

CREIERUL EMPATIC

Cum îi înțelegem
pe ceilalți?

Fausto Caruana

CUPRINS

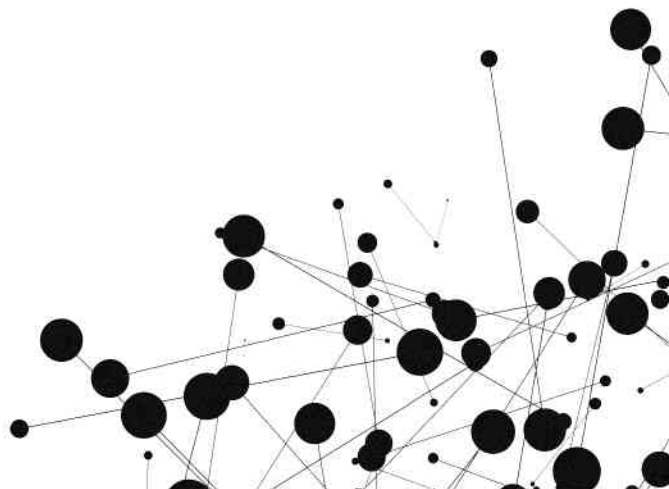
Romanul familial al empatiei	7
O teorie pentru a-i înțelege pe ceilalți	17
Teoria teoriei	20
Micul savant și versiunea empiristă a teoriei teoriei	25
Mintea modulară și varianta ineistă a teoriei teoriei	27
Modulele minții	29
Module mentale pentru detectarea intențiilor (DI) și a direcției mișcării ochilor (DMO)	33
Sisteme cerebrale: recunoașterea mișcării biologice	34
Privirea celorlalți	38
<i>Priviri care spun povești</i>	39
Două căi vizuale pentru recunoașterea feței	41
Mecanismele atenției comune (MAC) și ale teoriei minții (MTM)	44
Modulul teoriei minții: o himeră a neuroștiinței?	45
<i>Cazul G.T.</i>	47
Joncțiunea temporo-parietală (JTP)	48
Teoria simulării	55
În pielea celuiilalt	57
Cum e să fii liliac?	60
Cum funcționează simularea?	61
Când simularea eșuează	64
<i>Cazul ciudat al lui W.B.A.</i>	66
Baza neuronală a simulării gândurilor celorlalți	68
Corporeitatea: simulare și imaginație	73
Simularea viitorului	80
Limitele simulării: duce simularea la empatie?	84
De la mecanismul oglinzii la interacțiunea primară	95
Revoluția sistemului motor	98
„... ce a făcut ADN-ul pentru biologie“	102

Neuronii-oglină, imitația și experiența	108
Când mecanismul (oglină) se distruge	111
Reflectarea emoțiilor	114
Contagiunea emoțională și teoria legăturii sociale	118
Recunoașterea durerii	121
Sunt empatici măcelarii?	124
„Simularea corporeizată“	127
Interacțiunea primară și ipoteza practicii narative	130
Simulare corporeizată și ficțiune în artă	134
Concluzii	137
Bibliografie consultată	143
Bibliografie recomandată	144

LIBRIS

We know
books

ROMANUL FAMILIAL AL EMPATIEI



Dacă ar trebui să stabilim nașterea conceptului de empatie, pentru a scrie un fel de roman familial, ar trebui să ne întoarcem neapărat privirea asupra studiilor de psihologie morală efectuate de filosofi precum David Hume și Adam Smith, în Anglia secolului al XVIII-lea. Este de remarcat faptul că, la vremea aceea, exista o oarecare confuzie. David Hume și Adam Smith nu vorbeau, spre exemplu, de „empatie“, ci de „compasiune“, amestecând procese psihologice care, cu timpul, se vor dovedi distincte. Al doilea capitol al romanului s-ar petrece în Europa continentală a începutului de secol XX, cu precădere în Germania. Rolul principal l-ar juca, de această dată, Theodor Lipps, filosof și psiholog german care a luat primul în serios acest concept, plasând empatia nu doar în centrul filosofiei și psihologiei sale, ci și al teoriei sale estetice. În deceniile imediat următoare operei lui Lipps, empatia stârnește un interes tot mai sporit, dezvoltându-se în domenii foarte diferite, de la filosofie morală la psihologie și de la estetică la economie. În perioada de la începutul secolului trecut până în anii 1930, toată lumea vorbea despre empatie, la acest laborator cultural raportându-se astăzi principalele idei teoretice referitoare la acest concept. În climatul intelectual al vremii, ideea dominantă era aceea că modul în care percepem alte ființe umane este fundamental diferit de modul în care percepem orice alt tip de obiect din lumea înconjurătoare:

empatia ar defini un tip special de percepție a stărilor psihice ale celorlalți indivizi bazată pe simpla observare a manifestărilor corporale. Este suficient să ne uităm la un individ și putem *înțelege* (sau, mai bine spus, *vedea*) ce simte acesta.

În ciuda acestui interes, spre mijlocul secolului trecut, empatia dispare. Bruscu, subiectul nu mai interesează pe nimeni, fiind aruncat într-o uitare atât de adâncă, încât nu e abordat de nici un reprezentant al incipientelor științe cognitive (acel ansamblu de discipline care, sub impulsul progreselor din domeniul inteligenței artificiale, a început, în jurul anilor 1950, să studieze modul în care funcționează gândirea umană). Însă aceasta nu este decât o moarte aparentă, căci patru decenii mai târziu, asemenea unui râu carstic, empatia revine la suprafață și începe iarăși să circule pe buzele tuturor. Mai mult decât atât, conceptul nu doar reapare în cărțile filosofilor și psihologilor, ci primește un loc de onoare printre preocupările specialiștilor în neuroștiință care cercetează mecanismele minții prin studiul unuia dintre cele mai importante organe pentru realizarea acestora: creierul.

Și astfel, fiind cea care studiază mecanismele subpersonale care ne reglează viața mentală, neuroștiința contemporană se vede prinsă, în ceea ce privește empatia, între două focuri. Pe de o parte, are de recuperat o tradiție veche și sofisticată conceptual, moștenire lăsată în urmă de toată dezbaterea europeană de la începutul secolului trecut, pe care ar fi o mare greșeală să o ignore, fiind o lucrare teoretică primitivă de-a gata și, în plus, foarte bine realizată. Pe de altă parte, neuroștiința trebuie să găsească o cale să adapteze aceste considerații la noile descoperiri privind mintea, studii atât de bogate și informative, încât nu permit nici unei persoane rezonabile, oricât de nostalgică ar fi după timpurile trecute, să creadă că oamenii

de știință din secolul XIX (ingenioși și sofisticati în ceea ce privește teoriile, dar, cum este de înțeles, cu o cunoaștere mediocră a mecanismelor neuronale) au spus tot ce era de spus despre empatie. Dar tocmai aceste dezvăluiri neuroștiințifice evidențiază, în scurt timp, o nouă problemă.

De-a lungul istoriei sale, conceptul de empatie a devenit – tocmai din cauza constantei sale utilizări în discipline și domenii foarte diferite unele de altele – un amalgam de fenomene (mult) prea variate. Empatia a fost foarte sugestiv comparată cu un bulgăre de zăpadă care, după o prelungă rostogolire pe un deal alb, ajunge ceva gigantic și multiform care a adunat înăuntrul său mecanisme și procese mentale de toate soiurile. Acesta este și motivul pentru care, în cartea de față, nu vom vorbi despre „mecanismul empatiei“, deoarece e probabil să nu se poată ajunge, din punct de vedere neuroștiințific, la nici o definiție satisfăcătoare a unui astfel de concept: empatia, ca atare, nu e un obiect științific. În schimb, vom vorbi despre „mozaicul empatiei“ sau despre toate acele mecanisme care contribuie, fiecare independent de celelalte, la formarea ansamblului de fenomene reunite sub termenul-umbrelă de „empatie“.

Faptul că termenii pe care îi folosim în viața cotidiană pentru a ne referi la minte sunt instrumente teribil de înșelătoare și că, de multe ori, se pretează prost la a deveni termeni științifici nu este o noutate în domeniul neuroștiințelor. Marele filosof al limbajului Ludwig Wittgenstein ne-a spus-o destul de clar: „Conceptele psihologiei sunt, de fapt, concepte ale vieții cotidiene. Ele nu sunt concepte create *ex novo* de știință pentru a le folosi în propriile scopuri, așa cum sunt cele din fizică sau chimie. Între conceptele psihologice și cele ale științelor riguroase există aceeași legătură ca între conceptele medicinei științifice și cele ale leacurilor băbești“.

Este adevărat că una dintre strategiile caracteristice etapelor timpurii ale cercetării neuroștiințifice a fost aceea de a identifica un fenomen mental obișnuit – vederea, limbajul, emoțiile – și de a încerca să îl localizeze într-un singur mecanism neuronal. Această abordare „localizaționistă” a condus, de-a lungul timpului, la ideea că limbajul ar fi controlat de o singură arie cerebrală, aria lui Broca din girusul frontal inferior stâng, că vederea ar depinde de activitatea unui singur mecanism neuronal situat în lobul occipital și că emoțiile ar fi generate de activitatea circuitului limbic. În mod similar, atunci când Paul MacLean a introdus pentru prima dată în neuroștiință, în 1967, problema bazei neuronale a empatiei, a făcut-o gândindu-se la un proces susținut în mod ideal doar de cortexul prefrontal. Potrivit lui William Bechtel, filosof al științei, această practică radicală de „localizare” rareori se dovedește corectă (de exemplu, în cazurile descrise mai sus, nu s-a întâmplat așa), însă are o valoare euristică remarcabilă, contribuind la deschiderea unor linii de cercetare: datorită acestor prime încercări obișnuite a fost posibil să se descopere ulterior că limbajul, vederea și emoțiile depind de un mozaic de mecanisme diferite din punct de vedere structural și funcțional.

În plus, deoarece, în unele cazuri, aceste mecanisme nu au nimic în comun, mulți oameni de știință au încercat să elimine din vocabularul științific conceptele aparținând limbajului cotidian, întrucât acestea mai degrabă facilitează confuzia decât să o înlăture. Un exemplu clasic este conceptul de „memorie”. Deși, teoretic, putem da o definiție vagă a memoriei, psihologia și neuroștiința au arătat că nu există un „sistem al memoriei”, deoarece această expresie cuprinde o multitudine de mecanisme care au puțin sau nimic de-a face unele cu altele și care pot fi afectate separat în unele cazuri: memoria de lucru

și memoria de lungă durată, memoria declarativă și memoria implicită, memoria episodică și memoria semantică, învățarea abilităților, condiționarea și așa mai departe. Oamenii de știință au renunțat, prin urmare, la conceptul de „memorie” ca termen tehnic în psihologie și, în consecință, o posibilitate pe care va trebui să o luăm în considerare în această carte este că empatia nu scapă nici ea acestei logici. Să încercăm un mic joc: la ce te gândești când auzi cuvântul „empatie”? Acordă-ți un moment pentru a te gândi la un răspuns.

Gata? Hai să vedem. Te-ai gândit, probabil, la a fi politicos, a avea compasiune sau a-i ajuta pe cei care se confruntă cu probleme, așa cum ne cere diavolul de la Rolling Stones: „So if you meet me, have some courtesy / Have some sympathy and some taste” („De mă-ntâlnești, arată-mi amabilitate, / Un strop de compasiune și ceva tact”). O comportare complet opusă celei pe care o au protagoniștii povestirilor Marchizului de Sade, despre care am putea crede, cu siguranță, că erau lipsiți de orice empatie. Sau probabil te-ai gândit la schimbul de emoții care ne face să ne lăsăm impresionați de filmele dramatice sau, poate, la acel instinct care, printr-un gest brusc, ne determină să ne protejăm anumite părți ale corpului, ca atunci când, într-un film, cineva ridică amenințător un ciocan. Se poate să te fi gândit, de asemenea, la ușurința cu care unii se lasă contaminați de emoțiile sau comportamentul altora. Sau poate ți-ai amintit vreun caz istoric de contagiune a dezgustului, ori celebra scenă din *Prietenie (Stand by Me)* în care Gordie Lachance inventează povestea unui concurs de prăjituri cu gem în care Sacco di Largo, sătul de umilință, decide să se forțeze să vomite pentru a le induce nevoia de a vomita tuturor celor prezenți, atât concurenților, cât și juraților și publicului. Am putea spune, în acest caz, că o persoană lipsită de empatie nu ar fi

putut fi contaminată? Mai este posibil să te fi gândit, ca mulți alții, la capacitatea de a te pune în pielea altuia pentru a ghici ce va gândi sau cum va reacționa la o veste pe care urmează să i-o dai, pentru a înțelege imediat ce vrea și pentru a putea prevedea cum se va comporta. Însă lista nu se încheie aici. Există și empatia ca propensiune, când știm cum să-i acceptăm pe ceilalți și cum să-i iubim sau cum să îndrăgim animalele. E posibil și să-ți fi amintit că „empatia“ este cuvântul care apare de patru ori în scurta scrisoare de adio lăsată de Kurt Cobain, în care termenul este folosit cu referire la capacitatea de a socializa și de a fi în compania altora: „Pare atât de ușor pentru toată lumea să se înțeleagă cu ceilalți și să fie empatică [...]. Am o soție nemaipomenită, care emană ambiție și empatie [...]. Încă nu pot să trec peste frustrarea, vina și empatia pe care le am pentru toată lumea [...]. Pace, iubire, empatie“. Sau, în sfârșit, poate ai o instruire solidă în domeniu și te-ai gândit la filosofii germani de la începutul secolului al XIX-lea care, așa cum am spus mai sus, au considerat că empatia înseamnă simpla conștientizare a faptului că individul din fața noastră este o ființă umană care – spre deosebire de o statuie de marmură – simte.

În scurtul rezumat de mai sus, am detaliat un număr mare de fenomene mentale care nu au nimic – sau au foarte puțin – de-a face unele cu altele. Să ignorăm diferențele ar însemna să cădem în contradicție: să luăm, de exemplu, personajele sadice din povestirile Marchizului de Sade. Pe de o parte, categoric nu putem spune că erau sensibile la ceilalți sau altruiste; pe de altă parte, dacă urmărim exemplul filosofilor germani, erau perfect conștiente că individul pe care îl torturau era o ființă umană în agonie (altfel, ce plăcere ar mai fi găsit?). Așadar, e timpul să facem puțină ordine și să înțelegem că mecanismele mentale și neuronale pe care încercăm să le analizăm sunt multiple.

Specialiștii în neuroștiință fac distincție între două mari tipuri de empatie: empatia *afectivă*, care presupune capacitatea de a înțelege emoțiile celorlalți, și empatia *cognitivă*, care se referă mai mult la capacitatea de a anticipa ceea ce gândesc ceilalți. Este o primă aproximație satisfăcătoare, dar în mod cert două categorii nu sunt suficiente pentru a acoperi toate tipologiile pe care le-am menționat. Empatia afectivă se poate asocia, de exemplu, cu o puternică motivație, care poate merge în două direcții total diferite. Pe de o parte, poate evoca un sentiment altruist, prosocial, care vizează ajutorarea celorlalți și care seamănă cu ceea ce numim „compasiune” sau „milă”. Unii susțin că, de fapt, compasiunea este un concept foarte apropiat de acest sentiment. Altfel spus, este sentimentul care ne determină să donăm doi euro prin SMS victimelor unei catastrofe ecologice pe care tocmai am văzut-o la televizor. Pe de altă parte, empatia afectivă poate sugera un răspuns opus, adică un *sentiment aversiv*, într-un anumit sens egoist, motivat de dorința de a ne proteja de sentimentele negative transmise de individul pe care îl observăm. Acesta ne determină, de exemplu, să schimbăm canalul pentru a nu vedea suferința sfâșietoare a victimelor aceleiași catastrofe ecologice.

De aici lucrurile se complică, întrucât nu doar empatia afectivă poate declanșa compasiune. Să ne imaginăm că ducem un câine bolnav la eutanasiat: în definitiv, animalul nu este trist, deoarece el nu știe unde mergem, însă noi știm, și suntem triști pentru el. În astfel de cazuri, empatia nu implică recunoașterea sentimentelor altor persoane (cum am spus adineaori, câinele nu este trist), ci faptul că pe noi înșine ne încearcă anumite sentimente pe care ni le-au trezit alții. Acest sentiment de compasiune poate fi declanșat și de obiecte nesimțitoare: putem