



ΤΑ ΦΡΕΣΚΑ

ΤΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΕΝΤΑΞΗΣ ΤΩΝ 11^{ΟΥ} & 63^{ΟΥ}
ΔΗΜΟΤΙΚΩΝ ΣΧΟΛΕΙΩΝ ΑΘΗΝΩΝ

Θέμα : «Ενσυναίσθηση»

Πώς ο νους μας ιδιοποιείται τα αλλότρια πάθη»

Τ. 30 09-12-2013

Άποσπασμα Άρθρου του Σπ. Μανουσέλη (Ελευθεροτυπία 29-01-2011)

Τι ακριβώς συμβαίνει «μέσα» μας όταν βλέπουμε ένα γνωστό ή και άγνωστο πρόσωπο να σφαδιάζει από τον πόνο ή ένα παιδάκι να κλαίει απαρηγόρητο; Εύκολα διαπιστώνει κανείς ότι σε αυτές τις περιπτώσεις δεν αντιλαμβανόμαστε απλώς τις εκδηλώσεις χαράς ή λύπης των άλλων, αλλά έχουμε τη δυνατότητα να **βιώνουμε** προσωπικά και σχεδόν σωματικά τέτοια αλλότρια συναισθήματα. Για να περιγράψουμε την αιγυμιατική ικανότητά μας να **μοιραζόμαστε** από κοινού και να βιώνουμε σε πρώτο πρόσωπο τα συναισθήματα ενός τρίτου προσώπου η σύγχρονη νευροψυχολογία καταφεύγει στην έννοια της «**ενσυναίσθησης**».

Όλοι γνωρίζουμε πόσο εξαιρετικά δύσκολο, και ενίοτε βασιανιστικό, μπορεί να είναι το να περιγράψουμε με λέξεις όχι αυτό που σκεφτόμαστε αλλά αυτό που νιώθουμε. Γιατί άραγε ένα απίστευτα μεγάλο μέρος της ανθρώπινης επικοινωνίας βασίζεται και τελικά συντελείται με μη λεκτικά επικοινωνιακά μέσα (όπως π.χ. με τη «γλώσσα» του σώματος);

Παρά τις «λογοκεντρικές» προκαταλήψεις μας, ο ανθρώπινος λόγος - προφορικός ή γραπτός- ίσως αποτελεί εν τέλει ένα ιδιαίτερα φτωχό και συχνά παραπλανητικό μέσο επικοινωνίας. Ακριβώς γι' αυτό όταν μιλάμε με κάποιον πρόσωπο δεν περιορίζομαστε μόνο στο «τι λέει» αλλά και στο «πώς το λέει». Πολύ συχνά, μάλιστα, καταλαβαίνουμε καλύτερα τι πραγματικά «θέλει να πει» από το πώς το λέει: στο αδιαφανές παιχνίδι της ανθρώπινης επικοινωνίας η γλώσσα του σώματος αποδεικνύεται ιδιαίτερα εύγλωττη.

Πρόσφατες έρευνες στον χώρο της νευροψυχολογίας επιβεβαιώνουν και εξηγούν επιστημονικά αυτό που ανέκαθεν γνωρίζαμε ή μάλλον διαισθανόμασταν εμπειρικά: οι ανθρώπινες σχέσεις -διαπροσωπικές και κοινωνικές- βασίζονται και σε μεγάλο βαθμό διαμορφώνονται από «μη λεκτικούς» και εν μέρει μη συνειδητούς κώδικες **επικοινωνίας**. Από τις ανεπαίσθητες αλλαγές στον τόνο της φωνής, στη στάση του σώματος, αλλά και από τις χειρονομίες ή από τις εκφράσεις του προσώπου του συνομιλητή μας καταλαβαίνουμε πολύ περισσότερα από όσα ο ίδιος μάς λέει ή, ενδεχομένως, από όσα θα ήθελε να καταλάβουμε. Για να εξηγήσουν αυτή τη «μαγική» ικανότητα να ταυτιζόμαστε ή να εισδύουμε απρόσκλητοι στις «εσωτερικές» νοητικές καταστάσεις των άλλων προσώπων οι ειδικοί χρησιμοποιούν την έννοια «empathy», όρο που ορθά αποδίδεται ως «ενσυναίσθηση» και όχι βέβαια ως «συμπάθεια» ή ακόμη χειρότερα ως «εμπάθεια». Το γεγονός ότι εμείς οι άνθρωποι, όπως εξάλλου και τα περισσότερα θηλαστικά, είμαστε σε θέση να «**συναισθανόμαστε**», να «αντιλαμβανόμαστε» βιωματικά τα αισθήματα ενός τρίτου προσώπου αποτελεί κοινότοπη διαπίστωση. Η εξήγηση ωστόσο του γιατί και του πώς ακριβώς συμβαίνει αυτό το καθημερινό «θαύμα» αποδεικνύεται, όπως θα δούμε, λιγότερο κοινότοπη.

Η μέχρι χθες κοινωνικά υποτιμημένη και παραμελημένη από την επιστήμη βιολογική μας ικανότητα για ενσυναίσθηση έχει μετατραπεί τα τελευταία χρόνια σε αντικείμενο συστηματικής διερεύνησης τόσο των νευροεπιστημών όσο και της εξελικτικής ψυχολογίας. Κοινός στόχος αυτών των ερευνών είναι να αποκαλύψουν τις βιολογικές (εξελικτικές και εγκεφαλικές) προϋποθέσεις και τους νευροψυχολογικούς μηχανισμούς που επιτρέπουν την εμφάνισή της.

Υπερβαίνοντας τα αυτιστικά μας όρια : Η ενσυναίσθηση δεν είναι απλώς ένας επιστημονικός νεολογισμός αλλά μια θεμελιώδης νοητική λειτουργία: αναφαίρετο συστατικό στοιχείο των σχέσεών μας με τους άλλους και με τον κόσμο που μας περιβάλλει. Η πιο πρόσφατη γενεαλογία αυτής της έννοιας θα μπορούσε να αναζητηθεί στα κείμενα των ρομαντικών συγγραφέων του δέκατου ένατου αιώνα Herder και Novalis, οι οποίοι θεωρητικοποίησαν την υπερβατική εμπειρία **ενότητας** της υποκειμενικής ψυχής με την αντικειμενική Φύση. Ωστόσο, μόνο μετά το 1906, με τη δημοσίευση της μονογραφίας του Γερμανού φιλόσοφου-ψυχολόγου Theodor Lipps με τίτλο «Ενσυναίσθηση και αισθητική απόλαυση», η έννοια αυτή θα αρχίσει να κάνει δειλά δειλά την εμφάνισή της στα φιλοσοφικά σαλόνια της κεντρικής Ευρώπης. Για τον Lipps η ενσυναίσθηση αποτελεί στα αναγκαία συνθήκη όχι μόνο κάθε αισθητικής εμπειρίας αλλά και της βαθύτερης ενότητας του υποκειμένου με τον κόσμο.

... Το επόμενο αποφασιστικό βήμα στην εξέλιξη αυτής της έννοιας θα πραγματοποιηθεί με την πρωτοποριακή φαινομενολογική προσέγγιση της Edith Stein, νεαρής μαθήτριας του μεγάλου φιλόσοφου E. Husserl. Το 1916 στη διδακτορική της διατριβή με τίτλο «Περί του προβλήματος της ενσυναίσθησης», η Stein καταφέρνει να μετατρέψει σε φιλοσοφικό πρόβλημα ό,τι μέχρι τότε ήταν ένα «βασανιστικό αίνιγμα», όπως ο ίδιος ο Χούσερλ περιέγραφε την ενσυναίσθηση. Για τη νεαρή φιλόσοφο, αντίθετα, η ενσυναίσθηση αποτελεί την εμπειρία «που βρίσκεται στη βάση όλων των μορφών μέσω των οποίων **προσεγγίζουμε** ένα άλλο πρόσωπο». Είναι, σύμφωνα με τη Stein, το παράδοξο ενέργημα μέσω του οποίου η αλλότρια πραγματικότητα, ό,τι εμείς δεν είμαστε, ό,τι δεν έχουμε ακόμη βιώσει ή δεν θα βιώσουμε ποτέ και ό,τι μας μεταθέτει αλλού, στο ανοίκειο, μετατρέπεται σε συστατικό στοιχείο της **βαθύτερης** και **διευρυμένης εμπειρίας** μας αυτού που υπάρχει πέρα και έξω από εμάς. Και αποτελεί ασφαλώς ειρωνεία ότι η σημαντικότερη ερευνητρια της ενσυναίσθησης θα πέσει η ίδια θύμα της ανεπαρκούς ενσυναίσθησης των ναζι: λόγω της εβραϊκής καταγωγής της θα μεταφερθεί σε στρατόπεδο συγκέντρωσης, όπου θα εξοντωθεί σε ένα θάλαμο αερίων.

Η φαινομενολογία της ενσυναίσθησης : Πολλές δεκαετίες αργότερα, οι πρωτοποριακές διαισθήσεις, που τόσο πρόωρα διατύπωσε στο έργο της η Stein, θα επιβεβαιωθούν από την επιστημονική μελέτη του φαινομένου της ενσυναίσθησης, και ειδικότερα από τις σχετικές ψυχολογικές, ηθολογικές και νευροβιολογικές έρευνες. ... Σε ό,τι αφορά το πεδίο των ψυχολογικών ερευνών, τα τελευταία χρόνια έγινε απολύτως σαφές ότι η ικανότητα να βιώνει κανείς σε πρώτο πρόσωπο, δηλαδή να «ταυτίζεται» με τις νοητικές καταστάσεις, τις υποκειμενικές εμπειρίες ή τα προσωπικά συναισθήματα των άλλων, είναι μια νοητική ικανότητα που εμφανίζεται πολύ νωρίς, ήδη από το δεύτερο ή **τρίτο έτος** της ζωής ενός παιδιού! Σύμφωνα με τον John Bowlby, διάσημο Βρετανό ψυχχαναλτή, αποφασιστικό ρόλο στην ανάπτυξη της ικανότητας της ενσυναίσθησης παίζει η ψυχολογική «**προσκόλληση**» του νεογέννητου στους γονείς του ή σε όποιον το φροντίζει καθημερινά. ... Αλλά και πλήθος ηθολογικών ερευνών (η ηθολογία μελετά τις βιολογικές προϋποθέσεις και τα αίτια της συμπεριφοράς των ζώων) επιβεβαιώνουν ότι το φαινόμενο της προσκόλλησης αποτελεί τη βάση για τη μετέπειτα ανάπτυξη της ενσυναίσθησης τόσο στα ζώα όσο και στους ανθρώπους. Για παράδειγμα, έχει διαπιστωθεί ότι τα δελφίνια, οι ελέφαντες, διάφορα άλλα θηλαστικά και όλα ανεξαίρετως τα πρωτεύοντα αποκρίνονται ενσυναισθητικά στον **πόνο** των άλλων, ειδικότερα όταν με αυτόν που υποφέρει υπάρχει κάποια συναισθηματική προσκόλληση, π.χ. όταν γνωρίζονται από καιρό. Όσο λοιπόν μεγαλύτερη είναι η συναισθηματική **προσέγγιση** και οικειότητα τόσο μεγαλύτερη θα είναι και η ενσυναισθητική απόκριση. Παράλληλα όμως, η ικανότητα **εξοικείωσης** και **συνταύτισης** με τους άλλους εξαρτάται, με τη σειρά της, σε μεγάλο βαθμό από την ενσυναισθητική μας ευαισθησία. Όπως το θέτει και ο διάσημος ψυχολόγος Daniel Coleman, «η ενσυναίσθηση οικοδομείται πάνω στην **αυτεπίγνωση**. Όσο περισσότερο **ανοιχτοί** είμαστε στις **ίδιες μας** τις συγκινήσεις τόσο περισσότερο **ικανοί** θα είμαστε στο να αντιληφθούμε τα συναισθήματα» (βλ. «Η συναισθηματική νοημοσύνη», εκδ. Ελληνικά Γράμματα, σελ. 148). Σε μια εποχή κοινωνικής βαρβαρότητας όπως η σημερινή, όπου ο τυφλός οικονομικός ανταγωνισμός συνοδεύεται από τον ακραίο και ανερυθρίαστο εγωτισμό, ένας όλο και μεγαλύτερος αριθμός ατόμων οδηγείται σε μια ναρκισσιστική ή, ακριβέστερα, **αυτιστική κωφότητα** απέναντι στον πόνο και τα δεινά των συνανθρώπων μας.