

Könyvajánló

Dr. Buda Béla:

Empátia

A beleélés lélektana

Az empátia az embernek az az adottsága, amely révén egy másik ember szempontjait felfogni és megérteni képes – beleérző képességet jelent.

Buda Béla az 1978. évi első kiadásban idézi Adlert, aki szerint az empátia a másik ember szemével látás, a másik ember fülével hallás és a másik ember szívvel érzés képessége. Kevésbé költőien: a metakommunikáció felfogásának és értelmezésének képessége.

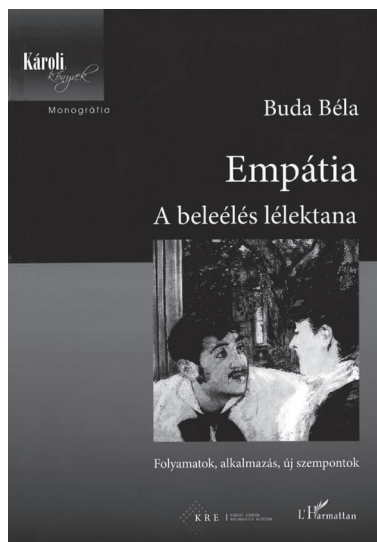
A nyugati hagyomány emberképe zárt belső érzelmi és gondolati világot jelenít meg, amely csak a beszéd révén nyílik meg a másik számára. Az utóbbi kb. fél évszázadban viszont mind több adat bizonyítja, hogy az ember nagyon is nyitott lény: tekintetén, mimikáján, gesztusain át nagyon sok nemverbális csatorna is összekapcsolja emberi környezetével, beszéde, a szavakon túl, sok lelki tartalmat rejt és közvetít, és az ember minden vonása, sajátossága, mint például külseje, öltözképe, tárgyainak rendszere, stb. voltaképpen kommunikációt is hordoz. Mindezt képesek vagyunk egymásban megérteni és értelmezni, ha figyelmet fordítunk rá. Ilyen módon képesek vagyunk beleélni magunkat a másik lelki helyzetébe, át tudjuk venni annak érzelmeit, rezonálunk a másik szándékaira, rekonstruáljuk a perspektívát, ahogyan ő a világot látja, gondolkodik. A beleélő megértést a civilizáció háttérbe

szorította, de a másikra hangolódás újra tanulható, gyakorolható és fejleszthető. Erről szól ez a könyv.

Az empátia megismerésének tudománytörténete, a beleélés lélektani és kommunikációs összetevői, a korszerű tudományos eredmények a beleélés folyamatairól, és mindenekelőtt a fejlesztés lehetőségei, valamint a sokféle alkalmazási terület, ahol az empátia segít, hatékonyabbá tesz bennünket, humanizál, hiszen egymáshoz közelebb hoz, egymáshoz köt és egymás iránt pozitív érzelmeket vált ki.

A könyvnek ez a hatodik átdolgozott és kibővített kiadása, amely a Károli Könyvek Monográfia sorozata hatodik köteteként jelent meg a L'Harmattan Kiadó gondozásában. Az átfogó munka e kiadása is lépést tart a tudományos fejlődéssel, ugyanakkor igyekezett megőrizni az érthetőséget a művelt olvasó számára. A szerző, Buda Béla professzor úr az NCSSZI munkáját is segíti, alapvető kötetét mindenkinek melegen ajánljuk figyelmébe.

Farkas Péter
szociológus



Major Zsolt Balázs – Mészáros Katalin – Tatárné Kapus Éva:

Az eltéphetetlen gyökér

Gyakorlati kapaszkodók elveszőfélben lévő családok segítőinek

Atisztelt olvasó különleges könyvet vehet most a kezébe! Legjobb tudomásom szerint ilyen szakmunka még nem jelent meg nálunk, de a világnyelvek család-gondozási és szociális-munka-irodalmában sem találkoztam még ilyennel.

A szerzőknek sajátos szintézist sikerült megalkotniuk. A gyermek és a család viselkedési, lelki, szociális problémáira vonatkozó magyar nyelvű szakirodalmat (benne kiemelten Vekerdy Tamás, Ranschburg Jenő és Popper Péter írásait)

megfelelően feldolgozták, igen kiterjedt saját gondozói tapasztalataikat jól rendszerezték. Problémák élő példáit mutatják be szemléletesen, szinte szépirodalmi, dramaturgiai elevenséggel, majd szerényen, józanul tájékoztatnak a bevált gyakorlatról, amelynek segítségével az ábrázolt bajokat könnyebbé lehet tenni a kliensek és környezetük számára, vagy éppen meg lehet őket oldani.

Nem tankönyvről van szó, nemcsak módszertanról, hanem egyfajta hitvallásról a szövegben. Arról, hogy a gyerekek és a családok gondjaiban és működési zavaraiiban mindig jelen van a vérségi kapcsolat, a szülő-gyermek viszony eltéphetetlen köteléke, az elszakíthatatlan gyökér, amelyre mindig tekintettel kell lenni a gondozói, segítői munkában, és amelyet erősíteni, korrigálni, rekonstruálni kell.

Ez a kapcsolat rejtett erőforrás lehet. Ennek követése és ápolása egyfajta Ariadne fonala a gyakorlati munkában.

A könyv műfajt teremt abban az értelemben, hogy nem az elméletet illusztrálja a gyakorlattal, hanem a mindennapi gyakorlatból indul ki, és a hétköznapiakban használható módszereket illusztrálja a legszükségesebb mértékű, könnyen értelmezhető elmélettel.

A szintézisben sajátos érték a szerzők elkötelezett szerénysége. A legsúlyosabb emberi bajokhoz, a szegénységben élő, öngondoskodásukat feladó vagy éppen sérült személyiségű, akár értelmileg akadályozott emberek iránti tisztelet, az odafigyelés, a szakmai hit, a megfelelő kommunikáció és sok más hasonló, áldozatos és önfeladó készség és képesség a segítség eszköze. A jelenlét, a meghallgatás, a kitartás, amelyekre támaszkodnunk kell a segítő törekvésben. A másik ember elemi lélektani szükségleteinek nyújtása hozza a változásokat, hiszen, mint a szerzők szellemesen írják, csupa olyan emberről van szó, akinek élethelyzetében lehetetlen a változtatás, és mégis csak bizonyos változás hozhat pótlólagos fejlődést, felépülést, megkapaszkodást a sokféle lejtőn, amelyek a bajban lévőket mindig körülveszik.

Joggal hangsúlyozzák a könyv írói, hogy egyszerű, hétköznapi pszichológiát képviselnek. A segítség sokféle szempontjából és eszközéből a legegyszerűbbet választják ki és ajánlják a segítőknél. Mert az használni, ha a segítő emberi, odaforduló, szeretettel közelít, ha hiteles és pozitív szemléletű. Nagyon jó gondolat a könyvben a

keretfüggetlenség, a képesség a szokott sémáktól való elszakadásra, az emberi jelenségek többszemponútú értelése és kezelése.

Biztos vagyok benne, hogy minden olvasó átéli a családok, gyerekek, szülők, hivatlanok történeteit, így a sok – általánosságban tipikus, de az eleven bemutatásban egyedi és izgalmas – „esettel” élő kapcsolatba kerülhetünk, és egyrészt az egyszerű, de tanulságos és szellemes bevált gyakorlatok magával ragadó módon lekötik a figyelmünket, másrészt lelkesedéssel és meghatottsággal töltenek el. A könyv üzenete: nemcsak kell, de lehet is tenni a kliensekért és családi környezetükért. A segítő a saját élményvilágának reflexív kontrolljával rá tudja nevelni magát, hogy Orfeusként leszálljon az elveszőfélben lévő családok, az összezavart, szenvedő és alkalmazkodni nem tudó emberek világába, és a sokféle sötétségből, szövevényből ki tudja vezetni őket. Szolgálat, emberséggel, gyakorlati szaktudással, feldolgozott tapasztalattal...

Buda Béla

