

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)

1. časť

Text: Yehuda Tagar

Preklad: Silvia K. Galatová

Empatia je nové slovo pre nový jav v ľudskej evolúcii. Ako som mnohokrát uviedol uviedol v predošlých článkoch o empatii, slovo pre tento jav sa používa od roku 1951. Žijeme rané obdobie budúcej kultúry empatie. Je ešte mladá a rastie v nás všetkých. No aj tak je možné ju metdicky vyučovať.

Metodická empatia je hlavná aplikácia psychofonetiky – praktického uplatnenia psychosofie Rudolfa Steinera.

Aj keď má empatia len 64 rokov, už stihla vytvoriť niekoľko druhov. Medzi nimi je niekoľko skutočných posunov, niekoľko prekrútení a aj bod obratu medzi ilúziou a realitou.

- 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

1) Projektívna empatia –naivná osobná ilúzia:

Steiner ju vo svojej **Filozofii slobody** nazýva tiež „naivný realizmus“. Je to primitívna forma normálnej ľudskej komunikácie. Vidím v tebe hocičo, čo v tebe vidím a predpokladám, že to čo vidím, si ty. Projektujem do teba, čo nevidím v sebe, na základe toho, čo vo mne vyvolávaš, alebo čo mi pripomínaš, a z toho vznikáš ty v mojich očiach. V mene empatie nevedome prejavujeme lásku, starostlivosť, vášeň, súcit, sympatiu, záväzok, ponúkame pomoc, odsudzujeme a vytvárame si obrazy domnievajúc sa, že vnímame skutočnosť.

Napríklad: Priťahujeme ma žena (alebo muž), ktorá mi pripomína niekoho, kto ma odmietol a spôsobil mi tak bolesť. Pozorujem tú osobu, som presvedčený, že viem, čo cíti a zažívam odmietnutie. Cítim, že ma tá osoba odmieta. V skutočnosti to nemá s touto osobou nič spoločné. Je to projekcia. Alebo: moje dieťa povie niečo nevinné, ale mňa to zraní. Pripomenie mi to, ako ma veľmi dávno niekto blízky urazil. Pokúšam sa pochopiť, ako to moje dieťa myslí. Verím, že empatizujem s dieťaťom. Ale jeho slová vnímam ako drzosť. V skutočnosti je to len projekcia.

Veríme, že pozorujeme osobu pred nami, hoci v skutočnosti na ňu len projektujeme našu nevedomú realitu. Dovoľíme, aby sa naše vnímanie inej osoby zafarbilo našimi dávnyimi zraneniami, túžbami, frustráciami, odporom, odmietnutím, žiarlivosťou, sympatiou, antipatiou, strachom, nádejou a a celým radom nenaplnených osobných potrieb.

Projektívna empatia vôbec nie je empatia.

2) Intelektuálna empatia – empatia ako intelektuálna ilúzia

Tiež by sme ju mohli nazvať “empatia zvonka”, čo prakticky znamená, že sa vôbec nejedná o empatiu. Pozerať sa *objektívne* na *subjekt* je ako rozprávať sa s Turkami po svahílsky. Ak pozorujeme subjekt – ľudskú bytosť, akoby bol/bola objekt, uniká nám najpodstatnejšia realita v pozorovanej osobe. Intelektuálna reflexia pozorovateľných objektov nie je relevantný mód pozorovania vnútornej, psychologickkej, kognitívnej a duchovnej podstaty ľudských bytostí. Môže sa zdať profesionálny a vedecký, koncepčne bohatý a plný sofistikovaného žargónu, ale je to ilúzia, pretože nevníma, kto tá osoba skutočne je z jej uhla pohľadu.

Príklad: Učiteľ sa trápi so žiakom, ktorý má problém s učením. Mysel učiteľa si uvedomuje obsah učiva, požadovaný štandard, relevantné psychologické a pedagogické teórie a vlastnú predošlú učiteľskú skúsenosť. Ale dieťa pred ním nie je nič z toho. Niečo sa práve teraz deje v duši dieťaťa, o čom ono veľmi nedokáže hovoriť kvôli nedostatku vnímavosti. Tu nepomôže intelektuálna reflexia vychádzajúca z vedomostí z minulosti. Je potrebná skutočná vnímavá empatia subjektívnej ľudskej bytosti.

Intelektuálna empatia nevníma individuálne formovanie významu zvnútra, ale konštruje význam skúsenosti zvonka. A tak nemôže byť ničím iným, než pokrútením reality ľudských bytostí v mene objektivity.

3) Manipulatívna empatia: empatia ako zneužitie

Manipulatívna empatia je využívačná forma čiastočnej empatie, použitej nie v záujme druhého z jeho uhla pohľadu, ale na jeho manipuláciu ku konaniu, ktoré posluží manipulátorovi. Vo veľkej miere sa využíva v reklamnom priemysle, v marketingu, politike, v rodinnej dynamike, v kontrolujúcom vzdelávaní, v obchodných vzťahoch, v masových médiách a tiež v špionáži.

Príklad: Spoločnosť súťaží na trhu s mobilnými telefónmi. Jej obrovské bilbordy zobrazujú nový prístroj vedľa polonahého zvodného tela ženy. Tvorca reklamy empatizuje s frustrovanou sexualitou ľudí, aby prostredníctvom nej vzbudil v ľuďoch túžbu po novom modeli prístroja. Alebo: Politik hrá na existenciálne neistoty jednoduchých ľudí a mobilizuje staré rasové strachy a nenávisť, aby predal svoj anti-imigračný program, vďaka ktorému vyhrá vo voľbách. Nezaujímajú ho reálne potreby ľudí. Empatizuje s ich polovedomými strachmi, aby ich využil k naplneniu vlastnej túžby po moci.

Manipulatívna empatia je nebezpečná ilúzia, pretože redukuje ľudskú bytosť na objekt, ktorý je užitočný pre manipulátora. Nevníma to najdôležitejšie vo vnútornej realite človeka: srdce a ducha.

4) Seba-empatia – bod obratu ku skutočnej empatii

Je to výzva pozrieť sa na vlastnú subjektívnu skúsenosť s odstupom. Tento odstup je potrebný na skutočnú empatiu s inými. Ale začína v našom vnútri. Ale ako môžeme objektívne pozorovať sám seba? Kde v sebe musím stáť, aby som to dokázal?

Skúsenosť nemôže pozorovať samú seba, intelekt nevidí intelekt, emócie nedokážu vidieť emócie. Ale ľudské „Ja“, individuálny duch v ľudskej duši, potencionálne dokáže pozorovať vlastnú skúsenosť, pretože „Ja“ nie je tá skúsenosť, ale jej vlastník. Nový orgán potrebný na empatiu voči iným sa vynára z krokov, ktoré sú potrebné na sebazpozorovanie: tie isté orgány, ktoré „Ja“ používa na to, aby videlo, počulo a poznalo seba, používa aj na to, aby videlo, počulo a spoznávalo iných z ich uhla pohľadu.

Na sebazpozorovanie je potrebná inteligencia, ktorá je hlbšia, než reflektívny intelekt. Vyžaduje to: uvedomovanie tela upriamené na vnemy, ktoré sa v tele vytvárajú prostredníctvom emócií, konfrontáciu vnemov duše cez telo, telesné vyjadrenie gestom a pohybom, ktoré nám umožní odkryť sa pred sebou samými, vnímavú predstavivosť a dôveru v intuíciu. Potrebujeme nájsť spôsob, ako intímne a s odstupom načúvať samým sebe a vedome pomenovať našu realitu. Zo začiatku v tom nie je dobrý nik. Nová zručnosť, ktorú sa potrebujeme naučiť, je seba-empatia. A to je zásadné, pretože metodická seba-empatia vytvára možnosti na skutočnú vnímavú emaptiu k druhým.

Ďalšie tri druhy skutočnej empatie, vďaka ktorým je možné spájať ľudí samých so sebou, s ich vyšším potenciálom, prepájať sa navzájom a znovuobnoviť ľudskú komunitu, si predstavíme v nasledujúcom článku.