

Empatiya sözü qədim yunan mənşəli “empathia” sözündən meydana gəlmişdir. Bu söz bir insanın özünü qarşıdakı əşyanın içində hiss etməsi və bu sayədə onu assimilyasiya edərək anlaması mənasına gəlir...

Ümumi mənada empatiya qarşı tərəfin nə düşündüyünü anlamağa çalışaraq əqli bir səy göstərmə, qarşı tərəfin hiss etdiyi kimi hiss etməyə çalışmaq, həmçinin bu mənə və hiss etmə söyləri sayəsində ortaya çıxan empatik məfhumun qarşı tərəfə çatdırılması kimi xarakterizə olunur.

Həkim, müəllim və psixoloq kimi bezi peşələrdə empatiyadan istifadə edilməsi insanların vəzifələrini yerinə yetirməsində, əməkdaşlıq və etimadın yaradılmasında, qarşıdakı insanın doğru anlaşılmasında və ünsiyyətin düzgün qurulmasında təsirli olur.

Bənzər bir ifadə olan simpatiya isə qədim yunanca “sympathia” (birlikdə hiss etmək) sözündən gəlməkdədir. İngilis dilində də “sympathy” termini: çətin vəziyyətdəki biri ilə birlikdə əzab çəkmək və ona təəssüf etmək mənasına gəlir. Bir yemək əsnasında yanında oturan adamın üstünə yaxınınız yemək tökərsə (dağıdarsa), bu halda onun utandığını fərq etsəniz, bu empatiyadır. Lakin o başqasının üstünə yemək dağıtdığı üçün siz də utansanız, o zaman bu simpatiyadan qaynaqlanan hissidir. Empatiya, demək olar ki, hər zaman yaxşıdır, amma simpatiyanın bəzən pis nəticələri də ola bilər. Simpatiya vəziyyətində insan obyektivliyini itirə və dünyagörüşü darala bilər. Halbuki problemləri bir bütün olaraq geniş bir baxışla görmək və obyektiv olaraq dəyərləndirmək lazımdır.

Simpatiya quraraq, xəstəlikdən əziyyət çəkən uşaqları öz övladı kimi hiss edən bir həkim müalicəsini həyata keçirməkdə çətinlik çəkə bilər. Bunun əvəzinə, həmin həkimin, uşaqların nələr hiss etdiklərini anlayıb buna uyğun əlaqə və yanaşma tərzi seçə bilməsi daha doğru bir hərəkətdir.

Hər hansı bir quruma idarəçilik edən bir idarəçinin empatiya qabiliyyətinə malik olması doğru qərarlar verməsi baxımından son dərəcə əhəmiyyətlidir. Empatiya bəsləyən adamın dinləyicinin durumunu dərk etməsinin əsas qayəsi onu düzgün başa düşmək olmaqla bərabər, həm də onun duyğularına bənzər hissləri özündə də yaradaraq, psixoloji vəziyyətinə dair dəyərləndirmələr aparıb qarşısındakının yaxşı hisslərə bürünməsinə və pis vəziyyətdən çıxmasını təmin etməkdir.

Empatiya, anlaşılma ehtiyacı olan insana fayda verdiyi kimi, empatiya quran insan üçün də çox faydalıdır. Empatiya quran insan ətrafındakı insanlarla gözəl ünsiyyət qurmağın sevincini hiss edərkən, empatiya bəslənən insan da başa düşülmüş olmağın xoşbəxtliyini yaşadığı üçün bu anlayışın həm insanın özünə, həm də qarşısındakına müsbət faydaları danılmazdır. Aparılan tədqiqatlarda empatiyanın özünü tanıma və tanıtma, sosial həssaslıq və ictimailəşmə ilə müsbət əlaqəsi olduğu qədər, depressiya, uşaq istismarı, etinasızlıq və təcavüzkarlıq arasında da neqativ münasibəti olduğu ortaya çıxmışdır.

Mövzu ilə əlaqəli olaraq peyğəmbərlərin həyatlarını və sözlərini oxumaq insanların ibrət götürməsi üçün çox faydalıdır. Çünki müasir insanların düşdüyü vəziyyətlər peyğəmbərlərin zamanındakılara çox bənzəyir.

Bununla bağlı önəmli örnəkləri Həzrət Peyğəmbərin (s.ə.s) həyatında görmək mümkündür:

Səhabələrdən Muaz (r.a) bir gecə öz qövmünə gedərək onlara imam olmuşdu. Namazda Bəqərə surəsini oxumağa başladı. Bu əsnada bir adam salam verərək namazdan ayrıldı. Sonra namazını tək qıldı və çıxıb getdi. Həmin adam səhərisi gün Həzrət Peyğəmbərə (s.ə.s) gələrək, gündüz çox işlədikləri üçün yorulduqlarını, amma Muazın namazda (uzun olan) Bəqərə surəsini oxuduğunu dedi. Bu vəziyyətdən narahat olan Həzrət Peyğəmbər (s.ə.s) Muaza: *“Sən fitnə mi çıxartmaq istəyirsən?! Leyl və qəla (qısa olan) surələri oxusaydın, daha məqsədlə uyğun olardı*, - dedi. -

Sizdə biriniz camaata imam olarsa, namazı yüngül qıldırırsın. Çünki içində ifadələr qoca olanları vardır. Öz-özünü namaz qıldığında isə istədiyi qədər uzatsın”

. (Müslim, Salat 178 (465);

Həzrət Peyğəmbər (s.ə.s) başqa bir hədisində: *“Mən (bədən) namaza, uzun qılmaq niyyəti ilə başlayıram. Amma bir uşağın ağlama səsinə eşidəndə anasının ona qarşı göstərdiyi şübhəni qayğısından dolayı namazı yüngül qıldırıram”*

- buyurmuşdur.

Yuxarıdakı hədislərdə Hz. Peyğəmbərin (s.ə.s) ibadətlərdə belə empatiya hissələrinin tərki olunmayacağına gərəkliliyini vurğuladığını görürük.

Yazan redaktor
15.03.19 07:20 -

Bir nəfər Peyğəmbərlə söhbət əsnasında qorxusundan titrəməyə başlayır. Bunu gören Həzrət Peyğəmbər (s.ə.s) o adama: *“Qorxma, mən kral deyiləm. Hətə qıq tən, mən, duzlanıb günəşdə qurudulmuş t yeyən bir qadının oğluyam”*, - deyir və bu ifadələri ilə özünün də hamı kimi bir insan olduğu mesajını verərək onu sakitləşdirməyə çalışır. (İbn Macə, Ətimə 30)

Peyğəmbər (s.ə.s) cəmiyyətin ictimai əlaqələrini qurarkən insanın psixoloji, bioloji, zehni və intellektual vəziyyətini nəzərə alardı. Səmimi davranışı nümayiş etdirmənin ən yaxşı nümunələrini, bir insanı doğru şəkildə anlamağın metodlarını Peyğəmbərin (s.ə.s) həyatında görmək mümkündür.