

Emkognia – az együttértés képessége

**Horváth András - Kövecsesné Gósi Viktória - Pongrácz Attila
Széchenyi István Egyetem, Győr**

Bevezetés

Az oktatói, pedagógusi munka során számtalan módszertani kérdés merül fel, és ezek lélektani, filozófiai és praktikus vonatkozásait évezredek tapasztalaton alapuló szakirodalom tárgyalja. Ebben a cikkben a szerzők tapasztalataira alapozva egy új fogalom, az „emkognia” bevezetésére teszünk javaslatot, mely az „empátia” kognitív párja, és kimutatjuk, hogy ez egy új rendező elv lehet sok, már létező elméleti és gyakorlati eredmény esetén. A kifejezés használata segítséget adhat többféle folyamat megértésében nemcsak oktatási, hanem vállalatirányítási, párkapcsolati vagy tömegkommunikációs problémáknál is.

1.1. A hiányzó kifejezés

Az új fogalom szükségessége először a cikk egyik szerzőjében (Horváth András) merült fel, amikor egy oktatói fejlesztő tréningen válaszolni kellett a „Sorolja fel, milyen tulajdonságok jellemeznék egy jó tanárt!” kérdésre. Természetesen előkerültek az általános és jól ismert jellemzők, pl. *felkészültség, előadói készség, humor, nagy teherbírás*, de volt egy tulajdonság, amit csak körülírni sikerült: „*Oktatási tevékenységét a hallgatók ismereteihez igazítja. Tud a diák fejével gondolkozni és ehhez alkalmazkodva tanítani.*”

A tréning résztvevőinek diszkussziója megerősítette, hogy ezek valóban fontos sajátosságok, de nem találták meg a tömör megfelelőjét. Hasonló fogalmak léteztek, de mégsem teljesen a fentieket írták le.

- *Empátia?* Ez inkább az érzelmekre vonatkozik (Buda 1985).
- *Kognitív empátia?* A fogalom a másik ember érzéseinek tudatos megértését takarja kognitív eszközök felhasználásával (Smith 2006).
- *Együtt gondolkodás?* Ez pedig általában egyenlő helyzetben lévők közti együttműködésre illeszkedő fogalom, nem egy oktatási szituációt ír le, amikor a tanár vezeti a megismerési folyamatot.
- *Érzelmi intelligencia?* Ez alapvetően az érzelmek helyes felismerésére és a megfelelő reagálásra vonatkozik (Goleman 1995, 2002, 2008).
- *Kapcsolati intelligencia?* Elsősorban az üzleti világban használt, a mesterséges intelligencia támogatásával megvalósított kapcsolat- és hálózatépítő technológia, amely a hatékony üzleti partnerhálózat kialakítását és fenntartását segíti elő (Scudder 2022; Fishleder 2022; Kovács–Komlósi 2013).

1.2. Alappont probléma

Más területen is felmerült, hogy a sikeres kommunikáció feltétele, hogy a résztvevőknek legyen helyes elképzelése a másik félben zajló kognitív folyamatokról.

Az egyik ilyen megtörtént esetben egy kisteherautónyi számítógép-alkatrész érkezett Budapestről Győrbe. A szállítmány késett, de felhívták az Egyetemet telefonon: „Itt vagyunk a Belvárosban a szökőkútnál, de nem találunk oda az Egyetemhez!” – mondták. Egy óra telefonos irányítás után még mindig nem értek célba. Végül kiderült, hogy egy félreértés miatt a „SZE”

helyett a „SZIE”-re mentek, Győr helyett Gödöllő belvárosában bolyongtak. Az egyetemi kollégák elvben jó instrukciókat adtak, és az alapján biztos el lehetett volna találni a Széchenyi István Egyetemre Győr belvárosából a szökőkúttól, de az alappont téves volt, és a gödöllői szökőkúttól indulva ugyanezek az elvben jó útmutatások haszontalanná, értelmetlenné, sőt félrevezetővé váltak.

Egy másik hasonló esetben egy kollégához többszörös negatív hallgatói visszajelzés érkezett az Oktatói Tevékenység Hallgatói Véleményezése (OTHV) rendszeren keresztül arról, hogy nem érhető el a tankönyv. Az oktató értetlenkedett, mert ő a jegyzetet jól látható helyre kirakta a Moodle-oldalra már a félév kezdetén. A meginduló kommunikáció kiderítette, hogy egyetlen szó jelentésén múlt a félreértés: a hallgatók nem tudták, hogy a „jegyzet” szó egyetemi környezetben „tankönyvet” jelent, és a Moodle-oldalról a „jegyzetet” kellett volna letölteniük. Az oktató ekkor értette meg, hogy ma már a „jegyzet” szó csak a saját kézzel készített írást takarja az átlag egyetemista számára, és át kell alakítania a szóhasználatot.

Ezek a példák mutatják, hogy a hatékony kommunikációhoz elengedhetetlen, hogy a beszélőnek tudnia kell, mi van a hallgató fejében, különben egy elvben tökéletes és pontos tényközlés is félrevezető lehet. Több évi tapasztalat alapján kirajzolódott, hogy ez a kérdés számtalan oktatási helyzet megoldásának kulcsa, de az is, hogy nem csak a pedagógiában releváns mindez.

1.3. A cikk állításai

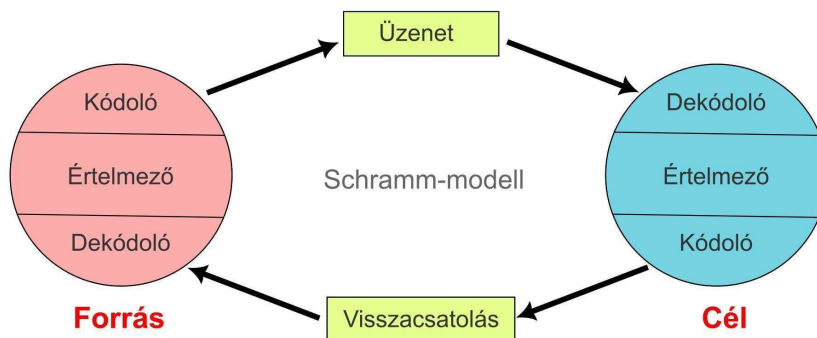
A fent leírtak alapján cikkünk a következő állítások alátámasztásáról szól:

- A hatékony kommunikáció feltétele az is (természetesen több más feltétel teljesülése mellett), hogy a beszélőnek tudnia kell, mi van a hallgató fejében.
- Sok pedagógiai és pszichológiai tanulmány, módszer létezik, mely ezt tárgyalja különböző megközelítésekben.
- A meglévő módszerek szintetizálásában, disszeminációjában, napi rutinra való lefordításában hasznos egy egyszerű, közös fogalom megtalálása. A javasolt szó az „emkognia”, ami az empátia kognitív tükörképe.
- Az új kifejezés egy attitűdöt takar, mely némely területen (pl. nagy létszámú oktatási helyzetek) nagyobb szerepet kaphat, mint az empátia, így az erre való fókuszálás segítheti a hatékonyság növelését.
- A bevezetésre javasolt „emkognia” kifejezés az oktatáson túl egyéb más területeken is hasznos és szükséges (pl. munkahelyi kommunikációs helyzetek hatékonyabbá tétele, politikai és marketing kommunikáció, családi és baráti kapcsolatok erősítése stb.).

2. Kommunikációs modell

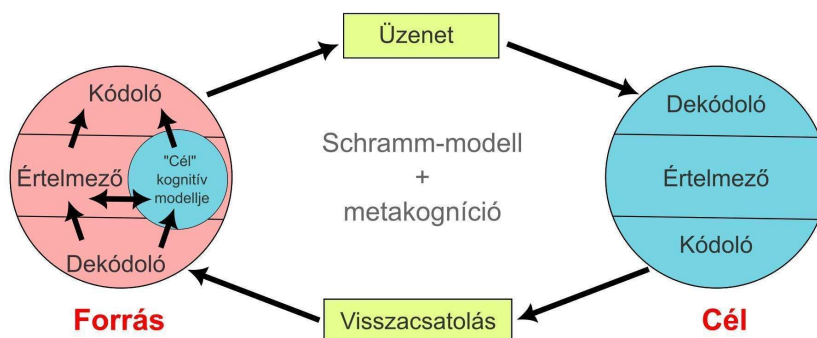
2.1. Schramm-modell metakognícióval

Tanulmányunk központi kérdése a kommunikáló felek közti interakció. Ezt nyilván nem tudják leírni a lineáris kommunikációs modellek, mint pl. a Shannon-Weaver-féle, hisz nem tartalmaznak visszacsatolást, ami alapján a közlő információhoz jut a befogadó fél elképzeléseiről. A széles körben elterjedt Schramm-modell (Schramm 1954) viszont már tartalmaz visszacsatolást is, amit gyakran az 1. ábrának megfelelően mutatnak be.



1. ábra: A Schramm-modell klasszikus ábrázolása.
Forrás: Schramm 1954 alapján

Ez már tartalmazza azt, hogy a forrás információt szerez a céltől, így megvan a lehetősége, hogy a kommunikáció folyamatát megfelelően módosítsa. Érdekes ezt a „visszacsatolás alapján történő módosítást” hangsúlyosabbá tenni a modell metakognícióval történő kiegészítésével. Ezt mutatja be a 2. ábra.



2. ábra: A Schramm-modell metakognícióval.
Forrás: saját szerkesztés

Ez a modell központi fontosságúként mutatja be, hogy a „Forrás” személynek modellje van a „Cél” személy gondolkodásáról. Ennek két fontos aspektusa van:

- Kezdeti modell: A Forrásnak már a kezdetekben van elképzelése arról, mit tud, és mit nem tud a célszemély. Például egy félév kezdetén egy tanárnak tudnia kell, milyen előismereteket várhat el jogosan a hallgatóságtól, vagy munkahelyi kommunikációban az utasítást adó félnek is tudnia szükséges, hogy milyen előzetes ismeretei, tapasztalatai vannak a kollégájának.
- A modell finomítása a visszacsatolások alapján: a hatékony kommunikáció csak akkor történik meg, ha a Forrás folytonosan, adaptívan kiigazítja a Cél tudásáról meglévő belső modelljét, és ennek megfelelően saját dekódoló, értelmező és kódoló folyamatait is igazítja.

2.2. Kapcsolódó fogalmak

Az előbb ismertetett gondolat a szakirodalomban sok helyütt felbukkant már, de többnyire egy-egy szűkebb területre vonatkoztatva. Néhány példa:

- **Mentalizáció:** Az a képesség, hogy megértsük a másik mentális állapotát, ami a viselkedése mögött húzódik meg. A szakirodalom főleg pszichiátriai vonatkozásban említi a fogalmat, mely a diagnosztika egy fontos eszköze a páciens megértésében (Buda 1985; APA 2022; Bateman 2004).
- **Tudatelmélet (Theory of Mind):** Ezzel a fogalommal számos formában találkozhatunk a magyar és az angol szakirodalomban, mely a különböző kutatásokban a mentalizáció, az elmeolvasás, az elmeteória, a naív pszichológia elnevezésekkel szerepel. „A tudatelmélet kifejezést számos kutatásban tág értelemben használják, vagyis minden olyan kognitív kompetenciát értenek alatta, melyek a társas életben való eligazodást segítik” (Csibra–Gergely 2002, idézi Gál 2015: 59). „A fogalom eredeti, szűk definiálását Csibra és Gergely fogalmazták meg, ennek alapján a tudatelmélet »az a mechanizmus, amellyel másoknak (és néha magunknak) reprezentációs jellegű, a valós, vagy egy lehetséges világot leképező mentális állapotokat, tehát vélekedéseket, tudást, vágyakat, szándékokat tulajdonítunk, és nem foglalkozunk azokkal a készségekkel (empátia, utánzás, érzelmi állapotok észlelése, kommunikáció stb.), amelyek nem, vagy nem feltétlenül járnak együtt mentális attribúcióval«” (Csibra–Gergely 2002: 56, idézi Gál 2015a:59).
- **Szinkronicitás:** A fogalom a kommunikációs folyamat során bekövetkező hasonlóságot takarja a viselkedésben, gondolkodásban, érzelmekben, így nem annyira az alapjelenséget, mint inkább annak következményét takarja (Buda 1985).
- **Reflektivitás:** A reflektivitás képessége a gondolkodás formálhatóságát jelenti, azaz a tapasztalatok szervezését és újjászervezését egy adott szituáció értelmezése kapcsán. A reflektív pedagógia központi eleme, bár a szakirodalom elsősorban az oktató saját cselekedeteire, módszereire való reflexióját hangsúlyozza, ami közvetve tartalmazza a diákok visszajelzéseire való adaptációs folyamatot is (Szivák 2010).
- **Érzelmi intelligencia:** Ezt a fogalmat Daniel Goleman írta le, aki így határozza meg a lényegét: „képesek vagyunk a magunk és mások érzéseit felismerni, önmagunkat motiválni, az érzelmeinkkel magunkban és emberi viszonylatainkban megfelelően bánni. Különbözik az »értelmi képességtől« vagy intelligenciától (melynek értékét gyakran az intelligenciahányadossal, IQ-val adják meg); sok szempontból kiegészíti azt. ... Az értelmi és **érzelmi intelligencia** az agy különböző területeinek tevékenységét tükrözi” (Goleman 2002: 447, idézi: Borgulya–Somogyvári 2016).
- **Kapcsolati intelligencia:** A kapcsolati intelligencia (Relationship Intelligence) arra irányul, hogy egy adott szervezet, üzleti vállalkozás vezetői minél eredményesebben építsék ki és használják fel a szakmai, partneri hálózatukhoz tartozó személyekkel folytatott interakcióikat. A kapcsolati intelligencia tehát elsősorban az üzleti kapcsolatrendszer (hálózat) hatékony kiaknázását segíti elő úgy, hogy jobb kapcsolódási pontokat talál az ügyfelek körében, ezáltal előmozdítva az eredményesebb és hatékonyabb üzleti folyamatokat. Mindehhez a technológia (elsősorban a mesterséges intelligencia) elemző támogatását is igénybe veszik (Fishleder 2022; Szénási 2022).

3. Az empátia

3.1. Az empátia fogalma és annak kialakulása

Buda Béla könyve (Buda 1985) az empátiáról a pedagógia és pszichológia alapművének számít, és a témakört kimerítően tárgyalja. Cikkünk következő alfejezetében erre a szakirodalomra hivatkozva és onnan idézve foglaljuk össze a legfontosabbakat.

Az empátia fogalma az ógörög kultúrából ered, ahol „erős érzelem, szenvedély” jelentéssel bírt. A kifejezés jelentése idővel fokozatosan módosult, és a 19. században Alfred Adler már így határozta meg: „Empatizálni annyit jelent, mint látni a másik ember szemével, hallani a másik ember fülével és érezni a másik szíve szerint” (Buda 1985: 25).

A 20. században a szó eleinte főleg a műélvezet értelmezésével kapcsolatban bukkan fel, de fokozatosan bevonul a pszichológiába, filozófiába, szociológiába, miközben általánosabb és többértékű jelentésűvé válik. Az empátia szó fejlődéséről Buda Béla a következő alapvető állításokat teszi:

- „[...] az empátia nem természetes jelenség, legfeljebb feltételeiben vagy magyában, inkább fogalmi konstrukció a jelenség értelmezésére” (Buda 1985: 40).
- „Ha nincs megfelelő fogalom, nincs megismerés sem, ezt már az ókorban is tudták, és ezt tömörítették a »nomina si desunt, perit et cognitio rerum« – ha a nevek (fogalmak) hiányoznak, veszendőbe megy a dolgok megismerése is – elvben” (Buda 1985: 40).
- „Általánosan meghatározva, az empátia a személyiség olyan képessége, amelynek segítségével a másik emberrel való közvetlen **kommunikációs kapcsolat során bele tudja élni magát a másik lelkiállapotába**. Ennek a beleélésnek a nyomán meg tud érezni és érteni a másikban olyan emóciókat, indítékokat és törekvéseket, amelyeket az szavakban direkt módon nem fejez ki, és amelyek a társas érintkezés szituációjából nem következnek törvényszerűen. A megértés és megérezés fő eszköze az, hogy **az empátia révén a saját személyiségben felidéződnek a másik érzelmei és különféle feszültségei**” (Buda 1985: 41).

Buda Béla szerint tehát a mai értelemben vett empátia egy modern fogalom, melyre szükség van, ha meg akarjuk ismerni az emberekben végbemenő folyamatokat. Körbeírhatjuk sokféleképpen, és nyilvánvaló, hogy a fogalom megjelenése előtt is létezett az emberek közti együttérzés, részvét, de a szó bevezetése és következetes használata segíti a tisztánlátást.

Az is nyilvánvaló, hogy az empátiának erős a hasonlósága a metakognícióval, de az empátia az érzelmek területére vonatkozik. Mindemellett Buda Béla is említi, hogy több kapcsolat is felfedezhető az empátia és a kognitív folyamatok közt, ugyanis a kognitív folyamatok (pl. a mentalizáció) támogathatják az érzelmi síkra vonatkozó empátia kialakulását.

3.2. A tudatelmélet

A 2.2-es alfejezetben már jeleztük, hogy cikkünk központi jelensége igen közel áll a szakirodalomban már régóta használt „tudatelmélet” fogalomhoz. Ebben az alfejezetben ezt a fogalmat vizsgáljuk meg részletesebben.

Az American Psychological Association szótára szerint a tudatelmélet (Theory of Mind) definíciója: „the understanding that others have intentions, desires, beliefs, perceptions, and emotions different from one’s own and that such intentions, desires, and so forth affect people’s actions and behaviors”, azaz „annak megértése, hogy másoknak vannak szándékai, vágyai, hiedelmei, érzékelései és érzelmei, melyek különböznek az egyén sajátjaitól, és ezek a szándékok, vágyak stb. befolyásolják az emberek tetteit és viselkedését” (APA 2023).

A fogalom egyik alapcikke (Premack–Woodruff 1978) a csimpánzok esetén vizsgálta a másik személy gondolatainak leképeződési lehetőségeit. Sok korai cikk (pl. Baron-Cohen 1991) az emberek esetén a gyakran az átlagostól eltérő viselkedések diagnosztizálására és magyarázatára fókuszál, így próbálván közelebb kerülni például az autizmus megértéséhez. Gál Zita cikkében és doktori disszertációjában elsősorban a fejlődéslélektani vonatkozásokat taglalja (Gál 2015a; 2015b). Schnell Zsuzsa a nyelvi vonatkozásokat vizsgálja (Schnell 2007). Mások a tudatelmélet neurológiai hátterét vizsgálják, mint pl. Shamay-Tsoory és társai 2010-es cikkükben (Shamay-Tsoory et al. 2010).

A szakirodalmi eredmények alapján a tudatelmélet nyomai ugyan felfedezhetők nem emberekben is, de a képesség teljes kifejlődése humánspecifikus jelenség. Abban is konszenzus van, hogy a tudatelméleti képesség elsősorban gyermekkorban alakul ki, ezért a felnőttkori fejleszthetőség jelentős korlátokkal valósítható csak meg.

A szakirodalomban több helyen felvetik, hogy a tudatelmélet mutat rokonságot az empátia fogalmával, de el is különül attól. Például Gál Zita 2015-ös cikkében (Gál 2015a) Shamay-Tsoory és munkatársai (Shamay-Tsoory et al. 2010) munkája nyomán elkülöníti az „érzelmi empátia” és a „kognitív empátia” fogalmát, valamint a „kognitív tudatelméletet” (vélekedésre és tudásra való következtetés) az „affektív tudatelmélettől” (érzelmekre való következtetés).

A bevezetőben bemutatott kérdésekre tehát megvan a válasz: a jó tanár tulajdonságai közt ott kell, hogy legyen, hogy képes „kognitív tudatelméletet” alkotni a hallgatóságáról és azt menet közben dinamikusan alkalmazni is. A szerzők tapasztalata az, hogy bár kétségtelenül fontos tanári tulajdonságról van szó, az annak megjelölésére szolgáló kifejezés („kognitív tudatelmélet”) nem elterjedt és nehézkes is használni. („A jó tanár kognitív tudatelméletet alkalmaz az oktatás során.”)

Természetesen a szakirodalomban található példát a tudatelmélet oktatási alkalmazásaira. Ilyen pl. Wellmann és Lagattuta cikke (Wellman–Lagattuta 2004). Ezek ismertsége azonban sokkal alacsonyabb az empátiához kapcsolódó területek cikkeihez képest, pedig a hallgatóság gondolatainak aktív megértése és az ahhoz való adaptivitás szükséges és nagy létszámú oktatási szituációkban az empátiánál nagyobb fontossággal bíró képesség.

3.3. Általánosítás: eszközök és célok kombinációi

Az előzőekben említett fogalmak körében egy lehetséges rendezési elv, ha az érzelmi és értelmi vonatkozásokat mind az eszköz, mind a cél oldaláról megvizsgáljuk. A határvonalak természetesen nem tökéletesen élesek, mégis segít a tájékozódásban egy efféle megközelítés.

- **Érzelmi-érzelmi:** Az „empátia” a maga tiszta formájában az egyik fél érzéseit használja fel a másik fél érzéseire való ráhangolódáshoz, tehát mind eszköz, mind cél tekintetében az érzelmek dominálnak.
- **Kognitív-érzelmi:** A „kognitív empátia” alatt azt értjük, amikor az egyik fél eszközként tudatos gondolkodást használ fel a másik érzelmeinek megértésére, például amikor egy pszichiáter belegondol abba, hogy a páciensnek milyen volt a gyerekkora, milyenek a mostani anyagi körülményei, és ebből logikusan levezeti, hogy érzelmi síkon milyen területek lehetnek kritikusak, mik lehetnek az ő mozgatórugói.
- **Érzelmi-kognitív:** Az „empatikus megértés” ennek ellentétéként olyan magatartást takar, amikor az egyik fél érzelmileg biztonságos környezetet teremt, mely lehetővé teszi azt, hogy az értelmi szinten zajló kommunikáció, a kölcsönös tudatos megértés hatékonyabb legyen, hogy a másik fél megnyíljon és feltárja gondolatait. Itt az eszköz érzelmi, a cél értelmi dominanciájú.
- **Kognitív-kognitív:** A tudatos eszközöket használó, a kognitív összhangot célként kitűző magatartásra az előzőek alapján a „tudatelmélet”, „kognitív tudatelmélet” szavak illenek.

leginkább, de körülírhatók a „metakogníció” és „mentalizáció” fogalmakkal is. Cikkünk fő állítása, hogy erre az esetre érdemes az „emkognia” fogalmát bevezetni. A fogalom bevezetésének szükségességét a 4.1. alfejezetben részletesen tárgyaljuk.

Ez az eszköz-cél és értelmi-érzelmi párosok kombinációin alapuló megközelítés áttekinthetően rendbe szedi a felmerülő fogalmakat (1. táblázat), melyre való törekvés már Shamay-Tsoory és társai idézett cikkében is felbukkan. Itt viszont jobban felismerhetők a szimmetriák, és látszik, hogy a javasolt „emkognia” szó az empátia kiegészítő fogalma. Nem ellentét feszül az empátia és emkognia között, mert ez egy olyan fogalompár, melyek *egyensúlya* kívánatos: az eset függvényében egyik vagy másik irányban eltolódhat a hangsúly, de mindegyiknek megvan a maga helye. Az ilyen kapcsolatot gyakran szemléltetik a Jin-Jang szimbólummal, de megtalálhatjuk a szív-elme, érzelem-értelem kifejezésekben is ennek a kettősségnek a megfelelőjét. Az empátia és emkognia közt a határok nem élesek, és az átmeneti tartományok is fontosak.

		Cél	
		érzelmi	kognitív
Eszköz	érzelmi	Empátia a másik érzelmeire való ráhangolódás, „együttérés”	Empatikus megértés az empátia felhasználása a nyitott légkör megteremtésére, hogy megérthessük a másik gondolatait
	kognitív	Kognitív empátia a másik érzelmeinek megértése tudatos gondolkodás alkalmazásával, affektív tudatelmélet	Emkognia a másik gondolkodásának tudatos leképezése, „együttértés” kognitív tudatelmélet, tudatelmélet, mentalizáció

1. táblázat: Eszköz és cél alapú fogalmi kategorizálás.

Forrás: saját szerkesztés

4. Az emkognia

4.1. Miért vezessünk be új fogalmat?

Új fogalom bevezetését mindig alaposan meg kell fontolni, mert nem jó, ha a szakszavak követhetetlen mennyiségben túlburjánzanak. A cikk szerzői úgy gondolják, hogy az „emkognia” fogalmának bevezetésére illenek Buda Béla fentebb már idézett gondolatai: „Ha nincs megfelelő fogalom, nincs megismerés sem [...], ha a nevek (fogalmak) hiányoznak, veszendőbe megy a dolgok megismerése is [...]”. Láthattuk, hogy a „kognitív tudatelmélet” kifejezés jelentősen átfedi a bevezetésre javasolt „emkognia” fogalmat, de ezt nem tekinthetjük teljesen megfelelőnek, mert a „tudatelmélet” kifejezés nem önmagyarázó, nem lehet olyan mértékben természetesen használni, amennyire a téma fontossága ezt megkíváná. Ennek egyik tünete az, amit a Bevezetőben írtunk, hogy pedagógus végzettséggel rendelkező oktatók is csak körülírni tudták azt a fontos tanári képességet, hogy „oktatási tevékenységét a hallgatók ismereteihez igazítja”, és nem ugrott be a „tudatelmélet” kifejezés. Ennek egyik oka talán az, hogy mind a magyar „tudatelmélet” mind az angol „theory of mind” kifejezés valami elméleti konstrukciót sugall, nem egy gyakorlatban

folytonosan alkalmazandó hozzáállást, tulajdonságot. Hasonlóan félrevezetőek a „tudatelmélet” helyett gyakran használt „elmeolvasás” (mind reading) vagy „naiv pszichológia” fogalmak. (Hogy hangzik ez a mondat: „A jó tanár elmeolvasó.”?)

Az empátia szó ezzel szemben közismert, és az ezzel való tükörképesség segít az „emkognia” megértésében. A magyar nyelvben ez a tükörképesség jól visszaadható az „empátia = együttérzés; emkognia = együttértés” szójáttékkal. A szerzők tapasztalata az, hogy ilyen jellegű magyarázattal 1-2 perc alatt bárki megérti, miről is szól a bevezetésre javasolt „emkognia” fogalom, és képes azt helyesen használni, alkalmazni, a „tudatelmélet” kifejezés viszont hosszabb magyarázatra szorul. A szakirodalomban több helyen említésre kerül, hogy oktatási szituációkban az empátia speciális változata jelenik meg, tehát tetten érhető az, hogy a fogalomhiány pótlása másban is felmerült az empátia tükörképének keresése formájában.

Melyik az érthetőbb kritika egy előadással kapcsolatban: „Az előadás tartalmilag korrekt volt, de nem emkognitív, ezért a hallgatóság keveset értett belőle”, vagy „Az előadás tartalmilag korrekt volt, de az előadó nem alkalmazott affektív tudatelméletet, ezért a hallgatóság keveset értett belőle”? A szerzők azt találták, hogy sok oktatási és nem oktatási szituációban nagyon világossá válik a kritika az „emkognia” használatával, míg az „affektív tudatelmélet” vagy „elmeolvasás” ugyanazokban a helyzetekben nehézkes vagy félreérthető.

Mindezeket túl az „emkognia” általános alapfogalomként, attitűdként értelmezhető. Úgy is tekinthetünk az „emkognia” fogalmára, mint egy alapkőre, alapattitűdre, aminek megnyilvánulása, ha az ember mentalizál, tudatelméletet alkot stb. Ez van tehát a korábban már mások által ismertetett fogalmak és módszerek mögött, ez a rendező elv, ami sok mindent érthetőbbé tesz. Ez hasonlít ahhoz, minthogy az empátia megnyilvánulásának tekintjük a részvétet, de az empátiát tartjuk az alapfogalomnak, ami sok pedagógiai, pszichológiai módszer és elmélet mögött áll.

Az pedig, hogy erre a fogalomkörre érdemes egy új, gördülékenyen használható kifejezést alkotni, abból látszik, hogy számtalan példa van rá (lásd pl. a Bevezetőt), amikor a személyes, érzelmi kapcsolat lehetősége nem adott, így az empátia nem alakulhat ki, de az „emkognia” értelmezhető és fontos. Tipikus példák az oktatási szituációk, melyek nagy létszámú hallgató részvételével történnek, vagy absztrakt témákat tárgyalnak. Más témakörök, ahol az „emkognia” szerepe az empátiánál nagyobb lehet: vállalati kommunikáció, tömegtájékoztatás, politikai kommunikáció.

4.2. Szóhasználat

Az „emkognia” szó alakja az előzmények után kézenfekvő, hisz az empátia az „em” (bele) és „pathosz” (érzelem) részekből áll össze, és ennek sémáját követi az új kifejezés. Kisebbségi nyelvészeti zavar, hogy az „em” görög, a „kognia” pedig latin eredetű, de a „kognitív”, „kogníció” és hasonló szavak annyira központiá és közismertté váltak, hogy az „emkognia” jelentése mindenkinek kézenfekvő. Elvesztenénk ezt az előnyt, ha a szó második felére mindenképp görög szót keresnénk. Nem is feltétlen szükséges a nyelvi homogenitás, hisz több, jól használható szakirodalmi szó is vegyes eredetű.

A javasolt szóhasználat:

- **Főnévi alak: Emkognia.** Az az attitűd, tulajdonság, hogy egy személy képes a másik személy tudatos folyamatainak modelljét létrehozni magában, és ehhez igazítani saját kommunikációját. Alternatívaként felmerülhet az „emkognitívitas” vagy az „emkogníció” szó, de előbbi túl hosszú, utóbbi meg inkább magára az emkognia alkalmazásának folyamatára vonatkozhat.
- **Melléknévi alak: Emkognikus.** Emkogniára képes személy vagy a szerző emkogniáját tükröző kommunikációs folyamat jellemzője. Lehetséges változatok: „emkognitív”,

„emkog”. Utóbbi kicsit „szlenges” hangzású, bár beszélt nyelvben a rövidege előny lehet.

A választott főnévi és melléknévi alakok így jól megfelelnek az érzelmi azonosulásra vonatkozó, közismert szavaknak: empátia – emkognia, empatikus – emkognikus. Érdekesen mutatja a tükörcépiséget, hogy az empátia szinonimájaként alkalmazott „együttérzés” szóhoz hasonlóan képezhető az emkognia megfelelője „együttértés” formában.

A javasolt szavak könnyen angolra fordíthatók, és valószínűleg egy angol anyanyelvű ember is hamar felfogja jelentésüket: az „emkognia” megfelelője lehet az „emcogny”, „emkognikusé” pedig az „emcognic”, amik jól rímelnek az angol „empathy”, illetve „empathic” szavakra. Jól használhatónak tűnik a tömör, kötetlenebb „emcog” változat is.

4.3. Kapcsolódó területek, technikák

Az „emkognia” egy hasznos megnevezés, mely sok, már ismert módszer, technika közös nevezőjeként szolgálhat. Alkalmazásával több terület más, általánosabb megvilágításba kerülhet. Az alábbiakban ezek közül említünk néhányat.

a) Pedagógiai képességfejlesztés

Sallai (1994) foglalta össze azokat a pedagógiai képességeket, melyek rendkívül fontos szerepet játszanak a pedagógus munkájának hatékony megvalósulásában. A *kommunikációs ügyesség, a gazdag és rugalmas viselkedésszereplő, a gyors helyzetfelismerésnek, konstruktív helyzetalkotásnak a képessége, az erőszakmentes és kreatív konfliktusmegoldás, az együttműködés igénye és képessége*, továbbá a *pedagógiai helyzetek, jelenségek elemzésének képessége* és a *mentális egészség* tartoznak ezen területek közé. A felsoroltak közül a konstruktív helyzetalkotás és a pedagógiai helyzetek, jelenségek elemzésének képessége is mind feltételezik az „emkognia” működését.

b) Érzelmiintelligencia-fejlesztő tréningek: egyéni és társas készségek

Nyilvánvaló a kapcsolat az „emkogniára” való készség és az érzelmi intelligencia között. Az is megfigyelhető, hogy sok párkapcsolati probléma mögött az „emkognia” hiánya húzódik meg, mert ez könnyen vezet „egymás mellett elbeszéléshez”, amikor a két fél a maga nyelvén beszél, de nem veszi észre, hogy a másik azt nem érti. Az empátia segíthet, hogy egy ilyen félreértésből fakadó konfliktust átvészelve a kapcsolat, de az „emkognia” tudatossá tétele megakadályozhatja vagy jelentősen lecsökkentheti a konfliktus kialakulását.

c) Kommunikációfejlesztő programok: nyelvi kódrendszer, korlátozott/kidolgozott kód használata

A 2. fejezetben elmondottak alapján nyilvánvaló a kapcsolódás. A korlátozott és kidolgozott kód koncepciója is könnyen levezethető az „emkognia” képességéből. Hatékony kommunikáció mindenképp csak „emkognikus” lehet, és ennek fejlesztése, annak tudatosítása, hogy a másik gondolkodásának modellezése nélkül nem lehet félreértésmentesen kommunikálni, segítheti annak fejlesztését.

4.4. Lehetséges alkalmazási területek

Az „emkognia” fókuszba helyezése hasznosnak tűnik az alábbi területeken:

a) Nagy létszámú oktatási helyzetek (Jellemzően, de nem kizárólagosan a felsőoktatásban)

Egy előadó 200 hallgatóval nem tud empatikus kapcsolatba kerülni. De „emkognikus” tud lenni, és ezt lehet is fejleszteni.

Például műszaki képzések alapozó tárgyainál nem ritka a 200 feletti hallgatói létszám előadáson, de még gyakorlaton is 25-30 fő a jellemző csoportméret. Itt az értelmi ráhangolódás lehetséges és szükséges is az eredményes oktatáshoz (milyen kezdeti tudást várhatunk el a csoporttól, tudják-e ilyen ütemben követni az elhangzott új fogalmakat, nem használunk-e megmagyarázatlan kifejezéseket stb.), de az empátia csak korlátozottan tud megnyilvánulni, hisz nincs mód a személyes kapcsolatokra. Természetesen az elvárható, hogy a tanár kifejezze empatikus voltát, és ezzel bátorítsa a hallgatót például a konzultáción való részvételre, ahol már az empátia is szerepet kaphat.

A szerzők tapasztalata, hogy sok felsőoktatási probléma, negatív hallgatói visszajelzés gyökere, hogy az oktató nem „emkognikus”. Tipikus megnyilatkozása ennek oktatói részről: „Én a tanár vagyok, nekem az a dolgom, hogy elmondjam az anyagot, ők a hallgatók, akiknek meg az a dolga, hogy befogadják és megértsék!”. Ilyen attitűddel könnyen előáll, hogy az előadások logikusan felépítettek, a hallgatók mégsem értik, mert az elején elcsúsztak egy-két alapponti problémán (lásd a Bevezetőben említett példákat), hisz időközben más lett a középiskolai törzsanyag, vagy olyan gyorsan követték egymást az új szakkifejezések definíciói, hogy azt nem tudták az aktív tudáskészletbe beépíteni a hallgatók, ezért vált érthetlenné számukra a félév második része.

Másik nagyon nem „emkognikus”, de tipikus tanári mondat: „A vizsgára tanulják meg a könyvet!”. Ha nincs jobban körülírva és nincs meghatározva, hogy mely részeket kell fejből szó szerint tudni, mely ábrákat és milyen részletességgel kell tudni önállóan felrajzolni, vagy csak a kivetített ábrát kell tudni megmagyarázni stb., akkor lehetetlen felkészülni a vizsgára. Az ilyen hiba oka, hogy a tanár tudja, hogy ő mit ért a könyv „megtanulása” alatt, de nem veszi észre, hogy ezt a vizsgázó nem tudja pontosan értelmezni.

Természetesen az empátia is szükséges az oktatásban, de „emkognia” nélkül biztosan nem lesz eredményes a tanítás. Ennek a témának a fókuszba helyezése sokat javíthat az iskolarendszer minden szintjén, különösen a nagy tömegeket képző felsőoktatásban. Ezt a fókuszba helyezést nagyban megkönnyítheti az önmagyarázó „emkognia” kifejezés szemben a félreérthető „tudatelmélet” vagy „elmeolvasás” szavakkal.

b) Programozott oktatás, mesterséges intelligencia alapú tutorálási rendszerek

A programozott oktatás, amikor egy szoftver a tanuló részeredményei és döntései alapján választja meg a következő lépést, tulajdonképp egy „emkognikus” rendszer. A régi programozott oktatási környezetekben csak egy egyszerű kép rajzolódott ki az adott diákról, mert adatok gyűltek össze az egyes témakörökben felmutatott teljesítményéről, de a modern, mesterséges intelligencia alapú, személyre szabott oktatási utakat kínáló rendszerek (például a Squirrel AI) igen részletes modellt és egyfajta térképet alkotnak a hallgató tudásának erős és gyenge területeiről. Egy ilyen esetben az „emkognia” fogalmának alkalmazása adekvát, de empátiáról nyilván nem beszélhetünk. Előbbi bizonyos szinten és bizonyos területeken szoftveresen is meg lehet valósítani, utóbbit a mentor, tutor, konzultáns tudja a tanulási folyamathoz adni.

c) Vállalati kommunikáció

Egy nagyvállalaton belül sok olyan helyzet lép fel, amikor az „emkognia” hiánya problémaforrássá válik. Tipikusan ilyen helyzet a mérnökök és a betanított munkások kommunikációja, ahol az utasításokat, útmutatásokat úgy kell megfogalmazni, hogy az alacsonyabb képzettségi és absztrakciós szinten álló munkatárs ne értse azt félre, de a mérnök is képes legyen a visszajelzéseket helyesen értelmezni.

Másik vállalati példa a belső rendelkezések érthető kommunikálása. Tipikus hiba, ha egy fontos döntést, pl. átszervezést egy belső közlemény úgy ír le, hogy nem veszi figyelembe a különböző csoportok tipikus gondolkozási, értelmezési modelljét.

d) Tömegkommunikáció, politikai kommunikáció

Az előzőekhez igen hasonló helyzet, amikor egy párt programot hirdet, vagy egy kormány egy országot érintő döntést kommunikál. Ezekben az esetekben ugyanazt az üzenetet más és más szavakkal, más és más kulcskifejezések használatával szükséges eljuttatni a különféle társadalmi rétegekhez, csoportokhoz. Ezek hatékonysága is növelhető az „emkognia” fejlesztésével.

e) Privát kommunikáció

A családon belüli, elsősorban a különféle generációk, valamint a női és a férfi családtagok közti kommunikációban is hasznos, sőt szükséges az „emkognikus” megközelítés. Ennek indoka, hogy az eltérő életkorú és nemű családtagok más és más életpasztalatok birtokában, különböző képzettségi szinten vannak, amiből az is következik, hogy más módon fognak kommunikálni. Ugyanakkor, ha törekednek az „emkognícióra”, sok félreértést és konfliktust előzhetnek meg.

Összegzés

Cikkünk fő állítása, hogy érdemes bevezetni az „emkognia” fogalmát, ami egy olyan képességet takar, amely segítségével a közlő fel tudja építeni magában a befogadó fél gondolati modelljét és kommunikációját, így cselekvését ezekhez igazítva végezheti.

Az empátia és az „emkognia” egymást kiegészítő fogalompár. Helyzetfüggően egyik vagy másik válhat dominánssá, és egymást nem helyettesíthetik.

Az új fogalom bevezetése mellett szóló fő érvek:

- Rendező elve sok meglévő fogalomnak: metakogníció, mentalizáció, tudatelmélet, érzelmi intelligencia, kapcsolati intelligencia.
- Használata fókuszba helyezhet egy gondolkodásmódot, ami sok területen ígér előnyöket.
- Az „emkognia” általános fejlesztése nemcsak az oktatás területén jár előnyökkel, hanem számos további szférában, mint pl. a vállalati kommunikációban, munkahelyi helyzetekben, politikai és egyéb marketing területeken, sőt még a családon belüli kommunikációban is.
- A fogalom könnyen megérthető, és segíti az egyértelmű, hatékony és tömör kommunikációt.

A kutatás folytatásában tervezzük, hogy egy-egy területre fókuszálva feltárjuk, hogyan jelent meg már ott eddig is az „emkognia” által leírt, de nem nevesített attitűd, és azt, hogy az erre vonatkozó, célzott kutatások és fejlesztések milyen előnyökkel járhatnak.

Irodalom

- APA 2022. *Mentalization*. <https://dictionary.apa.org/mentalization>. (letöltve: 2023.03.14.)
- APA 2023. *Theory of Mind*. <https://dictionary.apa.org/theory-of-mind> (letöltve: 2023.03.14.)
- Baron-Cohen, S. 1991. Precursors to a theory of mind: Understanding attention in others. *Natural theories of mind: Evolution, development and simulation of everyday mindreading* 1: 233–251.
- Bateman, A. W.–Fonagy, P. 2004. Mentalization-based treatment of bpd. *Journal of personality disorders* 18(1): 36–51.
- Borgulya Á.–Somogyvári M. 2016. *Kommunikáció az üzleti világban*. Budapest: Akadémiai Kiadó. https://mersz.hu/hivatkozas/dj184kauv_40_p1/#dj184kauv_40_p1 (letöltve: 2023.04.02.)
- Buda B. 1985. *Az empátia – a beleélés lélektana*. Budapest: Gondolat Kiadó.
- Csibra G.–Gergely G. 2002. A naiv tudatelmélet az evolúciós lélektan szempontjából. *Magyar Tudomány* 108(1): 56–63.
- Falus I. (főszerk.)–Szűcs I. (szerk.). 2022. *Didaktika – Elméleti alapok a tanítás tanuláshoz*. Budapest: Akadémiai Kiadó.
- Fishleder, A. 2022. *What Is Relationship Intelligence?* <https://4degrees.ai/blog/relationship-building/what-is-relationship-intelligence-blog/> (letöltve: 2023.04.02.)
- Gál Z. 2015a. A tudatelmélet életkori változásainak és szerepének áttekintése óvodáskortól fiatal felnőttkorig. *Iskolakultúra* 25(5–6): 59–73.
- Gál Z.–Kasik L. 2015. A helyzet- és személyspecifikus problémamegoldás kapcsolata a tudatelméleti működéssel 4-6 éves korban. *Magyar Pedagógia* 115(4): 297–318.
- Gál Z. 2015b. *A tudatelmélet életkori különbségei, kapcsolata a munkamemória kapacitással és a társas pozícióval*. Szeged: Doktori disszertáció, 1–175.
- Goleman, D. 1995. *Érzelmi intelligencia*. Budapest: Háttér Kiadó.
- Goleman, D. 2002. *Érzelmi intelligencia a munkahelyen*. Budapest: Edge 2000 Kiadó.
- Goleman, D. 2008. *Társas intelligencia: az emberi kapcsolatok új tudománya*. Budapest: Nyitott Könyvműhely.
- Kovács Z.–Komlósi E. 2013. Az értelem az érzellemmel értéket teremt – az érzelmi intelligencia és az egyéni teljesítmény kapcsolata egy nemzetközi telekommunikációs vállalat egy részlegének dolgozói körében. *Vezetéstudomány/Budapest Management Review* 44(6): 44–51.
- Premack, D.–Woodruff, G. 1978. Does the chimpanzee have a theory of mind? *Behavioral and Brain Sciences* 1(4): 515–526.
- Raine, A.–Chen, Francis R.–Waller, R. 2022. The cognitive, affective and somatic empathy scales for adults. *Personality and Individual Differences* 185(2): 111238.
- Sallai É. 1996. *Tanulható-e a pedagógus mesterség?* Veszprém: Veszprémi Egyetemi Kiadó.
- Schnell Zs. 2007. *Tudatelmélet és pragmatika*. Tudat és elme (XIV. Magyar Kognitív Tudományi Konferencia), 147–167.
- Schramm, W. 1954. How communication works. In: *The process and effects of mass communication*. University of Illinois Press, 3–26.
- Scudder, T. 2022. *What Is Relationship Intelligence?* <https://www.td.org/atd-blog/what-is-relationship-intelligence> (letöltve: 2023.04.02.)
- Shamay-Tsoory, S. G.–Harari, H.–Aharon-Peretz, J.–Levkovitz, Y. 2010. The role of the orbitofrontal cortex in affective theory of mind deficits in criminal offenders with psychopathic tendencies. *Cortex* 46(5): 668–677.

- Smith, A. 2006. Cognitive empathy and emotional empathy in human behavior and evolution. *The Psychological Record* 56(1): 3–21.
- Szénási L. 2022. A gardneri többszörös intelligencia és Franz Kett pedagógiájának metszéspontjai. *Studia Universitatis Babeş-Bolyai Theologia Reformata Transylvanica* 67(1): 10–29.
- Szivák J. 2010. *A reflektív gondolkodás fejlesztése*. Magyar Tehetségsegítő Szervezetek Szövetsége.
- Wellman, H. M.–Lagattuta, K. H. 2004. Theory of mind for learning and teaching: The nature and role of explanation. *Cognitive development* 19(4): 479–497.