

RECENZE KNIHY TAJEMSTVÍ EMPATICKÉ KOMUNIKACE

Autor: Dagmar Kožinová

Praha: Grada Publishing, 2025, 1. vydání, 208 stran, ISBN 978-80-271-5450-0

Kniha Tajemství empatické komunikace působí jako velmi praktický a čtivý průvodce pro každého, kdo chce zlepšit své vztahy i způsob, jakým jedná s lidmi. Dagmar Kožinová je česká lektorka, koučka a autorka knih zaměřených na osobní rozvoj, vztahy a komunikaci. Vystudovala ekonomii a později si doplnila vzdělání i v oblasti psychologie, což jí umožnilo propojit praktické životní zkušenosti s odbornějším pohledem na lidské chování. Autorka se zaměřuje na empatii jako na dovednost, kterou lze rozvíjet a vědomě používat v běžném životě, v práci i v konfliktních situacích. Ve své tvorbě i přednáškách se věnuje tématům empatie, zvládání stresu, vnitřní odolnosti a hledání rovnováhy v životě. Díky svému srozumitelnému a lidskému přístupu dokáže oslovit čtenáře, kteří hledají inspiraci pro osobní i vztahový rozvoj. Díky tomu kniha nepůsobí jen jako teoretické pojednání, ale spíše jako konkrétní návod, jak lépe naslouchat, chápat druhé a reagovat bez zbytečného napětí.

Empatická komunikace představuje jednu z klíčových kompetencí zdravotnického profesionálu. V prostředí intenzivní péče, onkologie, geriatricie či paliativní medicíny je schopnost autentického naslouchání a emočně citlivé komunikace nejen žádoucí, ale mnohdy rozhodující pro kvalitu prožívání nemoci z pohledu pacienta i jeho rodiny.

Publikace je členěna do pěti kapitol. V úvodní části autorka definuje kromě základních pojmů rovněž nejčastější zlozvyky a nešvary při komunikaci a zasazuje je do kontextu mezilidských vztahů. Umění empatického naslouchání včetně rozpoznání používání zažitých programů a apriorních soudů je věnována další kapitola. Kniha se v dalších částech věnuje promítání a řízení emocí do komunikace, zvládání obtížných situací a řešení konfliktů pomocí empatie. V závěru každé kapitoly jsou cvičení, modelové situace a náměty na zamyšlení.

Pozitivním je zejména autorčin srozumitelný, vstřícný a motivující přístup. Kniha není jen teoretická, ale skutečně vede čtenáře k přemýšlení nad tím, jak mluví a jak působí na ostatní. Z hlediska ošetřovatelství je empatická komunikace nedílnou součástí holistické péče o pacienta.



Jako drobnou slabinu lze vnímat to, že kniha místy působí spíše obecně a orientuje se více na praktické povzbuzení než na hlubší odborný rozbor tématu. Některým čtenářům tak může chybět větší propracovanost nebo širší pohled na složitější komunikační situace. Přesto jde spíše o jemnou výhradu než zásadní nedostatek, protože právě jednoduchost a přístupnost jsou jedním z hlavních cílů této publikace.

Tajemství empatické komunikace je přínosná a čtivá kniha, která nabízí srozumitelné a praktické podněty přímo využitelné v ošetrovatelské praxi. Pro studenty ošetrovatelství, porodní asistence a jiné zdravotnické pracovníky představuje cenný zdroj inspirace, protože empatie, aktivní naslouchání a citlivá komunikace nejsou jen žádoucí dovednosti – jsou základním předpokladem kvalitní péče o pacienta.

Publikace tak pomáhá lépe porozumět potřebám druhých i vlastním reakcím, což je v každodenním kontaktu s pacienty, jejich rodinami i kolegy v multidisciplinárním týmu neocenitelné.

Přestože nepřináší převratně nové odborné poznatky, její síla spočívá v jednoduchosti, lidském tónu a okamžité využitelnosti v praxi – bez nutnosti složitých teorií.

Celkově jde o titul, který může studentům ošetrovatelství sloužit jako užitečný průvodce na cestě k empatičtějšímu, vědomějšímu a profesionálnějšímu jednání s pacienty i s sebou samými.

Kontakt

Mgr. Renáta Kohutová, Ph.D.

Fakulta veřejných politik v Opavě, Slezská univerzita v Opavě

Ústav nelékařských zdravotnických studií

Bezručovo nám. 885/14, 746 01 Opava, Česká republika

renata.kohutova@fvp.slu.cz