

POCZUCIE WARTOŚCI – KONTEKST MIĘDZYKULTUROWY

„Traktuj siebie dobrze”, „Jesteś wystarczający”, „Wierz w siebie”, „Bądź sobą”, „Akceptuj siebie”, „Kochaj siebie”, „Doceń swoją wyjątkowość”, „Zakochaj się w sobie” – to hasła z jednej ze stron internetowych dotyczących samorozwoju i terapii. Podobne przekazy są wszechobecne na internetowych grafikach, w tytułach artykułów prasowych czy w poradnikach do samorozwoju. Stanowią też podstawy oddziaływań wychowawczych w szkole i poza nią. Nawiązują do konceptu poczucia wartości i samooceny, które zgodnie z przyjętymi powszechnie przekonaniem należy kształtować, wzmacniać i rozwijać. Mechanizm podnoszenia poczucia wartości w psychologii świata Zachodu (od Zygmunta Freuda, przez Abrahama Masłowa i Carla Rogersa, po współczesnych psychologów, trenerki i coachów) jest uznawany za jedną z centralnych motywacji psychologicznych człowieka. W wielu podręcznikach czy artykułach podsumowujących dokonania psychologii przeczytamy, że to jeden z najczęściej badanych obszarów tej dziedziny i jeden z ważniejszych aspektów pracy z i nad rozwojem człowieka. W kontekście międzykulturowym trzeba sobie jednak zadać pytanie o słuszność przekonania o uniwersalności tego podejścia i przypisywania wszystkim ludziom opisywanej tendencji.

KONTEKST BADAWCZY

Choć setki badań przeprowadzonych na kontynencie europejskim i amerykańskim potwierdzają dążenie ludzi do utrzymania, a często i podwyższania poczucia własnej wartości i uznania jej za fundament natury człowieka, psychologia międzykulturowa podważa uniwersalizm tego zjawiska. Badania euro-amerykańskie w tej dziedzinie są najczęściej kontrastowane z doniesieniami z krajów azjatyckich, szczególnie Chin, Japonii czy Korei. Azjaci bowiem mają często odmienne podejście do tej kwestii niż Amerykanie. Amerykańskie podwyższanie i azjatyckie obniżanie poczucia własnej wartości na poziomie jednostkowym i grupowym są widoczne w wielu prowadzonych badaniach dotyczących kluczowych zjawisk psychologicznych. Przegląd różnych analiz z tej dziedziny świetnie pokazuje najważniejsze różnice w budowaniu lub podtrzymywaniu wysokiej samooceny.

Badania nad poczuciem własnej wartości (Boski 2009)

W krajach Azji Wschodniej i Południowo-Wschodniej poczucie własnej wartości jest niższe niż w Ameryce Północnej (najniższe w Japonii). Wyniki są zbieżne dla tożsamości indywidualnej i grupowej – statystyczny Japończyk szczególnie nisko ocenia zarówno siebie, jak i swój kraj, znacznie niżej niż Amerykanka czy Kanadyjczyk.

Badania nad przynależnością grupową (Falk, Heine, 2014)

Amerykanki i Amerykanie postrzegają grupy, do których przynależą, bardziej pozytywnie niż osoby z Azji Wschodniej. Wzorzec ten został zauważony w różnych okolicznościach i relacjach: gdy uczniowie i uczennice oceniali osoby z rodziny, matki – szkoły własnych dzieci, osoby studiujące – swoje uczelnie, osoby dorosłe – swoich partnerów i partnerki, a także gdy ludzie oceniali innych należących do tej samej grupy pod względem pochodzenia etniczno-narodowego lub płci. Amerykanie i Azjaci oceniali podobnie jedynie swoją przynależność do grupy przyjacielskiej. Przy ocenianiu innych uczniów czy osób z rodziny pojawiał się powtarzalny wzorzec – nie odnaleziono badań, które by wskazywały, że Azjatki i Azjaci wyrażali się lepiej niż mieszkańcy Zachodu na temat jakiegokolwiek grupy, do której przynależą.

Badania nad porównaniami społecznymi (Falk, Heine, 2014)

Od lat 50. XX wieku psychologia głównego nurtu (euro-amerykańska) powtarza za klasykiem Leonem Festingerem, że ludzie oceniają siebie, porównując się z innymi. Z wielu eksperymentów wiadomo, że na Zachodzie występuje tendencja do porównywania się z kimś gorzej sytuowanym i tworzenia w ten sposób korzystnego kontrastu, który pozwala kształtować pozytywny obraz siebie (tak zwane porównanie społeczne w dół). Osoby z Azji Wschodniej są z kolei bardziej skłonne porównywać się z lepszymi od siebie, by realizować ideę samodoskonalenia. Ich mocą napędową jest zatem samokrytycyzm.

Badania nad pamięcią autobiograficzną (Falk, Heine, 2014)

W badaniach amerykańskich dostrzeżono związek samooceny z pamięcią autobiograficzną. Osoby z wyższym poczuciem wartości są bardziej skłonne, często nieświadomie, do utrzymywania i rewidowania swoich wspomnień tak, by zachować pozytywny obraz siebie. Potrafią zatem wyolbrzymiać swoje osiągnięcia z przeszłości. Pozytywne wydarzenia, z których mogą być dumne, wydają się im subiektywnie bliższe w czasie niż wydarzenia wstydlive czy żenujące.

Badani z Azji Wschodniej odnotowują, że zarówno wydarzenia, z których można być dumnym, jak i te, których należy się wstydzić, są równie łatwe do zapamiętania i odbierane podobnie w perspektywie czasowej. Amerykanki mają więcej wspomnień związanych z własnymi sukcesami niż porażkami, podczas gdy w przypadku Japończyków wzorzec ten był odwrotny. Ci rzadziej niż Amerykanie wspominają, że czuli się dumni z minionych osiągnięć – uważają, że po prostu mieli szczęście i dlatego sukces im się przytrafił.

Badania nad złudzeniem własnej unikalności (Boski 2009)

Psychologowie i psycholożki świata zachodniego odkryli skłonność ludzi do widzenia się w lepszym świetle i przypisywania sobie niezwykłości. Badania poka-

zują, że wiele osób pielęgnuje też w sobie wiarę, że mają mniejsze prawdopodobieństwo doświadczenia negatywnych zdarzeń niż inni. Nazwano to złudzeniami, które pozwalają żyć, lub „odchyleniami od obiektywności” (Kofta, Szustrowa [red.] 2023). Naukowcy sprawdzili te fenomeny w porównawczych międzykulturowych badaniach. Złudzenie fałszywej unikalności występuje u znaczącej liczby studentek i studentów amerykańskich i jest nieobecne wśród młodych ludzi w Japonii. Ci ostatni wolą się postrzegać jako „typowych”, niewyróżniających się nawet cechami bardzo cenionymi we własnej kulturze, takimi jak pracowitość i umiejętność układania relacji z innymi.

KULTUROWE FUNDAMENTY KONCEPTU POCZUCIA WARTOŚCI

Euro-amerykańska potrzeba posiadania wysokiego poczucia własnej wartości, w tym poczucia sprawstwa, kontroli, osobistego wyboru i własnej inicjatywy, jest opisywana w psychologii międzykulturowej jako **JA NIEZALEŻNE**. Odrębność własnej osoby od innych postrzega się tu pozytywnie. W relacjach można liczyć na wyraz aprobaty. Ważna jest pewność siebie. Dowodów na kształtowanie takiego sposobu widzenia siebie można szukać w opisach modelu osobowego w europejskich i amerykańskich tekstach filozoficznych czy etycznych (liberalizm, oświecenie, protestantyzm).

Z zasad klasycznych tekstów Azji, takich jak *Pięcioksiąg konfucjański* czy księgi taoizmu, wynikają z kolei ideały i standardy kładące nacisk na samokrytycyzm, samodyscyplinę, doskonalenie się przez wysiłek, wytrwałość i cierpliwość, podążanie za mistrzem i innymi ważnymi osobami w społeczności. **JA WSPÓŁZALEŻNE**, charakterystyczne dla Azji Południowo-Wschodniej, opiera się na zagnieżdżeniu w relacjach – poczuciu zależności od innych ludzi. To oni są punktem porównań jako niedoścignione ideały. Celem jest utrzymanie harmonii społecznej poprzez dopasowanie się i podporządkowanie innym.

Koncepcje filozoficzne przekładają się na sposób zachowania pojedynczych osób oraz ich praktyki dnia codziennego. W amerykańskiej kulturze dąży się do sukcesu i wysłuchuje wspierających i motywujących komentarzy typu *Try your best* („Zrób, co w twojej mocy”) lub *She/he is doing her/his best* („Robi to najlepiej, jak umie”). To zwroty, które motywują i są w stanie przywrócić poczucie sukcesu oraz wysoką samoocenę w duchu koncentracji na mocnych stronach osoby.

W kulturze azjatyckiej, operującej w ramach takich podejść jak *hansei*, czyli dążenie do autorefleksji nad własnymi niedociągnięciami, człowiek ma wykazać ciągłą gotowość do poprawy. Na przykład w ramach chińskiego systemu edukacji mało prawdopodobne jest usłyszenie pochwały w amerykańskim stylu. Najbardziej typowym komentarzem do otrzymanej oceny z testu (niezależnie od jej numerycznej wartości) będzie *Hai kei* („Może być”, „Jakoś ujdzie”) oznaczające, że pozostało spore pole do poprawy.

ETNOTEORIE SOCJALIZACYJNE

Rodzice, nauczyciele i psycholożki mają wpojone etnoteorie socjalizacyjne, czyli społecznie podzielane przekonania o naturze rozwoju dzieci i ich potrzebach. Na podstawie tego, w co wierzą zarówno osoby, jak i instytucje odpowiedzialne za kształtowanie młodych ludzi, stawia się cele wychowawcze oraz dobiera strategie wychowawcze. Dorastający człowiek nasiąka przekazami płynącymi od znaczących w jego życiu dorosłych (rodziców, nauczycielek, opiekunów) oraz ze środków masowego przekazu (programów telewizyjnych, książek, narracji). Jak pokazały przytoczone wcześniej badania, potrzeby i motywacje nie są uniwersalne, a uwarunkowane kulturowo.

Praca z dziećmi i młodzieżą z różnych stron świata wymaga pogłębionej autorefleksji nad standardami i praktykami wychowawczymi. Uwaga, refleksyjność, ciekawość oraz zgoda na niejednoznaczność mogą pomóc dostrzec wpływ kultury na socjalizację. Transmisja wartości i aksjomatów jest ważnym procesem, który scala członków i członkinie jednej wspólnoty kulturowej i buduje jej ciągłość. Przekazywanie czy wręcz narzucanie własnych wzorców i przekonań osobom z innych kultur (szczególnie jeśli odbywa się nieświadomie) może ocierać się o działania przemocowe. Pracując w środowisku wielokulturowym, powinniśmy być szczególnie świadomi odpowiedzialności za kształtowanie zachowań wedle adekwatnego kulturowo modelu, z wrażliwością na elementy, które pomogą zaadaptować się w otaczającym społeczeństwie, ale też w środowisku rodzinnym i grupie pochodzenia danego dziecka czy młodego człowieka.

Umiejętność dostrzeżenia, jakie etnoteorie kierują naszymi oddziaływaniami wychowawczymi, to pierwszy krok ku skutecznym międzykulturowym działaniom. W kontekście pracy z i nad poczuciem wartości dzieci czy młodzieży może to oznaczać konieczność przeformułowania własnego przekonania, na przykład: „wszyscy ludzie dążą do potwierdzania, a nawet podwyższania swojej samooceny” na: „na Zachodzie dąży się do potwierdzania a nawet podwyższania swojej samooceny, podczas gdy ludzie wychowani w Azji dbają o harmonię, samorozwój, podporządkowanie innym, dlatego nie zawyżają samooceny, a wręcz ją obniżają”.

Pozostaje kwestią do dyskusji, czy w Polsce tendencje dotyczące patrzenia na samoocenę będą faktycznie zbieżne z tym, co zbadano w społeczeństwie amerykańskim i kanadyjskim. Czy nie nasiąkamy przekazami docierającymi do nas za pomocą tłumaczonych z języka angielskiego poradników i podręczników, wpływając w ten sposób na dotychczasowe przekonania i wartości?

Badania porównawcze dotyczące samooceny w innych częściach świata niż Stany Zjednoczone i Kanada z jednej strony, a Japonia i Chiny z drugiej nie są tak powszechnie prowadzone lub ich wyniki są w ograniczonym stopniu tłumaczone na języki powszechnie dostępne (na przykład angielski). Tym bardziej praca z migrantkami i uchodźcami wymaga czujności, pogłębionej obserwacji, sprawdzania własnych przekonań ze sposobem działania dzieci i ich rodziców. Pracując z młodymi ludźmi z różnych części świata, warto zastanowić się, czy dany sposób zachowania lub kierowane w ich stronę przekazy wychowawcze wesprą

integrację, która powinna polegać na uczeniu się wzorców kraju przybycia, ale z zachowaniem szacunku do wzorców rodzinnych przywiezionych z kraju pochodzenia i możliwością ich realizacji.

Pobyt w nowym kraju tak czy inaczej wpływa na wartości, normy i zachowania. Badania pokazują, że dla osób z Japonii studiujących w Stanach Zjednoczonych względna ważność sukcesu i niepowodzenia sytuuje się pomiędzy wynikami Japończyków i Amerykanów pozostających w swoich krajach. Wraz z adaptacją do życia w nowym kraju w kolejnych grupach pokoleniowych Japonek i Japończyków wzrasta poczucie własnej wartości, zbliżając się do wyniku osób z USA (Boski 2009). Dzieci i młodzież uczące się w polskich szkołach najprawdopodobniej też będą zmieniały podejście do życia i ważnych spraw. Istotne jest, by był to proces ewolucyjny, spokojny, oddolny, a nie narzucony siłą nieświadomości zarówno osób oddziałujących na młodych ludzi, jak i ich samych. Nabywanie nowych wartości pod wpływem presji, bez poszanowania elementów przywiezionych z kraju pochodzenia może się przyczynić do zerwania więzi rodzinnych i braku transmisji międzypokoleniowej.

ROZWIJANIE ŚWIADOMOŚCI ZRÓŻNICOWANIA ETNOTEORII

Początkiem fascynującej podróży po zróżnicowanych podejściach do życia, wartości i przekazów socjalizacyjnych może być spotkanie z ludźmi z różnych kultur, ale równie ważnym i cennym źródłem informacji będą książki i filmy. Spotkanie za pośrednictwem, poprzez bajkę czy opowieść filmową, może być nawet lepszym startem, gdyż chroni przed eksperymentowaniem na żywej materii, na konkretnym dziecku, a pozwala w bezpiecznych warunkach poznawać różnorodność świata.

Rozwój w obszarze etnoteorii można rozpocząć od przejrzania książeczek, książek, bajek, opowieści autorów i autorek z różnych krajów i poszukiwania w nich etno-przekazów (adekwatną literaturę można znaleźć jeśli nie na własnej półce z książkami, to w dobrze zaopatrzonej bibliotece). Warto wybrać pozycje napisane przez Japończyka, Chinkę, Norweżkę lub Szweda, Ukrainkę, Polaka, osobę z Wielkiej Brytanii lub Stanów Zjednoczonych. Można też porównać tę samą historię lub postać pokazaną przez autorki z innych krajów (świetnym przykładem jest opowieść o bohaterce Mulan przedstawiona w chińskich opowieściach i w amerykańskim filmie rysunkowym). Dokładne wczytanie się w takie przekazy może ukazać zarówno wątki uniwersalne, jak i charakterystyczne dla danych kultur. Czasem z łatwością dostrzeżemy różnice już na poziomie wartości, a innym razem będą one bardzo podobne, a różnice uwidoczniają się w sposobie ich realizacji, w codziennych zachowaniach.

Osoby chcące pogłębiać temat mogą zajrzeć do popularnych ostatnio i chętnie wydawanych książek o wychowywaniu dzieci w różnych krajach. Nie powinno się ich traktować jako wyroczni czy rozstrzygającego dowodu merytorycznego, ale są wystarczające jako wprowadzenie w temat. To bardzo często lekkie, humorystyczne, ale i inspirujące opowieści snute przez matki i ojców, szczególnie takich, którzy zetknęli się z różnicami w wychowywaniu dzieci i przez ten pryzmat przypa-

trują się codziennym praktykom w różnych krajach. Nie jest to wiedza naukowa, ale te opowieści, w odróżnieniu od badań, mogą przypominać rozmowę z rodzi-
cem z innego kraju, który co prawda nie jest badaczem, ekspertem z kręgów na-
ukowych, ale kieruje się pewnymi przeświadczeniami i chętnie się nimi dzieli.

Do takich tytułów należą:

- *Bojowa pieśń tygrysicy* – Amy Chua,
- *W Paryżu dzieci nie grymaszą* – Pamela Druckerman,
- *Achtung baby. Dlaczego niemieckie dzieci są tak samodzielne* – Sara Zaske,
- *Nie ma złej pogody na spacer. Tajemnica szwedzkiego wychowania dzieci*
– Linda Åkeson McGurk,
- *Najszczęśliwsze dzieci na świecie, czyli wychowanie po holendersku*
– Rina Mae Acosta, Michele Hutchison.

Dla osób szczególnie zainteresowanych, które chcą odnaleźć najbardziej rzetel-
ne dane, odpowiednim źródłem informacji będą książki napisane przez autorów
i autorki ze środowiska akademickiego. Opublikowano też na ten temat wiele ar-
tykułów w periodykach naukowych. Są one dostępne w internecie, najczęściej
w językach obcych, w dużej mierze po angielsku. Wśród pozycji opublikowanych
po polsku warto zainteresować się dwoma:

- Boski P. (2009). *Kulturowe ramy zachowań społecznych. Podręcznik psychologii międzykulturowej*, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN i Academica Wydawnictwo SWPS.
- Nisbett R.E. (2015). *Geografia myślenia. Dlaczego ludzie Wschodu i Zachodu myślą inaczej?*, Wojtych E. [tłum.], Sopot: Smak słowa.

Bibliografia

Boski P. (2009). *Kulturowe ramy zachowań społecznych. Podręcznik psychologii międzykulturowej*, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN i Academica Wydawnictwo SWPS.

Falk C.F., Heine S.J. (2014). *What Is Implicit Self-Esteem, and Does it Vary Across Cultures?*, „Personality and Social Psychology Review” nr 19(2).

Kofta M., Szustrowa T. [red.] (2023). *Złudzenia, które pozwalają żyć*, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.