

Teorie dialogické komunikace

Přednáška VI: Carl R. Rogers – dialog jako praxe empatie

doc. MgA. Jan Motal, Ph.D.

¹Fakulta sociálních studií
Masarykova univerzita

²Cyrilometodějská teologická fakulta
Univerzita Palackého v Olomouci

13. dubna 2026

Cíle hodiny

- 1 Carl R. Rogers
 - Biografie
 - Kongurence a inkongruence
 - Bezpodmínečné přijetí
 - Aktivní naslouchání
 - Bezpečné prostředí
- 2 Privilegovaný*á empatizér*ka
 - Carolyn Pedwell
- 3 Mini-lab

Carl R. Rogers (1902–1987)

- Americký psycholog a psychoterapeut, jeden z klíčových představitelů **humanistické psychologie**.
- Vychází z přesvědčení, že člověk se může rozvíjet, pokud zažije vztah založený na důvěře a přijetí.
- Od nedirektivního poradenství směřuje k **na osobu zaměřenému přístupu**.
- Jeho práce propojuje terapii, vzdělávání, skupinovou facilitaci a širší společenský dialog.

Důležitý posun

Pomáhat neznamena „řídít druhého“, ale vytvářet podmínky, v nichž si druhý může **sám ujasňovat** své prožívání, potřeby a možnosti jednání.

- Rogers vyrůstal v disciplinovaném, silně náboženském prostředí; zkušenost neporozumění později promítá do důrazu na přijetí.
- Studoval zemědělství, teologii i pedagogiku; opustil dráhu duchovního a zaměřil se na psychologii a poradenství.
- Práce s ohroženými a „problémovými“ dětmi jej vedla ke kritice převýchovy, nálepkování a expertního paternalismu.
- Pro dialogickou komunikaci je zásadní, že Rogers nehledá vítězství v argumentu, ale **prostor, kde člověk přestane být objektem cizí definice.**

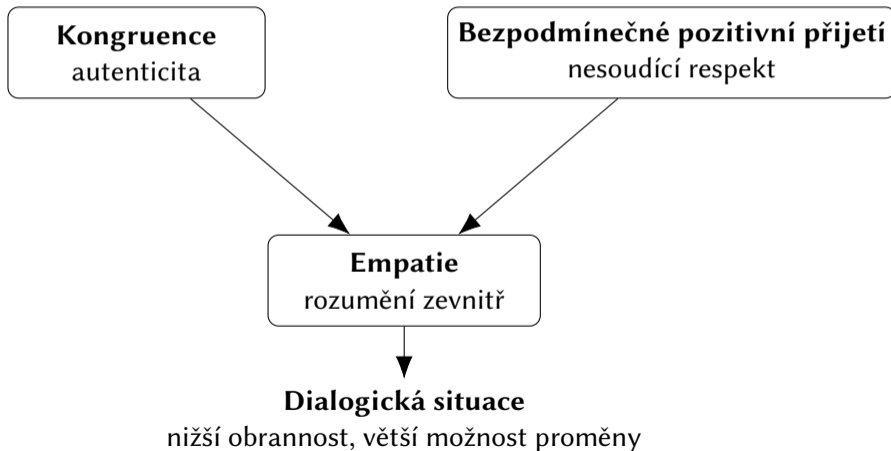
Proč je Rogers důležitý pro dialogickou komunikaci

Základní teze

Dobrá pomáhající komunikace nevrací lidem kontrolu tím, že jim „řekne pravdu“, ale tím, že jim pomůže **znovu převzít autorství vlastního příběhu**.

- místo „o člověku se mluví“ vzniká situace „člověk může mluvit“,
- místo poslušnosti se posiluje **autonomie**,
- místo rychlé korekce vzniká **bezpečný prostor pro proměnu**.

Tři Rogersovy podmínky dialogu



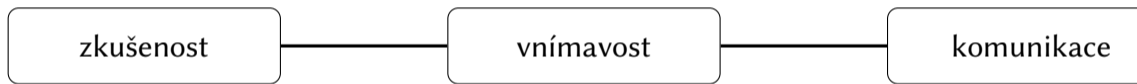
Kongruence

Pracovní definice

Kongruence je **soulad mezi zkušeností, uvědoměním a komunikací**. Člověk nehraje roli, neskrývá se za pózu a nesděluje něco, co je v rozporu s tím, co skutečně prožívá.

- zkušenost je přítomna,
- člověk si ji alespoň zčásti uvědomuje,
- komunikace tuto zkušenost nedeformuje do obranné masky.

Kongruence jako vztah mezi třemi rovinami



Přesnější uvědomění zkušenosti vede k tomu, že nekomunikuji „objektivní pravdu o druhém“, ale **své prožívání, významy a percepce.**

Příklad inkongruence I

Skutečnost

Cítím **hněv**, ale sám sobě si jej nepřiznám.

Komunikace

Mluvím údajně „jen logicky“, ale druhý slyší chlad, tlak nebo obrannost.

Důsledek

Inkongruence je vnímána jako **popření**, obrana nebo manipulace, i když mluvčí může být přesvědčen, že jedná racionálně.

Příklad inkongruence II

Skutečnost

„Nudím se, jsem odpojený/á, nechci v tom pokračovat.“

Komunikace

„To je skvělé, baví mě to.“

Důsledek

Druhý může komunikaci vnímat jako **faleš, přetvářku nebo podvod**. Ani deklarace pocitů sama o sobě ještě nezaručuje kongruenci.

Co kongruence umožňuje v dialogu

- Když jeden komunikuje jasněji, druhý se méně brání.
- Když se druhý méně brání, může více naslouchat.
- Když se cítí pochopen, přestává hájit jen svůj obraz sebe sama.
- Taková komunikace může být **oboustranně terapeutická** i mimo terapii: proměňuje účastníky, aniž by z nich dělala terapeuty.

Pozor

Ohrožení nastává, když komunikace otevře „nový, nezpracovaný materiál“, na který druhý ještě nemá kapacitu; tehdy se obranné mechanismy vracejí.

Bezpodmínečné pozitivní přijetí

Co to znamená

Respektuji druhého jako osobu **bez selektivního souzení**. Nepřijímám jej pouze tehdy, když mluví „rozumně“, „sympaticky“ nebo „morálně správně“.

- přijetí se týká i strachu, bolesti, rozpaků a defenzivity,
- člověk není redukován na svůj problém, chybu nebo selhání,
- nejde o souhlas se vším, co říká, ale o **neponižující vztah k jeho osobě**.

Co bezpodmínečné přijetí není

Není to

- souhlas,
- morální relativismus,
- pasivita,
- vlastnění druhého,
- manipulativní „laskavost“.

Je to

- nesoudící respekt,
- péče bez nárokování,
- vztah, v němž může druhý odložit masku,
- prostředí, které snižuje obrannost,
- podmínka pro **kongruenci**.

Empatie

Pracovní definice

Empatie je schopnost **rozumět vnitřnímu referenčnímu rámci druhého**, aniž bychom jeho zkušenost přebrali za svou nebo ji uzavřeli rychlým vysvětlením.

- rozumět pocitům druhého,
- nebýt na pochybách, co se druhý snaží sdělit,
- formulovat vlastní poznámky tak, aby byly druhým vnímány v souladu s jeho naladěním,
- nést to i hlasem, rytmem a celkovým stylem komunikace.

Aktivní naslouchání

- Aktivní naslouchání není pasivní mlčení.
- Posluchač parafrázuje, shrnuje, ověřuje význam a nechává prostor k doplnění.
- Nesnaží se druhého „rychle opravit“, „uklidnit“ ani „převychovat“.
- Myslí **s druhým**, ne **o něm**.

Důsledek

Mluvčí si může bezpečněji zkoumat vlastní obraz sebe sama a testovat, zda je realistický.

Co aktivní naslouchání typicky blokuje

Blokující reakce

- rady,
- rychlé interpretace,
- soudy (i „pozitivní“),
- povzbuzování typu „to bude dobré“,
- expertní převzetí situace.

Proč

Takové reakce často uspokojují **potřeby posluchače**: mít pravdu, mít kontrolu, být užitečný, uzavřít napětí. Dialog pak ztrácí otevřenost.

Bezpečné prostředí jako podmínka dialogu

Fyzická dimenze

- uspořádání místnosti,
- zvukové podmínky,
- přístupnost,
- viditelnost a pozice facilitace,
- pravidla vstupu do řeči.

Psychologická dimenze

- jasná pravidla,
- nesouzení,
- práce s pocity místo „objektivních pravd“,
- důvěra a inkluzivita,
- ochrana před převahou dominantních hlasů.

„Člověk dokáže přijmout nepříjemné v sobě pouze tehdy, když se nachází ve vztahu, v němž zažívá přijetí.“

- Přijetí zde není sentiment, ale **podmínka sebepoznání**.
- Dialog má proto transformační charakter: umožňuje člověku unést i to, co bylo dosud vytěsněno, odmítáno nebo zakrýváno.

Emoce, nebo paternalismus?

Problém

Kdy empatie otevírá dialog a kdy se stává nástrojem jeho uzavření?

- Empatie může být emancipující, protože snižuje obrannost a vrací hlas.
- Může ale také působit jako „měkká disciplína“: utiňuje konflikt, když je příliš nepohodlný.
- Rizikem je situace, kdy mocnější aktérstvo řekne „rozumím ti“ a tím spor symbolicky uzavře, aniž by se změnily podmínky nerovnosti.

Carolyn Pedwell: kritika univerzální empatie

- Pedwell zpochybňuje představu, že empatie je vždy samozřejmě dobrá a politicky nevinná.
- Ukazuje, že často předpokládá privilegovaného „empatizéra“, který si může vybrat, zda porozumění poskytne.
- Empatie tak může reprodukovat hierarchii: jeden rozumí, druhý je objektem porozumění.
- V liberálních a neoliberálních rámcích navíc bývá empatie spojena s představou, že konflikt má být „zahojen“ a rychle překonán.

Konfrontační empatie

Produktivní hněv?

Existují formy vztahování se k druhému, které nejsou útechou, ale **nepříjemným afektivním tlakem**: hněv, stud, melancholie nebo neuzavřené truchlení mohou otevřít politické uvědomění.

- Ne každé „rozumím ti“ je dialogické.
- Někdy je třeba spíše narušit pohodlí privilegia než nabídnout rychlé zklidnění.
- Otázka pro dialogickou komunikaci tedy zní: **jak spojit porozumění a konflikt, aniž by se jedno rušilo druhým?**

Rogers a kritická otázka moci

	Rogers	Kritika z hlediska moci
Cíl	Osobní proměna, větší autenticita a autonomie	Proměna i mocenských podmínek komunikace
Empatie	Snižuje obrannost, otevírá sebe-poznání	Může otevírat, ale i uzavírat konflikt
Bezpečí	Nutná podmínka růstu	Nutné, ale nestačí bez reflexe asymetrie
Riziko	Obrannost, inkongruence, souzení	Paternalismus, depolitizace, „participace bez moci“

Mini-lab do hodiny

Nejdřív budeme naslouchat – a pak si to zkomplikujeme.

- 1 Dvojice, střídají se dva lidé = první říká „co mě teď ve studiu štve/trápí“, druhý*á poslouchá, pak shrne za sebe (aniž by do toho partnerstvo vstupovalo) – role se obrací (5 minut)
- 2 Druhá fáze = reflektujeme, co se děje mezi námi
- 3 („Teď mám pocit, že mě fakt posloucháš...“, „Teď mám trochu strach, že řeknu něco špatně...“)
- 4 Cílem je ve dvou fázích *mluvím o problému – mluvím o vztahu, poslouchám tebe – sleduju nás*

Otázka do diskuzního fóra

Jaký je rozdíl mezi větou „rozumím ti“ jako **otevřením dialogu** a jako **jeho ukončením**?

Shrnutí

- Rogers chápe dialog jako **vztahovou praxi osobní proměny**.
- Jeho tři podmínky – kongruence, přijetí a empatie – snižují obrannost a podporují autonomii.
- Aktivní naslouchání není neutralita, ale práce na tom, aby druhý mohl mluvit „zevnitř“.
- Současná verze kurzu k tomu přidává kritickou otázku: **kdo může být empatický, za jakých podmínek a s jakým mocenským efektem?**

Doporučená literatura

- Rogers, Carl R. *Counseling and Psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin, 1942.
- Rogers, Carl R. „The Necessary and Sufficient Conditions of Therapeutic Personality Change“. *Journal of Consulting Psychology* 21(2), 1957, s. 95–103.
- Rogers, Carl R.; Farson, Richard E. *Active Listening*. Chicago: University of Chicago, 1957.
- Kirschenbaum, Howard; Henderson, Valerie Land (eds.). *Carl Rogers: Dialogues*. Boston: Houghton Mifflin, 1989.
- Pedwell, Carolyn. *Affective Relations: The Transnational Politics of Empathy*. Basingstoke: Palgrave Macmillan, 2014.