

„Pomagający odślania siebie w takim stopniu, w jakim ułatwia to otwarcie się u wspomaganego”  
L.M. Brammer

## TRIADA ROGERSA

---



### KONGRUENCJA

czyli **AUTENTYCZNOŚĆ** – zgodność z samym sobą: dotyczy m.in. świadomości przeżywanych uczuć, umiejętności ich werbalizowania (lecz bez oceniania ucznia), zgodności komunikatów werbalnych i niewerbalnych.

### AKCEPTACJA

dawanie uczniowi do zrozumienia, że jest dla doradcy ważną osobą – taki, jaki jest. Bezwarunkowa akceptacja jest wskazana przy pierwszych spotkaniach, natomiast później doradca może już wyrażać swoją aprobatę lub dezaprobatę, aby wzmocnić lub zahamować pewne zachowania.

### EMPATIA

„wczuwanie się” w położenie ucznia – nie oznacza jednak wywoływania się u siebie takich samych uczuć, jakie przeżywa uczeń; empatia **służy lepszemu zrozumieniu ucznia**; doradca może mu pomagać także poprzez werbalizację przeżyć emocjonalnych, wyjaśnianie uczuć.

Opracowanie

(za: B. Wojtasik, „Podstawy poradnictwa kariery. Poradnik nauczyciela”, KOWEŻiU, W-wa 2011)

Elżbieta Swat-Padrok

