

**HRVATSKI CENTAR ZA LOGOTERAPIJU I EGZISTENCIJALNU
ANALIZU**

Empatija kao temelj logoterapijskog susreta

Mentori: Ana Zukan

Ivana Gaurina Krtalić

Edukantica: Danijela Bavrka

UVOD

Empatija predstavlja jedan od temeljnih pojmova u psihologiji, psihoterapiji i međuljudskim odnosima općenito. Kao sposobnost razumijevanja, suosjećanja i uživljanja u emocionalna stanja druge osobe, empatija omogućuje stvaranje kvalitetnih odnosa, razvoj povjerenja te pružanje emocionalne i psihološke podrške. Tijekom povijesti različiti autori i psihoterapijski pravci pridavali su empatiji posebno značenje, naglašavajući njezinu važnost u procesu ljudskog razvoja, komunikacije i liječenja psihičkih teškoća.

Od psihoanalitičkog pristupa Sigmund Freud, preko humanističke psihologije Carl Rogers pa sve do self-psihologije Heinz Kohut, empatija se razvijala kao važan terapijski alat i ključ razumijevanja čovjekove unutarnje stvarnosti. Suvremena neuroznanstvena, sociološka i psihološka istraživanja dodatno potvrđuju kako empatija ima značajnu ulogu u emocionalnom razvoju, socijalnom funkcioniranju i mentalnom zdravlju pojedinca.

U kontekstu logoterapije empatija dobiva još dublje značenje jer ne podrazumijeva samo emocionalno razumijevanje drugoga, nego i prepoznavanje čovjeka kao slobodnog, odgovornog i duhovnog bića koje neprestano traži smisao života. Empatijski odnos omogućuje osobi da se osjeti prihvaćenom i dostojanstvenom čak i u trenucima patnje, gubitka ili egzistencijalne krize.

Cilj ovoga rada jest prikazati razvoj pojma empatije, različita teorijska određenja i važnost empatije u psihoterapiji i psihopatologiji, s posebnim naglaskom na logoterapijski pogled na empatiju kao autentičan susret čovjeka s čovjekom u procesu traženja smisla, razumijevanja i unutarnjeg iscjeljenja.

1. Empatija

1.1. Povijest primjene pojma empatija

Sam Sigmund Freud u svom radu upotrebljava pojam empatije, *Einfühlung* (empatija, uživljavanje, suosjećanje), te različito značenje pojmu empatije pridaje u psihoanalitičkom procesu. Naglašava kako je empatičko slušanje od samog početka liječenja preduvjet za razvoj privrženog odnosa između klijenta i terapeuta. Empatiju stavlja kao glavni čimbenik u dva smjera: empatija kao mogućnost staviti se u položaj drugoga, mogućnost shvaćanja mentalnih stanja i reakcija klijenta sličnih terapeutovom te kako je empatija čimbenik koji omogućuje liječenje.¹

Rogers u konceptu svoje terapije koristi termin empatija kako bi opisao razvoj terapeuta interesa i receptivnosti prema klijentu i postizanju neprosuđujućeg razumijevanja. Prema Rogersu empatija je ključna za stvaranje terapijskog odnosa utemeljenog na prihvatanju, razumijevanju i podršci. Kroz empatiju terapeut može pomoći klijentu da se osjeća prihvaćeno, razumijevano i podržano, te se potiče proces samoprihvatanja, rasta i promjene. Naglašava kako bi terapeut svojom empatijom mogao postati i sama osoba (klijent), ali bez gubitka vlastite svijesti o sebi. Mogli bi govoriti metaforički, da se terapeut stavi u cipele klijenta, kako bi svijet razumio iz njegove perspektive, i doživi svijet kroz klijentove oči.²

Kohut začetnik self-psihologije empatiju definira kao indirektnu introspekciju. Mogli bi reći kako terapeut klijentu može pružiti „emocionalno ogledalo“, odnosno sposobnost refleksije pacijentovih osjećaja, potreba i iskustava. Prema Kohutu empatija nije samo razumijevanje i suosjećanje s pacijentom, već i aktivno sudjelovanje u njihovim iskustvima kako bi im se pružila emocionalna podrška i pomoć u razvoju zdravog self-a. Empatična interakcija terapeuta može pomoći pacijentu u izgradnji osjećaja sigurnosti, samopoštovanja i emocionalne stabilnosti. Kohut smatra kako su introspekcija i empatija alati pomoću kojih ostvarujemo analitički proces.

¹ Usp. Z. PISAK, *Empatija*, u: D. KOZARIĆ-KOVAČEVIĆ, T. FRANČIŠKOVIĆ (ur.): *Psihoterapijski pravci*, Zagreb, 2014., 141.

² Usp. Z. PISAK, *Empatija*, u: D. KOZARIĆ-KOVAČEVIĆ, T. FRANČIŠKOVIĆ (ur.): *Psihoterapijski pravci*, Zagreb, 2014., 141-142.

Psihoanalizu drži jedinom znanstvenom psihologijom, jer je uklopljena u dvije komponente, komponenta proučavanja unutarnjeg svijeta individue koristeći introspekciju i empatiju.³

1.2. Definicija empatije

Empatiju se definira na nekoliko načina, ovisno o kontekstu, ali općenito, to je sposobnost razumijevanja i suosjećanja s osjećajima, perspektivama i situacijama drugih ljudi.

Rogers empatiju definira kao sposobnost participiranja u unutarnjem referentnom okviru druge osobe, a Kohut empatiju definira kao indirektnu introspekciju, uviđanje osjećanja drugoga koje proizlazi iz naše sposobnosti uvida u približno slično iskustvo. Empatija je općeljudska sposobnost koja osobi omogućuje uočiti raspoloženje i osjećaje druge osobe, te tako olakšava zajednički život. Empatija je uživljavanje u ulogu drugoga, stoga je pojam empatije fenomen koje istražuju psiholozi, sociolozi, filozofi, neuroznanstvenici.

Za Greensona empatija je parcijalna identifikacija. Empatizirati znači iskusiti osjećaje i doživljaje drugoga, no postoji i opasnost inhibirane empatije, i s druge strane opasnost gubitka kontrole nad empatijom. Roy Schaher empatiju definira kao unutarnje iskustvo razumijevanja i doživljaja unutarnjeg svijeta druge osobe.

Stephanie Preston i Frans B.M. de Wall empatiju definiraju spram emocionalnog i kognitivnog konteksta. Emocionalna se odnosi kada je subjektovo emocionalno stanje rezultat percepcije stanja objekta, ali uz mogućnost zadržanja distinkcije između selfa i objekta, a prisutna je mogućnost pomoći drugom. Kognitivna empatija podrazumijeva sposobnost predočenja stanja drugoga od početka do kraja procesa, postoji razlikovanje selfa i drugoga, ali može i ne mora završiti pružanjem pomoći drugome.⁴

Morris Eagle i David Wolitzky empatiju definiraju na osnovi upotrebe termina empatija:

1. Genski određena empatija – genski određena sposobnost razumijevanja drugih.
2. Empatija kao metoda opservacije i prikupljanja podataka – zapažanja zasnovana na introspekciji i indirektnoj introspekciji - empatiji.
3. Empatija kao način slušanja – empatično slušanje omogućuje fokusiranje na osobu i njen subjektivni doživljajni realitet.

³ Usp. Z. PISAK, *Empatija*, u: D. KOZARIĆ-KOVAČEVIĆ, T. FRANČIŠKOVIĆ (ur.): *Psihoterapijski pravci*, Zagreb, 2014., 142.

⁴ Usp. Z. PISAK, *Empatija*, u: D. KOZARIĆ-KOVAČEVIĆ, T. FRANČIŠKOVIĆ (ur.): *Psihoterapijski pravci*, Zagreb, 2014., 143.

4. Empatija kao razvojna potreba – empatičko zrcaljenje može dovesti do kohezivnog razvoja selfa, no i oni traumatski neuspjesi empatičkog zrcaljenja mogu rezultirati nastankom self-defekata i poremećaja self-a.
5. Empatija i komunikacija – empatično komuniciranje, temelj dobre psihoanalize.
6. Empatija kao terapijski čimbenik – empatija nužan čimbenik uspješne psihoterapije.⁵

Uz sve predočene definicije o empatiji, dobro je naglasiti kako empatija i simpatija nisu istovjetne. Razumjeti misli, osjećaje i stajališta druge osobe moguće je bez osjećaja simpatije za tu osobu. Vrijedi i obrnuto, osjećati simpatiju za drugu osobu moguće je bez dubljeg razumijevanja njezinog subjektivnog realnog stanja.

1.3. Empatija i psihopatologija

Ako tijekom razvoja izostane pružanje roditeljske empatije dolazi do nepotpunog razvoja intrapsihičkih struktura koje reguliraju samopouzdanje i umiruju self. Stoga, empatija ima važnu ulogu u razumijevanju i tretmanu psihopatologije, posebice kada govorimo o kontekstu poremećaja ličnosti, antisocijalnom poremećaju ličnosti i drugih mentalnih poremećaja kao što je depresija, anksioznost i PTSD.

1. Antisocijalni poremećaj ličnosti – empatija je često smanjena kod osoba s antisocijalnim poremećajem ličnosti. Nedostatak empatije može doprinijeti njihovoj nesposobnosti da prepoznaju ili razumiju osjećaje i potrebe drugih ljudi te da adekvatno reagiraju na njihove potrebe. To uglavnom, rezultira neodgovornim, manipulativnim ili agresivnim ponašanjem prema drugima.⁶
2. Depresija i anksioznost – empatija može biti oslabljena kod osoba koje pate od depresije i anksioznih poremećaja, i može varirati ovisno od individualnih karakteristika osobe. Nedostatak empatije može otežati povezivanje s drugima i traženje podrške, što može pogoršati simptome depresije i anksioznosti.⁷
3. PTSP – osobe s PTSP-om mogu imati poteškoće u empatiji zbog prethodnih traumatskih iskustava koja su ih možda učinila hiperosjetljivima na prijetnje i povećale njihovu

⁵ Usp. Z. PISAK, *Empatija*, u: D. KOZARIĆ-KOVAČEVIĆ, T. FRANČIŠKOVIĆ (ur.): *Psihoterapijski pravci*, Zagreb, 2014., 144.

⁶ Usp. A. SKADOL, *Antisocijalni poremećaj osobnosti*, urednik sekcije: doc. prim. dr. sc. Tomislav Franić dr. med., <https://www.hemed.hr/Default.aspx?sid=1261> (preuzeto 29. 05. 2026.)

⁷ Usp. THE MANUAL'S EDITORIAL STAFF, *Narcisoidni poremećaj osobnosti*, urednik sekcije: doc. prim. dr. sc. Tomislav Franić dr. med., <https://www.hemed.hr/Default.aspx?sid=19808&search> (preuzeto 29. 05. 2026.)

emocionalnu distancu prema drugima. Terapijski rad na razvoju empatije ključan je za poboljšanje kvalitete života osobe s PTSP-om.⁸

U terapiji i tretmanu psihopatologije, rad na razvoju empatije može biti važan dio procesa, kako za klijenta tako i za terapeute. Terapeuti mogu koristiti empatiju kako bi stvorili siguran i podržavajući terapijski odnos te kako bi pomogli klijentima da razumiju i obrade svoje osjećaje i iskustva.

1.4. Istraživanja u području empatije

1.4.1. Neuroznanstvena istraživanja

U prošlom su stoljeću provedena istraživanja u području razvojne psihologije, psihoanalize, sociologije i antropologije. S vremenom neuroznanstvena istraživanja napreduju i otkrivaju neurobiološku podlogu empatije. Neuroznanstvenici različitim tehnikama istražuju neurobiološke osnove empatije te dolaze do saznanja aktivacije određenih dijelova mozga (prefrontalni korteks, donji girus parijentalnog lobusa predominantno desne moždane polutke) tijekom procesa empatije. Ključnu ulogu prepoznavanja selfa i drugih ima parijentalni korteks s prefrontalnim korteksom. Ako podrazumijevamo kako je self perspektiva zadanost ljudskog duha, onda u procesu empatije potrebna je prilagodba zajedničkih reprezentacija i postojanje regulatornog mehanizma. Pri tom procesu, aktivan je inhibitorски mehanizam, a prefrontalna regija zauzima odlučujuću ulogu. Dacety i Jackson mišljenja su kako inhibitorni proces igra veliku ulogu za reguliranje i ublažavanje self-perspektive, te s time omogućuje vrednovanje perspektive drugoga.

Otkriće zrcalnih neurona daje novu spoznaju u somatskoj empatiji. Somatska empatija (postural mirroring) rasvjetljuje sposobnost prepoznavanja neverbalnih i tjelesnih znakova (držanje, geste), kada se terapeut svjesno koristi zrcaljenjem, kroz vlastito tijelo može spoznati stanje klijenta, ali postoji i opasnost od projektne identifikacije. Zrcalni neuroni omogućuju terapeutu da na tjelesnoj razini zna što klijent osjeća.

⁸ Usp. D. POREDOŠ Labor i suradnici: *PTSP i poteškoće obiteljskog funkcioniranja*, Polic. sigur. (Zagreb), godina 17. (2008), broj 1-2, 101-104., <https://hrcak.srce.hr/file/117815> (preuzeto 29. 05. 2026).

1.4.2. Razvojna istraživanja i psihološka istraživanja

Proučavaju kako se empatija razvija tijekom različitih životnih faza, te koji su čimbenici povezani s razvojem empatije, poput roditeljskog ponašanja, društvenog okruženja i genetskih predispozicija.⁹

Psiholozi istražuju različite aspekte empatije, uključujući kognitivnu empatiju (razumijevanje tuđih osjećaja i perspektiva) i emocionalnu empatiju (osjećanje istih ili sličnih emocija kao i druga osoba) te kako empatija utječe na međuljudske odnose, moralno ponašanje i dobrobit.

Posebno mjesto empatija zauzima u psihoterapiji. Brojna istraživanja potvrđuju da je empatijski odnos između terapeuta i klijenta jedan od najvažnijih čimbenika uspješnosti terapijskog procesa. Kada se osoba osjeća saslušanom, prihvaćenom i shvaćenom, lakše razvija povjerenje, otvorenije govori o svojim problemima te aktivnije sudjeluje u procesu promjene i osobnog rasta.

Suvremena psihološka istraživanja stoga empatiju promatraju ne samo kao emocionalnu sposobnost, nego i kao složen psihološki proces koji uključuje emocionalne, kognitivne, socijalne i moralne dimenzije ljudskog funkcioniranja. Ona predstavlja temelj zdravih međuljudskih odnosa, emocionalne zrelosti i psihološke dobrobiti pojedinca i zajednice.¹⁰

1.4.3. Sociološka istraživanja

Sociološka istraživanja pokazuju da empatija potiče razvoj prosocijalnog ponašanja, kao što su pomaganje, volontiranje, humanitarni rad i društvena odgovornost. Osobe koje pokazuju višu razinu empatije češće sudjeluju u aktivnostima usmjerenima na dobrobit zajednice te iskazuju veću osjetljivost prema društvenim nejednakostima i problemima ranjivih skupina. Empatija tako postaje važan pokretač socijalne pravde jer pojedince motivira na zauzimanje za prava i dostojanstvo drugih ljudi. Sociolozi istražuju kako empatija utječe na društvene procese i fenomene, poput međugrupnih odnosa, socijalne pravde i solidarnosti. Također proučavaju kako se empatija može promijeniti ili potaknuti kroz socijalne interakcije i društvene norme.¹¹

⁹ Usp. I. HICELA, E. GLAVINA KOZIĆ: *Emocionalna empatija učenika...*, u: Šk. vjesnik 61(2012.), 1-2, 7-26. <https://hrcak.srce.hr/file/120471> (preuzeto 6.06. 2026.)

¹⁰ Usp. Isto.

¹¹ Usp. Z. RABOTEG-ŠARIĆ: *Skala emocionalne empatije i skala mašte*, Zbirka psihologijskih skala i upitnika, K. LACKOVIĆ-GRGIN, A. PROROKOVIĆ, V. ĆUBELA et al. (ur.), Zadar: Sveučilište u Zadru, 2002., str. 44-49. <https://www.croris.hr/crosbi/publikacija/prilog-knjiga/28491> (preuzeto 6.06. 2026.)

2. Logoterapijski pogled na pojam empatije

Empatija u logoterapiji zauzima vrlo važno mjesto jer omogućuje vidjeti i doživjeti drugogu osobu u njezinoj patnji, traženju smisla i životnim teškoćama. Prema Viktor Frankl, čovjek je biće koje ne živi samo za sebe, nego svoju puninu ostvaruje kroz odnos prema drugima, ljubav i odgovornost.¹² Upravo zato empatija nije samo emocionalno suosjećanje, nego duboko razumijevanje osobe kao jedinstvenog i neponovljivog bića.¹³

Logoterapija na empatiju gleda kao sposobnost ulaska u unutarnji svijet druge osobe bez osuđivanja i nametanja vlastitih stavova. Empatičan pristup omogućuje čovjeku da se osjeća prihvaćenim, vrijednim i dostojanstvenim čak i u trenucima patnje, bolesti ili egzistencijalne krize.¹⁴ Takav odnos pomaže osobi da lakše izrazi svoje strahove, tjeskobe i osjećaj besmisla. S povjerenjem i lakoćom osoba može iznijeti vlastitu nutrinu kada osjeti empatični pristup sugovornika. Ujedno, empatični pristup pruža i osjećaj topline ispunjen ljubavlju, koju svako biće u suodnosu s drugim istinski treba i teži doživljaju prihvaćenosti.¹⁵

Za Frankla empatija nije samo psihološka tehnika, nego autentičan ljudski susret u kojem terapeut, pastoralni djelatnik ili druga osoba nastoji razumjeti smisao patnje koju pojedinac proživljava.⁵ Upravo empatija omogućuje da se susret dviju osoba razvije u plodonosnu, ljekovitu, podržajnu i smislom ispunjenu interakciju, koja omogućuje rast i ostvarenje osobe kao društveno-socijalnog bića.¹⁶ Empatija otvara prostor povjerenja i nade te pomaže čovjeku da otkrije vlastite unutarnje snage i mogućnosti nadilaženja patnje koja u današnjem suvremenom svijetu sve dublje i dublje osobu vuče u egzistencijalni vakuum.

U logoterapijskom pristupu empatija uključuje: aktivno slušanje i prisutnost, poštivanje slobode i dostojanstva osobe, aktivno slušanje i prisutnost, poštivanje slobode i dostojanstva svake

¹²Usp. V.E. Frankl, *Čovjekovo traganje za smislom*, Zagreb, Planetopija, 2010., 98.

¹³Usp. V. E. Frankl, *Liječnik i duša*, Zagreb, Kršćanska sadašnjost, 1990., 73.

¹⁴Usp. E. Lukas, *Logoterapija u praksi*, Đakovo,UPT, 2001., 55.

¹⁵Usp. V. E. Frankl, *Nečujan vapaj za smislom*, Zagreb, Naprijed, 1987., 102.

¹⁶Usp. V. E. Frankl, *Bog podsvijesti*, Zagreb, Kršćanska sadašnjost, 1998., 61.

osobe, razumijevanje egzistencijalne patnje, poticanje nade i odgovornosti, usmjerenost prema smislu i vrijednostima života.¹⁷

Posebno je važna u radu s bolesnicima, osobama koje prolaze kroz gubitak, depresiju ili terminalnu bolest. Empatijski odnos tada postaje sredstvo iscjeljenja jer osoba osjeća da nije sama u svojoj boli. Frankl je smatrao da čovjek često može podnijeti gotovo svaku patnju ako u njoj pronađe smisao, a empatija pomaže u otkrivanju smisla.¹⁸

Logoterapija naglašava kako empatija ne znači samo „osjećati s drugima“, nego pomoći čovjeku da ponovno otkrije vrijednost vlastitoga života, čak i u teškim okolnostima. Ona povezuje psihološku, socijalnu i duhovnu dimenziju čovjeka te postaje temelj autentične pomoći, suosjećanja i ljudske blizine.¹⁹

2.1. Milosrdni Samarijanac – u službi logoterapijskog ostvarenja empatije

Najočitiji primjer važnosti empatije u susretu s drugim primjećujemo u susretu Samarijanca i čovjeka u potrebi, koji leži u boli i patnji, na cesti. (Lk 10, 25 – 37). Empatija započinje u trenutka kada Samarijanac ugleda čovjeka uz put. Za razliku svećenika i levita, koji nijemo prolaze kraj čovjeka, Samarijanac zastaje. Ne ostaje na distanci zakona, ludih propisa i lažnih obzira, prigrinja s čovjeku u potrebi. Ne dopušta da ostane ravnodušan pred patnjom drugoga, već dopušta da ga ona dotakne. U toj otvorenosti drugome, rađa se empatija, čovjek postaje sposoban prepoznati i razumjeti patnju drugoga, te na nju odgovoriti djelom konkretne ljubavi. Stoga, empatija nije samo osjećaj sažaljenja, nego aktivna spremnost zauzeti se za drugoga.²⁰

Ova prispodoba promatrana kroz prizmu Franklove logoterapije otkriva duboku istinu o čovjeku kao biću koji je nužno upućen na drugoga, koji svoj ontološki bitak ostvaruje u odnosu prema drugome kroz slobodu, odgovornost i ljubav. U logoterapijskom smislu milosrdni Samarijanac samotranscendentira, izlazi iz okvira društvenih normi, a time i iz svoje komfor zone, nadilazi svoj vlastite interese i usmjerava se prema drugoj osobi.

¹⁷ Usp. V.E. Frankl, *Patnja zbog besmisla života*, Zagreb, Kršćanska sadašnjost, 1998., 47.

¹⁸ Usp. V. E. Frankl, *Čovjekovo traganje za smislom*, Zagreb, Planetopija, 114.

¹⁹ Usp. E.Lukas, *Logoterapija u praksi*, 63.

²⁰ Usp. C. R. Rogers, *Kako postati osoba*, Jastrebarsko, Naklada Slap, 2005.,33-35.

Svoju pažnju usmjerava na konkretnu osobu u potrebi, te time pokazuje istinski smisao života, pronaći sebe u relaciji s drugim čovjekom, vidjeti i doživjeti drugoga pored sebe.²¹

U logoterapiji zauzeti slobodan stav, temelj je Franklovog učenja o čovjekovoj slobodi, koja je temeljno polazište za traženje i ostvarivanje smisla. Čovjek je slobodan zauzeti stav prema životnim okolnostima u kojima se nalazi, tako i Samarijanac, u svojoj slobodi odlučuje se prikloniti čovjeku u potrebi. Iz temeljnih vrijednosti, slobode i ljubavi rađa se empatija, koja Samarijanca u slobodnom odabiru okreće drugome. Naravno, uz slobodu tijesno veže se odgovornost, te svojim činom priklanjanja čovjeku u potrebi, Samarijanac ostvaruje svoju slobodu u odgovornosti prema bližnjemu.²²

Razmatrajući Samarijančev primjer empatijskog prijanjanja uz bližnjega ističe se priznanje vrijednosti života patnika koji leži uz put. Bilo je i onih koji su patnika zaobišli, no ljudskost i empatija u Samarijancu nisu dopustili zaobilaženje bližnjeg u potrebi. Vidimo kako dostojanstvo osobe i njegova života vrednovan je u činu pružanja ruke pomoći od strane drugoga. U tom konkretnom činu, ranjenik uz put dobiva priznanje dostojanstva vlastitog života, netko ga je vidio, prepoznao njegovu patnju i pokazao da njegov život vrijedi i ima smisla. Logoterapija takvo iskustvo prihvaćenosti i novog početka gleda kao početak ozdravljenja i ponovnog pronalaska smisla.²³

Danas živimo u vrlo užurbanom i brzom ritmu, društvo postaje obilježeno individualizmom i sve veći je osjećaj usamljenosti, otuđenosti, nepovjerenja i podložnosti kolektivnim neurozama. Takvo društvo, danas treba „milosrdnog samarijanca“ koji uprisutnjuje trajni poziv na empatiju. On nas podsjeća da smisao života ne pronalazimo isključivo u onome što posjedujemo ili postižemo, već u kvaliteti odnosa koje gradimo jedni s drugima. Empatija, u tom kontekstu bivstvovanja postaje most koji spaja ljude, a ljubav odgovor na ljudsku patnju i potrebitu ispruženu ruku drugoga.

Sa sigurnošću možemo zaključiti, kako primjer milosrdnog Samarijanca, u Isusovoj prispodobi, nije samo moralna poduka o dobroti, već duboka antropološka poruka o čovjeku kao biću smisla. Samarijanac svoj smisao ostvaruje upravo u trenutku kada izlazi iz sebe, kada se okreće drugom čovjeku, sam postaje odgovor na patnju drugoga. Ujedno, Samarijančev čin potvrđuje

²¹ Usp. V.E. Frankl, *Čovjekov traganje za smislom*, 115-118.

²² Usp. V. E. Frankl, *Nečujan vapaj za smislom*, 78-80.

²³ Usp. E. Lukas, *Logoterapija u praksi*, 62-66.

Franklovu misao kako se čovjek najviše potvrđuje i ostvaruje onda kada zaboravlja na sebe i daruje se nekoj drugoj osobi, vrijednosti ili nekom višem cilju. Takva empatija omogućuje autentičan put prema življenju i ostvarenju ljudskosti i životnog smisla.

ZAKLJUČAK

Empatija je složen i višedimenzionalan fenomen koji zauzima važno mjesto u psihologiji, psihoterapiji, sociologiji i neuroznanosti. Različiti autori kroz povijest naglašavali su njezinu važnost u razumijevanju čovjekove nutrine, razvoju međuljudskih odnosa i terapijskom procesu. Od Freudova empatičkog slušanja, Rogersova neprosuđujućeg razumijevanja pa sve do Kohutove empatije kao indirektnih introspekcija, empatija se pokazuje temeljnim čimbenikom emocionalnog razvoja i psihološkog iscjeljenja.

Suvremena istraživanja potvrđuju kako empatija ima važnu neurobiološku osnovu te značajnu ulogu u razvoju socijalnih odnosa, emocionalne stabilnosti i mentalnog zdravlja. Nedostatak empatije može pridonijeti razvoju različitih psihopatoloških stanja, dok njezino razvijanje omogućuje bolju emocionalnu regulaciju, kvalitetnije odnose i veću sposobnost suočavanja sa životnim izazovima.

Posebnu vrijednost empatija zauzima u logoterapijskom pristupu, gdje se čovjeka promatra kao jedinstveno i neponovljivo biće koje svoj puni smisao ostvaruje kroz ljubav, odgovornost i odnos prema drugima. Empatija nadilazi granice običnog suosjećanja te postaje autentičan susret dviju osoba u kojem se otvara prostor prihvatanja, nade i smisla.

Može se zaključiti kako empatija predstavlja nezaobilazan temelj svakog kvalitetnog terapijskog, pastoralnog i ljudskog odnosa. U suvremenom društvu obilježenom otuđenošću, ubrzanim načinom života i sve češćim osjećajem egzistencijalne praznine, empatija postaje važan put prema razumijevanju čovjeka, očuvanju dostojanstva osobe i izgradnji humanijih međuljudskih odnosa.

Literatura

FRANKL, VIKTOR E., *Bog podsvijesti*. Zagreb, Kršćanska sadašnjost, 1998.

FRANKL, VIKTOR E., *Čovjekovo traganje za smislom*. Zagreb, Planetopija, 2010.

FRANKL, VIKTOR E., *Liječnik i duša*. Zagreb, Kršćanska sadašnjost, 1990.

FRANKL, VIKTOR E., *Nečujan vapaj za smislom*. Zagreb, Naprijed, 1987.

FRANKL, VIKTOR E., *Patnja zbog besmisla života*. Zagreb, Kršćanska sadašnjost, 1998.

LUKAS, ELISABETH., *Logoterapija u praksi*. Đakovo, Karitativni fond UPT, 2001.

LUKAS, ELISABETH., *Psihološka skrb za svakodnevni život*. Zagreb, Đakovački kulturni krug, 2005.

I. HICELA, E. GLAVINA KOZIĆ: *Emocionalna empatija učenika...*, u: Šk. vjesnik 61(2012.), 1-2, str. 7-26. <https://hrcak.srce.hr/file/120471> (preuzeto 29. 05. 2026.)

KOZARIĆ-KOVAČEVIĆ, D., FRANČIŠKOVIĆ, T. (ur.): *Psihoterapijski pravci*, Zagreb, 2014.

THE MANUAL'S EDITORIAL STAFF, *Narcisoidni poremećaj osobnosti*, urednik sekcije: doc. prim. dr. sc. Tomislav Franić dr. med., <https://www.hemed.hr/Default.aspx?sid=19808&search> (preuzeto 29. 05. 2026.)

D. POREDOŠ Labor i suradnici: *PTSP i poteškoće obiteljskog funkcioniranja*, Polic. sigur. (Zagreb), godina 17. (2008), broj 1-2, str. 101-104., <https://hrcak.srce.hr/file/117815> (preuzeto 29. 05. 2026.)

Z. PISAK, *Empatija*, u: D. KOZARIĆ-KOVAČEVIĆ, T. FRANČIŠKOVIĆ (ur.): *Psihoterapijski pravci*, Zagreb, 2014.,

Z. RABOTEG-ŠARIĆ: *Skala emocionalne empatije i skala mašte*, Zbirka psihologijskih skala i upitnika, K. LACKOVIĆ-GRGIN, A. PROROKOVIĆ, V. ĆUBELA et al. (ur.), Zadar: Sveučilište u Zadru, 2002., str. 44-49. <https://www.croris.hr/crosbi/publikacija/prilog-knjiga/28491> (preuzeto 6.06. 2026.)

SKADOL, A., *Antisocijalni poremećaj osobnosti*, urednik sekcije: doc. prim. dr. sc. Tomislav Franić dr. med., <https://www.hemed.hr/Default.aspx?sid=1261> (preuzeto 6.06. 2026.)