

TANULMÁNYI ELKÖTELEZŐDÉS ÉS A TÁRSAS MEGISMERÉS TÁMOGATÁSA EGYETEMEN – EGY FELSŐOKTATÁSI WORKSHOP BEMUTATÁSA¹



SIFTER Éva
ELTE BTK HELP
evasifter73@gmail.com

ÖSSZEFOGLALÓ

Háttér és célkitűzések: Szubjektív jóllét megélésére vonatkozó, tájékozódó jellegű kérdőíves felmérés és a hallgatókkal végzett egyéni pszichológiai konzultációk tapasztalataira alapozva terveztem pszichológiai támogatást az Eötvös Loránd Tudományegyetem Bölcsészettudományi Karán. A beavatkozás célja a hallgatók társas megismerő készségeinek és tanulmányi elköteleződésük támogatása volt.

Módszer: „Regényhősök rapidrandija” címen 7 alkalmas, szerepjátékra építő workshopot tartottam meghívott előadókkal. A résztvevők anonim regényhősök szerepében ismerkedő beszélgetést folytattak, és értékelték benyomásaikat a másiról. Az előadók a nyelvészet, irodalomtudomány, néprajz, filozófia, kultúratudomány és pszichológia olyan ismereteit mutatták be, melyek használhatók a társas megismerés során. Azt feltételeztem, hogy a bölcsészstudás alkalmazhatóságának tapasztalata támogatni tudja a hallgatók tanulmányi elköteleződését. A workshop záróeseménye egy online, rögzített kerekasztal-beszélgetés volt, mely beszélgetés a bölcsészstudás alkalmazhatóságának a munkaerőpiac felé való kommunikálhatósága köré rendeződött.

Eredmények: Ez egy próbabeavatkozás volt, hatékonyságvizsgálatot nem végeztem. Mégis úgy gondolom, hogy az új, innovatív támogató módszer alkalmazható mind a felsőoktatási támogatások, mind egyéb pszichológiai gyakorlatok terén. Véleményem a társas megismerés személyes konstrukcióinak elméletére; az interszubjektív pszichoterápiás szemlélet elképzeléseire; a narratív pszichológia pszichodiagnosztikus értékű kutatásaira és a pszichoterápiák hatékonyságvizsgálatainak diskurzus- és tartalomelemző módszerrel végzett eredményeire építem. Bár a párkapcsolati tájékozódó beszélgetés nem pszichoterápiás szövetségépítés, mégis vizsgálható ahhoz hasonlóan.

Kulcsszavak: tanulmányi elköteleződés, bölcsészképzés hasznossága, társas megismerés, innovatív felsőoktatási támogatás

¹ A program a Kulturális és Innovációs Minisztérium anyagi támogatásában részesült.

BEVEZETÉS

Felsőoktatási tanácsadóként az Eötvös Loránd Tudományegyetem Bölcsészettudományi Karának (ELTE BTK) Hallgatói Előmenetelt eLősegítő Programjában (HELP) alapvető feladatomban a hallgatók sikeres tanulmányi haladásának pszichológiai támogatása. A sikeres tanulmányi haladás egyik feltétele a tanulmányi elköteleződés. A bölcsész képzésekben ennek az elköteleződésnek gyakran komoly akadálya, hogy nem átlátható egyes képzési tartalmak szerepe a későbbi munkavégzés szempontjából. Sokan érzik például úgy, hogy idegennyelvi képzésen nincs szükségük nyelvészeti, irodalmi, filozófiai ismeretekre, nehezen fogadják el, hogy nem nyelvtanfolyamot végeznek. Ezzel kapcsolatos negatív érzéseiket fokozza a társadalom és az állam, a szakpolitika, valamint a munkáltatók bölcsészdiplomát sok esetben leértékelő hozzáállása. A hallgatók ettől elkeserednek, motivációvesztést élnek meg, mentális egészségi állapotuk a diplomázás utáni jövővel kapcsolatos szorongásaik miatt romlik.

A hazai felsőoktatásban tanuló hallgatók mentális egészségi állapotáról, nehézségeiről jelentős tanulmányok születtek (Karner et al., 2021; Gács et al., 2025), de kifejezetten a képzéstartalmakkal kapcsolatos szorongás ezekben nem jelenik meg. Saját kérdőívem sem erre kérdezett rá, de a válaszokban ez a problematika mégis határozottan körvonalazódott, különösen szabad szöveges választ lehetővé tevő kérdéseknél. (A komplex tematikájú, feleletválasztós, rangsorolós és szabad válaszos reakciókra is lehetőséget adó, szubjektív jólléttel kapcsolatos megéléseket gyűjtő kérdőívet, melyet a Felsőoktatási Tanácsadás Egyesület szakemberei is véleményeztek kérésemre, végül nem kutatási

céllal használtam. A tájékoztató kérdőívet 501 hallgató töltötte ki az ELTE Bölcsészettudományi Karán.) Mivel egyéni pszichológiai konzultációk során emellett sokan jeleztek magányt, társas nehézségeket is, ezért egy olyan workshop-sorozatot szerveztem, melyben a hallgatók társas készségeikben is fejlődhetnek. További törekvésem volt, hogy strukturált ismerkedési lehetőséget teremtsék bölcsész- és informatikushallgatóknak, és együttműködésüket akár egy közös randiapp készítése felé motiváljam. A workshop lezárásaként egy új szemléletű tudás- és képzésszervezés lehetőségét, annak a felsőoktatásban már mutatkozó jeleit és a munkaerőpiac felé való kommunikálásának szükségességét egy online beszélgetésben jártuk körbe.

A MÓDSZERT ALAPOZÓ ELMÉLETEK RÖVID ÖSSZEFOGLALÁSA

Kelly a személyészlelés pragmatikus, fenomenológiai elméletét dolgozta ki, melyben az észlelő személy személyes, szubjektív szemlélete a hangsúlyos, nem az előzetesen felállított pszichológiai vagy pszichodiagnosztikus elméletek (in Butt, 2023). A konstrukció értékét a használhatósága jelenti. A kérdőívekre építő, tudományosnak vélt személyészlelés és személyiségdiagnosztika torzító, mert a kérdések megválaszolása érdekében a válaszadók jelentősen egyszerűsítik saját viselkedésüket. A fenomenológiai nézőpont azt teszi lehetővé, hogy ezt az egyszerűsítő torzítást kiküszöböljük. Kelly szerint sokféle észlelés, látásmód lehetséges, és a normalitás is mennyiségi kérdés csupán. A személyes konstrukciók felismerésének több módszere van, a workshop módszertana

leginkább Kelly rácsrepertoár-technikájához hasonlít, bár nála ez különböző személyek eseményekkel kapcsolatos várakozásainak kétpólusú skálákon való megítélését jelenti, mely megítélésekből rajzolódik ki a személyes észlelési konstruktum. A workshopon a beszélgetőpartner eseményekkel kapcsolatos kijelentéseit és történeteit egyrészt retorikai szempontok, másrészt bölcsészettudományos, különösen narratológiai (Angyalosi, 2018), narratív pszichológiai (László, 2001) támpontok szerint ítélték meg a résztvevők. Ennek a megközelítésnek egy része kevésbé fenomenológiai jellegű, mivel a narratív pszichológia az információk észlelését sok esetben normatív pszichodiagnosztikai adatokkal kapcsolja össze, de a mi táblázataink rácsaiban értékelt információk mátrixából is kiemelkedhet olyan pszichobiografikus mintázat (Kőváry, 2011), ami elszakad egy tekintélyelvű (premodern) vagy tudományos konszenzusokra épülő (modern) értelmező szövegészleléstől (Bókay, 2001). Az észlelés folyamata interszubjektív (Halász, 2006; Ita, 2025), mindkét beszélgetőre, a másik és önmaga észlelésére, valamint a kettőjük közötti kapcsolat folyamatára is figyelemmel és hatással van. Ez a kölcsönös hatásokon és módszeres figyelmen alapuló kapcsolat a pszichoterápiában sikeres munkaszövetséget képes építeni (Gelso & Kline, 2019; Safiran & Muran, 2024), a pszichoterápiák hatékonyságvizsgálatai során ezt is sok esetben diskurzus- és tartalomelemző módszerrel vizsgálják (Thoma & Kachele, 2008; Péley, 2008; Berán & Unoka, 2016). A workshop személyészlelést és beszélgetésvértékelést támogató módszertana ezt a kapcsolatépítő hatást párkapcsolati helyzetben használja.

Ahogy a workshopkal megmutatom, a pszichoterápia tudományosságát is alapozó fenti szemléletek és módszerek

a pszichológia és főként az egyéb bölcsészettudományok felől érkeztek.

MÓDSZER

A társas workshop alapadatai

A „Regényhősök rapidrandija” eseménysorozat egyes alkalmai (2023. szeptember, október, november és 2024. február, március, április) 3 órán át tartottak, az ELTE BTK egyik termében. Az eseményeket én terveztem, szerveztem, koordináltam és vezettem. Az esemény helyszínén néha volt egy-egy segítőt a HELP szakmentorai közül. Dr. Kugler Nóra, a HELP koordinátor szakmentora közvetítésével találtam meg a választott témákban jártas oktatókat, dr. Takács Rita az ELTE Informatikai Kar Diáktanácsadójának vezetője segítségével pedig kapcsolattartót és egyben az egyik előadót az Informatikai Karon. Előadást tartott dr. Bencze Norbert nyelvész; dr. Murzsa Tímea irodalmár; dr. Ullmann Tamás filozófus; dr. Ilyefalvi Emese néprajztudós; Farkas Veronika Janka nyelvész; Szládovics Levente pszichológus, és én is. A Kari Dékáni Titkárság vezetője, Losonczy Júlia, figyelt fel egy pályázati lehetőségre, így a Trefort-Kert Alapítvány nevében anyagi forrást nyertünk a Kulturális és Innovációs Minisztérium Lélekben rendben pályázatán. Ebből fizettünk marketingeszközöket, büféélelmiszereket és az előadókat.

A workshopon 71 regisztrálóból 24 fő vett részt, 5 ember tért vissza rendszeresen, de előfordult olyan is, hogy csak két emberrel dolgoztunk (a szerepjátékban ezért az előadóval együtt én is részt vettem). Sajnos, informatikushallgatóval csak egyszer találkoztunk – elmaradásukkal kapcsolatban ez a hallgató azt jelezte, hogy a Karok távolsága

és az események hossza erős visszatartó erő lehet mások számára.

A regényeket saját olvasmányélményeim alapján választottam, a témához illeszkedően. Összesen 33 regényt, 1 novellát, 1 mesterséges intelligencia által generált szöveget és 2 filmet használtam. Az előadások tematikáját úgy építettem fel, hogy olyan nyelvészeti, irodalomtudományos, filozófiai, néprajzi, kultúratudományi ismereteket, problémákat, kutatásokat tartalmazzanak, melyek két ember párkapcsolat-alakítási célú ismerkedő beszélgetése során hasznos támpontokat nyújthatnak a másik megítéléséhez. Ezért került szóba a retorika (a meggyőzés tudománya); az irodalomtudomány strukturalizmuselmélete; a modern és a posztmodern irodalomnak a szerző fogalmával és az identitáskonstrukcióval kapcsolatos gondolatai; a narratológia; a filozófia szerelemelméletei; a néprajz népi hagyományok kutatásának összehasonlítása a családi hagyományok kutatásaival; a távol-keleti és a nyugati kultúra befolyása ismerkedési szokásainkra és az ember-gép romantikus kapcsolatok kérdésköre.

Az események menetrendje

Minden alkalommal először a társkeresés történetéről beszéltem a jelenlévőknek. Ezután ismerkedtek meg az általam választott, az esemény témájához köthető regények hőseinek vagy hőseinek tulajdonságlistájával vagy rövid történetével, melyek segítségével azok szerepébe helyezkedtek, majd a nevükben rapidrandi beszélgetést folytattak a többi karaktert képviselő résztvevővel, egyenként. A beszélgetés során első alkalommal arra kellett figyelniük, hogy miért és hogyan válik valaki szimpatikussá számukra; a következő alkalmakon már az előző eseményeken az

előadásokban megadott szempontok szerint is figyelték a beszélgetést és a másik megítélésének alakulását. A beszélgetések után rövid szünet következett büféasztallal és kötetlen beszélgetéssel, majd egy félórás ismeretterjesztő jellegű előadás egy olyan bölcsészettudományos kutatásról vagy kérdéskörrel, ami új szempontokat adhatott a társas megismeréshez. Ezután az új szempontok rendszerezése, megbeszélése zajlott, végül az anonim regényhősök nevesítése és beszélgetés a témáról, regényekről.

A záró eseményről

Bár felmérések szerint az ELTE Bölcsészettudományi Karán diplomázók gyorsan, és a diplomás átlagbérhez közeli fizetéssel találnak munkahelyet maguknak; a munkáltatók szívesen alkalmazzák őket, elismerve, hogy mindig a legjobb kérdéseket teszik fel, de a speciális bölcsészettudást nem igazán ismerik (ezt jelezte vissza az ELTE Karrierközpont vezetője), sőt kevésbé is érdekli őket (ezt tanúsítja a 2025 májusában az ELTE Karrierközponttal közösen szervezett Kari szakmai és innovációs nap, ahol oktatók és kutatók mutatták be a társadalom és a versenyszféra számára is hasznosítható kutatási eredményeiket – sajnos a munkaerőpiac elenyésző érdeklődése mellett). Rögzített, a Kari honlapon közzétett, a Youtube-on „Bölcsészkompetenciákkal a munkaerőpiacon” címmel elérhető online kerekasztal-beszélgetésben Kassa Gabriellával (ELTE Karrierközpont vezetője) arról beszélgettünk, hogy mennyire használható a munkáltatók számára az egyetemek által nyilvánossá tett tudás és kompetenciaháló (Tudástérkép, Stratégiai Adatbázis, kurzusleírások); Tartsayné dr. Németh Nóra adjunktussal a CHARM-EU európai egyetemi szövetség kihívásalapú

képzési rendszeréről, ahol a tudás hasznos-sága a képzés alapvető csomópontja; dr. Visnovitz Ferencsel, a mikrotanúsítványokra épülő képzési rendszerekkel foglalkozó oktatási szakemberrel a mikrotanúsítványok képzési rendszert és benne a képzési tartalmak szerepét jobban átláthatóvá tevő lehetőségeiről; és dr. Senkei-Kis Zoltán adjunktussal a könyvtártudomány információszervezési kompetenciáinak használhatóságáról a képzések munkáltatók és a társadalom felé való kommunikálásában. (Beszélgetőpartnereim egyetemi pozíciói közül csak a beszélgetés témájához illeszkedőket tüntettem fel.) Ebben a beszélgetésben arra jutottunk, hogy a munkáltatóknak érdemes lenne több energiát fektetni a speciális bölcsészkompetenciák megismerésébe; az egyetemnek hatékonyabban kellene azokat kommunikálni; de valódi érdeke a hallgatóknak fűződik ehhez, érdemes aktívan fellépniük tudásuk láthatóvá tételéért. Ezt segítheti, ha már egyetem alatt is a képzésük teljességéhez illeszkedő munkát találnak, ahogy úgy gondolom az is, hogy példát mutatunk nekik speciális tudásuk pragmatikus alkalmazhatóságára – workshopommal is ezt céloztam meg. Az online kerekasztal hanganyaga ezidáig 304 emberhez ért el.

A WORKSHOP RÉSZLETES LEÍRÁSA

Randevútörténelmi tény, hogy az emberek már egészen korán próbáltak tudatos stratégia segítségével magukhoz illő párt találni, mert ettől remélték hosszútávú, sikeres szerelmi kapcsolatot. Ehhez egyre inkább fejlesztették keresési technikájukat, de az nem garantált sosem biztos sikert. A társas megismerésben fejlődtek, de ez nem feltétlenül hozta el a várva várt boldogságot. Gyakran

használtak és használnak ma is kérdőíveket, felméri a párkeresők személyiségét, igényeit, illeszkedését, támogatják ismerkedésük első lépéseit programokkal, párkonzultációkkal. Ám például televíziós randi reality-műsorok rendre kudarcba fulladnak minden tudományos támogató igyekezet ellenére. Samantha Cole (2022) ismeretterjesztő randevútörténelmi könyvéből az is kiderül, hogy az 1965-ben a Harvardon elindított számítógépes társskereső (Operation Match) a kérdőíveket kitöltőket szinte véletlenszerűen párosította, a lényeg és a sikeres pártalás azon múlt, hogy az összepárosítás után a felek elkezdtek beszélgetni, közös értelmet és jelentést adni a helyzetnek. Ennek ellenére ez a szolgáltatás nagy nyereséget termelt.

Csodát tehát nem lehet várni bármilyen tudományos eredményekre épülő boldogságkeresésben sem. McFarland és munkatársai (2013) azt a kérdést is feltették, hogy számít-e egyáltalán az interakció, vagy egyszerű testi vonzalom alapján döntünk? Megállapításuk szerint a kémiának kiemelt szerepe van.

Azonban a szervezett villámrandik résztvevői valószínűleg alapvetően nem egy elsodró vonzalmat keresnek a gyors ismerkedő beszélgetésekben. Elizabeth Stokoe (2010) a villámrandi interakciókat elemezve azt találta, hogy azokban kevésbé jelenik meg a romantika vagy a flörtölés; a beszélgetés az egymás homlokzatát kölcsönösen óvó, de célra törő kölcsönös interjúhelyzet, ahol a fő témák a kapcsolattörténetek, tervek megosztása és egy lehetséges kapcsolat szempontjából való fontossági súlyozása. Stokoe úgy találta, hogy egy következő találkozásra való döntés során fontos a beszélgetés.

Az ismerkedő beszélgetésekben pedig, ahogy alább bemutatom, sok hasznos információ elhangzik, melyeket strukturálhatunk olyan bölcsészettudományos ismeretek

segítségével, melyek a szövegből következtetni segíthetnek a beszélgetők stratégiáira, szándékaira, személyiségére, gondolkodására; a két ember illeszkedésére és vonzalmára.

Nyelvészet: retorikai szempontú diskurzuselemzés

Egy rapidrandi-beszélgetés során önreprezentáció, benyomáskeltés, pozicionálás, identításhalakulás zajlik retorikai eszközökkel, 3 dimenzió mentén (Bencze, 2021): 1. ismerősség, bizalom kialakítása személyes információk megosztásával és a logikus érvelés retorikai eszközével (logosz); 2. egyezkedés, szolidaritás, a kölcsönösen fontosnak tartott normák keresése, felmutatása hitelesség, jellem, hozzáértés felmutatásával (ethosz); 3. vonzalom, szimpátia kifejezése például kulturális utalásokon keresztüli azonosítással, közösen használt metaforákkal (pátosz). Ezek a retorikai elemek nyelvi jelekben, egységekben azonosíthatók. A logoszelemek érvelésben, logikai okfejtésben, indoklásban, következtetésben, adatokban, információkban, példákban, bizonyításokban érhetőek tetten; az ethoszelemek a nyelvi és tartalmi hasonlóságokban, a kegyekbe férkőzés, beleegyezés jeleiben, önkritikában; míg a pátoszelemek olyan összehasonlítási és azonosítási folyamatokban, melyek hasonló kulturális, egészség, sport vagy egyéb élményekre, közösségre mutatnak rá, és szimpátiát fejeznek ki.

Ha ezt a nyelvészeti megközelítést a pszichológiához illesztjük, akkor tulajdonképpen arról beszélhetünk, hogy ezeken a rapidrandis első beszélgetéseken 1. racionalitásról/normalitásról (az adott társadalomban való elfogadottságot illető hétköznapi értelemben), 2. illeszkedésről, 3. vonzalomról közvetítünk, és gyűjtünk információkat.

Az első játékos rapidrandi-alkalmon a következő regényszereplők tulajdonságlistái alapján kellett saját karaktert felépíteni a beszélgetőknek: Jane Austen: *Büszkeség és balítélet* – Elizabeth és Darcy; John Fowles: *A francia hadnagy szeretője* – Sarah és Charles; George Orwell: *1984* – Júlia és Winston.

Sarah 70 tételes listáján sok más mellett ezek a jellemzők szerepeltek (terjedelmi okokból nem közlöm az összeset): „*nincs sem bájos, sem szemérmes, sem engedelmes, sem szégyenlős arca, inkább dacos; tekintete értelmes, független lelket mutat, mélabús, nem öltözik csinosan, vonzó, 26 éves, tanult, intelligens, de nem problémamegoldó, nem élénk, magányos, kiközösített, társaságban ritkán szólal meg, van diplomáciai érzéke, művelt, tanult, ebből élt, de elvesztette a munkáját, gondol néha öngyilkosságra, de nem impulzív, nem tenné meg, harcos típus, igyekszik a saját életét élni, gyakran gondoskodik másokról, önazonos, szeret hosszan, egyedül sétálni, szerelmi csalódás érte, kihasználták, távolságtartó, nagyon vágyik a figyelemre, szeretetre, gondoskodásra, sokan bolondnak gondolják, férjhez menni tulajdonképpen nem akar, inkább önállóan élni és olyan munkát végezni, amiben örömet lel; apja egyszerű gazdálkodó volt, aki néhány éve elhunyt, akadt kérője, de elutasította őket ostobaságuk miatt; pedagógiai végzettsége van, magántanítónak dolgozott; beleszeretett egy sebesült, fekvőbeteg emberbe, aki a gondoskodására szorult, majd kiderült a férfiről, hogy házas; melankóliába esett.*”

A workshop résztvevői ilyen listák alapján szabadon építhették fel a karaktert, így volt tulajdonság, amit nem használtak, és volt, amivel ők egészítették ki a listát, ám nem térhettek el nagyon a szereptől.

Az értékelő táblázatba a fontosnak ítélt (és felismert) szempontok kerültek. Mivel nehéz volt egyszerre vinni a beszélgetést, és elemezni figyelni is rá, sok esetben a résztvevők utólag írtak a táblázatba, emlékeik alapján. Sok tényező torzította így a karaktermegítést, de ebben a workshopban nem is ennek pontossága volt a lényeg, hanem a bölcsészettudományos értékelő szempontokról való tapasztalatszerzés. Az első alkalommal csak

a rapidrandi-beszélgetés és az előadás után ismerték meg a táblázatos rendszerezés lehetőségét, illetve az újabb szempontok táblázatai is csak az előadás után kerültek elő. A workshop ezen logisztikáján érdemes lehet egyszerűsíteni.

Sarah karakterét Charles, a regénybeli partner értékrendszere felől vizsgálva (itt most a teljesség igénye nélkül) észleléseinket felépíthetjük a következőképpen:

1. táblázat. Retorika az ismerkedésben

Retorika az ismerkedésben	Racionalitás		Illeszkedés		Vonzalom	
	Igen	Nem	Igen	Nem	Igen	Nem
Logosz – értelemre ható kijelentések, magyarázatok	„a bajba jutottakon segítenünk kell, mert ők is emberek”			„nem akarok házasságban élni, mert jobb a függetlenség”	„másoknak hazudni bűn, mert fájdalmat okoz”	
Ethosz – hasonlóságok kiemelése, közös alap keresése, összehasonlítás		„te is bátran kimutatod a megbántottságod?”	„te is bátran kimutatod a megbántottságod?” „szeretek sétálni”		„te is bátran kimutatod a megbántottságod?”	
Pelmekre hatás, hivatkozás	„érezted már, hogy szenvedélyed miatt örültek néznek?”		„szabadnak lenni megnyugtató érzés”			„szabadnak lenni megnyugtató érzés”

A táblázatban azt látjuk, hogy Charles milyen megnyilvánulásokat talált kiemelésre érdemesnek Sarah-val folytatott beszélgetéséből. Sarah több esetben észérvekre hatva kommunikál, de az érzelmeit sem rejti el. Illeszkedni kevésbé törekszik. Megnyilvánulásai inkább vonzóak Charles számára, de éppen illeszkedést vizsgáló és Sarah érzelmeit megmutató kijelentéseire ambivalensen

reagál. A szabadság, hazugság, szenvedély, megbántottság, házasság témakörében még biztosan lenne miről beszélgetniük, hiszen Charles számára ezek a szempontok emelkedtek ki a beszélgetésből, ezeket ítélte meg, ezek a sarokpontjai a közös beszélgetésükből formálódó konstruktumnak. Egy Sarah szemszögéből Charles-ról készíthető konstruktumot most nem illeszték ide, de

a rapidrandi végeztével mindketten úgy gondolták, hogy újra találkozniuk kellene, lehet közük egymáshoz – ahogy a regényben is, bár ott végül elválnak útjaik. Az újratálkozás melletti döntésben az is szerepet játszott, hogy lehetőség volt több karakterrel beszélgetni, ismerkedni, összehasonlíttani őket egymással. Vagyis egy szervezett rapidrandi-esemény hasznos lehet abból a szempontból, hogy az ismerkedők elvárásrendszere saját magukban is jobban tisztázódni tud több emberrel beszélgetve, tapasztalatot gyűjtve. Az önreflexió lényeges eleme a kapcsolatépítésnek. A retorikai diskurzuselemzés módszerével tisztábban láthatjuk, hogy milyen eszközökkel próbál hatást gyakorolni a másik, és az mennyire szimpatikus számunkra, illetve hogy megfigyelhető-e a másik kijelentéseinek értelmünkkel való elfogadhatósága, hasonlósága és vonzása; valamint, hogy ezek közül számunkra melyik a döntő.

(A regényhősök kilétének és regénybeli összetartozásának felfedésére az egyes alkalmak végén került sor.)

Narratív pszichológia: Térbeli mozgás a szövegben – érzelmi dinamika a beszélőben

A narratív pszichológia (László, 2001) irodalomtudományból átvett szempontok mentén szövegeket elemezve tesz következtetéseket a szövegkonstruáló emberről. Az irodalomtudományból vette át például azt a nézőpontot, hogy a térben való mozgás dinamikájával érzékeltetni lehet érzelmi dinamikát (Bahtyin, 1976) – az örömkeresés és kínkerülés leírható valami vagy valaki felé vagy felőli mozgással. Az élettörténeti vagy emberi kapcsolatokról szóló szövegekben megjelenő érzelmi közelség és távolság,

az érzelmi távolságszabályozás nyelvi jelei számítógépes szoftver segítségével elemezhetők (Pohárnok et al., 2005). Pohárnok azt találta, hogy érzelmi ambíciendenciára és akár személyiségzavarra utalhat, ha a számunkra fontos személyekkel kapcsolatban történeteinkben egyszerre van jelen közelítés és távolítás is.

Narratív tartalomelemzéssel még nagyon sok egyéb, az adott személy működésére jellemző pszichológiai dimenzió vizsgálható, például a beszélgetőpartnerünk társas működése a szereplőfunkciók (Propp, 2005) elemzésével lehetséges: a történet szereplőjeként beszélgetőpartnerünk betölthet például segítő, akadályozó, üldöző, veszélyeztető stb. szerepeket, funkciókat – nem mindegy, hogy melyik szerepben mutatkozik meg leggyakrabban (Péley & László, 2010). Az is fontos lehet, hogy partnerünk képes-e történeteiben különböző narratív perspektívákat (beszélői nézőpontokat) betölteni, vagyis képes-e mások fejével gondolkodni, illetve rugalmasan elmozdulni hangulati állapotokból (Pólya & László, 2005). A workshopon mi csak az érzelmi közelség szabályozásának kérdését vizsgáltuk.

Ezen az alkalmon regényszereplők kötődéseit leíró szövegekkel dolgoztunk: Richard Yates: *A szabadság útjai* – April és Frank; Krusowszky Dénes: *Akik már nem leszünk sosem* – Bálint; mesterséges intelligencia generálta női karakter, ami egy rövid, szerelmi történetre utaló prompt nyomán keletkezett, kiegyensúlyozott (és unalmas) szöveget eredményezve.

April kapcsolatairól a résztvevők a következőt tudták meg (amit a beszélgetésben maguk formáltak kerek történetté): „*1. Egy rosszul sikerült színházi előadás után nem akartam a barátaimmal találkozni, kitálatam valami mesét, hogy ne kelljen velük*

tartani és szégyenkezni, mert nem lettem volna képes arra, hogy támogatást találjak a baráti együttlétben. 2. Szerintem anyám a kórházból egyenesen M. nénihez vitt engem. Nem is emlékszem, hogy rajta kívül volt-e más is mellettem öt éves koromig. Aztán még körbejártam néhány nagynénit, ismerőst, ki tudja, még kit, mikor C. nénihez kerültem. M. néniből szinte semmire nem emlékszem, C. nénit pedig mindig is utáltam. Kedvenc mondása volt, hogy „Soha ne tegyél semmit, mielőtt alaposan át nem gondoltad, utána viszont adj bele mindent, ami tőled telik.”. Egyetlen szórakozásom szüleim látogatása volt. Rajtuk kívül senkit

sem szerettem. Szerettem a ruháikat; ahogy beszéltek; ahogy felidéztek az életüket. Egy kis ékszeres dobozba gyűjtöttem róluk képeket, tőlük jegygyűrűt és hajtincset és egy kis talizánt, amit az apukámtól kaptam. 3. Az apám öngyilkos lett, az anyám pedig néhány évvel később hosszú kezelés után halt meg egy kijózanítóban. 4. Szeretlek, ha kedves vagy. Ha csúnyán beszélsz velem, nem látz többet. Általában veszekedős párkapcsolataim vannak.”

A kapcsolati történetekről szóló beszélgetések megnyilvánulásait szintén táblázatban lehet rendszerezni:

2. táblázat. Az érzelmi közelség szabályozásának nyelvi jelei

Érzelmi közelség szabályozás		Racionalitás		Illeszkedés		Vonzalom	
		Igen	Nem	Igen	Nem	Igen	Nem
Érzelmi közelség keresése	logosz	„szerettem a szüleimet, mert szép tárgyaik és érdekes történeteik voltak”					
	ethosz						
	pátosz						
Érzelmi közelség kerülése	logosz	„szégyenemben elkerülöm a barátaim, mert nem tudok tőlük érzelmi támogatást kapni”		„szégyenemben elkerülöm a barátaim, mert nem tudok tőlük érzelmi támogatást kapni”	„engem nem anyám nevelt”		
	ethosz				„veszekedős párkapcsolataim vannak”		„veszekedős párkapcsolataim vannak”
	pátosz				„utáltam a nevelőmet”		„utáltam a nevelőmet”

Itt már kevésbé csak személyes a megismerő konstruktum, hiszen egy szűkebb tematikát figyelünk, de a partner struktúráltabb kiismerése mellett itt is lehetőség van önismereti tapasztalatra. Frank láthatja, hogy több mindenben illeszkednek Aprillel, de azok nem az érzelmi közelség keresését támogató tapasztalatok.

Irodalomtudomány: az élettörténet és „szerzője”

Ricoeur (2001) az ipseitás (önmagaság) és azonosság (idem) kérdéskörét vizsgálva azt állapítja meg, hogy nincs egy állandó belső magja a személyiségünknek, de az önmagasság élménye megélhető a magunkról mondott és a rólunk szóló történetek szereplőiként.

Beszélgetőpartnerünk személyiségét ennek az elképzelésnek a fényében leginkább élettörténeti elbeszéléseiben vehetjük szemügyre. Figyelhetünk a történeteinkben betöltött szerepeinkre, funkcióinkra (Propp, 2005), a szereplők által képviselt nézőpontokra (Uspzenszkij, idézi László & Pólya, 1998), melyek a történet értelmezésének kulcsát jelentik. Felvillan a történeteinkben problémákat, kríziseket megoldó sikerességünk kérdésköre is, amit a történetek kimenetelének vizsgálatával dönthetünk el. Ricoeur (1998) a történetkimenetek, lefutások alapján műfajokat azonosít be, a narratív pszichológia hatóerőt, ágenciát.

Foucault (1999) filozófiájában az önmagasság technikáit kutatva azt találta, hogy a történelemben már korán jelentkezett az igény az emberekben, hogy a nap végén összefoglalják aznapi élményeiket, illetve hogy beszámoljanak egészségi állapotukról levelezéseikben. Egyre többet figyelték magukat, reflektáltak a történetekre, majd a történetekkel kapcsolatos érzéseikre is. Így finomodott egyre inkább az

önmagukról alkotott képük, önmagasságuk. Fontos lehet, hogy randipartnerünk elbeszéléseiben mutatkozik-e ilyen önmegfigyelési igény, mennyire ismeri önmagát, és hogyan tudja azt kommunikálni.

Fontos a történetek koherenciája is: egy ágens szerző által jól szerkesztett történet koherens időbeli rendezettségét, okozatiságát, a célhoz vezető történetszálakat tekintve. Egy jól működő szerző (Én) integrálni képes élettörténetébe a határhelyzeti sorseseeményeket (Tengelyi, 1998).

Lejeune (idézi Allamand, 2018) a történetműfajok olvasási módok, melyeket felismerve az olvasó mintegy szerződést kötve a szöveggel, azt megfelelően képes értelmezni, és nem téved el a „fikció erdejében” (Eco, 2007). Ha tudom, hogy krimi olvasok, akkor mást várok el szerkesztettséget, okozatiságot, koherenciát tekintve, mint ha posztmodern regényt. Ez alapján egy élettörténetnek nem feltétlenül kell koherensnek lennie, de az integráltság egy vonzó szempont lehet az élettörténet szerzőjére vonatkoztatva. Lejeune az identitás önéletrajzi közvetíthetőségét is keresi, és azt gondolja, hogy bár az önéletrajz egy „lehetetlen” műfaj, mégis létezik, és szintén az írója és olvasója közti szerződés teszi lehetővé, hogy azt az olvasók elfogadják és értik.

Posztmodern nézőpontból nincs sem jól beazonosítható irodalmi szerző, sem Én (Kayser, 1998) Nem fontos, hogy a szerző egy emberrel vagy annak nevével azonosítható legyen. Életünk mások életébe ágyazott, ennek kontextusában alakul (Foucault, 1999), ahogyan egy irodalmi szöveget is szerző és olvasó együtt írnak (Ricoeur, 1998). Lényegessé válik, hogy a szerző kinek ír, a beszélgető kinek beszél, mit tud, és mit feltételez róla, hozzá képest hogyan szeretné magát bemutatni, pozicionálni. Fontossá válik az olvasás és a beszélgetés folyamatába hozott

nem tudatos személyes tudás, ami dinamikákat tart fenn. És fontossá válik a beszélgetés folyamatában az egymásra hatás, a kontextuális Én-nek az aktuális közös konstrukciók folyamatban történő kiépülése, vagyis az interszubsztivitás.

Egy ismerkedő beszélgetés elemzősekor használni lehet McAdams (2001) komplex szempontrendszerét is, melyet az élettörténetek narratív pszichológiai tartalom-elemzéséhez dolgozott ki. Modelljében

az élettörténetben azonosítja a hatalom és az intimitás tematikus vonalait az élettörténet szereplői, ideológiai háttere, nukleáris epizódjai és az én állapotát mutató narratív komplexitás mellett, így felfedve az egyénre jellemző azonosulási mintázatot. Ezeket a jeleket pedig ugyanúgy táblázatba lehet rendezni és meg lehet ítélni általános elfogadhatóság, illeszkedés és vonzalom szempontjából, mint a retorikai és érzelmi közelség-szabályozási szempontokat.

3. táblázat. Élettörténet és irodalomtudomány

Élettörténet jellemzői		Racionalitás		Illeszkedés		Vonzalom	
		Igen	Nem	Igen	Nem	Igen	Nem
Hatalomhoz való viszony jelei	logosz						
	ethosz						
	pátosz						
Intimitáshoz való viszony jelei	logosz						
	ethosz						
	pátosz						
Narratív koherencia	logosz						
	ethosz						
	pátosz						
Sorseseemények jellege (pozitív, negatív)	logosz						
	ethosz						
	pátosz						
Sorseseemények szubsztív megé-lése	logosz						
	ethosz						
	pátosz						
Megküzdés, ágencia	logosz						
	ethosz						
	pátosz						
Kimenetel	logosz						
	ethosz						
	pátosz						
Sorseseemények integrációja	logosz						
	ethosz						
	pátosz						

Élettörténet jellemzői		Racionalitás		Illeszkedés		Vonzalom	
		Igen	Nem	Igen	Nem	Igen	Nem
Ismétlődések	logosz						
	ethosz						
	pátosz						
Szereplőfunkciók	logosz						
	ethosz						
	pátosz						
Narratív perspektíva	logosz						
	ethosz						
	pátosz						
Időbeliség (múlt, jelen vagy jövő-fókusz)	logosz						
	ethosz						
	pátosz						
Mások történetébe ágyazottság, szociális háló	logosz						
	ethosz						
	pátosz						

A workshopon az élettörténetek a következő regényekből származtak: Dragomán György: *Máglya* – Emma; Umberto Eco: *Loana királynő titokzatos tüze* – Yambo; Michel Houellebecq: *Egy sziget lehetősége* – Daniel; Rakovszky Zsuzsa: *A kígyó árnyéka* – Orsolya; Závada Pál: *Jadвига párnája* – az ifjabb Mihály; Emile Zola: *Nana* – Nana; Schwechtje Mihály: *Félúton Berlinbe* – Vivien; James Joyce: *Ifjúkori önarckép* – Stephen.

Néprajz: hagyományok, rituálék

Stern szelffejlődés-elméletéhez (Karterud & Monsen, 1997) – azon belül a narratív szelf fejlődéséhez – kapcsolódó kutatások önéletrajzi elbeszélések alakulását vizsgálva arra a következtetésre jutottak, hogy egy teherbíró szelf fejlődéséhez nagyon lényeges alap, hogy megélhető és elbeszélhető-e a gyermek számára az idő és az események menetének egy általános, rutinszerű, biztonságot

adó folyása, ami a kiugró események (akár sorseseemények) élettörténetbe ágyazását is könnyebben lehetővé teszi, sikeresebb megküzdési módok működtetéséhez stabilabb alapul szolgálhat. Vagyis az ismétlődések, rutinok, hagyományok, folytonosság megélhetőseége komoly szerepet játszik a teherbíró szelf és az identitás alakulásában (Bruner & Lucariello, 2001). A néprajz tudománya persze nem az egyes családok napi rutinját kutatja, hanem azokat a nagyobb családhoz, nagyobb közösségekhez köthető ismétlődő gyakorlatokat, amikbe a kisebb családok élete beágyazódik. Párkapcsolatok sikerességét mindkettő befolyásolhatja.

A néprajztudomány és a pszichológia tudománya is megtermékenyítő hatással volt egymásra (lásd a *Thalassa* folyóirat Róheim-émlékszámát, 1992), Róheim Géza (1932), Clifford Geertz (2001), Margaret Mead (2003), James G. Frazer (2019), Mircea Eliade (2023) olyan szokásrendszereket és azok lélektani motivációit tárták fel, mint

a matriarchális és patriarchális társadalmakban működő rokonsági (szülő–gyermek–testvérek) dinamikából adódó hagyományok vagy a különböző termékenységi és serdülőkori beavatási rítusok, illetve a halállal kapcsolatos hiedelmek. Geertz a kultúrát mint szöveget fogta fel (melynek jelentését közösen alkotjuk) és sűrű leírás módszerével a kultúrák és szimbólumaik komplexebb megértését tette lehetővé. A sűrű leírás módszer úgy kapcsolja össze az etnográfiai és a pszichológiát, hogy a társadalmi szimbólumok, például szokások mögött jelentéseket keres. Ilyen nézőpontból az is fontos, hogy egy népi vagy családi hagyomány milyen kontextusban, milyen hatásokra, mely dinamikák nyomán alakult ki, és miért maradhatott fenn. Egy másik ember megismeréséhez erről is érdemes történeteket meghallgatni – persze nem feltétlenül egy első beszélgetésen.

Társadalmi-kulturális szimbólumokkal dolgozik Jung (1993) is mélylélektanában, ám ő a szimbólumokat nem folyamatos konstrukciók eredményének, hanem ősi archetípusoknak értelmezi. Komoly világnézetbeli különbségeket jelezhet, ha valaki a szimbólumokat valami eredendő, gyógyító hatással bíró ősi igazság örököinek gondolja, vagy ha egy adott társadalom kulturális hagyományából eredő konstruált jelentéseknek.

A család kis közösségeinek is vannak a tágabb közösség kultúrájába illeszkedő vagy éppen eltérő hagyományai. Jelentéssel bírhat egy bontakozó párkapcsolatra nézve ez a beágyazódás, és két ember ilyen szempontú illeszkedése, egyezkedése. A párválasztás, házasságkötés módja is lehet mind a nagyobb közösség (vallás, nemzet), mind a családok szokásrendszerének a párkapcsolatok alakulásának szempontjából kritikus eleme. Sokszor nem csak az esküvővel kapcsolatos közös gondolkodás, de más vallásos, népi,

illetve családi ünnepekhez fűződő hagyományok (jellegzetesen például a karácsony megünneplése) össze nem illésének megtapasztalása is vezethet akár végzetes szakításokhoz párok között vagy a családon belül.

Elblinger Csaba (2011, 2013) saját kutatása során a családi rituálék családi azonosulásban, identitásképzésben betöltött szerepét vizsgálta kérdőívek segítségével. A családi étkezések, hétvégék, nyaralások, éves családi ünnepek, különleges ünnepek, vallási ünnepek, nemzeti hagyományok alkalmára a családi közösségben kialakult szokások gyakoriságát, rendszerességét, folytonosságát, tudatosságát, a családtagok által betöltött szerepeket, részvételt, a megélt érzelmeket, az alkalmak szimbolikus jelentőségét, a kommunikáció jellegzetességeit, és a hagyományok rugalmasságát monitorozva azt találta, hogy a családi rituálék működtetése a hipotézisével egybevágoan segíti az identifikációt, egyedül a vallási ünnepeknél nem talált ilyen kapcsolatot, azok megélése nem a családi összetartozástudatot erősíti. Olyan hagyományok megváltoztatása, melyek biztonságot nyújtó identitásunk alapját képezik igen nagy lemondást jelenthet erős szerelem és elköteleződés esetén is. Egy empatikus, érzékeny, a hagyományok mögött meghúzódó jelentésekre, azok alakulására és fennmaradásának okaira, a másik ember életében betöltött szerepükre figyelő ismerkedő attitűddel elébe mehetünk későbbi kapcsolati töréseknek. Az etnográfia által felvetett szempontok és módszerek segítségünk lehetnek a másik megismerésében és megértésében, elfogadásában, a saját értékrendszerünk tisztázásában.

4. táblázat. Néprajz és családi hagyományok

Szokások, hagyományok, értékrendszer		Racionalitás		Illeszkedés		Vonzalom	
		Igen	Nem	Igen	Nem	Igen	Nem
Hétköznapi szokások, rutin	logosz						
	ethosz						
	pátosz						
Családi ünnepek hagyományai	logosz						
	ethosz						
	pátosz						
Nemzeti ünnepek hagyományai	logosz						
	ethosz						
	pátosz						
Vallási ünnepek hagyományai	logosz						
	ethosz						
	pátosz						

A néprajzos alkalom irodalma: Karl Ove Knausgaard: *Harcom, Halál* – Karl; Esterházy Péter: *Harmonia Caelestis* – Péter; Paul Auster: *1,2,3,4* – Ferguson; Tempfői: *A befalazott Madonna* – Anna; Thomas Mann: *A Buddenbrook-ház* – Tony; Gustave Flaubert: *Bovaryné* – Emma.

Filozófia és pszichológia: a szerelem filozófiája

A filozófia tudománya nem csak kutatási témát, az ezekről való gondolkodási módot, tudományfilozófiát, világképet és emberképet adott a pszichológiának, de a filozófiának magának is van segítő praxisa (Sárkány, 2014), amely szerint az élet nagy kérdéseiről való közös gondolkodás, mások, főként a gondolkodásban kiemelten jártas filozófusok elképzeléseinek a megismerése, segítheti életvezetési és mentális problémák megválaszolását. A sikeres párválasztás témájához illetve található a filozófia módszertanában mind a logikai elemzésre (analitikus

filozófia), mind a közös gondolkodásra (kontinentális filozófia) építő módszerek. Előbbihez illeszkedik workshopunk a táblázatba szedhető keresési utak próbájával, utóbbihoz az emberi jelenségek megismerhetőségét a közös jelentésteremtés folyamatához rendelő nézőponttal. A szerelem természetéről alkotott filozófiai elképzelések megismerése és a saját szerelemfilozófiánk tudatosítása, másokéval való összevetése hasznos lehet a sikeres pártalálásban, kapcsolatépítésben.

Alapvető filozófiai mű a témában Platón *A lakoma* (2021) című párbeszédese formájú írása, melyben többféle álláspont bontakozik ki a szerelemtől. Megkülönböztetnek égi és földi, testben gyökerező és lelki, valamint a tökéletes másik fél keresésére irányuló szerelmet is. A műben megjelenő szerelemfilozófiák a mai napig befolyásolják a gondolkodásunkat, sokszor tudattalanul.

Ficino (Boros, 2014) testi, mégis éteri szerelmet hirdet. Kierkegaard (1994) filozófiájában a szerelemnek magának a szépsége, esztétikuma kerül fókuszba. A csábító

naplója című írásában a szerelem esztétikai és a házasság etikai jellegét hangsúlyozza. A szerelem szerinte a kifinomult csábítás esztétikájának élvezete, melynek során a másikban előbb felépíti a szerelem érzését, és amikor az tökélyre jut, akkor elhagyja a másikat. A cél a tökéletes érzés kifejllesztése.

Sartre szerint (Fehér, 1980) a szerelem sem nem kozmológiai, sem nem biológiai-pszichológiai beágyazású jelenség. Ontológiailag érdemes inkább megközelíteni, így tekintve pedig a szerelmet nem hétköznapi érdekek vezérlik, hanem a másért-való-lét. Kierkegaard-hoz hasonlóan úgy gondolja, hogy a saját tekintetünkkel teremtjük meg szerelmünket, meg akarjuk szeretetni magunkat, ezért tárgyként bemutatjuk magunkat a másiknak, de ez a másik nem szerelmünk tárgya lesz, hanem az a szubjektum, akinek tekintetében mi is formát öltünk, valakivé válunk. Kierkegaard-ral szemben Sartre nem gondolja, hogy a másik minket objektíváló tekintetét, érzéseinek alakulását, aktívan befolyásolni tudnánk. Kierkegaard

csábítója pont ezt a folyamatot uralja (le). Kierkegaard csábítója szubjektumként, Sartre-é objektumként viselkedik. A másik rólam való képének alakításához az ő szabadságára kellene hatni tudnom, tudatát kellene rabul ejtenem. Ez azonban megszüntetné a szerelmet. A szerelem kontrollra vágyik, de akkor is elégedetlen, ha megkapja. Az egymásra vonatkozó kölcsönös csábítási vágy konfliktust okoz.

A vágyak eredetének és alakulásának pszichoanalitikus vizsgálata Lacan-t arra a következtetésre vezeti, hogy férfi és nő világa még a végtelenben sem tart össze, a Másik iránti abszolút vágy kielégíthetetlen, mindig hiány érzését hagyja maga után (Lacan, 1993; Erős, 1993).

Saját, személyes filozófiánkon (és annak tudatosságán) múlhat párkapcsolati elköteleződésünk, boldogságunk. A tudatosságot növelheti, ha hallgatólagos tudásaink világossá és megoszthatóvá válnak. A szerelem mibenlétének végiggondolását pedig segíthetik avatott gondolkodók: filozófusok.

5. táblázat. Személyes szerelemfilozófia megjelenése az ismerkedő beszélgetésben

Szerelemfilozófiák		Racionalitás		Illeszkedés		Vonzalom	
		Igen	Nem	Igen	Nem	Igen	Nem
A szerelem biokémia	logosz						
	ethosz						
	pátosz						
A szerelem lelki jelenség	logosz						
	ethosz						
	pátosz						
Véleménye a szerelem (ki)alakulásának befolyásolhatóságáról	logosz						
	ethosz						
	pátosz						
Véleménye az illeszkedés fontosságáról a szerelemben	logosz						
	ethosz						
	pátosz						

Szerelemfilozófiák		Racionalitás		Illeszkedés		Vonzalom	
		Igen	Nem	Igen	Nem	Igen	Nem
Létezik-e egy tökéletes nagy Ő?	logosz						
	ethosz						
	pátosz						
Lehetséges-e boldog szerelem, párkapcsolat?	logosz						
	ethosz						
	pátosz						

Az alkalmon felhasznált regényirodalom a következő volt: Søren Kierkegaard: *Vagy-vagy: A csábító naplója* – Johannes; Johann Wolfgang von Goethe: *Vonzások és választások* – Charlotte és Otília; Marcel Proust: *Az eltűnt idő nyomában: Bimbózó lányok árnyékában* – Marcel; Salman Rushdie: *Quichotte* – Quichotte; Esterházy Péter: Csokonai Lili: *Tizenhét hattyúk* – Lili.

Kultúratudomány: interkulturális szerelem

Ahogy egy kultúrkörön belül is érdemes figyelni kisebb közösségek és egyének szokásrendszerére, úgy nagyobb mértékben eltérő kultúrából érkezett emberek értékrendszerének összehasonlítása, egyeztetése

is támogathatja sikeresebb kapcsolódásukat. A workshop során az európai és távol-keleti párválasztási szokásokat, kulturális kapcsolati forgatókönyveket hasonlítottuk össze. A távol-keleti forgatókönyveket alakító konfucianizmus szerint a szerelem legfontosabb funkciója a gyermeknemzés. Az ebben a szemléletben szocializálódott emberek nagyon másként tekintenek a párkapcsolatokra, mint akik az egyéni boldogságot keresik abban. A diplomás nők helyzete különösen más a távol-keleti kultúrákban, gyakran oda születte sem találnak párt. Távol-keleti országokban még ma is gyakori a rokonság által elrendezett ismerkedés és házasságkötés, ahol egyéni szubjektív érzések kizárásával mintegy üzleti szerződést kötnek a családok – nem a házasulandó felek, ahogy Európában.

6. táblázat. A párkereső beszélgetés interkulturális szempontjai

Interkulturális szempontok		Racionalitás		Illeszkedés		Vonzalom	
		Igen	Nem	Igen	Nem	Igen	Nem
A házasság a felek kölcsönös bizalmán alapszik	logosz						
	ethosz						
	pátosz						
A házasság szerződésre alapozott	logosz						
	ethosz						
	pátosz						
Vélemény a házasság felbonthatóságával kapcsolatban	logosz						
	ethosz						
	pátosz						

Interkulturális szempontok		Racionalitás		Illeszkedés		Vonzalom	
		Igen	Nem	Igen	Nem	Igen	Nem
A házasság a házasuló felek szabad döntése	logosz						
	ethosz						
	pátosz						
A házasság csalások megállapodása	logosz						
	ethosz						
	pátosz						
A házasság legfontosabb alapja a kölcsönös szerelem	logosz						
	ethosz						
	pátosz						
A házasság közös értékeken és elköteleződésen alapuló racionális döntésre épül	logosz						
	ethosz						
	pátosz						
A házasság célja a boldogság	logosz						
	ethosz						
	pátosz						
A házasság célja a gyermeknemzés	logosz						
	ethosz						
	pátosz						

Regényhőseink voltak: Mircea Eliade: *Maitreyi: Bengáli éjszaka* – Allan; Laura Esquivel: *Szeress Mexikóban* – Esperanza; Andrei Makine: *A francia hagyaték* – Andrei; Arthur Golden: *Egy gésa emlékiratai* – Szajuri; Gabriel García Márquez: *Száz év magány* – Aureliano José; Orhan Pamuk: *A piros hajú nő* – Aysa.

Pszichológia és informatika: ember–robot-szerelem

Ezt a témát azért emeltem be a workshopba, hogy az általam remélt bölcsész–informatikus-találkozásokat segítsem. Sajnos a munkaerőpiacon most keresett szakemberek nem mindig látják át, esetenként pedig nem ismerik el, hogy programozói tevékenységük egy másik szakterület eredményeit használva tud jól árazott termékeket létrehozni, legyen az

a terület akár természettudomány (orvosi szoftverek), akár logisztika (raktározáshoz használt szoftverek), akár gazdaságtudomány (könyvelői szoftverek), akár nyelvészettudomány (ChatGPT), akár filozófia (etikai kérdések az informatikai fejlesztésekben). Ezt a felismerést és a tudatos együttműködés esélyét szerettem volna támogatni, felajánlva egy általam összerendezett tudáshalmazt és megszervezett találkozási lehetőséget, melyből akár közös projekt (szakdolgozat, TDK-dolgozat, termék) születhetett volna – ez nem valósult meg.

Már a randevútörténelmi bevezetőben kiderült, hogy informatikának, pszichológiának és ismerkedésnek van közös múltja, és minden eddigi sikertelenség ellenére nem tűnik leáldozóban levőnek a jelene, mivel a piaca nem csökken.

A párkeresés informatikai és pszichológiai alapú támogatása mellett egyre fontosabb kérdéssé válik, hogy meddig beszélhetünk majd humán és mesterséges intelligencia, illetve humán és nem humán létezés közötti határvonalról, és meddig biztonságos a határvonalakat közelíteni. Vajon tulajdoníthatunk-e robotoknak, mesterséges intelligenciának érzelmeket, és érezhetünk-e mi, emberek szerelmet irántuk? Ha Sternbergnek (1986; Öry et al., 2022) a szerelem háromszögelméletéből indulunk ki, akkor intimitás, elköteleződés és szenvedély különböző kombinációiban robotokkal kapcsolatban is gondolkodhatunk. Más kérdés, hogy ezt mennyire tekintik természetesnek egy adott kultúrában; boldogítóbb-e, mint az emberek közötti szerelem; mennyire kontrollálható, és nevezhető-e kölcsönösnek.

Ez a téma ugyan talán kevesebb ismerkedő beszélgetésben jelenik meg, mégis lehet olyan szempontrendszert találni, melynek megbeszélése nagyon sok információt nyújthat a másik világhoz való kapcsolatáról (lásd: az elhanyagolt Umwelt világ beemelése a pszichológiába; Kőváry, 2019), illetve arról, hogy valakinek mire van szüksége a partnere részéről (közös humán élményvilág, szexualitás, figyelem, megértés, kölcsönösség, esendőség vagy tökéletesség, védelem, közös élmények, kiszámíthatóság stb.).

A hősök, akikkel dolgoztunk: Douglas Adams: *Galaxis útikalauz stopposoknak* – Vakta; Kurt Vonnegut: *A Titán szirénjei* – Salo; Isaac Asimov: *Igaz szerelem* (novella) – Joe; Stanislaw Lem: *Solaris* – Chris (de női karakterként); Ridley Scott: *Szárnyas fejvadász 1.* (film) – Rick; Spike Jonze: *A nő* (film) – Theodor.

7. táblázat. Kapcsolat a szűkebb és tágabb környezettel

Hogy van a világban, mit vár tőlem?	Racionalitás		Illeszkedés		Vonzalom	
	Igen	Nem	Igen	Nem	Igen	Nem
Kapcsolata saját belső világával (önreflexió, önértékelés)	logosz					
	ethosz					
	pátosz					
Kapcsolata közvetlen társas környezetével, más humán léte- zőkkel	logosz					
	ethosz					
	pátosz					
Kapcsolata közvetlen fizikai környezetével	logosz					
	ethosz					
	pátosz					
Kapcsolata az emberiséggel, humán értékekkel	logosz					
	ethosz					
	pátosz					
Kapcsolata a Föld-i ökosziszté- mával	logosz					
	ethosz					
	pátosz					

Hogy van a világban, mit vár tőlem?		Racionalitás		Illeszkedés		Vonzalom	
		Igen	Nem	Igen	Nem	Igen	Nem
A Világegyetemről vallott nézetei	logosz						
	ethosz						
	pátosz						
Párkapcsolattal szembeni elvárásai, igényei	logosz						
	ethosz						
	pátosz						

A fenti értékelő táblázatokat egy személy vagy egy regényhős esetére alkalmazva komplex képet kaphatunk róla és magunkról is. Szinte használható úgy, mint egy kölcsönös analízis (Bakó & Zana, 2015) vagy kölcsönös szupervízió. (Az interszubjektív terápiás szövetség építése nem feltétlen kölcsönösen megosztott élettörténeti információkat jelent, hanem a terapeuta saját reakcióinak monitorozását.)

Következtetések

A workshop kidolgozása és végigvitele hatalmas munka volt, és természetesen látom, hogy sok finomítást igényel, ha a továbbiakban valamilyen formában működtetni szeretném.

Úgy gondolom, hogy a felsorakoztatott szempontok mentén párkapcsolat és pszichoterápia építése során is végezhető személyiségbecslés és interszubjektív szemléletű munkaszövetségépítés, valamint használható e szempontok tanulmányi céllal.

Megítélésem szerint az is látszik, hogy fenti módon a bölcsészettudományos tudáselemek, kurzustartalmak, kutatások összefüggő hálózatba rendezhetők egy gyakorlati, praktikus csomópont köré – esetemben a társas megismerés volt a kijelölt csomópont. A tudás és képzés ilyen módon történő rendezése rámutathat hasznosságára, növelve irányában az elköteleződést. Ezt a praktikus csomópont köré rendeződő képzést valósítja meg már most is a kihíváslapú oktatás (CHARME-EU), valószínűleg érdemes lenne a képzések mind nagyobb részét áttervezni hasonlóan. A tanulmányomban bemutatott workshop képzési elemként megvalósítva első körben készségfejlesztő kurzusként, hatékonyságvizsgálat és továbbfejlesztés után mikrotanúsítványként is működhet, ahol egy szűkre szabott, párkapcsolati kommunikációt fejlesztő mikrotanúsítványból tovább építkezve akár speciális, bölcsészettudományos alapú graduális pszichoterapeuta képzés is kialakítható lenne.

SUMMARY

SUPPORTING ACADEMIC ENGAGEMENT AND SOCIAL COGNITION AT THE UNIVERSITY:
A HIGHER EDUCATION WORKSHOP PRESENTATION

Background and Aims: Based on experiences from an orientation-aimed subjective well-being questionnaire survey and individual psychological consultations with students, I designed an intervention at the Faculty of Humanities of Eötvös Loránd University. The intervention supports students' interpersonal perception skills and their commitment to their academic studies.

Method: This intervention was the "Novel Heroes Rapid Dating" seven-part workshop, based on participants' role-playing and presentations by invited speakers. Participants dated in the name of anonymous novel heroes and analyzed their impressions of each other. The speakers presented linguistic, literary, ethnographic, philosophical, and cultural knowledge applicable to interpersonal interactions. I hoped that experiences of the applicability of humanities knowledge could support students' commitment to academic studies. The final event of the workshop was an online, recorded roundtable discussion focusing on the communicability of the applicability of humanities knowledge to the labor market.

Conclusions: This was a pilot intervention; I did not conduct an effectiveness study. Still, I believe that this new, innovative support method can be applied both in higher-education support and in other psychological practices. I base my opinion on the theory of personal constructions of social cognition; on the ideas of intersubjective psychotherapy; on the psychodiagnostic value of narrative psychology; and on the results of efficacy studies of psychotherapy (discourse and content analysis). Although the relationship-oriented conversation is not psychotherapeutic alliance-building, it can still be studied in a similar way.

Keywords: commitment to academic studies, practicality/applicability of humanities knowledge, interpersonal perception, innovative higher-education support

IRODALOM

- Allamand, C. (2018). The autobiographical pact, forty-five years later. *The European Journal of Life Writing*, 7, 51–54. <https://doi.org/10.5463/ejlw.7.258>
- Angyalosi, G. (2018). Tzvetan Todorov, a közvetítő. *Helikon – Irodalom- és Kultúratudományi Szemle*, 64(1), 3–14.
- Bahtyin, M. (1976). *A szó esztétikája*. Gondolat Kiadó.
- Bakó, T., & Zana, K. (2015). Kölcsönös analízis Ferenczi Sándor nyomán. Kölcsönösség és realitás a terápiában: a kölcsönös analízis ma. *IMÁGÓ BUDAPEST*, 4(4), 79–99.
- Bencze, N. (2021). Önbemutató, önreflexió. Megismerkedési diskurzusok első személyű megnyilatkozásai. In T. E. Grácsi, & Zs. Ludányi (Eds.), *Doktoranduszok tanulmányai az alkalmazott nyelvészet köréből 2021* (pp. 80–107). Nyelvtudományi Kutatóközpont. <https://doi.org/10.18135/Alknyelvdok.2021.15.4>
- Berán, E., & Unoka, Zs. (2016). *Élettörténetek a pszichoterápiában*. Oriold Kiadó.
- Boros, G. (2014). *A szeretet/szerelem filozófiája. Szisztematikus – történeti tanulmányok*. ELTE Eötvös Kiadó.
- Bókay, A. (2001). *Irodalomtudomány a modern és posztmodern korban*. Osiris Kiadó.
- Bruner, J., & Lucariello, J. (2001). A világ narratív újratemtése a monológban. In J. László, & B. Thomka (Eds.), *Narratívák 5.* (pp. 131–156). Kijárat Kiadó,
- Butt, T. (2023) *George Kelly és a személyes konstrukciók pszichológiája*. Animula.
- Cole, S. (2022). *How Sex Changed the Internet and the Internet Changed Sex*. Workman Publishing Company.
- Eco, U. (2007). *Hat séta a fikció erdejében*. Európa Könyvkiadó.
- Elblinger, Cs. (2011). Családi rituálék és családi identitás. *Psychiatria Hungarica*, 26(6), 444–450.
- Elblinger, Cs. (2013). *A családi rituálék szerepe a családi identitás konstrukcióban*. Doktori disszertáció. Pécsi Tudományegyetem.
- Eliade, M. (2023). *Az örök visszatérés mítosza*. Helikon Kiadó.
- Erős, F. (1993). Jacques Lacan, avagy a vágy tragédiája. *Thalassa*, 4(2), 29–44.
- Fehér, M. I. (2013). A szerelem Sartre-i filozófiája és Kierkegaard. In S. Laczkó (Ed.), *A szerelem. Lábjegyzetek Platónhoz kiadói sorozat füzete*. (pp. 265–292). Pro Philosophia.
- Foucault, M. (1999). *Nyelv a végtelenhez*. Latin Betűk Kiadó.
- Frazer, J. G. (2019). *Az aranyág*. Osiris Kiadó.
- Gács, B., Csikós, T., Orvos, L., Matavovszky, D., & Karner, O. (2025) Kikényszerített megküzdők, hátszéllel indulók és stabilizálódott felnőttek: Magyar egyetemisták mentális egészségi profiljai. *Máltai Tanulmányok: A Magyar Máltai Szeretetszolgálat Tudományos Folyóirata*, 7(2), 25–44.
- Geertz, C. (2001). *Az értelmezés hatalma*. Osiris Kiadó.
- Gelso, Ch. J., & Kline, K. (2019). The sister concepts of the working alliance and the real relationship: on their development, rupture, and repair. *Research in Psychotherapy – Psychotherapy, Process and Outcome*, 22(2), 247–268. <https://doi.org.10.4081/ripppo.2019.373>

- Halász, A. (2006). A pszichoanalízis interszjektív fordulata: A pszichoterápiás kapcsolat új megvilágításban. *Lélekelemzés, 1*(1), 102–108.
- Hargitai, R. (2008). Kontextus és elbeszélés – Az elbeszélői kontextus szerepe a narratív pszichológiai tartalomelemzésben. In O. Vincze, & S. Bigazzi (Eds.), *Élmény, történet – A történetek élménye* (pp. 78–90). Új Mandátum Könyvkiadó.
- Iser, W. (2004). *Az értelmezés világa*. Gondolat Kiadó.
- Ita, M. (2025). A kapcsolati pszichoanalízis és a Budapest-modell találkozása. *Imágó Budapest, 14*(1), 27–54.
- Jung, C. G. (1993). A tudattalan megközelítése. In C. G. Jung, & M. L. von Franz (Eds.), *Az ember és szimbóluma* (pp. 17–104). Gönczöl Kiadó.
- Karner, O., Kiss, M., Oroszné, Dr. Perger, M., Füleki, B., Franczia, N., Török, L., Csikai, E., & Sebő, T. (2021) *Magyarországi felsőoktatásban tanuló hallgatók mentális jóllétének felmérése*. Felsőoktatási Tanácsadás Egyesület.
- Karterud, S., & Monsen, J. T. (1997). *Szelfpszichológia – a Kohut utáni fejlődés*. Animula Kiadó.
- Kayser, W. (1998). A modern regény keletkezése és válsága. In B. Thomka (Ed.), *Narratívák 2.* (pp. 173–200). Kijárat Kiadó.
- Kierkegaard, S. (1994). *Vagy-vagy*. Osiris – Századvég Könyvtár.
- Kőváry, Z. (2011). A pszichobiográfia mint módszer – Az élettörténet-elemzés reneszánsza: új perspektívák a személyiség és kreativitáskutatásban. *Alkalmazott Pszichológia, 20*(4), 65–92.
- Kőváry, Z. (2019) Bevezetés: Föld és lélek – klímaválság és pszichológia. *IMÁGÓ BUDAPEST, 8*(4), 3–10.
- Lacan, J. (1993). Részletek a Hamlet-szemináriumból. *Thalassa, 4*(2), 17–28.
- László, J. (2001). Narratív pszichológia: új megközelítés a pszichológiában. In J. László, & B. Thomka (Eds.), *Narratívák 5.* (pp. 7–13). Kijárat Kiadó.
- McAdams, D. P. (2001). A történet jelentése az irodalomban és az életben. In J. László, & B. Thomka (Eds.), *Narratívák 5.* (pp. 157–174). Kijárat Kiadó.
- McFarland, D. A., Jurafsky, D., & Rawlings, C. (2013). Making the connection. Social bonding in courtship situations. *American Journal of Sociology, 118*(6), 1596–1649. <https://doi.org/10.1086/670240>
- Mead, M. (2003). *Férfi és nő: a két nem viszonya a változó világban*. Osiris Kiadó.
- Őry, F., Happ, Zs., Zsidó, A. N., & Meskó, N. (2022). A Sternberg-féle Szerelem Kérdőív magyar változata (STLS-H). *Magyar Pszichológiai Szemle, 77*(1), 53–79. <https://doi.org/10.1556/0016.2022.00003>
- Péley, B. (2008). A pszichoterápiák hatékonyságának vizsgálata. In O. Vincze, & S. Bigazzi (Eds.), *Élmény, történet – A történetek élménye* (pp. 152–168). Új Mandátum Kiadó.
- Péley, B., & László, J. (2010). Character function as indicators of self states in life stories. *Empirical Text and Culture Research, 2010*(4), 42–49.
- Platón (2021). *A lakoma*. Helikon Kiadó.
- Pohárnok, M., Nagy, L., Bóna, A., Naszódi, M., Kis, B., & László, J. (2005). A kapcsolati mozgások számítógépes nyelvészeti vizsgálata élettörténeti narratívumokban – A LAS-Vertikum közelítés-távolítás modulja. *Pszichológia, 25*(2), 157–170.

- Pólya, T., & László, J. (2005). Making sense of life stories: The role of narrative perspective in perceiving hidden information about social identity. *European Journal of Social Psychology*, 35(6), 785–796. <https://doi.org/10.1002/ejsp.277>
- Propp, V. J. (2005). *A mese morfológiája*. Osiris Kiadó.
- Ricoeur, P. (1998). A szöveg világa és az olvasó világa. In Thomka, B. (Eds.), *Narratívák 2.* (pp. 9–40). Kijárat Kiadó.
- Ricoeur, P. (2001). A narratív azonosság. In László, J., & Thomka, B. (Eds.), *Narratívák 5.* (pp. 15–25). Kijárat Kiadó
- Róheim, G. (1932). *A csurunga népe*. Leblang Könyvkiadóvállalat.
- Safran, J., & Muran, C. (2024) *A terápiás szövetség*. Animula Kiadó.
- Sárkány, P. (2014). *A filozófia mint praxis – Tanulmányok a filozófia, a pszichoterápia és a szociálpedagógia határterületeiről*. L'Harmattan Kiadó.
- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93(2), 119–135. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.93.2.119>
- Stokoe, E. (2010). „Have you been married, or ...?” Eliciting and accounting for relationship histories in speed-dating interaction. *Research on Language and Social Interaction*, 43(3), 260–282.
- Tengelyi, L. (1998). *Élettörténet és sorseseemény*. Atlantisz Kiadó.
- Róheim emlékszám, *Thalassa*, 3(2).
- Thoma, H., & Kachele, H. (2007). *Pszichoanalitikus terápia – Kutatás*. Lélekben Otthon Kiadó.