

Sedem typov empatie

Presun v evolúcii empatie od ilúzie k realite

Správa o napredovaní v empatii v 21. storočí

(Výňatok z článku uverejnenom na Medzinárodnej konferencii o empatii na Univerzite v Oxforde, ktorú organizovala Interdisciplinárna sieť v auguste 2015)

2. časť

Text: Yehuda Tagar

Preklad: Silvia K. Galatová

V predošlom článku som načal tému klasifikácie a charakteristiky 7 druhov empatie, a dnes by som ju rád dokončil. Na začiatok zopakujem, že tu máme: A) niekoľko prekrútení empatie, B) bod obratu medzi ilúziou a realitou a C) niekoľko skutočných posunov v rozvoji empatie:

- A) Iluzívna empatia: 1. Projektívna empatia, 2. Intelektuálna empatia, 3. Manipulatívna empatia
- B) Bod obratu: 4. Seba-empatia
- C) Skutočná empatia: 5. Vnímavá empatia, 6. Konceptívna empatia, 7. Empatia nových možností

Prvé štyri typy empatie som predstavil minule, a tak by som dnes chcel uzavrieť túto tému poslednými 3 typmi:

5) Vnímavá empatia – keď druhého vnímame z jeho uhla pohľadu

Vidieť, počuť a poznať iných z ich uhla pohľadu. Vnímať ich vnútornú realitu takú, aká je pre nich. Toto začína byť možné na základe nových orgánov vnímania vyvíjajúcich sa v procese seba-empatie.

Potrebujeme tri nové orgány na tri rozličné úlohy: Vid' ma! – prostredníctvom *Predstavivého vnímania*, Počuj ma! – prostredníctvom *Inšpiratívneho vnímania* a Poznaj ma!

prostredníctvom *Intuitívneho vnímania*. Toto sú tri ciele antropozofického prístupu k duchovnému rozvoju: *Predstavivosť, Inšpirácia a Intuícia*. Psychofonetika ich aplikuje vo vzdelávacom procese metodickéj empatie.

Keď sa ľudia cítia byť videní, vypočutí a pochopení, cítia nové spojenie s poslucháčom a cez neho s ľudstvom a sami so sebou. Oveľa skôr, než sa začnú meniť vonkajšie okolnosti, môže vnímavá empatia vyliečiť ľudí z izolácie od seba samých a od druhých. Vnímavá empatia uzdravuje a obnovuje ľudskú komunitu.

6) Konceptívna empatia – empatia s nenarodeným potenciálom inej ľudskej bytosti

Konceptívna empatia je ďalší prirodzený krok. Po vnímaní osoby aká skutočne je z jej uhla pohľadu, ide konceptívna empatia ešte ďalej k vnímaniu vyššieho potenciálu osoby, aby sa mohol stať realitou. Keď niekto iný dokáže uvidieť a dôverovať nášmu hlbšiemu potenciálu, pomôže nám to zaktivizovať sa a byť vedomejší sami voči sebe. Dôvera sa znovu rozožne. Moje dieťa, študent, pacient, kolega, klient či moja partnerkavidia svoj vlastný vyšší potenciál odrážať sa v očiach môjho konceptívneho vnímania. To je Konceptívna empatia.

7) Empatia k novým možnostiam – hlbšia realita. Vnímanie iného človeka z uhla pohľadu podmienok potrebných na jeho budúci rozvoj.

Empatia k novým možnostiam je vedomé vytváranie podmienok potrebných na to, aby ľudská bytosť mohla urobiť ďalší krok vo svojom osobnostnom rozvoji. Príroda to vedomé robí pre všetky svoje tvory. Rodičia a učitelia sa o to pokúšajú v záujme svojich detí a študentov. Ale to, čo je naozaj potrebné, pre konkrétneho človeka, aby mohol rásť, sa nedá tak ľahko predpovedať. Aby to bolo efektívne, musí sa to diať z uhla pohľadu toho, kto empatiu prijíma, a nie zvonka.

Aby sme mohli byť empatickí, musí dôjsť k procesu empatie k novým možnostiam, ktorá vychádza z priameho vnímania unikátnej povahy a autentickej vôle toho, komu pomáhame. To, čo placenta robí pre embryo, prírodné živly pre kvitnúcu rastlinu, a dobrý domov pre svojich obyvateľov, robí vedomá empatia v ľudskej interakcii. Poskytuje relevantný postoj, kvalitu priestoru, čas, pozornosť a srdce tak, aby ľudské bytosti mohli rásť do ďalšej úrovne svojho rozvoja

Potreba a očakávanie empatie je dnes už všeobecne zjavná, ale schopnosť ju poskytnúť výrazne zaostáva za dopytom. Význam empatie v procese humanizácie civilizácie narastá. Máme tu ilúzie o empatii, narastajúcu realitu empatie a bod obratu: seba-empatiu. Empatia je príliš dôležitá na to, aby sme ju ponechali náhode.