

Empatia

L'**empatia** è la capacità di comprendere cosa un'altra persona sta provando.

Concetto

La parola deriva dal greco "εμπάθεια" (*empateia*, a sua volta composta da *en-*, "dentro", e *pathos*, "sofferenza o sentimento"),^[1] che veniva usata per indicare il rapporto emozionale di partecipazione che legava l'autore-cantore al suo pubblico.

Il termine "empatia" è stato equiparato a quello tedesco *Einfühlung*.^[2] Coniato, quest'ultimo, dal filosofo Robert Vischer (1847-1933) e, solo più tardi, tradotto in inglese come *empathy*. Vischer ne ha anche definito per la prima volta il significato specifico di simpatia estetica. In pratica il sentimento, non altrimenti definibile, che si prova di fronte ad un'opera d'arte. Già suo padre Friedrich Theodor Vischer aveva usato il termine evocativo *einfühlen* per lo studio dell'architettura applicato secondo i principi dell'Idealismo.^[3]

Nelle scienze umane, l'empatia designa un atteggiamento verso gli altri caratterizzato da uno sforzo di comprensione intellettuale dell'altro, escludendo ogni attitudine affettiva personale (simpatia, antipatia) e ogni giudizio morale. Fondamentali, in questo contesto, sia gli studi pionieristici di Darwin sulle emozioni e sulla comunicazione mimica delle emozioni, sia gli studi recenti sui neuroni specchio scoperti da Giacomo Rizzolatti, che confermano che l'empatia non nasce da uno sforzo intellettuale, è bensì parte del corredo genetico della specie. Si vedano al proposito anche gli studi di Daniel Stern.

Nell'uso comune, *empatia* è l'attitudine a offrire la propria attenzione per un'altra persona, mettendo da parte le preoccupazioni e i pensieri personali. La qualità della relazione si basa sull'ascolto non valutativo e si concentra sulla comprensione dei sentimenti e bisogni fondamentali dell'altro.

In medicina l'empatia è considerata un elemento fondamentale della relazione di cura (ad esempio la relazione medico-paziente) e viene talvolta contrapposta alla simpatia: quest'ultima sarebbe un autentico sentimento doloroso, di sofferenza insieme (da *syn-* "insieme" e *pathos* "sofferenza o sentimento") al paziente e sarebbe quindi un ostacolo ad un giudizio clinico efficace; al contrario l'empatia permetterebbe al curante di comprendere i sentimenti e le sofferenze del paziente, incorporandoli nella costruzione del rapporto di cura ma senza esserne sopraffatto (questo tipo di distinzione non è condiviso da tutti, vedi alla voce simpatia). Sono state anche messe a punto delle scale per la misurazione dell'empatia nella relazione di cura, come la Jefferson Scale of Physician Empathy. L'empatia nella relazione di cura è stata messa in relazione a migliori risultati terapeutici (outcome), migliore soddisfazione del paziente e a minori contenziosi medico-legali tra medici e pazienti.

La nozione di empatia è stata oggetto di numerose riflessioni da parte di intellettuali come Edith Stein, Sigmund Freud o Carl Rogers.

Il merito dell'introduzione del principio di empatia in psicoanalisi è principalmente dovuto a Heinz Kohut^[4]. Il suo principio è applicabile al metodo di raccolta del materiale inconscio^[5]. Anche l'alternativa all'applicazione del principio rientra nelle possibilità di cura, quando è ineludibile la necessità di fare i conti con un altro principio, quello di realtà.

Per le sue origini l'empatia ha ragione di essere nell'arte e nelle sue applicazioni. In maniera particolare quando l'arte utilizza le parole per la narrazione. In questo caso non solo è mantenuto il rapporto con la psicologia, ma si ampliano le sue possibilità di intervento. Non tutti possono scolpire o dipingere, ma parlando se non scrivendo qualcosa lo possono raccontare molti. Allora la produzione si sviluppa nel verso artista-psicologo-individuo. Non sono escluse possibilità per i disabili, privilegiando la relazione artista-individuo con la mediazione più cauta dello psicologo. Quest'ultimo non può suggerire all'individuo un percorso di emulazione. Il che non impedisce che l'individuo disabile possa diventare artista a sua volta. A cambiare è la posizione dello psicologo che deve solo rendere possibile la fusione dei vissuti dell'artista con quelli dell'individuo. Di certo lo psicologo dovrebbe mantenere entro limiti

accettabili la complessità dell'intervento. Senza che per questo il disabile o l'arte abbiano a soffrirne, anzi si potrebbe dire il contrario.

Il libro di Geoffrey Miller *The mating mind* difende il punto di vista secondo il quale

« l'empatia si sarebbe sviluppata perché *mettersi nei panni dell'altro* per sapere cosa pensa e come reagirebbe costituisce un importante fattore di sopravvivenza in un mondo in cui l'uomo è in continua competizione con gli altri uomini. »

L'autore spiega inoltre che la selezione naturale non ha potuto che rinforzarla, poiché influiva sulla sopravvivenza e che alla fine si è sviluppato un sentimento umano che attribuiva una personalità *praticamente a tutto* ciò che la circondava. Si vede in questo un'origine probabile dell'animismo e più tardi del panteismo.

L'empatia è anche il cuore del processo di comunicazione non violenta secondo Marshall Rosenberg, allievo di Carl Rogers.

Grande interesse è stato posto nella ricerca di corrispondenze biologiche per l'empatia (Preston e de Waal, 2002). Sono stati valutati allo scopo i cosiddetti "neuroni-specchio", attraverso diagnostica per immagini del tipo fRMN (Decety e Jackson, Decety e Lamm, de Vignemont e Singer; 2006). Queste cellule si attivano sia quando un'azione viene effettuata da un individuo sia quando questo stesso individuo osserva la stessa azione effettuata da un altro individuo; questo fenomeno è stato in particolare osservato in alcuni primati ^[6] Analogamente negli uomini si attiva la medesima area cerebrale nel corso di un'emozione e osservando altre persone nel medesimo stato emozionale (Wicker et al., 2003. Keysers et al., Morrison et al., 2004. Singer et al., 2004 e 2006. Jackson et al., 2005 e 2006. Lamm et al., 2007). Vi sono altre segnalazioni analoghe (Bower; Nakahara e Miyashita; 2005), anche in psicopatologia (Tunstall, Fahy e McGuire, 2003. Dapretto et al., 2006).

Molti si aspettano dalla biologia una spiegazione definitiva di questa materia. Creature differenti sembrano possedere lo stesso numero di geni. Il genere umano è tuttavia peculiare nel mondo vivente. Sappiamo che la funzione del RNA non consiste solo nella produzione di proteine sotto la guida del DNA. L'RNA ha proprietà di regolazione e programmazione su crescita e funzione cellulare. Il complicato meccanismo d'azione non è del tutto noto e potrebbe spiegare la differente complessità degli esseri viventi. Al riguardo l'impressione è che la biologia sia ancora priva di conoscenze complete. ^[7] L'empatia in questione coinvolge troppo ampiamente sviluppo e funzione psichica perché questo orientamento di ricerca trovi una conferma in esclusiva. Alternativamente si può fare conto su conoscenze disponibili in altre discipline.

Bibliografia

- Mallgrave and Ikononou, "Introduction" in "Empathy, Form and Space: Problems in German Aesthetics, 1873-1893" (Santa Monica, 1994), 1-85.
- Kohut H., "How does analysis cure?" The University of Chicago Press (Chicago, 1984), 82.
- Fogliani T. M., "Empatia ed emozioni", C.U.E.C.M. (Catania, 2003)
- Galotti A., "Profili: Heinz Kohut" in "Individuazione" anno 11° n°42 (Genova, dicembre 2002), 4.
- "Empathy - Neurological basis" in English www.wikipedia.org
- "Biology's Big Bang - Unravelling the Secrets of RNA" The Economist June 16th, 2007.
- Hojat M. "Empathy in Patient care - Antecedents, Development, Measurement and outcomes", 2007 Springer Science.

Voci correlate

- Simpatia

Collegamenti esterni

- Pagina su empatia, neuroni specchio e disturbi emotivi. [8]
- www.empathy.se ^[9]

Note

[1] Cf. *empatia* (http://www.treccani.it/Portale/elements/categoriesItems.jsp?pathFile=/sites/default/BancaDati/Vocabolario_online/E/VIT_III_E_038287.xml) in Treccani.it.

[2] Cf. *Einfühlung* (http://www.treccani.it/Portale/elements/categoriesItems.jsp?pathFile=/sites/default/BancaDati/Vocabolario_online/E/VIT_III_E_037191.xml) in Treccani.it.

[3] Mallgrave and Ikonomou, *Introduction*, in *Empathy, Form and Space. Problems in German Aesthetics, 1873-1893*, Santa Monica, 1994, pp. 1-85.

[4] Kohut H., "How does analysis cure?" The University of Chicago Press (Chicago, 1984), 82

[5] Galotti A., "Profili: Heinz Kohut" in "Individuazione" anno 11° n° 42 (Genova, dicembre 2002), 4

[6] 'Empathy - Neurological basis' English www.wikipedia.org

[7] *Biology's Big Bang - Unravelling the Secrets of RNA* The Economist June 16th, 2007.

[8] <http://asip.wikidot.com/ipotesi-e-ricerche-scientifiche:i-neuroni-specchio-e-il-dono-dell-empatia>

[9] <http://www.empathy.se/Empathyeng/index.htm>

Fonti e autori delle voci

Empatia *Fonte:* <http://it.wikipedia.org/w/index.php?oldid=29556883> *Autori::* Al Pereira, Ary29, Chiovoloni, Ciro07, Civvi, Crypto, Dia^, Eustace Bagge, Francesco Falaschi, Ines, Kal-El, Lo Scaligero, Lucas, Lusum, Mauro Lanari, Mr buick, Orric, Phantomas, Rossa1, Sbisolo, Svante, Twice25, Veneziano, 35 Modifiche anonime

Licenza

Creative Commons Attribution-Share Alike 3.0 Unported
<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/>
