

Pomaganie innym, słabszym cenną zaletą.

"Nigdy nie jest tak, żeby człowiek,
czyniąc dobrze drugiemu, tylko sam był dobroczyńcą.

Jest równocześnie obdarowywany tym,
co ten drugi przyjmuje z miłością".

Jan Paweł II

Postępowanie innych ludzi obecnych w danej sytuacji często wywiera decydujący wpływ na zachowanie jednostki. Wiele badań wykazuje, że obecność innych, biernych obserwatorów hamuje pomoc człowiekowi w potrzebie. Jest to wyrazem naśladowania innych w wyniku modelowania. Naśladowanie pomagania występuje u dorosłych jak i u dzieci w następstwie modeli obserwowanych zarówno „na żywo” jak i w telewizji. Telewizja może więc „zarażać” nie tylko przemocą ale i prospołecznością. Wiele badań wykazuje, że oglądanie przez dzieci programów uczących życzliwości, np. Ulica Sezamkowa, Bracia Koala, skutkuje wzrostem kooperatywności i skłonności do pomagania w zachowaniu dzieci. Problem jest

jednak w tym, że w telewizji, programy o treści agresywnej są częściej wyświetlane od programów ukazujących prospołeczność. Dlatego tak ważne jest, abyśmy to my dorośli, rodzice wskazywali dobry wzorzec, dawali przykład młodym ludziom, swoim dzieciom. Wykazywali się empatią do innych, słabszych, niepełnosprawnych, wtedy możemy być prawie pewni, że nasze dzieci będą postępowały podobnie.

Bywa i tak że inni wpływają na prospołeczność również jako dawcy nagród i kar, tzn. że dzieci chwalone za pomaganie innemu dziecku robią to potem w większym natężeniu, zaś ganione pomagają mniej niż dzieci nie poddane oddziaływaniu. Tak więc pomaganie jest po części zachowaniem wyuczonym, które pojawia się i nasila pod wpływem nagród, a znika pod wpływem kar. Jeśli inni obecni w sytuacji pochwalają pomaganie, spowoduje to jego wzrost, a jeżeli pomaganie potępiają spowoduje to jego spadek. Stąd też ludzie dorośli o silnej potrzebie aprobaty społecznej dają większe datki na cele dobroczynne ale tylko wtedy, gdy akt ten ma charakter publiczny i jest widziany przez innych ludzi.

Jerzy Karyłowski, profesor psychologii w instytucie PAN, rozróżnia dwa typy motywacji leżącej u podstaw pomocności: 1. Motywacja endocentryczna (jest skierowana do wewnątrz), to tendencja do pomagania innym po to, aby polepszyć swoje samopoczucie, w szczególności utrzymać lub podwyższyć własną samoocenę dzięki przypisywaniu sobie pochlebnych właściwości w wyniku postępowania zgodnego z normami.

2. Motywacja egzocentryczna (jest skierowana na zewnątrz), to tendencja do pomagania innym, po to by polepszyć ich samopoczucie, w szczególności zaspokoić ich potrzeby. Oba te rodzaje mogą nasilać pomoc, choć w różnych sytuacjach. Dla osoby motywowanej endocentrycznie najważniejsze jest, by to właśnie ona pomogła człowiekowi znajdującemu się w potrzebie, zaś dla osoby motywowanej egzocentrycznie najważniejsze jest, aby pomoc została udzielona. Karyłowski wykazał, że przewaga endocentrycznej lub egzocentrycznej motywacji do pomagania zależy u osób dorosłych od oddziaływań wychowawczych ich rodziców, jakim byli poddawani w dzieciństwie. W szczególności motywacja egzocentryczna jest wbudowywana w dziecko przez rodziców zwracających mu uwagę na konsekwencję jego postępów wobec innych ludzi (np. zobacz Stasiu, wybiłeś okno pani Kowalskiej, teraz jest jej przykro, przeciąg wieje jej po nogach, na pewno ją zawieje i będzie chora). Motywację endocentryczną wbuduje natomiast nacisk na konsekwencje, jakie postępowanie dziecka ma dla niego (np. zobacz Stasiu, wybiłeś okno pani Kowalskiej, teraz wszystkie sąsiadki będą rozpowiadać, jaki z ciebie łobuz i najem się wstydu przez ciebie).

Skłonność do pomagania jest uzależniona także od właściwości osoby pomagającej, zarówno jej trwałych cech jak i przelotnych stanów. Pomocność nasilana jest przez empatię. Przy czym empatia rozumiana jest albo jako afektywny stan wynikający z rozpoznania emocji innego człowieka i doświadczenia własnych uczuć zgodnych z jego emocjami, albo jako cecha polegająca na skłonności do przeżywania takich stanów. Ludzie różnią się natężeniem empatii jako cechy, a wyższym wynikiem w kwestionariuszowych miarach empatii towarzyszy silniejsza skłonność do pomagania innym.

Należy także wspomnieć o reagowaniu na pomoc. Tu decydują trzy najważniejsze czynniki decydujące o wdzięcznej, bądź niechętnej reakcji biorcy na pomoc: zagrożenie dla samooceny, zagrożenie dla sprawiedliwej wymiany oraz reaktancja. Pomoc innego człowieka może wspierać naszą samoocenę (świadczy o tym, że jesteśmy lubiani, otoczeni przyjaciółmi, na których można liczyć), bądź jej zagrażać (zaświadcza, że nie potrafimy sobie sami poradzić, jesteśmy bezsilni i niekompetentni). O faktycznych skutkach pomocy dla samooceny decyduje współdziałanie cech biorcy i dawcy pomocy oraz sytuacji, w której do pomocy dochodzi. Pomoc przyjaciół może być bardziej bolesna od pomocy nieznanym, ale tylko wtedy kiedy porażka była widziana jako niedostatek własnej inteligencji, a nie jako skutek braku szczęścia. Dlatego ludzie chętniej poszukują pomocy cudzej, mają mniejsze poczucie wstydu. Trzeba podkreślić jak ważną rolę odgrywa zachowanie pomagającego podczas udzielania pomocy. Drugi czynnik decydujący o reakcji na pomoc wiąże się z zasadami sprawiedliwej wymiany społecznej. Przekonanie, iż nie będziemy w stanie odwzajemnić się dawcy, powoduje unikanie jego pomocy i bardziej negatywne reakcje na jej ofertę lub przejawy. Podobne pozytywne reakcje na pomoc nasilane są świadomością, że w przeszłości sami pomogliśmy pomagającemu. I ostatni trzeci czynnik decydujący o reakcji na pomoc to reaktancja. Jeżeli

nieproszona pomoc traktowana jest jako próba wymuszenia na nas wzajemności, a tym samym ograniczenia naszej swobody wyboru, reagujemy na nią niechęcią i pragnieniem wywikłania z takiego kontaktu.

Zdaniem dzieci z naszego przedszkola warto pomagać, zarówno tym najbliższym jak i całkiem obcym, ponieważ uszczęśliwiamy przez to inne osoby, a nam taka działalność może przynieść wiele korzyści, a nawet przyjemności. Zarówno dzieci jak i rodzice chętnie włączają się w różne akcje charytatywne. Do takich akcji w naszym przedszkolu należała Szlachetna Paczka, zbiórka słodyczy dla dzieci na Litwie, zbieranie funduszy na Wielką Orkiestrę Świątecznej Pomocy, zbiórka odzieży dla bezdomnych, karmy zwierzęcej dla Schroniska dla zwierząt oraz wiele innych. Trzeba zaznaczyć, że prócz pomocy materialnej i finansowej dzieci dają od siebie coś jeszcze, są to między innymi wykonywanie kartek okolicznościowych oraz występów artystycznych. A to wszystko po to, aby sprawić innym radość tak niewielkim nakładem pracy.

Zachowanie pomocne to działanie ukierunkowane na spowodowanie jakiejś korzyści innego człowieka, niezależnie od korzyści, jakie może mieć osoba pomagająca. Starajmy się pomagać, tak bezinteresownie, nie licząc na jakąś zapłatę, bo najpiękniejszą zapłatą jest słowo "dziękuję".

Magdalena Bartosiak
Nauczyciel wspomagający

Pomocna literatura:

1. Jerzy Karyłowski - „Psychologia poznania społecznego”.
2. Stefan Baley – „Drogi samopoznania”.
3. Bogdan Wojciszke – „Człowiek wśród ludzi”.