

# Empatia e alleanza terapeutica nell'infanzia e nell'adolescenza

Giovanni F. Visci



Pescara, Charlton Hotel, 20 maggio 2011

**KIWANIS CLUB "PESCARA ATERNUM"**













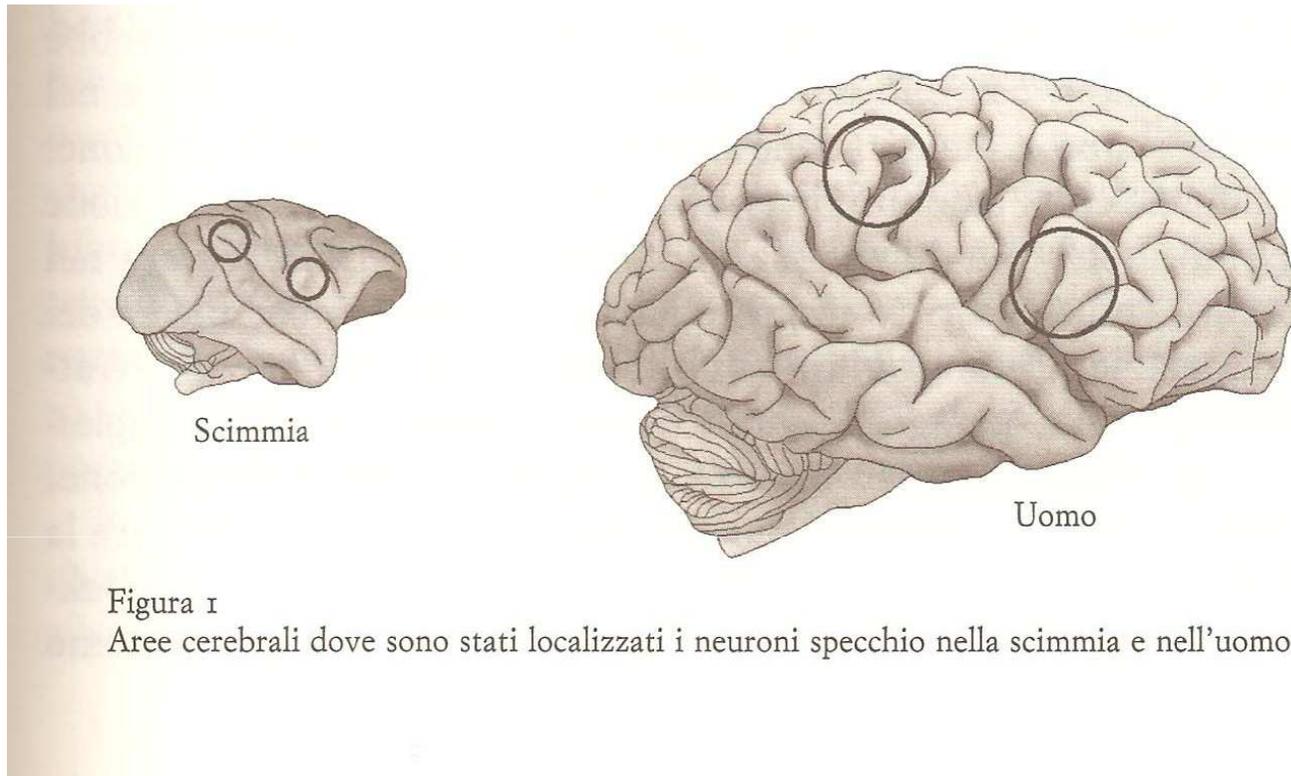


# **I neuroni "specchio" : la base fondante l'empatia ?**

**Cosa facciamo tutti i giorni noi "umani" ?  
Interpretiamo il mondo e le persone che ci troviamo  
intorno.**

**E lo facciamo senza nemmeno pensarci : ci sembra del  
tutto normale ... ed è straordinario !**

**Oggi sappiamo che questa capacità penetrante di capire  
gli altri è dovuta a cellule cerebrali chiamate "neuroni –  
specchio".**



## **Come agiscono i neuroni – specchio ?**

**Tali cellule creano piccoli miracoli nella nostra quotidianità, che sono alla base del modo in cui governiamo prevalentemente le nostre vite, che ci legano gli uni agli altri, sul piano mentale e su quello emotivo :**

- **la sofferenza;**
- **la gioia;**
- **la partecipazione;**
- **il vivere un evento straordinario**

***"L'autismo come "disfunzione" dei neuroni – specchio"***

G. Rizzolatti e Coll. Parma

## **L'esperimento della tazza da the**

Una tazza da the inserita in tre videoclip

- con la sola tazza da the;
- con la tazza da the su una tavola in disordine;
- con una tazza da the su una tavola ben apparecchiata.

quando la mano compie il gesto di prendere la tazza....

## **La comprensione dell'intenzionalità.....**

I neuroni – specchio sono in grado di “comprendere la intenzionalità delle nostre azioni” :

- afferrare una mela per mangiarla ...
- afferrare una mela per riporla in un contenitore...

Gallese, Goldman

## **C'è differenza nella risposta dei neuroni – specchio tra uomini e donne ?**

L'esperimento è stato condotto su coppie isolate e con i singoli componenti collegati ad un elettrodo in grado di analizzare le reazioni e con la possibilità di seguire su un monitor chi dei due subiva una stimolo sgradevole e di quale intensità ...

... a differenza degli uomini, le donne esprimevano in modo più intenso l'aspetto affettivo della sofferenza vissuta dai soggetti maschili.

## **La “rivoluzione” dei neuroni – specchio ....**

**“Ciò che distingue in modo fondamentale gli umani da tutti gli altri animali, non è il linguaggio, ma la capacità di imitare...”**

Susan Blackmore, 1999.

*J. Piaget : i bambini imparano ad imitare...*

*A.N. Meltzoff (2005) : i bambini imparano attraverso l'imitazione.*



Uno studio canadese ribalta le teorie sostenute finora sulla capacità dei piccoli di comprendere i paradossi  
E rimette in discussione gli schemi usati da sempre sull'intera evoluzione del linguaggio infantile



Così i bambini ci prendono in giro  
“Sanno usare l’ironia già a 4 anni”

## **EMPATIA... non solo neuroni – specchio !**

Nata dal tedesco **Einfühlung** :

“relazione tra un’opera d’arte ed il suo osservatore (T.Lipps).”

“Estesa da questo concetto alla interazione tra le persone e sostenuta dall’esempio dell’acrobata del circo sospeso sulla fune, sulle teste degli spettatori :

quando lo guardiamo, ci sentiamo nei suoi panni....”

T. Lipps, 1903

**... l'empatia ...**

**... la capacità di percepire le persone e l'ambiente circostante dal punto di vista dell'altro, è l'intuizione vissuta di ciò che prova l'altro nel suo mondo emozionale.**

**E' la comprensione immediata dell'attualità affettiva dell'altro, del suo modo di essere al mondo ...**

**E' una caratteristica che condividiamo con altre specie animali, sebbene nell'uomo essa possa talvolta essere portatrice del suo contrario; infatti la sua assenza spiega i nostri comportamenti più gravi come la crudeltà, la barbarie, il fanatismo di cui solo la specie umana detiene sfortunatamente il *palmares*.**

A. Berthoz et G. Jorland, 2004

**TO SO**  
**COSA**  
**SENTI**  
**SALTO EVOLUTIVO**

## **Anche i topi provano empatia...**

Quando un topo riceve una serie di stimoli elettrici che vive come un evento spiacevole, collega subito questa esperienza all'ambiente in cui l'ha vissuta e ad altri elementi che possano ricordarla, come un odore o una immagine.

Se un secondo topo assiste all'evento da una camera adiacente, oltre a paralizzarsi per la paura quando vede la reazione del primo topo, la rivive a distanza dimostrando di aver appreso una forma di paura condizionata.

L'intensità del condizionamento risulta legata al legame di vicinanza tra i due topi in termini di parentela o di condivisione dello stesso ambiente.

Daejong Jeon e Coll. Nature Neuroscience, 2010





## **Le caratteristiche dell'empatia :**

### **1.Le capacità :**

- **saper dare una risposta affettiva all'altro**  
(i neonati, gli scimpanzé, la risonanza affettiva...)
- **capacità cognitiva di assumere la prospettiva dell'altro**

### **2.I gradi dell'empatia :**

- **comprendere qual'è l'emozione provata dall'altro**
- **comprendere l'empatia ed il suo "oggetto"**



## **Per essere empatici ...**

### **1. "Conosci te stesso"**

"In un'antica leggenda giapponese si narra di un samurai bellicoso che un giorno sfidò un maestro Zen chiedendogli di spiegare i concetti di paradiso e di inferno. Il monaco, però, replicò con disprezzo : "Non sei che un rozzo villano, non posso perdere il mio tempo con gente come te !"

Sentendosi attaccato nel suo stesso onore, il samurai si infuriò e sguainata la spada gridò : "Potrei ucciderti per la tua impertinenza !"

"Ecco", replicò con calma il monaco "Questo è l'inferno !"

Riconoscendo che il maestro diceva la verità sulla collera che lo aveva invaso, il samurai, colpito, si calmò, ringuainò la spada e si inchinò, ringraziando il monaco per la lezione.

"Ecco, disse il maestro Zen, questo è il paradiso !"

## **Per essere empatici ... (2)**

“Conosci te stesso” :

- gli estremi : essere travolti dalle emozioni... .. oppure ...  
ignorarle, nasconderle (“soggetti piatti” per le emozioni !)
- Il controllo : non la soppressione delle emozioni, ma l’equilibrio ....  
è il rapporto tra emozioni positive e negative che  
determinano il senso del benessere psicologico ....  
educarsi a controllarle ...

J.Bowlby e DW. Winnicott

“I bambini emozionalmente sani imparano a comportarsi da soli imitando le persone che si prendono normalmente cura di loro e diventando così meno vulnerabili alle tempeste scatenate dal loro cervello emozionale.”

## **Per essere empatici ... (3)**

“Conosci te stesso” :

L'empatia si basa sulla autoconsapevolezza :  
quanto più siamo aperti verso le nostre emozioni, tanto più  
saremo abili nel leggere i sentimenti altrui.

J.Mayer e M.Kirkpatrick

Conosci te stesso...

**Il benessere psicologico** influenza fortemente anche **il benessere fisico** ed esso può essere raggiunto trovando il giusto equilibrio fra emozioni negative e positive.

E' importante, infatti, che i sentimenti negativi non sfuggano al controllo e non siano "seppelliti", spazzando via gli stati d'animo gratificanti.

Quando ciò non avviene, si verifica una confusione a livello emozionale che spesso induce gli individui a lamentarsi di problemi fisici non ben definiti, quando in realtà il loro disagio è di natura emozionale.

In psichiatria questo fenomeno è noto come "somatizzazione" e implica la confusione di una sofferenza psicologica con un problema fisico che induce a ricerche diagnostiche interminabili e infruttuose e a cure lunghe per quello che in realtà è un disordine emozionale.

**Nel mondo del malato**, infatti, le emozioni regnano sovrane, la paura è lì ad un passo e la grande fragilità emotiva del malato dipende dal fatto che il nostro benessere si basa in parte sull'illusione di essere invulnerabili.

E questo deve essere preso in considerazione soprattutto nei bambini che non capiscono l'*estraniamiento* che stanno vivendo e che potranno vivere ... per non parlare del dolore !

Lo stato emotivo, infatti, può avere a volte un ruolo significativo nella vulnerabilità dell'individuo alla malattia e nel decorso della convalescenza.

Robert Ader ha portato avanti studi sul ruolo delle emozioni nella salute e nelle malattie giungendo alla conclusione che ***"la mente, le emozioni e il corpo sono entità non separabili ma intimamente interconnesse"***.  
***(vedi la "psico - neuro – endocrino – immunologia")***

## **Per essere empatici ... (4)**

### Riconoscimento delle emozioni altrui

La domanda che ci si pone :

“Come si sente la persona che ho di fronte in questo momento ?

L'importanza dei segnali **non verbali**

Nei Tests PONS (Profile of Nonverbal Sensitivity) eseguiti su 1011 bambini, i soggetti con attitudine a leggere i sentimenti espressi in modo non verbale erano i più amati dai loro compagni e, al tempo stesso, quelli emotivamente più stabili.

S.Norwicky, M.Duke

(Segnali non verbali : **tono di voce, mimica facciale, atteggiamento del corpo, direzione dello sguardo, il luogo ed il tempo della relazione**)

***La normale modalità di espressione della mente  
razionale è la parola; invece quella delle emozioni  
è di natura non verbale***

## **Per essere empatici... (5)**

### **Le radici dell'empatia**

Sono presenti fin dalla nascita : pensiamo ai lattanti che piangono se sentono un altro lattante piangere (mimetismo emozionale); questo mimetismo svanisce dal repertorio dei bambini intorno ai due anni e mezzo, quando capiscono che il dolore altrui è diverso dal proprio.

I fondamenti della vita emotiva vengono posti nei primi mesi di vita dei bambini attraverso la intimità tra genitori e figli: attraverso lo scambio emozionale il bambino apprende che le sue emozioni incontrano l'attenzione dell'altro, sono accettate e ricambiate in un processo definito "sintonizzazione" (Stern) ...

... che gli psicoanalisti definiscono "rispecchiare".



**“... e così non mandare mai a chiedere per chi  
suona la campana : essa suona anche per te...”**

John Donne

## **Empatia e alleanza terapeutica**

Nella società moderna la medicina ha identificato la sua missione nella cura della *patologia* – il disturbo fisico – trascurando *l'esperienza della malattia* – l'esperienza umana.

***"Che cosa ne pensa, dottore ?"***

***La replica giunse immediata :***

***"Sta soffrendo !"***

*Albert Camus, La Peste*

**“La compassione – scrisse un paziente in una lettera aperta al suo chirurgo – non è semplice imposizione delle mani.**

**E’ buona prassi medica.”**

A.Stanely Kramer, Newsweek, 1993

... e riduce anche i contenziosi medico – legali .... !

## **Empatia e alleanza terapeutica (2)**

Si può viceversa dimostrare scientificamente che, curando lo stato emotivo degli individui insieme alla loro condizione fisica, è possibile ritagliare un ulteriore margine di efficacia in termini medici.

“Il fatto di avere medici e infermieri empatici, in sintonia con i pazienti, in grado di ascoltarli e di farsi ascoltare, comporta un altro vantaggio : significa alimentare un' *assistenza centrata sulla relazione*; in altre parole, significa riconoscere che il rapporto medico-paziente è esso stesso un fattore significativo. Questo rapporto potrebbe essere coltivato più facilmente se la formazione dei medici comprendesse alcuni strumenti essenziali dell'intelligenza emotiva, in particolare l'autoconsapevolezza e le arti dell'empatia e dell'ascolto”.

*Task Force on Advancing Psychosocial Health Education – University of California, S.Francisco, 1994*

## **Il ruolo dello sguardo**

**Lo sguardo è fondamentale per l'empatia; esso penetra l'altro confondendosi in esso e, attraverso l'attivazione dell'amigdala, crea le emozioni: lo scambio dello sguardo è la forma più umana di comprensione e di accettazione dell'altro.**

**In alcune tribù, una donna che guarda l'uomo accetta già implicitamente di essere sua.**

**Lo sguardo è un atto intimo che ricapitola la cronologia della empatia :**

- Io ti guardo (egocentrato)**
- Tu mi guardi, ma io comprendo ciò che tu vuoi comunicarmi con questo sguardo;**
- Da questo scambio nasce un legame che non è più rivolto ne a me ne a te, ma è fra di noi (allocentrato)**

## **L'empatia e la gestione delle relazioni con il mondo dell'infanzia**

**é una relazione "triangolare", "pluriel : genitori, bambino, pediatra;**

- molto spesso il bambino non è in grado di "verbalizzare" le proprie emozioni;**
- i genitori vivono l'ansia e la paura con stress e, talora, con un senso di colpa;**
- la comunicazione deve coinvolgere – in relazione agli aspetti particolari – lo intero sistema familiare o i singoli componenti in modi e tempi diversi;**
- nella decisione del pediatra, deve "prevalere l'interesse superiore del bambino".**



## **L'empatia e la gestione delle relazioni con il mondo dell'infanzia (2)**

### **Il colloquio :**

**-si apre con una domanda narrativa, che apre al racconto del paziente/familiare;**

### **Per dare informazioni :**

**-cercare di sapere quali informazioni i genitori hanno già avuto su quel problema;**

### **Nel merito di una prescrizione non seguita**

**- cercare di capire quali difficoltà stanno incontrando**



## **L'empatia e la gestione delle relazioni con il mondo dell'infanzia (3)**

### **Nella relazione con i genitori:**

**-Utilizzare quanto i genitori riferiscono  
senza giudicarli né interpretarli;**

### **Per conservare nel tempo la relazione:**

**-Mantenere un buon clima relazionale,  
aperto al dialogo e alla comprensione;**



## **L'empatia e la gestione delle relazioni con il mondo dell'infanzia (4)**

### **Il vissuto dei genitori :**

**I dati e le informazioni spesso raccolte dai genitori (amici, conoscenti, internet, ecc.) che spesso vengono vissute come "interferenze" da parte del pediatra, rappresentano il tentativo di riappropriazione di una genitorialità che essi vivono come "espropriata"**



*Il bambino "parla con il proprio corpo" e chi ha cura di lui deve poter mettere in atto tutti gli strumenti e le condizioni per ascoltare ed interpretare questi segnali.*

*E' il caso di DGJ, maschio, di aa. 12, che viene portato al ricovero d'urgenza perché all'improvviso, mentre stava riposando, ha accusato difficoltà alla deglutizione e formicolio alla lingua, come da sensazione di corpo estraneo.*

*Non è la prima volta che J viene ricoverato nel nostro Reparto; in precedenza è stato ricoverato per un episodio di perdita di coscienza seguito da trauma cranico.*

*Attraverso la Consulenza di Neuropsichiatria Infantile apprendiamo che il ragazzo è già seguito dal loro Servizio fin dall'epoca della morte del padre; il lavoro terapeutico é stato interrotto a seguito di un miglioramento dello stato emotivo della madre.*

*"I sintomi di conversione - afferma la Psicologa - sono secondari ad un comportamento negativistico ed oppositivo evidente in famiglia".*

*La storia clinica, sul piano organico, appare del tutto negativa; piuttosto è degno di attenzione il fatto che il padre è deceduto per un incidente domestico nel .... quando J. aveva 7 anni.*

*Anche l'esame obiettivo si rivela negativo...*

*La sintomatologia presentata fa sospettare una somatizzazione su base ansiosa.*

Di questo si deve tener conto in modo particolare quando ci si trova di fronte ad un malato che ha subito un trauma importante che resta impresso in una parte del cervello, chiamata “Amigdala”, che in particolari situazioni ripropone questi intensi ricordi del trauma costringendoli a varcare la soglia della consapevolezza.

Il ricordo del trauma, diventa così un sensibilissimo meccanismo scatenante, una sorta di grilletto neurale pronto a far scattare un allarme al minimo indizio dell'imminente ripresentarsi dell'evento tanto temuto.

Il Neuroscienziato Joseph Le Doux afferma  
***“Una volta che il tuo sistema emozionale impara qualcosa,  
sembra che non la dimentichi più.  
Quel che la terapia riesce ad insegnarti è come controllarlo...  
come insegnare alla neocorteccia ad inibire l'Amigdala.”***

Goleman sottolinea che  
***“l'alfabetizzazione emozionale può essere insegnata  
e usata come prevenzione...”***



# IL MOSTRO DEL TEMPO



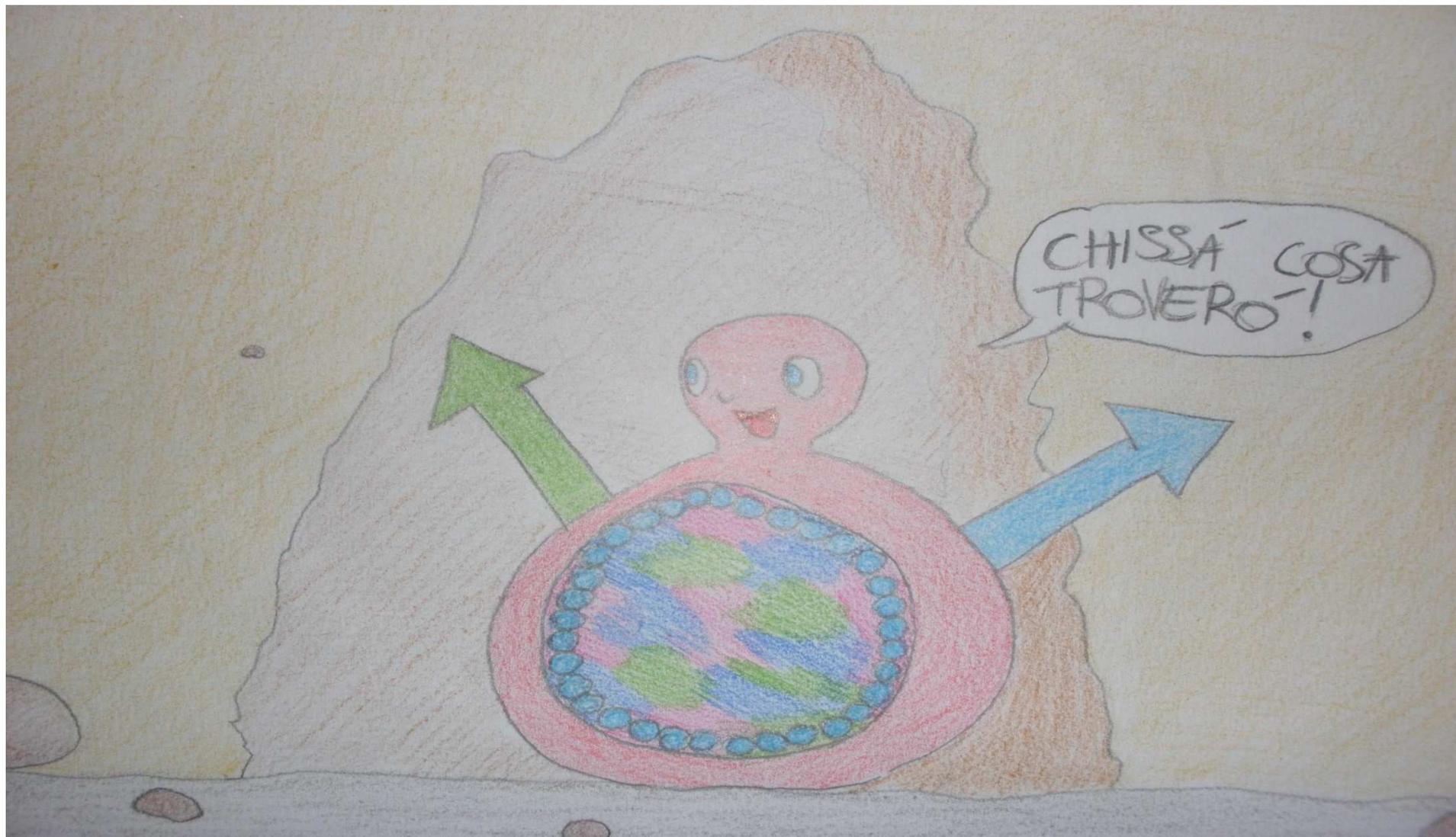
Tempo fa, nei sotterranei di una grande metropoli, vivevano mostri muniti di poteri diversi tra loro, erano legati con una sintonia pacifica...



**E' un richiamo al tempo passato, prima della morte del padre, in cui viveva con la sua famiglia in un clima di serenità**

Un giorno, il mostro del tempo, il più curioso, in una cava nascosta scavò un lungo cunicolo.

Data la sua grande curiosità, proseguì per diversi giorni.



**La pacifica quotidianità viene interrotta da un evento particolare: un membro che si stacca dal gruppo...**

Arrivato alla sommità, vide un altro mondo, un mondo diverso, abitudini diverse, che al mostro non piacevano.



**E' la rievocazione del tragico evento a cui ha assistito: il papà che muore cadendo dal tetto ("alla sommità..")  
"..che al mostro non piaceva..")**

Tutte le persone erano molto nervose, tutti strillavano "E' tardi! Vieni! Veloce!"



**La vita cambia radicalmente. Il tempo diventa un nemico che travolge e sconvolge la vita, gli animi, i rapporti...**

Il mostro decise di aiutarli; dalle sue scaglie magiche che aveva dietro la schiena fece un "incanto": diede il tempo all'umanità!

Tutti furono rilassati ed ebbero il loro litigato tempo



**Tutto questo suscita il desiderio di "recuperare" il tempo, i legami, le certezze...La sua patologia potrebbe essere assimilabile ad un "incantesimo" che fa fermare tutto... lo stesso che il mostro mette in atto per restituire il tempo e il suo valore alla sua famiglia e all'umanità**

Poi il buon mostro decise di andare all'Ospedale di Pescara, al reparto Pediatria, dove il tempo non passa mai.



**Il mostro, prima indefinito, ora viene finalmente definito “buono” e l’esperienza dell’ospedalizzazione diventa un momento di “fermo” positivo che gli permette di recuperare il rapporto con la madre che anch’essa “si ferma” accanto a lui...**

Diventò l'orologio più variopinto di tutti i bambini, il loro passatempo preferito.



***L'invenzione del mostro del tempo diventa un "salvavita" per tanti...***

Da quel tempo i bambini ebbero tante nuove idee per giocare e tutti erano felici di avere il loro amico mostro.



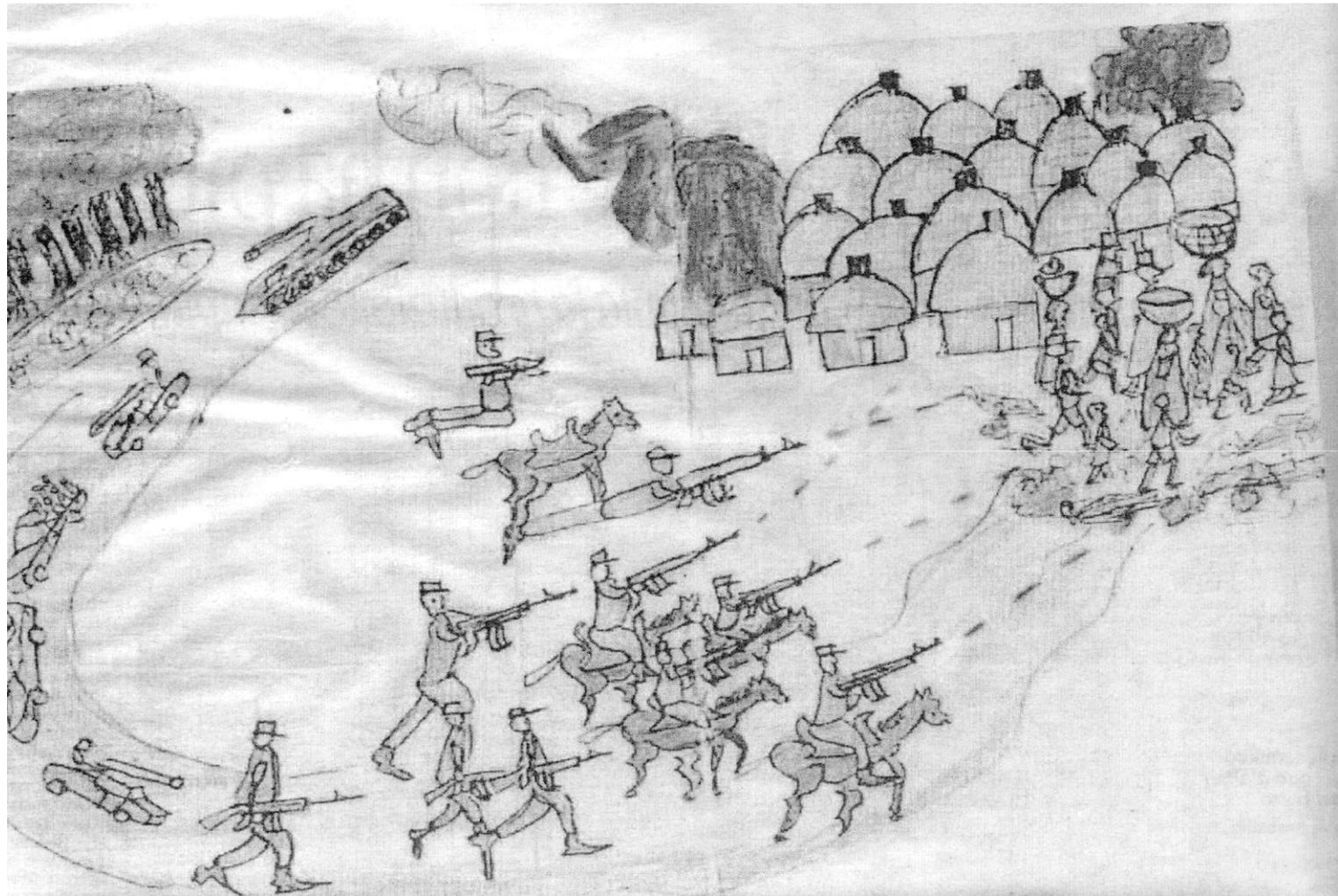
***Il "recupero" del tempo ridona la serenità e permette di recuperare la certezza di non essere soli.***

**L'espressione artistica é un mezzo efficace per arrivare a rimuovere situazioni traumatiche che di per se stessa è uno “ strumento dell'inconscio”.**

Il cervello emozionale, infatti, è in sintonia con i significati simbolici e con la modalità che Freud chiamava il “ Processo primario”, in altre parole, con i messaggi della metafora, della storia, del mito, dell'arte.

**L'espressione artistica può consentire ai bambini traumatizzati di parlare in un momento di “orrore” al quale non oserebbero accennare altrimenti...**

Questo è soprattutto valido per incontrare i bambini che solo attraverso la rappresentazione artistica sono in grado di “trasferire” il contenuto inconscio ad un livello consapevole e a controllarlo.



Possiamo dire che il titolo dato dal ragazzo al suo lavoro,  
“Il Mostro del Tempo” ,

è estremamente significativo :

esso è tutto incentrato sul senso del Tempo, inteso non tanto come tempo meccanico ripetitivo, ma come tempo della vita, dell'esperienza concreta...

Un tempo vissuto, denso di significato, che ha sempre un sapore particolare per il soggetto ed è strettamente collegato con le sue emozioni.

**Bergson attribuisce a questo tempo una “durata reale”:  
un intervallo temporale concreto e psicologicamente variabile,  
in cui si svolgono gli eventi della vita e in cui l' IO vive il  
presente con la memoria del passato e l'anticipazione del futuro.**

L'immagine che Bergson ci lascia del “tempo concreto della coscienza”  
è quella di un gomitolo di filo che cresce  
conservando se stesso nella vita della coscienza;  
infatti, *“il nostro passato ci segue e si ingrossa senza posa col presente che  
raccolle lungo la strada”.*

# ***Commenti***

## **1. LA FANTASIA**

**Governa e influenza in modo significativo  
la vita del bambino...**

**La fantasia con contenuti inconsci ... i mostri.**

## **2. LA RIELABORAZIONE**

**“criptica” del tragico evento che connota le attività della vita quotidiana.**

## **3. IL TEMPO**

- come “storia” che ha compromesso la sua vita;**
- come “luogo” per recuperare ciò che gli è stato tolto;**
- il tempo per il “bambino”.**

## **4. IL PERIODO DEL RICOVERO**

**Restituisce “tempo” al ragazzo e al rapporto con la madre e la struttura ospedaliera con tutti i suoi operatori, Scuola compresa, mette a disposizione gli strumenti per questo “riconoscimento”.**

## **5. IL RUOLO DEGLI OPERATORI SANITARI**

**delle strutture ospedaliere pediatriche devono essere consapevoli di questa specifica esigenza dell'infanzia e della necessità si assicurare loro le attenzioni ed il tempo di cui hanno bisogno ...  
... per assisterli correttamente !**

## **6. “IL BAMBINO INVISIBILE”**

- **non solo nella sanità...**
- **lo è nella scuola...**
- **lo è anche nelle famiglie sempre più spesso impegnate a “riempire il tempo” dei loro figli.**



# Conclusioni

“... si possono solo apprendere alcune caratteristiche nella comunicazione; la cosa fondamentale è insegnare a capire la situazione dell'altro e soprattutto fargli capire di aver capito.

*<Lei mi ha detto queste cose con un tono preoccupato !>* : può bastare questa frase per cambiare in meglio il rapporto. Empatia è riconoscere il senso personale, emotivo di chi si ha davanti.

Quando i laureati entrano nel reparto in Ospedale dimenticano la prospettiva del paziente per occuparsi della malattia. Negli Ospedali tutto è centrato sulla malattia, l'esperienza del paziente non è presa sul serio.

Per capire quanto poco sia presa in considerazione, basta vedere come, con il niente che costerebbero, negli ospedali manchino delle piccole stanze dove medico e paziente possano parlare in pace...”

Egidio Moja, Direttore centro di ricerca CURA sugli aspetti comunicativi in medicina dell'Università degli Studi di Milano.



**Grazie a tutti voi per la pazienza e l'attenzione !**

**Buona empatia per tutti !**