

“Da quanto abbiamo detto risulta anche quale significato rivesta la conoscenza della persona estranea ai fini della nostra ‘autoconoscenza’. Essa non solo c’insegna, come abbiamo in precedenza visto, a porci come Oggetto di noi stessi, ma porta a sviluppo, in quanto empatia di ‘nature affini’ ossia di persone del nostro tipo, quel che in noi ‘sonnacchia’ e perciò ci rende chiaro, in quanto empatie di strutture personali diversamente formate, quel che non siamo e quel che siamo in più o in meno rispetto agli altri. Con ciò è dato al tempo stesso, oltre all’AUTOCONOSCENZA, un importante aiuto per l’AUTOVALUTAZIONE. Il fatto di vivere un valore è fondante rispetto al proprio valore. In tal modo, con i nuovi valori acquisiti per mezzo dell’empatia, lo sguardo si dischiude simultaneamente sui valori sconosciuti della propria persona. Mentre, empatizzando, c’imbattiamo in sfere di valore a noi precluse, ci rendiamo coscienti di un proprio difetto o disvalore.

Ogni afferramento di persone d’altro genere può divenire base di un raffronto di valutazione. E il fatto che nell’atto di anteporre o posporre sovente giungono a datità dei valori che di per sé rimangono inosservati, con questo impariamo a valutare di quando in quando noi stessi giustamente, dal momento che viviamo attribuendo a noi maggiore o minore valore in confronto agli altri”.

(Stein, 1917, tr. it. 2003, pp. 227-228)



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI PADOVA

Sede Amministrativa: Università degli Studi di Padova

Dipartimento di Psicologia Applicata

SCUOLA DI DOTTORATO IN : Scienze Psicologiche

INDIRIZZO: Psicologia Sociale e della Personalità

CICLO: XXIV

Il significato dell'esperienza empatica nel senso comune e in psicologia

Direttore della Scuola : Ch.mo Prof. Clara Casco

Coordinatore d'indirizzo: Ch.mo Prof. Egidio Robusto

Supervisore: Ch.mo Prof. Maria Armezzani

Dottorando: dott. Michela Bragaglia

INDICE

INTRODUZIONE	Pg. 1
--------------------	-------

PRIMA PARTE: ASPETTI EPISTEMOLOGICI E TEORICI

CAPITOLO 1. L'EMPATIA	Pg. 11
-----------------------------	--------

1.1. Storia dell'empatia	Pg. 13
--------------------------------	--------

1.2. L'empatia in psicologia.....	Pg. 17
-----------------------------------	--------

1.2.1. Comportamentismo	Pg. 19
-------------------------------	--------

1.2.2. Cognitivismo	Pg. 21
---------------------------	--------

1.2.3. Psicoanalisi	Pg. 22
---------------------------	--------

1.2.4. Psicologia umanistica	Pg. 23
------------------------------------	--------

1.2.5. Fenomenologia e neuroscienze	Pg. 25
---	--------

CAPITOLO 2. CORNICE EPISTEMOLOGICA	Pg. 31
--	--------

2.1. Costruttivismo.....	Pg. 33
--------------------------	--------

2.2. Psicologia dei Costrutti Personali (PCP)	Pg. 36
---	--------

2.2.1. Struttura teorica ed epistemologica della PCP	Pg. 37
--	--------

2.2.2. Struttura formale della PCP	Pg. 39
--	--------

2.3. Fenomenologia	Pg. 43
--------------------------	--------

2.3.1. Il metodo fenomenologico	Pg. 45
---------------------------------------	--------

2.3.2. Altri autori importanti	Pg. 47
2.4. Ermeneutica	Pg. 50
2.5. Grounded Theory	Pg. 53
2.6. Il problema della validità	Pg. 55
2.6.1. I criteri di Lucy Hardley	Pg. 56
2.6.2. La revisione indipendente	Pg. 58

SECONDA PARTE: LA RICERCA

CAPITOLO 3. IL SIGNIFICATO DELL'EMPATIA PER LE PERSONE 'NON ESPERTE' E PER LE PERSONE 'ESPERTE'	Pg. 63
3.1. Programma di ricerca	Pg. 64
3.2. Metodologia e strumenti della ricerca	Pg. 68
3.2.1. Intervista semi-strutturata	Pg. 69
3.2.2. Piramide di Landfield	Pg. 71
3.2.3. Intervista narrativa	Pg. 75
3.3. Procedure di analisi dei dati	Pg. 77
3.3.1. Il software Atlas.ti	Pg. 78
3.3.2. La procedura di analisi piramidale	Pg. 81
3.4. Partecipanti e raccolta dati	Pg. 83
3.4.1. Problemi riscontrati ed atteggiamento dei partecipanti	Pg. 85

CAPITOLO 4. RISULTATI DEGLI STUDI CON LE PERSONE ‘NON ESPERTE’ E CON LE PERSONE ‘ESPERTE’	Pg. 87
4.1. Sintesi della metodologia	Pg. 89
4.2. La ricerca con le persone ‘non esperte’	Pg. 93
4.2.1. Risultati della intervista semi-strutturata	Pg. 93
4.2.2. Risultati della piramide di Landfield	Pg. 99
4.2.3. Risultati della intervista narrativa	Pg. 104
4.3. La ricerca con le persone ‘esperte’	Pg. 107
4.3.1. Risultati della intervista semi-strutturata	Pg. 108
4.3.2. Risultati della piramide di Landfield	Pg. 112
4.3.3. Risultati della intervista narrativa	Pg. 115
4.4. Confronti	Pg. 117
4.5. Conclusioni	Pg. 120
 APPENDICE: Interviste	 Pg. 127
 NOTE	 Pg. 137
 BIBLIOGRAFIA	 Pg. 141

INTRODUZIONE

Attorno a noi, la vita quotidiana è percorsa da continui momenti relazionali: le persone parlano, si guardano, s'incontrano, lavorano o vivono insieme, si amano, litigano, progettano

Ma nelle relazioni sociali la persona 'altra' non ci viene mai data nella sua completezza ed interezza: essa rimane sempre, in maniera più o meno variabile, come una 'estranea' e, a ben guardare, la parola 'estranea' è gemella di 'strana' o anche di 'straniera'.

A fianco di questa naturale 'difficoltà' nella relazione, la crescente diversificazione e complessificazione degli ambienti sociali, legata anche ai processi di globalizzazione e localizzazione, determina un forte interesse per quelle dinamiche, individuali e sociali insieme, che sottostanno alla vita dell'uomo nel mondo. L'empatia è, appunto, uno di questi processi ed ha storicamente attratto molti studiosi fuori e dentro la psicologia perché sembra influire sulle caratteristiche delle relazioni interpersonali.

Per fare in modo che le altre persone non rimangano 'estrane' diventa importante, anche se molto difficile, capire quelli con cui ci rapportiamo. Capire il loro mondo di significati, capire come vivono, come e cosa pensano serve per allacciare relazioni profonde, significative e costruttive. D'altra parte, la comprensione da sola può non riuscire ad accorciare le distanze psicologiche fra le persone, che si sentono spesso e facilmente lontane fra loro: per giungere, o almeno per tendere, a ciò è necessario partecipare e condividere gli stati d'animo ed il mondo interiore dell'altro.

Come sostiene Simon Weil (1941) non bisogna fermarsi alla semplice comprensione intellettuale della realtà ma bisogna scegliere, invece, un atteggiamento di comunione e di empatia per avvicinarsi ai mondi 'altri': queste due modalità di relazionarsi diventano i canali attraverso i quali si evitano i limiti di una conoscenza fredda ed oggettiva, che reifica

l'oggetto conosciuto, come pure i limiti di una conoscenza chiusa, guidata esclusivamente dai confini del proprio Io.

Goleman (1996) ritiene che l'empatia sia una competenza sociale in grado d'aiutare l'individuo nella costruzione di una vita relazionale ricca ed emotivamente soddisfacente, che tutti sappiamo influenzare positivamente il benessere psico-fisico, e ribadisce quindi l'importanza di educare all'empatia, al rispetto ed alla comprensione, onde evitare l'acuirsi di pregiudizi e di discriminazioni.

Galinberti (1998), nel suo testo 'Paesaggi dell'anima' definisce l'empatia come la capacità di immedesimarsi in un'altra persona, di calarsi nei suoi pensieri e stati d'animo, rispettandone la dignità e trattenendosi dall'esprimere giudizi di valore. L'autore sottolinea che essa è una di quelle capacità che quasi tutti ritengono di possedere e che quindi spesso viene data per scontata: *“Lo stesso dicasi dell'empatia che è quella capacità di intendere l'altro al di là della comunicazione esplicita. Tutti se ne ritengono forniti, soprattutto quelli che si fidano ciecamente della loro prima impressione, senza neppure sospettare che con la prima impressione si viene a conoscere non tanto l'altro, quanto, appunto, la propria impressione, cioè l'effetto che l'altro ha fatto su di noi”* (Galimberti, 1978, p. 174)

Infine Donati (1991), quando definisce il 'bene relazione' non intende il semplice scambio di attività reciproche, fatte gratuitamente (famiglia), per dovere (istituzione) o per vantaggio (economia), ma si riferisce al 'modo' con cui queste attività vengono offerte e ricevute. La relazione è un bene perché apre alla consapevolezza che si può condividere qualcosa di comune, perché porta al rafforzamento dei legami sociali, perché favorisce l'aumento della fiducia in sé stessi e negli altri.

È da secoli che uomini di scienza, inizialmente nel campo dell'estetica e della filosofia, discutono del ruolo che l'empatia, ed altri processi ad essa assimilabili, rivestono sullo sviluppo e sul funzionamento sociale e morale dell'individuo (Allport, 1937; Hume, 1748-1751).

Tali discussioni sono state alimentate dal fatto che l'empatia, oltre a rappresentare un'attivazione fisiologica ed istintiva, favorisce l'accoglimento della diversità dell'altro, la reciprocità, la relazione armoniosa e cooperativa fra gli esseri umani: essa è nell'uomo e, allo stesso tempo, è per l'uomo.

D'altro canto la ricerca che ha caratterizzato questo fenomeno è stata discontinua e molto spesso accompagnata da un'evidente confusione concettuale e terminologica: ciò si evince dalle numerose e variegate definizioni che la letteratura scientifica fornisce relativamente al concetto di empatia. Ma nonostante questo, l'interesse non si è assolutamente affievolito e, al contrario, catalizza molti ambiti della ricerca contemporanea, coinvolgendo importanti settori delle scienze mediche, sociologiche, filosofiche, dell'educazione e, ovviamente, psicologiche; in quest'ultimo campo gli studi si concentrano soprattutto nell'area dello sviluppo, della personalità, in quella sociale e in quella clinica.

Il concetto di empatia, perciò, oltre ad essere molto discusso perché molto interessante è anche veramente ampio: ciò ha portato ad un alone di vaghezza e di ambiguità che sembra essere una sua caratteristica peculiare. Ad esempio, l'empatia viene confusa spesso con la simpatia, oppure l'empatia può essere considerata come un mezzo che permette di conoscere l'altro ma che, allo stesso tempo, può essere utilizzata per scopi sia altruistici e sia egoistici. Ancora, in campo scientifico alcuni studiosi la riferiscono ad un processo cognitivo analogo al *role taking* e/o al *perspective taking* cognitivo, alcuni pensano che sia primariamente un processo affettivo (pur avendo delle componenti cognitive) e altri ancora assumono che l'empatia sia un fenomeno multi-componenziale, che necessita, quindi, di attivazione cognitiva, emotiva e motivazionale insieme.

Infine, soprattutto in campo clinico, l'empatia è considerata come uno strumento prezioso perché aiuta il terapeuta nel suo lavoro, facilitando sia la ricerca delle informazioni e sia la comunicazione.

Da queste sommarie e veloci affermazioni circa l'esperienza empatica è intuibile che non si parla di una 'fredda conoscenza', il cui apprendimento è sufficiente per acquisirla in

maniera sostanziale. Si tratta, piuttosto, di un modo di porsi verso l'altro, complesso e diversificato nel suo avvenire: è la capacità di entrare in sintonia con altri esseri, in modo tale da aumentare la comprensione delle loro unicità e, quindi, dei loro bisogni e delle loro richieste. È l'interesse autentico per l'altro, da intendersi, essenzialmente, come la disponibilità ad avvicinarsi per conoscere e comprendere ciò che egli veramente è, senza filtri o, ancor peggio, senza giudizi dettati dai propri schemi mentali (pre-giudizi).

Per fare questo è spesso necessario andare oltre le parole e prestare attenzione a molti aspetti meno evidenti, ad esempio anche al linguaggio non verbale. Infatti l'esperienza empatica si articola, arricchendosi, attraverso molteplici canali espressivi, ognuno dei quali ha un proprio valore insostituibile e imprescindibile: solo in questo modo essa risulta particolare e profonda.

Oggi viviamo spesso la difficoltà di stabilire un rapporto empatico di questo genere, pur sentendone una forte necessità, e questo provoca nelle persone un senso di disagio e di difficoltà nello stare con gli altri. Sembra un paradosso in quanto la società post-moderna in cui viviamo ha alla base il concetto di 'pluralismo', che implica non solo un'accettazione dell'altro ma un vero e proprio accoglimento, un riconoscimento della logicità ed unicità del suo essere diverso; ma questi concetti, pur essendo a livello teorico fortemente ribaditi e sviluppati, sembrano non trovare un concreto riscontro nella vita reale. Il forte sviluppo, a cui stiamo assistendo, di varie discipline che si occupano del benessere e della cura delle persone mediante un approccio a carattere olistico potrebbe essere considerato indicativo del bisogno di essere valutati nella propria interezza ed unicità piuttosto che, come il più delle volte accade, per il ruolo che si riveste e, quindi, in maniera parziale e settoriale.

L'empatia sembra essere un argomento ricorrente nel mio percorso di studi: essa è stata il fulcro della mia tesi triennale e specialistica ed è anche l'argomento che ho sviluppato durante la scuola di dottorato.

Tutto quello che riguarda questo concetto mi attira molto perché sono convinta che l'empatia rappresenti un aspetto veramente importante del mondo soggettivo relazionale di

ogni persona. Tale mondo è alla base della vita sociale dell'uomo; vita sociale che, a sua volta, si intreccia costruttivamente con le emozioni, le motivazioni, le conoscenze (cognizioni) e i comportamenti delle singole persone: in tal modo la sfera sociale e quella individuale si confondono in un processo costruttivo ed iterativo, continuo ed inarrestabile.

Mi piace immaginare l'empatia come un ponte che, riuscendo ad avvicinare l'unicità di una singola persona a quella di un'altra, contribuisce alla valorizzazione di ogni uomo e, quindi, ad una maggiore ed approfondita conoscenza sociale.

Come ho appena accennato i miei precedenti lavori di tesi si sono concentrati entrambi sull'empatia, in particolare su quella etnoculturale e sulla sua relazione con il pregiudizio. L'approccio teorico e metodologico è stato quello della ricerca quantitativa: l'empatia è stata considerata come un costrutto multidimensionale e, successivamente, si è proceduto alla misurazione delle componenti ipotizzate (cognitive, affettive, motivazionali e comportamentali).

Ho voluto utilizzare tali conoscenze acquisite per il mio progetto di dottorato, anche se lo studio di questo argomento oggi è affrontato da un altro punto di vista, da quello, cioè, della ricerca qualitativa, e precisamente utilizzando l'approccio costruttivista-fenomenologico.

Lo scopo principale è quello di capire il significato profondo, nucleare, dell'esperienza empatica e, in secondo luogo, di 'confrontare' i due approcci, quantitativo e qualitativo, per vedere se i significati che venivano dati a priori, attraverso la definizione del costrutto (e poi verificati) sarebbero stati ritrovati anche nei significati resi da una ricerca *bottom-up*, cioè da una ricerca che non vuole, o almeno cerca di non definire 'pre-giudizi' sull'argomento ma, anzi, intende analizzare cosa i dati restituiscono, e quindi cosa le persone sentono, pensano e vivono circa l'esperienza empatica.

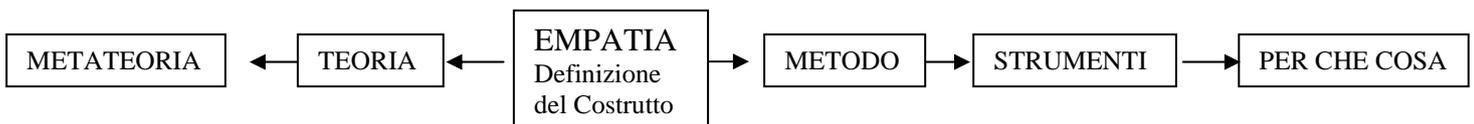
Più precisamente la ricerca si articola in tre fasi principali.

PRIMA FASE STORIA DEL CONCETTO (sviluppata durante il primo anno)

In questa prima fase si sviluppa un'approfondita ricerca storica e bibliografica al fine di estrapolare come lo studio dell'empatia, ed eventualmente la sua misurazione, si siano svolti nel tempo. Un altro fine è quello di cogliere qual è lo stato attuale della ricerca.

Per tale scopo lo schema da seguire è quello riportato nella figura successiva.: in primo luogo, partendo da una definizione del costrutto, si cerca di capire la teoria e la metateoria alla quale tale definizione si ricollega; in secondo luogo, si osservano i metodi e gli strumenti che gli studiosi hanno approntato e che cosa veramente intendevano misurare.

Figura 1.



SECONDA FASE.....RICERCA CON LE PERSONE 'NON ESPERTE' (sviluppata durante il secondo anno)

APPROCCIO TEORICO COSTRUTTIVISTA-FENOMENOLOGICO

A. RACCOLTA DATI:

1. Definizione di empatia (Intervista semi-strutturata)
2. Contrapposizioni dei significati (Piramidi di Landfield, 1971)
3. Esperienze di empatia personali ed eventualmente di cura (Intervista narrativa)

B. ANALISI DEI DATI: i dati sono analizzati con software specifico (*ATLAS.ti*):

1. Relazioni strutturali
2. Invarianti strutturali (Nuclei di significato)

TERZA FASE.....RICERCA CON GLI 'ESPERTI' (sviluppata durante il terzo anno)

APPROCCIO TEORICO COSTRUTTIVISTA-FENOMENOLOGICO

A. RACCOLTA DATI:

1. Definizione di empatia (Intervista semi-strutturata)
2. Contrapposizione dei significati (Piramidi di Landfield, 1971)
3. Esperienze di empatia personali ed eventualmente professionali (Intervista narrativa)

B. ANALISI DEI DATI: i dati sono analizzati con software specifico (*ATLAS.ti*) :

1. Relazioni strutturali
2. Invarianti strutturali (Nuclei di significato)

I capitoli del presente lavoro rispecchiano le tre suddette fasi.

Nel primo capitolo trova spazio un approfondimento storico e bibliografico del concetto di empatia ed una revisione della ricerca relativa.

Nel secondo capitolo si approfondisce la cornice teorica in cui si inserisce il presente lavoro: il costruttivismo innanzitutto, ma anche la teoria dei costrutti personali di Kelly (1955), la fenomenologia di Husserl (1911) e della Stein (1917), l'ermeneutica di Heidegger e di Merleau-Ponty ed infine la *grounded theory*.

Nel terzo capitolo si approfondiscono argomenti specifici, relativi alla ricerca, come: il programma di ricerca, la metodologia, gli strumenti, le tipologie di analisi e i partecipanti; tutti questi aspetti sono comuni ad entrambi gli studi e per questo si è deciso di affrontarli in un unico capitolo.

Nel quarto capitolo si presentano e si discutono i risultati di entrambi gli studi. Il primo effettuato con le persone che tutti i giorni vivono l'empatia ('non esperti') e che, quindi, possono restituire il senso comune che accompagna l'esperienza empatica; il secondo studio, invece, intende cogliere il significato dell'empatia in ambito psicologico e, per questo, vede coinvolte le persone che la sperimentano anche come uno strumento professionale ('esperti'), come gli psicologi, gli psicoterapeuti, gli psichiatri e i medici.

PRIMA PARTE

ASPETTI TEORICI ED EPISTEMOLOGICI

CAPITOLO PRIMO

L'EMPATIA

Il mondo in cui vivo non è soltanto un mondo di corpi fisici: in esso ci sono, esterni a me, soggetti che 'vivono' e io so di questo vissuto [...]. Un individuo psicofisico [...] è chiaramente diverso da una 'cosa' fisica: non si presenta come un corpo fisico, ma come un corpo vivente sensibile che possiede un Io, un Io che recepisce, sente, vuole, il cui corpo vivente non è solo inserito nel mio mondo fenomenico, ma è il centro di orientamento stesso di un qualche mondo fenomenico, gli sta di fronte ed entra con me in un rapporto di scambio [...]. Potremmo inoltre osservare le singole esperienze vissute di questi individui [...]. Non so soltanto ciò che è espresso dal volto e dai gesti, ma anche ciò che si nasconde dietro; forse vedo che qualcuno fa una faccia triste, ma senza soffrire realmente. E ancora: sento che qualcuno fa un'osservazione indiscreta e vedo che arrossisce per questo; allora non soltanto capisco l'osservazione e vedo nel rossore la vergogna, ma noto che egli si rende conto che l'osservazione era indiscreta e si vergogna di averla fatta [...]. Tutte queste datità del vissuto altrui rimandano a una sorta di fondamento degli atti in cui viene colto il vissuto altrui e che ora vogliamo designare, prescindendo da tutte le tradizioni storiche legate alla parola, come empatia [...]. Prendiamo un esempio per chiarire l'essenza dell'atto di empatia. Un amico viene da me e mi racconta che ha perduto suo fratello e io mi rendo conto del suo dolore. Che cosa è questo RENDERSI CONTO? Non mi interessa qui capire su che cosa si fonda il suo dolore o da che cosa io lo deduco. Forse il suo volto è sconvolto e pallido, la sua voce è rotta e priva di suono, o forse esprime il suo dolore anche a parole: tutto ciò può naturalmente venire indagato, ma qui non ha importanza per me. Non per quali vie arrivo a questo 'rendermi conto', ma che cosa è in se stesso, questo è ciò che vorrei sapere.

(Stein, 1917, tr. it. 2003, pp. 70-72)

Lo sviluppo di molte teorie e ricerche nei diversi campi del sapere (in generale e psicologico in particolare) ha contribuito al fatto che il concetto di empatia assumesse ogni volta connotazioni teoriche diverse e, di conseguenza, ha ostacolato il raggiungimento di una definizione univoca ed esaustiva dello stesso.

Nel 1948 lo psicoanalista Theodor Reik scrive: *“Noto con una certa invidia che la mia difficoltà nel descrivere adeguatamente il processo della comprensione psicologica non esiste per molti psicologi. A dispetto del mio disagio, l’espressione EMPATIA si presenta alle loro menti e fluisce dalle loro penne facilmente. In realtà questa espressione suona così piena di significati che le persone volontariamente ne ignorano l’ambiguità. La parola empatia a volte significa una cosa, a volte un’altra, fino a perdere completamente di significato”*.

Pur condividendo le parole dell’autore, bisogna sottolineare che la conoscenza scientifica non si basa su interpretazioni dogmatiche o classificazioni rigide e, per questo, necessariamente opera entro la diversità e a contatto con l’ambiguità, intesa però in senso positivo come la risultante di un atteggiamento flessibile, di un’attenzione alle sfumature di confine, di un riconoscimento della variabilità, considerata come una ricchezza che è doveroso ricomporre. Questo atteggiamento dovrebbe portare, da una parte, ad accettare e ad apprezzare la complessità del concetto di empatia e, dall’altra, a ricercare una maggiore chiarezza epistemologica.

Uno degli obiettivi, nello sviluppo della fase storica della ricerca, è quello di restituire la molteplicità e la complessità di queste definizioni teoriche e di contestualizzarle allo stesso tempo. Per questo, ritengo che non sia necessario, vista la cornice teorica della ricerca, aperta alla molteplicità dei significati, e vista la complessità dell’argomento, dare una definizione a priori ed univoca dell’empatia. Dall’altro lato, credo anche che sia utile fornire un paio di definizioni che, seppur ampie, restituiscano alcuni elementi chiari e circoscritti: se guardiamo alla singolarità dell’individuo si può dire che, oggi, gli studiosi sono generalmente concordi nel definire l’empatia come la capacità di comprendere e

condividere in modo vicario lo stato emotivo di un'altra persona, mantenendo la consapevolezza che l'esperienza appartiene all'altro (Hoffman, 2000; Bischof-Köhler, 1991); ma se guardiamo alla pluralità degli individui si può riportare la definizione di Laura Boella (2006) che rende bene la caratteristica relazionale dell'empatia: "*L'empatia è l'atto attraverso cui ci rendiamo conto che un altro, un'altra, è soggetto di esperienza come lo siamo noi: vive di sentimenti ed emozioni, compie atti volitivi e cognitivi. Capire quel che sente, vuole e pensa l'altro è elemento essenziale della convivenza umana nei suoi aspetti sociali, politici e morali. È la prova che la condizione umana è una condizione di pluralità: non l'Uomo, ma uomini e donne abitano la Terra*" (Boella, 2006, p. XII)

1.1. LA STORIA DELL'EMPATIA

La parola empatia affascina. Sia la sua radice greca, *pathein* (patire, soffrire), da cui derivano il termine italiano empatia e quello inglese *empathy*, e sia il corrispondente termine tedesco *einfihlung* (sentire dentro), coniato da Lipps nel 1909, rimandano ad una modalità di sentire, istintiva ed automatica che utilizza meccanismi proiettivi e produce esperienze emozionali simili tra un 'io' e un 'altro'.

La parola empatia affascina, ma allo stesso tempo imbarazza. Infatti, quella dell'empatia è una storia strana, contrassegnata da alterne fortune, probabilmente dovute al fatto che essa rappresenta, da un lato, un'esperienza universale e, dall'altro, un'esperienza difficile da capire nel suo manifestarsi.

La confusione terminologica ha contribuito, e molto, alla caratteristica di vaghezza concettuale che accompagna l'empatia: spesso essa viene confusa con altri termini, quali la simpatia e/o la compassione. L'interesse per queste etiche, soprattutto nel contesto dell'empirismo inglese, probabilmente ha impedito un approccio specifico e diretto allo studio dell'empatia.

- Pensatori come Smith (1759), Hume (1738-1739), Rousseau (1762) ed Hutcheson (1725) credono nell'impulso, innato per l'uomo, a non rimanere indifferenti alla sofferenza degli

altri: è attraverso l'esperienza del dolore e della sua condivisione che avviene il passaggio dall'io agli altri, e questo è la premessa per la vita comunitaria.

- Martha Nussbaum (2004), recentemente, separa nettamente la compassione dall'empatia, riferendosi con la prima ad un'emozione che relaziona la naturale interdipendenza degli uomini e la loro debolezza nei confronti delle avversità (dolore fisico, miseria, malattie, ...) con una morale delle solidarietà e della giustizia. È interessante vedere come l'autrice riporti la vulnerabilità dell'uomo nella morale, aspetto perso nel mito, antico e moderno, dell'autosufficienza, dell'individualismo e del rispetto astratto della norma.

Quando si giunge alla consapevolezza che l'uomo non vive mai isolato e che, nascendo, si inserisce in un mondo di relazioni, pre-esistenti e necessarie, si preannuncia una nuova 'etica', quella dell'altro.

- Ogni essere è, originariamente, individuo e membro di una comunità e questo legame è un dato di fatto esistenziale ed ontologico, indipendente dalle concrete relazioni vissute (Heidegger, 1957).

- Levinas (1983) segna profondamente il pensiero del '900 quando parla di responsabilità originaria verso l'altro, cioè di una responsabilità che è, fin dai primordi, etica e non è, allora, dettata dalla soggettività.

Quindi l'alterità diventa una caratteristica fondamentale del vivere sociale dell'uomo, e permea tutta la sua interiorità.

Queste ultime posizioni, di riscoperta dell'altro e della relazione, introducono un quesito paradossale: che significato di novità ha l'incontro con gli altri, se l'esperienza dell'alterità è già da sempre avvenuta, se l'esperienza stessa si costituisce fin dall'inizio nella relazione? Che senso ha raggiungere l'altro, se egli che è già qui?

Per cercare di rispondere a queste domande è necessario riflettere sul fatto che l'incontro reale aggiunge sempre qualcosa di nuovo, esso non ha solo una funzione confermativa ma anche, e soprattutto, costruttiva: per questo è importante soffermarsi sull'esperienza empatica e sul contributo che essa offre alla relazione umana.

Già dai primi anni del Settecento, l'estetica considerava l'empatia come un'immersione nelle cose del mondo, che porta a 'sentire sé stessi', proiettando e travasando i propri sentimenti e stati d'animo in ciò che ci sta davanti, animato o inanimato che esso sia. Tale sentire sé stessi implica un movimento che va verso qualcuno/qualcosa, quasi per soddisfare una propria esigenza, a cui segue una 'in-fusione' con le caratteristiche dell'altro. Questo movimento di unione porta all'interiorizzazione di talune qualità dell'altro e quindi il sentire viene dall'interno e si articola all'unisono.

L'esperienza empatica non coinvolge solo altri esseri umani, ma tutte le altre cose del mondo, animate ed inanimate che siano; infatti, l'uomo riveste spesso dei propri contenuti interiori la natura, gli animali, le cose e l'arte: ci rispecchiamo facilmente in un paesaggio, trovando che esso sia malinconico o felice in alcuni suoi aspetti; ritroviamo alcune nostre caratteristiche in un'opera d'arte; attribuiamo ad un sasso un movimento vitale solo perché è soggetto ad un movimento fisico o, infine, scopriamo piacevolmente delle comunanze con dei personaggi rappresentati nelle arti visive o letterarie.

Nel primo ventennio del secolo scorso, un importante contributo all'altalenante sorte dell'empatia viene offerto dalla filosofia e precisamente da Edmund Husserl (1911), da Max Scheler (1913) e da Edith Stein (1917), allieva di Husserl:

1. Husserl, padre della fenomenologia, non si interessa direttamente dell'esperienza empatica ed, anzi, afferma che la "*empatia è un enigma [...] oscuro ed addirittura tormentoso*" (Husserl, 1929, tr. it. 1966, p. 295); in questo modo, esclude l'argomento dalle sue analisi, pur preparando il terreno per i successivi, importanti, sviluppi steiniani;
2. Scheler, sempre fenomenologo, diversamente da Husserl compie un lavoro di distinzione terminologica fra le diverse forme del 'sentire insieme', come il contagio emotivo, l'unipatia (identificazione), la simpatia (condivisione di un sentimento) e l'empatia, che però rifiuta considerandola una proiezione dell'io sull'altro.

3. Infine, Edith Stein (1917), allieva di Husserl, va oltre i dubbi del maestro ed utilizza la fenomenologia della vita emotiva di Scheler per analizzare ‘Il problema dell’empatia’, che sarà la sua tesi di laurea.

La Stein è una delle prime studiosse della condizione duale dell’uomo, di quel mondo intersoggettivo dove avviene la fusione fra ciò che emerge dalle percezioni oggettive, avvertite da ciascuno di noi grazie al proprio corpo, e ciò che invece è restituito dal ‘rendersi conto’ dell’alterità e del suo ‘senso’ diverso dal nostro. Secondo l’autrice tale ‘presentificazione del vissuto altrui’ permette di cogliere immediatamente l’umanità dell’altro, andando quindi al di là della percezione e/o della cognizione. La Stein, quindi, cerca di capire cosa sia questo ‘rendersi conto’ che permette la relazione partendo proprio dall’esperienza stessa e procede attraverso una serie di distinzioni tra atti di natura diversa, come l’immedesimazione e la simpatia, per afferrare le ragioni strutturali del fenomeno empatico.

In un’estrema sintesi, irriverente della complessità del pensiero steiniano, si può affermare che la soggettività e l’incarnazione nel mondo sono indistinguibili e, quindi, la percezione dell’uomo si sviluppa necessariamente dalla prospettiva personale. Per questo quando l’uomo osserva e prova empatia per un suo simile, alla fine, non condividerà mai del tutto l’esperienza altrui, ma esperirà una consapevolezza estranea, quella dell’altro, ed entrerà in un fecondo rapporto con essa.

Possiamo quindi dire che, fin dai primi anni del Novecento, l’empatia continua a suscitare grande interesse negli ambienti dell’estetica, della filosofia e della psicologia, per poi cadere in una sorta di oblio accademico. L’interesse per tale esperienza non svanisce assolutamente, anzi essa continua a suscitare attrazione e successo fra il pubblico (riviste, dibattiti, svariate discipline si riferiscono all’empatia) ma il suo studio sistematico fatica a decollare: non si riesce a conoscere bene l’esperienza empatica, data la sua natura effimera

e sfuggente, e a farne un buon uso nella vita. Forse anche per questo si corre il rischio di utilizzare il termine retoricamente e superficialmente, forti del fatto della sicura presa emotiva dell'argomento stesso.

1.2. LA PSICOLOGIA E L'EMPATIA

Per il senso comune la psicologia si occupa dell'uomo e del suo benessere psichico; l'uomo, allo stesso tempo, vive immerso in un mondo fatto di oggetti inanimati ed animati: per questo l'aspetto relazionale è costitutivo e diventa, necessariamente, un importante argomento di studio per la psicologia.

Il concetto di empatia è strettamente connesso a quello di relazione ma, nonostante ciò, il suo approfondimento scientifico trova una collocazione ambivalente entro la psicologia: mentre la psicologia umanistica- esistenziale la considera il fulcro dei suoi metodi terapeutici, la psicologia scientifica dimostra una certa ambiguità nei suoi confronti. In ambito psicoanalitico, ad esempio, l'approccio empatico è ritenuto impreciso ed inattendibile, se non addirittura rischioso. Nella psicologia scientifica, invece, lo studio dell'empatia sembra essere quasi un interesse di nicchia, elitario: questo è dovuto, probabilmente, al fatto che l'esperienza empatica mal si presta ai metodi scientifici e quindi il lavoro dello studioso rischia di perdere di credibilità accademica.

La molteplicità degli approcci teorici e meta-teorici determinano delle sostanziali differenziazioni nello studio del fenomeno empatico, come il separare la sfera cognitiva da quella emotiva e/o l'anticipare le caratteristiche del fenomeno stesso, per poi proseguire nella verifica. Ed è probabilmente per questo che, entro la psicologia, sembra difficile rintracciare una visione coerente dell'empatia, dei suoi fondamenti e dei suoi modi specifici, e ciò si rispecchia anche nella molteplicità di definizioni che caratterizzano il fenomeno stesso.

In tale modo l'empatia cambia sempre faccia e forma: alle volte è un tratto misurabile, un'abilità, una forma di trasmissione dei dati, un processo di mediazione, di decentramento

cognitivo, un'attivazione emotiva, fino ad arrivare ad affermare che non esiste un'unica empatia, ma tante empatie che si collocano su un *continuum* che va dalle forme più istintive ed immature, come il contagio emotivo, a quelle più sofisticate e controllate dall'uomo (Bonino, Lo Coco, & Tani, 1998).

Nel caso dell'empatia succede che tale esperienza venga scomposta in più aspetti, comportamentale, emotivo, cognitivo, motivazionale: tutto ciò per facilitarne l'analisi, conseguentemente ad un'idea astratta di scientificità. In seguito il fenomeno è ricomposto in un'unità multifattoriale, probabilmente perché si rende conto che la sua comprensione sfugge inesorabilmente all'occhio del ricercatore, a causa proprio della sua frantumazione.

Le parole di Husserl (1911) sembrano essere di monito: *“Ma che sono poi le cose e che ne è dell'esperienza alla quale dobbiamo far ritorno in psicologia? Le cose son forse gli enunciati che sottoponiamo al soggetto in esperimento? E il significato di questi enunciati sarebbe forse la ESPERIENZA DELLO PSICHICO?”* (Husserl, 1911, tr. it. 1958, p.31).

La moderna psicologia scientifica nasce nel 1879 entro il Laboratorio di Lipsia di Wundt (1896). Affrancandosi dalla filosofia, la psicologia scientifica abbraccia il positivismo e il naturalismo, e quindi l'empirismo logico. Questo porta ad una certa contraddizione, a cui Wundt cercherà sempre di rispondere, fra l'oggetto di studio (l'esperienza umana) e il metodo sperimentale (metodi naturalistici): cioè, chi studia la vita psichica intende utilizzare i metodi di chi studia la chimica o la fisica.

Watson, con il suo famoso manifesto del comportamentismo (1913) bandisce tutto quello che non è oggettivo, verificabile e che, per questo, sfugge alla sperimentazione: l'esperienza del soggetto, e quindi la sua coscienza, male si presta alla sperimentazione naturalistica e quindi viene accantonata e il suo posto viene preso dal comportamento dell'uomo. Nel 1920, Watson scrive: *“Devo dire francamente e senza ostilità che non ho alcuna simpatia con quegli psicologi e filosofi che cercano di introdurre il concetto di SIGNIFICATO (VALORE è un'altra parola sacra) nell'ambito del comportamento. In ogni momento noi potremmo descrivere tutta la psicologia nei termini di ciò che vediamo fare ad*

un organismo. La questione del SIGNIFICATO è un'astrazione, una razionalizzazione e una speculazione che non ha alcuna utilità scientifica. Da oggi ci dedicheremo al concetto di comportamento perché non ne possiamo più del significato”.

Nonostante le cose siano cambiate dai tempi del comportamentismo, forse persiste ancora in ambito clinico ed accademico un certo timore ad affrontare temi poco adattabili ai metodi scientifici, come *“le sensazioni e le fantasie i valori umani e simili”*, *“la libertà e l'autonomia dell'azione umana”*, *“i valori umani ”* e *“l'esperienza cosciente dell'uomo ”* ... *“perché il loro studio scientifico è difficile”* (Mc Burney, 1983, tr. it. 1986, pp. 24-25).

1.2.1 COMPORTAMENTISMO

Il comportamentismo, quindi, evita accuratamente di interessarsi all'empatia perché essa è l'espressione di un'esperienza soggettiva ed interiore e, perciò, non si presta ad un'indagine naturalistica, condotta con il metodo sperimentale, cosa che invece è possibile solo se l'oggetto della ricerca è rappresentato esclusivamente dal comportamento visibile.

L'unico che per primo parla fugacemente del fenomeno empatia è Titchener (1909), un allievo di Wundt, che definisce il processo empatico come *“il processo di umanizzare gli oggetti, di leggere o sentire noi stessi in quelli”* (Titchener, 1909, p.417). Questo autore ritiene che alla base dell'empatia ci sia il mimetismo motorio, cioè la tendenza ad esprimere attraverso il proprio corpo l'espressività che si legge in un oggetto esterno: un esempio può essere quando una persona, che osserva qualcuno parlare con difficoltà, muove essa stessa la bocca.

Successivamente l'empatia viene considerata come uno dei numerosi tratti di personalità e, quindi, secondo Cattell (1965), come un'unità funzionale del comportamento. Queste ultime sono considerate equivalenti agli elementi della fisica e ciò permetterebbe allo studioso di operationalizzarle come dei comportamenti visibili e, quindi, di misurarle con l'aiuto di strumenti, soprattutto di scale, che ne indichino la quantità che caratterizza ciascun individuo. Ritroviamo, perciò, l'intento di Watson di ridurre le caratteristiche

umane a dati di realtà per soddisfare le condizioni di applicabilità dei metodi scientifici più consoni.

I test per misurare l'empatia sono molti e diversi fra di loro perché rispecchiano alcune importanti differenze:

- Nella definizione del costrutto stesso: ad esempio, alcune definizioni possono considerare l'empatia come contagio emotivo, altre come *perspective taking*;
- Nel metodo di misurazione: ad esempio, alcune scale si affidano all'autovalutazione, presentando problematiche connesse al problema della desiderabilità sociale, e altre si affidano ai giudizi esterni, e presentano problematiche per il *bias* dell'osservatore.

La Bonino e collaboratori (1998) ritengono che i test che attualmente misurano l'empatia possano essere suddivisi principalmente in tre macrocategorie:

1. Test che misurano gli aspetti cognitivi. Questi test misurano lo sviluppo di abilità come il *perspective taking* e il *role taking*;
2. Test che misurano gli aspetti emotivi. Questi test misurano, soprattutto nei bambini, la capacità di identificazione e riconoscimento delle emozioni esperite dai personaggi di alcune storie costruite ad arte. Si può citare il F.A.S.T.E., (*Feshbach Affective Situation Test for Empathy*) di Feshbach e Roe (1968) che presenta otto storie, due per ogni emozione indagata (felicità, rabbia, tristezza, e paura); i protagonisti delle storie sono caratterizzati da età e sesso corrispondenti a quelli dei partecipanti che hanno il compito di riconoscere le emozioni provate dai protagonisti delle storie;
3. Test che misurano l'interazione di componenti cognitive, emotive, motivazionali e comportamentali. Questi test sono detti anche multi-componenziali. Possiamo citare l'I.R.I., *Interpersonal Reactivity Index*, di

Davis (1980), composto da ventotto *items* su scala *Likert*, articolati su 4 sottoscale: *fantasia, perspective taking, disagio personale e considerazione empatica*.

Dall'analisi della letteratura appare chiaro che ancora oggi l'empatia è considerata spesso come un tratto e come tale viene misurata e messa in relazione con altre appartenenze demografiche, sociali ed economiche.

1.2.2. COGNITIVISMO

Durante gli anni Sessanta, con l'avvento degli studi sull'intelligenza artificiale e della rivoluzione cognitiva, si comincia a guardare ai più sfuggenti processi interni. L'analogia 'uomo-computer' rappresenta il legame formale fra i processi di elaborazione artificiali e i processi cognitivi: se nell'elaboratore si può separare l'*hardware* (la sua fisicità) dal *software* (il suo programma logico) così si può fare anche per l'uomo, separando così la corporeità dai processi mentali; di conseguenza, la ricerca in un campo può svolgersi anche separatamente dalla ricerca nell'altro.

Si passa, quindi, dallo studio del comportamento, senza la coscienza, allo studio della mente senza il corpo (cognizione disincarnata) e, ancora, non viene considerata l'esperienza cosciente dell'uomo, la sua dimensione intuitiva, sensibile ed intenzionale.

Lo studio dell'empatia potrebbe trovare una sua collocazione coerente entro la teoria della mente (*theory of mind*, ToM), un altro settore di ricerca che si sviluppa in quegli anni e in quel contesto. Essa intende approfondire la capacità dell'uomo di immaginare gli stati mentali dei propri simili e, di conseguenza, di spiegare e prevedere il proprio e l'altrui comportamento (Premack, & Woodruff, 1978).

Per lo studio empirico vengono utilizzati frequentemente i compiti sulle false credenze (Wimmer, & Perner, 1983). Essi consistono nella presentazione di situazioni più o meno complesse, dove esiste un conflitto fra le credenze del soggetto-partecipante, relative ad uno stato di realtà, e una falsa credenza che un altro individuo potrebbe possedere circa la stessa

realità: se il soggetto-partecipante riconosce la credenza dell'altro significa che esso ha sviluppato la teoria della mente. Nei test più complessi si ritiene possibile distinguere, fra le risposte date dal soggetto-partecipante, quelle fisicaliste da quelle mentaliste: le prime si basano su elementi non mentali, come le circostanze e i contesti, mentre le seconde si basano sull'inferenza degli stati mentali.

È evidente che tali studi non attribuiscono molta importanza all'intuizione e al sentirsi in comune, ma ritengono che l'inferenza dello stato mentale altrui sia data dai processi cognitivi meccanici. Per questo motivo lo studio dell'empatia non trova molto spazio in questo settore della ricerca psicologica.

1.2.3 PSICOANALISI

In ambito psicoanalitico lo studio dell'empatia desta un certo interesse, forse perché tale approccio teorico si colloca in una posizione sostanzialmente ambigua rispetto sia alle esigenze naturalistiche e sia a quelle ermeneutiche.

La posizione stessa di Freud (1921), nella sua opera *Psicologia delle masse e analisi dell'io*, è poco chiara: infatti, se da un lato l'autore ritiene l'empatia come “*la capacità di farci intendere l'io estraneo di altre persone più di ogni altro processo*” (Freud, 1921, tr. it. 1975, p.296), dall'altro lato egli stesso è molto diffidente e preoccupato che l'analista resti emotivamente neutro e distaccato; ed infatti l'empatia viene citata poche volte nelle sue trattazioni.

Probabilmente, per non parlare esplicitamente di una pericolosa attivazione emotiva del terapeuta verso il paziente, l'empatia nell'approccio psicoanalitico spesso viene assimilata a concetti già contemplati nell'impianto teorico, come l'identificazione e la proiezione insieme. Questi due processi sono alcuni dei più primitivi meccanismi di difesa; in essi vi è la mancanza di un confine psicologico tra il sé e il mondo esterno:

- L'identificazione è il processo per cui si considera proveniente dall'interno qualcosa che in realtà è esterno: è la capacità di considerare come propri, i sentimenti, gli atteggiamenti e

i pensieri degli altri. Questo fa sì che il soggetto che si identifica sia molto ricettivo nella relazione con l'altro. È chiaro che la disponibilità ad accogliere l'emozione altrui può rendere la persona permeabile ad assorbire i contenuti al punto da subire un vero e proprio contagio.

- La proiezione: è il processo per cui qualcosa di interno viene considerato esterno: questo meccanismo può portare ad attribuire i propri atteggiamenti, pensieri e sentimenti ad un'altra persona. La proiezione comporta sempre una riduzione della differenziazione tra sé e gli altri e l'inconsapevole sovrapposizione dei propri contenuti psichici e del proprio vissuto ad un altro individuo.

Vivere una relazione improntata su questi due meccanismi viene considerato pericoloso perché si rischia la con-fusione tra noi e l'altro e, quindi, esiste il pericolo di essere investiti da emozioni forti e potenzialmente devastanti.

Altri autori, in questo ambito di studi, hanno trattato dell'empatia ma soprattutto Kohut (1984) l'ha ripensata sistematicamente, definendola come la capacità innata che permette a tutte le persone di comprendere in maniera attenuata gli stati psicologici degli altri, e ne ha sottolineato anche la forte valenza sociale, determinata dalla capacità dell'empatia di creare un legame tra le persone. L'autore ritiene che la realtà esterna venga percepita attraverso gli organi di senso, la realtà psichica soggettiva attraverso l'introspezione ed, infine, la realtà psichica degli altri per mezzo dell'empatia.

Quindi l'empatia diventa uno strumento professionale per acquisire delle conoscenze circa le realtà psicologiche dell'altro che, in un momento successivo, saranno ordinate e collegate attraverso l'interpretazione teorica.

1.2.4. PSICOLIGIA UMANISTICA

In questo ambito, Rogers (1951), con la psicologia centrata sul cliente, considera soprattutto la funzione diagnostica e terapeutica dell'empatia, sottolineando l'importanza

dei processi secondari sottostanti all'empatia; essi sono: la capacità di rappresentarsi il mondo esperienziale dell'altro, la capacità di cogliere l'altrui sentire e la capacità di condividere tale comprensione utilizzando canali comunicativi in sintonia.

Secondo il metodo non direttivo di Rogers lo specialista, per promuovere il processo terapeutico, si affida non a tecniche specifiche ma proprio all'empatia, concetto cardine dell'impianto rogersiano.

Il terapeuta non svolge un'azione direttiva e ciò significa un pieno rispetto della libertà e dell'autodeterminazione del cliente e, contemporaneamente, una costante auto-educazione del terapeuta stesso, che è in una continua crescita, faticosa ma allo stesso tempo arricchente.

L'empatia nella relazione terapeutica viene considerata come la comprensione dell'altro e si realizza immergendosi nella soggettività-altra, senza per questo sconfinare nell'identificazione: è la capacità di sentire l'ira, la paura, l'odio, il turbamento dell'altro senza aggiunte proiettive.

È importante sottolineare che l'autore ritiene fondamentale la consapevolezza della distinzione tra il sé e l'altro; infatti l'empatia è qualificata da un sentire che si può riassumere nelle parole 'come se': in assenza di tale consapevolezza si tratterebbe di identificazione e non di empatia.

Il terapeuta è capace di considerazione e di accettazione, positiva ed incondizionata, del paziente, nella misura in cui sente di accettare ogni aspetto dell'altro, ogni sentimento, espresso o inespresso. Se questa assenza di giudizio è presente, il terapeuta può avere una vera comprensione empatica di quanto il paziente sente a livello cosciente.

La formazione degli psicoterapeuti all'empatia è fondamentale e a questo aspetto va dedicato molto tempo e vanno spese molte risorse; allo stesso tempo, la ricerca dovrebbe costantemente verificarne gli effetti.

L'insegnamento che arriva da Rogers è sempre valido perché sottolinea la necessità di vivere ogni volta la relazione sapendo di uscirne trasformati ed avendo la consapevolezza

della relatività delle nostre convinzioni; infine, perché la terapia viene intesa come un incontro tra due esseri umani impegnati in un processo costruttivo di crescita personale.

1.2.5. FENOMENOLOGIA E NEUROSCIENZE

Gli studi sull'empatia, nell'ultimo decennio, sono rifioriti grazie ai progressi delle neuroscienze, della fisica, della biologia e della cibernetica.

Tali scienze forti cominciano a mettere in discussione l'impianto generale della ricerca scientifica e si rivolgono alla filosofia, e più precisamente alla fenomenologia husserliana e al suo impianto teorico, che guarda all'origine delle cose stesse e alla loro costituzione essenziale ed auspica un fertile incontro fra scienza e filosofia, sotto l'egida di un metodo rigoroso.

All'interno della psicologia, invece, sembra non esserci stato un vero ripensamento critico ma solo un aggancio ai nuovi sviluppi scientifici.

Autori come Varela (2001), Thompson (2001) e Gallese, Keisers e Rizzolatti (2004) contribuiscono significativamente alla ri-considerazione dell'esperienza empatica, riferendosi esplicitamente al metodo fenomenologico: il primo autore operando in campo neurobiologico, il secondo raccogliendo diversi contributi interdisciplinari, e gli ultimi studiando i neuroni *mirror*.

Gli studiosi sopra citati considerano l'empatia come la condizione necessaria per la relazione intersoggettiva, e non come un fenomeno qualsiasi o una serie di comportamenti e di funzioni. L'esperienza empatica è pervasiva, ed è possibile comprenderla soprattutto riflettendo sui significati delle proprie esperienze.

Perché questi studiosi, rappresentativi delle scienze forti, guardano proprio alla fenomenologia? Probabilmente il motivo è racchiuso nel fatto che il loro obiettivo fondamentale è quello di attuare una ricerca radicale attraverso l'uso di metodologie rigorose e con lo scopo di cogliere l'origine e la costituzione essenziale dei fenomeni stessi.

Husserl stesso aspira ad una ricerca scientifica dove non ci sia distinzione fra scienza e filosofia, e questo grazie anche all'uso di un impianto metodologico che guardi alle 'cose stesse'. Inoltre, egli ritiene che la psicologia sia il luogo ideale per tale incontro, grazie al fatto che argomenti come la struttura intenzionale della coscienza e la significatività dei dati dovrebbero essere ad essa familiari.

La psicologia, invece, rimane ancorata all'oggettività della ricerca e non coglie l'invito husserliano, cosa che invece fanno alcuni settori emergenti delle nuove scienze. In questo modo è forse possibile tendere ad una sintesi tra accuratezza sperimentale ed implicazioni teoretiche, sicuramente con la consapevolezza dei problemi di reciproca traduzione ma, allo stesso tempo, con la volontà comune di comprendere la struttura e i significati dell'esperienza stessa, o della 'essenza' come direbbe Husserl. I comportamenti e le funzioni passano, così, in un secondo piano, mentre l'attenzione si concentra sulla 'presentificazione del vissuto altrui' (Stein,1917), sullo 'afferramento' intenzionale di un'alterità, che va oltre l'osservazione e la cognizione.

Thompson (2001), richiamandosi alla Stein (1917), considera l'empatia come *“una forma unica e irriducibile di esperienza intenzionale”* affermando che *“sebbene sia basata sulla percezione sensibile e possa includere l'inferenza (in situazioni difficili o problematiche), essa non è mai riducibile alla somma dei due piani (...). Piuttosto, noi abbiamo esperienza dell'altro come un tutto attraverso l'empatia (...). Quando vediamo un'altra persona noi non percepiamo il suo corpo soltanto come cosa fisica, ma come un corpo vivente pari al nostro. L'empatia non è semplicemente afferrare le particolari esperienze di un'altra persona (tristezza, gioia e così via) ma è esperire l'altro come un tutto”* (Thompson, 2001, p. 16).

Il neurobiologo Varela (2001) ritiene che gli uomini siano *“strutturalmente concepiti per avere rapporti con i nostri congeneri, con individui della stessa specie”* e che l'empatia non rappresenti un sentimento né una forma di comprensione ma che, invece, essa sia la forma fondamentale del nostro 'essere con gli altri'.

Ci sono alcuni punti in comune fra le posizioni di Husserl e di Varela.

Per Husserl la ‘ambiguità del proprio corpo’ è alla base del riconoscimento dell’altro. L’autore parla di ‘ambiguità del proprio corpo’ e di ‘paradosso della soggettività umana’ perché ognuno di noi coglie il mondo non solo come il proprio mondo ma anche come un mondo abitato da altri e perché, proseguendo nell’analisi fenomenologica, ognuno di noi percepisce di essere sia ‘soggetto per il mondo’ (trascendenza immanente) e sia ‘oggetto nel mondo’ (appartenenza estranea).

Questi concetti sono molto importanti anche per Varela quando parla specificatamente di ‘*embodiment*’ (Varela, & Shear, 1999), della condizione di dualità vissuta dell’esistenza umana: il concetto esprime lo sforzo incessante dell’uomo di comprendere che un’entità racchiude in sé le proprietà specifiche della materia e del mentale insieme, nonostante queste due sfere sembrino non avere punti in comune.

Siamo, dunque, alla presenza di molti mondi possibili e coesistenti, dove il corpo è un’unità ontologica che racchiude in sé sia il meccanismo e sia il trascendente: ne consegue che la ricerca non può servirsi di una logica semplicistica che contempla un interno (inteso come sistema elaborativo) contrapposto ad un esterno (inteso come sistema informativo).

Infine, è importante ricordare che Varela sottolinea che lui “*non parla di filosofia ma di logica della ricerca*” (Varela, 1990, p.46).

Il neurobiologo Gallese auspica una nuova scienza che persegua la comprensione dell’esperienza e non solo la verifica formale delle teorie ed è per questo che “*aspetti importanti della riflessione fenomenologica trovano oggi evidenti riscontri nei risultati dell’indagine neuro scientifica dell’intersoggettività*” (Gallese, 2006, p. 293).

L’autore, attraverso i suoi studi sui neuroni *mirror* (Gallese, 2006) sostiene che quando interagiamo con gli altri li riconosciamo come simili a noi ancor prima di ogni possibile interpretazione: ne deriva che la comprensione dell’altro non dipende solo da processi logici ed inferenziali, come sostenuto dalla teoria della mente cognitivista.

Questo processo *“incarnato e pre-dichiarativo”* (Gallese, 2006, p. 316) *“non implica che noi esperiamo gli altri come esperiamo noi stessi. Tale sistema semplicemente costituisce e promuove il processo di mutua intelligibilità”* (Gallese, 2006, p. 318).

Esiste anche un'altra importante congruenza fra analisi fenomenologica della Stein e gli studi di Gallese.

La Stein (1917) ritiene che quando una persona si relaziona ad un'altra ed empatizza (afferra, intuisce) l'altrui vissuto, la persona è ben consapevole che il vissuto percepito non è 'originario' per sé stessa, ma che è 'originario' per l'altra. L'esperienza di empatizzare è 'originaria' di chi empatizza, mentre il vissuto resta estraneo perché incomunicabile nella sua interezza.

Questa posizione steiniana sembra essere confermata dagli studi di Gallese (2006), dove l'autore dimostra che si attivano circuiti cerebrali diversi a seconda che sia il soggetto a compiere un'azione o che sia un'altra persona a fare ciò e, ancora, che è diversa l'attivazione se è il soggetto ad esperire una sensazione o se è un altro a provare la stessa sensazione.

“Gli studi scientifici che si ispirano al metodo fenomenologico confermano che, se restiamo fedeli a ciò che siamo, l'empatia non è un fenomeno psicologico qualsiasi, spiegabile all'interno delle diverse cornici teoriche, ma la stessa condizione di possibilità della comunicazione intersoggettiva” (Armezzani, 2008, p.85).

Da quanto finora detto, emerge che è difficile ritrovare una visione coerente dell'empatia, che appare spezzettata in più elementi e che viene vista, di volta in volta, come un tratto misurabile, un'abilità, una forma di trasmissione delle informazioni, un processo di mediazione, di decentramento cognitivo, un'attivazione emotiva, Sicuramente, la scomposizione del fenomeno aiuta l'analisi ma, probabilmente, ostacola la sua comprensione, una comprensione globale che guardi anche all'esperienza vissuta, al sentire in prima persona. Perché il problema non è solo quello di capire l'altro e di poterne prevedere le abilità e/o le azioni, ma è anche quello di riconoscerlo come un'alterità

originaria e di definire, così, le condizioni che permettono tale riconoscimento; perché, in definitiva, tutta la nostra vita esperienziale si basa sull'incontro con l'altro che, solo per il fatto di esserci, assume i ruoli fondamentali di stimolo e di validatore, fin dai primi istanti di vita.

CAPITOLO SECONDO

CORNICE EPISTEMOLOGICA

Se c'è una cosa che va fatta in modo antropologico, questa cosa è proprio la fondazione della psicologia.

(Binswanger, 1936, tr. it. 1973, p. 189)

In molti settori della psicologia si sta sviluppando un movimento critico nei confronti dei metodi tradizionali, naturalistici, adottati fin dalla nascita della moderna psicologia scientifica (Wundt, 1896).

Si chiede con sempre maggiore insistenza che l'attenzione venga rivolta anche alla soggettività dell'attore sociale, al significato del suo agire ed alla contestualizzazione delle sue esperienze: questi argomenti sono spesso ignorati nonostante sia evidente a tutti che essi rappresentano un aspetto importante per la ricerca in psicologia.

Il comportamento dell'uomo e degli animali è stato il primo, fondamentale centro di interesse per la ricerca in psicologia (Watson, 1913): il suo studio, si è poi sviluppato in forme sempre più articolate e sfumate ma, a ben guardare, è veramente difficile pensare al comportamento senza riferirsi a quello slancio di intenzionalità, che restituisce sempre un'azione singolare e significativa per l'attore sociale.

Oggi in psicologia, a fianco di quello naturalistico, si sta affermando un altro paradigma teorico, caratterizzato al suo interno da diverse posizioni, fra cui quelle costruttiviste. Si assiste, dunque, a due distinti modi di affrontare la ricerca:

- La psicologia naturalistica considera la realtà come un dato esterno al soggetto, misurabile e scomponibile in più parti, su cui è possibile applicare il metodo sperimentale.

Le persone sono assoggettate a leggi di funzionamento, meglio se universali.

I significati vengono stabiliti a priori dall'impianto teorico e, successivamente, verificati.

Bisogna evitare accuratamente ogni contaminazione da parte della soggettività.

- La psicologia costruttivista cambia radicalmente posizione affermando che la realtà esterna, fatta di esseri viventi e non, non è staccata dall'attore sociale ma è in una continua interazione ed in un incessante processo di significazione con lo stesso;

Lo studio della realtà quindi diventa fondamentale perché rappresenta il punto di convergenza dei diversi significati.

La sua analisi si deve focalizzare sulla comprensione dei significati e non sulla misurazione di fenomeni rispondenti a leggi statiche.

Il linguaggio spontaneo e il contesto di vita prendono il posto della neutralità del ricercatore e delle situazioni sperimentali standardizzate, la possibilità di arrivare alla conoscenza, anche senza fondamenti assoluti, si sostituisce all'eccesso di razionalismo, la molteplicità delle prospettive si sostituisce alla fiducia assoluta nella scienza ed, infine, la costruzione dei saperi è preferita al progresso cumulativo delle conoscenze: in pratica, la ricerca guarda al 'mondo della vita' (Husserl, 1936).

Bruner (1986) afferma che questi due modi diversi di vedere la ricerca sono complementari e allo stesso tempo irriducibili: sono due prospettive che devono rimanere distinte per poter mantenere la loro identità e allo stesso tempo devono essere pensate come complementari, perché ogni sviluppo di pensiero critico non è mai completamente slegato dal retroterra in cui si sviluppa ed, inoltre, è pericoloso assumere di essere depositari della soluzione al problema della conoscenza.

Questa nuova psicologia è chiamata anche post-moderna, ma potrebbe chiamarsi anche psicologia del significato. Essa racchiude in sé diversi approcci, accomunati dal rifiuto del naturalismo, dall'interesse per la soggettività, per i vissuti, e dal progetto di interrogazione dell'esperienza umana, pur nella consapevolezza della necessità di usare metodi rigorosi.

Il presente lavoro, collocandosi entro la psicologia del significato, trae preziosi suggerimenti da diversi e molteplici approcci: dal costruttivismo, dalla psicologia dei costrutti personali, dalla fenomenologia, ma anche dall'ermeneutica e dalla *grounded theory*.

2.1. IL COSTRUTTIVISMO

Il costruttivismo, come la fenomenologia, guarda all'esperienza vissuta perché è l'unica cosa che è consentito all'uomo di conoscere e, per questo, si allontana, dagli assunti dell'oggettivismo, che considera la realtà come esterna al soggetto, e del soggettivismo, che invece vede la realtà come costituita dal soggetto.

Il reale, invece, è *“un universo di senso inter-soggettivamente costruito, ma incontrollabile (l'indicalità o indessicalità), come un universo che parla allo stesso tempo di sé stesso con la stessa lingua (la riflessività)”* (Paduanello, 2008, p. 127)

In campo filosofico, oggi, questa posizione potrebbe essere rappresentata da Habermas (1981). L'autore critica il metodo oggettivo della conoscenza e si spinge anche al di là del paradigma della soggettività, sostenendo, invece, la posizione conoscitiva intersoggettiva, quale elemento fondativo di una nuova ragione comunicativa che riesca a superare i limiti di una conoscenza oggettiva, considerata autoritaria, e/o soggettiva, quest'ultima vista come troppo astratta.

La conoscenza, quindi, non risiede nel soggetto e nemmeno nell'oggetto ma scaturisce dalla loro attiva relazione. L'uomo conosce il mondo attraverso un processo

interpretativo, fondamentalmente prospettico ed intenzionale: per studiare e capire questa relazione è necessario focalizzare l'osservazione e lo studio sulla vita esperienziale e sui suoi significati.

Il padre del costruttivismo 'radicale' è von Glasersfeld: egli lo chiama 'radicale' per distinguerlo da quei costruttivismi 'banali' che, pur riconoscendo la soggettività della conoscenza, non assumono fino in fondo i principi di questo approccio.

Le sue parole, e quelle del biologo Varela, sono chiarificatrici di quello che il costruttivismo intende essere:

- *“Il soggetto non ha altra alternativa che costruire ciò che conosce sulla base della propria esperienza (...). Non possiamo mai dire se questa conoscenza sia vera, perché per affermare tale verità avremmo bisogno di un confronto che semplicemente non possiamo fare”* (von Glasersfeld, 1994, p. 7);
- *“Non esiste mondo se non quello che sperimentiamo attraverso i processi che ci sono dati e che fanno di noi ciò che siamo. Ci troviamo in una sfera cognitiva di cui non possiamo varcare i confini (...). Non esiste nessun luogo nel quale uscire”* (Varela, 1981; tr. it. 1988, p.270).

Il costruttivismo è stato spesso accusato di idealismo o di realismo radicale, dimostrando così una logica manichea di approccio alla scienza: o si è oggettivisti o si è soggettivisti; ma *“continuare a contrapporre gli stati mentali alla realtà oggettiva non ci aiuterà a comprenderla perché il vissuto è proprio nell'intenzionalità costitutiva che connette soggettività e mondo e nella quale entrambi trovano il loro senso”* (Armezzani, 2003, p. 22).

Il soggetto che vive nel mondo non può né negare, né affermare l'esistenza di un mondo esterno, perché tutto quello che lui riesce a conoscere è determinato, e limitato, dalla prospettiva del suo sguardo. È un po' come guardare il cielo attraverso un foro praticato in un grande foglio oscurante: a prima vista può apparirci pulito e limpido e, quindi, potrebbe farci pensare ad una serena giornata di sole; ma se allarghiamo il buco sempre di più, si

vedrebbero altri particolari, e si potrebbe giungere alla consapevolezza che tanto bella la giornata non è, perché ci sono molte nuvole scure che si muovono veloci nel cielo

Quindi, il costruttivismo dubita circa la possibilità di conoscere il mondo al di fuori dell'esperienza dello stesso e NON dubita, invece, l'esistenza di una realtà esterna: "*il costruttivismo è una teoria della conoscenza e non dell'essere*" e non intende pronunciare "*alcuna proposizione ontologica sulla realtà di ciò che è conosciuto*" (von Glasersfeld, 2001, p.10).

La realtà di ciascun uomo è data nell'intersoggettività e nella convergenza dialogica di molteplici e diverse prospettive, che guardano insieme ad un orizzonte comune: inevitabilmente l'uomo è inserito in un fitto tessuto relazionale fatto di esperienze, di oggetti e di viventi che assumono un significato condiviso.

Metodologicamente, il costruttivismo sceglie la 'messa in parentesi dell'oggettività', la 'epochè' per ricordare Husserl, con lo scopo di capire l'esperienza dell'uomo, l'unica cosa che possiamo conoscere. Allo stesso tempo rinuncia definitivamente all'idea di una realtà esterna separata e di un misterioso mondo interiore perché ritiene impossibile il "*tentativo di vedere il mondo da nessun luogo*" (Putnam, 1990, tr. it. 1995, p.28).

L'auto-riflessività diventa, quindi, un'importante caratteristica della scienza che avvicina questa complessa realtà: infatti, lo studioso deve mantenere la consapevolezza di essere sempre un partecipante attivo di questa convergenza di prospettive, costruttive ed in movimento; egli non dovrebbe mai porsi come giudice di ciò che è, ma come valutatore di ciò che avviene.

Inoltre, la nozione di verifica oggettiva è sostituita da quella di 'viabilità' (von Glasersfeld, 1981, 1987, 1995), che intende valutare l'adeguatezza e la congruenza dei risultati delle ricerche al contesto di sviluppo e presuppone un'assunzione di responsabilità da parte dello studioso, tale da permettere ad altri di confrontarsi con i suoi risultati, proponendo altre alternative percorribili, viabili.

In sintesi il costruttivismo si pone come scienza dell'esperienza dell'uomo in prima persona, reale e quotidiana: esso intende studiare l'esperienza ri-contestualizzandola, piuttosto che scomponendola analiticamente, e valorizzando le differenze, piuttosto che escludendo i casi limite.

Questo approccio non guarda solo alle scienze dello spirito, ma anche alle scienze forti, auspicando un importante cambiamento nell'affrontare la questione della conoscenza; nel capitolo precedente si è visto come la cibernetica di secondo ordine, la fisica e anche la biologia stiano cominciando a sviluppare un'altra idea di scientificità, più adatta alla comprensione del nostro essere nel mondo, perché, come scrive von Foerster, l'oggettivismo altro non è che *“l'illusione di un soggetto che l'osservazione possa essere fatta senza di lui”*¹.

2.2. LA PSICOLOGIA DEI COSTRUTTI PERSONALI (PCP)

La teoria dei costrutti personali di Kelly (1955) è precedente al percorso del costruttivismo ma lo rappresenta bene quando critica la psicologia dell'osservatore esterno e la psicologia esperienziale che scava *“troppo nel profondo”* e quando invita a *“trascendere l'ovvio”* (Kelly, 1955, p. 183).

Anche i rapporti fra la teoria di Kelly e la fenomenologia sono complessi ma fertili. Se, da un lato, lo stesso Kelly prende le distanze dalla fenomenologia, dall'altro, oggi molti autori (Warren, 1985; Chiari, & Chiari, 1985; Feixas, & Villegas, 1991) evidenziano importanti affinità, determinanti un'analogia di linguaggio e di metodo fra i due approcci: *“la teoria dei costrutti personali è più fenomenologica di quanto Kelly pensasse”* ed essa rappresenta una *“buona esemplificazione”* della metodologia dell'indagine fenomenologica (Warren, 1985, p.262).

I punti d'incontro fra la teoria kellyana e la fenomenologica nascono dalla condivisione della posizione anti-oggettivistica, e sono:

- La visione dell'uomo come di un essere impegnato costantemente in processo di costruzione e di donazione di senso;
- La critica al realismo ingenuo e al metodo naturalistico;
- *“Il rifiuto dell'ovvio”* (Armezzani, 1998, p. 70)

Per Kelly ogni uomo costruisce incessantemente il significato della propria realtà, che non viene semplicisticamente percepita ma viene continuamente re-interpretata. Questo processo di significazione è strettamente connesso alla moltitudine di prospettive e di orizzonti, che caratterizza l'esperienza umana.

2.2.1. LA STRUTTURA TEORICA ED EPISTEMOLOGICA DELLA TEORIA DEI COSTRUTTI PERSONALI

L'assunto dello 'alternativismo costruttivo' è alla base della teoria dei costrutti personali; esso afferma che:

“Di qualsiasi natura possa essere, o in qualsiasi modo risulti alla fine la ricerca della verità, gli oggetti che affrontiamo oggi sono soggetti a tante numerose costruzioni quanto la nostra intelligenza ci permette di concepire. Ciò non vuol dire che una costruzione sia buona quanto qualsiasi altra, ma ci fa ricordare che tutte le nostre percezioni attuali sono aperte alla discussione e alla riconsiderazione, e suggerisce ampiamente che persino i più ovvi accadimenti della vita di ogni giorno potrebbero mostrarsi totalmente trasformati se fossimo sufficientemente inventivi da costruirli in maniera diversa” (Kelly, 1966, pp.1-2).

Questo processo costruttivo restituisce una, ma non l'unica, qualità emergente della realtà, rappresentante dell'interazione fra la dimensione fisica, spazio temporale, e la dimensione psichica, prospettica, intenzionale, costituita da passioni, progetti, sensazioni, esperienze, anticipazioni, Per Kelly la realtà è frutto di un processo costruttivo ed interpretativo del soggetto che, in relazione alla propria esperienza ed al proprio contesto di vita, attribuisce un significato a ciò che esperisce.

Possiamo quindi affermare che ogni conoscenza è soggettiva, in quanto prospettica e situata e che tutte le nostre conoscenze, compresa quella scientifica, sono date da un processo costruttivo, trasformativo, e non cumulativo delle informazioni.

Assumere un tale atteggiamento, che coniughi il concetto di ‘costruzione’ con quello di ‘alternativa’, come criterio per la conoscenza ha inevitabilmente delle importanti implicazioni sia nel campo scientifico e sia nel campo della vita quotidiana:

- La scienza ufficiale vede come destabilizzante tale posizione prospettica e costruttiva, che viene prima di qualsiasi posizione teorica, soprattutto perché priverebbe il ricercatore di quelle certezze fornite, a priori, dalle proposizioni teoriche;
- La vita quotidiana, invece, può arricchirsi della consapevolezza che *“per l’essere umano l’universo è reale, ma non è inesorabile, a meno che non sia lui stesso a costruirlo in questo modo”* (Kelly, 1955, p.8).

Un altro concetto importante nella teoria di Kelly è quello di ‘costrutto’: esso è *“un asse di riferimento, un criterio fondamentale di valutazione [...] esplicitamente formulato o implicitamente agito, verbalmente espresso o totalmente inarticolato, intellettivamente ragionato o vegetariamente sentito”* (Kelly, 1955, p.9).

Il costrutto permette all’uomo di percepire e comprendere il proprio mondo, attraverso un processo, incessante e costruttivo, di discriminazione delle somiglianze e delle differenze.

Dalle parole dell’autore si capisce che il costrutto si differenzia dal concetto grazie alle sue fondamentali caratteristiche di bipolarità e di dicotomia. Per chiarire si può dire che, ad esempio, il concetto di ‘empatia’ appare astratto, monolitico, connotato da caratteristiche fisse, socialmente condivise; ma se si chiede ad una persona di declinarlo nelle sue similarità e differenziazioni esso assume una connotazione più concreta, come ad esempio: ‘empatia-altruismo’, ‘empatia-sofferenza’, ‘empatia-socievolezza’, ‘empatia-egoismo’, e così di seguito.

Si può notare facilmente che il concetto sembra possedere una vita sua al di sopra dell’esperienza reale, mentre il costrutto diventa l’esplicitazione dell’interpretazione del

vissuto, del concreto. Il costrutto è, quindi, cangiabile, ha mille aspetti e mille sfumature, plasmate dall'individuo, dalle sue esperienze e dall'ambiente in cui egli vive; esso rappresenta l'interpretazione di quella persona relativamente a quel concetto; 'empatia-egoismo' è, allora, un costrutto personale, cioè è un'interpretazione che quella persona fa del concetto di empatia, che sicuramente egli conosce nei suoi significati condivisi, ma che allo stesso tempo ha arricchito attraverso molte e diverse esperienze ed interpretazioni, dette anche 'costrutti personali'.

I due poli di un costrutto si completano vicendevolmente e determinano un *continuum* di senso, che è estremamente personale, dato che non segue un percorso logico ma psicologico; si forma, così, un campo di pertinenza che permette alla persona di discriminare gli eventi, o anche gli 'elementi', a seconda della loro vicinanza ad un polo o ad un altro.

I costrutti personali si organizzano in una sistema gerarchico di relazioni che fornisce loro sia la struttura e sia il significato. Nell'esempio che è stato riportato dell'empatia il polo opposto è rappresentato dall'egoismo, e questo può sembrare scontato, ma anche dalla sofferenza, probabilmente perché l'empatia ha una evidente connotazione emotiva o anche perché può esporre la persona empatica ad un eccessivo coinvolgimento.

Infine, è importante sottolineare che il costrutto è molto complesso e mutevole e, di conseguenza, le etichette utilizzate per descriverlo non possono renderne appieno il significato: esse permettono solo uno sguardo, importante ma non assoluto, sull'orizzonte di senso personale, che può cambiare mentre la parola resta immutata.

2.2.2. LA STRUTTURA FORMALE DELLA TEORIA DEI COSTRUTTI PERSONALI

La teoria dei costrutti personali vuole essere una teoria fertile, per dare vita a nuove idee e a nuove ipotesi verificabili, ma anche utile, flessibile e modificabile: ciò ha portato

l'autore a predisporre una rigorosa e chiara formalizzazione dell'impianto teorico, affinché esso venisse facilmente sottoposto alla prova dei fatti.

La struttura formale è uno strumento pragmatico e fornisce dei punti fermi che guidano lo studioso, ma anche le persone, nella comprensione degli accadimenti umani, dal punto di vista psicologico.

La teoria dei costrutti personali è una teoria riflessiva e considera le persone come scienziati e gli scienziati come persone, secondo un costruttivo principio di circolarità (Bannister, & Fransella, 1971): non ci sono differenze nette fra le due suddette categorie perché entrambe affrontano inevitabilmente gli eventi della vita, attività di ricerca e/o di vita quotidiana, da prospettive e con intenzioni che li caratterizzano particolarmente e che sono estremamente cangiabili.

La consapevolezza di questo stato di cose, praticamente, significa operare entro la cornice costruttivista perché sottintende la necessità di: *“Rendersi conto e rimanere consapevoli del fatto che si ha a che fare con costruzioni che possono dimostrarsi più o meno coerenti, sostenibili, viabili. Ma non possono mai costituire la descrizione o spiegazione di una realtà ontologica”* (von Glasersfeld, 1999).

La struttura formale della teoria dei costrutti personali prevede un postulato fondamentale che, a sua volta, si declina in undici corollari (Kelly 1955; 1958).

Il postulato fondamentale evidenzia che i processi di una persona sono psicologicamente canalizzati dal modo in cui essa anticipa gli eventi (Armezzani, 2003). Esso sottolinea come l'attività dell'uomo sia costantemente assoggettata ad uno sforzo anticipatorio degli eventi, basato sul sistema dei costrutti personali che è ben strutturato e predisposto per permettere un'azione selettiva e non dispersiva e, allo stesso tempo, è flessibile per consentire utili modifiche e revisioni.

Quest'attività, che porta ad una continua evoluzione del sistema dei costrutti di una persona, è di tipo psicologico e non logico: ciò significa che una persona può assumere

comportamenti diversi in situazioni analoghe senza per questo perdere di coerenza e, cosa molto importante, significa anche l'impossibilità di prevedere il comportamento umano.

L'uomo costruisce la propria conoscenza ed esperienza vivendo costantemente un processo di discriminazione, di interpretazione e di previsione degli eventi; tale attività interpretativa e correttiva dei significati coinvolge il suo mondo fisico e psichico in divenire, nel senso che è spesso rivolta alle possibilità future, ad ipotizzare eventuali scenari, a sperimentarli e, quindi, a verificarli.

La concezione creativa dell'uomo come proiettato verso esperienze possibili rappresenta un fondamento nella teoria dei costrutti di Kelly perché sposta il centro dell'attenzione dal passato al futuro: *“questo postulato implic(a) molte cose: che non reagisci al passato, ma ti estendi verso il futuro; che controlli quanto SENSO hai trovato nel mondo guardando quanto quel SENSO ti permette di anticiparlo; che la tua personalità è il modo in cui dai SENSO al mondo ”*(Bannister, & Fransella, 1971, tr. it. 1986, p.29); in questa frase la parola 'anticipazione' ha un significato molto denso perché trasmette l'idea dell'attività sia di prevedere e sia di muoversi verso il mondo nuovo, intenzionalmente.

Il processo della conoscenza è ben rappresentato dal 'ciclo della creatività' (Kelly, 1955), che consiste in un movimento continuo e ciclico di 'allentamento' e di 'restringimento' dei costrutti: in questo modo l'uomo verifica incessantemente i diversi scenari ipotizzati, attribuisce nuovi significati a costruzioni pre-esistenti e ne crea di nuove. Questo dinamismo creativo contribuisce ad un cambiamento positivo, mentre l'immobilismo può significare problematicità, o malattia.

Si può sintetizzare dicendo che il comportamento, nella teoria costrutti personali, non è considerato come risposta a degli stimoli, né come reazione ad esperienze passate: esso è definito come l'espressione della progettualità umana ed è, per questo, proiettato al futuro ed alla sperimentazione di alternative viabili.

Per completezza e per meglio specificare il significato del postulato fondamentale verranno solo citati gli undici corollari che lo definiscono:

1. COROLLARIO DELLA COSTRUZIONE: Una persona anticipa gli eventi costruendone le repliche (*focus* sulle ricorrenze-somiglianze degli eventi);
2. COROLLARIO DELL'INDIVIDUALITÀ: Le persone differiscono le une dalle altre nella loro, personale, costruzione degli eventi (critica verso la psicologia dei tratti);
3. COROLLARIO DELL'ORGANIZZAZIONE: Ogni persona sviluppa in modo caratteristico, per la sua convenienza nell'anticipare gli eventi, un sistema di costruzione che comprende relazioni ordinali fra i costrutti (relazionale, strutturale, gerarchica, inclusione e sussunzione);
4. COROLLARIO DELLA DICOTOMIA: Il sistema di costruzione di una persona è composto di un numero finito di costrutti dicotomici (reciproca donazione di senso fra i due poli);
5. COROLLARIO DELLA SCELTA: Una persona sceglie per sé quell'alternativa di un costrutto dicotomizzato per mezzo della quale anticipa la migliore fra le possibilità del suo sistema (definizione del sistema *vs* estensione del sistema; disagio considerato come la via maggiormente percorribile mantenendo la coerenza entro il sistema di costrutti personali);
6. COROLLARIO DEL CAMPO: Un costrutto è idoneo per l'anticipazione solo di un numero finito di eventi (campo di pertinenza; campo di pertinenza per l'empatia molto ampio);
7. COROLLARIO DELL'ESPERIENZA: Il sistema di costruzione di una persona varia a mano a mano che essa costruisce la replica degli eventi (persona come processo in continuo movimento; movimento attuato attraverso l'elaborazione del suo sistema di costrutti; movimento attraverso il confronto attivo con l'esperienza; validazione ed invalidazione);
8. COROLLARIO DELLA MODULAZIONE: La variazione del sistema di costruzione di una persona è limitata alla permeabilità entro il campo di pertinenza in cui giacciono le variabili (permeabilità = variabilità ed impermeabilità = stabilità dei costrutti);

9. COROLLARIO DELLA FRAMMENTAZIONE: Una persona può utilizzare di volta in volta una varietà di sotto-sistemi di costruzione che sono deduttivamente incompatibili gli uni con gli altri (evoluzione del sistema di tipo psicologico e non logico);
10. COROLLARIO DELLA COMUNANZA: Nella misura in cui una persona impiega una costruzione dell'esperienza simile a quella impiegata da un'altra, i suoi processi sono psicologicamente simili a quelli dell'altra persona (la somiglianza fra le persone non dipende dall'aver vissuto esperienze simili, né dall'adottare simili comportamenti ma dal costruire, discriminare, interpretare e prevedere le conseguenze degli eventi in maniera più o meno simile);
11. COROLLARIO DELLA SOCIALITÀ: Nella misura in cui una persona costruisce i processi di costruzione di un'altra, può giocare un ruolo in un processo sociale che coinvolge un'altra persona (apice della teoria: l'interazione esiste nei termini della comprensione reciproca, importantissimo anche per l'empatia) (Grimaldi, 2003, pp.36-42).

La psicologia dei costrutti di Kelly può essere definita come una psicologia 'in prima persona' in quanto rivolge lo sguardo all'uomo artefice della sua vita, alla sua attività e, soprattutto, alla sua intenzionalità :

“Non conta tanto ciò che l'uomo è, ma piuttosto quello che, ha in mente di fare di sé stesso. Per fare il balzo deve fare qualcosa di più che scoprirsi: deve rischiare una buona percentuale di confusione” (Kelly, 1964, p.158).

2.3. LA FENOMENOLOGIA

La fenomenologia, fondata da E. Husserl, si interroga su che cosa sia l'esperienza, in tutti i suoi diversi aspetti, e su che cosa succeda all'uomo coinvolto nell'esperienza del mondo.

Tale approccio rappresenta un tentativo singolare e, allo stesso tempo, plurale di fare ricerca: infatti, al suo interno ci sono molti studiosi interessati non solo a 'che cos'è' l'esperienza nel e del mondo ma anche a 'come' l'uomo comprenda tale esperienza.

In questa brevissima panoramica tratteremo di tre, fondamentali, autori: Edmund Husserl, Martin Heidegger e Maurice Merleau-Ponty.

Per Husserl il principio fondante della fenomenologia è che l'esperienza può essere esaminata nel suo avvenire e nei suoi termini al fine di identificarne le caratteristiche essenziali che, a questo punto, dovrebbero trascendere l'esperienza del singolo e valere anche per gli altri.. Questa analisi deve essere condotta attraverso un metodo rigoroso e scrupoloso.

Per fare questo bisogna 'tornare indietro alle 'cose stesse', che Husserl identifica con i contenuti esperienziali e consci della nostra coscienza: il compito può essere difficile a causa della tendenza innata nell'uomo a mantenere l'attività, spontanea e quotidiana, di ordinare velocemente il proprio mondo vissuto (categorizzazione). L'impegno nelle attività quotidiane porta a dare per scontate le esperienze ed a concentrare l'attenzione esclusivamente sui loro aspetti contingenti (pensieri, sensazioni, obiettivi, volizioni, ...), ma non sui contenuti psichici delle stesse.

Adottare un atteggiamento fenomenologico, invece, significa adottare un atteggiamento riflessivo che guarda con attenzione alle cose nel mondo, per poi tornare alle nostre percezioni delle stesse (Husserl, 1927).

Quest'ultimo, fondamentale, passaggio si può fare attraverso l'attività riflessiva, che ci permette di diventare consapevoli e di afferrare l'esperienza soggettiva, l'apparenza del fenomeno: questo perché i caratteri essenziali dei '*phenomena*' esistono e si manifestano come 'consapevolezza di' o 'apparenza di' una determinata cosa.

Un esempio può essere utile: una macchina passa davanti alle mie finestre, ed io penso automaticamente a chi potrebbe guidarla, che mi piacerebbe averne una simile, che magari

la macchina potrebbe arrivare da un determinato posto di cui io ho dei piacevoli ricordi; tutte queste sono delle attività spontanee della vita quotidiana.

Ma quando io mi fermo e rifletto intenzionalmente sui contenuti consci di queste sensazioni, di questi desideri e ricordi, allora io assumo un atteggiamento fenomenologico, che mi consente di staccarmi consapevolmente dalla suddetta attività spontanea, con lo scopo di raggiungere l'esperienza non scontata, né automatica.

Husserl usa la parola intenzionalità per indicare la relazione tra il processo che avviene nella nostra coscienza e l'oggetto, che rappresenta il *focus* dell'attenzione. In termini fenomenologici la consapevolezza, o l'esperienza, è sempre la consapevolezza di qualcosa: il vedere è sempre il vedere qualcosa, il ricordare è sempre il ricordare qualcosa il giudicare è sempre il giudicare qualcosa. Infatti, gli oggetti della nostra consapevolezza, su cui si focalizza la nostra riflessione, possono essere oggetti reali ed anche oggetti psichici, come, ad esempio, tutte le sensazioni scaturite dalla visione dell'auto. C'è, quindi, una relazione intenzionale fra la macchina e la mia consapevolezza di essa.

2.3.1. IL METODO FENOMENOLOGICO

Il metodo fenomenologico è molto complesso anche se Husserl, dal suo *status* di filosofo, si concentra maggiormente sull'impianto teorico del suo pensare e in misura minore all'impianto metodologico. Esso è rivolto a capire le strutture fondamentali e le caratteristiche dell'esperienza umana, attraverso un atteggiamento fenomenologico consapevole ed intenzionale.

Tale procedimento è rivolto alla pratica di una fenomenologia pura, trascendentale, che mira a superare il limite della soggettività empirica del conoscente. Esso si basa su diversi principi, fra cui: il 'mettere fra parentesi', la 'riduzione eidetica' e la 'riduzione trascendentale'.

- 'Mettere fra parentesi', *epochè* (il dubbio per gli antichi greci), vuol dire sospendere il mondo esperienziale dato per scontato e concentrarsi sulle percezioni dello stesso: ciò non significa che il mondo reale svanisca, perché, come è stato spiegato prima, sarebbe impossibile descrivere un'esperienza intenzionale senza descrivere l'oggetto da cui scaturisce tale consapevolezza..

- Il metodo prevede una serie di 'riduzioni trascendentali' che consistono nel cercare di ridurre:

- a. La coscienza a 'coscienza pura', o trascendentale, eliminando ogni connotazione psicologica;
- b. Il mondo a 'puro fenomeno' per la coscienza.

Ciò che trascende la coscienza si rivela, quindi, 'fenomenale': in questo modo la coscienza, 'l'immanente', rivela il suo carattere di absolutezza, in senso fenomenologico, cioè come condizione perché la realtà 'appaia', e non in senso metafisico, cioè come condizione perché la realtà 'esista'.

- La 'riduzione eidetica', infine, tende alla natura della consapevolezza 'per sé', cioè della cosa che sottende e rende possibile la consapevolezza..

Tutto questo consiste in un processo di riduzione del superfluo che riguarda il fenomeno in analisi, e il risultato è sicuramente più povero della multiforme realtà concreta ma ha il vantaggio di costituirne l'essenza universale e non soggettiva.

Lo scopo è quello di arrivare all'essenza del fenomeno, o '*eidōs*': cioè, a quelle proprietà invarianti del fenomeno che sottostanno all'esperienza individuale: esse sono le proprietà dei fenomeni considerate essenziali per la caratterizzazione del tipo.

Ogni riduzione offre uno sguardo diverso, un differente modo di pensare e ragionare circa il fenomeno stesso. Colui che assume un atteggiamento fenomenologico, deve allontanarsi dai propri pre-concetti e pre-giudizi per avvicinarsi all'essenza 'fenomenale'; egli deve porsi molte domande, anche banali (del tipo: 'cos'è che fa sì che questa sia una

macchina e non una bicicletta?') per capire il significato di quel fenomeno nella vita vissuta, e quindi le sue caratteristiche emotive e pragmatiche.

In sintesi si può dire che Husserl si pone l'obiettivo di arrivare al contenuto dell'esperienza, focalizzandosi su di essa e descrivendola nei suoi termini particolari ed essenziali. L'aspetto descrittivo dell'impianto teorico–metodologico della fenomenologia ha influenzato larghi settori della psicologia.

Il metodo fenomenologico si propone come un metodo di conoscenza rivolto alle strutture fondamentali dell'esperienza umana, attraverso un atteggiamento fenomenologico consapevole ed intenzionale che si serve dei suddetti principi. Esso, in quanto rispettoso della soggettività, non fornisce delle tecniche precise, al contrario del costruttivismo che pensa e predispone alcune tecniche coerenti, anche con l'impianto fenomenologico.

Per l'autore la scienza è una forma di conoscenza di secondo ordine e dipende dalla conoscenza di primo ordine, quella delle esperienze personali: è necessario avviare innanzitutto una rigorosa considerazione fenomenologica, mettendo fra parentesi anche le conoscenze scientifiche, per poi proseguire con una rigorosa ricerca scientifica.

I risultati delle analisi della Stein (1917) sull'empatia, confermati successivamente dagli studi del neurobiologo Gallese (2006) (Paragrafo 1.2.5.), costituiscono un chiaro esempio applicativo del pensiero di Husserl, relativamente alla ricerca.

2.3.2. ALTRI AUTORI IMPORTANTI

Il primo atto filosofico consisterebbe nel ritornare al mondo vissuto al di qua del mondo oggettivo, giacché è in esso che potremo comprendere sia il diritto che i limiti del mondo oggettivo.

(Merleau-Pointy, 1945)

- Heidegger è un allievo di Husserl e, pur ritenendosi un fenomenologo a pieno titolo, ben presto prende le distanze dal maestro perché considera la fenomenologia husserliana

troppo teoretica ed astratta. Questa posizione lo allontana dal progetto trascendentale e lo conduce a gettare le basi dell'ermeneutica.

Per Heidegger non c'è possibilità di conoscenza al di fuori dell'interpretazione e, di conseguenza, diventa fondamentale il concetto di interpretazione: la conoscenza rende possibile il mondo, non nel senso di un mondo reale ma nel senso di un mondo dei significati.

Nella sua opera principale, 'Essere e tempo', Heidegger (1927) guarda alla questione ontologica dell'esistenza e al suo aspetto relazionale, differenziandosi da Husserl che si concentra di più sui processi psicologici individuali. L'essere umano non è mai isolato e fin dai suoi primi istanti di vita entra a far parte inevitabilmente di un mondo pre-esistente a lui; l'ineluttabilità di questa condizione assume un significato ontologico, indipendente dalle singole relazioni intraprese dall'uomo: la relazione è una componente fondamentale e costitutiva per l'uomo, anche quando non si traduce in un'esperienza reale.

Il '*daisen*', inteso come 'l'essere là e l'essere con' è un concetto fondamentale: esso indica che l'esistenza è caratterizzata fondamentalmente dalla qualità di essere nel mondo e di esserci con altri.

L'uomo è sempre attivo, pronto ed inserito in un mondo pre-esistente, popolato da altri viventi, da lingue, da oggetti e da culture, da cui non può essere separato se lo si vuole comprendere. Il '*daisen*' necessita anche di intenzionalità e di consapevolezza riflessiva per dare senso al mondo.

Il concetto '*worldliness*', essere nel mondo e per il mondo, esprime bene il pensiero di Heidegger: l'incarnazione dell'essere, '*grounded being*', la sua attività intenzionale ed, infine, la sua fisicità ed intersoggettività radicate nel mondo: "*Il rapporto dell'uomo ai luoghi e, attraverso i luoghi, agli spazi, risiede nell'abitare. La relazione di uomo e spazio non è null'altro che l'abitare pensato nella sua essenza [...]. Solo se abbiamo la capacità di abitare possiamo costruire*" (Heidegger, 1957, tr. it. 1976, p. 107).

- Anche per Merleau-Ponty si può parlare di continuità e di discontinuità dalle tesi del padre della fenomenologia. Egli condivide con Husserl e Heidegger lo sforzo di capire il nostro essere nel mondo, ma Merleau-Ponty si avvicina soprattutto al secondo quando aspira ad una fenomenologia più contestualizzata: entrambi, a differenza del maestro, credono fortemente nelle qualità situazionali ed introspettive della nostra conoscenza.

A questo punto, mentre Heidegger si concentra sulla questione ontologica dell'essere, Merleau-Ponty sviluppa maggiormente l'aspetto incarnato 'grounded' della relazione dell'uomo con il mondo, e ciò porta ad una prevalenza della prospettiva individuale.

Il primato del punto di vista situato, da cui l'uomo non può scappare, è la tesi fondamentale della sua opera prima, 'Fenomenologia della percezione' (1945). L'uomo si vede diverso da ogni altra cosa nel mondo e non si considera parte di esso: questo succede perché egli ha una concezione olistica di sé ed è indotto a guardare prospetticamente.

Come Husserl, Merleau-Ponty ritiene necessario il ritorno alla 'cose stesse' e considera la conoscenza della scienza come un sistema di secondo ordine che deriva dalla conoscenza dell'esperienza, quest'ultima costituente il sistema di prim'ordine, esperienziale; le sue parole a questo riguardo sono significative: *“Ritornare alle cose stesse significa ritornare a questo mondo anteriore alla conoscenza di cui la conoscenza parla sempre e nei confronti del quale ogni determinazione scientifica è astratta, segnitiva e dipendente, come la geografia nei confronti del paesaggio in cui originariamente abbiamo imparato che cos'è una foresta, un prato o un fiume”* (Merleau-Ponty, 1945, tr. it. 1972, p. 17).

Inoltre egli ritiene che la scienza ufficiale abbia fallito nella concettualizzazione dei meccanismi della percezione e del giudizio.

Per questo l'autore è interessato soprattutto alla natura incarnata delle nostre relazioni con il mondo, quando il corpo non è solo un oggetto della realtà ma diventa il punto di contatto fra il sé il mondo.

La soggettività e l'incarnazione nel mondo sono indistinguibili e, quindi, la percezione dell'uomo si sviluppa necessariamente dalla prospettiva personale. Questo fa sì che: *“Non*

dobbiamo chiederci se percepiamo veramente il mondo, dobbiamo invece dire: il mondo è ciò che percepiamo” (Merleau- Ponty, 1945, tr. it. 1972, p.23) e, di conseguenza, non dobbiamo cercare di analizzare che cosa sia la conoscenza ma dobbiamo, invece, cercare di capire come avviene la conoscenza del mondo.

2.4. L'ERMENEUTICA

L'ermeneutica e la fenomenologia, pur nascendo in ambito filosofico, influenzano positivamente anche la psicologia. Esse stesse nascono separate fra di loro ma ben presto sono destinate ad incontrarsi, grazie ad autori come Heidegger, Scheleiermacher e Gadamer.

Ermeneutica significa soprattutto teoria della interpretazione e, quindi gli interrogativi che si pone riguardano gli scopi e i metodi dell'interpretazione, le relazioni fra i due orizzonti dati dal contesto di produzione di testo, magari antico, e dal contesto di interpretazione.

Autori importanti sono Scheleiermacher, Heidegger e Gadamer.

- Scheleiermacher (1768-1834) si interessa sistematicamente di ermeneutica ed affronta il processo interpretativo da una prospettiva olistica.

L'autore è mosso dalla convinzione che esista qualcosa di unico circa le tecniche e le intenzioni di chi produce un testo e che questa unicità venga impressa nel conseguente lavoro: tale particolare significato risulta disponibile al lettore, a patto che esso venga inserito nel contesto originario; ne consegue che il processo interpretativo coinvolge sia la sfera grammaticale, delle regole, e sia la sfera psicologica, dell' individualità.

L'interpretazione è arte e non deve seguire regole meccaniche: il processo interpretativo tende a capire il testo ma anche lo scrittore, e si concentra sui significati che il linguaggio assume per la persona piuttosto che sugli effetti del linguaggio stesso.

Considerare queste posizioni, in psicologia, non significa pensare che le affermazioni dello studioso siano più vere di quelle dell'autore (partecipante), ma significa cercare di

offrire dei significati che oltrepassino e sussumano le affermazioni esplicite del partecipante, il quale potrebbe non avere la piena consapevolezza di cosa succede nella sua individualità e/o potrebbe non riuscire ad esplicitare i suoi vissuti.

L'analista interpretativo dovrebbe essere in grado di offrire un valore aggiunto, una prospettiva altra, diversa da quella dell'autore (partecipante): questi nuovi aspetti sono dati dal materiale prodotto, dalla relazione con l'autore (partecipante) e dal dialogo con le teorie psicologiche.

Infine, per la psicologia, l'interesse di Schleiermacher per le narrazioni in tempo reale rappresenta un aspetto veramente interessante

- Heidegger parla esplicitamente della fenomenologia come di un'attività interpretativa e cerca di conciliare l'ermeneutica con la fenomenologica.

In 'Essere e tempo' (1927) l'autore fa un'analisi della parola 'fenomenologia' evidenziando che essa è composta da '*phenomenon*' e '*logos*': il primo termine inteso come lo 'apparire' di una cosa che inizialmente è velata e poi si svela, il secondo come il 'parlare di'; ne consegue che fenomenologia significa parlare di, esaminare qualche cosa che prima era latente e che ora invece si manifesta ed è presente, evidenziando, così, la complementarità fra l'attività percettiva, legata al fenomeno, e l'attività analitica, legata al discorso.

Anche la relazione fra la pre-struttura, i pre-concetti dell'interprete e la struttura dell'interpretato diventa molto importante e problematica allo stesso tempo, a causa dei processi di influenza fra le due posizioni, che non sono necessariamente unidirezionali: infatti, non è corretto pensare unicamente all'influenza dei pre-concetti dell'interprete sull'interpretato, perché accade anche che la struttura dell'interpretato influenzi i pre-concetti dell'interprete. Ecco allora che si deve rivedere il processo del 'mettere fra parentesi' considerandolo, per questo, come un processo riflessivo e ciclico, solo parzialmente raggiungibile'.

- Gadamer (1960) è un altro autore importante per l'ermeneutica: il suo interesse è rivolto maggiormente allo spirito storico ed alla tradizione, non per ripresentare il passato ma per mediare il presente.

Egli ritiene che la relazione reciproca fra pre-concetti e fenomeno sia ancora più complessa di quanto ipotizzato da Heidegger.

L'interpretazione è un continuo processo di comprensione e di interpretazione, che si snoda in un dialogo incessante fra ciò che è vecchio, '*fore- understanding*', e ciò che è nuovo, '*phenomena*' o '*the text itself*'.

È importante quindi essere consapevoli che il significato di un testo non viene dato immediatamente, ma che esso interagisce lentamente con i pre-concetti dell'interprete: in questo modo è più facile ricercare e riconoscere i significati altri e la loro originalità.

Gadamer, criticando l'opinione di Schleiermacher, sostiene che lo scopo principale dell'ermeneutica è quello di capire un testo e che quest'attività non implica anche la comprensione psicologica e/o delle intenzioni dell'autore. Tale critica, però, può essere riconducibile al fatto che Gadamer si interessa più dell'interpretazione storica dei testi, dove il *gap* cronologico è forte.

La teorizzazione più importante ed utilizzata da tutti gli studiosi ermeneutici è il 'circolo ermeneutico': esso si riferisce alla relazione dinamica fra una parte del testo ed il tutto e lavora attraverso molteplici e differenti livelli; inoltre, esso descrive un processo non lineare, come sostenuto dalla logica classica, ma dinamico e circolare, dove l'interpretazione dipende anche dalla storia del lettore che a sua volta viene influenzata dall'interpretazione stessa.

Nonostante la psicologia operi per lo più linearmente, *step by step*, considerare il punto di vista ermeneutico permetterebbe al ricercatore di considerare il processo di analisi iterativa, un'analisi che torna sempre un passo indietro per poterne poi fare altri avanti: in questo modo si svilupperebbero più livelli interpretativi, diversi fra di loro ma in relazione

e, di conseguenza, si assumerebbero diverse prospettive, da cui guardare il gioco delle parti con il tutto.

2.5. LA GROUNDED THEORY

La *grounded theory* si colloca entro la cornice della ricerca qualitativa e si ispira all'interazionismo simbolico ed alla fenomenologia interpretativa.

La sua origine è da ricercare nell'ambito della ricerca sociologica, che si rivolge al cosiddetto 'paradigma interpretativo', ed il suo scopo è principalmente quello di interpretare i processi sottesi ad un determinato fenomeno.

Negli anni Sessanta, Anselm Strauss e Barney Glaser, autori di riferimento, cercano di controllare la crisi che coinvolge la ricerca qualitativa nelle scienze sociali attraverso l'esplicitazione di un metodo chiaro ed esaustivo che permettesse al ricercatore di arrivare alla formulazione di una teoria partendo dai dati, raccolti ed analizzati sistematicamente (Glaser, & Strauss, 1967). Bisogna comunque ricordare che la *grounded theory* non rappresenta solo un approccio metodologico ma anche un "*vero e proprio approccio o strategia di ricerca con premesse epistemologiche e criteri di validità specifici*" (Cicognani, 2002, p. 43).

L'approccio intende essere il più possibile libero da pre-strutturazioni teoriche e basarsi su una prassi caratterizzata dalla circolarità del processo: l'osservazione e l'elaborazione teorica procedono di pari passo, alternandosi.

Il ricercatore riflette e ritorna continuamente sull'attività di ricerca empirica non necessariamente con lo scopo di sviluppare una teoria comprensiva ed esaustiva del fenomeno in analisi, ma anche 'semplicemente' con quello di approfondirne l'aspetto tassonomico e descrittivo. Inoltre, egli dovrebbe ignorare il più possibile le teorizzazioni pre-esistenti sull'argomento, analizzandole solo a posteriori, per evitare di esserne condizionato.

La *grounded theory* utilizza la ‘concettualizzazione’, una tecnica *bottom up* che procede dai dati alla teoria: l’accento non viene posto sulla teoria, ma su un assunto di carattere generale che prende forma. attraverso un accurata analisi dei dati, dati che ‘devono parlare’; con il procedere del lavoro si deduce la teoria che sottende contestualmente la ricerca.

La *grounded theory* cerca di ridurre i dati in categorie mutuamente esaustive ed esclusive e per fare questo essa lavora su materiale testuale derivante da diverse fonti, come: conversazioni, interviste, diari, etc., che suddivide ‘unità di analisi’, costituite da parole, da righe e da paragrafi, etc., a seconda degli scopi della ricerca.

Le procedure analitiche sono sostanzialmente due: ‘il metodo dei confronti’ e ‘il campionamento teorico’; il primo presuppone un continuo lavoro di confronto fra i dati, mentre il secondo prevede che il ricercatore raccolga, codifichi ed analizzi contemporaneamente i propri dati, integrandoli con altri, se ciò si rendesse necessario per l’emergere della teoria

La codifica dei dati si svolge essenzialmente in tre fasi: la codifica aperta, la codifica assiale e la codifica selettiva:

1. Codifica aperta. In questa fase si delinea una prima tassonomia dei concetti in categorie, aperte e flessibili. Lo scopo principale è quello di cogliere le proprietà dalla frammentazione dei dati. Il campionamento è aperto, ‘*open sampling*’;
2. Codifica assiale. È una codifica più specifica di quella precedente perché intende creare delle relazioni fra le categorie secondo il modello paradigmatico e in base a: condizioni causali, fenomeni specifici, contesto, condizioni intervenienti, strategie di azione e/o interazione e conseguenze; ad esempio, alcuni concetti possono essere fenomeni in una categoria e, ancora, possono essere condizioni intervenienti in un’altra categoria. Le relazioni vengono verificate continuamente attraverso il processo iterativo, che prevede un continuo spostamento fra il pensiero sia

deduttivo e sia induttivo. Il campionamento è sistematico e finalizzato (*relational sampling*)

3. Codifica selettiva. Serve per individuare le categorie più generiche, astratte e predominanti, dette anche sovra-ordinate. Rappresenta un livello superiore di astrattezza ed è finalizzato alla definizione teorica della ricerca.

Per condurre questo tipo di analisi è importante sviluppare un accurato *corpus* di note, che serviranno a fare ordine durante l'analisi, a supportare la teorizzazione, a documentare tutte le fasi della ricerca, a facilitare la stesura del rapporto finale e, quindi, a rafforzare la validità del lavoro.

La validità di questo tipo di ricerca sarebbe data, secondo Glaser e Strauss (1967), dall'adattamento al fenomeno studiato, dalla comprensibilità, dalla generalità e dalla definizione del campo di applicabilità; mentre, secondo Henwood (1996), la validità sarebbe dovuta all'integrazione della teoria a diversi livelli di astrazione, alla riflessività circa l'influenza del ricercatore, alla documentabilità, al campionamento teoricamente orientato, alla considerazione del punto di vista dei partecipante e alla persuasività.

Una critica importante che viene mossa alla *grounded theory* è che il ricercatore rischia di non avere punti fermi, data la molteplicità di stimoli a cui viene sottoposto: ciò ostacolerebbe il superamento del livello descrittivo e l'esplorazione ottimale dei dati.

Dall'altra parte la GT sembra offrire alcuni vantaggi, facilitando l'adattamento a posizioni epistemologiche diverse, la flessibilità, la trasposizione delle tecniche ad altri approcci, ed infine, la scoperta di aspetti teorici importanti, difficilmente raggiungibili altrimenti.

2.6. IL PROBLEMA DELLA VALIDITÀ

Nell'ambito dell'approccio qualitativo serpeggia molta insoddisfazione, dovuta al fatto che gli studi svolti vengano valutati attraverso criteri definiti per stabilire la validità e l'attendibilità della ricerca quantitativa: tutto questo provoca una considerevole mole di vivaci discussioni.

La ricerca qualitativa si differenzia dalla ricerca quantitativa perché decide di guardare alla realtà con delle lenti diverse, quelle dei partecipanti; quindi, la differenziazione non risiede nell'uso, o meno, della quantificazione, nella scelta degli strumenti e/o delle tecniche. Per questo, molti ricercatori ritengono che, nonostante i criteri di validità e di attendibilità siano importanti, la ricerca qualitativa debba essere valutata attraverso criteri ad essa appropriati.

Il criterio della 'riflessività' è sicuramente fondamentale, al di là delle polemiche: esso prevede che lo studioso rifletta continuamente, e durante tutto il processo di ricerca, sul suo retroterra teorico-metodologico, oltre che sui passi che compie durante lo svolgimento del suo lavoro. Chi fa ricerca qualitativa deve essere consapevole delle proprie premesse culturali, delle motivazioni che lo spingono verso una determinata ricerca e dei risultati che, magari inconsapevolmente, si attende: le proprie ipotesi non vengono negate ma diventano l'oggetto di una continua riflessione (Malterud, 2001). Tutto ciò si esplica attraverso un'incessante riflessione circolare sui i dati e sulle ipotesi che emergono da essi: è preferibile che queste riflessioni vengano trascritte sul *report* finale.

Esistono diversi sistemi che offrono le linee guida per valutare la qualità della ricerca qualitativa ma spesso esse sono troppo semplicistiche e prescrittive e non riescono a cogliere le caratteristiche sottili di questo tipo di ricerca (Smith, Flowers, & Larkin, 2009). Due approcci (Elliot, Fischer, & Rennie, 1999; Yardley, 2008), invece, offrono delle linee guida che mantengono posizioni pluralistiche e complesse, allo stesso tempo: esse definiscono dei criteri applicabili indipendentemente dall'approccio della ricerca, suggeriscono criteri ampi ed offrono più modi per stabilire la qualità.

In questa sede approfondiremo il pensiero della Yardley (2008).

2.6.1. I CRITERI DI LUCY HARDLEY

L'autrice indica quattro grandi principi per valutare la qualità di una ricerca qualitativa: 1. la sensibilità al contesto; 2. l'impegno e il rigore; 3. la trasparenza e la coerenza; 4. l'impatto e l'importanza.

1. La sensibilità al contesto socio-culturale in cui è inserita la ricerca è data dall'attenzione per il significato particolare dell'esperienza agli occhi dell'attore sociale e per la relazione fra il partecipante, che è l'esperto esperienziale, e il ricercatore, che è l'esperto della ricerca.

La sensibilità al contesto socio-culturale è dimostrata anche dall'attenzione per la letteratura esistente, che si esprime sia su un piano sostanziale, legato al concreto argomento d'interesse, e sia su un piano teoretico, legato ai riferimenti teorici e metodologici.

2. L'impegno si riferisce principalmente all'attenzione per il partecipante, alla profondità ed all'accuratezza delle analisi.

Il rigore, invece, si riferisce alla completezza dello studio, a sua volta definita dalla domanda di ricerca, dall'accuratezza nella selezione del campione, dalla qualità dell'intervista, dall'appropriatezza delle analisi.

3. La trasparenza si riferisce a quanto chiaramente sono riferiti i passaggi: come sono reclutati i partecipanti, come è costruita la scheda intervista, come quest'ultima è condotta ed, infine, come si è sviluppata l'analisi.

La coerenza del lavoro, invece, può essere giudicata alla fine della ricerca attraverso un'attenta lettura e, quindi, rispondendo ad alcune domande circa la coerenza nella trattazione del tema d'interesse, la logica d'insieme degli argomenti, il chiarimento delle contraddizioni e delle ambiguità; relativamente a questo ultimo punto bisogna sottolineare che le contraddizioni e le ambiguità nei dati possono costituire una fonte di ricchezza per la ricerca ma, d'altro canto, l'analisi del ricercatore su questo aspetto non deve essere, essa stessa, contraddittoria: riscrivere e rileggere i manoscritti aiuta a dissipare le ambiguità e a rafforzare la coerenza.

La coerenza è riferibile anche al grado di accordo fra la ricerca condotta e le assunzioni sottostanti; ad esempio nel nostro studio dovrebbero essere presenti: la sensibilità fenomenologica ed ermeneutica, il dominio dell'esperienza significativa,

l'attività interpretativa del ricercatore ed, infine, al lettore dovrebbe essere chiaro che egli stesso darà un significato altro, rispetto a quello attribuito dallo studioso all'esperienza dei partecipanti. Infine, se è possibile anche mescolare i metodi, *in primis*, deve essere chiaro come mescolare gli approcci.

4. La validità di una ricerca è data soprattutto dal fatto che essa dica qualcosa di utile e/o di importante agli occhi di tutti gli attori della ricerca.

2.6.2 LA REVISIONE INDIPENDENTE

La revisione indipendente è un concetto molto importante al fine di fornire delle garanzie per la qualità della ricerca.

Essa coinvolge tutti gli aspetti della ricerca, e quindi la fase d'inizio, delle note, della codifica, dell'analisi, dell'astrazione, e così via fino alla fine, e si attua trasmettendo il materiale ad un altro ricercatore non coinvolto nella ricerca che, a sua volta, dovrebbe esprimere liberamente dei preziosi suggerimenti.

A tal fine, è chiaramente importante che il ricercatore archivi i dati in modo tale che qualcuno possa vedere i cambiamenti e i progressi nella ricerca. Bisogna lavorare pensando che un revisore virtuale rifaccia tutti i passi svolti per condurre la ricerca e, per fare ciò, egli dovrà avere a disposizione le note iniziali della ricerca, gli scopi della ricerca, le schede delle interviste, le registrazioni, i trascritti annotati, le tavole dei temi, eventuali altri strumenti, i progressivi trascritti e il trascritto finale.

Fare tutto questo dovrebbe diventare una disciplina per il ricercatore, utile all'arricchimento del senso della ricerca.

Il procedimento appena descritto, tuttavia, non rappresenta l'attendibilità *inter-rater* perché la ricerca, così intesa, non tende al consenso e alla verità ma, al contrario, cerca di produrre un processo sistematico e trasparente per un risultato credibile, che non sia, però, l'unico risultato possibile.

SECONDA PARTE

LA RICERCA

CAPITOLO TERZO

LA RICERCA:

IL SIGNIFICATO DELL'EMPATIA

PER LE PERSONE 'NON ESPERTE'

E PER LE PERSONE 'ESPERTE'

*Dunque la voce tua, che'l ciel trastulla
sempre col canto di quei fuochi pii
che di sei ali facen la coculla,
perché non satisface a' miei disii?
Già non attendere' io tua dimanda,
s' io m' intuassi, come tu t' inmi.*

(Dante Alighieri, Canto IX, *Paradiso*)

Una sintesi, certamente breve ed incompleta, di quanto detto finora può essere che l'empatia contribuisce fondamentalmente alla relazione sociale perché favorisce la comprensione reciproca, pur non colmando la differenza e la distanza fra le persone.

L'esperienza empatica, da un lato, rappresenta il desiderio e la tensione non sempre consapevole, di comprendere gli altrui vissuti e, inoltre, rappresenta il movimento intenzionale della coscienza nella direzione dell'altrui coscienza, talvolta con l'illusione di possederla. Quando Dante nel canto IX del *Paradiso* dice: "*Dunque la tua voce, che sempre rallegra il cielo insieme al canto dei Serafini, gli angeli che s'ammantano di sei ali, perché non soddisfa i miei desideri con una risposta? Se io mi immedesimassi nei tuoi pensieri, come tu ti immedesimi nei miei, già non attenderei una domanda*" parla proprio di empatia,

nella sua essenza più profonda e ‘pura’, quella che ci fa entrare nell'altro comprendendolo appieno, senza bisogno di ulteriori domande.

Dall'altro lato, invece, l'empatia ‘pura’, fusionale, rivela essere un'esperienza impossibile poiché la coscienza altrui resta comunque e sempre in parte estranea ed inaccessibile (Stein, 1917): l'empatia *“ricorda per certi versi l'agire incerto ed arrischiato di un ‘cieco’, che si muove esitante nell'oscurità antepoendo le sue mani, aperte come occhi sgranati, e le sue dita, tremolanti come antenne sensibilissime, nel desiderio di anticipare l'accadere dell'evento con una visione preveggenza che non si serve però di occhi puramente fisici”* (Bracco, 2005, p.40).

Di conseguenza, l'esperienza empatica diventa davvero importante perché fondamentale alla sopravvivenza dell'uomo nel mondo e allo stesso tempo rimane incerta e, forse, anche rischiosa: probabilmente è per questo che essa affascina e racchiude in sé molteplici significati.

Il presente lavoro si pone nell'ambito della ricerca costruttivista-fenomenologica e, per questo, si rivolge all'esperienza soggettiva e *“alla donazione di senso che il soggetto attua nell'incontro con le cose e con il mondo”* (Armezzani, 2004, p. 72).

Esso cerca di interpretare alcuni di quei significati che permeano e, nello stesso tempo, vengono restituiti dalle pratiche consuetudinari e quotidiane delle persone: si vuole capire cosa significhi per la gente vivere l'empatia, distinguendo fra le persone che non hanno conoscenze tecniche, specifiche del fenomeno empatico (‘non esperti’) e le persone che, invece, conoscono ed utilizzano nel loro ambito lavorativo le dinamiche empatiche (‘esperti’).

3.1. PROGRAMMA DI RICERCA

Lo studio dell'esperienza empatica è stata affrontata dal punto di vista della ricerca qualitativa e, precisamente, utilizzando l'approccio costruttivista-fenomenologico, avendo

perciò la convinzione che la ricerca, in generale, non si prefigge la rivelazione di una realtà pre-esistente e delle sue leggi ma, al contrario, la costruzione di conoscenze, sempre ed inevitabilmente connesse alle condizioni di osservazione. Inoltre, l'approccio costruttivista attribuisce al ricercatore un ruolo determinante di co-costruzione dei significati e di influenza, durante lo svolgimento di tutta la ricerca e, quindi, dalla rilevazione alla codifica, dall'analisi all'interpretazione dei dati (Charmaz, 2006).

Nel corso della formazione universitaria, i miei lavori di tesi si sono concentrati entrambi sull'empatia, in particolare su quella etno-culturale, e sulla sua relazione con il pregiudizio. L'approccio teorico e metodologico di allora è stato quello tipico della ricerca quantitativa: l'empatia è stata considerata come un costrutto multidimensionale e, quindi, di essa è stata data una definizione a priori ed univoca; successivamente, si è proceduto alla misurazione delle componenti ipotizzate (cognitive, affettive, motivazionali e comportamentali) e, di conseguenza, alla verifica della definizione stessa.

Sicuramente tali conoscenze acquisite hanno influito su tutto il mio percorso di ricerca, in questi tre anni della scuola di dottorato, durante i quali non è cambiato l'argomento d'interesse, mentre è cambiata l'angolazione da cui guardare al fenomeno empatico.

Sono pienamente consapevole di queste influenze, della loro forza: questa consapevolezza è stata molto stimolante perché credo, e spero, che abbia permesso un fertile processo di contaminazione e, ancora, perché sono convinta che la caratteristica induttiva della ricerca qualitativa non implichi di avvicinarsi ai dati con una 'testa vuota' ma, al contrario, con una 'mente aperta' (Dey, 1995)

Lo scopo principale della presente ricerca è quello di favorire l'emergere di una 'polivocalità', o anche molteplicità dei punti vista, sul fenomeno empatico, per poi cercare di capire il significato nucleare, profondo, del concetto stesso.

Inoltre, si è interessati anche a 'confrontare' i due approcci, quantitativo e qualitativo: tutto questo per vedere se i significati che vengono dati a priori, da una ricerca *top-down*, attraverso la definizione del costrutto, e che vengono poi verificati sono rinvenibili anche

nei significati resi da una ricerca *bottom-up*, da una ricerca che non vuole definire ‘pre-giudizi’ sull’argomento ma, anzi, intende analizzare cosa i dati restituiscono, cioè cosa le persone sentono, pensano e vivono circa l’empatia. Ho usato specificatamente il virgolettato per la parola ‘confrontare’ perché è chiaro che è difficile avvicinare logicamente risultati derivanti da indagini naturalmente diverse, ma ritengo sia inevitabile che il mio pensiero attui questi confronti.

Il progetto non si concentra sullo studio di uno o più comportamenti empatici ma, piuttosto, sui vissuti e sui significati collegati a questa importante e fondamentale esperienza di vita; le persone parlano liberamente al ricercatore delle loro vicende empatiche, dei loro pensieri e sentimenti al riguardo; il ricercatore, dal canto suo, ascolta attentamente, accoglie i significati che emergono, cercando le discordanze, le sovrapposizioni e le relazioni, conferendo così un significato/i ‘altro/i’: tale processo iterativo non ha nessuna pretesa di giungere a risultati di validazione o di invalidazione ma, semplicemente, intende aggiungere qualcosa per favorire la comprensione del fenomeno empatico e la condivisione della sua conoscenza (Gergen, 1999).

Si è deciso di fare ciò proprio perché convinti che i comportamenti siano importanti, ma comunque sempre e solo delle cifre, dei richiami e delle allusioni al senso soggettivo, aspetto che in questa sede interessa maggiormente:

[Significante (Comportamento) ← → Significato (Senso)]

Si ricercano, principalmente, le relazioni strutturali, con le relative intersezioni e sovrapposizioni, e le invarianti strutturali; a tal fine si cerca di capire quali siano le storie, quali i temi dominanti a livello esplicito ma anche quali siano i temi che sembrano esistere solo a livello implicito.

- Per relazioni strutturali si intendono i legami, anche di intersezione e sovrapposizione, fra i concetti di un’esperienza vissuta e raccontata: esse contribuiscono a dare un senso all’esperienza stessa perché permettono di individuare alcune forme soggiacenti, ovvero quegli

elementi costanti, che ricorrono in tutto il *corpus* testuale, indipendentemente dalla mutevole apparenza che caratterizza ogni esperienza raccontata (Kelly, 1955; 1966).

- Le invarianti strutturali, invece, sono le proprietà dei fenomeni considerate essenziali per la caratterizzazione del tipo.

Nel caso della presente ricerca esse costituiscono quei nuclei di significato ricorrenti che si ipotizza possano emergere dai dati e che, cosa molto importante, aiutano a cogliere il significato nucleare dell'esperienza empatica.

Le informazioni così ricavate poi vengono ordinate, attraverso un preciso procedimento iterativo, in categorie concettuali di primo e di secondo livello (Armezzani, 2002):

- I concetti di primo livello vengono generati dall'analisi dei dati;
- I concetti di secondo livello derivano dal patrimonio teorico del ricercatore e sono indipendenti dalla codifica.

La ricerca si articola in due studi del tutto simili per l'impianto teorico e metodologico ma che si differenziano solo per la tipologia dei partecipanti:

- Nel primo studio si è lavorato con le persone che naturalmente e quotidianamente vivono l'empatia e i suoi significati (gruppo dei 'non esperti');
- Nel secondo si vede la partecipazione di psicologi, psicoterapeuti e anche medici, persone cioè che utilizzano l'empatia anche come uno strumento della loro professione (gruppo degli 'esperti').

In sintesi, si può affermare che la ricerca intende comprendere i processi psicologici che caratterizzano l'esperienza empatica in una visione culturalmente situata e, certamente, non universalistica.

Per questo, pur non ponendosi delle ipotesi precise intende perseguire i seguenti tre obiettivi:

- Cogliere ed ordinare, per comprendere, i significati che le persone forniscono circa l'empatia, tenendo conto delle etichette verbali e anche delle relazioni di implicazione che emergono fra i significati;
- Confrontare, se possibile, tali significati, *bottom up*, con le concettualizzazioni della ricerca quantitativa sull'empatia, *top down*;
- Confrontare i significati fondamentali che l'esperienza empatica riveste per le persone 'non esperte' e per le persone 'esperte'.

3.2. METODOLOGIA E STRUMENTI DELLA RICERCA

La metodologia usata per questo lavoro guarda soprattutto alla comunicazione ed al linguaggio, inteso come azione partecipativa; lo studio di questi aspetti fornisce una conoscenza sicuramente problematica ed incerta ma allo stesso tempo riflessiva e 'significativa'.

I riferimenti metodologici sono essenzialmente due, la variazione d'esempio husserliana e il sistema dei costrutti personali kellyano:

- La variazione d'esempio, ripresa da alcuni studiosi della corrente fenomenologica (Giorgi, 1990; 1995) costituisce un importante riferimento metodologico, ed è rivolto alla ricerca delle invarianti strutturali del fenomeno attraverso la libera variazione di esempi, scelti proprio in funzione della loro diversità.

Le invarianti strutturali sono le proprietà dei fenomeni, essenziali per la caratterizzazione del tipo: esse costituiscono i nuclei di significato ricorrenti che emergono dai dati ed aiutano a cogliere l'essenza percettiva, strutturalmente invariante, di ciò che egli sta studiando (Giorgi, 1990; 1995);

- Il sistema dei costrutti personali di Kelly (1955; 1958), nei suoi aspetti dicotomici e gerarchici, costituisce un altro spunto importante per la presente ricerca perché consente di avvicinare, per comprendere, i significati che

accompagnano l'agire dell'uomo, considerati, però, non come giudizi monolitici ed immobili, ma come forme in movimento, attive e dialettiche, grazie proprio al gioco di contrasti e, precisamente, di implicazione ed opposizione (cfr. Paragrafo 2.2.).

Come sottolineato precedentemente, la presente ricerca consiste in due simili, ma distinti, studi, in cui vengono utilizzati tre diversi strumenti d'indagine che, grazie a consegne specifiche, permettono di focalizzare lo sguardo sugli svariati aspetti dell'esperienza empatica e, quindi di capire 'come' le persone vivano le loro esperienze di empatia e non 'quanto' esse siano empatiche.

Gli strumenti utilizzati sono: l'intervista semi-strutturata, la piramide di Landfield (1971, 1977) e l'intervista narrativa.

Le persone partecipanti all'indagine sono coloro che esperiscono l'empatia spontaneamente, come parte della loro vita quotidiana, 'non esperti', e coloro che, al contrario, la utilizzano consapevolmente anche come uno strumento del loro mestiere, 'esperti'; questi ultimi sono rappresentati dagli psicologi dagli psichiatri e dagli psicoterapisti.

3.2.1. INTERVISTA SEMI-STRUTTURATA

La presente ricerca, assumendo il punto di vista fenomenologico-costruttivista, cerca di entrare in contatto con la sfera interiore, psicologica, del partecipante, di guardare il mondo attraverso i suoi occhi e, quindi, di favorire la conoscenza relativa ad argomenti e pratiche di interesse comune.

Per fare questo si utilizza, fra gli altri strumenti, anche l'intervista semi-strutturata, con la consapevolezza che essa rappresenti uno scambio di opinioni, caratterizzato dalla sincerità e dalla reciprocità, aspetto questo molto importante perché evidenzia come il momento dell'intervista costituisca un momento formativo sia per l'intervistato e sia per l'intervistatore (Kvale, 1996).

L'intervista così intesa risente dell'influenza fenomenologica soprattutto per tre aspetti (Smith, 1995):

1. La sospensione del giudizio, *'epochè'*, prevede che non vengano dati per scontati, ovvii, alcuni significati dei fenomeni sotto analisi;
2. La ricerca di un livello più profondo, *'riduzione eidetica'*, fa in modo che non ci si fermi all'apparenza dei fenomeni;
3. L'attenzione primaria per l'esperienza vissuta, e quotidiana, *'lebenswelt'*, determina una minore influenza della sfera teorica.

In questa ricerca, l'intervista semi-strutturata è stata somministrata nella fase iniziale con lo scopo di indagare alcuni temi emergenti e rilevanti, che rispecchino il senso comune ma che, allo stesso tempo, possano risultare impliciti, ambigui e/o contraddittori.

Nel caso specifico, con questo strumento, caratterizzato da un moderato grado di direttività dell'intervistatore, si vogliono raccogliere le definizioni di empatia, prodotte dai partecipanti, stimolando allo stesso tempo il dialogo reciproco e focalizzando l'attenzione verso il fenomeno indagato e verso la sua descrizione.

L'intervista somministrata è breve perché si è pensato di iniziare ponendo poche domande aperte al fine di raccogliere il maggior numero di significati.

Esse sono:

- *'Cos'è secondo Lei l'empatia?'*;
- *'Può definire l'empatia utilizzando un termine che abbia lo stesso, o simile, significato?'*.

Possibili *prompts*, utili per approfondire alcuni aspetti che l'intervistatore ritiene necessario:

- *'Cosa intende per ...?'*;
- *'Pensa che l'empatia sia una cosa positiva e/o negativa?'*.

Le interviste semi-strutturate sono audio-registrate e quindi trascritte integralmente (trascrizione *verbatim* intelligente, Kawahara, 2007).

In Appendice è riportata, a titolo dimostrativo, un'intervista compilata.

Il *software* Atlas-ti 5 è utilizzato per l'analisi dei dati ottenuti dalle interviste semi-strutturate e narrative. Il programma è fra i più adatti e completi nel rendere la ricchezza dei dati qualitativi perché permette, attraverso un approccio olistico, di cogliere la complessità dei dati, pur mantenendo una visione d'insieme.

Esso si fonda sui principi di Visualizzazione, Integrazione, Serendipità e di Esplorazione, riassunti dal suo fondatore Muhr (1997) nell'acronimo VISE. Tali principi permettono al ricercatore di lavorare sistematicamente, visualizzando le proprietà e le relazioni fra gli oggetti dell'analisi (visualizzazione), tenendo sotto controllo il significato globale dei testi nelle diverse fasi dell'analisi (integrazione) e mantenendo un approccio intuitivo e creativo ai dati (esplorazione e serendipità).

Il programma, dai primi anni Novanta, viene perfezionato costantemente dal punto di vista funzionale ed attualmente è uno fra i più usati per l'analisi dei testi, anche perché è flessibile e permette di lavorare contemporaneamente su più livelli: il livello di codifica, il livello della produzione delle *networks* ed il livello della stesura del *report* finale.

Per un'esposizione dettagliata del *software Atlas.ti* si veda il Paragrafo 3.3.1.

3.2.2. PIRAMIDI DI LANDFIELD

Il secondo strumento utilizzato, anche nell'ordine di somministrazione, è la *Pyramid Procedure*, piramide di Landfield (1971, 1977), uno strumento simile ad un'intervista semi-strutturata, che offre il vantaggio di essere sistematico, economico e di facile somministrazione.

L'intervista piramidale viene ideata, inizialmente, per essere utilizzata in ambito clinico (Landfield, & Epting, 1987) con lo scopo di sondare il sistema dei costrutti di una persona, relativi ad un argomento specifico, e di risalire ai suoi aspetti dicotomici e gerarchici (Kelly, 1955); oggi, questa procedura è apprezzata anche nell'ambito della ricerca (Leitner, 1995; Armezzani, 2004; Armezzani, Grimaldi, & Pezzullo, 2003), grazie soprattutto ad alcune ricerche sul benessere soggettivo (Armezzani, 1999), poiché essa permette di affrontare

argomenti di interesse generale e scientifico attraverso un' esplorazione profonda dei significati connessi.

Considerando che i fondamenti dell'intervista piramidale risiedono nella teoria dei costrutti personali di Kelly (1955), è utile richiamare le due ipotesi fondamentali della suddetta teoria:

1. *“Il sistema di costrutti è costituito da significati dicotomici, strutturati, cioè, in modo da comprendere due poli opposti che si richiamano in una reciproca donazione di senso (es. stupido/intelligente, noioso/interessante);*
2. *Il sistema di costrutti è organizzato in una struttura gerarchica: una rete di relazioni collega i costrutti tra loro secondo un rapporto di implicazione (es. se io penso che una persona è stupida allora anticipo che sarà anche noiosa; se la considero intelligente, mi aspetto che sarà anche interessante”*
(Armezzani, 2009, p. 75).

Quindi, lo scopo principale della piramide di Landfield è quello di ordinare i significati in categorie di equivalenza semantica, rivelando le opposizioni e le implicazioni che intercorrono fra di loro senza che il ricercatore, pur conducendo il soggetto verso certi temi, ne forzi i contenuti (Kvale, 1996). Inoltre, tale strumento offre l'importante vantaggio di stimolare nell'intervistato possibili *insights* circa le proprie credenze, spesso implicite e non manifeste.

Per fare tutto questo, è predisposta una struttura gerarchica e bipolare che il soggetto liberamente riempie con i propri contenuti, esprimendosi liberamente, in prima persona.

-Nella presente ricerca si inizia la procedura piramidale ponendo la domanda: *‘Pensi ad una persona che Lei ritiene empatica: qual è la caratteristica fondamentale per cui Lei la ritiene empatica?’*; la risposta a questa domanda fornisce il primo polo positivo del costrutto ‘C1+’. Agganciandosi alla precedente domanda, si procede chiedendo: *‘Pensi ad una persona che Lei ritiene non empatica: qual è la caratteristica fondamentale per cui la ritiene non empatica?’*; la risposta a questa domanda fornisce il primo polo negativo ‘C1-’,

in opposizione a C1+. Si ottiene così il primo costrutto nella sua bipolarità 'C1+/C1-': questo costrutto così ottenuto è il principale e su di esso si articola successivamente l'intera intervista.

In Appendice è riportata, a titolo esplicativo, un'intervista piramidale compilata, dove si nota che il primo costrutto bipolare ottenuto, 'C1+/C1-', è *sensibile/insensibile*.

- In seguito si pongono altre domande, riprendendo principalmente le parole usate dall'intervistato, al fine di estrapolare i legami di implicazione e di opposizione che relazionano i costrutti nello schema personale. Infatti, chiedendo al partecipante '*Che tipo di persona è una che possiede la caratteristica C1+?*' si raggiunge il livello inferiore 'C2+', che rappresenta l'implicazione di significato connessa alla polarità positiva del costrutto di primo livello. Al contrario, chiedendo '*Che tipo di persona è una che possiede la caratteristica C1-?*' si raggiunge il livello inferiore 'C3-', che rappresenta l'implicazione di significato legata alla polarità negativa del costrutto di primo livello.

Nella piramide d'esempio, in Appendice, l'implicazione di *sensibile* è *cooperativa*, mentre l'implicazione di *insensibile* è *avara*.

- Si procede, quindi, elicitando i poli di contrasto per ciascun termine implicativo di secondo livello (C2+ e C3-) chiedendo al partecipante '*Che tipo di persona è una che possiede la caratteristica opposta a C2+?*' e, ancora, '*Che tipo di persona è una che possiede la caratteristica opposta a C3-?*'; si ottengono così le opposizioni 'C2-' e 'C3+' e, di conseguenza, i due costrutti di secondo livello nella loro bipolarità: 'C2+/C2-' e 'C3+/C3-'

Sempre nel nostro caso dimostrativo, l'opposizione di *cooperativa* è *problematica*, mentre l'opposizione di *avara* è *solidale*.

- Il costrutto principale, continuando con questo metodo, si articola in tre livelli e si declina in altre quattro dimensioni: 'C4+/C4-'; 'C5+/C5-'; 'C6+/C6-'; 'C7+/C7-': esse rappresentano i significati particolari che l'argomento di studio riveste per quella persona e aiutano il ricercatore a comprendere le teorie implicite del soggetto intervistato.

Dalle piramidi d'esempio risulta che per il nostro partecipante una persona empatica è *piacevole e felice*, probabilmente perché è *cooperativa e solidale*.

I dati derivanti dalle interviste piramidali sono sottoposti ad una minuziosa prassi di analisi, condivisa con altri collaboratori, che verrà specificata nei suoi passaggi successivamente (cfr. Paragrafo 3.3.2.). La Figura 3.2. offre uno schema esplicativo della struttura piramidale, mentre in Appendice è riportata una piramide compilata a titolo dimostrativo.

Figura 3.2.

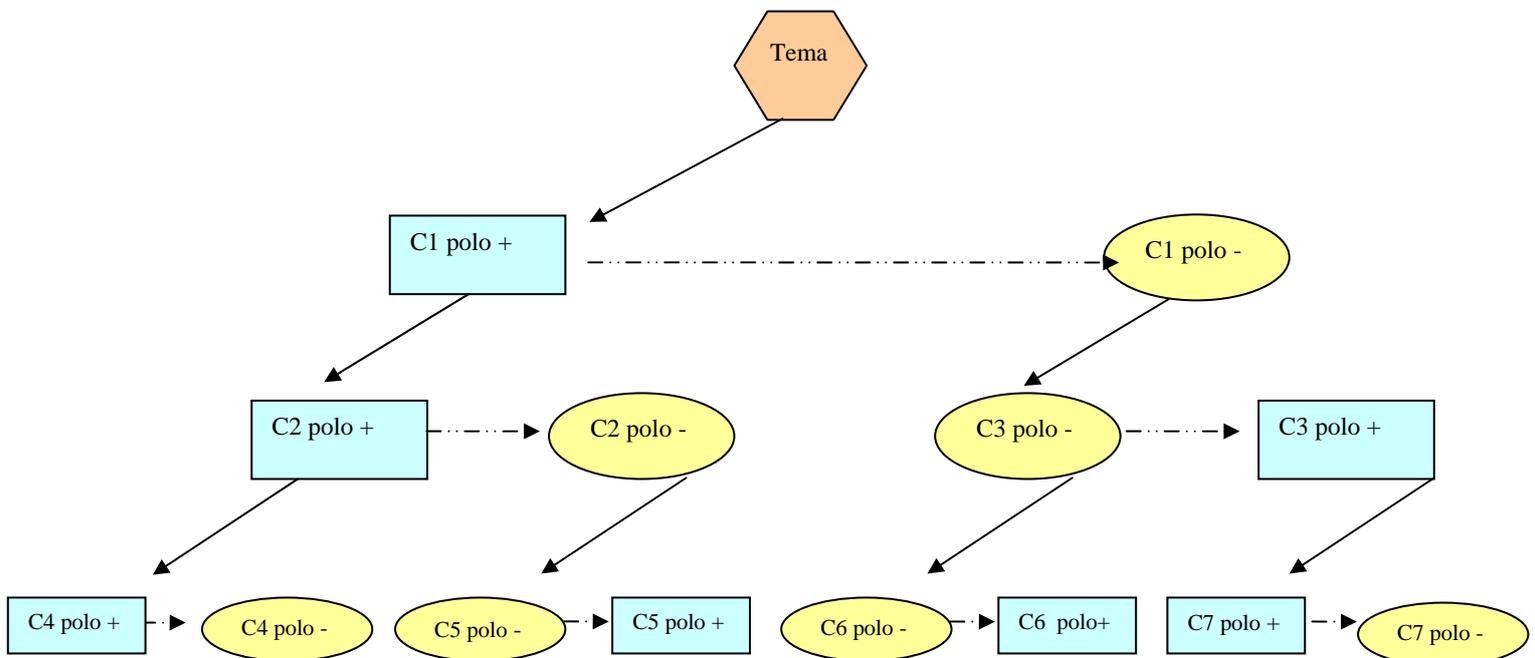


Figura X: Struttura della procedura piramidale di Landfield (1971).

Il primo costrutto elicitato dal soggetto, nelle sue esplicite polarità (C1 polo +; C1 polo -), trova posto al primo livello. Da questo derivano tutti gli altri costrutti per implicazione ed opposizione.

Le frecce tratteggiate indicano le opposizioni esplicitamente dichiarate fra i costrutti

Le frecce continue indicano le implicazioni dirette fra i costrutti

Le domande iniziali, quelle da cui parte l'intera procedura, sono:

'Pensi ad una persona che Lei ritiene empatica: qual è la caratteristica fondamentale per cui Lei la ritiene empatica?';

'Pensi ad una persona che Lei ritiene non empatica: qual è la caratteristica fondamentale per cui Lei la ritiene non empatica?'

Dopo le prime due domande, impostate dal ricercatore, le successive sono formulate cercando di utilizzare i termini fondamentali usati dal partecipante stesso.

3.2.3. INTERVISTA NARRATIVA

Ciò che gli uomini fanno e sperimentano nella loro vita non è deciso dal valore logico dei loro argomenti, ma dal SENSO che riescono a costruire per ciò in cui sono coinvolti. La dimensione psicologica di tale SENSO è costruita in modo preferenziale dalla struttura narrativa, che lo rende comunicabile agli altri e a sé stessi.

(Minnini, 2003, p. 31)

Il terzo passo, della presente ricerca, utilizza l'intervista narrativa per cogliere la narrazione dell'esperienza empatica, intesa non solo come prodotto testuale, ma anche come pratica sociale di costruzione del significato.

Il pensiero narrativo è visto come una forma di conoscenza alternativa al pensiero logico, e si ritiene che tale conoscenza sia capace di spiegare le azioni umane (Bruner, 1986), attribuendo loro dei significati e collocandole in una struttura narrativa dove le esperienze assumono significato, non singolarmente, ma proprio perché parte integrante di un tutto.

La narrazione utilizza categorie sia di tipo spazio-temporale, causale logico, e sia di tipo psicologico, come le intenzioni, i desideri e le motivazioni; esse possono essere considerate come delle vere e proprie biografie, nella cui trama narrativa i narratori collocano loro stessi e gli episodi salienti della loro vita (Feixas, & Villegas, 1991; Mayo, 2001)

La psicologia narrativa si interessa alla costruzione narrativa dell'esperienza perché *“l'esperienza si struttura [...] sulla base di un sistema di significati e relazioni di tipo sincronico [...] ma anche lungo un asse temporale”* (Paolicchi, 2002, p. 197) e, quindi, attraverso la narrazione cerca di studiare il processo costruttivo dei significati, fulcro dell'attenzione di questo ramo della psicologia.

Essa si sviluppa dal socio-costruzionismo (Bruner, 1990) e si connette poi, durante il suo sviluppo, a diversi aspetti della psicologia fenomenologica. Ciò avviene, soprattutto, grazie ad alcuni autori (Crossley, 2000; Eatough, & Smith, 2006) che guardano alla

narrazione come ad un meccanismo per capire l'esperienza di vita (impeto esperienziale) e che, per fare questo, si interessano al contenuto delle storie personali.

La narrazione, infatti, può essere una semplice attività occasionale, ma può anche rappresentare molto di più perché le persone, ad esempio, cercano di raggiungere diversi scopi raccontando le loro storie, come: persuadere, salvare la faccia ed altro ancora. Inoltre il significato della storia trascende il momento contingente dato che facilmente guarda al potenziale ed all'imprevedibile, connettendo così il passato, il presente e il futuro delle nostre vite.

Un'altra parte della psicologia narrativa, più rappresentativa del costruttivismo, si interessa alla struttura delle storie narrate ed intende esplorare i limiti e le opportunità che tali strutture pongono e rivelano allo stesso tempo (Gergen, & Gergen, 1988).

I principi su cui si basa la prospettiva narrativa sono:

- La realtà è una costruzione discorsiva;
- Le opposizioni di senso creano il significato (opposizioni fra i poli di costruito, Kelly 1955; 1958; 1966);
- Il significato è una convenzione fra i parlanti;
- Il 'languaggiare'⁴ (Maturana, & Varela, 1987): l'uomo è immerso nel linguaggio;
- L'enazione: il linguaggio si incarna nell'azione;
- La molteplicità delle identità dell'uomo, a seconda dei contesti;
- La storicità dei discorsi, che diventano la nostra storia.

L'intervista narrativa, quindi, è caratterizzata dall'esigenza di stimolare in chi risponde il racconto di alcune esperienze di vita in forma di storia, suscitando dei processi di costruzione di senso, alcuni consapevoli e altri meno, attorno alle principali e più incisive esperienze, che siano anche di interesse per il ricercatore (Bruner, 2002). Attraverso questo strumento, il materiale fornito dai rispondenti risulta avere un formato specifico,

caratterizzato da particolari regole e vincoli, come la dimensione temporale, l'esistenza di aspetti problematici, di soluzioni, eccetera.

Successivamente, il materiale così ottenuto viene organizzato, per l'analisi, in base ai particolari interessi dell'indagine, che, di conseguenza, possono essere: momenti ed eventi particolari, indicatori precisi, come ad esempio gli studi sul sé di Bruner (1986), la struttura della narrazione (Feldman, Bruner, Kalmar, & Renderer, 1994) e la ricorrenza di nuclei tematici, com'è il caso della presente ricerca.

Con questa indagine si vuole capire che significato possa avere per il partecipante un'esperienza di empatia, ritenuta significativa. L'interesse principale dello studio è per l'esperienza di colui che prova empatia verso altri e per i significati che essa assume, specialmente nello svolgersi della narrazione.

Per fare questo sono state poste due domande, a cui i partecipanti rispondono liberamente, narrando una loro personale esperienza. È stato chiesto loro di rispondere principalmente alla prima domanda, poiché la seconda domanda rappresenta un facilitatore, ed è pensata solo per l'eventualità che il narrante non riesca a focalizzare subito un'esperienza empatica:

- *'Ricorda un episodio in cui Lei ha provato empatia per qualcuno?;*
- *'Ricorda un episodio in cui qualcuno ha provato empatia per Lei?'*

Le interviste narrative sono state audio-registrate e quindi trascritte integralmente (trascrizione *verbatim* intelligente, Kawahara, 2007).

Come per l'intervista semi-strutturata, anche per l'intervista narrativa è stato utilizzato il *software Atlas-ti* per l'analisi qualitativa dei dati (cfr. Paragrafo 3.3.1).

In Appendice è riportata, a titolo dimostrativo, un'intervista compilata.

3.3 PROCEDURE DI ANALISI

I due studi che compongono la ricerca sono del tutto simili come impianto teorico e metodologico. L'aspetto che cambia è la tipologia dei partecipanti: mentre per il primo

studio si è cercata la collaborazione di chi sperimenta quotidianamente e senza pregiudizi l'empatia, per il secondo si è cercato di capire cosa rappresenti l'empatia per coloro i quali la utilizzano anche come uno strumento del loro lavoro.

Per questo motivo si è pensato di riunire in questo capitolo tutte le informazioni comuni ai due studi per procedere poi successivamente con la presentazione dei risultati. In questo paragrafo verranno sintetizzate le caratteristiche del software *Atlas.ti*, utilizzato per l'analisi delle interviste semi-strutturate e narrative e verranno spiegati in dettaglio i passaggi coinvolti nella procedura di analisi delle piramidi di Landfield (1971)

3.3.1 IL SOFTWARE *ATLAS.TI*

Il software *Atlas.ti* nasce in Germania, all'interno della *grounded theory* (Muhr, 1977) con l'obiettivo esplicito di generare teorie, sfruttando al massimo la ricchezza dei dati qualitativi.

Il software è costantemente aggiornato ed oggi è uno dei più evoluti e funzionali. Infatti, esso facilita il lavoro dello studioso perché permette di lavorare contemporaneamente su tre livelli: quello della codifica, quello della produzione delle *networks* e quello della stesura del *report* finale. Inoltre, lo studioso è agevolato dalla struttura a rete del programma, non necessariamente gerarchica, nello processo di comparazione e nello sviluppo di mappe concettuali, che riflettano le sue idee e le sue elaborazioni teoriche: ciò favorisce il movimento costruttivo dal particolare all'astratto e, quindi, un continuo dialogo fra la comprensione pre-esistente e la nuova che si viene a creare (Gadamer, 1960).

Se è necessario compiere delle analisi di tipo quantitativo, come un'analisi delle frequenze categoriali, *Atlas.ti* permette di esportare dati di tipo numerico, sottoforma di matrici numeriche, analizzabili dal software SPSS.

Una volta chiariti gli assunti epistemologici e metodologici che sono alla base del *software*, è bene sottolineare che *Atlas.ti* è uno strumento versatile ed adattabile agli obiettivi dell'indagine, in virtù del fatto che esso permette un approccio ai dati sistematico

e, allo stesso tempo, creativo, caratterizzato da un processo ciclico ed iterativo di analisi, di confronto e di interpretazione.

Per questo motivo, esso può essere utile anche in riferimento a paradigmi diversi dalla *grounded theory*; non è escludibile, infatti, il suo utilizzo “*con finalità meno esplorative e più immediatamente dirette alla verifica di un modello teorico progettato, almeno in una certa misura, a priori*” (Milesi, & Catellani, 2002, p. 285).

Di seguito sono riportate brevemente le principali caratteristiche tecniche del *software*:

- L'interfaccia di *Atlas.ti* richiama i testi sottoposti ad una codifica manuale: infatti, essa si presenta come una finestra suddivisa in due parti dove, a sinistra c'è il materiale in analisi, mentre a destra c'è uno spazio bianco da utilizzare per inserire i codici;
- L'unità ermeneutica (*ermeneutic unit*) è un *file* che contiene i documenti, non necessariamente di tipo testuale, su cui concentrare il lavoro di codifica e di analisi;
- I documenti primari (*primary documents*) sono *files* che contengono i testi degli intervistati: essi vengono collocati in un *menu* specifico, siglati ed, eventualmente, ordinati in base alle esigenze del ricercatore, che possono essere, ad esempio, la frequenza, il genere dei partecipanti e molte altre ancora;
- Le *quotations* si riferiscono a particolari frasi nel testo, selezionate in base agli interessi della ricerca, e costituiscono le unità di analisi: esse vengono automaticamente catalogate, per favorirne il recupero, attraverso la sigla del documento a cui appartengono e la riga che occupano nel documento stesso. Infine, vengono collocate in un altro *menu* dedicato.

Le *quotations* possono essere rappresentate anche da codici, possono essere collegate fra di loro, possono costituire i nodi delle *networks* e possono essere sottoposte a molte altre operazioni ancora;

- I codici menzionati sopra, *codes*, rappresentano delle parole chiave, da associare alle *quotations*: essi possono essere collegati alle *memos*, per facilitare il lavoro di analisi, o ad altri codici attraverso l'uso di relazioni specifiche, per formare così delle *networks* di relazioni, oppure possono rimanere slegati dagli altri elementi dell'unità ermeneutica. Anche per i codici è previsto un menù specifico;
- Le *memos* sono come dei promemoria che contengono le considerazioni, le ipotesi e quanto altro viene alla mente dell'analista con il procedere dell'analisi; da qui si intuisce la loro importanza nel favorire il processo di continua revisione del lavoro svolto e anche la collaborazione con altri studiosi che possono, così, rendersi conto del ragionamento svolto dal collega. Le *memos* sono molto flessibili, collocabili ovunque durante tutto il lavoro e collegabili fra di loro e con gli altri oggetti, come le *quotations*, i *codes* le *networks*, eccetera.

Nel menu specifico delle *memos* si possono vedere, attraverso l'uso di numeri e simboli, i legami che esse hanno con gli altri oggetti dell'unità ermeneutica;

- Un altro aspetto importante del funzionamento di *Atlas.ti* è dato dalle relazioni fra gli elementi: lo studioso decide liberamente, in base ai propri obiettivi, che tipo di legame definire e, questo, sicuramente influisce sulle affermazioni teoriche emergenti dall'analisi. I legami ordinano gli elementi in una struttura gerarchica, definendone le appartenenze, le contrapposizioni ed, eventualmente, anche le causalità.

I legami fra i codici sono di tipo: 'è causa di', 'appartiene', 'contraddice' mentre quelli fra le frasi sono di tipo: 'spiega', 'critica', 'giustifica'.

Tutte le relazioni sono contraddistinte da simboli;

- Le reti grafiche rappresentano una funzione molto importante perché permettono di ordinare e visualizzare tutto il materiale nello spazio, in modo da rendere più semplice la lettura dei risultati: ad esempio è possibile evidenziare l'ordine gerarchico fra un gruppo di codici o, anche, dare risalto ad alcune significative relazioni fra le frasi. In base alle esigenze di analisi, possono essere importati codici, frasi, *memos* e anche documenti primari;
- Le famiglie di codici (*code families*) sono molto utili quando l'analisi avanza come grado di complessità e anche come quantità di materiale: esse permettono di creare dei raggruppamenti di codici, confrontabili fra di loro, che appartengono ad un'area di interesse, da sviluppare ed approfondire in un momento successivo;
- Infine, ci sono anche le famiglie di documenti (*primary document families*), analoghe alle famiglie di codici e di *memos*, che consentono di classificare una notevole mole di documenti, nel nostro caso interviste, in sottocategorie definite, ad esempio, in base al genere, all'età, alla provenienza e molto altro ancora.

La codifica viene effettuata per temi narrativi. In questo tipo di codifica non si tiene conto delle dimensioni del testo selezionato, ad esempio parola, riga o paragrafo, ma si applica ad esso un codice in base ai nuclei concettuali che emergono: essi possono essere fra di loro consecutivi, incuneati o anche sovrapposti (Silverman, 1993).

3.3.2 INTERVISTA PIRAMIDALE

Nonostante l'apparenza schematica, quasi fredda, l'intervista piramidale ha il pregio di favorire il dialogo fra le parti: infatti, spesso l'intervistatore richiede all'intervistato dei chiarimenti, delle spiegazioni e magari anche dei racconti di vita personale. Tutto questo

materiale viene sempre appuntato, previo consenso dell'intervistato, a margine del foglio al fine di utilizzarlo nella fase successiva di analisi, per chiarire ed approfondire i costrutti emersi e per rendere più 'attendibile' l'analisi dei dati..

La procedura piramidale permette di evidenziare i diversi significati, impliciti ed espliciti, che accompagnano qualsiasi oggetto esperienziale, attraverso l'analisi delle opposizioni e delle implicazioni attribuite dai partecipanti, in questo caso, all'esperienza empatica.

L'analisi del contenuto dei dati si snoda attraverso quattro fasi che facilitano l'interazione tra i significati derivanti dall'esperienza dei partecipanti e il bagaglio teorico dello studioso; esse sono la fase della categorizzazione preliminare, dell'analisi dei contrasti, dell'esplorazione delle implicazioni ed, infine, della ri-categorizzazione.

1. Fase: CATEGORIZZAZIONE PRELIMINARE.

Questa fase consiste in un'attenta lettura di tutti i termini usati dai partecipanti per descrivere la prima polarità del costrutto sovraordinato, oggetto di studio, nel nostro caso l'empatia (e cosa caratterizza una persona empatica).

Quindi, in base all'identità o all'equivalenza dei termini, le piramidi vengono suddivise in alcune macro-categorie.

2. Fase: ANALISI DEI CONTRASTI.

La categorie così ottenute vengono confrontate con i relativi poli di contrasto che, secondo Kelly, dovrebbero specificare il significato del costrutto.

Succede spesso che le opposizioni facciano apparire la precedente categorizzazione come non più giustificata, secondo i criteri di identità e/o di equivalenza sopra descritti: si procede allora ad una nuova categorizzazione. Ad esempio: una piramide rimane nella categoria 'altruismo' se il polo di opposizione parla di 'avarizia', 'materialismo' e così via; al contrario, la piramide viene categorizzata nuovamente se il polo di opposizione parla di domini diversi, come 'costruzione', 'instabilità' e così via.

3. Fase: ESPLORAZIONE DELLE IMPLICAZIONI.

Questa fase serve per riscontrare le sovrapposizioni e le analogie di significato fra categorie diverse: per fare ciò ci si serve delle implicazioni, che spesso svelano importanti relazioni fra le categorie, facilmente nascoste dalle etichette verbali. Ad esempio il significato di 'serenità' risulta essere trasversale sia al costrutto principale e sia, come implicazione, alle categorie 'bellezza', 'relazioni positive' ed 'altruismo'.

4. Fase: RI-CATEGORIZZAZIONE.

Le prime tre fasi conducono ad una finale di ri-categorizzazione dei significati tipicamente attribuiti all'esperienza empatica. Si ottengono così, attraverso la somiglianza semantica, alcuni "intercostrutti" (Armezzani, 1999), che riguardano i significati fondamentali dell'essere empatico e ne declinano gli stili.

Quest'ultima fase è rappresentativa della relazione che intercorre fra i significati emergenti dai dati e quelli che rappresentano il patrimonio teorico dello studioso.

3.4. PARTECIPANTI E RACCOLTA DATI

Poiché la ricerca è orientata alla valorizzazione delle differenze, e non alla esclusione dei casi devianti, i partecipanti sono stati contattati ed invitati a prendere parte alla ricerca attraverso un campionamento a massima variazione, detto anche '*maximum variation sampling*'.

È stato deciso questo perché, come descritto precedentemente (cfr. Paragrafo 3.2.), la 'variazione d'esempio' costituisce un importante riferimento metodologico: infatti il campione a massima variazione è un campione, non omogeneo, di persone scelte appositamente con l'obiettivo di rappresentare un'ampia variabilità di esperienze relative al fenomeno d'interesse, e non di generalizzare i risultati. Esso può essere un campionamento

emergente, nel senso che i partecipanti possono, in caso di necessità, essere reclutati nel corso della ricerca stessa (Maykut, & Morehouse, 2000).

I partecipanti sono ‘rappresentativi’ di due gruppi: quello delle persone ‘non esperte’ e quello delle persone ‘esperte’. La differenza fra i due gruppi è che i primi praticano costantemente l’empatia ma non ne possiedono una precisa conoscenza teorica-pratica, mentre i secondi, oltre a praticare spontaneamente l’empatia, la utilizzano consapevolmente anche come una dimensione importante del loro lavoro; a questo secondo campione appartengono: psicologi, psichiatri e psicoterapeuti; nonostante la difficoltà, si è cercato di mantenere il criterio della massima variabilità anche all’interno del gruppo ‘esperti’.

- Il gruppo ‘non esperti’ è costituito da 30 partecipanti: 16 sono di sesso femminile, l’età media è di 41.4 anni e la deviazione standard è di 15.28.
- Il gruppo ‘esperti’ è costituito da 15 partecipanti: 8 sono di sesso femminile, l’età media è di 43.7 anni e la deviazione standard è di 10.49.

I partecipanti vengono informati relativamente allo scopo della ricerca e rassicurati circa il rispetto della privacy e dell’anonimato: questo è stato possibile perché i dati sensibili sono trattati separatamente dalle interviste vere e proprie.

Questa fase iniziale, dell’incontro e della conoscenza con il partecipante, richiede un considerevole spazio ed una particolare attenzione perché è fondamentale affinché s’instauri un clima di fiducia e di cooperazione reciproca.

Tutte le interviste si svolgono in un’unica seduta per ogni singolo partecipante, sempre nello stesso luogo e rispettando un ordine di somministrazione preciso e costante: prima l’intervista semi-strutturata, poi l’intervista piramidale ed infine l’intervista narrativa. L’intera procedura dura circa due ore per ogni partecipante.

Le interviste semi-strutturate e narrative sono state audio-registrate e quindi trascritte integralmente (trascrizione *verbatim* intelligente, Kawahara, 2007).

3.4.1 PROBLEMI RISCONTRATI E ATTEGGIAMENTO DEI PARTECIPANTI

È giusto fare alcune piccole osservazioni sulle situazioni, che si sono create, e sulle sensazioni che si sono provate durante il reclutamento dei partecipanti e durante i colloqui. Queste non hanno creato particolari problemi, ma sicuramente sono degne di nota.

- OSSERVAZIONI COMUNI AI DUE GRUPPI DI ‘ESPERTI’ E ‘NON ESPERTI’.

Nonostante il tempo e l’impegno dedicati alla fase iniziale di conoscenza e di spiegazione della ricerca, è evidente una certa ritrosia nel parlare delle proprie esperienze empatiche. Nel gruppo ‘non esperti’ si nota un po’ di confusione concettuale e terminologica, quasi che l’empatia sia una forza misteriosa ed ineffabile; allo stesso tempo è evidente anche una certa fretta, una diffidenza all’approfondimento dei propri stati interiori esperiti durante l’esperienza empatica. Nel gruppo degli ‘esperti’, invece, il processo empatico è, ovviamente, ben conosciuto e padroneggiato; esso viene riconosciuto come un fondamento della relazione, umana e clinica, ma al momento di parlarne si evidenzia, anche qui, una forma di timidezza, legata probabilmente ad una volontà di controllo dei propri stati: molti dei partecipanti chiedono se è previsto che parlino di situazioni lavorative o comuni e, quando apprendono che è indifferente ai fini della ricerca, virano quasi tutti verso le loro esperienze quotidiane.

- OSSERVAZIONI RELATIVE AL GRUPPO ‘NON ESPERTI’.

Alcuni chiedono se è possibile non venire registrati e, dopo una precisa spiegazione, accettano comunque di proseguire con l’intervista.

Si riscontra un po’ di difficoltà nella concettualizzazione e nell’eloquio durante la fase dell’intervista piramidale: nonostante l’aiuto assiduo dell’intervistatore si nota che molti partecipanti tendono alla ripetitività, soprattutto nell’elicitazione degli ultimi livelli.

- OSSERVAZIONI RELATIVE AL GRUPPO 'ESPERTI'.

Oltre a quanto detto sopra, si riscontra una notevole difficoltà nel reclutamento: infatti, quando i partecipanti del gruppo 'esperti' vengono a sapere che servono quasi due ore per condurre l'intervista nel suo insieme, molti rifiutano, giustificandosi con la scarsità di tempo a loro disposizione.

CAPITOLO QUARTO

RISULTATI DEGLI STUDI CON LE PERSONE ‘NON ESPERTE’ E CON LE PERSONE ‘ESPERTE’

Il dramma per me è tutto qui, signore: nella coscienza che ho, che ciascuno di noi - veda- si crede UNO ma non è vero: è TANTI, signore, TANTI, secondo tutte le possibilità d'essere che sono in noi: UNO con questo, UNO con quello, - diversissimi! E con l'illusione, intanto, d'essere sempre UNO PER TUTTI e sempre QUEST'UNO che ci crediamo in ogni nostro atto.

Non è vero! Non è vero!

(Pirandello, Sei personaggi in cerca d'autore)

Come è stato precedentemente sottolineato, con il termine di empatia ci si riferisce ad un'esperienza complessa ed articolata, quasi sfuggente, caratterizzata da una notevole confusione concettuale e terminologica.

Per il senso comune essere empatici significa sapersi mettere nei panni dell'altro. Per la scienza, invece, il processo di condivisione empatica rappresenta un atteggiamento relazionale, diverso dalla simpatia, caratterizzato da uno sforzo di comprensione intellettuale dell'altro, ed anche da un'attitudine affettiva personale, slegata da ogni giudizio morale.

Per molti anni, gli studiosi si sono confrontati circa la natura affettiva *versus* cognitiva di questa esperienza: alcuni considerano l'empatia come un'esperienza affettiva, mentre

altri la subordinano allo sviluppo di capacità cognitive che consentono una condivisione empatica sempre più sofisticata e matura.

Infine, alcuni studiosi delle moderne neuroscienze (Varela, 2001; Thompson, 2001; Gallese, 2006) trovano nella fenomenologia di Husserl un contributo importante, anche se complesso. Infatti, nel tardo pensiero husserliano si rende evidente l'esigenza di comprendere e di sottolineare la centralità della dimensione intersoggettiva dell'uomo, chiamata altresì 'soggettività cosciente'. Inoltre, per questi autori è molto interessante il concetto di '*paarung*': ciò significa che l'altro è compreso, inscindibile, per mezzo di un primitivo ed olistico processo di accoppiamento. A riprova di ciò, alcuni recenti studi sui neuroni specchio (Gallese, Keisers, & Rizzolatti, 2004) considerano il processo empatico in modo unitario, senza frammentazioni, e mostrano come il comportamento empatico non derivi da un particolare sforzo intellettuale, ma sia parte del corredo genetico della specie, probabilmente non solo umana (cfr. Paragrafo 1.2.5.).

Nonostante i problemi di ordine teorico e metodologico che caratterizzano la ricerca sociale sull'empatia (Albiero, & Lo Coco, 2001), molti studi hanno confermato quanto detto da Hume, fin dal lontano settecento: infatti, l'empatia sembra influire sulle relazioni umane, favorendo il comportamento di aiuto (Batson, & Shaw, 1991) ed inibendo quello di aggressione (Joliffe, & Farrington, 2004).

Fra le molte sfumature, resta importante la constatazione che, ai fini dell'attivazione del processo empatico, siano necessari sia la fusione affettiva con l'altro e sia la differenziazione di sé. Senza quest'ultimo processo, infatti, non sarebbe possibile avere una vera e propria condivisione, essendo fondamentale che chi s'immedesima nell'altro mantenga sempre la consapevolezza della distanza esistente tra i propri stati interiori e ciò che prova l'altro. Allo stesso tempo, senza la capacità fusionale non vi potrebbe essere un processo empatico, ma soltanto una distaccata rappresentazione cognitiva.

In sintesi, si può ritenere che l'empatia sia, da un lato, un requisito fondamentale affinché vi sia una relazione importante fra gli individui e, dall'altro che essa rappresenti un

delicato equilibrio tra la capacità di discriminare i sentimenti e i pensieri dell'altro come diversi dai propri e, allo stesso tempo, la capacità di accoglierli e di farli propri.

4.1. SINTESI DELLA METODOLOGIA

In questo capitolo si discutono i risultati di entrambi i due studi: quello con il gruppo dei 'non esperti' e quello con il gruppo degli 'esperti'. Poiché la cornice teorica-metodologica e le procedure di raccolta dati e di analisi sono del tutto simili si è preferito unire nello stesso capitolo la sezione dei risultati.

Per comodità, viene presentata una breve sintesi degli aspetti teorici e metodologici che riguardano la ricerca nel suo complesso. Si rimanda, invece, il lettore al capitolo tre per tutti gli approfondimenti del caso.

- L'APPROCCIO TEORICO-METODOLOGICO entro cui si sviluppa la ricerca è quella costruttivista -fenomenologica. Il progetto non si concentra sullo studio di uno o più comportamenti empatici ma, piuttosto, sui vissuti e sui significati collegati all'esperienza empatica. Si è deciso di fare ciò per la convinzione che i comportamenti siano delle cifre, dei richiami e della allusioni del senso soggettivo: si ricercano, quindi, le relazioni strutturali, con relative intersezioni e sovrapposizioni, e le invarianti strutturali. A tal fine, bisogna capire quali siano le storie, quali i temi dominanti a livello esplicito e anche quali siano i temi che sembrano esistere solo a livello implicito. Le informazioni così ricavate poi vengono ordinate, attraverso un procedimento iterativo, in categorie concettuali di primo e di secondo livello (Armezzani, 2002):

- I concetti di primo livello vengono generati dall'analisi dei dati;
- I concetti di secondo livello derivano dal patrimonio teorico del ricercatore e sono indipendenti dalla codifica.

- Gli OBIETTIVI che la ricerca intende perseguire sono:

1. Cogliere ed ordinare, per comprenderli, i significati che le persone riferiscono

circa le loro esperienze empatiche;

2. Confrontare, se possibile, tali significati, *bottom up*, con le concettualizzazioni fornite dalla ricerca quantitativa sull'empatia, *top down*;
3. Confrontare i significati fondamentali che l'esperienza empatica riveste per le persone 'non esperte' e per le persone 'esperte' (cfr. Paragrafo 3.1.).

- I RIFERIMENTI METODOLOGICI sono dati dalla variazione d'esempio husserliana e dal sistema dei costrutti personali (Kelly, 1955; 1958):

1. Il primo è rivolto alla ricerca delle invarianti strutturali attraverso la libera variazione di esempi: le invarianti strutturali sono i nuclei di significato ricorrenti che permettono di cogliere il significato nucleare delle esperienze di empatia.
2. Il secondo, il sistema dei costrutti personali di Kelly (1955; 1958), nei suoi aspetti dicotomici e gerarchici, permette di capire la dinamicità dell'agire dell'uomo e i suoi significati (cfr. Paragrafo 3.2.).

- I PARTECIPANTI sono scelti in qualità di persone 'non esperte' e di persone 'esperte'.

Con questo si è voluto cogliere il significato nucleare che viene attribuito all'empatia, sia da chi la pratica quotidianamente e spontaneamente e sia da chi ne possiede una precisa conoscenza teorica-pratica, come gli psicologi, gli psicoterapeuti e i medici.

1. L'indagine con i 'non esperti' ha coinvolto 30 persone, di cui 16 femmine (età media = 41.4; SD = 15.28).
2. L'indagine con gli 'esperti' ha coinvolto 15 persone, di cui 8 femmine (età media = 43.7; SD = 10.49).

Poiché la "variazione d'esempio" costituisce un riferimento metodologico è applicato come CAMPIONAMENTO il "*maximum variation sampling*". Un campione a massima variazione è un campione di persone scelte appositamente con l'obiettivo non di generalizzare i risultati ma di rappresentare un'ampia variabilità di esperienze relative al fenomeno d'interesse. Esso può essere un campionamento emergente, nel senso che i

partecipanti possono eventualmente essere reclutati nel corso della ricerca stessa (Maykut, P., & Morehouse, R., 2000) (cfr. Paragrafo 3.4).

- Gli STRUMENTI utilizzati per l'indagine sono tre: l'intervista semi-strutturata, la Piramide di Landfield (1917) e l'intervista narrativa. Essi vengono somministrati in una stessa sessione e seguendo un ordine prestabilito.

1. INTERVISTA SEMI-STRUTTURATA:

Inizialmente si raccolgono le definizioni di empatia, prodotte dai partecipanti, attraverso una breve intervista semi-strutturata. Questo metodo presuppone un grado medio di direttività, nel senso che l'intervistatore stabilisce a priori alcuni temi rilevanti da indagare ed approfondire, sui quali concentrare una prima raccolta di informazioni.

Le domande sono poche e aperte per poter raccogliere il maggior numero di significati. Esse sono:

'Cos'è secondo Lei l'empatia?';

'Può definire l'empatia utilizzando un termine che abbia lo stesso, o simile, significato?' (cfr. Paragrafo 3.2.1.).

2. PIRAMIDI DI LANDFIELD:

Per analizzare il sistema dei costrutti ipotizzato da Kelly si utilizza la procedura delle Piramidi di Landfield (1971). La tecnica si presenta come un'intervista semi-strutturata, utile ad esplorare i significati profondi di un concetto di interesse, nel nostro caso l'empatia. Rispetto all'intervista narrativa, utilizzata anch'essa in questo studio, la tecnica delle piramidi permette un'analisi più sistematica e allo stesso tempo più economica.

Lo scopo principale è quello di ordinare i significati in categorie di equivalenza semantica, rivelando le opposizioni e le implicazioni che intercorrono fra di loro senza che il ricercatore, pur conducendo il soggetto verso certi temi, ne forzi i contenuti (Kvale, 1996).

Per fare tutto questo, è predisposta una struttura gerarchica e bipolare che il soggetto liberamente riempie con i propri contenuti (cfr. Paragrafo 3.2.2.)

3. INTERVISTA NARRATIVA:

Le interviste sono condotte secondo un approccio narrativo, con l'obiettivo cioè di sollecitare storie relative all'esperienza empatica degli intervistati, suscitando dei processi di costruzione di senso attorno alle principali e più incisive esperienze di empatia (ed eventualmente anche di non empatia).

L'intervista narrativa è caratterizzata dall'esigenza di stimolare in chi risponde il racconto di alcune esperienze di vita in forma di storia e quindi di far sì che il materiale fornito dai rispondenti abbia un formato, caratterizzato da particolari regole e vincoli, come la dimensione temporale, l'esistenza di aspetti problematici, di soluzioni e altro ancora. Le domande sono:

'Ricorda un episodio in cui Lei ha provato empatia per qualcuno?';

'Ricorda un episodio in cui qualcuno ha provato empatia per Lei?' (cfr. Paragrafo 3.2.3.).

Le interviste semi-strutturate e narrative sono audio-registrate e quindi trascritte integralmente (trascrizione *verbatim* intelligente, Kawahara, 2007) .

- La ANALISI DEI DATI relativi alle interviste semi-strutturate e narrative è affrontata con l'ausilio del software *Atlas.ti 5*. Questo programma assume che il modello a rete sia il più adatto a rappresentare la ricchezza dei dati qualitativi. Esso permette operazioni caratterizzate in particolar modo dalla iterattività, dalla ricorsività e dal progressivo perfezionamento di modelli teorici, emergenti dai dati; inoltre aiuta il ricercatore nella fase di codifica e di recupero dei dati, in quella dell'individuazione di nessi logici fra i codici emersi e, quindi, nell'elaborazione di modelli sottesi ai dati stessi (cfr. Paragrafo 3.3.1.).

L'analisi del contenuto della procedura piramidale, invece, non prevede alcun ausilio tecnologico e si snoda attraverso quattro fasi: 1. categorizzazione preliminare, 2. analisi dei contrasti, 3. analisi delle implicazioni, 4. ri-categorizzazione (cfr. Paragrafo 3.3.2.).

4.2 LA RICERCA CON LE PERSONE 'NON ESPERTE'

La presente ricerca pone lo sguardo sulle persone, sulle loro esperienze quotidiane di empatia e sui significati che esse attribuiscono alle stesse, con lo scopo di cogliere il significato profondo, nucleare, di questa affascinante dinamica relazionale.

Le persone 'non esperte' sono quelle che praticano l'empatia perché vivono immerse nella relazione sociale. Ma sono anche quelle che conoscono l'empatia perché il termine è diventato un po' di moda e ne sentono parlare spesso, perché se ne sono interessati e perché riflettono su di essa; sono quelli che si sentono molto empatici e quelli che si sentono meno empatici; quelli che la temono e quelli che la idealizzano. Insomma la persona 'non esperta' è l'uomo della strada, l'uomo che vive, più o meno consapevolmente, immerso nell'empatia, che la conosce perché la sperimenta ma che, allo stesso tempo, non possiede una specifica conoscenza teorica del fenomeno empatico e delle sue caratteristiche.

Con questo non si vuole assolutamente affermare che la persona comune non viva consapevolmente l'empatia, magari sfruttandola per i propri fini, ma si cerca solo di distinguerla da chi ha studiato a fondo l'empatia e le sue implicazioni, perché essa rappresenta un aspetto importante della sua professione.

Parliamo in questo secondo caso di medici, psichiatri, psicologi e psicoterapisti, ma si rimanda il lettore ai paragrafi successivi per affrontare tal questione.

4.2.1 RISULTATI DELL'INTERVISTA SEMI-STRUTTURATA (NON ESPERTI)

L'analisi del contenuto delle interviste semi-strutturate si concentra principalmente sulla struttura di significati, che emerge dalle parole dei partecipanti, quando viene chiesto loro di definire che cosa sia l'empatia.

Coerentemente con gli obiettivi prefissati della ricerca, il processo di codifica è strettamente connesso alla ricerca dei nuclei di significato: essi possono svilupparsi in una sola parola o

in un intero paragrafo, possono relazionarsi fra di loro succedendosi, sovrapponendosi ed incuneandosi a vicenda. Questa scelta permette di cogliere la varietà dei significati che gli attori sociali intendono illustrare; ciò significa che i codici applicati sono indipendenti dalle dimensioni dell'estratto di testo selezionato, ad esempio riga *vs* paragrafo, e anche dalla saturazione dei contenuti (Chiarolanza, & De Gregorio, 2007).

L'obiettivo primario della ricerca è quello di sondare i significati profondi, e quindi di individuare le invarianti strutturali, dell'esperienza empatica: per fare questo si decide di non applicare aprioristicamente alcun sistema categoriale a sostegno della fase di codifica dei dati, ma di attuare una categorizzazione per equivalenza semantica dei termini (Kelly, 1955): le risposte dei partecipanti vengono sintetizzate in categorie utilizzando criteri come la sinonimia, l'equivalenza, l'omonimia e la somiglianza dei termini.

Un altro obiettivo della ricerca è quello di confrontare i significati derivanti da questo lavoro con le teorizzazioni che vedono l'empatia come un costrutto multidimensionale (Davis, 1980): quindi, dopo la codifica suddetta ed una prima organizzazione dei significati si procede con un'ulteriore ri-lettura, al fine di cogliere, dove possibile, le diverse dimensioni a cui si è accennato precedentemente: cognitive, emotive, motivazionali e comportamentali. Esse risultano trasversali all'intero impianto categoriale precedente.

Alle fine dei suddetti due momenti risulta evidente una struttura di quattordici categorie che, è bene ricordare, non copre tutti i significati emergenti: i primi dieci raggruppamenti sono frutto di una lettura e di un'analisi *bottom up* (Tabella 4.1). Invece, gli ultimi quattro, con i rispettivi sotto-raggruppamenti, rispecchiano una concezione multidimensionale dell'esperienza empatica, *top down* (Grafico 4.1). Certi codici contenuti in questa seconda categorizzazione possono essere gli stessi della precedente (Tabella 4.1).

Uno strumento, offerto da *Atlas.ti*, utile per la definizione del sistema di significati riportato è la possibilità di attivare le *queries*; esse permettono di evidenziare alcune relazioni fra i significati grazie all'uso di operatori logici: ad esempio, usando gli operatori di prossimità si nota che la capacità di 'ascolto' è spesso vicina a quella di 'comprensione'.

1. VALUTAZIONE POSITIVA rappresenta tutte quelle definizioni che si riferiscono ad aspetti dell'empatia valutati positivamente come, ad esempio: *'L'empatia fa sentire meno soli'*, *'L'empatia ha grandissime potenzialità'*, *'L'empatia riempie il cuore e la mente'*, ... (15 quotations, 15 codes).
2. VALUTAZIONE NEGATIVA, al contrario, raccoglie gli aspetti dell'empatia che indicano una valutazione negativa del fenomeno empatico; alcuni esempi sono: *'Paura di lasciarsi andare e di soffrire troppo'*, *'Paura di non offrire sostegno'*, *'L'empatia spaventa'*, ... (15 quotations, 14 codes).
3. ISTINTIVA, UNIVERSALE, EMPATIA GLOBALE contiene molte espressioni verbali che definiscono l'empatia come un fenomeno ampio, non specifico, condiviso da tutti gli uomini e, anche, dagli animali. Alcuni esempi sono: *'Fratellanza, Rispetto'*, *'Istintiva, anche gli animali provano empatia'*, *'Universale, siamo tutti empatici'*, *'Non rende deboli'*, *'L'empatia non si insegna'*, *'Umanità'*, *'Sperimentare altri mondi'*, *'Forza universale che unisce il mondo'*, *'Accettazione delle debolezze umane'*, *'Sensibilità verso l'armonia'*,... (34 quotations, 24 codes). Entro questo raggruppamento c'è un sotto-insieme, EMPATIA VERSO LA NATURA, che contiene quelle espressioni indicanti l'empatia per la natura, come: *'Sofferenza di fronte all'oltraggio della natura'*, ... (8 quotations, 7 codes).
4. IMMEDIOSIMAZIONE contiene alcune espressioni verbali, effettivamente non molte, che riconducono l'empatia all'esperienza immediosimativa. Esse sono: *'Immediosimazione'*, *'Capire e vivere lo stesso stato d'animo'*, ... (7 quotations, 2 codes).
5. CONTESTO, con i suoi significati, rispecchia la convinzione che l'esperienza empatica sia connessa al contesto in cui essa avviene e, anche, alle esperienze passate della persona. Non è un raggruppamento numeroso e contiene espressioni verbali del tipo *'Importanza della situazione e di come si sente una persona'*, *'Ricordo di esperienze personali'*, *'Una famiglia empatica favorisce le capacità empatiche'*, *'Si innesca quando si lascia intravedere la propria sofferenza'*, ... (5 quotations, 5 codes).

6. SOFFERENZA è stata pensata per isolare i termini, e quindi i significati, che si riferiscono esplicitamente alla sofferenza connessa all'esperienza di empatia. Anche questa non è una categoria numerosa e le espressioni verbali che vi appartengono sono del tipo: *'Chi prova empatia può sentirsi rifiutato e questo può bloccare o creare sofferenza'*, *'Sofferenza emotiva'*, *'Si sente la sofferenza dell'altro'*, *'Sofferenza di fronte all'oltraggio della natura'*, ... (5 quotations, 5 codes).
7. LAVORO è una categoria inesistente, vuota, per il gruppo dei 'non esperti' (0 quotation, 0 code).
8. METAFORE, BELLE DEFINIZIONI è funzionale ad ottenere delle immagini vivide e delle definizioni significative dell'empatia, che possano eventualmente fornire delle indicazioni utili e magari anche qualche *insights*. Alcuni esempi: *'Come un ponte fra due anime'*, *'Il piccolo principe'*, *'Emozionandosi a vicenda'*, *'Sintonia di anime'*, *'L'altro si svela'*, ... (8 quotations, 8 codes).
9. DEFINIZIONE DIFFICILE evidenzia che è presente, solo per il gruppo dei 'non esperti', qualche titubanza, sicuramente non eccessiva, a definire cosa significhi provare empatia. Alcuni esempi sono: *'Incertezza'*, *'Confusione concettuale'*, *'Incertezza su cosa provoca l'empatia in chi la prova'*, ... (5 quotations, 3 codes).
10. SINONIMI è un raggruppamento molto ampio e serve per chiarire i significati emergenti ed, inoltre, per ricercare quelli che riconducono alla struttura multi-dimensionale dell'empatia. Alcuni esempi: *'Come un ponte fra due anime'*, *'Il piccolo principe'*, *'Emozionandosi a vicenda'*, *'Sintonia di anime'*, *'L'altro si svela'*, *'Comprensione'*, *'Condivisione'*, ... (40 quotations, 21 codes).
11. COMPONENTE COGNITIVA raggruppa le espressioni verbali che riconducono l'empatia ad un'esperienza cognitiva. Alcuni esempi possono essere: *'Assunzione della prospettiva'*, *'Comprensione'*, *'Ascolto attento'*, *'Istintivo per l'uomo mettersi nei panni degli altri'*, *'Capire gli altri'*, ... (24 quotations, 20 codes). All'interno della componente cognitiva trovano spazio altri tre raggruppamenti: COMPRESIONE (15 quotations, 11 codes),

ASCOLTO (5 quotations, 5 codes) e ASSUNZIONE DELLA PROSPETTIVA (4 quotations, 4 codes). È bene ricordare che ascolto, assunzione della prospettiva e comprensione non esauriscono del tutto la componente cognitiva.

12. COMPONENTE EMOTIVA contiene i significati che accomunano il fenomeno in analisi ad un'esperienza emotiva; ad esempio: *'Coinvolge le emozioni'*, *'Sentire quello che gli altri sentono nella loro interiorità'*, *'Condivisione'*, *'Partecipazione di emozioni'*, ... (25 quotations, 23 codes). La componente emotiva si suddivide ulteriormente in: COINVOLGIMENTO EMOTIVO (15 quotations, 12 codes) e CONDIVISIONE EMOTIVA (9 quotations, 7 codes). Anche in questo caso coinvolgimento emotivo e condivisione emotiva non esauriscono la componente emotiva.

13. COMPONENTE MOTIVAZIONALE raccoglie le definizioni di empatia che richiamano esplicitamente i motivi che possono accompagnare l'atto empatico, come: *'Continuata, Sostenuta nel tempo, Voluta: la vera empatia'*, *'Paura di non riuscire ad offrire sostegno'*, *'Alcuni NON vogliono manifestarla'*, *'L'empatia può portare all'aiuto, ma non necessariamente'*, ... (24 quotations, 23 codes). La componente motivazionale si suddivide ulteriormente, ma non si esaurisce, in: MOTIVAZIONE COGNITIVA (17 quotations, 17 codes) e MOTIVAZIONE EMOTIVA (4 quotations, 4 codes).

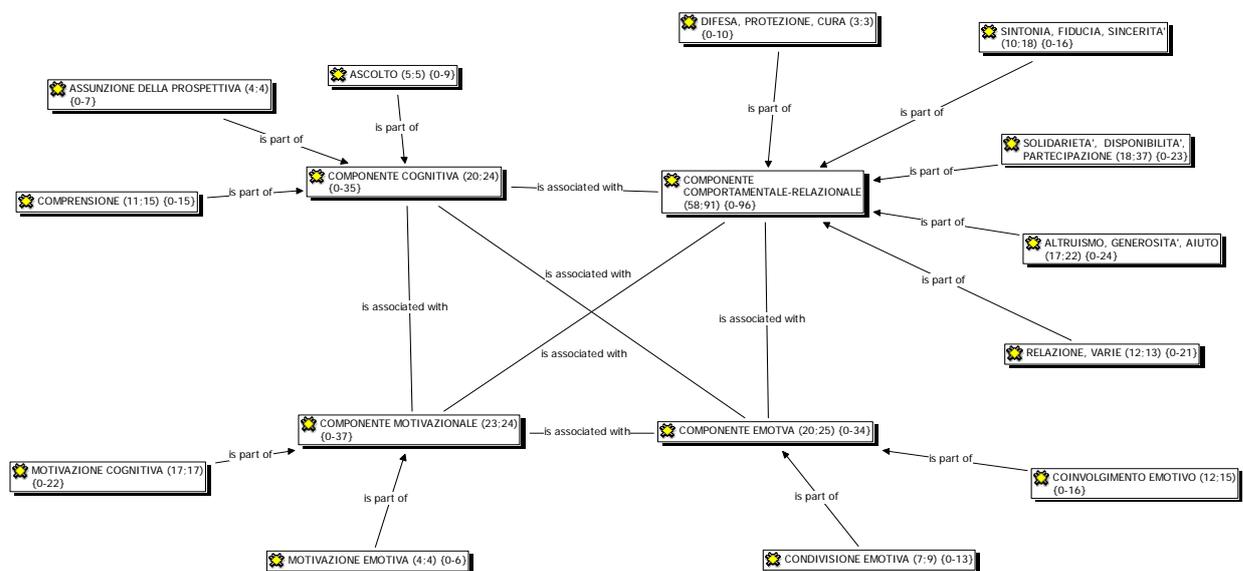
14. COMPONENTE COMPORTAMENTALE-RELAZIONALE è la più numerosa e raccoglie le definizioni che trattano l'empatia come un comportamento, soprattutto connesso all'aspetto relazionale. Alcuni esempi, fra tanti: *'Aiutare senza essere invadenti'*, *'Protezione ed aiuto'*, *'Fratellanza, Rispetto'*, *'Disponibilità'*, *'Contatto fra le persone'*, *'Accorcia le distanze ed avvicina'*, ... (91 quotations, 58 codes). Anche la componente comportamentale-relazionale si suddivide ulteriormente, e non si esaurisce, in: SOLIDARIETÀ DISPONIBILITÀ E PARTECIPAZIONE (37 quotations, 18 codes), ALTRUISMO, GENEROSITÀ E AIUTO (22 quotations, 17 codes), SINTONIA, FIDUCIA E SINCERITÀ (18 quotations, 10 codes), DIFESA, PROTEZIONE E CURA (3 quotations, 3 codes), ed, infine, in RELAZIONE E VARIE (13 quotations, 12 codes).

Tabella 4.1. Intervista semi-strutturata: Struttura della codifica per i 'non esperti'

RAGGRUPPAMENTO	(227 Quotations; 170 Codes) %; QUOTATIONS; CODES	ESEMPI QUOTATIONS
1. VALUTAZIONE POSITIVA	[6,6%]; 15; 15	Riempie il cuore e la mente
2. VALUTAZIONE NEGATIVA	[6,6%]; 15; 14	L'empatia spaventa
3. ISTINTIVA, UNIVERSALE, EMPATIA GLOBALE ☐ Empatia verso la natura	[15,0%]; 34; 24 [3,5%]; 8; 7	Sperimentare altri mondi Gioia di fronte all'armonia della natura
4. IMMEDIANZA	[3,1%]; 7; 2	Capire e vivere lo stesso stato d'animo
5. CONTESTO	[2,2%]; 5; 5	Importanza di come ci si sente
6. SOFFERENZA	[2,2%]; 5; 5	La paura di un rifiuto crea sofferenza
7. LAVORO	0; 0	0; 0
8. METAFORE, BELLE DEFINIZIONI	[3,5%]; 8; 8	Come un ponte fra due anime
9. DEFINIZIONE DIFFICILE	[2,2%]; 5; 3	Confusione concettuale
10. SINONIMI	[17,6%]; 40; 21	Emozionandosi a vicenda
11. COMPONENTE COGNITIVA ☐ Comprensione ☐ Ascolto ☐ Assunzione della prospettiva	[10,6%]; 24; 20 [6,6%]; 15; 11 [2,2%]; 5; 5 [1,8%]; 4; 4	Istintivo mettersi nei panni degli altri Capire quello che gli altri provano Ascolto attento Metttersi nelle scarpe degli altri
12. COMPONENTE EMOTIVA ☐ Coinvolgimento Emotivo ☐ Condivisione Emotiva	[11,0%]; 25; 23 [6,6%]; 15; 12 [4,0%]; 9; 7	Coinvolge le emozioni Sentire quello che gli altri provano Partecipazione di emozioni
13. COMPONENTE MOTIVAZIONALE ☐ Motivazione Cognitiva ☐ Motivazione Emotiva	[10,6%]; 24; 23 [7,5%]; 17; 17 [1,8%]; 4; 4	La vera empatia è sostenuta nel tempo Alcuni NON vogliono manifestarla Paura di non offrire sostegno
14. COMP. COMPORTAMENTALE -RELAZIONALE ☐ Solidarietà, Disponibilità, Partecipazione ☐ Altruismo, Generosità, Aiuto ☐ Sintonia, Fiducia, Sincerità ☐ Difesa; Protezione; Cura ☐ Relazione, Varie	[40,1%]; 91; 58 [16,3%]; 37; 18 [9,7%]; 22; 17 [8,0%]; 18; 10 [1,3%]; 3; 3 [5,8%]; 13; 12	Contatto fra le persone Fratellanza Aiutare senza essere invadenti Rispetto Disponibilità Accorcia le distanze ed avvicina

Nota: N = 30

Grafico 4.1. Intervista semi-strutturata: Struttura multidimensionale dell'empatia per i 'non esperti'



Nota: N = 30

4.2.2 RISULTATI DELLA PIRAMIDE DI LANDFIELD (NON ESPERTI)

Grazie alle quattro fasi sopra descritte, l'analisi del contenuto delle interviste piramidali evidenzia cinque inter-costrutti, o anche modalità di porsi, che rappresentano la persona empatica. Si parla di modalità perché dalle parole dei partecipanti appare evidente che, per valutare cosa fa essere una persona empatica, i partecipanti guardano al modo di porsi verso l'altro, ma anche all'approccio complessivo verso la vita.

Le etichette delle modalità estrapolate sono, volutamente, prese in prestito dalle parole usate dai partecipanti.

Queste modalità di porsi non sono nettamente separate le une dalle altre ma, al contrario, si sovrappongono per diversi aspetti, che vedremo in seguito. Esse sono:

1. Altruismo (*versus* Egoismo), 2. Estroversione (*versus* Introversione), 3. Relazione positiva (*versus* Relazione negativa), 4. Serenità (*versus* Sofferenza), 5. Bellezza (*versus* Bruttezza).

1. Modalità ALTRUISMO

La persona empatica è 'altruista', guarda alle necessità degli altri e non teme di perdere nulla, né sul piano materiale e nemmeno su quello spirituale. Essa è anche una persona curiosa ed attenta a quello che avviene nel mondo, che riesce ad assumere la prospettiva degli altri, mettendosi nei loro panni e vedendo, quindi, il mondo con occhi sempre diversi. Probabilmente questo avviene perché la persona empatica sembra essere anche una persona solida, matura e serena: come si può notare, in questo caso ci sono alcune sovrapposizioni con la modalità 'serenità', che risultano evidenti grazie all'analisi delle opposizioni.

- Alcuni esempi che connotano lo 'altruismo': *'Altruista', 'Ricca interiormente', 'Si mette nei panni degli altri', 'Disposta all'aiuto', 'Impegnata', 'Disponibile', 'Disinteressata', 'Attenta', 'Guarda il mondo con gli occhi degli altri', ...*

- Alcuni esempi che connotano lo 'egoismo', il polo opposto: *'Egoista'*, *'Povera dentro'*, *'Non disponibile'*, *'Aiuta solo se gli conviene'*, *'Non vede i bisogni degli altri'*, *'Arido'*, *'Interessato'*,

2. Modalità ESTROVERSIONE

La persona empatica appare gioiosa, felice di vivere ed impaziente di sperimentare cose nuove e di imparare. Si applica nel mondo con curiosità, senza rigidità e si muove in esso con armonia. Crede nell'uomo e ne ha fiducia, le piace comunicare e dialogare costruttivamente arrivando persino a mettersi in discussione: infatti è anche una persona umile, che rispetta gli altri e si pone sul loro stesso piano. Anche in questo caso si sono notate delle sovrapposizioni con le altre modalità dell'essere empatico: facilmente la persona 'estroversa' risulta essere anche di una 'bellezza' e di una 'serenità' accattivante, oltre che felice e propensa ad instaurare 'relazioni positive' con il prossimo.

- Alcuni esempi della modalità 'estroversione' sono: *'Estroversa'*, *'Aperta'*, *'Vivace'*, *'Stimolante'*, *'Comunicativa'*, *'Curiosa'*, *'Si mette in gioco'*, *'Disposta ad imparare'*, *'Ne fa tesoro, Apprende'*, *'Incoraggiante'*, *'Aperto al nuovo'*, *'Ottimista sull'uomo'*, *'Ricerca nuove esperienze'*, *'Flessibile'*,

- Alcuni esempi del polo opposto 'introversione' sono: *'Con pochi stimoli'*, *'Chiusa nel suo mondo'*, *'Non si mette in gioco, In discussione'*, *'Poco flessibile'*, *'Categorica'*, *'Va da solo'*, *'Silenzioso'*, *'Pessimista sull'uomo'*, *'Presuntuosa'*, *'Inerte'*, *'Sulla difensiva'*,

3. Modalità RELAZIONE POSITIVA

La 'relazione positiva' risulta essere la modalità più consistente fra i partecipanti e, anche, la più frequente se si osservano le caratteristiche lessicali delle verbalizzazioni prodotte. La persona empatica ama stare insieme agli altri, collaborare con loro ed aiutarli se ce n'è bisogno. Sa cogliere i bisogni del prossimo, è capace di ascoltare ed appare come rassicurante e protettiva; allo stesso tempo è

una persona che dimostra di avere anche lei bisogno degli altri e, in questo modo favorisce ancora di più lo scambio e la relazione costruttiva.

- Fra i molti esempi della modalità 'relazione positiva' si riporta: *'Socievole', 'Supportiva', 'Aperta all'incontro', 'Capace di condividere', 'Affascinata dalla relazione', 'Ha fiducia negli altri', 'Ascolta', 'Si affida agli altri', 'Ha bisogno degli altri', 'Collaborativa', 'Disposta a fare un pezzo di strada insieme', 'Apprezza le differenze', 'Rispettosa', 'Affidabile', 'Materna',*

- Esempi delle modalità 'relazione negativa', invece, sono: *'Non collaborativa', 'Prevenuta', 'Non ha fiducia negli altri', 'Non si immedesima', 'Disincantata', 'Non sa ascoltare', 'Frettolosa nei rapporti umani', 'Paterna',*

4. Modalità SERENITÀ

La persona empatica è una persona che appare e trasmette 'serenità' attraverso i suoi movimenti, i suoi tratti fisici ed anche i suoi modi di fare. Una persona serena mostra di amare la vita, anche nelle difficoltà, e la affronta con tranquillità e, allo stesso tempo, con gioia, trasmettendo agli altri sensazioni rassicuranti di accoglienza, di gentilezza e di cura; allo stesso tempo è una persona riflessiva, determinata, ma che si emoziona facilmente ed esprime le sue emozioni senza remore. Questa modalità è trasversale a quasi tutte le altre ma, soprattutto, alla modalità 'relazione positiva', probabilmente perché la persona con delle soddisfacenti relazioni sociali è serena ed appagata ed è disponibile a mettersi in gioco e a rischiare di fallire.

- Fra i molti esempi della modalità 'serenità' ci sono: *'Serena', 'Rilassata', 'Tranquilla', 'Sicura di sé', 'Libera', 'Forte', 'Felice', 'Sorridente', 'Solare', 'Coraggiosa', 'Concreta', 'Emozionabile facilmente', 'Gioiosa', 'Riflessiva',*

- Esempi delle modalità 'sofferenza', invece, sono: *'Infelice', 'Può essere sensibile, ma può aver paura', 'Frettolosa', 'Arrabbiata', 'Debole', 'Annichilita', 'Timida',*

'Agitata', 'Rifiutante', 'Ansiosa', 'Triste', 'Paurosa', 'Insicura', 'Insoddisfatta', 'Problematica',

5. Modalità BELLEZZA

La modalità 'Bellezza' è sicuramente la meno frequente ma nello studio con i 'non esperti' ha assunto un certo peso. Alcuni partecipanti hanno descritto la persona empatica usando delle precise caratteristiche che denotano bellezza psichica, connessa quindi alla serenità, ma che si riferiscono anche alla concreta bellezza fisica. La sensibilità, l'allegria e la disponibilità sembrano abbellire il volto ed armonizzare il corpo e i movimenti; al contrario, l'insensibilità, la rigidità e la chiusura interiore sembrano trasmettersi anche all'esterno e quindi oscurare il volto ed indurire i lineamenti

- Fra gli esempi della modalità 'bellezza' si riporta: *'Bella', 'Sensibile', 'Simpatica', 'Profonda', 'Armoniosa', 'Interessante', 'Limpida', 'Piacevole', 'Dolce', 'Affettuosa', 'Solare', 'Coccolona',*

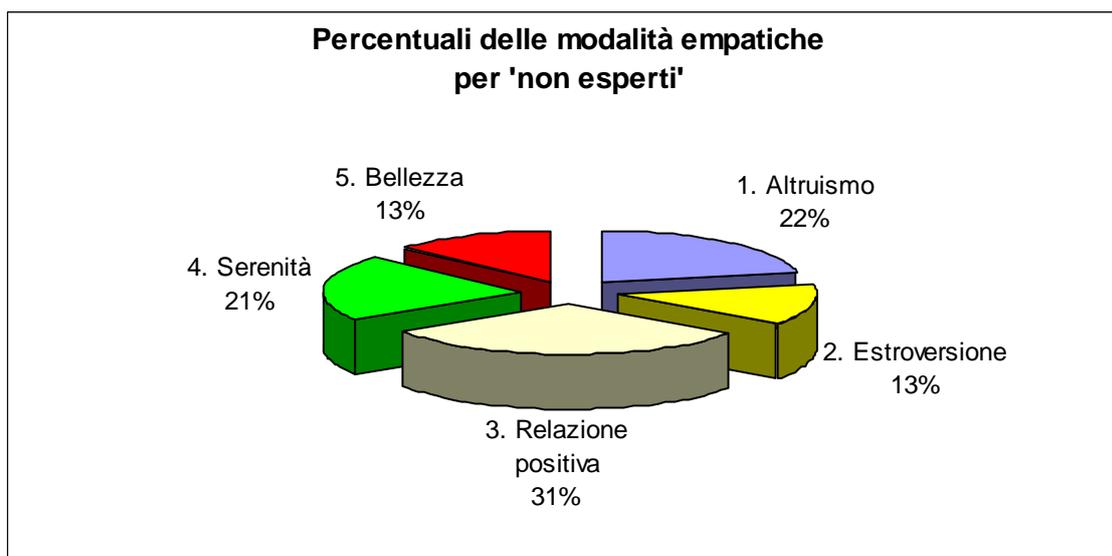
- Esempi delle modalità 'bruttezza', invece, sono: *'Antipatica', 'Ombrosa', 'Cupa', 'Indisponente', 'Scontrosa', 'Negativa', 'Superficiale', 'Smorta', 'Arcigna', 'Fredda',*

La Tabella 4.2 e il Grafico 4.2. mostrano la ripartizione per le frequenze e per le percentuali delle cinque modalità empatiche riscontrate

Tabella 4.2. Intervista piramidale: Frequenze delle modalità empatiche per i 'non esperti'

MODALITÀ	FREQUENZE	PERCENTUALI
ALTRUISMO	7	22%
ESTROVERSIONE	4	13%
RELAZIONE POSITIVA	9	31%
SERENITÀ	6	21%
BELLEZZA	4	13%
N =	30	100%

Grafico 4.2. Intervista piramidale: Percentuali delle modalità empatiche per i 'non esperti'



Nota: N = 30

Si è visto che dalle parole dei partecipanti 'non esperti' le persone empatiche sembrano essere estremamente solide, piacevoli e rassicuranti. Ma non sempre è così: infatti i 'non esperti' spesso riferiscono di aspetti negativi, cioè con una valenza opposta rispetto alla positività che sembra caratterizzare la persona empatica: essi sono riconducibili, da una parte, alla fragilità, alla sofferenza, alla delusione e alla tendenza alla 'fregatura', cui va incontro la persona empatica, proprio in virtù della sua disponibilità e, dall'altra parte, ad un eccesso di protagonismo che caratterizzerebbe negativamente la persona empatica. Quest'ultimo caso si verifica solo per un partecipante, ma ci sembra utile riferirlo.

I termini utilizzati per definire la possibile sofferenza della persona empatica sono: 'Sfruttata', 'Portata alla fregatura', 'Viene invischiato', 'Annichilita', 'Dubbiosa', 'Impulsiva', 'Che soffre molto, troppo', 'Dipendente' e anche 'Fantasiosa', 'Sognatrice', 'Lenta'; dall'analisi delle note trascritte per ogni partecipante, questi ultimi tre termini assumono un significato di 'quasi stupida' e 'staccata dalla realtà'.

Infine, i termini utilizzati per definire l'invadenza della persona empatica sono: 'Si fa i fatti degli altri', 'Rischia di essere invadente', 'Gli piace essere al centro dell'attenzione', 'Fa

casino, *‘Ha bisogno dell’approvazione degli altri’* ed infine *‘razionale’*, riferito con un significato connesso al concetto di tendenza allo sfruttamento.

4.2.3 RISULTATI DELL’INTERVISTA NARRATIVA (NON ESPERTI)

Si utilizzano le interviste narrative, principalmente, con lo scopo di ricercare i significati nucleari, che accomunano, le esperienze empatiche dei partecipanti.

Col proseguire del lavoro analitico emerge sempre più evidente una domanda, che si intreccia con conoscenze pregresse del ricercatore e con i risultati offerti dall’analisi delle interviste semi-strutturate e piramidali. Questi ultimi mostrano che l’esperienza empatica è considerata sicuramente un *‘rendersi conto’* (Stein, 1917) e un *‘sentire l’altro’* (Boella, 2006); ma non è solo questo, perché appare evidente, e rilevante, la dimensione relazionale-comportamentale dell’empatia. Per questo motivo, si decide di codificare come *‘RENDERSI CONTO; SENTIRE L’ALTRO’* tutte quelle espressioni che collocano l’esperienza empatica sul piano individuale e personale come, ad esempio, lo sforzo di cogliere l’unicità dell’altri mondo esperienziale; quando, invece, la narrazione del partecipante si riferisce alla sfera relazionale, che porta la persona ad esporsi e ad attivarsi concretamente, si usa la codifica: *‘FARE QUALCOSA’* (Tabella 4.3.).

1. *RENDERSI CONTO; SENTIRE L’ALTRO* è un raggruppamento formato da 44 *quotations* e da 18 *codes*. Alcuni esempi di codici sono: *‘Comprensione, Dialogo a prescindere’*, *‘Guardare negli occhi’*, *‘Rendersi conto, Empatia come svelamento dell’altro’*, *‘Viaggiare sulle stesse lunghezze d’onda’*, *‘Leggere nel pensiero’*, *‘Attenzione, Preoccupazione per l’altro’*, *‘Coinvolgimento’*, *‘Condivisione, Comunanza’*, *‘Fermarsi ad osservare’*, *‘Intimità, Confidenza’*, *‘Sentire il dolore degli altri’*, *‘Sentire l’armonia con le persone, Con la natura’*, *‘Empatia come svelamento’*, *‘Fulminante, Una rivelazione’*, *‘Empatia innescata*

da un pensiero, Da un'immagine', 'L'empatia stupisce', 'Viaggiare sulle stessselunghesse d'onda', 'Corrente d'intimità', ... e, naturalmente, 'Mettersi nei panni degli altri'.

I codici più frequenti sono: *'Guardare negli occhi'* e *'Comprensione, Dialogo a prescindere'* (9 quotations), *'Rendersi conto, Empatia come svelamento dell'altro'* (7 quotations), *'Condivisione, Comunanza'* e *'Intimità, Confidenza'* (3 quotations ciascuno).

2. FARE QUALCOSA è il secondo raggruppamento ed è costituito da 36 quotations e da 10 codes. Alcuni esempi di questi ultimi sono: *'Aiutare, Aiutare a portare il dolore', 'Fare qualcosa', 'Aiuto reciproco', 'Contatto fisico', 'Disponibilità', 'Feeling, Scambio di opinioni', 'Offrire il proprio tempo', 'Proteggere', 'Sostegno, Presenza, Sostegno prolungato', 'Tempo e pazienza'.*

I codici più frequenti sono: *'Aiutare, Aiutare a portare il dolore'* (14 quotations), *'Sostegno, Presenza'* (7 quotations), *'Proteggere'* (6 quotations), *'Aiuto reciproco'* e *'Disponibilità'* (3 quotations entrambi).

I codici VALUTAZIONE POSITIVA e VALUTAZIONE NEGATIVA (Paragrafo 4.2.1.) raccolgono i giudizi valoriali attribuiti, dai partecipanti, alle loro esperienze empatiche; inoltre essi aiutano a controllare se alcuni risultati emersi dalle interviste semi-strutturate e piramidali sono riscontrabili anche in quelle narrative (Tabella 4.3.).

3. VALUTAZIONE POSITIVA contiene 28 quotations e 19 codes, come: *'Piacevolezza, Gioiosità dell'esperienza empatica', 'Insegnamento ricavato dall'esperienza empatica, Arricchimento, Cambiamento', 'Ricordo vivido, fisico dell'esperienza empatica', 'Benefici dell'empatia: Unione del gruppo, Migliori relazioni', 'L'empatia stupisce', 'Corrente di intimità', 'Momento magico', 'Empatia come ricchezza, Regalo prezioso', 'Esperienza bella', 'Fermezza dell'empatia, Forza', 'L'empatia vince l'imbarazzo', 'Come la chiave che apre uno scrigno',*

‘Un'ancora nel suo mondo’, ‘Naturalezza, Spontaneità’, ‘Rafforza l'autostima’, ‘Indelebile’, ‘Serenità, Rilassatezza, Tranquillità’, ‘Tenerezza’.

Il codice più numeroso è *‘Piacevolezza, Gioiosità dell'esperienza empatica’* (5 codes), seguito da *‘Insegnamento ricavato dall'esperienza empatica, Arricchimento, Cambiamento’* (3 codes), da *‘Ricordo vivido, fisico, dell'esperienza empatica, Indelebile’* (3 codes) e da *‘Benefici dell'empatia: Unione del gruppo, Migliori relazioni’* (3 codes).

4. VALUTAZIONE NEGATIVA raggruppa 35 quotations e 18 codes, tra cui: *‘Controllo, Spinta a trattenersi, Si pente di essersi lasciato coinvolgere, Ti mette a nudo’, ‘Paura di soffrire, Paura di fregature’, ‘Sofferenza, Strazio’, ‘Difficoltà a mostrare empatia’, ‘Difficoltà ad aiutare, Paura di non essere in grado di aiutare’, ‘Emozione troppo intensa, Ansia, Angoscia, Dolore’, ‘Difficoltà a vincere la timidezza e, quindi, a fare qualcosa’, ‘Empatia quasi come fragilità’.*
- ‘Controllo, Spinta a trattenersi, Si pente di essersi lasciato coinvolgere, Ti mette a nudo’* è il codice più utilizzato (9 codes), insieme a *‘Paura di soffrire, Paura di fregature’* (4 codes), a *‘Sofferenza, Strazio’* (3 codes) ed a *‘Emozione troppo intensa, Ansia, Angoscia, Dolore’* (2 codes).

Tabella 4.3. Intervista narrativa: Struttura della codifica per i ‘non esperti’

RAGGRUPPAMENTO	(261 Quotations; 98 Codes) % QUOTATIONS, CODES	ESEMPI QUOTATIONS
1. RENDERSI CONTO/SENTIRE L'ALTRO	[16,9%]; 44; 18	L'ho guardato negli occhi
2. FARE QUALCOSA	[13,8%]; 36; 10	Un impulso irrefrenabile ad aiutare
3. VALUTAZIONE POSITIVA	[10,7%]; 28; 19	Pochi mi sono rimaste impressi così
4. VALUTAZIONE NEGATIVA	[13,4%]; 35; 18	Tante volte cerco di resistere

Nota: N = 30

Di seguito è trascritto un chiaro esempio della relazione evidenziata fra il momento della consapevolezza dei vissuti altrui e il momento dell'azione: *“L'ho protetta in tutte le maniere, ho trascorso moltissimo tempo con lei da sola e con lei e il bambino; quando la vedevo un po' più serena ero anch'io sereno, se invece riprendeva l'angoscia (così*

chiamava le sue sensazioni), ero in ansia anch'io. Insomma per sostenerla vivevo i suoi stessi stati psicologici, li sentivo sulla mia pelle, ma poi reagivo al posto suo. E così, piano piano ne siamo usciti.”

Infine si nota che il 23% partecipanti ‘non esperti’ fatica a definire, a parlare e a ricordare le proprie esperienze di empatia, mentre il 60% racconta di aver provato empatia verso persone conosciute.

4.3. LA RICERCA CON LE PERSONE ‘ESPERTE’

Gli psicologi, invece, hanno spesso dimostrato un'istintiva antipatia per l'empatia. Il gioco di parole nasconde qualcosa che merita attenzione: le parole, infatti giocano tra loro se hanno qualcosa che, insieme, le unisce e le divide. In questo caso l'ANTI-PATIA ha in comune con l'EM-PATIA il PATHOS; la negazione, quindi, è diretta verso lo stesso sentire che genera il rifiuto. Gli psicologi, in sostanza, SENTONO che nel SENTIRE c'è qualcosa che non va, che non può essere accettato, ma l'ANTIPATIA è essa stessa una reazione patica e immediata.

(Armezzani, 2008, p.65)

Gli psicologi, ma anche molte altre professioni che guardano all'accudimento della persona, dovrebbero avere un rapporto privilegiato con il processo empatico, almeno così il senso comune porta a pensare. Ma le cose non stanno proprio in questo modo perché l'empatia sembra essere attraente e spaventosa allo stesso tempo, per coloro che svolgono tali professioni (Armezzani, 2008).

Mentre alcuni settori della psicologia, come la psicologia umanistica - esistenziale, riconoscono il ruolo centrale dell'empatia nel processo terapeutico, in generale l'empatia non piace agli psicologi e questo rifiuto è facilmente riscontrabile nella letteratura psicologica: in ambito psico-analitico, ad esempio, è nota la posizione critica di Freud

(1921). Anche Basch (1983), più recentemente, sottolinea come il concetto di empatia crei allarme, mentre Hartmann, già nel 1964, ritiene che la conoscenza empatica sia troppo connessa alla 'impressione' e, quindi, che essa sia menzognera.

Ancora oggi, la sensazione è che si continui a considerare l'empatia come un approccio all'altro impreciso ed inattendibile, sia in ambito psicoterapeutico e sia in ambito clinico, tanto che Albiero e Matricardi (2006) notano come questo fenomeno sembri essere un argomento di nicchia, probabilmente a causa della sua natura effimera e sfuggente.

Con la presente ricerca si cerca di capire, senza alcuna presunzione, qualcosa in più sui significati essenziali, non da manuale, che gli psicologi, gli psicoterapeutici e i medici attribuiscono alla comprensione empatica.

L'empatia dovrebbe essere implicita nelle prassi delle professioni di aiuto alla persona e dovrebbe essere ben conosciuta nelle sue dinamiche: ma chi svolge questo lavoro cosa pensa sia veramente tale esperienza? Come la vive, magari al di fuori del proprio ambito lavorativo?

4.3.1 RISULTATI DELL'INTERVISTA SEMI-STRUTTURATA (ESPERTI)

Le risposte fornite dagli psicologi e dai medici, 'gruppo esperti', alle domande dell'intervista semi-strutturata sono state analizzate con il *software Atlas-ti*.

Dopo un'attenta lettura ed una prima codifica dei significati si procede attraverso la procedura analitica utilizzata per la codifica delle interviste semi-strutturate del gruppo dei 'non esperti' (Paragrafo 4.2.1).

I risultati, presentati di seguito, sono sintetizzati nella Tabella 4.4. e nel Grafico 4.3.

1. VALUTAZIONE POSITIVA si riferisce agli aspetti dell'empatia ritenuti positivi. Gli 'esperti' nominano solo una volta gli aspetti positivi dell'esperienza empatica e, precisamente, dicono che: *'Chi vive l'empatia donandosi è una persona matura, serena con sé stessa e con gli altri, in pace'* (1 connotazione lessicale, 1 code).

2. VALUTAZIONE NEGATIVA, invece, esprime i significati critici dell'esperienza empatica. Alcuni esempi sono: *'L'emozione ti può far fare delle scelte sbagliate, sull'onda delle emozioni', 'E' un'arma a doppio taglio', ... (7 quotations, 7 codes).*
3. ISTINTIVA, UNIVERSALE, EMPATIA GLOBALE contiene i significati che indicano la natura istintiva ed universale dell'empatia, per questo comune a tutta l'umanità. Si può citare: *'Senza empatia non si può vivere perché siamo animali sociali', 'Vedere l'individualità e la preziosità degli altri', ... (23 quotations, 16 codes).* Anche per il gruppo degli 'esperti' è stata osservata la EMPATIA VERSO LA NATURA, espressa da frasi come: *'Empatia in generale, verso uomini animali e piante', ... (2 quotations, 2 codes).*
4. IMMEDESIMAZIONE contiene solo un riferimento: *'Immedesimazione, Sentirla sulla propria pelle' (1 quotation, 1 code).*
5. CONTESTO raccoglie le definizioni che guardano all'influenza dell'ambiente in cui l'attore sociale si trova. È un raggruppamento abbastanza ricorrente ed alcuni esempi possono essere: *'Il manifestare l'empatia dipende da fattori contestuali', 'Non è legata al fatto che l'altro è in difficoltà o meno ma a come uno si sente in quel momento', ... (4 quotations, 4 codes).*
6. SOFFERENZA, per gli 'esperti', non è quasi mai contemplata. L'unico code afferma che: *'La condivisione comporta sofferenza' (1 quotation, 1 code).*
7. LAVORO assume un certo rilievo per il gruppo degli 'esperti'. Alcuni esempi sono: *'In ambito terapeutico, intervento insufficiente senza empatia, Legato solo a freddi protocolli', 'Non parlo del mio lavoro', 'Senza empatia il terapeuta non sarebbe in grado di sentire i bisogni del paziente, ... (5 quotations, 5 codes).*
8. METAFORE, BELLE DEFINIZIONI fornisce delle associazioni immaginative all'esperienza empatica. Alcuni esempi: *'Relazione armoniosa', 'L'altro si svela', 'L'empatia scavalca le parole', ... (4 quotations, 4 codes).*
9. DEFINIZIONE DIFFICILE non rilevata per il gruppo 'esperti' (0 quotation, 0 code).

10. SINONIMI è un raggruppamento molto ampio, utile per chiarire i significati emergenti.

Alcuni esempi: *'Disponibilità', 'Dare sostegno agli altri', 'Apertura ai rapporti umani', 'Relazione protettiva', ... (21 quotations, 17 codes).*

11. COMPONENTE COGNITIVA raggruppa le espressioni verbali che riconducono l'empatia ad un'esperienza cognitiva.

Alcuni esempi possono essere: *'La capacità di mettersi nei panni degli altri e di capire, Di comprendere le persone, Di capire il loro stato d'animo', 'Ascoltare con partecipazione', 'La capacità di percepire la sua interiorità', ... (14 quotations, 13 codes).*

All'interno della componente cognitiva trovano spazio altri tre raggruppamenti: COMPrensIONE (6 quotations, 5 codes), ASCOLTO (4 quotations, 4 codes) e ASSUNZIONE DELLA PROSPETTIVA (3 quotations, 3 codes). È bene ricordare che ascolto, assunzione della prospettiva e comprensione non esauriscono del tutto la componente cognitiva.

12. COMPONENTE EMOTIVA si riferisce ai significati emotivi che l'esperienza empatica può assumere, come ad esempio: *'Empatia come coinvolgimento emotivo', 'Condivisione',*

'Emozionandosi a vicenda', ... (16 quotations, 14 codes).

La componente emotiva si suddivide ulteriormente in: COINVOLGIMENTO EMOTIVO (4 quotations, 4 codes) e CONDIVISIONE EMOTIVA (11 quotations, 9 codes). Anche in questo caso coinvolgimento emotivo e condivisione emotiva non esauriscono la componente emotiva.

13. COMPONENTE MOTIVAZIONALE raccoglie quelle definizioni di empatia che parlano esplicitamente delle motivazioni al comportamento empatico, come, ad esempio: *'Si può fare fatica a dimostrarla e ad attivarsi per fare qualcosa', 'Coinvolgimento distaccato, utile per chi prova e per chi riceve empatia', 'Implica un'attivazione personale, intima', ... (14 quotations, 12 codes).*

La componente motivazionale si suddivide ulteriormente, senza esaurirsi completamente, in: MOTIVAZIONE COGNITIVA (6 quotations, 6 codes) e MOTIVAZIONE EMOTIVA (1 quotations, 1 code).

14. COMPONENTE COMPORIMENTALE-RELAZIONALE è ancora la più numerosa; essa contiene quei significati che richiamano ad una modalità comportamentale, legata soprattutto alla relazione. Si può citare: *‘Una genuina spinta ad aiutare’, ‘Difendere gli altri dalle avversità’, ‘Dare valore all’altra persona’, ‘Relazione solidale’, ‘Apertura ai rapporti umani’, ... (63 quotations, 46 codes).*

Anche la componente comportamentale-relazionale si suddivide ulteriormente, non esaurendosi, in: SOLIDARIETÀ DISPONIBILITÀ E PARTECIPAZIONE (18 quotations, 10 codes), ALTRUISMO, GENEROSITÀ E AIUTO (16 quotations, 13 codes), SINTONIA, FIDUCIA E SINCERITÀ (10 quotations, 8 codes), DIFESA, PROTEZIONE E CURA (6 quotations, 6 codes), ed, infine, in RELAZIONE E VARIE (13 quotations, 8 codes).

Tabella 4.4. Intervista semi-strutturata: Struttura della codifica per gli ‘esperti’

RAGGRUPPAMENTO	(227 Quotations; 170 Codes) %; QUOTATIONS, CODES	ESEMPI QUOTATIONS
1. VALUTAZIONE POSITIVA	[0,7%]; 1; 1	Chi vive l’empatia è persona matura
2. VALUTAZIONE NEGATIVA	[5,2%]; 7; 7	L’emozione fa fare scelte eccessive
3. ISTINTIVA, UNIVERSALE, EMPATIA GLOBALE	[17,2%]; 23; 16	L’empatia scavalca le parole
<input type="checkbox"/> Empatia verso la natura	[1,5%]; 2; 2	Empatia verso uomini animali e piante
4. IMMEDESIMAZIONE	[0,7%]; 1; 1	La sente sulla propria pelle
5. CONTESTO	[3,0%]; 4; 4	Fattori culturali, situazionali, personali
6. SOFFERENZA	[0,7%]; 1; 1	La condivisione comporta sofferenza
7. LAVORO	[3,7%]; 5; 5	Fondamentale per il mio lavoro
8. METAFORE, BELLE DEFINIZIONI	[3,7%]; 4; 4	L’empatia scavalca le parole
9. DEFINIZIONE DIFFICILE	0; 0	0; 0
10. SINONIMI	[15,7%]; 21; 17	Disponibilità, Condivisione
11. COMPONENTE COGNITIVA	[10,4%]; 14; 13	Aiuta a capire quello che l’altro prova
<input type="checkbox"/> Comprensione	[4,5%]; 6; 5	Capire le persone
<input type="checkbox"/> Ascolto	[3,0%]; 4; 4	Ascolto profondo
<input type="checkbox"/> Assunzione della prospettiva	[2,2%]; 3; 3	Assumere la prospettiva
12. COMPONENTE EMOTIVA	[12,0%]; 16; 14	Si sente la sofferenza dell’altro
<input type="checkbox"/> Coinvolgimento Emotivo	[3,0%]; 4; 4	Subito coinvolge l’emozione
<input type="checkbox"/> Condivisione Emotiva	[8,2%]; 11; 9	La condivisione comporta sofferenza
13. COMPONENTE MOTIVAZIONALE	[10,4%]; 14; 12	Non tutti la manifestano
<input type="checkbox"/> Motivazione Cognitiva	[4,5%]; 6; 6	Non sempre si è disposti a manifestarla
<input type="checkbox"/> Motivazione Emotiva	[0,7%]; 1; 1	Implica un’attivazione intima
14. COMP. COMPORIMENTALE -RELAZIONALE	[47,8%]; 64; 46	Relazione spesso silenziosa
<input type="checkbox"/> Solidarietà, Disponibilità, Partecipazione	[13,4%]; 18; 10	Essere presenti
<input type="checkbox"/> Altruismo, Generosità, Aiuto	[12,0%]; 16; 13	Non è l’aiuto in emergenza
<input type="checkbox"/> Sintonia, Fiducia, Sincerità	[7,5%]; 10; 8	Mostrarsi
<input type="checkbox"/> Difesa; Protezione; Cura	[4,5%]; 6; 6	Accorcia le distanze ed avvicina
<input type="checkbox"/> Relazione, Varie	[9,7%]; 13; 8	Proteggere l’altro

Nota: N = 15

- Altre espressioni usate per la modalità 'egoismo' sono: *'Egoista', 'Interessata', 'Arida', 'Non disponibile all'aiuto', 'Povera', 'Evasiva', 'Non assume la prospettiva', 'Non percepisce lo stato d'animo degli altri' ...*

2. MODALITÀ ESTROVERSIONE

- Le definizioni che caratterizzano la modalità 'estroversione' sono: *'Aperta', 'Attiva', 'Disinibita', 'Molto elastica', 'Attenta al cambiamento', 'Si mette in gioco', 'Dinamica', 'Desiderosa d'imparare', 'Attiva', 'Curiosa', ...*

- Quelle, invece che caratterizzano la modalità 'introversione' sono: *'Con pochi stimoli', 'Statica, inerte', 'Spaventata dalle esperienze', 'Pessimista', 'Sulla difensiva', 'Inflexibile', 'Non si mette in discussione', 'Inibita', 'Interessato', ...*

3. MODALITÀ RELAZIONE POSITIVA

- Alcune parole che esprimono la modalità 'relazione positiva' sono: *'Socievole', 'Supportiva', 'Aperta all'incontro', 'Non ha pregiudizi', 'Protettiva', 'Si lascia coinvolgere', 'Ricerca gli altri', 'Si affida agli altri', 'Accetta l'altro', 'Ascolta', 'Apprezza le differenze', 'Rispettosa', 'Si immedesima', 'Fiduciosa', 'Affascinata dalla relazione', 'Accogliente' ...*

- Al contrario, quelle le parole che esprimono la modalità 'relazione negativa': sono: *'Diffidente', 'Non interessata agli altri', 'Non sa ascoltare', 'Non collaborativa', 'Non ha fiducia negli altri', 'Disincantata', 'Spaventato dalle differenze', 'Evita il coinvolgimento', 'Non ha rispetto', 'Portata al fare e non alla relazione', 'Limita le sollecitazioni esterne', 'Mantiene le distanze', ...*

4. MODALITÀ SERENITÀ

- La modalità 'serenità' viene espressa da parole come: *'Serena', 'Felice', 'Coraggiosa', 'Sicura di sé', 'Libera', 'Calma', 'Rilassata', 'Felice', 'Poco abitudinaria', 'Idealista', 'Emotiva', 'Riflessiva', ...*

- La modalità 'sofferenza' è molto corposa e viene espressa da parole come: *'Appare negativa', 'Ha avuto esperienze negative', 'Ha paura di lasciarsi*

andare, *Nervosa*, *Bloccata*, *Razionale*, *Evita gli altri*, *Evita il coinvolgimento*, *Spaventata dalle relazioni*, *Lontana*, *Limita le sollecitazioni esterne*, ...

5. MODALITÀ BELLEZZA

- Infine la modalità 'bellezza', per quanto riguarda il gruppo degli 'esperti' non è consistente; i pochi termini riscontrati sono: *Sensibile*, *Profonda*, *Dolce e Calorosa*.

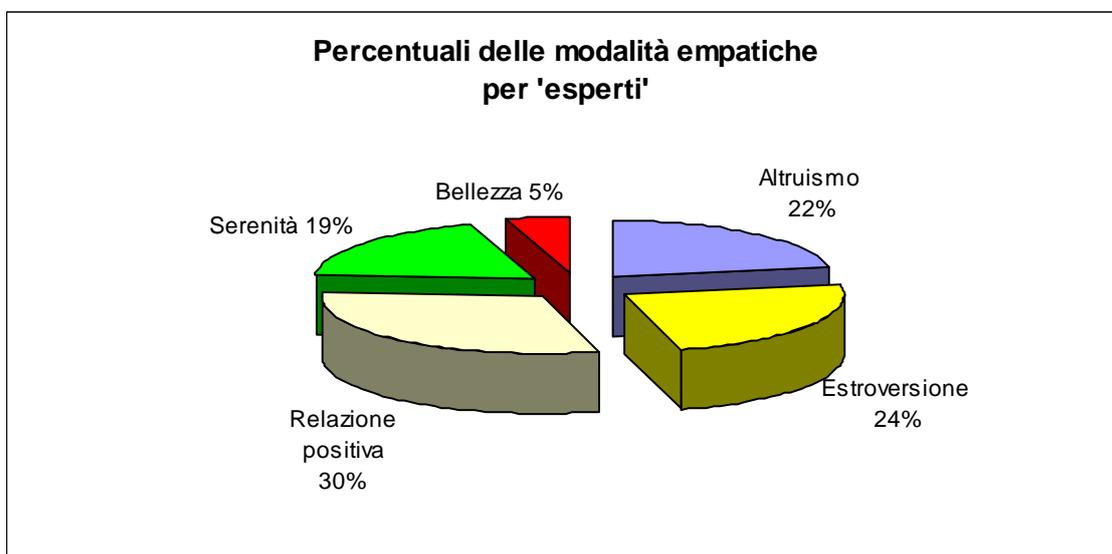
- Lo stesso discorso vale per il polo negativo della 'bruttezza'; si possono riferire solo pochi termini come: *Fredda*, *Acida*, *Superficiale*.

La Tabella 4.5. e il Grafico 4.4 sottostanti riportano le frequenze e le percentuali dei cinque inter-costrutti estrapolati.

Tabella 4.5. Intervista piramidale: Frequenze delle modalità empatiche per gli 'esperti'

MODALITÀ	FREQUENZE	PERCENTUALI
ALTRUISMO	3	22%
ESTROVERSIONE	3	24%
RELAZIONE POSITIVA	5	30%
SERENITÀ	3	19%
BELLEZZA	1	5%
N =	15	100%

Grafico 4.4. Intervista piramidale: Percentuali delle modalità empatiche per gli 'esperti'



Secondo i partecipanti ‘esperti’, quindi, la persona empatica ha delle caratteristiche precise, ben definite e non ambigue: è un soggetto che coltiva le relazioni, anche occasionali, con il prossimo perché è sicuro di sé, delle proprie possibilità e perché è motivato da una forte componente di curiosità e di fiducia nel prossimo.

La caratteristica della bellezza, emanata dalla persona empatica, non sembra essere influente.

Infine, il gruppo di ‘esperti’ non rileva aspetti con una valenza negativa, cioè opposta alla positività che sembra caratterizzare la persona empatica.

4.3.3 RISULTATI DELL’INTERVISTA NARRATIVA (ESPERTI)

Le interviste narrative, fornite da psicologi, medici e psicoterapeuti, esprimono entrambi gli aspetti di RENDERSI CONTO e di FARE QUALCOSA, evidenziati durante l’analisi delle interviste narrative fornite dai ‘non esperti’ (Paragrafo 4.2.3.)

Per una visione sintetica dei risultati si veda la tabella 4.6.

1. RENDERSI CONTO; SENTIRE L’ALTRO è un super-codice formato da 21 *quotations* e da 11 *codes*. Alcuni esempi di codici, in ordine di importanza, sono: ‘*Comprensione, Dialogo a prescindere, Leggere nel pensiero*’ (4 *codes*), ‘*Guardare negli occhi*’ (4 *codes*), ‘*Rendersi conto*’ (3 *codes*), ‘*Condivisione,Comunanza*’ (2 *codes*), ‘*Sintonia*’, ‘*Conoscenza*’, ‘*Corrente d’intimità*’, ‘*Coinvolgimento*’, ...
2. FARE QUALCOSA è meno numeroso, essendo costituito da 17 *quotations* e da 4 *codes*, come: ‘*Aiutare, Aiutare a portare il dolore*’ (9 *codes*), ‘*Proteggere*’ (4 *codes*), ‘*Sostegno; Presenza*’ (2 *codes*), ‘*Disponibilità*’ (2 *codes*).

Si controlla se gli ‘esperti’ valutino l’esperienza empatica in maniera positiva *versus* negativa.

3. VALUTAZIONE POSITIVA è una categoria poco numerosa, consistente in 6 *quotations* e in

4 codes. Ad esempio: *‘Insegnamento ricavato dall’empatia, Arricchimento, Cambiamento’* (2 codes), *‘Piacevolezza, Gioiosità dell’esperienza’* (2 codes), *‘Fermezza dell’empatia, Forza’* (1 code) ed, infine, *‘Corrente di intimità* (1 code).

4. VALUTAZIONE NEGATIVA è più numerosa e raccoglie 20 quotations per 13 codes, tra cui: *‘Controllo, Spinta a trattenersi, Si pente di essersi lasciato coinvolgere, Ti mette a nudo’* (5 codes), *‘Difficoltà ad accettare di provare empatia, A mostrare empatia’* (3 codes), *‘Sofferenza, Strazio’* (3 codes), *‘Fastidio iniziale per l’empatia’* (1 code), *‘Gli adulti controllano la spinta empatica’* (1 code).

Tabella 4.6. Intervista narrativa: Struttura della codifica per gli ‘esperti’

RAGGRUPPAMENTO	117 Quotations; 57 Codes		ESEMPI QUOTATIONS
	%	QUOTATIONS, CODES	
1. RENDERSI CONTO/SENTIRE L’ALTRO	[17,9%];	21; 15	Mi ha fatto scoprire una persona diversa
2. FARE QUALCOSA	[14,5%];	17; 4	La vedo indifesa e tendo a proteggerla
3. VALUTAZIONE POSITIVA	[5,1%];	6; 4	Da allora quando parla un bimbo sto attenta
4. VALUTAZIONE NEGATIVA	[17,1%];	20; 13	Controllo fino a spersonalizzare l’altro

Quello che segue è uno stralcio narrativo che esprime bene cosa significhi e cosa implichi accorgersi dell’altro, del suo impegno ad affrontare la vita: *“Ho provato empatia per mia madre, depressa cronica. Ma ho cominciato a provarla quando mi sono resa conto che a causa della sua sofferenza era sempre stata tollerata da mio padre in prima persona e da noi figli di conseguenza, con la scusa che non si sapeva più cosa fare. Quando ho realizzato che la consapevolezza di questo stato di cose e l’idea certezza di essere un peso per noi la prostrava ancora di più, beh per me quello è stato un momento straziante, ho sentito sulla mia pelle tutto quello che lei provava e tutto quello che aveva provato negli anni passati. Ero già grande e mi sono vergognata immensamente, proprio tanto, tanto. Ho ripensato alla nostra vita passata e a certi momenti, che hanno preso dei significati diversi completamente. Mi era caduta dolorosamente la maschera e si era rotta, non si poteva più tornare indietro. Da quel momento le sono stata vicina molto ma molto di più, ho cercato di farle capire che lei non era un peso, e non ci sono riuscita però, ma in compenso ho ritrovato moltissimi bei momenti con mia madre. Ho cominciato a conoscerla veramente e*

non più attraverso le mie vecchie convinzioni di comodo, e così capivo quando era felice e quando i momenti erano dei più brutti e con la conoscenza ho imparato a comportarmi rispettosamente di lei e con lei. Se penso che avrei potuto perdere tutti quei bei momenti vissuti con lei!”

Nessuno dei partecipanti ‘esperti’ fatica a definire cosa sia l’empatia, ma è evidente una certa ritrosia a parlarne: infatti, circa il 27% fatica a ricordare un evento preciso ed importante, giustificandosi dietro la propria professione che comporta un continuo controllo del proprio funzionamento.

Solo quattro partecipanti narrano di episodi riferibili all’ambito lavorativo, mentre il 73% racconta di esperienze di empatia verso persone conosciute.

4.4. CONFRONTI

INTERVISTA SEMI-STRUTTURATA

La tabella 4.7., contenente i risultati delle interviste semi-strutturate per i ‘non esperti’ e per gli ‘esperti’, evidenzia alcune differenze fra i gruppi:

- Entrambi i gruppi attribuiscono all’empatia alcuni aspetti negativi, come il rischio di soffrire o di esporsi troppo; ma solo gli appartenenti al gruppo ‘non esperti’ valutano l’empatia positivamente (6,6 % *versus* 0,7% delle *quotations*);
- Le persone ‘non esperte’, più degli ‘esperti’ credono che l’empatia sia simile all’immedesimazione (3,1 % *versus* 0,7% delle *quotations*);
- Per i ‘non esperti’, ma non per gli ‘esperti’, l’empatia è connessa ad una qualsiasi forma di sofferenza (2,2 % *versus* 0,7% delle *quotations*);
- Le persone ‘non esperte’ incontrano alcune difficoltà a definire cosa sia l’esperienza empatica, mentre nessun ‘esperto’ manifesta incertezza in questo compito;
- Le componenti cognitiva, emotiva, motivazionale e comportamentale-relazionale appaiono presenti e ben rappresentate in entrambi i gruppi.

Si può notare che i ‘non esperti’ parlano più di coinvolgimento e meno di condivisione emotiva, andamento che risulta rovesciato per gli ‘esperti’; infine, il gruppo degli ‘esperti’ associa l’empatia ad un comportamento di cura e protezione verso l’altro, aspetto poco presente nel gruppo dei ‘non esperti’.

Tabella 4.7. Intervista semi-strutturata: Struttura della codifica per ‘non esperti’ ed ‘esperti’

RAGGRUPPAMENTO	PERCENTUALI; <i>QUOTATIONS</i> ; <i>CODES</i>	
	(227 <i>Quotations</i> ; 169 <i>Codes</i>) ‘NON ESPERTI’	(134 <i>Quotations</i> ; 110 <i>Codes</i>) ‘ESPERTI’
1. VALUTAZIONE POSITIVA	[6,6%]; 15; 15	[0,7%] 1; 1
2. VALUTAZIONE NEGATIVA	[6,6%]; 15; 14	[5,2%] 7; 7
3. ISTINTIVA, UNIVERSALE, EMPATIA GLOBALE	[15,0%]; 34; 24	[17,2%] 23; 16
<input type="checkbox"/> Empatia verso la natura	[3,5%]; 8; 7	[1,5%] 2; 2
4. IMMEDESIMAZIONE	[3,1%]; 7; 2	[0,7%] 1; 1
5. CONTESTO	[2,2%]; 5; 5	[3,0%] 4; 4
6. SOFFERENZA	[2,2%]; 5; 5	[0,7%] 1; 1
7. LAVORO	; 0; 0	[3,7%] 5; 5
8. METAFORE, BELLE DEFINIZIONI	[3,5%]; 8; 8	[3,7%] 5; 4
9. DEFINIZIONE DIFFICILE	[2,2%]; 5; 3	0; 0
10. SINONIMI	[17,6%]; 40; 21	[15,7%] 21; 17
11. COMPONENTE COGNITIVA	[10,6%]; 24; 20	[10,4%] 14; 13
<input type="checkbox"/> Comprensione	[6,6%]; 15; 11	[4,5%] 6; 5
<input type="checkbox"/> Ascolto	[2,2%]; 5; 5	[3,0%] 4; 4
<input type="checkbox"/> Assunzione della prospettiva	[1,8%]; 4; 4	[2,2%] 3; 3
12. COMPONENTE EMOTIVA	[11,0%]; 25; 20	[12,0%] 16; 14
<input type="checkbox"/> Coinvolgimento Emotivo	[6,6%]; 15; 12	[3,0%] 4; 4
<input type="checkbox"/> Condivisione Emotiva	[4,0%]; 9; 7	[8,2%] 11; 9
13. COMPONENTE MOTIVAZIONALE	[10,6%]; 24; 23	[10,4%] 14; 12
<input type="checkbox"/> Motivazione Cognitiva	[7,5%]; 17; 17	[4,5%] 6; 6
<input type="checkbox"/> Motivazione Emotiva	[1,8%]; 4; 4	[0,7%] 1; 1
14. COMP. COMPORTAMENTALE -RELAZIONALE	[40,1%]; 91; 58	[47,8%] 64; 46
<input type="checkbox"/> Solidarietà, Disponibilità, Partecipazione	[16,3%]; 37; 18	[13,4%] 18; 10
<input type="checkbox"/> Altruismo, Generosità, Aiuto	[9,7%]; 22; 17	[12,0%] 16; 13
<input type="checkbox"/> Sintonia, Fiducia, Sincerità	[8,0%]; 18; 10	[7,5%] 10; 8
<input type="checkbox"/> Difesa; Protezione; Cura	[1,3%]; 3; 3	[4,5%] 6; 6
<input type="checkbox"/> Relazione, Varie	[5,8%]; 13; 12	[9,7%] 13; 8

Nota: ‘Non esperti’: N = 30; ‘Esperti’: N = 15

INTERVISTA PIRAMIDALE.

Come si nota dalla tabella 4.8. e dal grafico 4.4. i gruppi di ‘non esperti’ ed ‘esperti’ divergono, per alcuni aspetti, nella caratterizzazione della persona empatica. Le differenze fra i due gruppi non si manifestano per le modalità di altruismo, di relazione positiva, e di serenità, mentre sono evidenti per le modalità di estroversione e bellezza:

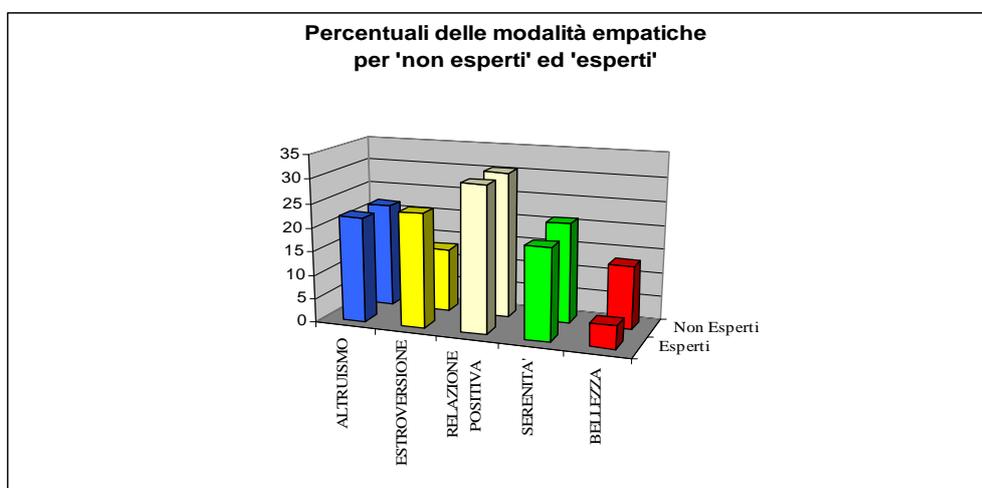
- Gli 'esperti' ritengono, in misura maggiore rispetto ai 'non esperti', che la persona empatica sia fondamentalmente anche una persona estroversa, creativa e curiosa;
- I partecipanti 'non esperti' sembrano essere affascinati dalla persona empatica, anche perché bella ed attraente, caratteristica non rilevante per gli 'esperti';
- L'intercostrutto di relazione positiva è sicuramente il più consistente per entrambi i gruppi. Per questo, le caratteristiche individuali di personalità, come l'altruismo e l'estroversione, sono importanti ma non predominanti: per i 'non esperti' l'altruismo viene subito dopo la relazione positiva, mentre per gli 'esperti' troviamo l'estroversione dopo l'aspetto relazionale.

Tabella 4.8. Intervista Piramidale: Frequenze delle modalità empatiche per 'non esperti' ed 'esperti'

MODALITÀ	GRUPPI	FREQUENZA	PERCENTUALE
ALTRUISMO	'NON ESPERTI'	7	22%
	'ESPERTI'	3	22%
ESTROVERSIONE	'NON ESPERTI'	4	13%
	'ESPERTI'	3	24%
RELAZIONE POSITIVA	'NON ESPERTI'	9	31%
	'ESPERTI'	5	30%
SERENITÀ	'NON ESPERTI'	6	21%
	'ESPERTI'	3	19%
BELLEZZA	'NON ESPERTI'	4	13%
	'ESPERTI'	1	5%
	'NON ESPERTI'	30	100%
	'ESPERTI'	15	100%

Nota: 'Non esperti': N = 30; 'Esperti': N = 15

Grafico 4.4: Percentuali delle modalità empatiche per 'non esperti' ed 'esperti'



Nota: 'Non esperti': N = 30; 'Esperti': N = 15

INTERVISTA NARRATIVA

Le analisi delle interviste narrative evidenziano che sia i ‘non esperti’ e sia gli ‘esperti’ raccontano le loro esperienze empatiche riferendosi al momento interiore, della presa di coscienza e a quello esteriore, visibile, dell’azione comportamentale.

Le differenze fra i due gruppi appaiono, ancora una volta, quando si osservano i giudizi valoriali attribuiti all’esperienza empatica (Tabella 4.9.):

- Anche se entrambi i gruppi riferiscono diversi aspetti negativi dell’empatia, gli ‘esperti’ lo fanno in modo più deciso (17,1 % *versus* 13,4% delle *quotations*);
- Gli ‘esperti’ riferiscono poche caratteristiche positive dell’empatia (5,1 % *versus* 10,7% delle *quotations*).

Tabella 4.9. Intervista narrativa: Struttura della codifica per ‘non esperti’ ed ‘esperti’

RAGGRUPPAMENTO	PERCENTUALI; <i>QUOTATIONS</i> ; <i>CODES</i>	
	‘NON ESPERTI’ (261 <i>Quotations</i> ; 98 <i>Codes</i>)	‘ESPERTI’ (117 <i>Quotations</i> ; 57 <i>Codes</i>)
1. RENDERSI CONTO/SENTIRE L’ALTRO	[16,9%]; 44; 18	[17,9%]; 21; 15
2. FARE QUALCOSA	[13,8%]; 36; 10	[14,5%]; 17; 4
3. VALUTAZIONE POSITIVA	[10,7%]; 28; 19	[5,1%]; 6; 4
4. VALUTAZIONE NEGATIVA	[13,4%]; 35; 18	[17,1%]; 20; 13

Nota: ‘Non esperti’: N = 30; ‘Esperti’: N = 15

4.5. CONCLUSIONI

L’aspetto relazionale è permeante per l’uomo perché è costruttivo al fine del suo sviluppo armonico e del suo adattamento all’ambiente: egli, fin dai primi istanti di vita, vive immerso nelle relazioni, anche se non tutte assumono la stessa intensità e profondità.

La differenza nella qualità è dovuta a molti fattori, come il tipo di conoscenza e di dipendenza, la situazione contestuale, e molte altri ancora. Ma, sicuramente prima di questi motivi, è l’empatia che qualifica in maniera significativa la relazione: infatti l’esperienza empatica può investire qualsiasi rapporto umano, sia esso fugace e casuale, continuo, profondo, superficiale, ...

L'esperienza empatica è fondamentale e costitutiva per l'individuo, che vive nel mondo, perché permette di cogliere e di confrontarsi con gli altri in maniera più personale e meno oggettiva: infatti, grazie alla condivisione empatica, l'uomo fa esperienza dell'alterità, avvicinando la propria vita interiore a quella altrui, senza per questo sovrapporre le due sfere e perdere la propria identità (Stein, 1917; Merleau- Ponty, 1962).

L'empatia, quindi, se da una parte è una risorsa preziosa per la crescita umana, dall'altra implica, sempre, un coinvolgimento della persona nella sua interezza: per questo, pur essendo facile, si potrebbe dire spontanea, da esperire, non è scontato che essa sia semplice da accettare e da gestire perché potrebbe spaventare e, talvolta, risultare inopportuna.

Come sottolineato nel primo capitolo, l'interesse per il fenomeno empatico ha investito, fin dai tempi antichi, molti settori dello scibile, determinando vivaci dibattiti, relativi sia alla sua natura e sia alla sua valenza. Oggi, dopo decenni di alterni destini, l'empatia sta riacquistando rilevanza scientifica, grazie anche ai progressi nelle scienze forti, come la cibernetica, la fisica, la biologia e le neuroscienze, e alle posizioni teoriche di alcuni studiosi che vi appartengono (Varela, 2001; Thompson, 2001; Gallese, Keisers e Rizzolatti, 2004).

Il presente lavoro opera entro la cornice costruttivista-fenomenologica ed è rivolto alla comprensione dei significati nucleari che accompagnano l'esperienza empatica e non allo studio di specifici comportamenti (Capitolo 2).

Si cerca di cogliere il 'sentire empatico' per il senso comune e il 'sentire empatico' per la psicologia (Capitolo 3): il primo può essere fornito da colui che vive l'empatia quotidianamente e spontaneamente (gruppo dei 'non esperti'), mentre il secondo da chi, come lo psicologo, lo psichiatra e lo psicoterapeuta, vive l'empatia anche come uno strumento professionale (gruppo degli 'esperti');

Gli obiettivi principali della ricerca sono tre:

- Classificare i significati che emergono relativamente all'esperienza di empatia e

rintracciare le invarianti che la definiscono nel suo nucleo essenziale;

- Confrontare i risultati ottenuti con quelle teorie psicologiche che, da una parte, considerano l'empatia come un costrutto multi-fattoriale caratterizzato da componenti cognitive, affettive, motivazionali e comportamentali (Davis, 1980; Bonino, *et al.*, 1998) (teoria *top down*) e, dall'altra, si riferiscono alla riflessione fenomenologica che connota tale fenomeno (Stein, 1917) (teoria *bottom up*).

- Confrontare i risultati derivanti dal gruppo dei 'non esperti' con quelli ricavati dal gruppo degli 'esperti'.

Per raggiungere i tre suddetti obiettivi si ricercano le invarianti strutturali, cioè i nuclei di significato ricorrenti che rendono la struttura dei significati condivisi, e le corrispondenti relazioni, che sottolineano la dinamicità di tale struttura.

I dati sono ottenuti attraverso la somministrazione di tre strumenti: l'intervista semi-strutturata, la piramide di Landfield (1971) e l'intervista narrativa.

Uno sguardo generale e riassuntivo dell'intera ricerca può fornire alcune impressioni conclusive.

- L'ESPERIENZA EMPATICA RAPPRESENTA UN ARGOMENTO DI NON FACILE TRATTAZIONE.

Nell'ambito della vita quotidiana, si nota una certa incertezza e vaghezza su cosa essa sia veramente ed è frequente il paragone con altre esperienze coinvolgenti, soprattutto con quella immedesimativa.

Nonostante la consapevolezza dei rischi e dei problemi connessi, l'uomo della strada tende a mitizzare l'empatia: chi prova empatia appare come una persona altruista, estroversa, portata alla relazione ed, allo stesso tempo, trasmette un'immagine di forza e di armonia, di serenità e di bellezza; al contrario la persona non empatica è spesso sgradevole, spigolosa e quasi brutta, anche se spesso, tale condizione di non empatia, viene attribuita ad una sofferenza interiore.

In psicologia, invece, la dinamica empatica è bene conosciuta e, sicuramente, apprezzata ma, allo stesso tempo, essa è anche temuta e vissuta in maniera controllata. I professionisti

della psicologia, pur essendo consapevoli delle potenzialità dell'esperienza empatica, sono più preoccupati dei limiti e dei rischi connessi. Lo sguardo dell'esperto è sicuramente più realista ed oggettivo, infatti egli non è particolarmente affascinato dalla persona empatica, che appare come una persona solida e matura, ma certamente non bella.

In una certa misura, la compresenza di valutazioni positive e negative circa l'esperienza empatica ricorda il dibattito, ancora attuale in psicologia, fra quelli che ritengono l'empatia come una spinta motivazionale per mettere in atto comportamenti di altruismo e di superamento dell'interesse personale (Batson, 1991) e quelli che, invece, ritengono l'empatia come una preoccupazione egoistica, legata ai processi di proiezione e sovrapposizione del proprio sé con il sé altrui (Galinski & Moskowitz, 2000): la soluzione a questo dilemma teorico non è semplice perché è difficile stabilire se, e a che livello avviene la fusione sé-altro.

- L'EMPATIA È UNIVERSALE ED ISTINTIVA.

L'empatia ha un campo di pertinenza (Kelly, 1955) molto ampio e richiama diversi altri significati che, spesso, si collegano a concetti molto estesi, globali, come l'universalità, la natura, l'armonia e l'istinto: essa sembra essere istintiva nel suo sorgere per l'uomo e anche per molte altre creature viventi.

Quando si chiede alle persone, siano esse esperte o meno dell'ambito psicologico, di definire e di raccontare le loro esperienze empatiche, non è infrequente ascoltare anche dei richiami all'armonia ed alla sintonia con l'ambiente e con il creato. Per il senso comune, questo risultato può essere prevedibile, considerando l'aspetto suddetto di mitizzazione dell'empatia; invece, nel caso dell'ambito psicologico il risultato cozza con la severa razionalizzazione del processo in studio: sembra che gli psicologi, e i colleghi, riconoscano l'universalità dell'esperienza nel suo innescarsi, salvo poi cercare di controllarla nel suo esprimersi.

- ESPERIENZA INDIVIDUALE E COMUNITARIA.

Il lavoro di tesi di Edith Stein (1917) e quello, più recente, di Laura Boella (2006) hanno

sicuramente contribuito a rafforzare, in chi scrive, l'opinione che l'empatia sia il momento in cui ci 'si rende conto' e 'si sente', con vividezza, la vita interiore di un'altra creatura. Questo momento è ben espresso da tutti i partecipanti alla ricerca e, spesso, è accompagnato da sensazioni estreme ed ambivalenti, come la meraviglia, lo stupore, la gioia, ma anche la sofferenza, l'angoscia e la paura.

C'è, però, un altro aspetto che entrambi i gruppi esprimono ed è quello comportamentale-relazionale. Ciò è emerso dalle analisi dei risultati ottenuti con tutti e tre gli strumenti utilizzati; ma è soprattutto l'analisi delle narrazioni che evidenzia come l'esperienza empatica, dopo un primo momento di presa di coscienza, sia strettamente connessa al relazionarsi ed all'agire e sia per questo ben rappresentata da comportamenti, anche non visibili, di solidarietà, di sostegno, di protezione e di cura.

L'esperienza empatica, nella sua globalità favorisce la crescita individuale perché il 'rendersi conto' consente, nella sua immediatezza, un costruttivo confronto con l'alterità e quindi la riorganizzazione continua del sistema di costrutti personali e *"ci fa ricordare che tutte le nostre percezioni attuali sono aperte alla discussione e alla riconsiderazione"* (Kelly, 1966, p. 2). Allo stesso tempo l'impulso ad agire e a fare qualcosa per il benessere di altri sembra aumentare il proprio benessere e la propria autostima.

- MULTICOMPONENZIALITÀ DELL'EMPATIA.

Si osserva che la concettualizzazione dell'empatia come di un costrutto multi-fattoriale è riscontrabile anche nei significati che emergono da questo lavoro: le componenti emotiva, cognitiva, motivazionale e relazionale-comportamentale appaiono ben distribuite, anche se l'ultima risulta decisamente predominante sulle altre, che fra di loro si equivalgono.

Questo passaggio è stato compiuto a titolo solo informativo e con la consapevolezza che l'approccio psicometrico e quello fenomenologico-costruttivista, partendo da presupposti diversi, non siano confrontabili.

In conclusione, si può provare ad impostare una semplice definizione che riassume il senso dell'esperienza empatica e che apra la strada ad ulteriori riflessioni: 'Empatia come

comprensione dell'altro, delle somiglianze che accomunano e delle differenze che distinguono, e come ascolto'.

APPENDICE

INTERVISTE

UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PADOVA
DIPARTIMENTO DI PSICOLOGIA

ISTRUZIONI

Chiediamo la Sua collaborazione per una ricerca di psicologia sociale.

Siamo interessati a capire quali sono i significati che le persone attribuiscono al concetto di Empatia ed anche i pensieri e le emozioni che spesso accompagnano questa esperienza.

Nelle pagine seguenti Le verrà chiesto di esprimere liberamente quello che Lei pensa sia l'Empatia e anche una Sua esperienza di Empatia.

Si senta libero/a di esprimere tutto quello che pensa e che sente, senza alcun tipo di timore perché tutto quello che Lei dirà sarà di estrema importanza per la nostra ricerca.

Le garantiamo che il questionario è completamente anonimo, che le risposte che fornirà saranno analizzate assieme a quelle di molte altre persone e che i risultati ottenuti saranno impiegati unicamente per finalità di tipo scientifico.

Grazie per la collaborazione

Soggetto X: Età:
Residenza: Occupazione:
Titolo di studio:
Data:

TRASCRIZIONE 1

I: *‘Cos’è secondo Lei l’empatia?’*

P: *“La capacità di sentire lo stesso o affine stato emotivo dell’altro. Quindi se uno prova sofferenza la capacità di sentire sofferenza, la sofferenza che quell’altro sta vivendo, se uno sente gioia la capacità di sentire gioia che l’altro sta vivendo.”*

I: *‘Può definire l’empatia utilizzando un termine che abbia lo stesso o simile significato?’*

P: *“No, mi viene da dire affinità emotiva ma non è vero perché non è, no, vicinanza?”*

I: *‘Secondo te, può essere?’*

P: *“Questa, vicinanza emotiva.”*

Possibili prompts:

- *‘Cosa intende per ...?’*
- *‘Pensa che l’empatia sia una cosa positiva e/o negativa?’*

Soggetto X:	Età:	Riferimento:
Residenza:	Occup.:	
Titolo di studio:	Data:	

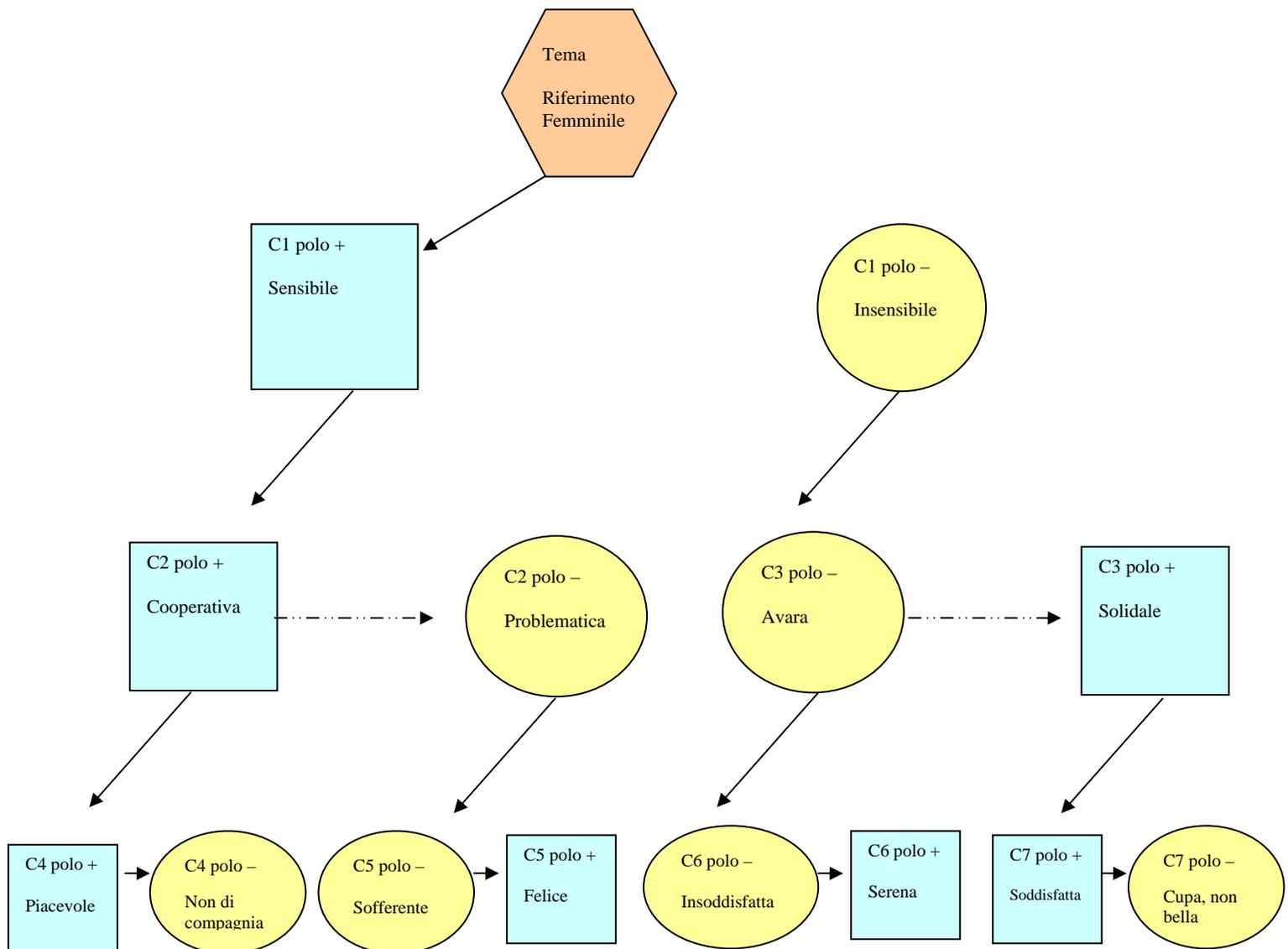


Figura 2: Struttura della procedura piramidale di Landfield (1971).

Il primo costrutto elicitato dal soggetto, nelle sue esplicite polarità (C1 polo +; C1 polo -), trova posto al primo livello. Da questo derivano tutti gli altri costrutti per implicazione ed opposizione. Le frecce tratteggiate indicano le opposizioni esplicitamente dichiarate fra i costrutti. Le frecce continue indicano le implicazioni dirette fra i costrutti.

Le domande iniziali, quelle da cui parte l'intera procedura, sono state:

'Pensi ad una persona che Lei ritiene empatica: qual è la caratteristica fondamentale per cui Lei la ritiene empatica?'

'Pensi ad una persona che Lei ritiene non empatica: qual è la caratteristica fondamentale per cui Lei la ritiene non empatica?'

Soggetto X: Età:

Residenza: Occupazione:

Titolo di studio:

Data:

I: *‘Ricorda un episodio in cui Lei ha provato empatia per qualcuno?’*

P: *“Stava scoppiando una rissa, lì fuori, perché questo ragazzino ce l’aveva su con me perché non gli avevo dato più da bere, era già visibilmente ubriaco. Questo era un ragazzino giovane, penso sui 18 anni, poi mi hanno detto averne anche di più però secondo me ne ha 18, lui mi ha offesa ma io non ho sentito nessuna offesa però lo ha fatto quando io ero dentro e fuori c’erano Antonio e quelli che erano e sono ancora alcuni dei miei amici che mi hanno difeso, prontamente. Alchè, questo è successo che io ero rientrata dentro al bar e quindi non avevo ascoltato niente, non mi ero neanche accorta che stavano quasi arrivando alle mani proprio per l’atteggiamento di questo ragazzino; me ne sono accorta un attimo che mi sono girata verso fuori e li ho visti. Allora sono andata fuori con il vassoio per tirar su quei bicchieri, che poi ho visto essere rotti perché lui me li aveva rotti spaccati, però sono stata distante dal gruppo che si stavano un attimino acciuffando, proprio per sentire quello che stavano, quello che diceva soprattutto il ragazzo perché vedevo una situazione del ragazzo, di questo ragazzino che, forse perché sono molto sensibile all’età dei più piccoli, forse anche legato al fatto che i miei fratelli hanno quell’età sono più piccoli di me, lo vedevo nel suo voler essere prepotente, lo vedevo comunque più fragile più debole rispetto a quelli che erano i miei amici più grandi e che cercavano di dirgli -Cerca di portare rispetto per il lavoro degli altri non devi essere così prepotente-; solo che avevano un vocione grande, invece lui lo vedevo essere sì aggressivo ma pronto a difendersi anche e quindi questa cosa mi ha un po’ mi ha spaventato perché non mi piacciono le situazioni di violenza e quell’attimo mi ha fatto*

sentire in difficoltà perché mi sono messa nei suoi panni, siccome non lo reputavo uno scemo, pensavo che fosse ubriaco, e in difficoltà di fronte a un gruppo che gli diceva su e forse neanche se l'aspettava di trovarseli lì fuori perché non sapeva che erano dei miei amici, quindi lo vedevo in difficoltà veramente, l'ho guardato negli occhi perché poi io guardo molto negli occhi alle persone e lì è come se avessi visto proprio la difficoltà che secondo me lui sentiva e mi è dispiaciuto, insomma mi ha influenzato emotivamente, e infatti perché subito sono intervenuta e sono andata in mezzo a loro e ho detto a lui che qualsiasi atto violento che avessi visto da parte sua, ma l'ho fatto per spaventarlo, avrei chiamato i carabinieri. Questo è."

I: *'Ricorda un episodio in cui qualcuno ha provato empatia per Lei?'*

Grazie per la Sua collaborazione

NOTE

NOTE

¹ La citazione è riferita da von Glasersfeld (1985).

² Dante (1320). *Divina Commedia*, Paradiso, Canto IX, 80-81.

³ Ho svolto il periodo di formazione all'estero, previsto dalla Scuola di Dottorato, dividendolo in due parti:

- La prima parte:
dal 7 Maggio 2011 allo 8 Luglio 2011;
- La seconda parte:
dal 24 Settembre 2011 al 23 Ottobre 2011.

Mi sono recata presso il Birkbeck College, University of London (UK), e il mio supervisore è stato il Prof. Jonathan Smith. La sua supervisione è durata per tutto il primo periodo e non per il secondo, perché in Luglio è iniziato il suo anno sabbatico. Per questo durante il mio secondo soggiorno a Londra mi sono rivolta al suo assistente, Andy Aresti.

Il Prof. J. Smith e la sua equipe hanno costituito da tempo un attivo gruppo di studio: *Interpretative Phenomenological Analysis Research Group* con lo scopo di fare ricerca qualitativa, in campo psicologico e sociale, avvalendosi di un approccio fenomenologico, idiografico ed interpretativo.

Il gruppo affronta lo studio dei fenomeni psicologici e sociali utilizzando l'Analisi Interpretativa Fenomenologica (IPA, Phenomenological Interpretative Analysis), un metodo sviluppato dallo stesso Prof. Smith; allo stesso tempo, il *team* è impegnato anche sul versante dell'integrazione dei metodi qualitativi (Smith, 1995; 1996; Smith, & Osborn, 2003; Shaw, 2001; Eatough, & Smith, 2006).

⁴ Alcune teorie considerano il linguaggio, e più in generale la comunicazione, come il fattore più importante per la generazione della vita sulla terra (Maturana e Varela, 1987)

BIBLIOGRAFIA

BIBLIOGRAFIA

- ALBIERO, P., & LO COCO, A. (2001). Designing a method to assess empathy in Italian children. In A.C. Bohart, & D.J. Stipek (Eds), *Constructive and destructive behaviour implications for family, school and society* (pp. 205-223). Washington (DC): American Psychological Association.
- ALBIERO, P., & MATRICARDI, G. (2006). *Che cos'è l'empatia*. Carrocci Editore, Roma.
- ALLPORT, G.W. (1937). *Personality: A psychological interpretation*. New York: Henry Holt. (Tr. it. *Psicologia della personalità*. Roma: LAS,1977).
- ARMEZZANI, M. (1998). Possibilità e decisioni nell'incontro psicoterapeutico: un confronto tra la psicologia kelliana e la fenomenologia. In G. Chiara, & M.L. Nuzzo (Eds), *Con gli occhi dell'altro: il ruolo della comprensione empatica in psicologia e in psicoterapia costruttivista* (pp. 69-89). Padova: Unipress.
- ARMEZZANI, M. (1999). Salute e soggettività. Nuove prospettive di ricerca. In A. Marhaba (Ed), *Salute, ben-essere e soggettività. Nuovi orizzonti di significato* (pp. 9-36). Milano: McGraw-Hill.
- ARMEZZANI, M. (2002). *Esperienza e significato nelle scienze psicologiche*. Roma-Bari: Laterza.
- ARMEZZANI, M. (2003). L'alternativa costruttivista. In M. ARMEZZANI, F. GRIMALDI, & L. PEZZULLO (Eds), *Tecniche costruttive per la diagnosi psicologica* (pp. 3-25). Milano: McGraw-Hill.
- ARMEZZANI, M. (2004). La ricerca costruttivista.. In M. ARMEZZANI (Ed), *In prima persona. La prospettiva costruttivista nella ricerca psicologica*. (pp. 36-91). Milano: Il Saggiatore.

- ARMEZZANI, M. (2008). Gli psicologi e l'empatia. In M. Armezzani, G.F. Bosio, C. Cerri & M. Lenoci (Eds), *Intenzionalità ed empatia. Fenomenologi, psicologia e neuroscienze* (pp. 65-88). Quaderni dell'AIES 3, Associazione Italiana Edith Stein.
- ARMEZZANI, M., (2009). Che cosa significa star bene per i giovani? Stili di benessere e prospettive di prevenzione. In M. Armezzani, A. Zamperini, & G. Minnini (Eds), *L'esperienza del benessere: pensieri emozioni e parole di adolescenti e giovani* (pp. 69-89). Napoli: Liguori Editore.
- ARMEZZANI, M., GRIMALDI, F., & PEZZULLO, L. (2003). *Tecniche costruttive per la diagnosi psicologica*. Milano: McGraw-Hill.
- BANNISTER, D., & FRANSELLA, F. (1971). *Inquiring men: The psychology of personal construct*. Harmondsworth: Penguin Books. (Tr. it. *L'uomo ricercatore*. Firenze: Martinelli, 1986).
- BASCH, M.F. (1983). Empathic understanding: a review of the concept and some theoretical considerations. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 31: 101-126.
- BATSON, C.D., & SHAW, L.L.(1991). Evidence of altruism toward a pluralism of prosocial motives. *Psychological Inquiry*, 2, 107-122.
- BINSWANGER, L. (1936). Freuds auffassung des menschen in lichte der anthropologiehe. In L. Binswanger (1947), (Tr. it. *La concezione freudiana dell'uomo alla luce dell'antropologia*. In Id., *Essere nel mondo*. Roma: Astrolabio, 1973).
- BISCHOF-KÖHLER D. (1991). The development of empathy in infants. In M.E Lamb, & H. Keller (Eds), *Infant Development: Perspectives from German Speaking Countries* (pp. 245-273). Hillsdale (NJ): Erlabum.
- BOELLA L. (2006). *Sentire l'altro*. Milano: Raffaello Cortina Editore.
- BONINO, S., LO COCO, A., & TANI, F. (1998). *Empatia. I processi di condivisione delle emozioni*. Firenze: Giunti.

- BRACCO, M. (2005). Empatia e neuroni specchio. Una riflessione fenomenologica ed etica. *Comprendere*, 15, 33-53.
- BRUNER, J.S. (1986). *Actual minds, Possible worlds*. Cambridge MA: Harvard University Press. (Tr. it. *La mente a più dimensioni*. Bari: Laterza, 1988).
- BRUNER, J.S. (1990). *Acts of meaning*. Cambridge MA: Harvard University Press. (Tr. it. *La ricerca del significato*. Torino: Bollati Boringhieri, 1992).
- BRUNER, J.S. (2002). *Making stories. Law, literature, life*. New York: Farrar, Strauss e Grioux. (Tr. it. *La fabbrica delle storie. Diritto, letteratura e vita*. Roma-Bari: Laterza, 2002).
- CATTEL, R.B. (1965). *The scientific analysis of personality*. Harmondsworth: Penguin Books.
- CHARMAZ, K., (1995). Grounded Theory. In J.A. Smith, R. Harrè, & L. van Lagenhove (Eds), *Rethinking methods in psychology* (pp. 27-49). London: Sage.
- CHIARI, S., & CHIARI, G. (1985). Il posto di George A. Kelly nella storia della psicologia contemporanea. In F. Mancini, & A. Semerari (Eds), *La psicologia dei costrutti personali: Saggi sulle teoria di G. A. Kelly*. Milano: Angeli.
- CHIAROLANZA, C., & DE GREGORIO, E. (2007). *Lavorare con ATLAS.ti. Come analizzare i processi psicosociali*. Roma: Carocci.
- CICOGNANI, E. (2002). L'approccio della Grounded Theory in psicologia sociale: potenzialità, ambiti di applicazione limitati. In B.M. Mazzara (Ed), *Metodi qualitativi in psicologia sociale. Prospettive teoriche e strumenti operativi* (pp. 43-58). Roma: Carrocci.
- CROSSLEY, M.L. (2000). *Introducing narrative psychology: Self, trauma and the construction of meaning*. Buckingham: Open University Press.
- DAVIS, M.H. (1980). A multidimensional approach to individual differences in empathy. *JSAS Catalog of Selected Documents in Psychology*, 10, 85.

- DEY, I. (1995). Reducing fragmentation in qualitative research. In U. Kelle (Ed), *Computer – aided qualitative data analysis: theory, methods and practice*. London: Sage.
- DONATI, P. (1991). *Teoria relazionale delle società*. Milano: Franco Angeli.
- EATOUGH, V., & SMITH, J.A. (1995). Interpretative phenomenological analysis. In C. Willig & W. Stainton Rogers (Eds), *The SAGE handbook of qualitative research in psychology*. London: Sage.
- EATOUGH, V., & SMITH, J.A. (2006). I was like a wild wild person: Understanding feelings of anger using interpretative phenomenological analysis. *British Journal of Psychology*, 97, 483-498.
- ELLIOT, R., FISCHER, C.T., & RENNIE. D.L. (1999). Evolving guidelines for publication of qualitative research studies in psychology and related fields. *British Journal of Clinical Psychology*, 38, 215-229.
- FEIXAS, G., & VILLEGAS, M. (1991), Personal construct analysis of autobiographical text: A method presentation and case illustration. *International Journal of Personal Construct Psychology*, 5, 353-357.
- FELDMAN, C., BRUNER, J., KALMAR, D., & RENDERER, B. (1994). Plot, plight, and dramatism: interpretations at three ages. In W.S. Overton & D.S. Palermo (Eds), *The nature of ontogenesis of meaning*. Hillsdale (NJ): Erlabum.
- FESHBACH, N., & ROE K. (1968). Empathy in six-and seven-years-olds. *Child Development*, 39, 133-145.
- FREUD, S. (1921). *Psicologia delle masse e analisi dell'io*. OSF Vol. IX. Torino: Boringhieri, 1975.
- GADAMER, H.G. (1960). *Wahrheit und method*, JCB Mohr; Tübingen (Tr. it. G. Vattimo, *Verità e metodo*. Milano: Fabbri, 1972).

- GALINSKY, A.D., & MOSKOWITZ, G.B. (2000). Perspective-taking: Decreasing stereotype expression, stereotype accessibility, and ingroup favouritism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 708-724.
- GALLESE, V. (2006). Corpo vivo, simulazione incarnata e intersoggettività. Una prospettiva neuro fenomenologica. In M. Cappuccio (Ed), *Neurofenomenologia* (pp. 293-326). Milano: Mondadori.
- GALLESE, V., KEYSERS, C., & RIZZOLATTI, G. (2004). A Unifying view of the basis of social cognition. *Trends in Cognitive Sciences*, 8, 396-403.
- GALIMBERTI, U., (1998). *Paesaggi dell'anima*. Milano: Mondadori.
- GERGEN, K.J., & GERGEN, M.M. (1988). Narrative and the self as relationship. In L. Berkowitz (Ed), *Advances in Experimental Social Psychology*, Vol. 21. New York: Academic Press.
- GERGEN, K.J., (1999). Toward a postmodern psychology. In S. Kvale (Ed) *Psychology and postmodernism*, 3th Ed. London: Sage.
- GIORGI, A. (1990). Phenomenology, psychological science and common sense. In G.R. Semin, & K.J. Gergen (Eds), *Everyday understanding: Social and scientific implication* (pp. 64-82). London: Sage.
- GIORGI, A. (1995). Phenomenological psychology. In J.A. Smith, R. Harrè, & L. van Langenhove (Eds), *Rethinking methods in psychology* (pp. 24-42). London: Sage.
- GLASER, B.G., & STRAUSS, A. L., (1967). *The discovery of grounded theory*. Chicago: Aldane.
- GLASERSFELD E. VON (1980). Adaption and viability. *American Psychologist*, 11, 970-974.
- GLASERSFELD E. VON (1981). Einführung in denradikalen konstruktivismum. In P. Watzlawick (Ed), *Die erfundene wiklichkeit* (pp.17-36). München: Piper. (Tr. it. *La realtà inventata*. Milano: Feltrinelli, 1988).

- GLASERSFELD E. VON (1985). Declaration of American Society of Cybernetics. *American Society of Cybernetics*, Newsletter, 24,. 1-4.
- GLASERSFELD E. VON (1987). The concepts of adaption and viability in a radical constructivist theory of knowledge. In E. von Glaserfeld (Ed), *The construction of knowledge: contribution to conceptual semantics*. Seaside: Intersystem.
- GLASERSFELD E. VON (1994). La costruzione della conoscenza. *Scienze dell'interazione*, 1, 5-13.
- GLASERFELD, E. VON (1995). *Radical Constructivism: A way of knowing and learning*. Washington: Falmer Press. (Tr. it. *Il costruttivismo radicale*. Roma: Società Stampa Sportiva, Roma, 1998).
- GLASERSFELD E. VON (1999). *Il costruttivismo e le sue radici*. Unpublished manuscript, 22 June 2000. Sito web: www.oikos.otg.
- GLASERSFELD E. VON (2001). The radical constructivist view of science. In A. Riegler (Ed), *Foundations of Science, special issue on "The impact of radical constructivism on science"*, vol. 6, 1-3, 31-43.
- GOLEMAN, D. (1995). *Emotional intelligence*. (Tr. it. *Intelligenza emotiva*. Milano: Rizzoli, 1996).
- GRIMALDI, F. (2003). L'alternativismo costruttivo. In M. ARMEZZANI, F. GRIMALDI, & L. PEZZULLO (Eds.), *Tecniche costruttive per la diagnosi psicologica* (pp. 3-25). Milano: McGraw-Hill.
- HABERMAS, J. (1981). *Teorie des Kommunikativen Handelns. II: Zur Kritik der nktionalistischen Vernunft*. Frankfurt am Meim, Suhrkamp. (Tr. it. *Teoria dell'agire comunicativo. Vol. II.: Critica della ragione funzionalista*. Bologna: Il Mulino, 1986).

- HARTMANN, H.(1964). *Essays on Ego Psychology: Selected Problems in Psychoanalytic Theory*. New York: International Universities. (Tr. it. *Saggi sulla psicologia dell'Io*. Torino: Boringhieri, 1976).
- HEIDEGGER, M. (1927). *Sein und Zeit*. Tübingen: J.C.B. Mohr. (Tr. it. P. Chiodi, *Essere e tempo*. Milano: Longanesi, 1976).
- HEIDEGGER, M. (1957). *Vorträge und Aufsätze*. (Tr. it. G. Vattimo, *Saggi e discorsi*. Milano: Mursia, 1976).
- HENWOOD, K.L. (1996). Qualitative inquiry: perspectives, methods and psychology. In J.T.E. Richardson (Ed), *Handbook of qualitative research methods for psychology and the social sciences* (pp.25-40). Leicester: BPS Books.
- HOFFMAN, M.L. (2000). *Empathy and moral development: Implications for caring and justice*. New York: Cambridge University Press.
- HUDELSON, P. (1994). *Qualitative research for health programmes*. Geneva: World Health Organization.
- HUME, D. (1738-1739). *A treatise of human nature. 3 voll.* (Tr. it. E. Lecaldano, *Trattato sulla natura umana*. Bari: Laterza, 1987).
- HUME, D. (1748-1751). *Enquiries concerning the human understanding and concerning the principles of morals*. Oxford: Clarendon Press, England. (Tr. it. M. Dal Prà, *Ricerche sull'intelletto umano e sui principi della morale*. Bari: Laterza, 1957).
- HUSSERL, E. (1901). *Logische Untersuchungen*. Halle, M. Niemeyer. (Tr. it. G. Piana, *Ricerche logiche*. Milano: Il Saggiatore, 1988).
- HUSSERL, E. (1911). Philosophie als strenge Wissenschaft. *Logos* I, 298-341. (Tr. it. F. Costa, *La filosofia come scienza rigorosa*. Torino: Paravia, 1958).

- HUSSERL, E. (1927). *Phenomenology*. In Encyclopaedia Britannica (R. Palmer, Trans. and revised). Available at: <http://www.hfu.edu.tw/~huangkm/phenom/husserl-britannica.htm>.
- HUSSERL, E. (1927). *Phenomenology*. In Encyclopaedia Britannica, 14th Ed Vol 17, 699-702.
- HUSSERL, E. (1929). *Logica formale e trascendentale*. (Tr. it. G. D. Neri. Bari: Laterza, 1966).
- HUSSERL, E. (1912-1929). *Ideen zu einer reinen Phänomenologie und phänomenologischen Philosophie*. Husserliana, Bd. III, IV, VI Martinus Nijoff, Den Haag, Dordrecht. (Tr. it. V. Costa. *Idee per una fenomenologia pura e per una filosofia fenomenologica*, 2 voll. Torino: Einaudi, 2002).
- HUSSERL, E. (1936). *Die Krisis der europäischen Wissenschaften und die transzendente Phänomenologie*. Husserliana, Bd. VI, Martinus Nijoff, Den Haag, Dordrecht. (Tr. it. E. Filippini. *La crisi delle scienze europee e la fenomenologia trascendentale*. Milano: Net, 2002).
- HUTCHESON, F., (1725). *An inquiry into the original of our ideas of beauty and virtue; in two treatises*, London: W. and J. Smith. (Tr. B. Peach, *Illustration on the morale sense*. Cambridge: Harward University Press, MA, 1971).
- JOLIFFE, D., & FARRINGTON, D.P. (2004). Empathy and offending: A systematic review and meta-analysis. *Aggression and Violent Behaviour*, 9, 411-76.
- KAWAHARA, T. (2007). "Intelligent Transcription System Based on Spontaneous Speech Processing," icks, (pp.19-26), Second International Conference on Informatics Research for Development of Knowledge Society Infrastructure (ICKS'07).
- KELLY, G. (1955). *The psychology of personal constructs*. New York: Norton, 2 voll. (Tr. it. *La psicologia dei costrutti personali*. Milano: Raffaello Cortina, 2004).
- KELLY, G. (1958). Man's construction of his alternatives. In G. Lindzey (Ed), *The assessment of human motives* (pp. 36-64). New York: Rinehart. (In B. Maher (Ed), *Clinical*

psychology and personality: The selected papers of George Kelly (pp. 66-93). New York: Wiley, 1969).

KELLY, G. (1964). The language of hypothesis: Man's psychological instrument. *Journal of Individual Psychology*, 20, 137-152. (In B. Maher (Ed.), *Clinical psychology and personality: The selected papers of George Kelly* (pp. 147-162). New York: Wiley, 1969).

KELLY, G. (1966). A brief introduction to personal construct theory. In D. Bannister (Ed), *Perspective in Personal Construct Theory* (pp. 1-29). London: Academic Press, 1970.

KOHUT, H. (1984). Introspection, empathy, and the semicircle of mental health. In J. Lichtenberg, M. Bornstein, & D. Silver (Eds), *Empathy, vol. 1*, (pp. 81-100). Hillsdale (NJ): Erlbaum.

KVALE, S., (1996). *Interviews. An introduction to qualitative research interviews*. London: Sage.

LANDFIELD, A.W. (1971). *Personal construct system in psychotherapy*. Chicago: Rand McNally.

LANDFIELD, A.V. (1977). Interpretative man. The enlarged self-image. In K. Cole, & A.W. Landfield (Eds), *Personal construct psychology*. New York: University of Nebraska Press.

LANDFIELD, A.V., & EPTING, F.R. (1987). *Personal construct psychology: Clinical and personality assessment*. New York: Human Science Press.

LEITNER, L.M. (1995). Dispositional assessment techniques in experiential personal construct psychotherapy. *International Journal of Personal Construct*, 8, 53-77.

LEVINAS, E. (1983). *Il tempo e l'altro*. (Tr. it. F.P. Ciglia. Genova: Il Melangolo, 1987).

LIPPS, T. (1906). Empatia e godimento estetico. *Discipline filosofiche*, 12, 2, 2002, 31.

LIPPS, T. (1909). Das Wissen von fremden Ichen. *Psychologische Untersuchungen*, 4,

694-722.

- MALTERUD, K. (2001). *Qualitative research: standards, challenges and guidelines*. Lancet.
- MATURANA, H.R., & VARELA, J.F. (1987). *The tree of knowledge: The biological roots of human understanding*. Boston: Shambhala Publications Inc.
- MAYKUT, P, & MOREHOUSE, R. (2000). *Beginning qualitative research: A philosophic and practical guide*. London: RoutledgeFalmer.
- MAYO, J.A. (2001). Life analysis: Using life-story narratives in teaching life-span developmental psychology. *International Journal of Constructivist Psychology*, 14, 25-41.
- MC BURNEY D.H. (1983). *Experimental psychology*. Belmont: Wadsworth Publishing Company. (Tr. it. *Metodologia della ricerca psicologica*. Bologna: Il Mulino, 1986).
- MERLEAU-PONTY, M. (1945). *Phénoménologie de la perception*. Paris: Éditions Gallimard. (Tr. it. A. Bonomi, *Fenomenologia della percezione*. Milano: Il Saggiatore, 1972).
- MILESI, P, & CATELLANI, P. (2002). L'analisi qualitativa dei testi con il programma *Atlas.ti*. In M. Mazzara (Ed), *Metodi qualitativi in psicologia sociale* (pp. 283-304). Roma: Carrocci.
- MINNINI, M. (2003). *Il discorso come forma di vita*. Napoli: Giuda.
- MUHR, T. (1997). *Atlas.ti short user's guide*. Berlin: Scientific Software Development.
Disponibile su: www.atlasti.de/shortmanual.shtml.
- NUSSBAUM, M. (2004). *L'intelligenza delle emozioni*. (Tr. it. G. Giorgini. Bologna: Il Mulino).
- PADUANELLO, M. (2008). *Le transizioni nella psicologia dei costrutti personali*. Tesi di Dottorato, Università di Padova.

- PAOLICCHI, P. (2002). L'intervista narrativa in psicologia sociale. In M. Mazzara (Ed), *Metodi qualitativi in psicologia sociale* (pp. 193-205). Roma: Carrocci.
- PIRANDELLO, L. (1921). *Sei personaggi in cerca d'autore*. G. Davico Bonino (Ed). Torino: Einaudi, 1993
- PREMACK, D., & WOODRUFF, G. (1978). Does the chimpanzee have a theory of mind? *Behavioral and Brain Sciences*, 1, 515-526.
- PUTNAM, H. (1990). *Realism with a human face*. Cambridge, Mass: Harvard University Press. (Tr. it. *Realismo dal volto umano*. Bologna: Il Mulino, 1995).
- REIK, T. (1948). *Listening with the third ear*. New York: Farrar Straus and Giroux Inc. Citato in Basch, M.F. (1983). Emphatic understanding: a review of the concept and some theoretical considerations. *Journal American Psychoanalytic Association*, 31: 101-126.
- ROGERS, C.R. (1951). *Client-centred therapy*. Boston: Houghton-Mifflin. (Tr. it. *Terapia centrata sul cliente*. Roma: La Nuova Italia, 1997).
- ROUSSEAU, A. (1762). *Émile ou de l'éducation*. (Tr. it. *Emilio*. Milano: Mondadori, 1997).
- SCHELER, M. (1913). *Zur Phanomenologie und Theorie der Sympathiegeföhle und von Liebe und Hass. Mit einem Anhang über den Grund zur Annahme der Existenz des fremdem Ich*. Halle: Niemeyer, 1913. (Trad it. L. Boella, *Essenza e forme della simpatia*. Milano: Franco Angeli, 2010).
- SCHLEIERMACHER, F. (1768-1834). *Hermeneutics and criticism and other writings*. A. Bowie, Cambridge: CUP, 1998.
- SCHLEIERMACHER, F. (1768-1834). *Ermeneutica*. M. Marassi (Ed). Milano: Rusconi, 1996.
- SHAW, R.L. (2001). Why use interpretative phenomenological analysis in health psychology? *Health Psychology Update*, 10, 4, 48-52.
- SILVERMAN, D. (1933). *Interpretative qualitative data. Method for analysing talk, text and interaction*. London: Sage.

- SMITH, A. (1759). *The Theory of Moral Sentiments*. Ed D.D. Raphael and A.L. Macfie. Oxford: Clarendon Press, 1976. (Tr. it. E. Lecaldano, *Teoria dei sentimenti morali*. Bari: Laterza, 1995).
- SMITH, J.A. (1995). Semi-structured interviewing and qualitative analysis. In J.A. Smith, R. Harrè, & van Lagenhove (Eds), *Rethinking methods in psychology* (pp 9-26). London: Sage.
- SMITH, J.A. (1996). Beyond the divide between cognition and discourse: Using interpretative phenomenological analysis in health psychology. *Psychology and Health*, 11, 261-271.
- SMITH, J.A., FLOWERS, P., & LARKIN, M. (2009). *Interpretative phenomenological analysis. Theory, method and research*. London: Sage.
- SMITH, J.A., & OSBORN, M. (2003). Interpretative phenomenological analysis. In J.A. Smith, (Ed), *Qualitative psychology: A practical guide to research methods*. (pp 51-80). London: Sage.
- STEIN, E. (1917). *Zum problem der einföhlung*. Buchdruckerei des Waisenhauses, Halle. (Tr. it. *Il problema dell'empatia*. Roma: Edizioni Studium, 2003).
- TITCHENER, E. (1909). *Experimental psychology of the thought processes*. New York: Mc-Millan.
- THOMPSON, E. (2001). Empathy and consciousness. In E.Thompson (Ed), *Between ourselves* (pp. 1-32). Thoverton: Imprinting Academic.
- VARELA, F.J. (1981).The creative circle: sketches on the natural history of circularity. In P. Watzlawick (Ed), *The invented reality* (pp. 309-324). New York: Norton. (Tr. it. *La realtà inventata*. Milano: Feltrinelli, 1988).
- VARELA, F.J. (1990). Il corpo come macchina ontologica. In M. Ceruti, & L. Preta (Eds), *Che cos'è la conoscenza?* (pp. 43-53). Roma: Laterza.

- VARELA, F.J. (2001). *La coscienza nelle neuroscienze. Conversazione con Sergio Benevento per RAI Educational*. Enciclopedia multimediale delle scienze filosofiche. Parigi, 29 Gennaio 2001. <http://www.psychomedia.it/pm/scienc/psybio/varela.htm>.
- VARELA, F.J., & SHEAR., J. (1999). First person account: Why, what and how. In F.J. Varela, & J. Shears (Eds), *The view from within*. Bowling Green: Imprinting Academic.
- WARREN, W.G. (1985). Personal construct psychology and contemporary philosophy: An examination of alignments. In D. Banniser (Ed), *Issues and approach in personal construct psychology*. London: Academic Press.
- WATSON, J.B. (1913). Psychology as the behaviorist views it. *Psychological Review*, 20, 158-177.
- WATSON, J.B. (1920). Is thinking merely the action of language mechanism? *British Journal of Psychology*, 11, 87-104.
- WEIL, S. (1982). *Quaderni, vol. 1*. (Tr. it. G. Gaeta. Milano: Adelphi, 1982).
- WIMMER, H., & PERNER, J. (1983). Beliefs about beliefs: Representation and constraining function of wrong beliefs in young's children understanding of deception. *Cognition*, 13, 41-68.
- WUNDT, W. (1896). *Grundriss der Psychologie*. Leipzig: Engelmann. (Tr. it. L. Agliardi, *Compendio di Psicologia*. Torino: Clausen, 1900).
- YARDLEY, L. (2007). Demonstrating validity in qualitative psychology. In J.A. Smith (Ed), *Qualitative psychology: A practical guide to methods* (2nd Edition). London: Sage.

INDIRIZZI NINTERNET CONSULTATI

<http://www.biblioteca-husserliana.net/testi.html>

