

Il potere dell'empatia Il potere dell'empatia. Le formule per entrare nel cuore delle persone, di Marco Vinicio Masoni, eds Dario Flaccovio, Palermo, 2018, pp. 127, Euro 16,00.

Giuseppe Licari (recensione)

	<p>Narrare i gruppi <i>Etnografia dell'interazione quotidiana</i> <i>Prospettive cliniche e sociali</i>, vol. 13, n° 2, dicembre 2018</p> <p>ISSN: 2281-8960</p>
---	---

Rivista semestrale pubblicata on-line dal 2006 - website: www.narrareigruppi.it

Titolo completo dell'articolo	
Il potere dell'empatia. Le formule per entrare nel cuore delle persone , di Marco Vinicio Masoni, eds Dario Flaccovio, Palermo, 2018, pp. 127, Euro 16,00.	
Autore	Ente di appartenenza
Giuseppe Licari	<i>Centro Studi e Ricerche Koisema, Cremona</i>
Pagine 304-308	Pubblicato on-line il 31 dicembre 2018
Cita così l'articolo	
Licari, G. (2018). Il potere dell'empatia. Le formule per entrare nel cuore delle persone, di Marco Vinicio Masoni, eds Dario Flaccovio, Palermo, 2018. In <i>Narrare i Gruppi</i> , vol. 13, n° 2, dicembre 2018, pp. 305-308 - website: www.narrareigruppi.it	

IMPORTANTE PER IL MESSAGGIO CHE CONTIENE.

Questo articolo può essere utilizzato solo per la ricerca, l'insegnamento e lo studio privato. Qualsiasi riproduzione sostanziale o sistematica, o la distribuzione a pagamento, in qualsiasi forma, è espressamente vietata. L'editore non è responsabile per qualsiasi perdita, pretese, procedure, richiesta di costi o danni derivante da qualsiasi causa, direttamente o indirettamente in relazione all'uso di questo materiale.

recensione

Il potere dell'empatia. *Le formule per entrare nel cuore delle persone*, di Marco Vinicio Masoni, eds Dario Flaccovio, Palermo, 2018, pp. 127, Euro 16,00.

Come suggerisce Masoni, in accordo con quanti si sono occupati dello stesso tema, l'empatia è la capacità di mettersi nei panni dell'altro. E se questa definizione risulta accessibile lo è perché è rafforzata dall'utilizzo di una metafora che ci chiama in causa tutti; infatti, letteralmente significa indossare gli abiti dell'altro, e chi non l'ha fatto almeno una volta, nella vita. Il modo poi per arrivare ad indossare questi abiti credo sia descritto davvero chiaro e semplice, due qualità non sempre presenti negli autori di temi che trattano sentimenti ed emozioni dal punto di vista psicologico. In particolare si tratterebbe di attivare un certo tipo di ascolto che possiamo definire attivo. Un ascolto che non trascura le tecniche per catturare l'attenzione dell'altro e gli accorgimenti per mantenerla.

Ancora Masoni ci suggerisce che l'obiettivo è l'andare incontro a qualcuno, percepirne il vissuto e dividerlo. Mettersi appunto nei panni dell'altro. Tutto abbastanza semplice e lineare, e aggiungo che si tratta di un processo che conosciamo da sempre, fin dai primi giorni della nostra vita. Le difficoltà subentrano quando i panni dell'altro sono troppo stretti, troppo lontani dai miei, oppure sporchi, troppo pericolosi, eccetera. Qui la relazione empatica si deve dotare di uno strumento ancora che è la capacità di gestire le emozioni, la distanza dalle proprie in primo luogo e la giusta distanza da quelle dell'altro. Se sono un operatore che entra in relazione con emozioni forti dell'altro devo sempre tenere d'occhio il mio assetto emotivo e non coinvolgermi troppo, al punto da perdere di vista che stiamo parlando delle emozioni dell'utente, anche quando sentiamo parlare di esperienze simili ad un nostro vissuto.

Per capire qual è la giusta distanza un esempio pratico può essere quello della lettura di un messaggio su un foglio: se troppo vicino non vedo nulla, come non vedo nulla se troppo lontano. La giusta distanza è quella che mi permette di mettere a fuoco i caratteri nitidamente.

Masoni ci ricorda, inoltre, che una relazione empatica attiva un processo emotivo, mette in gioco varie realtà non verbali, iconiche, analogiche, immaginative e simboliche che non si presteranno mai ad una definizione ultima; innanzitutto perché risentono delle differenze di generazione, sociali e culturali presenti

nella relazione e in seconda battuta perché quando parliamo di relazione empatica parliamo di linguaggio simbolico e il simbolo non si presta mai ad una definizione ultima.

Senza questa consapevolezza posso imparare una professione senza capire cosa sto facendo e, maggiormente, non mi sarà dato accesso a comprendere realmente il mondo emotivo dell'altro, entrare, in definitiva, in una relazione empatica in maniera strumentale, per comprendere nel profondo chi mi sta di fronte.

Il rapporto si gioca sempre è comunque sulla qualità dell'ascolto che siamo in grado di stabilire e che deve essere reciproco. Immaginare e ipotizzare un tipo di ascolto che l'interlocutore potrà dedicare aiuta senza'altro lo stabilirsi di una relazione empatica. Come aiuta la valutazione di un registro linguistico e uno stile comunicativo appropriato sia al contenuto, come al contesto e al tempo a disposizione. In definitiva, valutare e governare il contesto ed esprimersi in modo gradevole. Inoltre, una volta catturata l'attenzione bisogna lavorare per mantenerla. Per questo durante una relazione empatica è importante assicurarsi di continuo che i propri messaggi siano recepiti.

Nel libro gli esempi, alcune esperienze in prima persona, altri che coinvolgono persone care all'autore, accompagnano tutto il testo, fino a sfociare in esempi che sicuramente non ci sono mai passati per la testa per spiegare cos'è l'empatia: il rapporto uomo-macchina. Al massimo questo rapporto può descrivere cosa non dobbiamo intendere per empatia, siamo soliti pensare. E se per mettersi in relazione emotiva con l'altro, le prime cose che dobbiamo escludere sono le cose inanimate e le macchine, per capire cosa è l'empatia, forse, nel momento storico in cui viviamo e con le macchine che ci accompagnano, e spesso sostituiscono perfino le relazioni sociali, o ci illudiamo che questo possa avvenire, non è astruso vederne qualche risvolto. E questo credo rientri nel lavoro dell'autore impegnato a ricercare esempi nel quotidiano per far comprendere sempre più nei particolari cos'è l'empatia. E vista l'attualità di questo nuovo rapporto uomo-macchina ne riporto di seguito uno stralcio di questo ormai ineliminabile rapporto uomo-computer.

Si pensi, suggerisce Masoni, a quei programmi presenti su *internet* per apprendere una nuova lingua. Superato il primo livello, di solito essenzialmente facile, al primo ostacolo il programma ti pone una soluzione. Se hai difficoltà prova questa opzione. Se anche questa non funziona, prova quest'altra, se hai ancora difficoltà prova la successiva e alla fine hai superato l'ostacolo senza quasi essertene accorto.

Dov'è l'empatia in tutto questo?

Nelle mente del programmatore che ha immaginato te mentre incontravi quegli ostacoli e si è adoperato per creare un percorso graduale per portarti oltre gli ostacoli. Lui si è messo nei tuoi panni solo con l'immaginazione e tu nei suoi ripercorrendo i suoi passi.

Si può stabilire una comunicazione empatica mediata da strumenti e in assenza fisica del nostro interlocutore?

A primo acchito ci pare essere una contraddizione in termini e forse lo è, ma aiuta senz'altro a capire cos'è l'empatia.

Il libro di Masoni mi è parso utile, oltre che chiaro e semplice, perché anche chi non è del mestiere può comprendere quello che c'è scritto, si vedano gli esempi alla fine di ogni capitolo, sono storie alla portata di tutti, e questo significa che Masoni, nello scrivere il libro, ha cercato di realizzare una comunicazione empatica con il lettore. E questo è già sufficiente per suggerirne la lettura e lo studio.