

RECENZIO

SZABÓ DÓRA

**Buda Béla, *Empátia*,
Budapest, L'Harmattan Kiadó, 2012, 404 p.
A beleélés lélektana**

Az empátia mint fogalom a nyugati társadalom énközpontúvá válásával párhuzamosan beépült a köztudatba és a hétköznapi nyelvhasználatba. A popularizálódás azonban óhatatlanul is torzította, hígította a kifejezés összetett és komplex jelentését. Buda Béla *Empátia* című munkája kibogozza az empátia körül kialakult fogalmi gubancokat, különös tekintettel azokra a speciális élethelyzetekre, melyek az átlagosnál magasabb, szenzitívebb empátiás képességeket igényelnek. Az olvasó hiánypótló munkát vehet a kezébe, ugyanis a kötet számos szempont szerint, interdiszciplinárisan közelíti meg az empátia vizsgálatának tudománytörténeti fejlődését, a kommunikációban és a személyiségfejlődésben betöltött nélkülözhetetlen szerepét. Mi sem bizonyítja jobban, hogy az empátia tudományos és több oldalról való megközelítése iránt igen nagy az érdeklődés: a kötet immáron hatodik, bővített kiadását éli meg a Károli Gáspár Református Egyetem és a L'Harmattan Kiadó gondozásában.

A kötet – mely kísérletet tesz az empátia tudományos meghatározására és vizsgálatára – tizennyolc fejezetből épül fel, ezen belül pedig négy szempont köré csoportosul. Az empátia képlékeny és összetett fogalmi felépítését leképezi a kötet szerkesztése is: a fejezetek külön-külön is teljes egészet alkotnak, de egymással is kölcsönhatásban állnak. A különböző megközelítési módoknak köszönhetően egy átfogó, szinte mindenre kiterjedő munkát kap kezébe az olvasó.

A kötet első egysége az empátia fogalmi meghatározását és annak problematikuságát vázolja fel. Rövid tudománytörténeti áttekintést nyújt az empátia lélektani irányzatokban betöltött szerepéről. A második egység az empátia kommunikációs, személyiséglélektani és biológiai alapjait határozza meg. Nagy hangsúlyt fektet a nonverbális kommunikáció csatornáinak fejlődésére és az empátia jelentőségére a személyiségfejlődés különböző állomásai során. Miután az empátia tudománytörténeti és pszichobiológiai alapjai tisztázásra kerültek, a könyv harmadik része az empátia speciális felhasználási területeire fókuszál. Az emberi kapcsolatok azon színtereit vizsgálja részletesen, ahol az interperszonális kapcsolatok minősége kardinális kérdés. A különböző segítő és gyógyító hivatásokban, a pedagógiában és a vezető szerepet megkövetelő szituációkban kristálytisztává válik az empátiás képességek megkerülhetlensége és azoknak jótékony hatása. Ezen kívül az em-

pátia interdiszciplináris felhasználhatósága is szerepet kap a különböző művészeti és tömegkommunikációs formák megvilágításában. A kötet utolsó részében már pragmatikusabb szempont dominál. Kifejti az empátia vizsgálatának és mérésének különböző módjait és azok nehézségeit, hátrányait, fejleszthetőségének feltételeit, s végül az elméleti technikák gyakorlatba való átültethetőségének lehetőségét. A kötet nyelvezete tömör, lényegre törő, ugyanakkor közérthető. Kerüli a *terminus technicusok* túlzott használatát, így a témában kevésbé jártas olvasó számára is teljes mértékben befogadhatóvá válik a tartalom. Éppen ezért funkcionálhat a kötet alapvető irodalomként minden olyan szakmában, ahol az emberek személyiségének fejlesztése is a cél.

A pedagógiai munka során – mint ahogy a pszichoterápia, a szociális munka és az orvoslás területén – az átlagosnál jóval nagyobb figyelmet érdemel az empátia, hiszen az interperszonális kapcsolatok széles tartományában fejti ki pozitív hatását. A megértő odafordulás és a figyelem, melyek előrevetítik a személyiség elfogadását s az adott kapcsolati hálózatba való sikeres integrációját, jelentősen csökkentik a szorongást és az agresszivitást (75. p.). Maga az empátia alkalmazása – ha nem áll az útjában valamilyen pszichopatológias kórtörténet – gyakorlat kérdése és megfelelő módszerekkel fejleszthető. Buda Béla könyve rámutat néhány – a nyugati, „intellektualizált és verbalizált” kultúránkból adódó – az oktatás-nevelésben is megmutatkozó arányeltolódásra a kommunikációs csatornák használatának terén. Pedig a nonverbális csatornák nem csak a személyiségfejlődés korai szakaszaiban élveznek kitüntetett jelentőséget. A másik emberre való tudattalan vagy tudatos ráhangolódás, a rezonancia elsősorban a nonverbális csatornákon keresztül történik. Különösen azokban a helyzetekben jelenthet nagy segítséget a nonverbális üzenetekre való „ráhangolódás”, és azoknak megfelelő dekódolása, amikor a gyermek verbalizációs képességei fejletlenek, elmaradottak. Ekkor fordulhat a pedagógus az addig jól bevált logikai sémák helyett az empátiához (237. p.).

Buda Béla Sigmund Freuddal kapcsolatban azt írja, hogy a terápia során létrejövő „különleges kommunikációs helyzet – ha az embert mélyrehatóan megértik – egészen különleges lelki kapcsolatot enged meg, és ennek keretében a személyiség tiszta tükörben láthatja önmagát” (43. p.). A pedagógiai munka során pedig a megértés másik jelentése válik létfontosságúvá. Az empátia, a gyermek iránti megértő odafordulás lehet a kulcs a nevelés-oktatás sikerességéhez. A másik individuumnak megelégedett feltétlen bizalom, az én-határok óvatos és ideiglenes átlépése talán képes olyan interperszonális dinamikát kialakítani az osztályteremben (és később azon túl is), mely egy kevésbé szorongó és agresszív társadalom miniatürizált változatává léphet elő.