

Dojrzałość empatii wpływa na jakość solidarności

DOI: <https://doi.org/10.14394/etyka.1287>

 Jowita Radzińska, SWPS Uniwersytet Humanistycznospołeczny

Dojrzałość empatii wpływa na jakość solidarności, ponieważ warunkuje standardy komunikacji i współpracy. Zarówno emocje, jak i empatia posiadają ugruntowaną pozycję w refleksji moralnej, a interdyscyplinarne spojrzenie na związek empatii i solidarności może pełniej ujawnić ich zależność. Wokół roli i znaczenia empatii toczą się spory, które stosunkowo łatwo można rozstrzygnąć odwołując się do refleksji filozoficznej. Szansę na zrozumienie, w jaki sposób solidarność jest postrzegana i/lub doświadczana daje metoda socjologii moralności Marii Ossowskiej. Szczególnie ciekawym polem badawczym jest pandemia koronawirusa, która stała się akceleratorem społecznych działań i procesów, jak w soczewce ujawniając kompetencje, ale i słabości solidarnościowych postaw.

Słowa kluczowe: empatia, solidarność, współpraca, jakość, pandemia, koronawirus

The Maturity of Empathy Influences the Quality of Solidarity

The maturity of empathy influences the quality of solidarity because it determines the standards of communication and cooperation. Both emotions and empathy have a well-established position in moral reflection; the interdisciplinary approach to comparing empathy and solidarity can reveal their dependency more fully. There are disputes around the role and importance of empathy that can be easily resolved with philosophical reflection. Maria Ossowska's method of sociology of morality makes it possible to understand how solidarity is perceived and/or experienced. The coronavirus pandemic, which has become an accelerator of social activities and processes, is an interesting research field because it acts like a magnifying glass that reveals the competences, as well as the weaknesses of solidarity attitudes.

Keywords: empathy, solidarity, quality, cooperation, pandemic, coronavirus

Związki empatii i solidarności należą do codziennego doświadczenia. Współdziałanie ludzi w celu realizacji wspólnych interesów i/lub artykulacji wartości, czyli solidaryzowanie się, z konieczności angażuje kontakt, który uruchamia empatię. Kontakt empatyczny może mieć różną charakterystykę, związaną m.in. z poziomem zaangażowania emocjonalnego i refleksją oraz intensywnością i bliskością relacji, co z kolei ściśle wiąże się z dojrzałością empatyczną. Twierdzę, że rodzaj aktywowanej empatii i poziom jej dojrzałości bezpośrednio i silnie oddziałuje na kształt i wartość relacji, a przez to na jakość współpracy i solidarności. Dla pokazania tego związku opiszę bardziej szczegółowo empatię: znaczenie, mechanizm i funkcje oraz posłużę się stosunkowo świeżym przykładem doświadczenia solidarności¹ w początkowym etapie pandemii koronawirusa.

Solidarność działa na poziomie prakseologicznym, kiedy dotyczy realizacji wspólnych celów i interesów oraz etycznym, gdy dba o wartość relacji (Ossowska 2000). W relacjach i w działaniu solidarność wymaga zgody i grupy (a przynajmniej dwóch osób); a jeśli opiera się na partnerstwie, proaktywności, współodpowiedzialności, dobrowolności, (potencjalnej) wzajemności i subsydiarności (Radzińska 2014), to można mówić o jakości solidarności. Solidarność jako wartość życia publicznego można rozważać na kilku poziomach, a empatia najbardziej łączy się z jej uczuciowym charakterem. Jeśli uznać solidarność za przyczynę i/lub efekt wspólnotowych działań, to empatia byłaby drogą, narzędziem czy też swoistym emocjonalno-kognitywnym „smarem” międzyludzkich działań. Trudno wyobrazić sobie, w jaki sposób ludzie mogliby łączyć się we współdziałaniu dla dobra własnego lub innych bez rozumienia siebie nawzajem, choćby na najbardziej podstawowym poziomie, także w wymiarze emocjonalnym. A to umożliwia empatia. Nie jest jednak wolna od wad i ograniczeń.

Emocje w refleksji etycznej są obecne od dawna, ale nie zawsze są doceniane. Podobnie jest z empatią, choć funkcją tego mechanizmu jest uspołecznienie jednostkowego przeżycia emocjonalnego. Uczucia, pozostając w sferze intymnej, nie ujawnione, nie wyrażane, nie współdzielone, nadal byłyby istotnym mechanizmem psychologicznej regulacji, ale przestałyby być czynnikiem wzajemnego oddziaływania, także moralnego. Empatię z punktu widzenia etyki można postrzegać w kategoriach moralnych jako wartość, cnotę i zasadę życia społecznego; w kategoriach epistemologicznych jako mechanizm poznawczy i ewolucyjny; a w kategoriach ontologicznych zastanawiać się, czy w ogóle jest możliwa i czym jest tak naprawdę.

1 Definicje i konteksty użycia pojęcia *solidarność* przedstawiłam w artykule *Solidarność: definicja i konteksty*, który również ukazał się w czasopiśmie ETYKA (nr 48 w 2014 r.), dlatego w niniejszym artykule kwestie te ograniczę do minimum, a osobom zainteresowanym polecam wspomniany artykuł.

Rozmyślań nad tym fenomenem można szukać już u klasycznych myślicieli, choć wiązały się one raczej z pojęciami *współodczuwania* i *współczucia*, a także *sympatii*.

Hume'owska sympatia, którą dziś równie dobrze można nazwać empatią, jako odruch naturalny, silniejszy niż egoizm, miała być czynnikiem decydującym w kształtowaniu i ujawnianiu moralności oraz w budowaniu więzi społecznych. Oddźwięk uczuciowy miał decydować w działaniu w wymiarze społecznym o rozumieniu siebie i innych ludzi, co z kolei miało przekładać się na możliwość wydania sądu moralnego, a przy okazji pokazywać związki między uczuciową naturą człowieka a funkcjonowaniem w warunkach społecznych. Według Hume'a sens rozważań nad moralnością wyraża się w nauce o obowiązkach oraz adekwatnym zobrazowaniu zła przewinień i dobra cnoty, razem z wyrobieniem odpowiednich nawyków i skłonności w wyborze tej ostatniej. Jak pisał Hume: „Czy można jednak spodziewać się takich skutków [preferowania cnoty] po wnioskach i sądach rozumu, które same przez się nie mają na uczucia żadnego wpływu ani nie pobudzają ludzkiej aktywności? Odkrywają prawdę. Ale jeżeli odkrywają prawdę obojętną, która nie wywołuje ani pożądania, ani odrazy – nie są zdolne oddziaływać na postępowanie i sposób życia” (Hume 1975, 4–5 i 141–147). Zgoda z Hume'em w tej kwestii mogłaby skutkować nie tylko uznaniem roli uczuć w etyce, ale i empatii.

Sympatia według Adama Smitha (Smith 1989, 5) miała być sposobem na przekraczanie egoizmu, bo jak pisał: „Jakkolwiek samolubnym miałby być człowiek, są niewątpliwie w jego naturze jakieś pierwiastki, które powodują, iż interesuje się losem innych ludzi, i sprawiają, że ich szczęście jest dla niego nieodzowne, choć jedyną przyjemnością, jaką może stąd czerpać, to przyjemność oglądania tego”. Umiejętność współczucia poprzez uświadomienie sobie sytuacji drugiej osoby daje szansę poczuć i zrozumieć przeżycia drugiej osoby, nawet bez bezpośredniego kontaktu. Empatia silnie aktywizuje się w bezpośrednim kontakcie, ale dzięki wyobraźni może też działać pomimo odległości (geograficznej, czasowej, statusowej, biograficznej). O wadze współczucia i roli wyobraźni Milan Kundera (Kundera 2014, 41) napisał, że: „Nic nie jest cięższe od współczucia. Nawet własny ból nie jest tak ciężki jak ból z kimś współodczuwany, ból za kogoś, dla kogoś, z wielokrotnionym przez wyobraźnię”. Ból współodczuwany potęguje bezradność i niemoc, które są szczególnie dotkliwe dla człowieka przyzwyczajonego do przewidywalnego świata i sprawowania kontroli. Sytuacje zaskakujące i nieoczekiwane, związane ze społeczeństwem ryzyka, są dla wielu osób lekcją radzenia sobie z bezradnością, gdy pomimo własnego strachu i strachu współodczuwanego stosunkowo niewiele mogą zrobić, by sytuację zmienić.

Empatia może warunkować wartość moralną czynu. Według Schopenhauera każdy uczynek, który jest egoistyczny, pozbawiony jest wartości moralnej, a dopiero dzięki

współczuciu możliwe jest przyjęcie perspektywy, w której dobro lub zło drugiej osoby staje się taką samą pobudką do działania, jak własne dobro lub zło (Schopenhauer 1994, 107). „Z chwilą, gdy we mnie budzi się współczucie, dobro lub krzywda innej istoty staje się dla mnie czymś bezpośrednim i bliskim, zupełnie w ten sam sposób, choć nie zawsze w tym samym stopniu, co i moje własne; a wówczas różnica między mną a ową istotą przestaje być absolutna” (Schopenhauer 1994, 109–109). Większość, jeśli nie wszystkie, akty solidarności nie mieściłaby się w rygorystycznym wymaganiu altruizmu Schopenhauera, ponieważ ludzie współdziałając, także motywowani głównie dobrem innych, zazwyczaj jednocześnie realizują własne potrzeby, wartości i cele.

Istotne kwestie w rozważaniach o empatii porządkuje typologia *współodczuwania* Maxa Schelera, która opisuje sposoby, w jakie podmiot uczestniczy w cudzym odczuwaniu. Źródłowe uchwycenie stanu psychicznego drugiego człowieka jest według Schelera drogą do współodczuwania, co nie jest możliwe bez uchwycenia fenomenów wyrazowych, powstających przez fenomeny zmysłowe. Nie jest jednak możliwe ujęcie identyczności cudzego doświadczenia z powodu różnicy pomiędzy «ja» drugiego człowieka i «ja» podmiotowym.

Pierwszy spośród czterech faktów *współodczucia* Schelera stanowi „bezpośrednie współodczuwanie «z kimś», np. jednego i tego samego cierpienia (Scheler 1980, 28). Jako przykład takiej sytuacji Scheler podał wspólne cierpienie matki i ojca po stracie dziecka. Nie jest to uczucie odzwierciedlone, lecz jest to *ten sam* aksjologicznie stan rzeczy i ta sama emocjonalna aktywność. „«Cierpienie» jako aksjologiczny stan rzeczy i cierpienie jako jakość funkcji są tutaj *jednym i tym samym*” (Scheler 1980, 28). Ta forma współodczucia dotyczy jedynie uczuć psychicznych, a nie zmysłowych. Możliwe jest więc współcierpienie, ale nie „współból”; można współradować się zmysłową przyjemnością, ale nie ma „współprzyjemności” (Scheler 1980, 28–29).

Druga forma jest zasadniczo inna, bo dotyczy współodczuwania takiego stanu, który fenomenologicznie jest faktem różnym, czyli czyjeś uczucie „wpierw uobecnia się w fakcie przeżytym jako akt rozumienia bądź odczuwania, a potem na jego materię kieruje się źródłowe cierpienie” (Scheler 1980, 29). Jest to więc współodczucie „czegoś”: współradowanie się czyjąś radością i współcierpienie czyjegoś cierpienia. Co ważne, „*Każde* współczucie zawiera *intencję* czucia cierpienia i radości w czyimś przeżyciu. Samo współodczucie jest tak «skierowane» jako «uczucie», a nie dopiero dzięki «sądowi» czy przedstawieniu, «że drugi cierpi»; pojawia się ono nie tylko w obliczu cudzego cierpienia, lecz je również «domniemuje», i domniemuje je *będąc* samą funkcją emocjonalną” (Scheler 1980, 29). Pomiędzy pierwszą i drugą formą współodczuwania Scheler wskazuje na istotne rozróżnienie, które podkreśla odpowiednimi określeniami: *odczuwanie* i *współodczuwanie*. W tym pierwszym

przypadku przeżywanie cudzego stanu i odczuwanie go jest tak splecione z właściwym współodczuwaniem, że granica między nimi zupełnie się zatracza. W drugim przypadku są one od siebie oddzielone, także w przeżyciu.

Trzecia forma współodczuwania to czyste zarażenie uczuciowe. Według Schelera zachodzi spontanicznie, nieświadomie i jakby lawinowo. Stanowi możliwe wyjaśnienie dla działania mas ludzkich, które są odmienne od intencji jednostek. Jego zdaniem mieszanie zarażenia z fenomenem prawdziwego współodczucia było przyczyną błędnych koncepcji i nieuzasadnionej krytyki tego zjawiska (Scheler 1980, 31). „Samo cierpienie właśnie nie staje się zaraźliwe dzięki współcierpieniu. Raczej właśnie tam, gdzie cierpienie staje się zaraźliwe, współcierpienie jest całkowicie wykluczone; w tej samej bowiem mierze nie jest mi już dane jako cierpienie drugiego, lecz jako moje cierpienie, które staram się usunąć w ten sposób, iż unikam obrazu cierpienia” (Scheler 1980, 35). Oddzielenie własnego stanu emocjonalnego od stanu emocjonalnego drugiej osoby jest fundamentalną kwestią dla konstruktywnego spotkania empatycznego. To rozróżnienie ma kluczowe znaczenie w nadal aktualnych sporach, w których krytykuje się empatię w oparciu o krytykę zarażenia emocjonalnego.

Czwarty, ostatni, wyraz współodczuwania to „prawdziwe *odczucie jedności* Ja własnego z cudzym indywidualnym Ja. Jest ono przypadkiem granicznym: tutaj nie tylko cudzy, odgraniczony proces uczuciowy nieświadomie uważa się za własny, lecz właśnie cudze Ja (we wszelkich jego zasadniczych postawach) identyfikuje się z Ja własnym” (Scheler 1980, 36). Scheler podaje przykłady takiego odczucia jedności, m.in. religijne misteria, hipnoza, spełniony akt płciowy (Scheler 1980, 37–54). Poza spektrum szczególnych przypadków możliwe jest funkcjonalne odczucie jedności. Zdaniem niemieckiego filozofa pewne „minimum niewyspecyfikowanego odczucia jedności jest właśnie konstytutywne dla uchwycenia *każdej* istoty żywej – już najprostszego ruchu materii nieożywionej – jako istoty żywej, że na tym najbardziej pierwotnym fundamencie *prezentowania się innych istot* buduje się najprostsze «odczuwanie», a tym bardziej najprostsze «współodczuwanie», zaś na nich wszelkie, duchowe «rozumienie», to owa zdolność do wyspecyfikowanego odczucia jedności w wyspecyfikowanej dynamicznej postaci cudzego pędu życiowego wyda się daleko mniej zadziwiająca” (Scheler 1980, 57). W takiej relacji nie powinno pojawić się ryzyko uprzedmiotowienia drugiego człowieka.

Empatia może być postrzegana jako adaptacyjny mechanizm życia we wspólnocie, co jest silnie związane z emocjami moralnymi (Stets, Turner 2009). Na najbardziej ogólnym poziomie emocje moralne ujawniają się, kiedy naruszona zostaje norma moralna lub motywują do zachowania moralnego (Haidt 2003). W ramach symbolicznego interakcjonizmu zwraca się uwagę na szereg zależności związanych

ze zjawiskiem przyjmowania ról społecznych (Mead 1975), które wymagają uważności i odnoszenia się do innych i ze względu na nichm.in.: wielość perspektyw związana z nieustannym angażowaniem się w świat innych osób i ciągle procesowe opracowywanie na tej podstawie punktu widzenia i ram pojęciowych oraz refleksyjny charakter życia w grupie, gdzie punkt widzenia drugiej osoby zostaje odniesiony do osobistej sytuacji, a także sama relacyjność (Prus 2013). Emocjonalność jest społecznym doświadczeniem.

Umiejętność postawienia się w sytuacji drugiej osoby umożliwia, a na pewno ułatwia, wzajemne rozumienie. Pełne zrozumienie osadza się na dwóch komponentach empatii (Davis 2001): zdolności odczuwania stanów psychicznych innych osób (empatia emocjonalna, zwana także afektywną) oraz umiejętności przyjęcia cudzej perspektywy na rzeczywistość (empatia poznawcza). Empatia emocjonalna jest wysoce zautomatyzowanym mechanizmem, który jest bardzo czuły w odbiorze bodźców ze świata zewnętrznego, ale także narażony na zakłócenia w ich przyjmowaniu i interpretacji. Empatia poznawcza angażuje racjonalne funkcje i umiejętności, m.in. obserwację, wyobraźnię i pamięć, by człowiek możliwie pełnie mógł zrozumieć położenie drugiej osoby, a także jej motyw i potrzeby oraz przewidzieć reakcje. Pełnia, także w sensie najwyższej jakości empatyzowania, wiąże się z tzw. dojrzałą empatią, czyli jednoczesnym współwystępowaniem obu aspektów empatii: emocjonalnej i poznawczej.

Rozróżnienie na empatię emocjonalną i empatię poznawczą jest istotnym wkładem nauk psychologicznych i neurobiologicznych, bo potencjalnie usuwa jedną z podstawowych przyczyn konfuzji i nieporozumień w tym temacie. Empatia emocjonalna jest związana z biologicznym mechanizmem umożliwiającym współodczuwanie, gdzie istotną rolę mają odgrywać neurony lustrzane (Rizzolatti i in. 2006). Ich podstawowa zdolność ma polegać na odzwierciedlaniu ruchu, stanów i uczuć innych osób, co może tłumaczyć powszechnie znane zjawiska, jak zaraźliwy śmiech, czy udzielający się smutek. Empatia poznawcza to bardziej skomplikowany i racjonalny mechanizm, który umożliwia tzw. decenterację, czyli daje szansę na spojrzanie na sytuację, problem, czy zagadnienie z perspektywy drugiej osoby. Ujmując kwestię inaczej, można mówić o empatii niedojrzałej, która jest charakterystyczna dla najmłodszych dzieci i polega na przejmowaniu stanów emocjonalnych innych osób bez rozróżnienia, co jest własnym odczuciem, a co pochodzi z otoczenia. W dorosłym życiu tej prymitywnej formy empatii doświadcza się właśnie jako tzw. zarażenia, co Scheler opisał jako trzeci fakt współodczucia. Sytuacje takie są niebezpieczne, bo traci się to, co jest wielką zaletą empatycznego spotkania, czyli możliwość poznania i zrozumienia sytuacji drugiej osoby. Z kolei empatia dojrzała

opiera się na mechanizmach współodczuwania, ale jest świadomie zarządzana, stając się źródłem pełniejszego poznania, a nie tylko emocjonalnego zaangażowania. Co ciekawe, badacze i praktycy empatii zajmują się głównie tą drugą (poznawczą), a krytycy tą pierwszą (emocjonalną).

Przejście od empatii niedojrzałej do dojrzałej można dobrze zrozumieć dzięki badaniom Martina L. Hoffmana (Hoffman 2006). Empatia w tym ujęciu jest naturalną zdolnością, która rozwija się od wczesnego dzieciństwa do (późnej nawet) dorosłości. Pierwszy etap – emocjonalne „zarażanie się” może być obserwowane jako udzielający się płacz wśród niemowlaków, które reagują niepokojem na dyskomfort (niepokój, strach, złość) innych. Nieco starsze dziecko, które potrafi już samodzielnie się poruszać, może, zamiast zarażać się nieprzyjemną emocją, opuścić pomieszczenie, w którym znajduje się inne płaczące dziecko. W życiu dorosłym brak umiejętności świadomego oddzielenia się od emocji drugiej osoby przy jednoczesnym odczuwaniu ich jako przykrych może prowadzić do zachowań ucieczkowych. Wiek kilkunastu miesięcy to czas, kiedy dzieci zaczynają zdawać sobie sprawę ze swojej inności i niezależności. Chcąc pomóc innemu dziecku, najpierw robią to, stosując rozwiązania, które im pomagają i dają pocieszenie; co w czasie eksperymentów przejawiało się przyniesieniem własnego misia lub przyprowadzeniem własnej matki. Dwulatki stając się bardziej wrażliwe na sygnały z otoczenia, a przez to i potrzeby innych, uświadamiają sobie lepiej różnice pomiędzy różnymi osobami. Wtedy też następują sytuacje, które można określić jako jedne z pierwszych decentracji – dziecko stawia się w sytuacji drugiego – i płaczącemu dziecku jest wtedy w stanie przynieść jej/jego misia lub przyprowadzić jej/jego mamę.

W późniejszym dzieciństwie, wraz z rozwojem moralnym, pojawia się możliwość doświadczenia współczucia i rozumienia sytuacji, których nie dotyka się bezpośrednio. Rozumienie czyjejś perspektywy, możliwość współodczuwania stanu emocjonalnego bez zarażania się tymi uczuciami i uznanie możliwości odmiennego postrzegania konkretnej sytuacji jest najdojrzalszym stopniem empatii. Możliwe staje się empatyzowanie z całymi grupami, współodczuwanie okoliczności i sytuacji i łączenie się w uczuciach, także w taki sposób, który daje impuls do podjęcia działania. Działania związane z dojrzałą empatią nie powinny polegać na dawaniu rad czy prostych rozwiązań, lecz na mądrym i uważnym towarzyszeniu z gotowością niesienia adekwatnego wsparcia.

Dojrzała empatia nie jest powszechną kompetencją. Niestety, bo znalazłoby to bezpośrednie przełożenie na kształt i jakość funkcjonowania grup i społeczności, a więc i na solidarność, która je łączy. Dialog, wysiłek decentracji i uczciwe, życzliwe zaciekawienie sytuacją i perspektywą drugiej osoby zbyt często zastępują założenia

związane z własnymi przekonaniami. We wspólnym działaniu nie jest konieczna iden-tyczność opinii, potrzeb, celów, ale bardzo ważne jest to, co synonimiczne z empatią, czyli tzw. wchodzenie w buty drugiej osoby. W tej kwestii ważny jest, po pierwsze, pewien podstawowy poziom otwartości, z którym łączy się także minimalny chociaż poziom zaufania, pozwalający zainteresować się drugim człowiekiem, jego sytuacją i perspektywą na nią. Po drugie, jest to współodczucie jej/jego stanu emocjonalnego, które jest łatwiejsze, niż mogłoby się wydawać, bo organiczne i mechaniczne. Po trze-cie, jest to podjęcie refleksyjnego wysiłku, by rozumowo zintegrować ten proces i nie dać się uwieść emocjonalnemu odzwierciedlaniu. I w końcu, jako pewnego rodzaju nagroda, może pojawić się adekwatna reakcja w spotkaniu drugiego – zrozumienie, porozumienie, propozycja wsparcia i/lub wzajemne wsparcie.

Empatia nie jest dobrem bezproblemowym, a jej status moralny nie jest oczy-wisty. Stosunkowo łatwo twierdzić, że empatia jest dobra, jeśli przyjmie się odpo-wiednią definicję. Simon Baron-Cohen dla przykładu pisze, że „empatia to zdolność rozpoznawania myśli lub uczuć innej osoby oraz reagowania na jej myśli i uczucia odpowiednią emocją” (Baron-Cohen 2014, 32). W ten sposób wyróżnia dwa etapy empatii, czyli rozpoznanie i reakcja; dopiero przy zaistnieniu obu etapów, przy czym drugi musi być adekwatny (sic!), można według niego mówić o empatii. W takim ujęciu pojęcia oczywiście znika całe spektrum pytań i wątpliwości, bo empatia opisuje tylko taką sytuację, w której człowiek trafnie rozpoznaje myśli i uczucia innej osoby oraz reaguje na nie adekwatnie – odpowiednią emocją i pomocowym działaniem – „Jeśli druga osoba doświadcza cierpienia, po prostu wiesz, że trzeba jej ofiarować pociechę i współczucie” (Baron-Cohen 2014, 33). Czyżby tak było rzeczywiście?

Największa krytyka kierowana jest wobec afektywnej i impulsywnej empatii. To z nią wiąże się największe ryzyko Schelerowskiego zarażenia emocjonalnego i w niej manifestuje się niedojrzałość empatycznej postawy, co skutkuje stronniczością i sytuacyjną nieadekwatnością. O stronniczości świadczyć ma między innymi fakt, że ludzie są bardziej skłonni empatyzować z osobami atrakcyjnymi, podobnymi do siebie i takimi, z którymi łączy ich kontekst etniczny bądź narodowy (Bloom 2015). Co więcej, działanie empatii jest raczej wąskie; łączy ona z poszczególnymi jednostkami, i to najsilniej z tymi w jakiś sposób bliskimi, a jednocześnie pozostaje niewrażliwa na logiczne i racjonalne argumenty, jak różnice liczbowe i dane statystyczne. Zdaniem Blooma „(...) nasze decyzje publiczne będą bardziej sprawiedliwe i moralne, kiedy empatię odłożymy na bok. Tworzone przez nas zasady są lepsze, gdy zdajemy sobie sprawę, że śmierć 100 osób jest gorsza niż śmierć jednostki, nawet jeśli znamy jej imię, i kiedy uznajemy, że życie kogoś w odległym kraju jest warte tyle samo co życie sąsiada, nawet jeśli nasze emocje ciągną nas w innym kierunku” (Bloom 2015).

Empatia ma ograniczenia nie tylko w skali makro, ale i w bliskich relacjach, w życiu prywatnym. Niepohamowana wspólnotowość, jak Bloom określa silną skłonność do empatii, skutkuje tendencją do budowania asymetrycznych relacji, w których jedna strona wspiera, ale nie otrzymuje wsparcia, co w długotrwałej perspektywie może być szkodliwe (Bloom 2017, 17, 41–46, 97–126). Zdaniem Blooma silne empatyzowanie z innymi u osób, u których poziom empatii jest wysoki i bardzo wysoki, nie wynika ani z szacunku, ani z miłości, ani nawet z uznania dla nich. To zainteresowanie jest w dużym stopniu mechaniczne, a chęć pomocy może być bardzo egoistyczna, bo podobnie jak w emocjonalnym zarażeniu Schelera, empatyczna osoba czuje się na tyle źle we współodczuwaniu z cierpiącą osobą, że chce obniżyć jej trudne odczucia, by obniżyć własne cierpienie. Według Blooma możliwe są takie okoliczności, w których jest pod przymusem hiperpobudzenia; niezależnie od kosztów własnych i drugiej strony, nie jest w stanie powstrzymać skłonności współodczuwania.

Emocjonalność jako społeczne doświadczenie wiąże się z szansami i zagrożeniami. „Podejmowanie ról innych, w tym uogólnionego innego, jest (...) podstawową techniką pracy nad emocjami. Indywidualna praca nad emocjami, często związana z redukcją stresu, pozwala odbudowywać więzi społeczne, osiągać równowagę pomiędzy dystansem a bliskością z innymi. Jednostka, pracując nad swymi emocjami, pracuje nad konstruowaniem więzi społecznych, jest to więc praca nad ładem społecznym” (Konecki, Pawłowska 2013).

Aktualnym i poruszającym przykładem empatii, solidarności oraz związku pomiędzy nimi jest pandemia koronawirusa, szczególnie jej początkowy etap. Reakcje na COVID-19 dobrze obrazują wiele błędów empatii: emocjonalne zarażenie skutkujące w skrajnych momentach przejawami paniki, zbyt szybkie założenia o podobieństwie czy identyczności doświadczanej sytuacji, historyczny lęk o najbliższych przy jednoczesnym ignorowaniu problemu w szerszej perspektywie. Co więcej, przeżywane i współdzielone emocje zależą od doświadczenia i pewnego rodzaju kultury emocjonalnej; klarują lub demontują ład społeczny. Jednocześnie początek pandemii to wzrost zachowań, które przeżywane były jako solidarnościowe: wiele osób intensyfikowało kontakt ze sobą pomimo ograniczeń – szukając sposobów na podtrzymanie wspólnoty i redefiniowanie życia społecznego w ich grupach (Abel & McQueen 2020). Uruchamiano inicjatywy pomocowe w skali lokalnej i ogólnokrajowej, by nieść pomoc tym, którzy są najbardziej zagrożeni. W niektórych przypadkach aktywizowali się także ci, którzy w „normalnych” warunkach tego nie robili. Zmniejszanie społecznego dystansu zachodziło przy zwiększaniu przestrzennego dystansu, bo bezpieczne dwa metry odległości pomiędzy osobami nie pozwalają

na typowy do tej pory kontakt. Jamil Zaki zasugerował zamianę postulatu społecznego dystansowania się (*social distancing*) na fizyczne dystansowanie się (*physical distancing*) z jednoczesnym zdystansowanym socjalizowaniem (*distant socializing*), co ma podkreślić możliwość pozostania w kontakcie i bliskości z innymi, pomimo przebywania osobno (Zaki 2020). Empatia, współodpowiedzialność, dostrzeganie i rozumienie wzajemnych zależności szukały nowych sposobów aktualizacji w izolacji i po niej.

W przyglądaniu się reakcjom na epidemię koronawirusa pomocną perspektywą poznawczą okazują się zagadnienia z zakresu społecznych uwarunkowań zjawisk moralnych. Maria Ossowska dzieliła je na analizy historyczne i socjologiczne, rozważania teoretyczne oraz refleksję metodologiczną (Ossowska 1983). W socjologii moralności istotnym rozróżnieniem jest ocena i opis, bo celem nie jest moralizowanie, lecz rozumienie, co ludzie postrzegają jako moralne i wartościowe. Ciekawe wnioski na temat postrzegania i doświadczania solidarności, także w kontekście empatii, płyną z doświadczenia pandemii.

Niektórzy przeżywali, a część z nich nadal przeżywa pandemiczną sytuację jako emanację solidarności; inni niedowierzają społecznemu zrywowi, a jeszcze inni wprost nazywają akcje wspierające zagrożonych w koronawirusie pozorami solidarności lub polityczną grą. Posłużę się kilkoma przykładami pokazującymi związek między solidarnością i empatią zaczerpniętymi z aktualnie prowadzonego przeze mnie badania: *Solidarność w koronie*², na temat dostrzeganych i/lub doświadczanych przejawów (nie)solidarności w pandemii koronawirusa. W wielu próbach definiowania solidarność łączy się wprost ze współodczuwaniem i empatią, np.: „Solidarność to dla mnie jest taka duża empatia w stosunku do drugiego człowieka i pomocy, gotowość do niesienia pomocy. Nie separowanie się, tak? Tylko takie współodczuwanie, współodpowiedzialność i taka wierność w myśleniu” (kobieta, 54 lata, Skierniewice); „(...) na pewno wsparcie innych, dawanie wsparcia, z jakimś takim staraniem się, myślenie o tym co czują inni” (kobieta, 34 lata, Ciechanów); „(...) czymś wypływającym z (...) poczucia wspólnoty, albo wynikające po prostu ze współczucia, z empatii, takie solidaryzowanie się z kimś w nieszczęściu” (kobieta,

2 Badanie *Solidarność w koronie* prowadzę w ramach pracy nad doktoratem w dziedzinie socjologii na Uniwersytecie Humanistycznospołecznym. Jest to badanie jakościowe, prowadzone online, z wywiadami synchronicznymi i asynchronicznymi, na próbie N=25, gdzie dobór jest dogodnościowy. Badanie ma charakter podłużny: I fala wywiadów została zrealizowana między 13.03.2020 a 28.03.2020 i celowała w uchwycenie doświadczeń związanych z początkiem koronawirusa (nawiązania i cytaty użyte w tym artykule pochodzą przede wszystkim z tej części badania), II fala badania została zrealizowana między 23.04 a 08.07.2020, III fala badania jest zaplanowana na jesień/zimę 2020. Ramę teoretyczną badania stanowi klasyczne ujęcie solidarności E. Durkheima, koncepcja przyjaźni Arystotelesa, ambiwalencja socjologiczna R. Mertona, a metodologia opiera się na teorii ugruntowanej i metodzie socjologii moralności M. Ossowskiej.

35 lat, Gdańsk). W każdej z tych perspektyw solidarność jest silnie związana z empatią: albo nią motywowana albo wręcz tożsama.

Pierwszy miesiąc życia pod groźbą COVID-19 pozwalał stwierdzić, że egoizm nie jest dominującą postawą Polek i Polaków w pandemii: zawiązały się sąsiedzkie sieci wsparcia, mnożyły finansowe akcje pomocowe, rozwijała się pomoc rzeczowa, chociażby w postaci szycia maseczek. Potwierdzały to nie tylko codzienne obserwacje, ale i badania, m.in. Krystyny Skarżyńskiej i Konrada Maja przeprowadzone pod koniec marca 2020, w którym aż 72% badanych zadeklarowało, że bardziej obawia się o zdrowie bliskich niż o własne, a 48% deklaroowało, że w związku z epidemią pomaga innym osobom, które są w trudniejszej sytuacji niż oni sami (Skarżyńska, Maj 2020).

Często przywoływanym przykładem solidarności i paradoksalnej bliskości na odległość był obraz Włochów śpiewających na balkonach i z okien: „Włosi śpiewają (...) Gdzie puste są ulice zupełnie, a Włosi siedząc w domach, mają otwarte okna i śpiewają jakąś sobie znaną pieśń (...) naprawdę uderza mnie to” (kobieta, 30 lat, Warszawa). Obrazek ten nasuwa skojarzenie ze wspomnieniem Jana Jakuba Rousseau, gdy genewskich żołnierzy porwał wspólny taniec na miejskim placu. Setki mężczyzn w mundurach, w rytmicznym zgodnym kroku poruszały się wokół studni i zdawały się być jak jeden organizm; „tworzyli długi sznur wijących się rytmicznie i bez zamieszania, tysiące skrętów, tysiące ewolucji tanecznych, wybór melodii, przy której dźwiękach ją wykonywano, bicie w bębny, płomienie pochodni, pewna okazałość wojskowa wśród zabawy, wszystko to tworzyło bardzo malowniczy obraz” (Rousseau 2010, 312). Podniosła atmosfera, wzruszenie i serdeczność, uwspólnione odczucia mogą odpowiadać pierwszemu faktowi współodczucia Schelera, czyli wiążą się z przeżywaniem identycznego stanu emocjonalnego. Można szukać w nich także związku z kategoriami zaufania, tożsamości i wspólnoty, w czym najbardziej wyraża się więziotwórcza funkcja solidarności. Ojciec Rousseau, żołnierz biorący udział w tańcu, z drżeniem wzruszenia powiedział do swojego syna: „Janie Jakubie (...) kochaj ojczyznę. Widzisz tych poczciwych genewczyków? Są wszyscy przyjaciółmi, są braćmi, radość i zgoda panuje wśród nich” (Rousseau 2010, 313). We wspólnym tańcu i śpiewie doświadczenie bliskości i zgodności, a także powszechnej przyjaźni, braterstwa i publicznej radości staje się osiągalne. Jednocząca wizja wspólnego wroga i wspólnego celu pomaga ludziom integrować się, a sytuacje jak wspólne okłaskiwanie pracowników służby zdrowia mogą być źródłem wzniosłych uczuć i zapamiętanym mementem autentycznie doświadczonej solidarności, choćby chwilowej.

Isolacja i samoograniczenie związane z akcją *#zostańwdomu* pod wieloma względami spełnia założenia solidarnościowej postawy, bo wiąże się z decyzją, w której ogranicza się własną wolność i komfort ze względu na dobro innych oraz z myślą

o wspólnym celu, nawet jeśli osobiście nie jest się w grupie ryzyka, co z kolei wymaga uruchomienia empatii. Dla części osób istotną motywacją do pozostania w domu i przestrzegania nakładanych restrykcji była właśnie troska o innych, co obrazuje jedna z wypowiedzi uchwycona w badaniu: „Nie boję się wirusa, ale nie ma we mnie zgody na powszechną eutanazję, dlatego siedzimy w domu” (kobieta, 42 lata, Warszawa).

Poważnym wyzwaniem solidarności jest troska i jednoczenie się z innym – tym, kto nie jest w podobnej sytuacji, kto nie artykułuje wprost tych samych wartości i z kim nie ma się ewidentnie wspólnych interesów. Niedojrzała empatia działa po linii podobieństwa, bliskości i atrakcyjności, co nie ułatwia, pozostając przy przykładach z koronawirusowej rzeczywistości, angażowania się w sytuacje ludzi dotkniętych kryzysem bezdomności czy przebywających w DPS-ach. Szansą na jednoczenie się pomimo różnicy jest współczucie, które przekracza ocenę. W empatycznej relacji można zdystansować się do własnych opinii i przekonań; integrując intencję, decyzję i współodczucie towarzyszyć drugiej osobie w jej smutku i radości, niezależnie od oceny sytuacji, która jest źródłem tych uczuć. Uszlachetniająca funkcja współcierpienia Comte-Sponville’a wnosi do solidarności szanse na przekraczanie ocen. Dzięki decentracji możliwy jest dystans do własnej osoby i bardziej empatyczny kontakt z drugą osobą dla niej samej, a nie tylko warunkowany podobieństwem i zgodnością. Można solidaryzować się po linii własnych przekonań, wartości i interesów, co jest zdecydowanie bardziej powszechnym zjawiskiem, ale można także być solidarnym z osobą, nawet jeśli nie do końca rozumie się sprawę, w imię której ona działa. Taka postawa wymaga zaufania i jest narażona na ryzyko. Co może oznaczać w praktyce w czasach pandemii? Zrozumienie, że dla kogoś spacer jest kwestią higieny psychicznej o fundamentalnym znaczeniu; wsparcie biznesowych wysiłków innych osób, gdy samej/emu ma się spokojną sytuację materialną; wpłacanie pieniędzy na zbiórkę, którą organizuje znajomy; szanowanie potrzeby przestrzegania restrykcji; można także czuć solidarność z osobą, która naraziła bezpieczeństwo wielu osób, nie dlatego, że uważa się takie postępowanie za coś dobrego lub chociaż moralnie obojętne, ale dlatego, że głęboko współczuje się sytuacji, w której się znalazła i która ją do tego doprowadziła.

Dojrzała postawa empatyczna, czyli zinternalizowana wiedza na temat empatii, sprawność w dojrzałym towarzyszeniu drugiej osobie oraz przekonanie, że empatia jest ważna i wartościowa, czyli bycie zmotywowanym do empatycznego postrzegania i działania, jest szczególnie cenna w obliczu niespodziewanych kryzysów, kiedy chce się nie tylko funkcjonować, ale i skutecznie działać. Podejmowanie aktywności w skomplikowanej sieci relacyjnych powiązań, gdzie każda i każdy wypełnia społeczne role, które nierzadko rodzą sprzeczne oczekiwania, wymaga, obok innych kompetencji, inteligencji emocjonalnej, w której empatia stanowi ważny element

składowy. Dojrzała empatia jest jednym z ważniejszych narzędzi umożliwiających trafne rozpoznanie sytuacji drugiej osoby i podjęcie adekwatnych – autentycznie solidarnościowych – działań.

Empatia nie jest koniecznie potrzebna solidarności, ale istotnie ją wspiera. Można nakreślić co najmniej trzy obszary możliwego wpływu empatii: artykułowanie sądów moralnych, rozwój moralny i motywowanie zachowań moralnych (Prinz 2011, 213). Po pierwsze, artykułowanie sądów moralnych wymaga zaangażowania innych struktur, niż tylko empatyczne wczucie; wymaga także odniesienia do wartości, norm moralnych i społecznych, obowiązku, konsekwencji, itd. w zależności od teorii uzasadnienia moralnego jaką się przyjmie. Empatia w tym względzie może być pomocna w poszerzeniu kontekstu i lepszemu rozumieniu sytuacji, ale nie jest konieczna ani wystarczająca. Po drugie, empatia odgrywa istotną rolę w rozwoju moralnym, bo pomaga zrozumieć sytuację, odczucia i potrzeby drugiej osoby, a także abstrakcyjnych i dalekich grup. Możliwy jest jednak rozwój moralny bez empatii lub przy niskim jej poziomie. Po trzecie, empatia może być impulsem do działania na rzecz innych.

Samodzielny mechanizm empatii jest narzędziem moralnie neutralnym, które może służyć tak dobrej, jak i złej sprawie. Jak napisał Scheler: „(...) czyste współodczuwanie jako takie jest całkowicie ślepe na wartość jego przeżywania” (Scheler 1980, 18). Cechę neutralności moralnej empatia dzieli z solidarnością. Obie mogą wzmacniać się wzajemnie i wspierać osiąganie wspólnotowych celów, ale narażone są na zakłócenia, co nie przekreśla ich miejsca w aksjologicznym uniwersum. Jednak niedojrzała empatia nie tylko nie pomaga solidarności, ale może jej przeciwdziałać. Sytuacja motywująca do solidarności od początku jest nierówna: dla jednej osoby jest trudna, dla drugiej staje się powodem do empatycznego i emocjonalnego pobudzenia, ale pozostaje ona w uprzywilejowanej pozycji, bo okoliczności wywołujące to pobudzenie nie są jej bezpośrednim doświadczeniem. W związku z tym może – w dojrzałej wersji empatii – zaproponować adekwatne wsparcie, ale może też – w niedojrzałej wersji empatii – zdominować, wykorzystać albo nawet doraźnie pomóc, ale w taki sposób, który ostatecznie osłabi drugą stronę. Tylko pierwsze rozwiązanie, wymagające dojrzałej empatii, naprawdę wspiera solidarność.

Solidarnościowe działania, czyli realizujące wspólny cel lub artykułujące wspólne wartości, mogłyby znacząco zyskać nie tylko na jakości, ale i na skuteczności, jeśli byłyby wspierane dojrzałą empatią. Grupy, a tym samym ich inicjatywy, nie kończyłyby się wraz z pierwszym kryzysem; wśród strategii komunikacji i rozwiązywania konfliktów częściej pojawiałyby się współpraca i konsensus, a rzadziej walka, unikanie czy nawet kompromis. Zwiększyłyby się szanse na trafne, słuszne, konkretne i właśnie solidarne identyfikowanie grup najbardziej narażonych na trudności i ryzyko,

a nie tylko łączenie się po linii podobieństwa i dzielonej tożsamości czy stylu życia. W przypadku epidemii koronawirusa różnicę widać pomiędzy aktywnością w sieciach społecznościowych, np. związanych z wyprowadzeniem psa, a gotowością do wsparcia osób dotkniętych kryzysem bezdomności, świadczących usługi seksualne czy potrzebujących terminacji ciąży, na co zwróciły uwagę m.in. Agata i Zuzanna Dziuban, pisząc o warunkowaniu solidarności (Dziuban i Dziuban 2020). Zakres i trwałość koronawirusowej solidarności będzie jej najlepszym egzaminem.

Bibliografia

- Abel, T., D. McQueen. 2020. "The COVID-19 pandemic calls for spatial distancing and social closeness: not for social distancing!". *International Journal of Public Health*, 1.
- Baron-Cohen, S. 2014. *Teoria zła. O empatii i genezie okrucieństwa*. Sopot: Smak Słowa.
- Bloom, P. 2017. „Przeciw empatii”. Translated by Krzysztof Kornas, *Miesięcznik ZNAK*. <http://www miesiecznik.znak.com.pl/przeciw-empatii/> [06.04.2017].
- Bloom, P. 2017. *Przeciw empatii. Argumenty za racjonalnym współczuciem*, Translated by Marek Chojnacki, Wydawnictwo Charaktery, Kielce.
- Davis, M. H. 2001. *Empatia. O umiejętności współodczuwania*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk.
- Dziuban, A., Z. Dziuban. 2020. *Warunkowanie wsparcia. Nekropolityka i solidarność w dobie kryzysu*, Biennale Warszawa. https://biennalewarszawa.pl/warunkowanie-wsparcia-nekropolityka-i-solidarnosc-w-dobie-kryzysu/?fbclid=IwAR0J-CA92OIX6WP3vELliElWEFoEjYYKch23NEJAeo3HKpxN714flxN_LqNM [08.04.2020].
- Haidt, J. 2003. "The Moral Emotions". In Davidson, R. J., Scherer, K. R., Goldsmith, H. H. *Handbook of affective sciences*, : 852–870. Oxford: Oxford University Press.
- Hume, D. 1975. *Badania dotyczące zasad moralności*. Translated by Anna Hochfeld, Warszawa.
- Hoffman, M. L. 2006. *Empatia i rozwój moralny*, Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Konecki, K. T., B. Pawłowska. 2013 „W stronę socjologii emocji”. *Przegląd Socjologii Jakościowej*, t. 9, nr 2: 6–9.
- Kundera, M. 2014. *Nieznośna lekkość bytu*. Translated by Agnieszka Holland, Warszawa: Wydawnictwo WAB.
- Mead, G. H. 1975. *Umysł, osobowość i społeczeństwo*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.

- Ossowska M. 2000. *Normy moralne*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Ossowska M. 2005. *Socjologia moralności. Zarys zagadnień*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Ossowska, M. 1983. „Szkic autobiograficzny”. In *O człowieku, moralności i nauce. Miscellanea*, edited by M. Ossowska. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Prinz, J. 2011. “Is Emathy Necessary for Morality?”. In *Empathy. Philosophical and Psychological Perspectives*. Oxford. DOI: 10.1093/acprof:oso/9780199539956.003.0014.
- Prus, R. 2013. “Generating, Intensifying, and Redirecting Emotionality: Conceptual and Ethnographic Implications of Aristotle’s Rhetoric”. *Przegląd Socjologii Jakościowej* 9(2): 10–45.
- Radzińska, J. 2014. „Solidarność: definicja i konteksty”. *Etyka*, 48: 58–68.
- Rousseau, J. J. 2010. *List o widowiskach*, przeł. Wiera Bienkowska, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Scheler, M. 1980. *Istota i formy sympatii*. Translated by Adam Węgrzycki, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Schopenhauer, A. 1994. *O podstawie moralności*. Translated by Zofia Bassakówna. Warszawa: Wydawnictwo „bis”.
- Skarżyńska, K., K. Maj. 2020. „My, Polacy, w czasie pandemii. Badacze z Uniwersytetu SWPS sprawdzili, jacy jesteśmy”, *Gazeta Wyborcza*. <https://wyborcza.pl/7,75398,25857468,my-polacy-w-czasie-pandemii-badacze-z-universytetu-swps-sprawdzili.html> [09.04.2020].
- Smith, A. 1989. *Teoria uczuć moralnych*, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Stets, J. E., J. H. Turner. 2009. *Socjologia emocji*. Translated by Marta Bucholc. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Zaki, J. 2020. “Instead of social distancing, practice «distant socializing» instead, urges Stanford psychologist”. *Stanford News*, dostępny: <https://news.stanford.edu/2020/03/19/try-distant-socializing-instead/> [10.04.2020].
- Rizzolatti, G., L. Fogassi, V. Gallese. 2006. “Mirrors in the Mind”. *Scientific American*, 295(5): 54–61. Retrieved August 18, 2020, from www.jstor.org/stable/26069039.

Nota biograficzna / Biographical Note

Jowita Radzińska – filozofka i socjolożka, zajmuje się ideą i praktyką solidarności.

Jowita Radzińska – philosopher and sociologist, focused on the idea and practice of solidarity.