

EMPATIA

EMPATIA

L'e. è la capacità di comprendere cosa un'altra persona sta provando. La parola deriva dal greco (*empateia*) e veniva usata inizialmente per indicare il rapporto emozionale di partecipazione che legava l'autore-cantore al suo pubblico (condivisione estetica). Nelle scienze umane, l'e. designa un atteggiamento verso gli altri caratterizzato da uno sforzo di comprensione dei loro vissuti che esclude ogni forma di giudizio morale. In senso generale, essa esprime la tendenza ad identificarsi emozionalmente con un'altra persona, mantenendo, al contempo, la consapevolezza del confine interindividuale. Le espressioni metaforiche di mettersi nei panni dell'altro e di calzare le scarpe dell'altro traducono in modo semplice, ma pregnante, il significato di essa.

1. Circa la *natura* dell'e. gli autori offrono interpretazioni diverse: alcuni la considerano uno stato emozionale, altri un processo cognitivo, altri ancora un processo cognitivo-affettivo, altri, infine, una competenza interazionale. Coloro che interpretano l'e. come uno *stato esperienziale*, la definiscono come reazione emozionale, come un immedesimarsi nel vissuto soggettivo dell'altro fino a sperimentarlo come proprio. In tale interpretazione le funzioni percettive e cognitive assumono un ruolo del tutto secondario. L'e., così intesa, è sostenuta – secondo gli autori – da processi diversi: istintivi, inconsci di identificazione, di partecipazione riflessiva allo stato affettivo dell'altro (Lipps, 1909; Greenson, 1960; Rogers, 1957, cit. in Franta et al. 1992, 42-43). Coloro che interpretano l'e. come un *processo cognitivo* la definiscono essenzialmente come comprensione cognitiva, ossia come capacità di assumere il ruolo dell'altro così da vedere il mondo dal suo punto di vista, senza tuttavia sperimentarne necessariamente gli stati emozionali (Mead, 1934; Borke, 1971; Schreiber, 1977, cit. in Franta et al., 1992, 44). Per molti autori la discussione relativa al fatto se l'e. consista nel vivere lo stato esperienziale di un altro o se consista, invece, nell'assunzione, attraverso processi mentali, del ruolo o della prospettiva di un altro, è del tutto priva di senso. Così secondo Deutsch-Madle (1975, cit. in Franta et al. 1992, 45) il comportamento empatico appare come il risultato sia di processi mentali che emozionali; pertanto, attribuirlo ad un solo tipo di funzioni psichiche significa limitarne notevolmente la complessità. Gli autori del terzo orientamento preferiscono, quindi, interpretare l'e. come un *processo cognitivo-affettivo*.

Essi lasciano però aperto il problema di come interagiscano le due categorie di funzioni; non è chiarito, infatti, se nella comprensione empatica precedano le funzioni cognitive o quelle affettive e in che modo vada ponderato il loro influsso nell'interdipendenza reciproca.

2. Coloro, infine, che interpretano l'e. come una *competenza interazionale*, tendono a porre l'accento sulle unità processuali che la operativizzano. L'e. viene così a coincidere con la capacità di seguire e di accompagnare il flusso delle esperienze dell'altro in interazione, verbalizzandole momento per momento (Rogers, 1975 cit. in Franta et al., 1992, 46). Al di là delle differenze esistenti nelle varie interpretazioni dell'e. considerate, è presente in ciascuna di esse il tentativo di risolvere la dicotomia soggetto-oggetto. Le differenze interpretative, infatti, sono da attribuirsi, in ultima analisi, alle convinzioni circa il modo migliore per *unirsi* all'altro pur *restandone separato*. Come afferma Schuster (1979, 73) la base dell'e. risiede nella risoluzione della dicotomia soggetto-oggetto. Secondo le neuroscienze il substrato anatomico funzionale dell'e. è rappresentato dai neuroni specchio, un gruppo di cellule localizzate in una precisa parte del cervello aventi la capacità di potersi attivare sia per eseguire una determinata azione, sia in seguito di una osservazione simile compiuta da un altro individuo. Così esperienze recenti indicano che osservare un consimile che esprime un'emozione, stimola nell'osservatore i medesimi centri cerebrali che si attivano quando lui stesso presenta una reazione emotiva analoga. In particolare il centro neuronale deputato a questa funzione sarebbe l'insula, una zona del cervello dove sono rappresentati gli stati interni del corpo e dove si attua l'interazione visceromotoria (Rizzolatti-Sinigaglia, 2006).

Bibliografia

Schuster R., *Empathy and mindfulness*, in «Journal of Humanistic Psychology» 19 (1979) 71-77; Franta H. - A. R. Colasanti - R. Mastromarino, *Formazione al rapporto terapeutico. Relazione e comunicazione empatica*, Roma, IFREP, 1992; Rizzolatti G. - C. Sinigaglia, *So quel che fai. Il cervello che agisce e i neuroni specchio*, Milano, Cortina, 2006.

A. R. Colasanti