

C' è modo e modo...

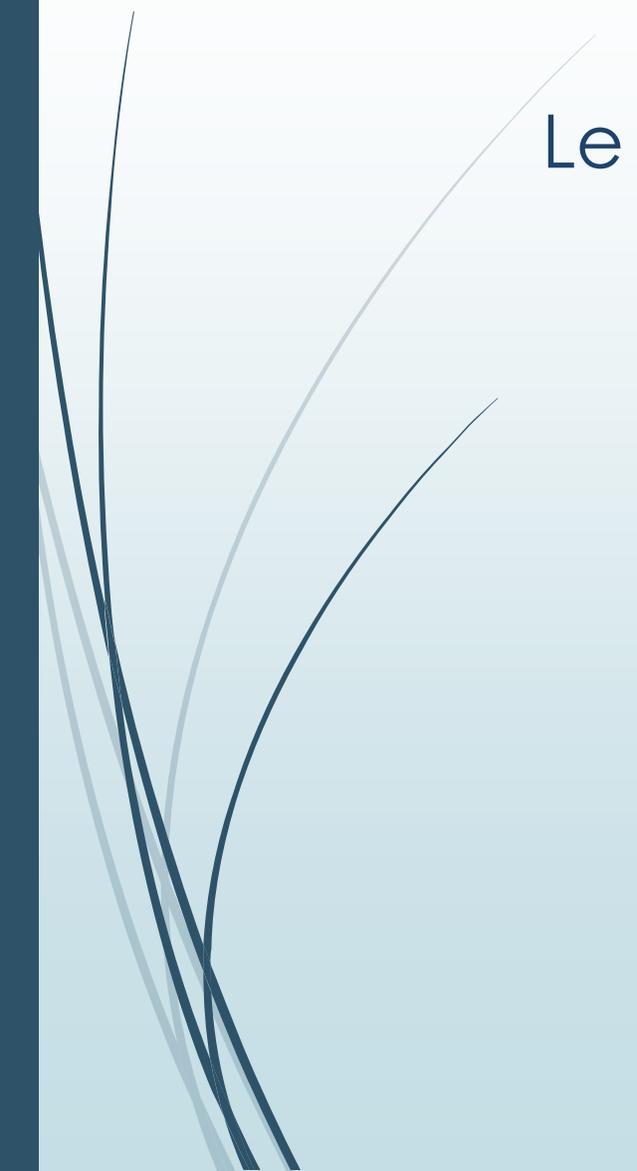
Laboratorio – Workshop con esercitazioni pratiche
a cura di Stefano Caracciolo

con la collaborazione di Chiara Agnoli e Raffaella Pantini



WORKSHOP ZERO

Le Radici della gentilezza da Occidente a Oriente



Etimologia e significato del termine in italiano – Confronto comparato con altri termini affini e in altre lingue antiche e moderne – Lettura di brani scelti da ‘Stile Giappone’ di Gian Carlo Calza - da ‘Laozi’ – dai Romanzi Galanti delle Dame giapponesi – La Gentilezza del Buddismo verso le cose del mondo - La gentilezza nell’ Antichità greco-romana – Gentilezza e Cavalleria nel Medioevo – ‘Amor ch’ al cor gentil ratto s’ apprende’ - Il Gentilhomme del Rinascimento – Il Cortegiano e le arti diplomatiche – Il Galateo di Monsignor della Casa. La Gentilezza nel Terzo Millennio: indici di esito a lungo termine.

William F. Baker Michael O'Malley

COMANDARE CON GENTILEZZA

PERCHÉ I LEADER BUONI SONO BUONI LEADER



Aliberti editore



La scienza psicologica si è disinteressata della gentilezza

- Le buone maniere
- Il comportamento altruistico
- Il dono
- La condivisione delle emozioni (empatia)
- La reciprocità sociale
- Le relazioni di attaccamento
- Le funzioni materne (holding, handling, nurturing)

Definizione di Gentilezza

- De Finis dal latino: mostrare i confini
- Se ci si può permettere di non mostrare troppe conoscenze in campo filosofico, e in particolare nel settore della logica, si può affermare che formulare una definizione sia un'operazione abbastanza semplice. In fondo, definire qualcosa si può fare, se seguiamo la classica posizione di Aristotele, seguendo poche regole: fornire l'essenza di ciò che viene definito, non avere troppi 'rimandi' interni, per evitare la circolarità, usare affermazioni positive, se possibile, evitando quelle negative, e non usare linguaggio oscuro o metaforico .



Ideogramma shun (Gentilezza)

- Il carattere "shun" che indica il concetto di gentilezza è costituito dal simbolo di una foglia che scorre dolcemente nel flusso delle acque di un fiume. La foglia si lascia abbracciare dall'acqua seguendo il corso naturale del torrente senza opporre nessuna resistenza: nella filosofia orientale l'idea di gentilezza è dunque intesa come mancanza di ostacoli nel percorso del destino di un essere umano



Gentilezza: ipotesi di ricerca verso una definizione

- Calore-Freddezza
- Apertura-Chiusura
- Intimità-Estraneità
- Politeness- Rudeness
- Generosità-Ristrettezza
- Precisione-Distrazione
- Inferiorità/servilismo-Superiorità/Superbia
- Lealtà/Viltà
- Giocare di rimessa-Prepotenza



Perché la Gentilezza

- Essere gentili ci fa bene
- Ricevere gentilezza ci fa bene
- Le persone gentili sono più sane, longeve, ben volute, produttive, felici
- Essere gentili dà vantaggi e fa risparmiare fatica



Dimensioni della gentilezza

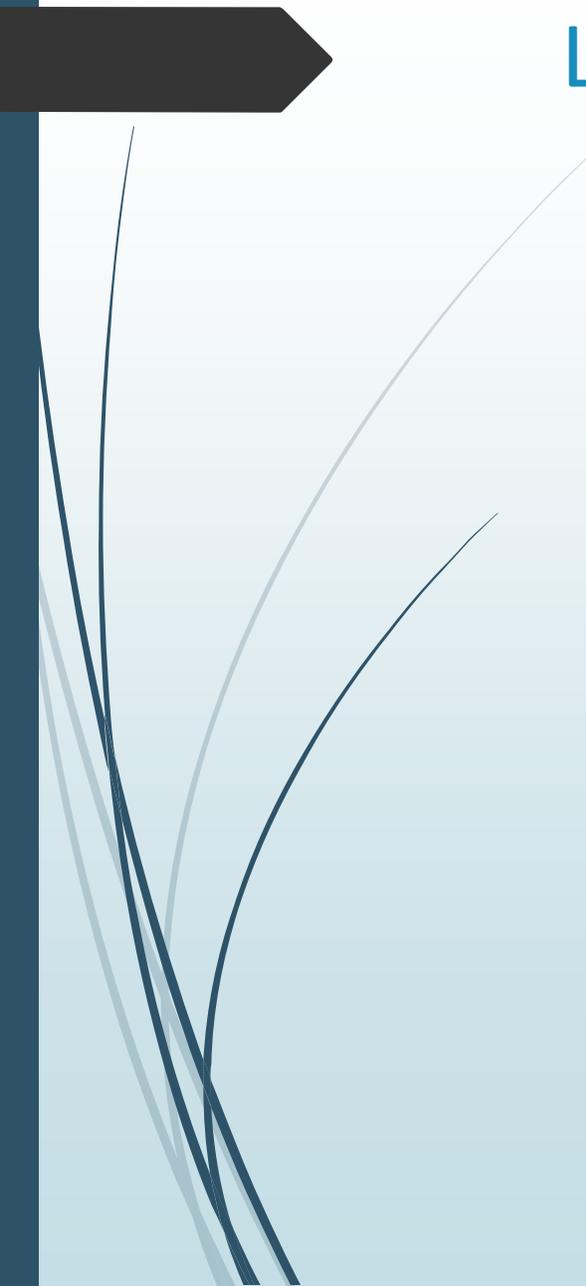
- Senso di Appartenenza alla stessa gens (famiglia)
- Gentilezza vera e falsa (Formazione Reattiva)
- Calore e intimità
- Attenzione
- Rispetto/Lealtà
- Generosità
- Memoria

gentile = *lat.* GENTILEM, che a lettera vale proprio di qualche gente, che appartiene alla stessa gente o famiglia: e siccome in genti non erano divisi che i nobili cittadini romani (v. *Gente*), così la voce Gentile passò in processo di tempo al significato moderno di Civile, Cortese, Garbato, Sensibile, Delicato, e procedendo oltre ancora di Piacente e Grazioso, come chi nasce di nobile schiatta.

« Gentile » si disse dai primi cristiani di Giudea il popolo romano, che innanzi la venuta di Cristo adorava gl'idoli; e ciò perché esso era ripartito in genti, ovvero per imitazione degli ebrei, i quali con linguaggio tolto dai libri sacri dicevano *le nazioni* (*gr.* ethnê, *lat.* gentes), per significare i popoli stranieri al loro culto.

Deriv. *Gentilezza* (= *gentilitia); *Gentilità*; *Gentilizio*.



A dark blue arrow points to the right at the top left. Below it, several thin, curved lines in shades of blue and grey sweep across the left side of the slide.

La misurazione della Gentilezza

Gentile ?

Sincero?

Dà Calore umano?

Ascolta con attenzione?

Mostra rispetto e comprensione?

È generoso e disinteressato?

È leale?



La Gentilezza nelle relazioni interpersonali

- ▶ Entrare in rapporto con l'Altro significa misurare le proprie ansie e paure nel contatto con l'ignoto e con l'estraneo
- ▶ Le buone maniere (cfr Galateo di Monsignor della Casa o il Cortegiano di Baldassarre Castiglione) sono prima di tutto un metodo di gestire e negoziare il rapporto con l'Altro cercando di ottenere il massimo possibile per tutti e due.

Gentilezza e Autenticità



8/07 2005-430 © John Ditchburn

Che cosa è gentilezza e che cosa non lo è?

Naturalmente, è possibile alludere al significato di un concetto cercando di chiarirlo persino contraddicendo queste regole.

Si pensi alla celebre affermazione di Samuel Butler (1912) :

- *“A definition is the enclosing a wilderness of idea within a wall of words.”*
- “Definire significa rinchiudere la foresta selvaggia delle idee dentro un muro di parole” Da una definizione ci si attende quindi non una descrizione del fenomeno, né una metafora che parafrasi l’essenza stessa del fenomeno, né una semplice enunciazione di alcuni aspetti di esso. Servirebbe qualcosa che possa denotare il fenomeno, come ha sostenuto Bertrand Russell (1905), consentendo di includere tutti i casi di quel fenomeno e, nel contempo, di escludere tutti i fenomeni diversi da quello definito. Russell B. *On Denoting*, “Mind”, 14, 1905, pp. 479-493.



definizioni personali

- ▶ *Elemento fondamentale* nell' attivare relazioni con persone sia occasionali che continuative sia personali che professionali al fine di avere relazioni potenzialmente efficaci.
- ▶ Essere disponibili ad ascoltare ed interagire con gli altri.
- ▶ Una modalità cortese e piacevole di porsi nei confronti degli altri, rispettando le caratteristiche dell' interlocutore e interpretando correttamente eventuali bisogni.
- ▶ E' rapportarsi e comunicare anche non verbalmente con disponibilità e ascolto.
- ▶ *Comportamenti* o gesti e risposte anche se non esattamente esaustive.
- ▶ Buona educazione accompagnata ad empatia verso gli altri.
- ▶ E' un atteggiamento volto a non offendere la suscettibilità altrui.
- ▶ Rispetto del prossimo.
- ▶ La gentilezza è un atteggiamento di disponibilità verso le persone con cui si viene a contatto finalizzato alla soluzione proposta a un problema/quesito. L' aspetto sostanziale viene supportato anche da un' espressione formale gradevole.



definizioni personali (2)

- La *capacità* di rivolgersi al prossimo con animo aperto e senza prevenzioni.
- La *capacità* di far sentire a proprio agio la/le persona/e che ti sta/stanno di fronte.
- E' un modo di essere. E' la base indispensabile per una buona comunicazione, per lavorare bene, per dare e per ricevere.
- La capacità di *relazionarsi* con il prossimo in modo empatico.
- La gentilezza è un atteggiamento (verbale e non solo) di rispetto verso l' altro.
- E' il *modo* di porsi agli altri e permettere di facilitare il rapporto tra più persone.
- La disponibilità nei confronti delle persone.
- Per gentilezza intendo i *modi* che una persona può avere verso un altro o verso un gruppo, per far sì che si crei un ambiente o una situazione di accoglienza e/o di partecipazione.
- E' un *sentimento* nobile che solitamente possiede colui che ha appreso fin dai primi giorni di vita la gioia di ascoltare e di dare e di attendere in cambio un sorriso.



definizioni personali (3)

- La gentilezza è un insieme di espressioni verbali e motorie che avvolgono la nostra persona nella giornata di lavoro e in tanti momenti della vita. Essa è molto importante sempre. Soprattutto nel nostro lavoro.
- Rapportarsi con le altre persone, conosciute o non conosciute, con rispetto, comprensione per le loro necessità, pazienza e “buona educazione”.
- La disponibilità ad ascoltare cercando di entrare nella mente di chi mi parla e di capacità di *relazionarsi* con la stessa modalità.
- Una disponibilità verso gli altri, garbata e non invasiva.
- Capacità/*dote* naturale per confrontarsi con altri in situazioni particolari. *Modo* in cui ci si propone agli altri.
- La gentilezza è innanzitutto educazione ed è un segno di personalità e classe. E' un modo di essere.
- Accoglienza dell' altro.

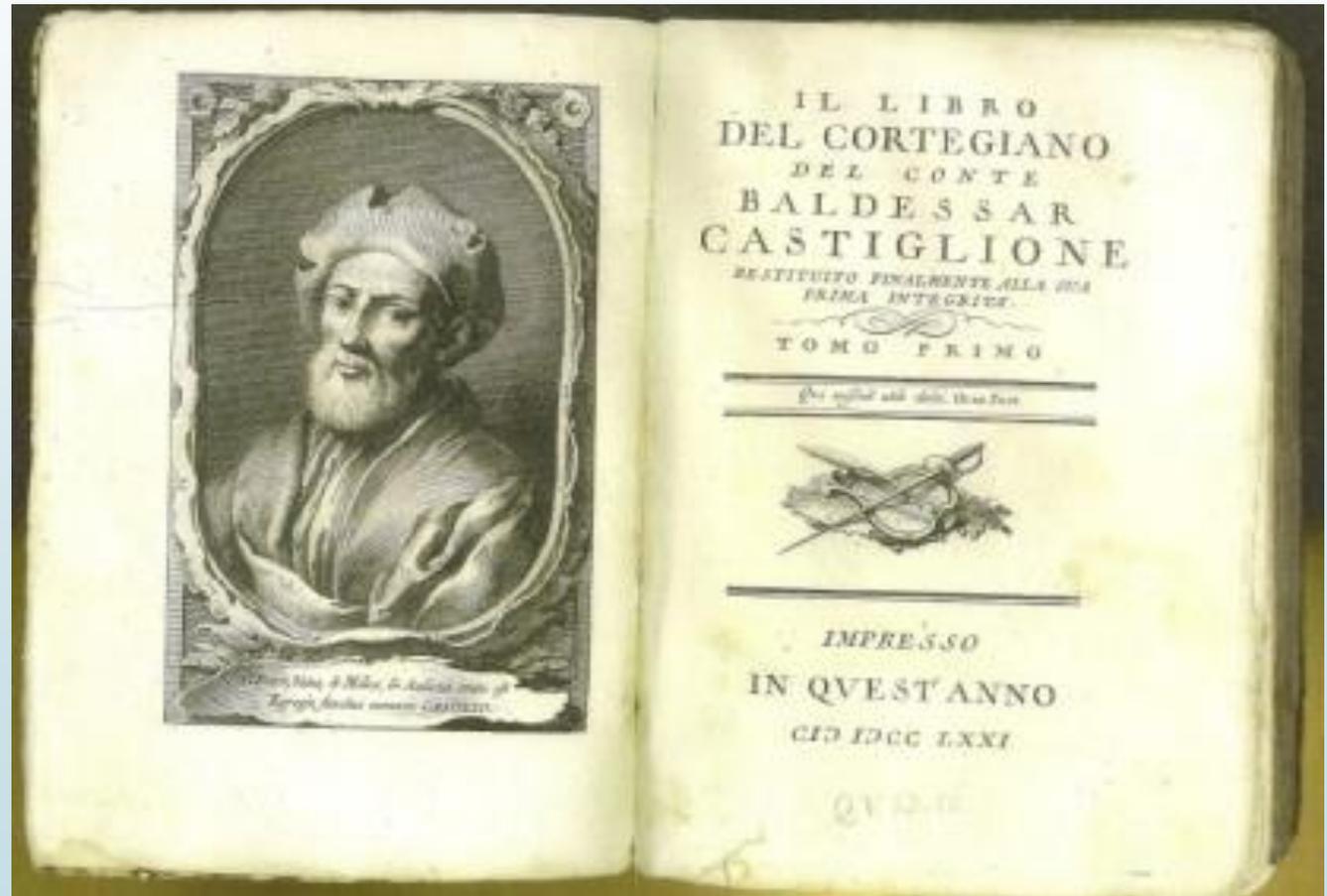


definizioni personali (fine)

- ▶ E' la *base* principale dell' essere umano per poter comunicare con gli altri, ed essere *sereni* con noi stessi.
- ▶ Essere gentili con le persone con cui si ha a che fare: essere disponibili, *socievoli*; cercare di essere d' aiuto. Essere *sensibili* alle necessità altrui.
- ▶ E' la *base* di ogni rapporto interpersonale.
- ▶ Porsi alle persone guardando il viso con sorriso che apra verso gli altri. Muovendosi con grazia anche con il resto del corpo e dimostrando interesse alla persona stessa.
- ▶ Prestare attenzione agli altri, essere cordiali.
- ▶ E' l' attenzione verso l' altro; la capacità *cortese* di rispondere alle richieste, anche se il risultato non deve essere necessariamente l' accondiscendenza (si può essere gentili anche a dire di no!).
- ▶ Rispetto dell' altrui persona - educazione corretta – lealtà – sincerità.
- ▶ Uno *stile* di interazione che si basa su linguaggi verbali e non verbali improntati all' apertura verso l' altro e alla *non aggressività*.

Il Cortegiano (1528) di Baldassarre Castiglione

- ▶ CORTESIA
- ▶ Da “Corte”
- ▶ Quattro Libri di cui uno riservato alle dame di corte
- ▶ Non ‘buone maniere’ in assoluto ma maniere ‘buone’ nel senso di ‘efficaci’ per ottenere obiettivi concreti nel rapporto con i sovrani





Il Buddha

- **Siddhārtha Gautama**, meglio conosciuto come **Gautama Buddha**, il **Buddha** storico, Buddha Śākyamuni o semplicemente **Buddha** (Lumbini, 8 aprile 566 a.C. – Kuśināgara, 486 a.C.) è stato un religioso, monaco buddhista, filosofo, mistico e asceta indiano, fondatore del Buddhismo, è una delle più importanti figure spirituali e religiose dell'Asia. Visse approssimativamente tra il 566 a.C. e il 486 a.C. e proveniva da una famiglia ricca e nobile del clan degli Śākya, da cui anche l'appellativo Śākyamuni. La tradizione vuole che il **Buddha** abbia intrapreso la ricerca dell'illuminazione a 29 anni quando, incontrando un vecchio, un malato e un morto, comprese improvvisamente che la sofferenza accomuna tutta l'umanità. Dopo essersi imbattuto in un monaco mendicante, calmo e sereno, stabilì di rinunciare alla famiglia, alla ricchezza e al potere per cercare la verità.

La Gentilezza del Buddismo verso le cose del mondo

Il Discorso della Gentilezza Amorevole del Buddha

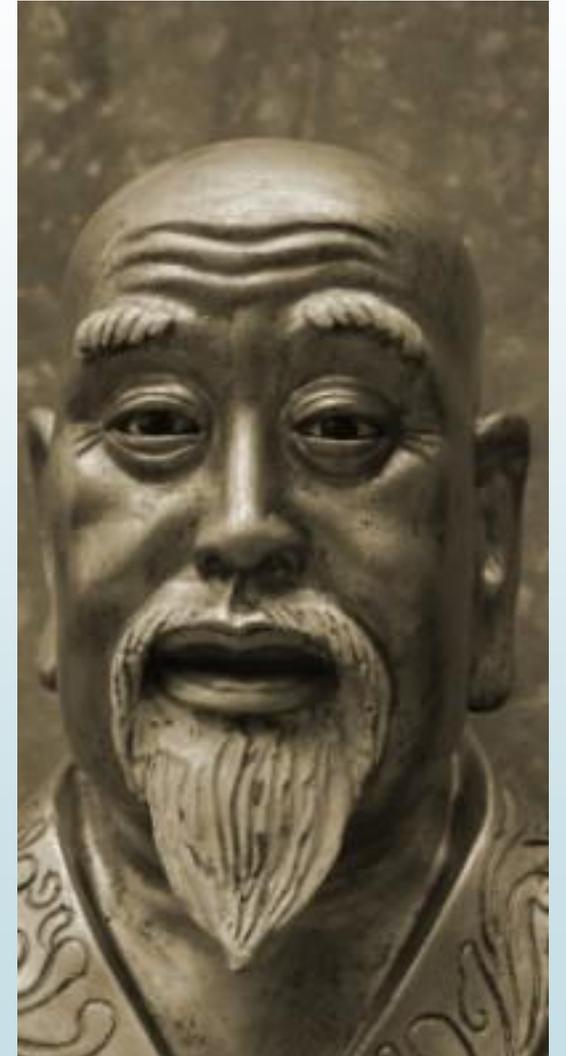
- "Questo è quanto deve essere fatto da colui che è abile nel rispetto del bene avendo ottenuto la condizione di pace: sia egli valente, retto, integro, dal cortese eloquio, gentile e non arrogante.
- Sia soddisfatto e parco, sia frugale e abbia pochi obblighi, maturo, non sia impudente e non abbia avido desiderio.
- Non commetta alcuna vile azione per cui altri saggi possano vedere tutte le creature essere felici ed in pace, che la loro mente sia



Laozi'

- ▶ Laozi (vecchio maestro): antico filosofo e poeta
- ▶ poesia sapienziale cinese del V/IV Secolo a.C.

- 1 Bontà che eccelle è simile all' acqua
- 2 Che sta nel giovar ai 10000 Esseri e farsi quieta e tranquilla
- 3 Occupa il Luogo che ognun disdegna
- 4 E, per questo, prossima è alla Via.
- 5 Di una dimora, vale la posizione
- 6 Del cuore, vale la profondità



Gentilezza giapponese

Gian Carlo Calza, "Stile Giappone"

- ▶ Intorno al Mille si era sviluppata nella antica capitale Heyankyo, l'odierna Kyoto, una cultura esclusiva con perfetta fusione tra l'idea più speculativa sino-indiana del buddhismo e quella shintoista della natura.
- ▶ Assonanza e risonanza fra uomo e natura
- ▶ La gentilezza come schermo dei rapporti interpersonali
- ▶ Gentile non è buono, non è educato, non è cortese
- ▶ Gentile è come si deve essere

Gian Carlo Calza
Stile Giappone

Einaudi



Il Cortegiano (1528) di Baldassarre Castiglione

- ▶ Castiglione esorta il suo apprendista cortigiano ad un calcolo analitico e sistematico, a cui non sfugga nulla di ciò che deve essere fatto e detto:
 - ▶ *« consideri ben che cosa è quella che egli fa o dice e 'l loco dove la fa, in presenza di cui, a che tempo, la causa perché la fa, la età sua, la professione, il fine dove tende e i mezzi che a quello condur lo possono; e così con queste avvertenzie s'accomodi discretamente a tutto quello che fare o dir vole »*(Il cortegiano, II, 7)

Conversazione e Comunicazione efficace

- Castiglione, dunque, teorizza quale debba esser l'arte di chi sta a corte descrivendola anzitutto come arte della conversazione: il compito del "cortegiano" è infatti primariamente quello di piacere al principe e la conversazione è appunto uno degli strumenti per generare tale piacevolezza, il torneare con motti ingegnosi, il dispiegare facezie, arguzie e giochi di parole, inscenando un "gioco ingegnoso" che permetta di conversare amabilmente.



Machiavelli: Il leone, la volpe e l'agnello

- Il Principe di Machiavelli
- La Volpe: astuzia
- Il Leone: forza
- L'agnello e la mansuetudine
- L'agnello simbolo sacrificale
- Woody Allen e l'ironia:

“E il lupo giacerà con l'agnello, ma l'agnello dormirà ben poco”



Norberto Bobbio: Elogio della Mitezza (1994)

- ▶ Virtù ‘deboli’ (Il principe cristiano di Erasmo da Rotterdam: clemenza, gentilezza, equità ecc) e virtù ‘forti’
- ▶ Opposte alla ‘mitezza’: arroganza, protervia, violenza
- ▶ La mitezza è la più impolitica delle virtù (???) o l’altra faccia della politica, è diversa dalle remissività, umiltà e modestia, è affine alla tolleranza, alla compassione, alla misericordia



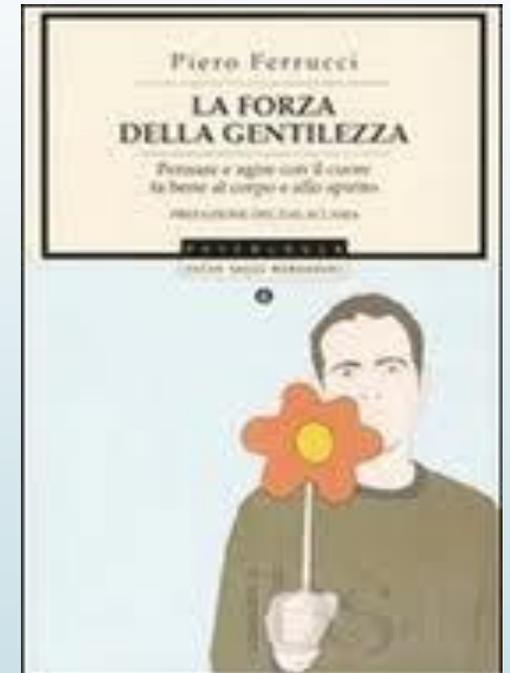
“Essere Buoni Conviene” di Stefan Einhorn (2007)

- Generosità
- Vedere gli altri
- Empatia
- Responsabilità
- Il ‘Buon’ esempio
- Autocoscienza e crescita personale



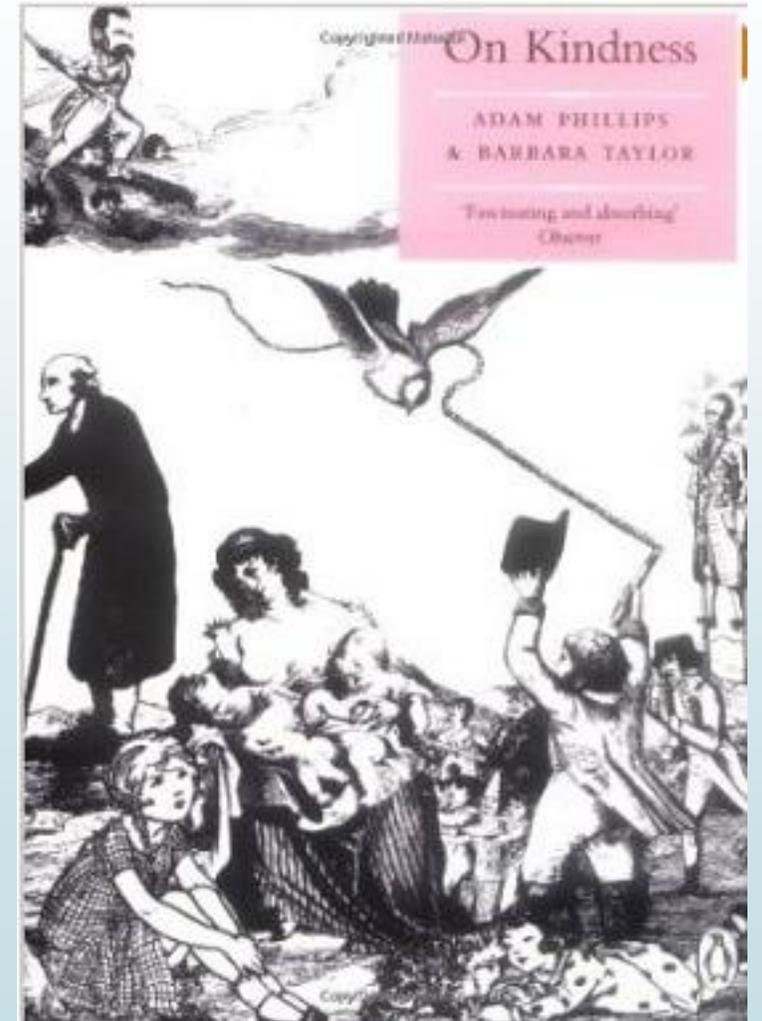
La Forza della Gentilezza di Piero Ferrucci (2004)

- Sincerità
- Calore
- Perdono
- Appartenenza
- Contatto
- Fiducia
- Empatia
- Attenzione
- Umiltà
- Pazienza
- Generosità
- Rispetto
- Flessibilità
- Memoria



On Kindness di A.Phillips & B.Taylor (2009)

- Storia della gentilezza
- Precedenti filosofici:
- La filosofia antica – Seneca e gli Stoici
- Il Cristianesimo: la caritas di S.Agostino
- Kant e la conclusione della Critica della ragion pratica: “Due cose riempiono l'animo di ammirazione e venerazione sempre nuova e crescente, quanto più spesso e più a lungo la riflessione si occupa di esse: il cielo stellato sopra di me, e la legge morale in me”.
- Hobbes: Homo Homini Lupus, aggressività ed egoismo
- Rousseau e l'Emile: la pitié come capacità squisitamente umana



La Gentilezza in ambito lavorativo

- Rispetto
- Capacità di perdono
- Attenzione
- Calore umano
- Lealtà
- Contatto
- Ascolto
- Umiltà
- Empatia
- Pazienza
- Fiducia
- Generosità
- Appartenenza



Il peggior nemico della gentilezza: la fretta!



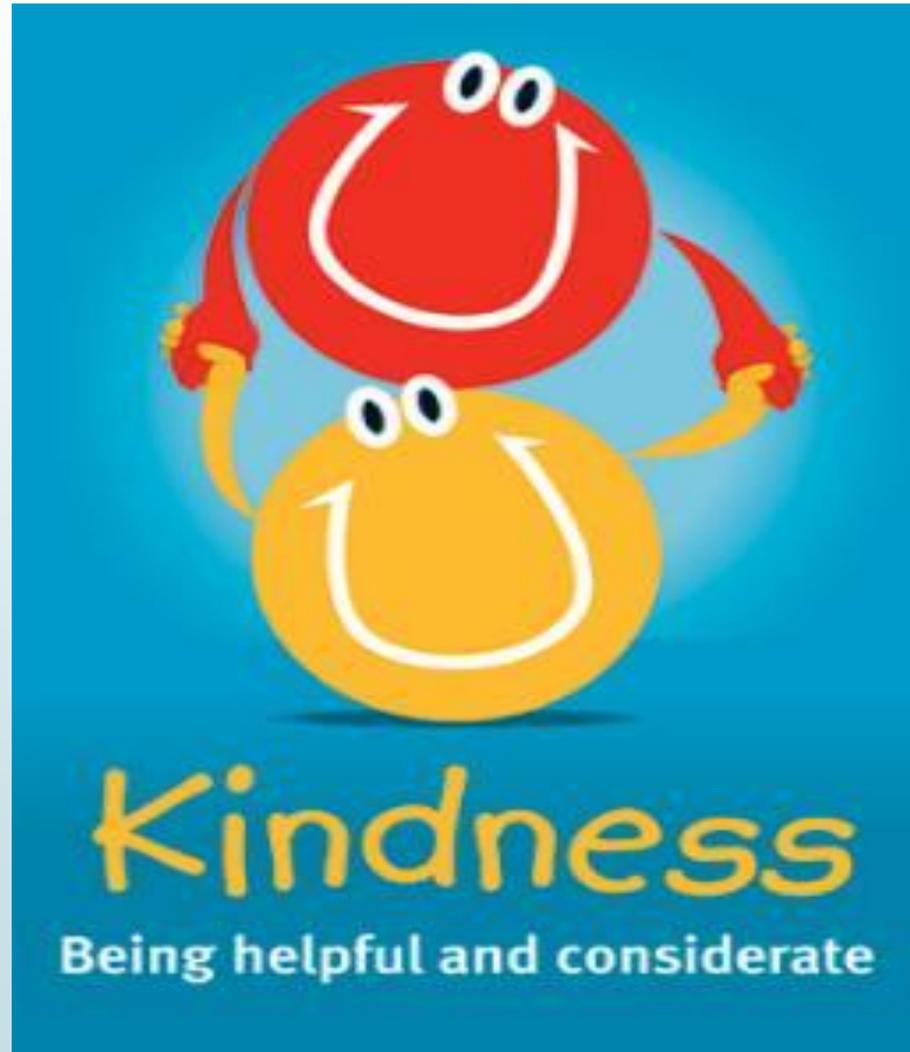
La Reciprocità sociale

"La regola d'oro" è un valore morale fondamentale che "si riferisce all'equilibrio in un sistema interattivo tale che ciascuna parte ha diritti e doveri; la norma secondaria della complementarità afferma che i diritti di ciascuno sono un dovere per l'altro. Essenzialmente si tratta di un codice etico in base al quale ciascuno ha diritto a un trattamento giusto e la responsabilità di assicurare la giustizia agli altri. L'etica della reciprocità tra individui è il fondamento della convivenza pacifica, della legittimità, della giustizia, del riconoscimento e del rispetto tra individui, delle religioni civili. La reciprocità è la base essenziale per il moderno concetto di diritti umani, anche se tale concetto incontra delle critiche. Un elemento chiave della Regola d'Oro è che una persona che cerca di vivere in base a questa regola tratta tutte le persone, e non solo i membri della propria comunità di appartenenza, con rispetto. La regola d'Oro ha radici in molte culture diverse. Importanti filosofi e personaggi religiosi l'hanno formulata in modi diversi. La "reciprocità" sintetizza con viva autenticità in sé le parole "libertà" e "uguaglianza".

La Regola d'Oro (Golden Rule)

- La regola d'Oro era un principio comune nella filosofia dell'Antica Grecia. Alcuni esempi:
- "Non fare al tuo vicino quello che ti offenderebbe se fatto da lui" (Pittaco)
- "Evita di fare quello che rimprovereresti agli altri di fare" (Talete)
- "Quello che vorresti i tuoi vicini facessero a te, ciò sia anche per loro" (Sesto Pitagorico)
- "Non fare agli altri ciò che ti riempirebbe di ira se fatto a te dagli altri" (Isocrate)
- "Ciò che tu eviteresti di sopportare per te, cerca di non imporlo agli altri" (Epitteto)

Gentilezza e Felicità



Gentilezza e Allegria



A
smile
for
a
stranger
opens
many
gates

I Sette pilastri del rapporto Medico - Paziente



Giordania
il Wadi Rum
e il
Jebel Kazhali

gentilezza sincerità empatia competenza efficacia fiducia alleanza

Gentilezza e Generosità



KINDNESS

Kindness in words creates confidence.
Kindness in thinking creates understanding.
Kindness in giving creates love.



© 2008



La Storia delle Quattordici Mucche donate agli USA

Nel giugno 2002 lo studente universitario Kimeli Willson Naiyomah, nato in Kenia ma proveniente da Stanford, tornò a casa a Enoosaen, il suo paese di origine, un villaggio ai confini con la Tanzania, portando una terribile notizia. Mentre si trovava a New York in settembre 2001 un aereo era stato lanciato contro una grande casa, fatta di due torri gemelle, e Kimeli aveva visto morire migliaia di persone e il dolore colpire l'intera Nazione che lo ospitava, gli Stati Uniti d'America.

Gli anziani della sua tribù Masai, considerando che gli Stati Uniti avevano ospitato il loro figlio come un figlio proprio, decisero che dovevano riunirsi e fare qualcosa per alleviare la sofferenza di quel paese lontano, e decisero di donare la cosa più preziosa che esiste nel loro paese ed è considerata più sacra: inviarono al funzionario dell'Ambasciata Americana a Nairobi quattordici mucche, affermando che si trattava semplicemente di "un fazzoletto con cui poter asciugare le lacrime".

Le mucche furono consegnate da una delegazione in costume tradizionale, accompagnate da striscioni in cui si leggeva: "To the people of America, we give these cows to help you"



Il senso del dono

- La prima considerazione è che il dono ha, naturalmente, un aspetto comunicativo, in quanto segnale portatore di contenuto (ciò che io do a te) ma anche di relazione (ti do questo perché io sono in un certo rapporto con te: es. sono un tuo congiunto che prova affetto per te, oppure un tuo suddito che ti teme, oppure sono un tuo superiore che ricompensa la tua devozione).
- L' esempio ci aiuta a capire anche la radice empatica della donazione – mi sento come se fosse capitato a me – e la catena delle reciprocità. Gli Stati Uniti d' America, in seguito alla commovente donazione, hanno stanziato quattordici borse di studio per altrettanti ragazzi del villaggio di Enoosaen.

Generosità e Dono nello Sviluppo Psicologico

- Privarsi di un oggetto e farne dono è un'operazione che parte dal concetto di possesso e di proprietà, che si sviluppa nelle fasi più precoci della vita psichica infantile. La classica posizione freudiana che parte dalla posizione infantile, pregenitale, della fase sadico-anale, in cui il possesso dell'oggetto è un elemento forte, da cui è in certi momenti difficile o addirittura impossibile staccarsi (è il caso dell'oggetto transazionale descritto da D.W.Winnicott), non è che il punto di partenza, almeno nelle dinamiche dello sviluppo normale. Nelle fasi successive, infatti, come documentato anche da recenti ricerche, passa la frontiera fra l'egocentrismo infantile (3-4 anni di età) e lo sviluppo dei comportamenti altruistici (a partire dai 7-8 anni). Soltanto con il passaggio dal pensiero concreto infantile al pensiero logico-deduttivo, dall'adolescenza in poi, il comportamento altruistico acquisisce gradualmente le caratteristiche della fase genitale, potendosi collocare anche a livelli diversi, più astratti ed evoluti, rispetto alla fase di investimento pulsionale nell'oggetto.
- Ecco quindi spiegata la transizione, già accennata, fra le pulsioni di appropriazione e accoppiamento distruttivo, caratteristiche di un'organizzazione istintuale di tipo pregenitale, infantile, e le pulsioni di scambio e accoppiamento creativo, tipiche dell'organizzazione istintuale di tipo genitale, più matura. La lettura delle transazioni affettive, nei diversi accoppiamenti fra pulsioni di vita e pulsioni di morte, può avvenire a livelli maturativi differenti.
- In base all'Enciclopedia di Laplanche e Pontalis, per oggetto ci si riferisce qui alla prima delle tre accezioni, ovvero all'"oggetto in quanto correlato della pulsione": ciò in cui e con cui la pulsione cerca di raggiungere la sua meta, cioè un certo tipo di soddisfacimento. Può trattarsi di una persona o di un oggetto parziale, di un oggetto reale o fantasmatico.
- Fehr E, Bernhard H, Rockenbach B: Egalitarianism in Young Children. Nature, 454: 1079-1083, 2008.



L' Identificazione e la Sublimazione

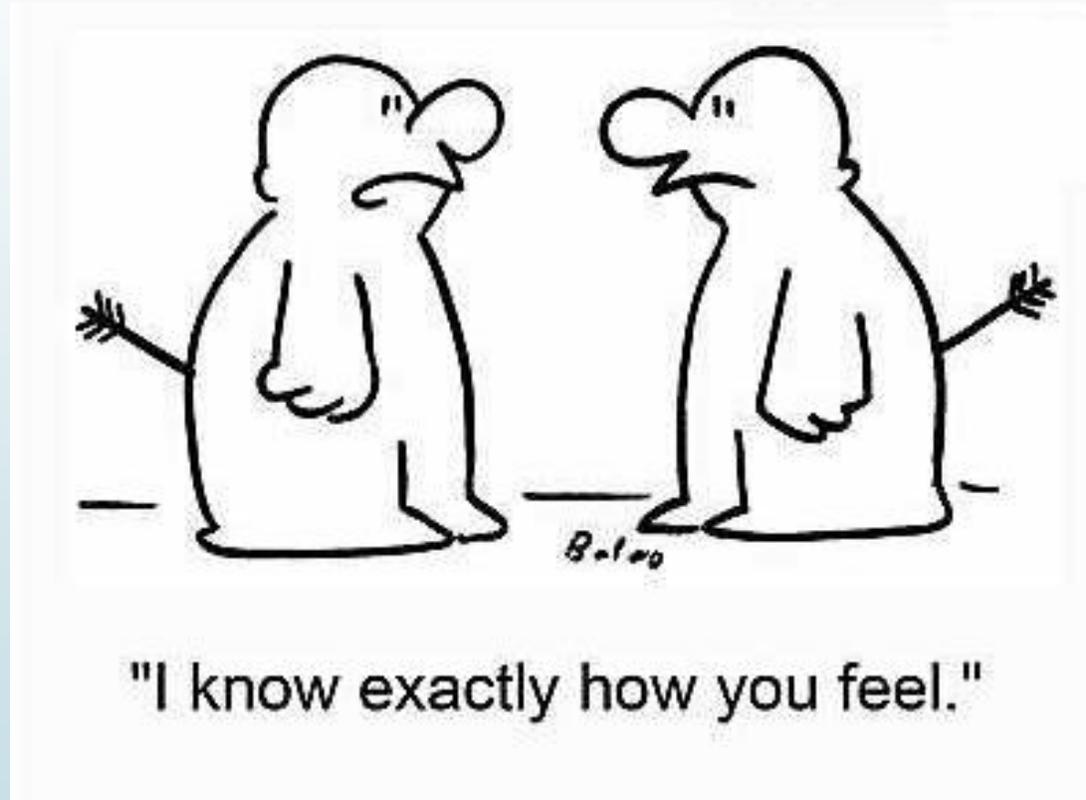
- L' esempio della donazione del sangue ci proietta immediatamente ai livelli più elevati, quello vicino ai meccanismi inconsci della identificazione e della sublimazione: sacrifico qualcosa di me, con un costo reale ma da mettere in un bilancio che non sarà mai verificato con la aritmetica, per donarlo ad uno sconosciuto, che pertanto non sarà mai in grado di restituirmi nulla. Sublimazione perché un elemento concreto viene trasformato in un valore astratto, senza passaggi intermedi ma semplicemente traducendosi in atto, identificazione perché il passaggio prevede un 'mettersi nei panni dell' altro' che rimane peraltro inespresso.



Dalla Identificazione all' Empatia

- Nel momento però in cui si fa strada nella coscienza con chiarezza il sentire i sentimenti dell' altro, il processo diviene interattivo e reciproco e necessita di una testimonianza, di una comprensione da parte dell' altro e di un feedback (' capisco come ti senti '): questo complesso fenomeno prende il nome di empatia, o, meglio, processo empatico: si tratta di processo perchè prevede una serie di fasi, necessita di una interazione personale, non è affatto scontato, anzi a volte non si innesca o si innesca a ritroso, diventando ' antiempatia ' o, più volgarmente antipatia, quando si rifugge dal sentirsi nei panni dell' altro.

Capisco perfettamente come ti senti.





Meccanismi dell' Empatia

Se consideriamo l' empatia un fenomeno incidentale nelle relazioni umane, non riproducibile sulla base di una volontà, ma che amplifica le possibilità di uno scambio profondo e duraturo, specialmente significativo in tutte le professioni di aiuto, e specialmente nell' ambito della psicoterapia, ne dobbiamo concludere che si tratta di un evento abbastanza stocastico, non programmabile né gestibile, autentico e puro.

In altra sede si è affermato che l' empatia appartiene infatti al campo generale delle emozioni e dei sentimenti che l' individuo prova di fronte a stimoli esterni. Essi gli trasmettono una sorta di vibrazione e risonanza emotiva che colpisce e pervade la sua mente cosciente. È evidente che esiste comunque una forma non del tutto conscia di empatia, in un continuum che, per esprimerci nei termini della teoria topica della personalità di Freud, va dalla parte della mente che contiene materiale totalmente inconscio a quella che comprende il vissuto perfettamente conscio.

Empatia come apertura verso l'Altro

- All' interno di questo campo essa va collocata come una sensazione tutta interiore, che non si traduce necessariamente in comportamenti o in espressioni verbali, anche se occasionalmente può farlo, che insorge all' improvviso e che, quando arriva alla coscienza, si rende subitaneamente percepibile dal soggetto che, con un senso misto di stupore e di commozione, la prova. È in questa risonanza con il soggetto sofferente che si rileva un' altra analogia: il soggetto che prova empatia si trova inconsapevolmente a ricreare dentro di sé in modo artificiale l' universo del soggetto con cui 'empatizza', ma deve poi, se si trova in ambito professionale, possedere tecniche che gli consentano di padroneggiarla e di esprimerla compiutamente all' interlocutore per poterla utilizzare. La ricostruzione, in miniatura, della esperienza dell' altro diviene soverchiante se assunta 'in toto' mentre rimane fondamentale se sublimata in un comportamento di apertura e di aiuto verso l' altro



La Gentilezza come ‘Dono di Sé’ è il precursore privilegiato dell’ Empatia

- Ma se l’aspetto empatico della relazione è davvero un fatto accidentale, che cosa contrassegna, nella relazione con l’altro, la possibilità di un dono con le caratteristiche che abbiamo visto tipiche: la gratuità del comportamento, la mancanza di un interesse immediato e calcolato, l’innescò di un meccanismo di reciprocità?
- Proponiamo come possibile candidato per questo ruolo di ‘ dono di Sé ’ un elemento comunissimo e spesso sottovalutato, mal definito e del tutto inesplorato sul piano scientifico, nel rapporto con l’ Altro: la gentilezza.

The Milk of Human Kindness

Definita poeticamente da William Shakespeare in Macbeth ‘The Milk of Human Kindness’, la gentilezza comprende uno spettro semantico allargato di idee, sentimenti, intenzioni di accoglienza e cura verso l’Altro che spesso si traducono in comportamenti semplici ed elementari. Una definizione operativa da noi proposta per la gentilezza è la seguente:

“a complex phenomenon in human interactions in which some behavior of an actor is perceived as ‘good’, ‘friendly’, ‘fair’ by an opponent, significantly increasing the probability to elicit similar behaviors in turn.”

Risulta evidente che la gentilezza, così intesa, rappresenta un primo e fondamentale gradino che, a fronte di un sacrificio di Sé basato sul dono di una disponibilità limitata ma gratuita e disinteressata, innesca un meccanismo di reciprocità destinato ad alimentare un rapporto di fiducia e di scambio.

- Caracciolo S. , Strepparava M.G.: Self-evaluated vs. perceived kindness in the physician-patient relationship: a preliminary psychometric study. Relazione presentata alla Conferenza Internazionale della European Association for Communication in Health (EACH), Oslo (NOR), 2-5 settembre 2008.

Franco Fornari: “Genitalità e Cultura”

- *“Ricevere qualcosa è possibile in quanto c’è un altro che la dà. La ricettività reciproca non implica la passività che si contrappone all’attività, ma è piuttosto qualcosa che si integra con l’oblatività reciproca. Il dare e il ricevere si collegano cioè alla categoria del dono, che a sua volta presuppone l’appartenenza di qualcosa a due soggetti e uno scambio di essa tra di loro. L’uso linguistico sottolinea il fatto che nel rapporto genitale ogni partner vive il genitale dell’altro nella propria appartenenza attraverso l’espressione di “avercelo dentro” riferibile sia all’uomo che alla donna. L’appartenenza reciproca del genitale dell’altro durante l’amplesso sessuale esprime un’esperienza che è mediata dalla identificazione confusiva infantile e nello stesso tempo della realtà del rapporto sessuale adulto. In questa prospettiva non ha molto senso parlare di primato dell’attività maschile sulla passività femminile. Si tratta piuttosto dello scambio di un dare e di un ricevere reciproco e simmetrico, in cui la ricettività si articola reciprocamente con l’oblatività.”*

Grazie della attenzione



