

## TEST EMPATIJE

### (Opis poteka testa)

Empatija je zmožnost razumevanja čustev bližnjega in sočustvovanja z njim. V tem se človeški možgani razlikujejo od delovanja računalnikov in podobnih strojev, zato bi tudi test stopnje empatije osnovala na preizkušanju, kako človek deluje ob svojih bližnjih.

Test obsega tri dele. V prvem delu vprašani poslušajo in pri tem opazujemo njegove reakcije ter delovanje možganov, v drugem delu opazujemo možgane vprašanega, ko gleda video posnetke, v tretjem delu pa se z njim pogovarjamo in ga sprašujemo za nasvete.

Reakcije v možganih oziroma njihovo delovanje opazujemo s posebno napravo, ki meri srčni utrip, krvni pritisk, prav tako pa z njo lahko vidimo, kateri del možganov je aktiven. Prav tako naprava v neki meri deluje kot detektor laži, saj nas zanimajo resnične reakcije in resnična čustva vprašanega, ne le njegove besede in s tem racionalno razmišljanje. Vprašani bi lahko pod pritiskom okolice odgovarjali, kar »je prav« oziroma kar »je treba«, ne pa, kar resnično čuti. Zato je pomembno, da merimo fizične reakcije v telesu, ki nastanejo zaradi močnih čustev (strah, veselje, žalost, jeza ...). Naprava zaznava tudi, katera čustva se v vprašanem zbudijo. Če naj bi v neki situaciji čutil žalost, čuti pa veselje in zadovoljstvo, je pomembno, da naprava zazna prav to določeno čustvo in ne le neko reakcijo v telesu. Na ta način lahko natančno določimo, kolikšna je empatija pri vprašanem.

V nadaljevanju bom podrobneje vpisala vsak del testa.

#### **Prvi del**

V prvem delu vprašani poslušajo zgodbe ljudi okoli sebe. Pomembno je, da so ljudje in zgodbe resnični ter da je vprašani z njimi v istem prostoru čim bližje (na primer za isto mizo), da je situacija čim bližje realni. Ljudje, ki jih poslušajo vprašani, naj bodo različni. V nadaljevanju je nekaj možnih primerov:

1. Mama samohranilka s tremi otroki, starimi od 3 do 10 let, mož ji je umrl zaradi raka. Prav tako trpi za depresijo, zaradi tega se počuti krivo in otrokom kupi in da vse, kar si zaželi. Otroci čutijo, da jim mama ne daje sebe, ampak denarja, česar ne morejo in nočejo sprejeti, zato žalost in trpljenje izražajo v odnosu do sošolcev, saj so nasilni.
2. 14-letnik, ki so ga sošolci izločili, ker je reven, nima novih oblačil, včasih pa tudi kaj izmakne, saj je lačen. Pove, da med vikendi, ko doma nima malice kot v šoli, pije vodo, da lažje prenaša lakoto. Zaljubljen je v sošolko, ki pa se ga izogiba, ker je reven. Prihaja v puberteto, zato mu je še toliko težje.

3. 60-letna vdova, ki je umorila svojega moža, ker jo je pretepal, posiljeval in sramotil vseh 40 let, ko sta bila poročena. Zabodla ga je z nožem v samoobrambi, ko jo je ponovno napadel. Sedaj čaka na sojenje, sosodje se zgražajo nad njenim dejanjem, tudi sama sebi se gnusi zaradi umora, po drugi strani je prvič po 40-ih letih ni več strah.

Tu je le nekaj primerov. Dobro je, če gre za ljudi različnih spolov, različnih starosti in iz različnih socialnih skupin. Tako lahko vidimo, s kom se vprašani lahko najbolj poistoveti. Vprašanega ne vključujemo v pogovor, ampak le opazujemo pri poslušanju.

### **Drugi del**

V drugem delu vprašani gleda različne filmske posnetke. Posnetkov naj bo čim več in naj bojo različnih dolžin, vsi pa naj imajo enako tematiko. Podajam nekaj primerov za tematiko zaljubljenosti oziroma ljubezni:

1. Nekajsekundni posnetek zaljubljenecv, ki tečeta drug proti drugemu.
2. Nekajminutni odsek iz filma, kjer zaljubljenca govorita o tem, kako sta se imela rada in se zaradi nekega razloga oddaljila.
3. Cel film, v katerem par doživlja vzpone in padce in ki ima srečen konec.
4. Cel film, v katerem par doživlja vzpone in padce in ki se konča nesrečno.

Opazujemo, ali vprašani drugače reagira pri posnetkih, kjer opazi le podobo filmskega lika in tam, kjer opazuje celoten razvoj filmskih junakov in njunega odnosa. Zanima nas, ali je pomembno, da se vprašani v lik vživi skozi pripoved, kontekst in skozi »spoznavanje« osebe na platnu. Predvidevamo, da se osebe z močnejšo empatijo lahko vživijo če v fotografijo oziroma nekajsekundni posnetek, tisti s šibkejšo empatijo pa morajo lik najprej spoznati in ga umestiti v dogajanje.

### **Tretji del**

V tretjem delu se z vprašanim pogovarjamo. Najprej ga sprašujemo, kako bi on ravnal, če bi bil na mestu:

1. Zaljubljenega para
2. Matere samohranilke
3. 14-letnika
4. Vdove

(v tem primeru, torej na mestu ljudi, katerih zgodbe je poslušal in gledal v prvih dveh delih testa). Vprašamo ga, kako se je počutil, kaj se mu je vtisnilo v spomin in zakaj, kdaj mu je bilo najbolj hudo, kdaj se je jezil, kdaj se je veselil. Zlasti pri tem delu je pomembno, da naprava meri prava čustva, ker predvidevamo, da bo vprašani povedal tisto, kar se od ljudi v njegovi situaciji pričakuje in ne tistega, kar čuti.

Po nekem časovnem obdobju pride vprašani nazaj in zopet se z njim pogovorimo. Opazujemo, koliko si je zapomnil, kako čuti sedaj, ali mu je postalo vseeno ali še vedno čuti tako kot prej.

Pri testu sodelujejo psiholog, psihiater, filozof, sociolog in nevrolog, ki na podlagi odgovorov in meritev določijo stopnjo empatije. Ta je odvisna od tega, ali se je vprašani res znal poistovetiti z zgodbami ljudmi okoli sebe, ali je res začutil tako, kot čutijo oni.

Kaja Galič