

Albiero Paolo, Matricardi Giada, *Che cos'è l'empatia*, Carrocci Editore, Roma 2006 pp. 128

Recensione di Cristiana Cardinali- 30 luglio 2007

Abstract

Integrando teorie classiche e contributi recenti il volume propone un'analisi critica della definizione di empatia, di come nasce, di come evolve, del suo ruolo nei rapporti interpersonali, dei problemi legati alla sua misurazione, suggerendo possibili risvolti operativi.

Integrating classic theories and recent contributions the volume proposes a critical analysis of the definition of empathy, of as it is born, of like evolve, of its role in the interpersonal relationships, of the problems legacies to its measurement, suggesting possible implications operated to you.

Recensione

Il volume propone un'analisi critica della definizione di empatia, di come nasce, di come evolve, del suo ruolo nei rapporti interpersonali, dei problemi legati alla sua misurazione, suggerendo possibili risvolti operativi. Gli autori sottolineano come lo studio dell'empatia è stato storicamente caratterizzato da due differenti modi di concettualizzarla: l'uno che la considera un'esperienza di partecipazione/condivisione delle emozioni vissute dall'altro (attribuendole, dunque, una natura primariamente affettiva); l'altro che la identifica con la capacità di comprendere il punto di vista dell'altro (attribuendole una natura innanzitutto cognitiva).

Nel primo caso l'attenzione degli psicoanalisti, psicoterapeuti e psicologi sociali, che già nella primametà del secolo scorso hanno valorizzato il ruolo dell'empatia nelle relazioni interpersonali, è centrata sulla dimensione affettiva dell'empatia. Pur con tutte le differenze del caso, tali studiosi hanno condiviso una prospettiva secondo cui tale costrutto può essere descritto come un processo di attivazione emotiva, più o meno volontario.

In altre parole, secondo questo approccio, empatizzare con qualcuno significa partecipare/condividere l'emozione che l'altro vive, provando la stessa emozione, seppure in modo vicario. Dagli anni sessanta in poi l'attenzione degli studiosi si è spostata sul ruolo che il dominio della cognizione e dei processi di pensiero svolgono nel generare le risposte empatiche. All'interno di questo approccio, molti autori hanno identificato l'empatia con la capacità di sapersi decentrare cognitivamente per "mettersi nei panni degli altri", in modo da poter adeguatamente comprendere il loro modo di valutare e vivere una certa situazione. Più specificatamente, da una prospettiva cognitiva, empatizzare con qualcuno vuol dire comprendere i suoi pensieri, le sue intenzioni, riconoscere le sue emozioni in modo accurato e riuscire a vedere la situazione che sta vivendo dalla sua prospettiva (Borke, 1971). Secondo questa visione l'esperienza affettiva di condivisione delle emozioni non viene negata, ma si ritiene sia subordinata alla nostra comprensione dei sentimenti e delle intenzioni degli altri.

A partire dagli anni ottanta, l'empatia è stata considerata un'esperienza primariamente affettiva, in cui, tuttavia, i processi cognitivi giocano un ruolo altrettanto importante. In altre parole, la persona empatica non solo comprende, ma anche condivide e partecipa allo stato emotivo dell'altro. Le due dimensioni, di condivisione emotiva (componente affettiva, e di comprensione del vissuto dell'altro

(componente cognitiva), non sono considerate giustapposte bensì entrambe determinanti e co-occorrenti al fine di generare una risposta empatica. Per descrivere tale approccio si parla, infatti, di modelli multifattoriali o multidimensionali dell'empatia, contrapponendoli ai precedenti modelli, riduttivi e solipsistici (Strayer, Davis, 1994; Hoffman, 2000).

Una parte del libro viene dedicata al problema della misurazione dell'empatia. In letteratura esistono differenti modi per rilevare l'empatia e misurarne il livello, poiché per definizione l'empatia è un'esperienza intima e soggettivamente mutevole. I ricercatori, infatti, si sono spesso trovati in posizione teoriche fortemente dicotomiche sottolineando da una parte la componente cognitiva dall'altra la componente affettiva. Ovviamente assumere posizioni così diverse ha significato anche ricercare metodi e strumenti di analisi concettualmente differenti focalizzate le une sugli aspetti legati alla cognizione sociale e le altre sulle modalità di attivazione affettiva. In termini generali si possono classificare gli strumenti più comunemente utilizzati distinguendo tra misure degli aspetti cognitivi, affettivi e misure di tipo multidimensionale. Una seconda distinzione propone di suddividere gli strumenti in funzione della tecnica adoperata per la rilevazione. Si ottengono in questo modo tre grandi categorie: strumenti fondati sulla rilevazione di resoconti verbali; strumenti fondati sulla rivelazione di indici somatici; strumenti fondati sulla rivelazione di indici fisiologici.

Analizzando brevemente le due macrocategorie cognitivo/affettivo, l'approccio cognitivo, definendo l'empatia come la capacità di comprendere pensieri, intenzioni e motivazioni dell'altro, utilizza strumenti volti a misurare l'empatia operazionalizzata e la capacità di inferire lo stato e le reazioni emotive. In particolare le misure più note dell'approccio cognitivo individuate da Bonino, Lo Coco e Tani (1998) sono il test di predizione sociale, che valuta l'empatia come la capacità di prevedere ciò che altri individui pensano o sentono e i test di role taking affettivo, che valutano la capacità empatica di inferire lo stato e le reazioni emotive di un'altra persona assumendo il suo punto di vista. Tra questi il più utilizzato è il test di percezione interpersonale di Borke (1971; 1972) che valuta l'abilità del bambino di identificare l'emozione provata dal personaggio principale di una storia coinvolto in eventi affettivamente pregnanti (Bonino, Lo Coco e Tani, 1998).

Inoltre tra le misure di role taking affettivo bisogna annoverare infine la scala di empatia o empathy scale di Hogan (1969) il quale costruì la sua scala servendosi delle descrizioni di giudici esperti cui venne chiesto di enumerare le qualità del soggetto empatico. Le misure degli aspetti affettivi più comunemente usate sono: i resoconti verbali, gli indici somatici e gli indici fisiologici. I resoconti verbali si basano sull'analisi delle risposte che i soggetti forniscono di fronte a situazioni-stimolo emotivamente coinvolgenti, come storie e questionari carta-matita. Si deve a Feshbach e Roe l'elaborazione nel 1968 della FASTE (Feshbach Affective Situation Test for Empathy) considerata il prototipo per valutare l'empatia espressa verbalmente dai bambini e dagli adolescenti (Bonino, Lo Coco e Tani, 1998). Gli indici somatici rilevano, invece, la responsività empatica tramite la videoregistrazione di posture, gesti, sguardi, vocalizzi ed espressioni facciali, dove il grado di congruenza tra le reazioni somatiche del soggetto che osserva e lo stato affettivo del soggetto osservato testimonia la condivisione dei sentimenti altrui.

Anche la misurazione degli indici fisiologici si basa su registrazioni. Infatti questo metodo utilizza macchinari in grado di registrare i cambiamenti e le reazioni di tipo sensoriale che la risposta empatica induce nel sistema nervoso autonomo a livello di conduttanza e temperatura della pelle, vasocostrizione, battito cardiaco e sudorazione (Berger, 1962; Craig e Lower, 1969; Scotland, 1969).

Gli autori concludono questo viaggio nel mondo dell'empatia rivolgendo l'attenzione ai contesti educativi, interattivi e relazionali che possono avere un ruolo determinante nello sviluppo socioemotivo del bambino, focalizzandosi in particolare sulla scuola. Nel testo si è più volte sottolineata l'importanza del ruolo che l'empatia

svolge nelle modalità di risposta sociale: inibendo le risposte aggressive, incentivando quelle prosociali e modulando l'atteggiamento nei confronti di "altri" appartenenti a gruppi sociali diversi dal proprio. Anche in virtù di questa sua particolare influenza sulle condotte sociali, essa assume sempre maggiore rilevanza nell'ambiente scolastico, in cui le relazioni interpersonali (con gli insegnanti e con i compagni della propria o di altre culture) sono fondamentali e quotidiane. Nello specifico di questa trattazione, oltre a tracciare un profilo dell'insegnante empatico, sottolinea l'importanza dell'empatia come facilitatore del rapporto tra insegnante e alunno, come fattore motivante per l'apprendimento di una qualsiasi disciplina. In conclusione viene suggerita la possibilità di attuare dei programmi di educazione all'empatia che possano locupletare la formazione scolastica e si tracciano le linee guida dei training solitamente utilizzati per sviluppare la capacità empatica, sia considerandoli singolarmente, sia inserendoli nel contesto più ampio dell'educazione alle social skills. La visione multidimensionale dell'empatia, che sempre più chiaramente si cerca di delineare nel corso del libro, riconosce e sottolinea l'apporto delle componenti cognitive, affettive e sociali allo sviluppo di questa funzione.

Indice

Introduzione; Empatia: quante e quali definizioni?; L'empatia tra cognizione e affettività io L'empatia come comprensione e condivisione il L'empatia tra fattori individuali e interpersonali L'empatia culturale ed etnoculturale ; Terre di confine ; Lo sviluppo dell'empatia; Introduzione; Neuroni specchio ed empatia ; L'empatia nello sviluppo atipico ; È possibile misurare l'empatia?; L'empatia e i problemi legati alla sua misurazione; Indici che si basano sui resoconti verbali; Gli indici somatici ; Gli indici psicofisiologici e le neuroimmagini ; Per riassumere...

Autore

Albiero Paolo E' docente presso la facoltà di psicologia dell'università di Padova. Studioso di cinema italiano, è autore di numerose pubblicazioni nazionali e internazionali.

Matricardi Giada, è dottoranda presso il Dipartimento di Psicologia dello sviluppo e della socializzazione dell'Università di Padova.

Bibliografia essenziale dell'autore

Albiero, P., Perrucci, V., Di Stefano, G. (2002). "La" o "le" abilità di pianificazione? Confronto tra le prestazioni a tre diverse prove e la loro relazione con alcune abilità e processi cognitivi. In G. Di Stefano e R. Vianello (a cura di), *Psicologia dello sviluppo e problemi educativi. Studi e ricerche in onore di Guido Petter*. Firenze: Giunti

Albiero, P., Lo Coco, A. (2001). Designing a Method to Assess Empathy in Italian Children. In A. Bohart & D. Stipek (a cura di), *Constructive and Destructive Behavior. Implications for Family, School & Society*. Washington DC, American Psychological Association.

Matricardi Giada, D'Agostini E., Ordiner I., *La musica delle emozioni*, Udine 2005.

Links

<http://dpss.psy.unipd.it/>