers” 2004, vol. 12, s. 45-50.

fikację własnych sądów uczestnicy dialogu osiągają głębszy wgląd w rozważany problem.

- 7) Myślenie w grupie – dialog odkrywa międzyosobowy charakter refleksji, jej dialogiczność, dzięki czemu człowiek ma szansę wyjść poza ograniczającą go subiektywność. Domeną dialogu jest trudna sztuka porozumienia, które może zostać osiągnięte przez wspólny wysiłek wzajemnego testowania ukrytych założeń w wypowiedzianych sądach. Dialog, jako wspólne myślenie, jest źródłem doświadczeń niedostępnych w innych formach rozmowy.

Aldona Pobjewska robi jeszcze głębsze rozróżnienie między metodą majeutyczną (położniczą) a dociekaniem filozoficznymi, budującymi swe założenia na dialogu sokratejskim. Metoda majeutyczna stosuje tzw. mowę krótką, czyli zwracanie się z pytaniem do jednego, konkretnego ucznia, od którego oczekuje się odpowiedzi – przy założeniu, że dialog odbywa się w większej grupie. Istotne w metodzie jest stawianie odpowiednich pytań, które nakierowują rozmówcę na określony cel. Nauczyciel lepiej od ucznia orientuje się w problematyce rozmowy i ma odpowiednią wiedzę psychologiczną, która pozwala na rozpoznanie, kim jest rozmówca i co sobą reprezentuje. Pozwala to mu dobrać odpowiednie środki odpowiadające poziomowi intelektualnemu rozmówcy, tak aby przekonać go do swojej racji. W metodzie majeutycznej nie chodzi o ostateczne rozwiązanie kwestii, ale o wywołanie u ucznia wątpliwości i skłonienie go do dalszego namysłu. Wymagane jest pozytywne nastawienie do rozmówcy oraz wzajemna życzliwość, jak też wiara w intelektualne możliwości rozmówcy. Wypowiedzi nauczyciela powinny być szczere i powinien się on identyfikować z głoszonymi w nich treściami. Identyfikacja musi być na poziomie poglądów i działania – gdyż wtedy zyskuje wiarygodność⁴⁰.

Dociekania na warsztatach filozoficznych, „Wspólnota dociekająca według Matthew Lipmana” – komunikacja toczy się na forum grupy, gdzie wyłaniają się problemy i pytania, które się precyzuje, rozwija, kwestionuje itd. Wszyscy uczestnicy są równouprawnieni w głoszeniu swoich sądów, co wiąże się z tym, że osoba prowadząca (nauczyciel) rezygnuje z pozycji „wiedzącego lepiej”. I najczęściej nie bierze udziału w dociekaniach, ze względu na brak symetrii w relacjach uczeń–nauczyciel. Rolą nauczyciela jest organizacja zajęć, stworzenie koniecznego dla grupy klimatu oraz czuwanie nad tym, żeby zasady przebiegu spotkania były respektowane. A wymagane zasady dociekań to: skupienie się na rozważanym w grupie problemie i poszukiwaniu rozwiązania, zaniechanie rywalizacji i innych motywów – liczy się tylko chęć wyjaśnienia danej kwestii, należy przedstawiać tylko rzeczowe argumenty. Nauczyciel stwarza uczniom jak najwięcej przestrzeni do rozwijania ich samodzielności intelektualnej – np. nie naprowadza ich na „właściwe” odpowiedzi, nie przekonuje do jakiegoś poglądu, ale stwarza sytuację,

⁴⁰ A. Pobjewska, *Dialog w metodzie sokratejskiej*, „Edukacja filozoficzna” 2011, vol. 52, s. 129-130.

w której uczniowie sami sobie wyrabiają stanowisko nt. poruszanych kwestii. Uczestnicy sami werbalizują interesujące ich problemy, sami próbują je rozwiązać, wyrażają własne opinie i wątpliwości na temat poruszanych zagadnień. Koordynator może jedynie zadać pytanie, które podważa oczywistość jakiegoś sądu lub otwiera nową perspektywę danego zagadnienia czy po prostu daje do myślenia. Partycypanci dociekań filozoficznych sami prezentują własne przemyślenia i konfrontują je ze zdaniem innych członków grupy. Każdy sam powinien poddawać refleksji własne doświadczenie, być krytycznym wobec swojego zdania i siebie, samodzielnie wyciągać wnioski z danej sytuacji, odkrywać nowe rozwiązania dla siebie. Prowadzący warsztaty nauczyciel nie wchodzi w dialog z uczestnikami zajęć, ma zaś stworzyć sytuację, aby zaistniał on na forum grupy⁴¹. Co łączy obie metody? – dopytuje A. Pobojevska. Mianowicie odroczone w czasie nadrzędny cel. Nie jest nim dojście do pojedynczej prawdy czy nauczanie uczestniczenia w dialogu (choć to cel cząstkowy), ale wdrożenie ucznia czy też klienta do głębokiego namysłu, czego owocem jest intelektualna oraz moralna samodzielność.

Cząstkowy cel dialogu sokratycznego, czyli dążenie do prawdy, według A. Pobojevskiej jest konieczną i często jedyną motywacją uczestnictwa w dialogu, któremu towarzyszy przekonanie o skuteczności dialogu jako drogi do prawdy⁴². Filozofia doradztwa zanurzona jest w filozofii tradycyjnej, która „już od starożytności stara się zaspokoić potrzebę refleksji człowieka nad poznaniem celu ludzkiego życia oraz środków do tego wiodących oraz uczy życiowej mądrości [...]. Równocześnie filozofia jest źródłem zasad etycznych, wzorów osobowych, hierarchii wartości. Czerpiąc z doświadczeń życiowych, wprowadza racjonalny, krytyczny ład”⁴³. Idąc tym tropem, filozofia doradztwa – doradztwo filozoficzne – zakorzeniona jest w starożytnym zainteresowaniu człowiekiem i jego naturą, odchodząc już od zainteresowań związanych z przyrodoznawstwem. Metoda majeutyczna, położnicza, sprawiła, że Sokrates nie dawał gotowych odpowiedzi, ale drążył, wyciągał, odkrywał prawdę w dialogu z napotkanymi Ateńczykami. Uważnie doszukiwał się prawdy i solidnych argumentów we wnętrzu, w sobie. Dialog odsłania prawdę, czyli przywraca rzeczom i sprawom ich właściwy wygląd. Rzetelny dialog wyrasta z założenia, że obie strony nie są w stanie poznać prawdy o sobie, jeśli są oddalone od siebie i są zamknięte. Dialog wymaga spojrzenia niejako z zewnątrz, a potem wymusza w rozmowie porównanie tych widoków i dopiero wtedy jesteśmy w stanie znaleźć odpowiedź na pytanie, jak to z nami naprawdę jest. Patrząc na siebie tylko swoimi oczami, znamy część prawdy i też jeżeli patrzę na innego tylko swoimi oczami, ulegam częściowemu złudzeniu. Dlatego prawda jest owocem wspólnych doświadczeń – innego o mnie, moich o innym. A wypracowane wspólne poglądy są

⁴¹ Na podst. tamże, s. 130-134.

⁴² A. Pobojevska, *Czym jest dialog?*, s. 47.

⁴³ M. Mrówka, *Źródła etyki doradztwa w filozofii starożytnej*, „Annales. Etyka w życiu gospodarczym” 2011, nr 14/2, s. 119.

owocem przemiany punktów widzenia i wzajemnego zrozumienia się. Podejmując dialog, jestem tym samym gotów osobistą prawdę innego uczynić częścią mojej prawdy o nim, a prawdę o sobie uczynić częścią jego prawdy. Dialog sokratejski to budowanie wzajemności, w którym podstawową metodą nauczania jest odkrywanie, a nie uczenie przez dyktowanie gotowych rozwiązań.

Istotną kwestią będzie zatrzymanie się nad założeniami coachingu. Według Ericsson College International, jednej z najstarszych i najbardziej prestiżowych szkół coachingu na świecie, najważniejsze założenia coachingu to:

- 1) Ludzie są w porządku tacy, jacy są, nikt nie jest „popsuty”, nikogo nie trzeba naprawiać.
- 2) Każdy dysponuje wszystkimi zasobami, jakich potrzebuje, aby osiągnąć swój cel.
- 3) Ludzie podejmują najlepsze decyzje, do jakich mają dostęp w danym momencie.
- 4) Za każdym zachowaniem człowieka stoi pozytywna intencja.
- 5) Zmiana zwiększa wybór i możliwość wykorzystania zasobów człowieka⁴⁴.

Podczas sesji coachingowej ważny jest klient i jego odkrycia, gdyż celem coachingu jest spójność wewnętrzna jednostki, jej spełnienie na najgłębszym poziomie oraz uzyskanie wolności wewnętrznej. Liczy się odkrycie „autentycznego ja” przez klienta. Ważne jest także minimalizowanie wpływu coacha na klienta.

Tatiana Krawczyńska-Zaucha zestawia założenia filozoficzne i etyczne, wydobywając je z różnych dialogów Platona, leżących u podstaw metody majeutycznej, i tworzy listę założeń z nich wynikających, zachowując język charakterystyczny dla coachingu:

- 1) Ludzie nie są popsuci, brakuje im tylko wiedzy, aby czynić dobrze.
- 2) Człowiek, który nosi w sobie nowe idee, potrzebuje refleksji nad sobą lub kogoś z zewnątrz, kto pomoże mu je „urodzić”.
- 3) Ludzie postępują zgodnie z głęboką wiedzą, jaką mają w sobie w danej chwili.
- 4) Każdy chce dobrze, tylko nie zawsze wie, co jest dobre w danym momencie.
- 5) Odkrycie prawdy, prawdziwej wiedzy, zmienia życie człowieka⁴⁵.

Od starożytności doradztwo indywidualne, poszukiwanie rady i odpowiedzi na nurtujące pytania dotyczące życia, transcendencji, były podstawowymi zadaniami filozofa. Później rolę doradcą przejęli duchowni, współcześnie są to terapeuci, psychoterapeuci, psychiatry czy też pedagogowie oraz coachowie. Doradztwo filozoficzne bazujące na dialogu i mądrości filozofów jest pewnym wstępem do poszukiwania przez klientów odpowiedzi na nurtujące ich pytania⁴⁶.

⁴⁴ M. Wilczyńska i in., *Moc coachingu*, Gliwice 2013, s. 23.

⁴⁵ T. Krawczyńska-Zaucha, *Filozoficzne źródła coachingu: metoda majeutyczna Sokratesa*, „Coaching Review” 2017, vol. 1(9), s. 51.

⁴⁶ E. Ruschmann, *Doradztwo filozoficzne*, „Przegląd Filozoficzny – Nowa Seria” 2000, R. IX, nr 3(35), s. 229-230.

Zakończenie – prym filozofii

Filozofia, dosłownie jako umiłowanie mądrości, pozwala na osiągnięcie zamierzonych celów poznawczych – zagłębienia we własne wnętrze, odkrywania własnej moralności i nabywania umiejętności formułowania skutecznej argumentacji. Filozofia jest rozwiązaniem wszelkich problemów. Jako poszerzenie poznania świata, jako sprawdzone źródło metod dialogicznych – w tym w formie dialogu sokratejskiego, podane jako największe ułatwienie i wychodzenie poza standardowe elementy, właśnie jak krytyczne myślenie, poszerzanie poglądu na świat, wychodzenie poza granice naszego myślenia i przyzwyczajęń, poza mity myślenia.

Temu wszystkiemu winna towarzyszyć prospołeczna postawa, która przejawia się w: umiejętności wielowarstwowego rozumienia i oceny informacji o ludziach, otwartości na nowość i inność, empatii, tolerancji, a wraz z nią odejściu od postawy dogmatycznej („wszystko wiem i mam rację”); umiejętności dialogicznej komunikacji oraz współdziałania; wierze w swoje możliwości i odwadze podejmowania prób ich urzeczywistnienia⁴⁷.

Podkreślając ważność roli filozofii jako doradczej, mówi się o tym, że służy rozwiązywaniu problemów. Poszukuje odpowiedzi na zadane pytania, na problemy, które dotyczą całości ludzkości, ale także na jednostkowe dylematy⁴⁸. W swojej propozycji filozofii praktycznej A. Grzegorzczak daje do zrozumienia, że istotne są poszukiwania odpowiedzi na pytanie „Jak żyć?”. „Odpowiedź moja, mówiąc najbardziej skrótowo, brzmi: wybierać to, co cenne”⁴⁹ – reaguje od razu filozof. Wskazuje przy tym, jak dochodzić do tego, co cenne, określa pewnego rodzaju zasady wyboru danych wartości oraz rozważa wdrażanie tychże wartości w interakcje międzyludzkie. „Zagadnienie: jak żyć – stanowić będzie dla każdego człowieka źródło indywidualnego twórczego namysłu”⁵⁰ – komentuje. Zatem praktyczność jego filozofii to wdrożenie wartości w życie. Wyznacznikami człowieczeństwa są rozum i wartości. Rozwiązaniem dla chaosu komunikacyjnego jest porządek i racjonalizm w myśleniu. Specyficznie ludzkim zjawiskiem jest stan wewnętrznego niepokoju i wysiłku, którym A. Grzegorzczak przeciwstawia zastój psychiczny i stagnację. Filozof zauważa, że krytyczne myślenie jest wyznacznikiem rozwoju intelektualnego i moralnego człowieka. Dyskwalifikuje tandetę intelektualną, która charakteryzuje się pewnym brakiem wysiłku, brakiem zaangażowania w decyzyjność, motywację i pracę. Brak uporczywości, „chodzenie na łatwiznę”, brak inicjatywy w myśleniu. A także brak krytycyzmu, własnego przemyślenia problemu – uleganie schematom i stereotypom myślenia. Co wyznacza dobry kierunek

⁴⁷ A. Pobojevska, *Czego dzisiaj potrzebujemy...*, s. 8.

⁴⁸ E. Ruschmann, dz. cyt., s. 231.

⁴⁹ A. Grzegorzczak, *Próba treściowego opisu świata wartości i jej etyczne konsekwencje*, Wrocław 1983, s. 7.

⁵⁰ Tamże.

rozwoju i moralności? Racjonalizm, rzetelna praca, analityczność są niejako powrotem do humanizmu, etyki wartości i filozofii człowieka. Szukanie odpowiedzi na pytania dotyczące pozycji człowieka w świecie oraz warunków jego istnienia. Poszukiwania wyróżników natury ludzkiej, specyficznych zachowań dotyczących tylko człowieka, a także poszukiwania przyczyny ludzkiego działania i dążenia do realizowanych celów. Przewycięzanie, przekraczanie automatyzmów zachowań daje poczucie mocy, rozwoju i wychodzenia ponad przeciwności. Automatyzmy są niebezpieczne, jeżeli staną się naszą rutyną. Położenie nacisku na doskonalenie siebie i samosterowność niesie ze sobą perspektywę poszerzania granic własnej osobowości, a przekraczanie samego siebie jest wyzwaniem, odrzucaniem zastanych schematów myślenia o świecie. „Ale kontrola jest możliwa naprawdę dopiero wtedy, gdy się schemat opuści. Stąd każde ustalenie wymaga buntu przeciwko sobie. Dialektyka twórczego rozwoju polega na wiecznej rewolucji, wiecznym buncie i wiecznym rewizjonizmie, przewycięzaniu schematów i szukaniu nowych form wyrazu żywego uznania wartości naprawdę duchowych⁵¹ – podsumowuje uczony. I namawia do opuszczenia schematu zastanych wartości, schematu myślenia według jakichś standardów i odwoływania się do dyspozycji moralnych raz ustalonych. Żaden schemat sam w sobie nie jest zły – przekonuje – w tych gorszych momentach ułatwia służbę wartościom, natomiast w okresie pokoju i lepszych momentach daje pewne wychnienie, zatrzymanie się na chwilę przemyslenia.

W obecnym stanie ludzkości wolę można określić jako zdolność kierowania swoim życiem zgodnie z przyjętymi postanowieniami. [...] jako zdolność do inteligentnej i konsekwentnej samodeterminacji, jako właśnie to świadomie zorganizowane przewycięzanie trudów, kierowane dalekim wyobrażeniem upragnionego stanu i rozumieniem przyczynowych związków⁵².

Dialog sokratejski jest formą samopoznania i poznania otaczającego nas świata, dzięki czemu poszerza nam się perspektywa – w myśleniu o ludziach, o świecie, o moralności, co ułatwia nam postrzeganie różnych perspektyw poznawczych. Wizja A. Grzegorzcyka to wizja na świat człowieka i zauważenie jego swoistości. To też zauważenie, że racjonalność i wartości, towarzyszące codziennym wyborom człowieka, są kwestią odpowiedzialności. Odpowiedzialności wobec samego siebie, tego, jak myślimy, jak rewidujemy własne poglądy i jak tworzymy świat – budując własne człowieczeństwo; lecz także odpowiedzialności za innego człowieka – w postawie pokory, wspólnego dialogu, a także wspólnych obowiązków i wspólnego tworzenia lepszej przyszłości.

Modele coachingowe i metody dialogiczne bazujące na starożytnym sposobie uprawiania dialogu, czy też doradztwo filozoficzne, są dziś szansą dla praktycznego zastosowania filozofii. Są one ważnym, a możliwe, że nawet koniecznym uzupełnieniem bogatej

⁵¹ A. Grzegorzcyk, *Schematy i człowiek. Szkice filozoficzne*, Warszawa 1963, s. 93.

⁵² A. Grzegorzcyk, *Etyka w doświadczeniu wewnętrznym*, Warszawa 1989, s. 22-23.

oferty profesjonalnego doradztwa⁵³. „Włączanie ćwiczeń duchowych do programu filozofii sprawia, że przestaje być ona zbiorem oderwanych od życia abstrakcji – staje się narzędziem samopoznania i rozwoju”⁵⁴.

Bibliografia

- Bańko M., *Krótki kodeks uczestnika dyskusji*, [w:] tenże (red.), *Polszczyzna na co dzień*, Warszawa 2006.
- Cederström C., Spicer A., *Pętla dobrego samopoczucia*, Warszawa 2016.
- Frątczak J., *O dialogu w ujęciu gadamerowskim. Próba analizy poradoznawczej*, „Dyskursy Młodych Andragogów” 2017, nr 18, s. 119-130.
- Gadamer H.-G., *Prawda i metoda. Zarys hermeneutyki filozoficznej*, tłum. B. Baran, Kraków 1993.
- Gara J., *Filozofia dialogu i jej implikacje pedagogiczne*, „Pedagogia Christiana” 2010, nr 1(25), s. 137-148.
- Grzegorzczak A., *Etyka w doświadczeniu wewnętrznym*, Warszawa 1989.
- Grzegorzczak A., *Filozofia czasu próby*, wydanie drugie poprawione, Warszawa 1984.
- Grzegorzczak A., *Próba treściowego opisu świata wartości i jej etyczne konsekwencje*, Wrocław 1983.
- Grzegorzczak A., *Schematy i człowiek. Szkice filozoficzne*, Warszawa 1963, s. 93.
- Krawczyńska-Zauchta T., *Filozoficzne źródła coachingu: metoda majeutyczna Sokratesa*, „Coaching Review” 2017, vol. 1(9), s. 42-55.
- Leśniak P., *Filozofia jako ćwiczenie duchowe. Coachingowy model uprawiania filozofii*, „Studia Philosophiae Christianae” 2018, R. LIV, nr 3, s. 5-36.
- Mrówka M., *Źródła etyki doradztwa w filozofii starożytnej*, „Annales. Etyka w życiu gospodarczym” 2011, nr 14/2, s. 119-128.
- Platon, *Obrona Sokratesa*, tłum. W. Witwicki, <http://wolnelektury.pl/katalog/lektura/platon-obrona-sokratesa> (dostęp: 25.03.2023).
- Pobojewska A., *Czym jest dialog?*, „Filozofuj!” 2018, nr 1(19), s. 45-47.
- Pobojewska A., *Czego dzisiaj potrzebujemy do moralnego postępowania?*, „Filozofuj!” 2017, nr 5(17), s. 6-8.
- Pobojewska A., *Dialog w metodzie sokratejskiej*, „Edukacja filozoficzna” 2011, vol. 52, s. 123-136.
- Raupach-Strey G., *Sokratisch zentrierte Ethik-Didaktik*, „Edition Ethik Kontrovers” 2004, vol. 12, s. 45-50.
- Ruschmann E., *Doradztwo filozoficzne*, „Przegląd Filozoficzny – Nowa Seria” 2000, R. IX, nr 3(35), s. 229-240.
- Salamucha A., *Dialog: fakty i mity*, „Filozofuj!” 2017, nr 5(17), s. 19-21.
- Sójka J., *Idea etyki stosowanej. Pomiędzy wyżynami filozofii a wymogami praktyki*, „Annales. Etyka w życiu gospodarczym” 2007, nr 10(1), s. 117-126.
- Stanford Encyclopedia of Philosophy*, hasło: *Ancient Ethical Theory: first published Tue Aug 3, 2004; substantive revision Fri Feb 5, 2021* by Richard Parry and Harald Thorsrud, <https://plato.stanford.edu/entries/ethics-ancient/> (dostęp: 18.03.2023).
- Stanford Encyclopedia of Philosophy*, hasło: *Virtue Ethics: first published Fri Jul 18, 2003; substantive revision Thu Dec 8, 2016* by Rosalind Hursthouse and Glen Pettigrove, <https://plato.stanford.edu/entries/ethics-virtue/#EudaVirtEthi> (dostęp: 18.03.2023).

⁵³ Zob. E. Ruschmann, dz. cyt., s. 230.

⁵⁴ P. Leśniak, dz. cyt., s. 34.

- Szmyd J., „Chybotliwość” wartości i zasad moralnych w świecie ponowoczesnym a standardy życia społecznego i indywidualnego, „Państwo i Społeczeństwo” 2010, R. X, nr 3, s. 7-24.
- Tischner J. ks., *Myślenie według wartości*, Kraków 1982.
- Twardowski K., *O jasnym i niejasnym stylu filozoficznym*, „Ruch filozoficzny” 1919, R. V, nr 2, s. 2, 26-27.
- Van Rossem K., *What is a Socratic Dialogue?*, „Filosofie” 2006, vol. 1, s. 48-51.
- Vladeva E., *Wellness Syndrome*, „Scripta Scientifica Salutis Publicae” 2019, vol. 5(1), s. 15, DOI:10.14748/sssp.v5i1.6424.
- Walczak P., *Rozmowa sokratyczna: założenia, przebieg, praktyka*, „Przegląd Filozoficzny – Nowa Seria” 2012, R. XXI, nr 3(83), s. 365-379, DOI: 10.2478/v10271-012-0085-3.
- Wilczyńska M., Nowak M., Kučka J., Sawicka J. i Sztajerwald K., *Moc coachingu*, Gliwice 2013.

Źródła internetowe

- <https://www.youtube.com/watch?v=m63aZBoH7IE> (dostęp: 18.03.2023).
- <https://www.youtube.com/watch?v=17Nn92c2fIg> (dostęp: 18.03.2023).
- <https://www.youtube.com/watch?v=k1XLzADLCiM> (dostęp: 18.03.2023).
- <https://sjp.pwn.pl/slowniki/debata.html> (dostęp: 25.03.2023).

Dialog sokratejski jako metoda poradnicza w pracy coacha

Abstrakt: Współczesny świat, spowity niepewnością, niepokojami społecznymi i kryzysem moralnym, uformował pewne nowe przestrzenie do pracy dla psychologów, coachów, trenerów personalnych i doradców filozoficznych próbujących wypracować metody pomocy psychologicznej i moralnej dostosowane do współczesności. W artykule stoję na stanowisku, że filozofia jest funkcjonalna i użyteczna, a nie tylko pozostaje w obszarze naukowych dywagacji. Refleksja filozoficzna jest dostępna na poziomie różnych nauk, co wskazuje na zacieranie się granic i pozwala filozofii oraz etyce być obecnymi na arenie pomocy doradczej. Wskazuję na to, że filozofia uczyniła z dialogu narzędzie w prowadzeniu ku mądrości. Dialog tworzy bezpieczne miejsce do opowiedzenia własnej historii i poznania tego, co myśli inny, kreuje przestrzeń do mówienia, ale i do słuchania innego. Dialog to wspólna podróż, która uczy podejmować decyzję, czy chce się w tej sytuacji uczyć i zrozumieć innego, czy też nie. To wspólne zaangażowanie w dochodzeniu do prawdy.

Źródłem dialogu w pracy poradniczej jest dialog sokratejski, który jest jedną z metod dialogicznych w pracy coacha. Celem dialogu sokratejskiego jest stawianie pytań dotyczących problemów, o których rozmówca, klient wcześniej nie słyszał. Doraźnym celem dialogu jest wiedza, natomiast długofalowym celem jest zachęcanie do porzucania bezkrytycznego myślenia i przyjmowania obiegowych, popularnych odpowiedzi. Zachęcanie do podjęcia samodzielnego dążenia do prawdy przez przebudzenie z poznawczego letargu, wywołanie wątpliwości i skłonienie do refleksji.

Słowa kluczowe: dialog, praca coacha, dialog sokratejski, prawda, filozofia praktyczna, etyka praktyczna, coaching

Socratic dialogue as a counseling method in the work of a coach

Abstract: The modern world, shrouded in uncertainty, social unrest and moral crisis, has created new spaces for psychologists, coaches, personal trainers, and philosophical counselors to develop methods of psychological and moral assistance adapted to the present times. In this article, I argue

that philosophy is functional and useful, not confined to scholarly deliberations. Philosophical reflection is accessible at various levels of knowledge, indicating the blurring of boundaries and allowing philosophy and ethics to be present in the arena of counseling. I point out that philosophy has turned dialogue into a tool for the pursuit of wisdom. Dialogue creates a safe space for telling one's own story and understanding the thoughts of others, fostering both speaking and listening. Dialogue is a shared journey that teaches one to decide whether they want to learn and understand others in a given situation or not. It is a collective commitment to seeking the truth.

The Socratic dialogue, which is one of the dialogical methods in coaching, serves as the source of dialogue in counseling work. The aim of the Socratic dialogue is to ask questions about problems that the interlocutor or client has not previously considered. The immediate goal of the dialogue is knowledge, while the long-term goal is to encourage the abandonment of uncritical thinking and the acceptance of prevailing, popular answers. It encourages independent pursuit of truth by awakening from cognitive lethargy, raising doubts, and promoting reflection.

Keywords: dialogue, coaches, Socratic dialogue, truth, practical philosophy, practical ethics, counseling