

Sentire e condividere

Componenti psicologiche e
correlati biologici dell'empatia

Anna Maria Meneghini

SEID

A Guido Sala

© Copyright SEID Editori 2010
Via Antonio Giacomini, 26 – 50132 Firenze

e-mail: info@seideditori.it

Tutti i diritti sono riservati. È vietato riprodurre, archiviare in un sistema di riproduzione o trasmettere in qualsiasi forma o qualsiasi mezzo, elettronico, meccanico, per fotocopia, registrazione o altro, qualsiasi parte di questa pubblicazione senza l'autorizzazione scritta dell'editore. È obbligatoria la citazione della fonte.

In copertina: Michelangelo Buonarroti, *Prigione detto l'Atlante*,
Galleria dell'Accademia (Firenze).

Editing e
Impaginazione: gabrielecrobbeddu.com
Stampa: Tipografia Tappini - Città di Castello (PG)

«La ragione è la vela, ma la passione è lo zefiro».
(Bain, citato da Galati, 2002, p. 222)

«Per spiegare questo concetto di risonanza, il professore-poeta disse: "È quello che favorisce l'empatia o la compassione. Senza risonanza non può esservi comprensione, né vera conoscenza. Ma la risonanza richiede che tu [e qui mi rivolse uno sguardo penetrante] usi sia il sentimento che il pensiero. In realtà il più essenziale è il sentimento, perché senza di quello si rimane invischiati nelle illusioni"».
(Wikan, 1992)

INDICE

PRESENTAZIONE	XIII
INTRODUZIONE	1
CAPITOLO 1	
UNA QUESTIONE ANTICA: DAL BIOLOGICO AL MENTALE	7
1.1. Affetti, intersoggettività e relazione	7
1.2. Due livelli di analisi	10
1.2.1. Il passato...	11
1.2.2. ...il presente...	12
1.2.3. ...il futuro	14
CAPITOLO 2	
IL MONDO DEGLI AFFETTI	17
2.1. L'interesse per le emozioni	17
2.2. Che cosa è un'emozione?	19
2.2.1. Come si rileva la presenza di un'emozione	20
2.3. Altri costrutti affettivi	24
2.3.1. Umore e temperamento	24
2.3.2. I sentimenti: la posizione di Antonio Damasio	25
2.4. Esistono diversi tipi di emozioni?	28
2.4.1. Le emozioni di base	28

2.4.2. Le emozioni complesse	32
2.4.3. Le emozioni culturalmente specifiche	34
2.5. Il ruolo dei processi di valutazione dello stimolo	36
2.5.1. La Teoria Componentiale delle Emozioni di Klaus R. Scherer	39
2.5.2. La Teoria delle Emozioni Differenziate di Carroll E. Izard	40
2.6. Parole e significati	43
2.7. Gli affetti come guida	44
CAPITOLO 3	
CORPO ED EMOZIONE:	
REAZIONI COMPORTAMENTALI ED ESPRESSIONI FACCIALI	45
3.1. Emozione, corpo e modificazioni muscolo-scheletriche	45
3.2. La reazione emotiva	46
3.3. Un passo indietro nel tempo: la teoria di William James	48
3.4. La proposta teorica di Joseph LeDoux	49
3.4.1. Il modello delle due vie	49
3.4.2. Oltre la reazione: l'azione	53
3.5. Emozioni ed espressioni facciali	54
3.5.1. L'ipotesi del <i>feedback</i> facciale: la teoria periferica rivisitata	55
3.5.2. Gli studi di Paul Ekman sulle espressioni delle emozioni di base	56
3.5.3. Le critiche all'universalità delle espressioni emotive	59
CAPITOLO 4	
LE EMOZIONI E I PROCESSI DI REGOLAZIONE	63
4.1. La regolazione delle emozioni	63
4.2. Origine degli studi sulla regolazione delle emozioni	66
4.3. La regolazione cognitiva delle emozioni	68
4.3.1. Rivalutazione e soppressione	70
4.4. La regolazione automatica delle emozioni	71
4.4.1. Regolazione automatica adattiva e non adattiva	74
4.5. Questioni aperte	75
4.5.1. Il problema dell'interazione tra le varie componenti	75
4.5.2. La questione dell'ampiezza delle modificazioni	76
4.5.3. Differenze tra emozioni	76
4.5.4. Processi collegati	77
4.6. Gli studi sulla regolazione emotiva nei bambini	78
4.7. Risultati da studi di <i>neuroimaging</i>	81
4.7.1. La regolazione cognitiva	81
4.7.2. La regolazione automatica	83

CAPITOLO 5	
IL POTERE COMUNICATIVO DELLE ESPRESSIONI EMOTIVE	85
5.1. La funzione comunicativa	85
5.2. Espressioni facciali e comunicazione delle emozioni	87
5.2.1. Un'abilità molto precoce	87
5.2.2. L'importanza del <i>feedback</i> materno per lo sviluppo affettivo	90
5.2.3. L'importanza dell'apprendimento e del contesto nella decodifica dell'informazione emotiva	91
5.2.4. Il concetto di universalità minimale	92
5.3. Il valore emotivo della voce e dei gesti	94
5.4. Espressioni emotive come stimolo emotivamente rilevante?	95
CAPITOLO 6	
L'IMITAZIONE MOTORIA	97
6.1. L'imitazione motoria	97
6.1.1. Nei bambini	98
6.1.2. Negli adulti	99
6.2. Il mimetismo motorio delle espressioni emotive	100
6.2.1. Lo studio di Eric J. Moody e collaboratori	101
6.2.2. Il mimetismo motorio di espressioni emotive nei bambini molto piccoli	103
CAPITOLO 7	
DAL CONTAGIO EMOTIVO ALL'EMPATIA	107
7.1. Il contagio emotivo	107
7.1.1. Il contagio emotivo in età adulta	109
7.1.2. Contagio emotivo e meccanismi difensivi	111
7.2. Lo sviluppo dell'empatia	112
7.2.1. Empatia parallela	112
7.3. Dall'empatia parallela all'empatia partecipatoria	114
CAPITOLO 8	
COS'È L'EMPATIA? IL PUNTO DI VISTA DELLA PSICOLOGIA	119
8.1. La storia del concetto	119
8.1.1. L'empatia diviene un fenomeno di interesse per la psicologia	120
8.1.2. Empatia emotiva ed empatia cognitiva	121
8.1.3. La multidimensionalità dell'empatia	122
8.2. Tre costrutti collegati ma diversi	125
8.3. Empatia di tratto e empatia di stato	127
8.4. Empatia e fattori individuali	129
8.4.1. Proiezione e introiezione	129
8.4.2. Non vedere per non farsi coinvolgere	130

8.5. Empatia e differenze di genere	132
8.5.1. Empatia: una caratteristica femminile?	132
8.5.2. Differenze di genere e influsso culturale	133
8.5.3. Differenze di genere e componenti dell'empatia	134
8.5.4. Differenze di genere e motivazione ad empatizzare	137
8.5.5. "Emozioni maschili", "emozioni femminili"	138
8.5.6. Differenze di genere e tendenza all'imitazione	139
8.5.7. Empatia e aggressività	142
8.6. Empatia e caratteristiche del contesto	144
8.6.1. Empatia e fattori situazionali facilitanti	144
8.6.2. Il tipo di emozione espressa dal target	145
8.6.3. Il grado di somiglianza e il tipo di relazione con il target	146
8.7. Condividere le emozioni con vissuto piacevole	149
8.8. Verso un'idea del contagio emotivo come precursore	151
8.9. Per riassumere: cos'è e cosa non è l'empatia	155
 CAPITOLO 9	
POSSIBILI CORRELATI BIOLOGICI	161
DEL CONTAGIO EMOTIVO: I NEURONI SPECCHIO	161
9.1. Cosa sono i neuroni specchio	162
9.2. Un fondamentale cambiamento di prospettiva	164
9.3. Un "vocabolario d'atti"	169
9.4. I neuroni specchio nell'uomo	172
9.4.1. Neuroni specchio ed emozioni	
 CAPITOLO 10	
L'EMPATIA E I CONTRIBUTI DELLE NEUROSCIENZE	175
10.1. L'empatia attraverso la lente delle neuroscienze	175
10.2. Mettersi nei panni degli altri	176
10.3. La differenziazione tra sé e altro	179
10.4. Evitare di essere travolti dalle emozioni dell'altro	181
10.5. I costi dell'empatia	183
10.5.1. Studi sulla condivisione del dolore	185
10.6. Quando il target è cooperatore o competitore	188
10.7. Il contagio come precursore	189
10.8. Imitazione, neuroni specchio e riconoscimento delle emozioni	191
10.9. Empatia e conoscenza incarnata	195
10.9.1. Neuroni specchio speciali	195
10.9.2. Simulazione incarnata e intersoggettività	196

CAPITOLO 11	
RICONGIUNGERE DUE LIVELLI DI ANALISI	201
11.1. Dall'attivazione neurale al fenomeno mentale della condivisione	201
11.2. Alcuni tentativi di integrazione	202
11.2.1. Il modello proposto da Jean Decety e Claus Lamm	203
11.2.2. La posizione teorica di Douglas Watt	205
11.2.3. Il Sistema di Molteplicità condivisa	209
11.3. Una sintesi delle principali questioni ancora aperte	212
11.4. Considerazioni finali e prospettive future	213
 RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI	219