

# EMPATIJA in ALTRUIZEM



***Izdelal:***  
***Mentorica:***  
***Predmet: Etika in komunikacija***

# Kaj je empatija?

- Je psihološka sposobnost zaznavanja čustev druge osebe, brez da bi s tem podal tudi svoja čustva.
- Empatija je združljiva s teorijo uma.
- Lahko bi se opisala kot čustvena verzija telepatije.
- Pogosto je opisana kot sposobnost poistovetenja z drugo osebo, pri čemer lahko empat predvidi čustva ali misli te osebe.
- Empatija se lahko opiše tudi kot čustvena resonanca.
- Ne smemo je zamenjati s simpatijo, telepatijo in branjem misli.

# Prednosti in slabosti empatije

- Empatija ima tako prednosti kot slabosti.
- Ena od prednosti je lahko dober instinkt in ostra sposobnost komunikacije. Nekateri empati lahko celo razvijejo sposobnost, ki jim omogoča zaznavanje osebnih skritih čustev.
- Slabosti nastopijo če empat ni sposoben ustaviti svojega >>branja<< in je tako vselej pod vplivom občutkov ljudi okoli sebe, še posebej v množicah, kar pri nekaterih povzroči pojav agorafobije (strah pred odprtim prostorom) in strah pred množico.
- Nekateri empati komunicirajo z drugimi ljudmi preko empatije in se v skladu s svojimi zaznavanji tudi obnašajo.

# Občutljivost empatov

- Občutljivost empatov je zelo različna.
- Vsak človek naj bi imel nekaj sposobnosti empatije, vendar so nekateri empati tako občutljivi, da lahko občutijo tudi psihično in fizično bolečino ljudi okoli sebe.
- To lahko povzroči začasno ali stalno klinično depresijo ter vodi v pojav, imenovan weltschmerz (bolečina sveta).
- Čeprav ima empatija podlago na znanstvenem raziskovanju, nekateri znanstveniki menijo, da je le fikcija in da empatija v tako močnih oblikah ni mogoča.



# Empatija v zdravstvu

- Zdravstveni delavec jemlje bolnika kot celovito bitje in izvaja ustrezne postopke za izboljšanje njegove telesne in duhovne integritete. To lahko stori le če bolnika jemlje kot celovito bitje, to pa spet lahko doseže če ga čuti - npr. če >>vidi<< auro, če >>vidi<< energetsko stanje stanje njegovih organov ali sistemov. Do teh višjih zaznav pride le z delom na sebi in razvijanjem empatije.
- Empatija je sposobnost vživljanja v različna stanja teles: emocionalna, fizična, energetska in duhovna.

- Prav empatija in celovit pristop k oskrbovancu sta osnovni razliki med negovalci in zdravniki.
- Zdravniki se s pacientom ukvarjajo predvsem na ravni odpravljanja bolezni, na ravni telesa - na fizičnem nivoju, negovalci pa delujejo predvsem na duhovnem, čustvenem in čutnem nivoju.
- Zdravilstvo in zdravstvo se med seboj deloma dopolnjujeta, deloma pa sta v konkurenčnem razmerju. Prav na ta način se drug od drugega uči.





- Zdravstvo spoznava pomen empatičnosti in celovitejše obravnave pacienta ter nujnosti spodbujanja samozdravilnih procesov v pacientu samem (torej morajo pacientu svetovati in ga spodbujati za jemanje zdravil, če je bolan in kako naj si sam pomaga (tukaj je primer alternativne medicine)).
- Zdravilstvo spoznava prednosti sistematičnejšega in boljšega poenotenja znotraj dokaj raznovrstne zdravilske dejavnosti.
- Zdravniki morajo spoznati, da je osnovno orodje delovanja vsakega zdravilca empatski odnos z bolnikom, kar velikokrat ti zanemarjajo. Empatski odnos ni osnovno orodje, ampak način dela. Osnovno orodje je energijski vpogled oz. občutenje bolnika.

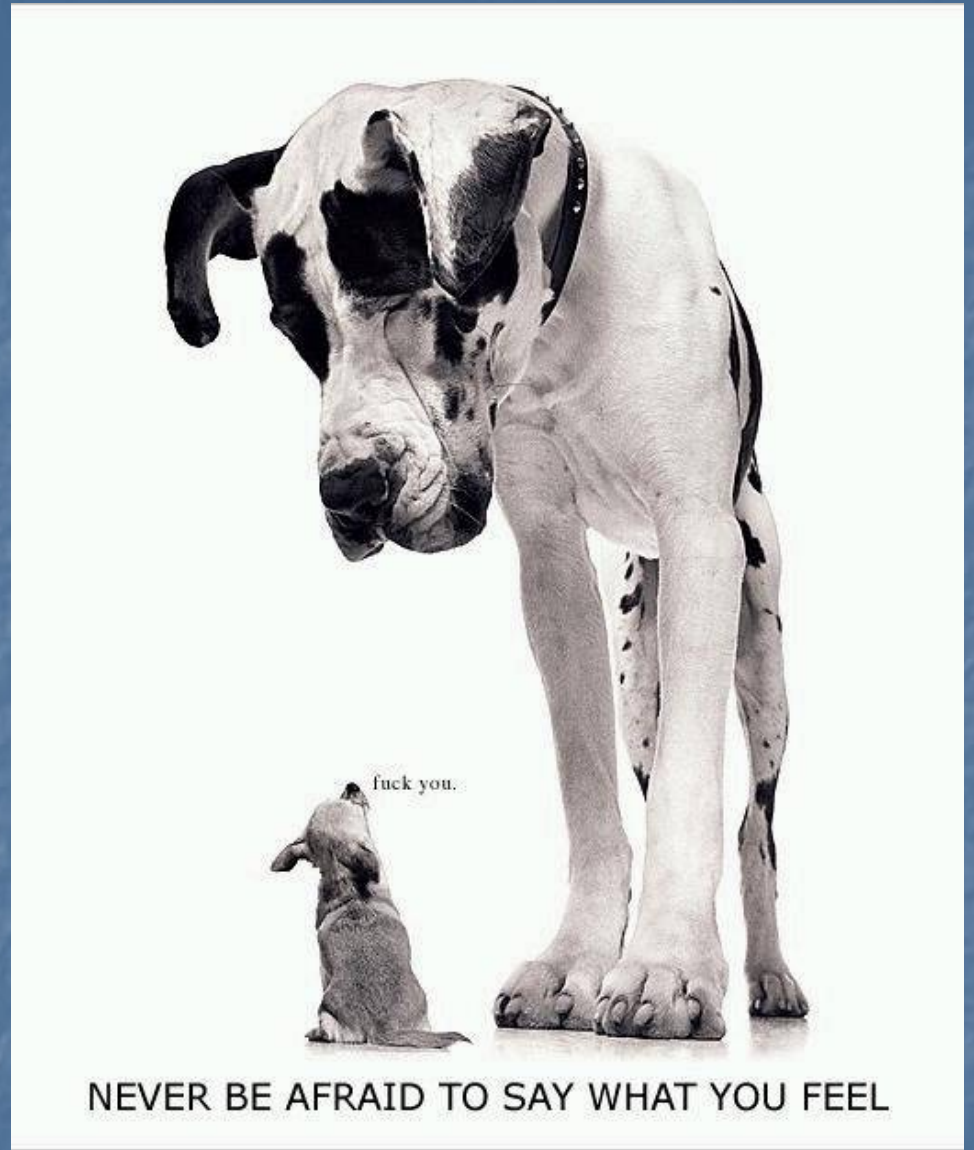


# Negativno in pozitivno zdravilstvo

- V zdravilstvu je prav tako kot drugod del tako imenovanih zanesenjakov, ki pa delujejo parcialno - ne celostno in spravljajo oskrbovanca v takšne ali drugačne odvisnosti. Takšnim delavcem je vseeno za kaj oskrbovanec boleha in niso sposobni vzpostaviti empatije, da bi se prepričali in pravilno ravnali. Ti ne bodo prav dolgo delovali v zdravstvu, nekaterim izmed njih pa je pomemben samo denar.
- Dejanski kompetentni zdravniki pa imajo izjemno razvite osebne, moralne etične vrednote. Zato vzpostavljajo ravnovesja tako v oskrbovani osebi kot z naravnim in socialnim okoljem v katerem ta oseba živi.

## ■ NEUSPEŠNO ZDRAVLJENJE RAKA

Bolnik se je zaradi nemoči zdravnikov odpravil po pomoč zdravilcu. Ta mu je predpisal zahtevano dieto. Metoda je nekaj mesecev kasneje pokazala navidezno izboljšanje, nato pa se je stanje še poslabšalo, zato ga je zdravilec poslal nazaj k zdravnikom. V parih dneh nato je pacient umrl in to samo zaradi malomarnosti zdravnikov, ker njihova dolžnost je da zdravijo, zdravilci pa negujejo, svetujejo in so z bolnikom ob težkih časih zaradi določene bolezni.







# Kaj je altruizem?

- Altruizem (lat. *alter* - drugi) v najširšem smislu obsega psihično dispozicijo oziroma pripravljenost žrtvovati se za druge, specifična dobrodelna (altruistična) dejanja ali normo, etično vrednoto, ki določa, da se je potrebno žrtvovati za druge.
- V OŽJEM SMISLU ALTRUIZEM POMENI: etično usmeritev (njeno načelo je težiti k sreči, dobremu, dobrobitju drugih, če tudi na račun lastne sreče ali življenja).
- Nasprotnika altruizma sta egoizem (sebičnost) in individualizem (obravnavava vsakega posameznika v nasprotju z družbeno skupino).
- Altruizem kot teorija (zastopa stališče o praobčutenju, ki izhaja iz občutka povezanosti, pripadnosti človeštvu, prijateljstva, tovarištva, ljubezni, poroke, solidarnosti itd.). Altruizem je subjektiven in spontan.



# Razlike med altruistom in egoistom

- ALTRUIST - Popolnoma nesebičen človek, ki dela vse v korist drugih. Kar pomeni, da tlači svoja čustva, svoje želje v korist drugih. Sčasoma, po vsem mogočem odpovedanju, se bo začel počutiti kot žrtev. Mogoče bo celo rahlo mazohistično užival v tem, vsekakor pa ne moremo govoriti o zadovoljnem človeku. Bolj se bo žrtvoval za druge, bolj zagrenjen bo postajal, kar bo privedlo do pogosto neprijaznega in osornega vedenja do ljudi okoli njega (razen mogoče tistih, ki jim nudi pomoč). Jasno je, da ljudje takšnih oseb ne marajo in jih zavračajo, kar pripelje še do hujše zagrenjenosti, ki se kaže v še bolj osornem vedenju. Tako je krog hitro sklenjen.
- EGOIST - Popolnoma sebično bitje, ki dela vse v svojo korist. Je človek, ki se ima rad. Je središče svojega sveta in to pričakuje tudi od drugih, torej da so središča svojega sveta. Tak človek živi za to, da je najboljši, da ga imajo vsi radi in mu dajo zaslužen priznanje. Neskromnost ne čuti kot pomanjkljivost temveč kot dobrodošlo lastnost, ki mu jasno kaže podobo sveta. Egoist zmeraj dobi tisto kar hoče, zaradi tega je zmeraj še bolj in bolj prijazen in ljubeč. Zato je



# Altruizem v zdravstvu

- Lama Shenphen je izpostavil temeljni pomen motivacije in sočutja pri delu z bolniki. Prav altruistična motivacija je tista, ki lahko zdravstvenemu delavcu pomaga v včasih zelo zahtevnih razmerah ohraniti pozitivno naravnost tako do dela kot do pacienta. Obenem pa se mora zavedati, da je temelj njegovega odnosa z okoljem njegova lastna notranja naravnost. Obvladovanje lastnega stresa, recimo z meditacijo, učinkovito metodo, ki ni namenjena le budistom, je v pomoč tako zdravstvenemu delavcu kot pacientu.
- V zdravstvu je primer lahko tudi darovanje in presaditev organov (transplantacija), saj se človek s tem žrtvuje, ko odda svoj organ človeku, ki ga nujno potrebuje. Takšen človek je tipičen altruist. V tem primeru bi lahko altruizem poimenovali tudi dobrodelnost. S tem marsikateremu rešimo življenje. Lahko daruje umrl človek, ali pa živ. Živ človek daruje lahko kostni mozeg, kri, itd...

# Viri in literatura

- Internet
- Revija MojeDelo
- Knjiga Empatija in moralni razvoj  
(Martin L. Hoffman)