



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PADOVA

**Dipartimento di Filosofia, Sociologia, Pedagogia e Psicologia
Applicata (FISPPA)**

Corso di laurea in Scienze Psicologiche sociali e del lavoro

Elaborato finale

**EMPATIA INTERPERSONALE: VALIDAZIONE DI UN
QUESTIONARIO AD HOC E OSSERVAZIONI SULLA DIFFERENZA DI
GENERE**

(INTERPERSONAL EMPATHY: VALIDATION OF AN AD HOC QUESTIONNAIRE AND
COMMENTS ON THE GENDER DIFFERENCE)

Relatore

Prof.ssa Arianna Palmieri

Correlatore esterno

Dott. Emanuele Pick

***Laureanda:* Alessia Ceolato**

***Matricola:* 1192947**

Anno accademico 2021-2022

CAPITOLO 1	
INTRODUZIONE	4
1.1 Origini della parola “empatia” e la molteplicità delle definizioni	4
1.2 Strumenti di misura dell’empatia fino ad oggi	6
1.3 La necessità di un nuovo strumento di misura per l’empatia interpersonale	9
CAPITOLO 2	
DIFFERENZE DI GENERE NELL’EMPATIA	10
2.1 Studi condotti su cuccioli di animali e bambini piccoli	10
2.2 Livelli di testosterone e differenze di genere nell’empatia	12
CAPITOLO 3	
3.1 Costruzione dell’Interpersonal Empathy Questionnaire di stato e di tratto	15
3.2 Partecipanti	16
3.2.1 Cambiamento dei criteri di inclusione	18
3.3 Somministrazione e le diverse fasi di ricerca	19
CAPITOLO 4	
RISULTATI	22
CAPITOLO 5	
DISCUSSIONE DEI RISULTATI E CONCLUSIONI	
5.1 Discussione dei risultati e conclusioni	30
5.2 Limiti della ricerca	33
BIBLIOGRAFIA	34
APPENDICE	41

CAPITOLO 1: INTRODUZIONE

1.1 L'ORIGINE DELLA PAROLA EMPATIA E LA MOLTEPLICITA' DELLE DEFINIZIONI

Oggi giorno la parola “empatia” è utilizzata in senso comune per descrivere la capacità di comprendere lo stato d'animo, i comportamenti e le emozioni altrui, ovvero “mettersi nei panni degli altri”.

E' da considerarsi, dunque, come uno dei tratti fondamentali della personalità che rende le persone esseri sociali poiché facilita le relazioni interpersonali, dando così forma ad una rete di individui che interagiscono tra di loro. Nonostante le persone siano delle singole isole fisiche, a livello psicologico sono profondamente intrecciate: condividono gli stati mentali interni degli altri quotidianamente, anche inconsciamente.

Tuttavia, questa definizione del concetto la possiamo collocare solo negli anni più recenti; precedentemente, negli studi condotti da filosofi e psicologi verso la fine dell'800, “La capacità cognitiva di scindere gli stati mentali interni altrui dai propri era chiamata “*Sympathy*”” (Eisenberg & Lennon, 1983).

Fu il filosofo tedesco Robert Visser a coniare tale termine, originariamente denominato in lingua tedesca come “*Einführung*”. Tale parola nasce all'interno di un contesto legato alla riflessione Estetica tedesca, ove con empatia si intendeva la capacità di *sentir dentro*, ossia di percepire la natura esterna come interna, appartenente al nostro stesso corpo, in riferimento all'osservazione di un'opera d'arte.

Alcuni decenni dopo, lo stesso termine fu usato dallo psicologo Theodor Lipps, il quale lo considerava come un processo inconscio ed istintivo di fusione tra l'osservatore e l'osservato (Aragona et al., 2013), ovvero il sentirsi in armonia con l'altro, cogliendone i sentimenti, le emozioni e gli stati d'animo e quindi in piena sintonia con ciò che egli stesso vive.

Grazie a questa rivisitazione del concetto, non si parlava più di un'interazione tra un organismo biologico e un oggetto, bensì tra due esseri viventi (Aragona et al., 2013).

Solo nel 1909, Edward Bradford Titchener, tradusse il termine di “*Einführung*” con “empatia”, dal greco εμπάθεια (“έν”, “in”, e “-πάθεια”, “passione”), ovvero sentire dentro (Bosnjakovic & Radionov, 2018).

In seguito a questa evoluzione del concetto, molti studiosi hanno definito l'empatia in diversi modi in quanto è un fenomeno molto complesso e multidimensionale: è considerato come un processo interpersonale e un'abilità individuale (Barret Lennard, 1981), come un tratto di personalità (Archer

et al., 1981), come una capacità o una competenza (Riess, 2015), come risposta o reazione alle esperienze degli altri che si osservano (Shamay-Tsoory, 2019) e come comportamento interpersonale (Mercer, 2004).

Al contrario, altri la definiscono come compassione per la posizione del soggetto che si ha di fronte (Eisenber et al., 1983). Ci sono, probabilmente, tante definizioni di empatia quanti sono gli autori che se ne sono occupati (Decety & Jackson, 2004).

Poiché il termine “empatia” è spesso utilizzato in modo generico, è necessario compiere una chiara distinzione dei diversi tipi di empatia e dei vari aspetti che la compongono: è infatti composta da una componente affettiva e una cognitiva.

L’empatia affettiva corrisponde alla condivisione di stati emotivi altrui in maniera vicaria, ovvero, l’abilità di provare un’emozione uguale o molto simile a quella di un terzo, consapevoli che essa derivi dallo stato emotivo di quest’ultimo.

La componente cognitiva invece consiste nella capacità di riconoscere le emozioni altrui come fossero proprie. In questo caso l’empatia rappresenta una vera e propria competenza che ci porterebbe ad immedesimarsi mentalmente nella realtà altrui per comprendere al meglio i punti di vista, pensieri ed emozioni, senza tuttavia esserne offuscati dallo stato emotivo dell’altro. L’empatia è dunque l’abilità a condividere i sentimenti dell’altra persona, l’abilità cognitiva di intuire cosa l’altra persona stia provando e l’intenzione “socialmente vantaggiosa” di rispondere con compassione alla sofferenza dell’altro (Decety & Jackson, 2004).

Questo pensiero è ripreso anche da Zaki e Ochsner, i quali definiscono l’empatia come l’abilità e la tendenza a condividere e comprendere gli stati interni degli altri e sostengono sia composta da tre elementi principali: “*experience sharing*”, ovvero la tendenza a condividere le emozioni degli altri; “*mentalizing*”, ossia considerare gli stati interni degli altri e le loro possibili cause; “*prosocial concern*”, cioè esprimere la motivazione a migliorare l’esperienza dell’altro.

Ognuna di queste tre componenti è stata tradotta anche in altri termini: “*mentalizing*” come empatia cognitiva, “*perspective taking*” come teoria della mente, “*prosocial concern*” come simpatia, preoccupazione empatica ed “*experience sharing*” come empatia affettiva (Zaki & Ochsner, 2012).

Gli autori sostengono l’indipendenza dei tre processi: infatti, “*experience sharing*” si ritiene sia presente sia dalla nascita (Anisfeld, 1991; Meltzoff & Moore, 1977), mentre “*mentalizing*” si svilupperebbe solo verso la fine del primo anno, inizio del secondo.

Un’altra dimensione che sostiene l’ipotesi che si tratti di processi distinti è il livello di automaticità: l’*experience sharing* può avvenire anche al di fuori della consapevolezza (Neumann & Strack, 2000), mentre *mentalizing* può avvenire solo se la persona ne è consapevole.

1.2 STRUMENTI DI MISURA DELL'EMPATIA FINO AD OGGI

La misurazione dell'empatia rappresenta una seria sfida per i ricercatori in discipline che vanno dalla psicologia sociale, alle differenze individuali e alla psicologia clinica. Parte di questa sfida deriva dalla mancanza di una definizione chiara e universale di empatia.

Un altro aspetto che rende difficile la misurazione di questo costrutto è dato dal fatto che l'empatia prevede l'interazione di almeno due persone che si influenzano a vicenda, consciamente e inconsciamente. È quindi certo che il concetto di empatia non può prescindere dall'altro: per questo motivo è un fenomeno interpersonale. Nonostante ciò, finora la maggior parte della letteratura ha tradotto questo costrutto esclusivamente come intrapersonale.

Da un'analisi della letteratura precedente non ancora pubblicata, condotta dal gruppo di ricerca della Prof.ssa Palmieri (elaborato di tesi di Ciumau, 2020; elaborato di tesi di Pirazzoli, 2020) è emerso che termini come "empatia reciproca", "empatia intersoggettiva" o "interpersonale" sono usati molto spesso, ma la maggior parte delle volte vengono utilizzati senza prendere in considerazione il significato preciso attribuito a queste espressioni, ma riferendosi all'empatia intrasoggettiva, che quindi riguarda solo il singolo soggetto.

Da una review degli strumenti di misura dell'empatia (Neumann et al., 2015), si possono categorizzare tre macrogruppi: a) misure self-report, che includono la misurazione tramite "*paper and pencil measures*"; b) misure comportamentali, che includono valutazioni di stimoli sperimentali e performance ; c) misure neuroscientifiche, che includono "*brain imaging techniques*" (fMRI), elettroencefalogramma (EEG) e altri strumenti specifici (Neumann et al., 2015).

Nella tabella 1 vengono riportati gli strumenti più utilizzati:

Come si può notare, gli strumenti di misura usati negli ultimi 15 anni sono per lo più misure self-report (Ilgunaite et al., 2017).

Table 2 – Summary of empathy measures and frequency of use among selected articles

Instrument	Times	% all studies (N = 252)	
Self-report	IRI	43	17.10%
	Jefferson Scale of Physician Empathy	33	13.10%
	Empathy Quotient	25	9.90%
	Consultation and Relational Empathy	11	4.40%
	Jefferson Scale of Empathy	10	4.00%
	Likert scale	8	3.20%
	QCAE	6	2.40%
	Empathy Concern Scale	5	2.00%
	Jefferson Scale of Patient's Perceptions of Physician Empathy	5	2.00%
	Jefferson Scale of Empathy-Health Profession Students version	5	2.00%
	Empathy-Based Stories	3	1.20%
	Basic Empathy Scale	3	1.20%
	Questionnaire Measure of Emotional Empathy	3	1.20%
	Toronto Empathy Questionnaire	3	1.20%
Other	fMRI activation paradigm	8	3.20%
	EMG	4	1.60%
	Reading the Mind in the Eyes	4	1.60%
	EEG activity	3	1.20%

Note. Times = number of times this instrument was met in the papers.

Tabella 1

Alcuni dei test più utilizzati sono:

- Interpersonal Reactivity Index (IRI; Davis, 1980, 1983): misura le differenti reazioni ed esperienze personali di un individuo mentre ne osserva un altro (Davis, 1983). E' stato progettato per misurare le diverse componenti dell'empatia;
- Empathy Quotient (EQ; Baron-Cohen & Wheelwright, 2004): misura l'empatia cognitiva, la reattività emotiva e le abilità sociali;
- The Questionnaire of Cognitive and Affective Empathy (QCAE; Reniers et al., 2011): sviluppato per misurare l'empatia cognitiva ed affettiva;
- Basic Empathy Scale (BES; Jolliffe & Epstein, 1972): strumento che misura l'empatia emotiva e cognitiva con due sottoscale: "*Cognitive Empathy Subscale*" (misura la comprensione delle emozioni altrui) e "*Affective Empathy Scale*" (che misura la parte emotiva delle persone);
- Questionnaire Measure of Emotional Empathy (QMEE; Mehrabian & Epstein, 1972): strumento che misura l'empatia emotiva attraverso 7 sottoscale tra cui la vulnerabilità al contagio emotivo, il desiderio di essere in contatto con persone che hanno dei problemi o la tendenza ad essere emotivamente toccati dalle buone o cattive capacità emotive degli altri;

- Eyes Test (Baron-Cohen et al., 1997): è un compito di teoria della mente, il quale richiede la presentazione di 37 fotografie di volti di cui è visibile solo la regione oculare. Al soggetto si richiede di indicare l'aggettivo che meglio descrivere ognuno di questi sguardi (Serafin & Surian, 2004). Questo test permette di mettere in evidenza deficit del riconoscimento degli stati mentali complessi.

Da un'analisi della letteratura non ancora pubblicata dal gruppo di ricerca della Prof.ssa Palmieri (elaborato di tesi Ciumau, 2020; elaborato di tesi Pirazzoli, 2020), è emerso che la letteratura è ricca di articoli che trattano dell'empatia in generale e secondo un punto di vista unidirezionale; non sono però presenti né strumenti né teorie che considerino l'empatia come un fenomeno interpersonale, ad eccezione della Relational Cultural Theory (RCT) di Jean Baker Miller e il modello fasico di Barrett- Lennard.

La RTC è un modello teorico che indica che l'empatia reciproca avviene quando due persone si rapportano l'uno con l'altra in un contesto di interesse reciproco, responsività emotiva e apprezzamento cognitivo dell'interesse dell'altro (Jordan, 1995).

In termini relazionali, due persone creano empatia reciproca nel momento in cui l'ascoltatore è influenzato dall'esperienza dell'altro e l'altro è commosso dall'impatto che ha avuto sull'ascoltatore (Comstock et al., 2002).

Questa teoria si trova in opposizione ai paradigmi individualistici della tradizione occidentale e propone una prospettiva relazionale: la consapevolezza personale e relazionale forniscono il miglior rimedio al dolore e all'isolamento (Jordan, 1995).

Nella teoria di Barrett-Lennard, l'empatia interpersonale viene descritta come un fenomeno multiforme, caratterizzato da una serie di step distinti, che non seguono sempre una sequenza definita. Affinché si attui empatia tra due persone, è necessaria una condizione di particolare attenzione da parte di entrambi gli interlocutori, definita "insieme empatico dell'attenzione" (Barrett- Lennard, 1993). Una volta soddisfatta tale condizione, il processo si articola in tre fasi: la fase di ricezione e risonanza con l'ascoltatore (quando l'ascoltatore dà all'altra persona una restituzione dell'esperienza che ha vissuto attribuendogli un significato); una seconda fase di comunicazione da parte di chi sta empatizzando di aver compreso di essersi sintonizzato emotivamente con l'altra persona; infine, la terza fase: esperienza di essere ascoltati e capiti profondamente.

Un'altra idea innovativa che viene introdotta da Barrett-Lennard è che una risposta empatica è possibile non solo verso le esperienze del singolo, ma anche verso le relazioni, concepite come delle unità con una propria presenza e individualità.

L'idea dell'empatia verso un sistema relazionale rappresenta un livello distinto di empatia (Barrett-Lennard, 1981) per cui è necessario un meccanismo chiamato meta-empatia, il quale ha a che fare con la consapevolezza di A di come B vive la risposta di A (Barrett-Lennard, 1981). In questo modo diventa centrale l'esperienza vissuta da entrambi i soggetti.

Tuttavia, nemmeno questa teoria ha portato al considerare l'empatia come un costrutto interpersonale in quanto il focus rimane sulle fasi del processo, le quali sono tutti processi intrapsichici che nel loro insieme creano un'esperienza intersoggettiva.

In altri termini, è il processo empatico che crea un evento interpersonale, non è l'empatia ad essere il fenomeno interpersonale.

Inoltre, Barrett-Lennard è stato l'unico studioso che ha creato uno strumento di misurazione dell'empatia interpersonale, sviluppando anche un Inventario delle Relazioni, uno strumento di misurazione in grado di valutare l'empatia tra terapeuta e paziente. Questo strumento utilizza la scala "*Empathic Understanding*" (EU), che valuta come l'empatia sia percepita da un individuo implicato in una relazione, ed è suddivisa in due parti: "*Other toward self*" (gli altri verso di me): valuta l'empatia percepita dal soggetto durante la relazione; "*Myself to Others*" (me verso gli altri): valuta l'empatia che il soggetto pensa di aver comunicato all'altra persona.

1.3 LA NECESSITA' DI UN NUOVO STRUMENTO DI MISURA DELL'EMPATIA IN OTTICA INTERPERSONALE

Il fatto che non esista una misura dell'empatia in ottica interpersonale, se non l' *Empathic Understanding Scale* (EUS) di Barrett-Lennard, risulta paradossale in quanto il processo empatico presuppone che si mettano in relazione due individui.

L'obiettivo del nostro lavoro è la progettazione e la costruzione di un questionario che permetta di valutare il processo empatico da una prospettiva interpersonale.

La progettazione dello strumento si basa sul modello di Zaki e Ochsner (2012, 2016) perché è moderno e sostenuto da evidenze neuroscientifiche; è ispirato alla struttura della sottoscala *Empathic Understanding* di Barrett-Lennard, per cui si è scelto di utilizzare lo stesso item per entrambe le persone. A differenza di quest'ultimo però, si volgerà uno sguardo verso un'ottica più moderna, in quanto lo strumento sopracitato è datato alle seconda metà del secolo scorso.

Lo strumento di misura idealizzato da Barret-Lennard nasce in una prospettiva psicoterapeutica centrata sul cliente, mentre il nostro verterà sulla distinzione della dimensione di stato e di tratto dell'empatia.

Sono state esaminate diverse definizioni di empatia che potevamo dare, ma abbiamo scelto il termine interpersonale poichè nessun'altra parola rappresentava al meglio la definizione che volevamo dare di tale costrutto.

CAPITOLO 2: DIFFERENZE DI GENERE ANCHE NELL'EMPATIA

2.1 STUDI CONDOTTI SU ANIMALI E BAMBINI PICCOLI

Numerosi studi condotti, soprattutto nella seconda metà del XX secolo, hanno riportato come si sia riscontrata un'affinità tra l'empatia che si prova tra persone e quella che viene provata dagli animali.

Si pensa, dunque, che l'evoluzione dell'empatia risalga alle cure materne dei mammiferi. Che sia un topo o un elefante, una madre ha bisogno di essere in sintonia con le indicazioni di fame, pericolo o disagio dei suoi piccoli e tutto ciò sembra far scaturire dei forti comportamenti di empatia verso l'altro.

Uno degli studi che esemplifica questo fenomeno è sicuramente quello condotto sulle scimmie Bonobo (De Waal, 2012). Inizialmente, vennero condotti degli esperimenti che rilevarono che le scimmie in questione provavano empatia e cercavano di creare una rete sociale solamente con altre scimmie con cui condividevano una parentela. Tuttavia, questa affermazione è stata falsificata in quanto il DNA estratto dalle feci di scimpanzé (che si trovavano nei luoghi di aggregazione delle scimmie) fece comprendere ai ricercatori che questi animali creano contatti con coloro i quali non condividono un legame di sangue: non si sono ritrovati gruppi i cui membri condividevano parte del DNA, bensì è stata riscontrata una forte eterogeneità. (De Waal, 2012).

Un ulteriore studio ha evidenziato come le scimmie Bonobo hanno più materia grigia nelle regioni cerebrali coinvolte nella percezione del disagio, tra cui l'amigdala dorsale destra e l'insula anteriore

destra (De Waal, 2012). Per gli studiosi, ciò sembrerebbe quindi un'indicatore aggiuntivo che prova che le scimmie Bonobo provano empatia verso il prossimo.

Recenti studi hanno indicato che anche i roditori possono mostrare una modulazione del comportamento vedendo un altro roditore soffrire. Da alcuni ricercatori, questo mutamento di comportamento viene considerato come una forma di empatia.

Si è notato che i roditori esprimono la loro paura tramite *freezing*, misurato utilizzando il condizionamento classico di Pavlov (Martin, 2011). I ricercatori hanno anche osservato che i roditori esercitano *freezing*, non solo se loro stessi erano sottoposti ad una situazione difficile o dolorosa, ma semplicemente anche solo osservando altri roditori che provano dolore, come per esempio quando in alcuni esperimenti alcuni topi venivano sottoposti a forti shock e scosse (Jeon et al., 2010; Jeon & Shin, 2011).

Alcuni studi, come per esempio quello condotto da Roth-Hanania e collaboratori, (Roth-Hanania et al., 2011) hanno esaminato le risposte empatiche durante il primo anno di vita di un bambino. La maggior parte di questi studi si è focalizzata sul periodo neonatale, esaminando la risposta del neonato in risposta al distress causato dal pianto di altri bambini.

Questa ricerca ha dimostrato come anche i bambini piccoli rispondono con *self-distress* al pianto dei loro pari e risultano meno influenzati da altri rumori, ugualmente forti o bruschi.

È quindi particolarmente probabile che il pianto di un altro bambino inneschi un pianto contagioso e che angosci anche il bambino che lo sta osservando o sentendo. Questa reazione è stata interpretata come prova angoscia empatica, quindi una forma rudimentale di empatia.

Un'altra moltitudine di studi ha fornito delle ulteriori prove a riguardo, sostenendo che i bambini molto piccoli sono, in effetti, in grado di mostrare una varietà di comportamenti legati all'empatia con meno influenze come negli adulti, per esempio con la desiderabilità sociale.

Già da 18 a 72 ore dopo la nascita, i neonati che sono stati sottoposti al pianto di un altro bambino spesso manifestavano reazioni di angoscia rappresentata da un pianto reattivo, o contagio emotivo

(Sagi & Hoffman, 1976; Martin & Clark, 1982). I neonati hanno risposto più fortemente al pianto di un altro bambino rispetto ad una grande varietà di stimoli come il silenzio, i rumori bianchi, pianti non umani (Sagi & Hoffman, 1976; Martin & Clark, 1982). Ciò suggerisce che le reazioni di angoscia del bambino al pianto di un altro bambino non sono delle semplici risposte al rumore del pianto, piuttosto, sembrerebbero essere un precursore molto precoce della risposta empatica. Dall'età di 4-5 anni, i bambini in genere sono capaci di mettersi nei panni degli altri durante i compiti di falsa credenza, *false belief task* (Wellman et al., 2001). Durante queste attività ai bambini viene presentato uno scenario con due personaggi, uno dei due posiziona un oggetto in un determinato luogo e lascia la stanza. Quindi, il secondo arriva e sposta l'oggetto in una nuova posizione. Quando il primo personaggio rientra nella stanza, al bambino partecipante viene chiesto dove il primo personaggio cercherà l'oggetto. Se il bambino utilizza una *theory of mind*, dovrebbe rispondere con la posizione originale, indicando così la capacità di vedere la situazione dalla prospettiva del personaggio che ha lasciato la stanza (Wellman et al., 2001). Ciò suggerisce che l'empatia può essere considerata come un tratto prosociale della personalità di un individuo, e si sviluppa sin da bambino per poi motivare i comportamenti di aiuto durante tutto l'arco della vita (Eisenberg, 1999).

2.2 LIVELLI DI TESTOSTERONE E DIFFERENZE DI GENERE NELL'EMPATIA

Come analizzato nel sotto-paragrafo precedente, la capacità di entrare in empatia con un'altra persona si sviluppa tipicamente già dalle prime ore di vita, quindi molto precocemente e rapidamente. Ma quali sono i fattori che facilitano lo sviluppo dell'empatia e le possibili differenze di genere?

In psicologia, lo studio delle differenze di genere nel corso dei secoli si è soprattutto focalizzato sulle capacità spaziali, matematiche e verbali degli individui (Kimura, 1999). Tuttavia, negli ultimi

anni, c'è stato un crescente interesse per le possibili differenze di genere che si possono riscontrare anche nella cognizione sociale e nei fattori che influiscono la capacità di provare empatia.

In questo paragrafo, prenderemo in considerazione un particolare fattore genetico che influisce molto, il testosterone.

Negli animali, il testosterone fetale (fT) svolge un ruolo centrale nell'organizzazione del cervello e nei comportamenti sociali messi in atto. Negli esseri umani, l'esposizione ad atipici livelli di androgeni, in questo caso il testosterone, può portare alla messa in atto di comportamenti e modelli di abilità prettamente più mascholini (Knickmeyer et al., 2005). Le differenze tra generi sono dunque evidenti sia nelle strutture cerebrali che nelle capacità cognitive. Si pensa, dunque, che l'ormone sessuale maschile sia coinvolto. Infatti, sembrerebbe che il testosterone non solo può sotto-regolare l'intelligenza sociale e la capacità di provare empatia, ma anche influenzare lo sviluppo del cervello fetale stesso.

In uno studio condotto da Knickmeyer e collaboratori (Knickmeyer et al., 2006), 38 bambini (24 maschi e 14 femmine), dei quali è stato analizzato il livello di testosterone presente nel liquido amniotico, sono stati seguiti fino all'età di 4 anni. Fu chiesto loro di descrivere dei cartoni animati con due triangoli mobili. Le interazioni tra i due suggerivano le motivazioni psicologiche che sottendevano il loro pensiero.

La ricerca sulla cognizione sociale nell'infanzia è concentrata principalmente sulla teoria della mente (ToM), ovvero la capacità di attribuire stati mentali agli altri e a se stessi per spiegare e prevedere il comportamento. Il ToM, infatti, costituisce una componente fondamentale dell'empatia (Baron-Cohen, 2002, 2003).

I risultati hanno dimostrato che le femmine hanno usato maggiori termini di stato mentale e affettivo per descrivere i cartoni animati rispetto ai maschi.

Inoltre, si è potuto constatare che i maschi usavano proposizioni più neutre rispetto alle femmine per spiegare le interazioni.

E' stato quindi constatato che maggiori livelli di fT possono produrre una maggiore mascolinizzazione del cervello e quindi portare a notare delle differenze nelle abilità socio-cognitive nelle persone (Baron-Cohen et al., 2004).

Lo studioso Geary suggerisce tre abilità socio-cognitive che dovrebbero mostrare una superiorità femminile: la capacità di interpretare i segnali di comunicazione non verbale (la postura del corpo, le espressioni facciali etc), il linguaggio e la teoria della mente (*Theory of mind*).

Anche Baron- Cohen ha proposto una sua teoria, sottolineando come il genere femminile sia migliore nell' "*Empathizing*". Per spiegare meglio il loro pensiero, ha fatto riferimento soprattutto ad argomenti evolutivi: in primo luogo, poiché il genere femmine è storicamente migrato verso il gruppo sociale del loro compagno (mentre i maschi sono rimasti nel loro gruppo di nascita), è stato costretto a formare delle nuove relazioni sociali. L'esser accettato in un nuovo gruppo richiede migliori abilità sociali. Questo è uno dei motivi che suggerisce che la donna abbia delle maggiori doti e abilità cognitive e sociali.

In secondo luogo, il ruolo delle donne è sempre stato quello di caregiver principale per i propri figli: questo può aver portato ad una lettura più rapida degli stati mentali e i bisogni degli altri, promuovendo così la sopravvivenza non solo sua, ma anche del bambino.

In terzo luogo, il ruolo delle donne nell'assistenza all'infanzia sarebbe stato notevolmente aiutato dalla capacità di stabilire nuove e molteplici relazioni con altre donne, al fine di ottenere un maggiore supporto sociale e morale.

In quarto luogo, la preoccupazione per gli altri potrebbe essere stata svantaggiosa per gli uomini poiché il loro successo riproduttivo e relazionale potrebbe essere dipeso anche dalla dominanza sugli altri, a volte anche attraverso l'aggressività fisica.

La migliore capacità di utilizzo delle abilità socio-cognitive da parte delle donne è stata sottolineata anche dal fatto che quando le donne stesse competono tra loro, per ferire, a differenza degli uomini,

utilizzano metodi indiretti, come il gossip e l'esclusione (Crick et al., 1997) nel tentativo non di danneggiare fisicamente, ma di compromettere le reti di relazione (*social network*).

Sebbene queste spiegazioni non siano direttamente verificabili, sottolineano come il vantaggio femminile non sia dovuto esclusivamente a fattori culturali, ma in gran parte biologici.

CAPITOLO 3: COSTRUZIONE DELL'INTERPERSONAL EMPATHY QUESTIONNAIRE (IEQ) DI STATO E DI TRATTO

L'Interpersonal Empathy Questionnaire (IEQ) è stato costruito partendo da un'analisi dei questionari esistenti fino ad oggi che indagano il costrutto empatia. Si è compiuta una prima selezione dei questionari sulla base della percentuale di volte in cui sono stati utilizzati (Illiguanaita et al., 2017). Particolare attenzione è stata data allo strumento di Barret-Lennard (1981), di cui si è mantenuta la struttura originale.

L'obiettivo principale era quello di ricercare gli item statisticamente più significativi per poi poterli declinare alla struttura di Barret-Lennard. Sono stati tenuti in considerazione i valori delle correlazioni item-scala e delle analisi fattoriali esplorative e confermative riferite alle diverse strutture fattoriali. Queste strutture sono state poi analizzate in modo approfondito al fine di individuare le diverse sfumature di significato attribuite al costrutto empatia: ad esempio nello strumento di Baron-Cohen e Wheelwright (2004) vengono misurate l'empatia cognitiva, la reattività emotiva e le abilità sociali. La struttura dell'Interpersonal Empathy Questionnaire, invece, si baserà sulle tre componenti dell'empatia di cui parlano Zaki & Ochsner (2012) nei loro studi. Sono stati quindi analizzati gli item presenti in tutti i questionari presi in considerazione. Ciascun elemento è stato valutato da degli autori: si constatava se gli item misurassero o meno l'empatia cognitiva o affettiva. Si sono selezionati gli item che presentavano un valore statistico significativo e che anche quelli che suscitavano un certo interesse nei ricercatori.

Alla fine, gli item considerati congrui e quindi selezionati sono stati associati alle particolari componenti del nostro modello di riferimento: *experience sharing*, ovvero la condivisione dell'esperienza, il condividere o assumere un determinato stato mentale e fisico di un individuo; *mentalizing*, che descrive il passaggio da una visione egocentrica ad una nuova visione incentrata su un altro individuo, al fine di comprendere al meglio i suoi stati mentali interni; *prosocial concern*, ovvero l'azione che viene messa in atto al fine di migliorare l'esperienza e ciò che sta provando

l'altra persona (ad esempio, riducendo la sua sofferenza). Queste tre componenti sono state poi suddivise nuovamente per la dimensione di tratto e di stato dell'empatia.

Infatti, il questionario è composto da due scale: quella di tratto, che indaga come le persone *abituamente* si relazionano; quella di stato, che indaga come le persone si comportano in una *situazione precisa*.

Proprio perché vengono indagati i modi di relazionarsi, il paradigma sperimentale è stato costruito attorno all'interazione tra due persone.

Il risultato finale è composto dalla scala di tratto formata da 37 item e quella di stato da 45.

Ogni componente, *experience sharing*, *mentalizing* e *prosocial concern*, è esplorata da 15 item, tranne *experience sharing*, nella scala di tratto, che è indagata da 7 item.

Inoltre, si è deciso di utilizzare una scala di risposta Likert a 4 punti, ma c'è stata una nota distinzione tra ciò che riguarda l'empatia affettiva e ciò che riguarda l'empatia cognitiva: nel rilevare la prima si è utilizzato un range di risposta *mai-quasi mai- la minor parte del tempo- la maggior parte del tempo- quasi sempre/sempre* poiché difficilmente si può provare empatia sempre o mai. Al contrario, ciò può avvenire a livello di empatia cognitiva: infatti gli item che misurano questa parte del costrutto hanno come range di risposta *mai- la minor parte del tempo- la maggior parte del tempo- sempre*.

3.1 PARTECIPANTI

Il campione di partecipanti utilizzato per questa raccolta di dati si compone di 80 coppie.

I requisiti necessari ai fini di indagine sono i seguenti:

- persone che convivono o hanno convissuto per almeno 12 mesi (per esempio, fratelli, madre-padre, fidanzati conviventi, coinquilini);
- maggiore età;
- capacità di parlare fluentemente e comprendere l'italiano.

Il reclutamento dei partecipanti è avvenuto tramite annunci pubblicati sui principali social network e per mezzo di passaparola di amici e parenti.

Un partecipante non ha compilato correttamente i questionari, pertanto è stato eliminato dalle analisi statistiche.

Di seguito riportata una tabella con le specifiche informazioni demografiche raccolte sui partecipanti.

Tabella 2*Distribuzione di risposta*

CATEGORIA	SOTTOCATEGORIA	FREQUENZA TOTALE (n=159)	PERCENTUALE	DEVIAZIONE STANDARD (SD)	MEDIA
UOMINI		54	34.0%		
DONNE		105	66.0%		
ETA'		159		19.45	46.44
ORIENTAMENTO SESSUALE	Omosessuale	3	1.9%		
	Eterosessuale	151	95.0%		
	Altro	5	3.1%		
Educazione Scolastica	Diploma scuola media inferiore	23	14.5%		
	Diploma scuola media superiore	67	42.1%		
	Formazione superiore	3	1.9%		
	Laurea	59	37.1%		
	Qualifica professionale	7	4.4%		
Religione	Cristianesimo cattolico	105	66.0%		
	Buddhismo	3	1.9%		
	Ateo/agnostico	42	26.4%		
	Altro	15	6.66%		
Indipendenza economica	Si	70	44.0%		
	No	89	56.0%		
Relazione con il partner partecipante	Coinquilino/a non imparentato/a	21	13.2%		
	Cogniuge/partner	53	33.3%		
	Figlio/a	19	11.9%		
	Fratello/sorella	36	22.6%		

CATEGORIA	SOTTOCATEGORIA	FREQUENZA TOTALE (n=159)	PERCENTUALE	DEVIAZIONE STANDARD (SD)	MEDIA
	Genitore	30	18.9%		
Attualmente coinvolto in una relazione sentimentale stabile	Si	104	65.4%		
	No	52	32.7%		
	Preferisco non rispondere	3	1.9%		
In situazione di difficoltà, su quante persone sente di poter fare affidamento?	0-2	39	24.5%		
	3-5	103	64.8%		
	6-10	15	9.4%		
	Più di 10	2	1.3%		
Una di queste è la persona con cui partecipa allo studio?	Si	142	89.3%		
	No	17	10.7%		

3.1.2 CAMBIAMENTO DEI CRITERI DI INCLUSIONE

Nella fase iniziale della ricerca era possibile reclutare solo soggetti che convivono da almeno 12 mesi e che al momento dell'intervista fossero ancora conviventi.

Invece, in una fase successiva, si è deciso di reclutare persone che non solo convivono da almeno 12 mesi, ma potevano anche non vivere ancora insieme. Il requisito essenziale che si doveva tenere presente sempre era che queste persone dovessero aver convissuto per almeno 12 mesi. In questo caso, era possibile prendere in considerazione anche coppie come figli con genitori separati, figli che abitano in un'altra città rispetto ai genitori per motivi di lavoro o di studio, coinquilini che hanno vissuto assieme per tutto il periodo universitario e che magari ora sono ritornati nelle loro città natali.

3.3 SOMMINISTRAZIONE E LE DIVERSE FASI DI RICERCA

Inizialmente, sono state selezionate e ci si è messi in contatto con le coppie che rispondevano ai criteri di selezione: essere maggiorenni, convivere da almeno 12 mesi e parlare fluentemente la lingua italiana.

Nella prima fase della ricerca, che dura circa 45 minuti, il ricercatore e la coppia che ha deciso di partecipare fanno una videochiamata su Zoom. Ai partecipanti viene inviato tramite email un link del primo questionario, al quale dovranno rispondere successivamente, e un codice identificato assegnato per mantenere l'anonimato (esempio: 096A- 096B). Viene poi fatta compilare una raccolta di dati demografici (15 item) e degli altri questionari.

Di seguito è riportato un elenco degli strumenti utilizzati.

1. Raccolta di dati demografici (15 domande);
2. Toronto Alexithymia Scale-II (20 domande): empatia ed alessitimia, ovvero la scarsa abilità di una persona di identificare e/o comunicare le proprie emozioni (Jolliffe & Farrington, 2006), sono debolmente correlate. Ciò significa che chi ha abilità deboli nell'identificare le proprie emozioni ha una più scarsa abilità nel comprendere anche le emozioni degli altri;
3. Emotion Regulation Questionnaire-(8 domande): riguarda la regolazione emotiva, il modo in cui si controllano le proprie emozioni;
4. Symptoms Checklist-90 (90 domande): indaga i sintomi comuni e che normalmente affliggono le persone;
5. Social Desirability Scale (5 domande): indaga il mondo di porsi in relazione alle altre persone; questa variabile viene indagata in quanto i questionari sull'empatia sono sempre stati criticati perché suscettibili al bias della desiderabilità sociale;
6. Rosenberg Self-Esteem Scale (10 domande): indaga l'autostima;
7. Empatic Understanding Scale (16 domande): indaga come una persona vive il rapporto con un altro individuo;
8. Interpersonal Reactivity Index (28 domande): indaga l'empatia;
9. Autistic Quotient (50 domande): indaga la flessibilità o la rigidità dei pensieri e dei comportamenti;
10. 10. Due questionari da validare che indagano l'empatia nella relazione con un'altra persona (82 domande).

Dopo aver parlato con entrambe le persone, viene invitato i partecipanti a cominciare simultaneamente il questionario inviato, la versione di tratto dello IEQ. Quest'ultimo si ripeterà nel secondo incontro per verificare l'affidabilità del test-retest.

È importante sottolineare che prima dell'inizio dell'esperimento, gli sperimentatori compiono un bilanciamento assegnando i codici ai partecipanti. Attraverso un file excel vengono bilanciati il genere della coppia etero (sesso biologico) con l'esperienza di inizio nel momento del dialogo (positiva o negativa) e nelle coppie omo (stesso sesso biologico) è stato scelto il soggetto A in base all'età anagrafica maggiore e si è bilanciata solamente l'esperienza iniziale.

Nella seconda fase, a distanza di minimo 7 e massimo 12 giorni e della durata di circa 75 minuti, è richiesto alle persone della coppia di interagire l'uno con l'altro. In una primissima parte, il ricercatore compila un questionario che permette di raccogliere un riassunto degli eventi di vita di cui parleranno le due persone. Si chiede, infatti, di pensare sia ad un evento positivo, sia uno negativo che si vogliono raccontare, in cui la persona con la quale si partecipa all'esperimento non era presente fisicamente, sebbene la potesse già conoscere.

Successivamente, i soggetti vengono invitati a sedersi uno di fronte all'altro e, una volta iniziata la registrazione, dovranno interagire come indicato dallo sperimentatore, il quale non assiste al momento di dialogo per rispettare la privacy. Le due persone dovranno raccontare degli eventi positivi e negativi di cui hanno accennato una piccola parte in precedenza al ricercatore.

Le istruzioni fornite alla coppia sono:

11. A parlerà per 5 minuti di un'esperienza, B se vuole può liberamente intervenire.

12. B parafrasa il discorso di A per 2 minuti.

13. Stessa sequenza, ma A cambia esperienza.

14. Compilazione dei questionari (EUS + IEQ di stato)

15. B parlerà per 5 minuti di un'esperienza, A se vuole può liberamente

intervenire.

16. *A parafrasa il discorso di B per 2 minuti.*

17. *Stessa sequenza, ma B cambia esperienza.*

18. *Compilazione dei questionari (EUS + IEQ di stato + re-test dello IEQ di tratto).*

E' proprio in questa fase che avviene la vera e propria somministrazione integrale dello IEQ: a seguito del racconto delle esperienze di A, A stesso compila l'IEQ e EUS di stato, facendo riferimento a come si è sentito durante la narrazione e l'interazione con B. Allo stesso modo B compila l'EUS e lo IEQ di stato declinato secondo la percezione di B di come A si sia sentito durante lo scambio relazionale. Successivamente, avviene tutto anche all'inverso.

Per esempio, per la persona che ha raccontato una delle due esperienze l'item che si ritrova potrebbe essere: "Sentivo che lui/lei ha condiviso così tanto le mie emozioni, che era come se non ci fossero confini psicologici tra di noi", mentre, per la persona che ascolta e deve parafrasare ciò che è stato detto, l'item potrebbe presentarsi in questo modo: "Sentivo di aver condiviso così tanto le sue emozioni, che era come se non ci fossero confini psicologici tra di noi".

Nel momento in cui si spiega la parte della parafrasi, è importante far riflettere i partecipanti e metterli in un'ottica di ascolto attivo, poiché nel momento in cui andranno ad esporre ciò che è stato detto, devono rielaborare la narrazione dell'altra persona, utilizzando le proprie parole. L'obiettivo è di stimolare nel soggetto una riflessione riguardo alla percezione dell'altra persona di come possa essersi sentito.

L'ultima fase di questa seconda parte riguarda la compilazione da parte di entrambi i soggetti dello IEQ di tratto, con lo scopo di rilevare le percezioni l'uno dell'altro *abitualmente*, nelle interazioni

vissute quotidianamente. Pertanto, verificare se vi è una concordanza con le risposte fornite nei 7-12 giorni precedenti, serve per garantire un'affidabilità dei dati.

CAPITOLO 4: RISULTATI

L'analisi dei dati compiuta sul materiale raccolto, in questa fase della ricerca, si compone di due parti. Innanzitutto sono state svolte le principali statistiche descrittive sui dati del primo incontro con le coppie di partecipanti, riguardo le informazioni demografiche.

Le stime descrittive concernono una stima della media, deviazione standard (SD) e il range di ogni risposta fornita dai partecipanti.

Successivamente, si è valutata la distribuzione di risposta agli items. È possibile così confrontare le quattro versioni: IEQ di stato-Other Self e Self-Other, IEQ di tratto-Other Self e Self-Other, al fine di verificare ed evidenziare le congruenze ed incongruenze tra quanto provato da A e quanto percepito da B a proposito di A e viceversa. Attuare questo confronto è fondamentale per comprendere se effettivamente vi sia una sintonia tra i soggetti e di conseguenza l'emergere di empatia interpersonale che coinvolga entrambi.

Per quanto riguarda le differenze di genere anche nell'empatia, ci si è focalizzati, in questa parte dello studio, sul questionario IEQ di stato, sia Self-Other che Other-Self.

Da una prima analisi si è notata una polarizzazione delle risposte delle donne verso il polo "*quasi sempre-sempre*" (4) in quasi tutti gli item, mentre gli uomini hanno tendenzialmente risposto agli item con una polarizzazione verso le risposte "*la maggior parte del tempo*" (3). Ciò lo si può notare ad esempio negli items nei grafici seguenti.

Grafico 1 - Plot distribuzione item SO (stato) UOMO

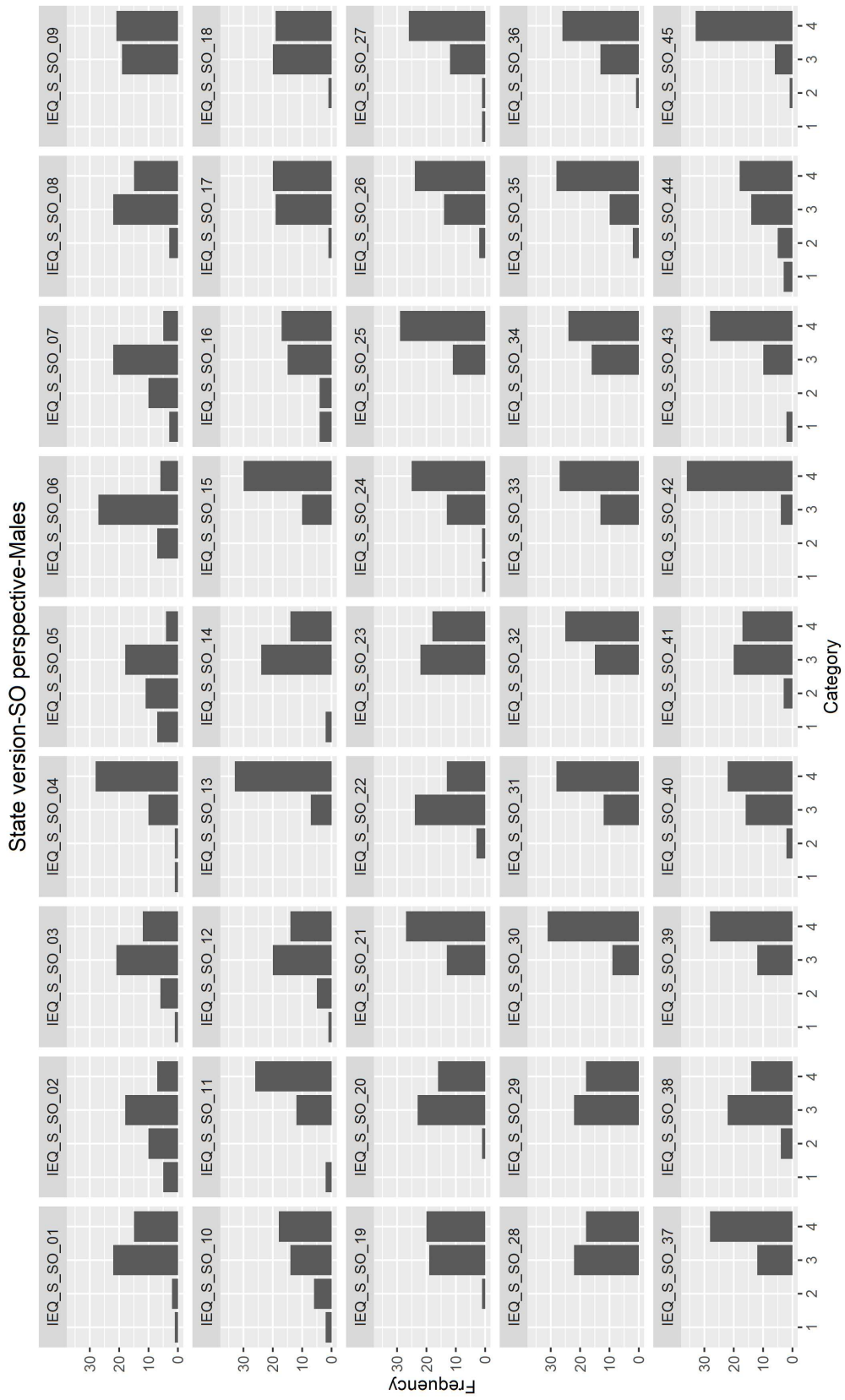
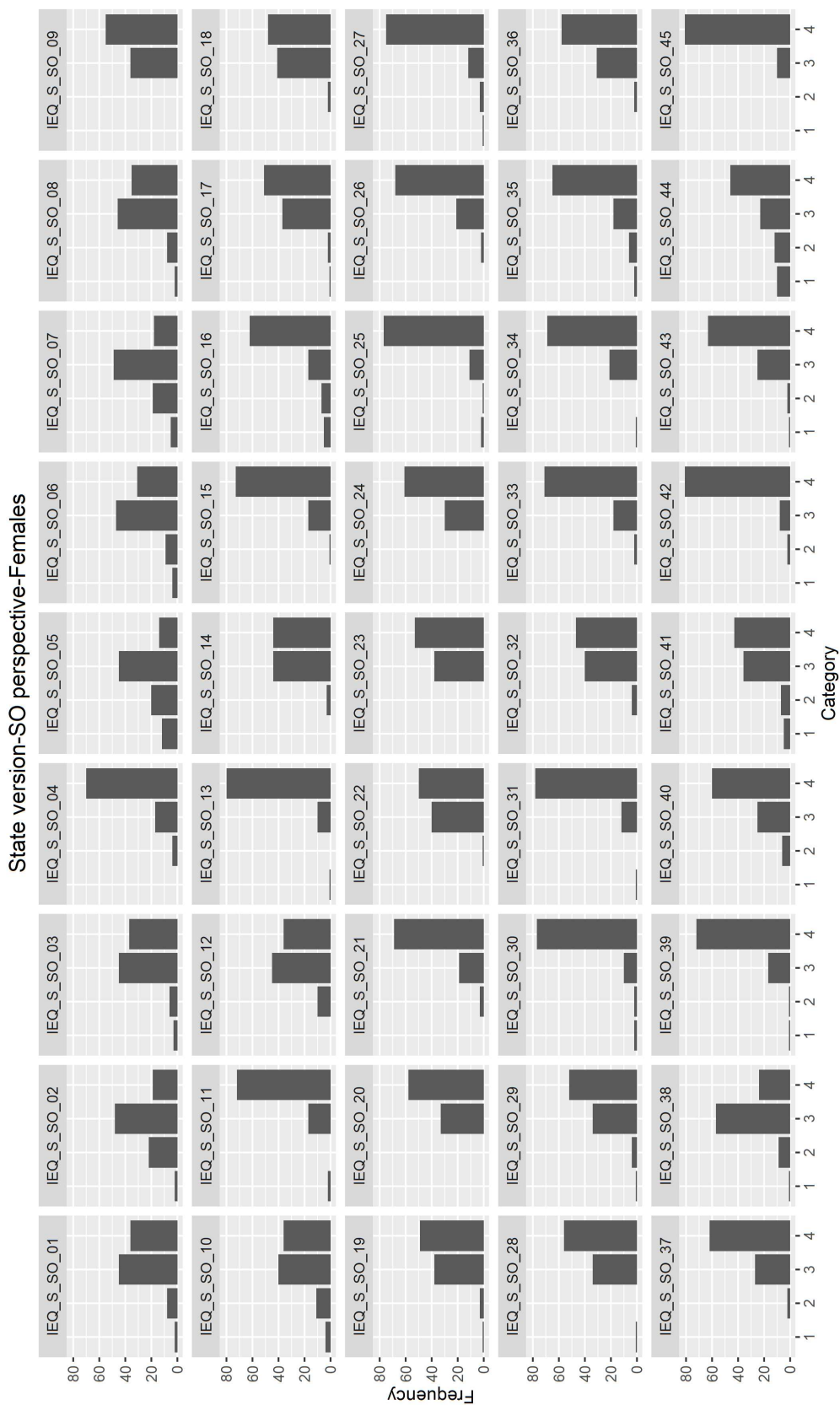


Grafico 2 - Plot distribuzione item SO (stato) DONNA



Questo trend di polarizzazione verso il punto 4 per le donne e il punto 3 per gli uomini è stato confermato anche nella versione OS dell' IEQ di stato.

Grafico 3- Plot di distribuzione item OS (stato) UOMO

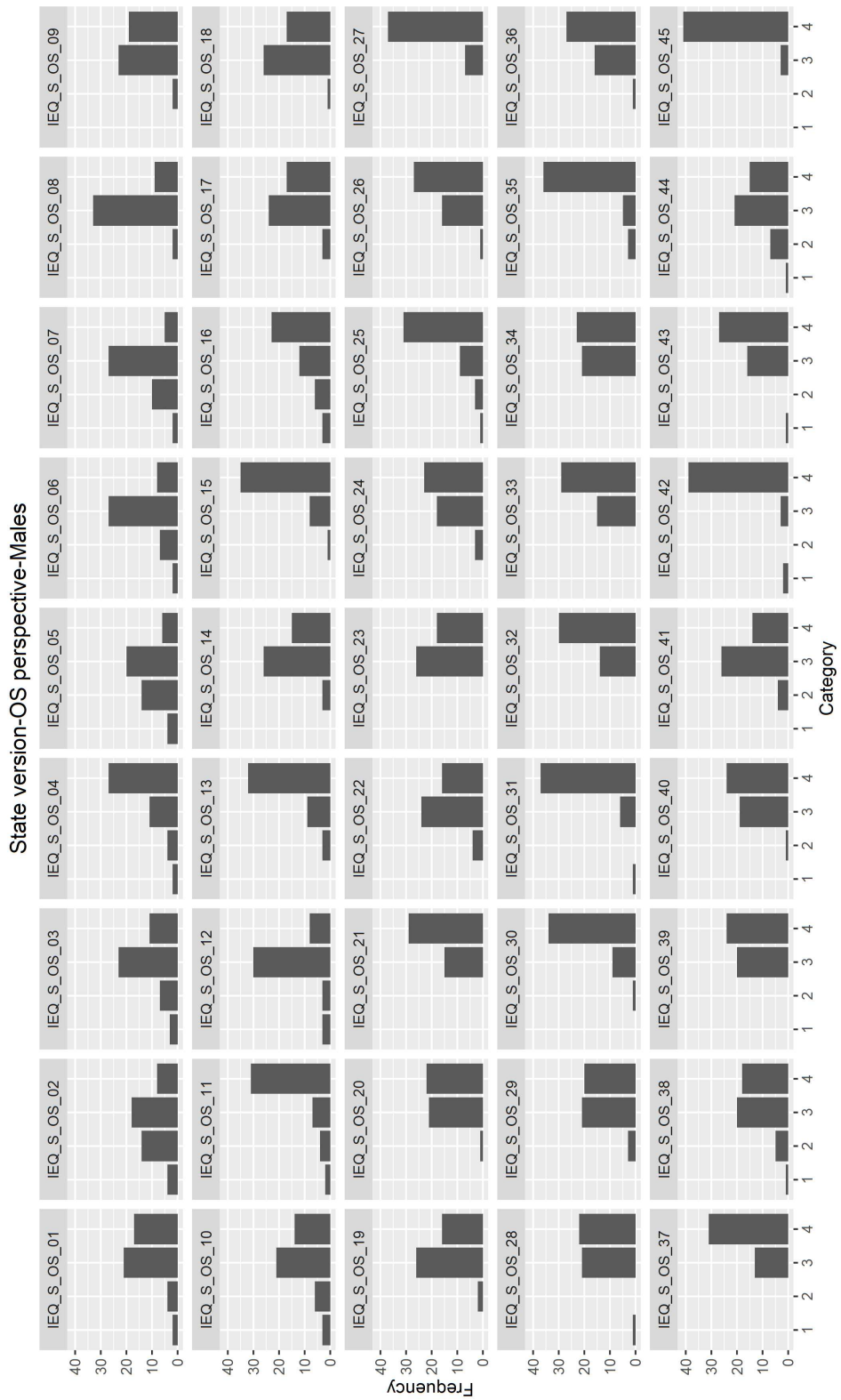
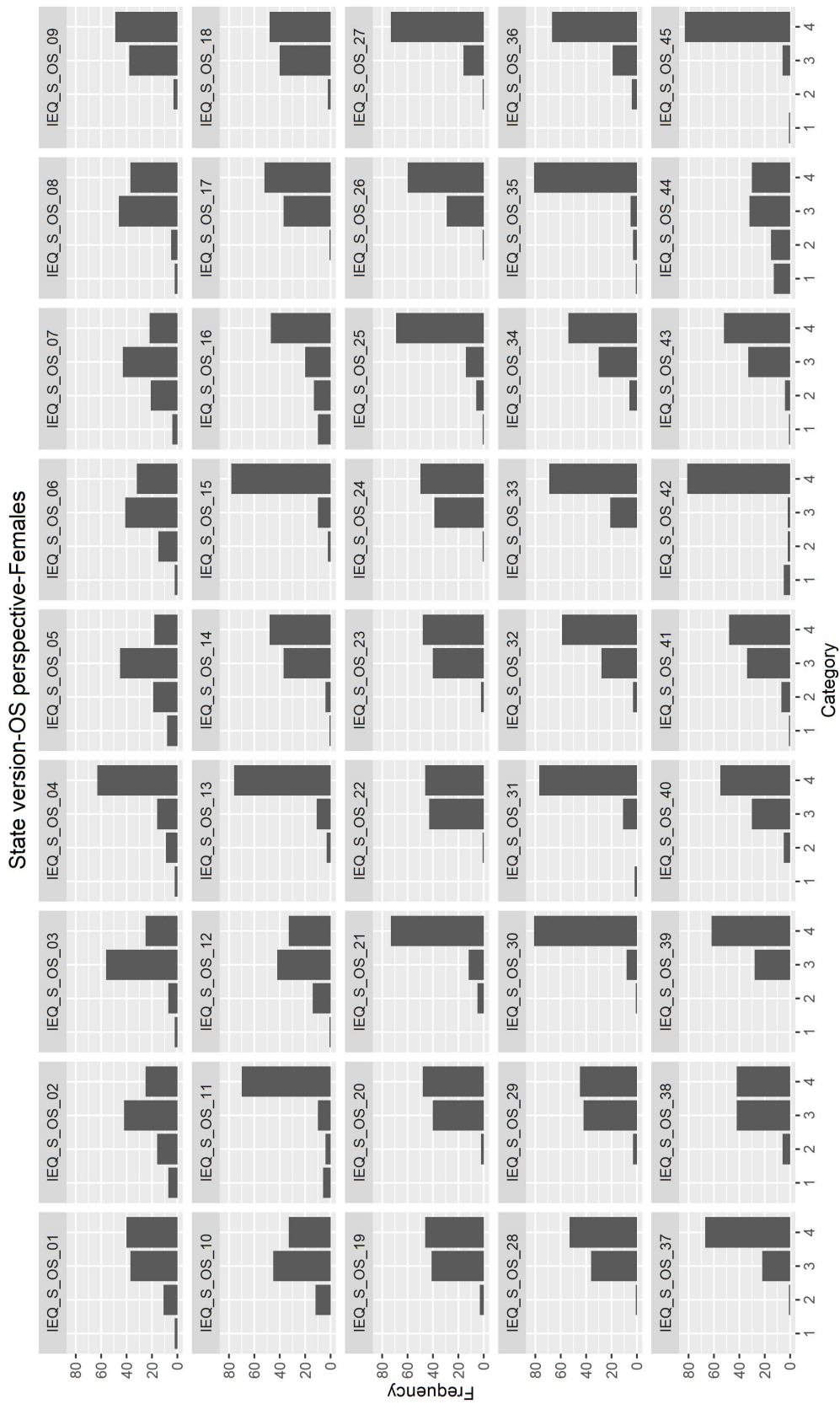


Grafico 4- Plot di distribuzione OS (stato) DONNA



Da questa analisi si è potuto notare che una maggiore differenza la si riscontra soprattutto tra gli item che indagano componente B dell'empatia, ovvero *mentalizing*. La consapevolezza che le altre persone hanno uno stato mentale, diverso dal nostro, che può spiegare il loro comportamento, viene definita capacità di "teoria della mente" (TOM) o di "mentalizzazione" (Saxe et al., 2004).

Da ciò si può dedurre che le donne riuscirebbero meglio nell'uscire da una visione egocentrica incentrata su se stesse, per passare ad una visione incentrata sull'altro, al fine di comprendere al meglio i suoi stati mentali interni.

Da un'ulteriore analisi, si è notato che la maggior differenza nelle risposte, sempre a favore del genere femminile, la si riscontra soprattutto negli item che implicano una maggiore concentrazione nell'ascolto e una maggiore connessione mentale con l'altra persona (ad esempio *“Ero consapevole quali fossero i suoi pensieri rispetto all'esperienza considerata”*, *“Stavo immaginando la sua prospettiva per comprenderlo al meglio”*, *“Mi concentro sul suo punto di vista e sulle sue opinioni”*).

Al fine di avere una panoramica totale, ho analizzato le frequenze osservate e le relative percentuali sia nella versione SO che OS della versione di stato dello IEQ.

Grafico 5- *Frequenze osservate e relative percentuali marginali, chi di quadro e p value versione SO di IEQ*

	1	2	3	5	TOT.
UOMO	36	105	719	931	1791
DONNA	74	206	1300	2482	4062
Percentuale uomo	0,02	0,06	0,40	0,52	1,00

	1	2	3	5	TOT.
Percentuale donna	0,02	0,05	0,32	0,61	1,00
Chi quadro					43,31
P value					0,00

Grafico 6- *Frequenze osservate e relative percentuali marginali, chi di quadro e p value versione OS di IEQ*

	1	2	3	4	TOT.
UOMO	72	244	1277	2304	3897
DONNA	62	244	1319	2415	4040
Percentuale uomo	0,02	0,06	0,33	0,59	1,00
Percentuale donna	0,02	0,06	0,33	0,60	1,00
Chi quadro					1,46
P value					0,69

Grafico 7- Esempio: item 16 SO (stato) UOMO/DONNA

Item	Persona A (Other towards Self perspective)		Persona B (Self towards Other perspective)		Range risposta
	Maschi	Femmine	Maschi	Femmine	
1	Se avessi mentito, nascondendo quello che pensavo realmente, non se ne sarebbe accorto/a		Se avesse mentito, nascondendo quello che pensava realmente, non me ne sarei accorto/a		1= Mai/Quasi mai 2= La minor parte del tempo 3= La maggior parte del tempo 4= Quasi sempre/Sempre
2	Maschi	Femmine	Maschi	Femmine	
3	1= 6,8%	1= 11,1%	1= 10%	1= 5,5%	
	2=13,6%	2= 14,4%	2= 10%	2= 7,7%	
	3= 27,3%	3= 22,2%	3= 37,5%	3= 18,7%	
	4= 52,3%	4= 52,2%	4= 42,5%	4= 68,1%	

Grafico 8- Esempio: item 27 (stato) UOMO7DONNA

Item	Persona A (Other towards Self perspective)		Persona B (Self towards Other perspective)		Range risposta
	Maschi	Femmine	Maschi	Femmine	
1	Non riesce davvero a vedere le cose dal mio punto di vista		Non riesco davvero a vedere le cose dal suo punto di vista		1= Mai/Quasi mai 2= La minor parte del tempo 3= La maggior parte del tempo 4= Quasi sempre/Sempre
2	Maschi	Femmine	Maschi	Femmine	

2	Maschi	Fermmine	Maschi	Femmine	
3	3= 15,9%	2= 1,1%	1= 2,5%	1= 1,1%	
	4= 84,1%	3= 17,8%	2= 2,5%	2= 3,3%	
		4= 81,1%	3= 30%	3= 13,2%	
			4= 65%	4= 82,4%	

È stato eseguito un test di indipendenza del chi quadro per esaminare la relazione tra genere e risposte date al questionario. La relazione tra queste variabili è risultata significativa nel caso della versione SO dello IEQ di stato: $X^2(3, N= 5853) = 43,31, p < 0,01$.

Per questo motivo, la relazione tra genere e risposta data in questo questionario è da considerarsi statisticamente significativa, non si tratta dunque di un effetto casuale del campionamento.

La relazione tra queste due variabili invece non è risultata significativa nel caso della versione OS dello IEQ di stato: $X^2(3, N= 7397) = 1,46, P= 0,69. (p > 0,01)$

Per questo motivo, la relazione tra genere e risposta data in questo tipo di questionario è da considerarsi statisticamente significativa, si può trattare di un effetto casuale del campionamento.

CAPITOLO 5: DISCUSSIONE E CONCLUSIONI

5.1 DISCUSSIONE DEI RISULTATI E CONCLUSIONI

Dopo aver verificato attraverso un'analisi sistematica della letteratura che non è presente nessuna misura dell'empatia in ottica interpersonale, ad eccezione dell'EUS di Barret-Lennard, la progettazione e costruzione dell'Interpersonal Empathy Questionnaire (IEQ) è risultata necessaria ed utile per indagare il costrutto empatia come fenomeno imprescindibilmente interindividuale.

I dati raccolti ed analizzati in questa parte rappresentano un avvio alla ricerca al fine di verificare la fattibilità dello studio. L'obiettivo posto, ovvero quello di rilevare la presenza o meno di differenze

di genere anche nel costrutto di empatia, si è in parte concretizzato. Sono necessari altri studi, al fine di rilevare ancora più al meglio e più specificatamente le differenze in questione.

Possiamo comunque sostenere che, seppur non molto accentuate, sono presenti delle differenze tra uomo e donna all'interno del costrutto di empatia interpersonale.

Le differenze maggiori sono state riscontrate nelle risposte agli item che indagano la componente B dell'empatia, ovvero *mentalizing*. Sembrerebbe, dunque, che le donne abbiano una maggiore capacità mentale immaginativa e di ascolto che porta a percepire ed interpretare meglio i comportamenti altrui come il risultato di stati mentali interni. Questo potrebbe essere dovuto anche da un indice di maggiore attenzione verso l'altro e una maggiore importanza rivolta alla relazione interpersonale.

Alcuni studiosi, come ad esempio Hall (Hall, 1984), hanno sottolineato come diverse meta-analisi sulle differenze di genere nella decodifica delle emozioni hanno dimostrato che le donne presentano livelli maggiori rispetto agli uomini. L'80% di queste mostra un vantaggio femminile, sebbene le differenze siano da piccole a moderate.

Questa supposizione è sostenuta anche dal fatto che, seppur in maniera meno accentuata rispetto alla componente B, sono state riscontrate differenze nelle risposte anche negli item che rilevano l'empatia affettiva (componente A), indice di una maggiore condivisione delle emozioni provate dall'altra persona in una determinata circostanza, siano esse positive o negative.

Attraverso l'analisi di alcuni studi e articoli, ad esempio quello condotto da Knickmeyer e collaboratori nel 2006 (Knickmeyer et al., 2006) si è potuto comprendere come queste differenze di genere nell'empatia siano dovute non solo da fattori esterni, come la cultura, la società di appartenenza, gli stereotipi etc, ma anche da fattori interni, quindi genetici, come il testosterone. Si è visto come alti livelli di questo ormone riducono notevolmente la capacità di riconoscere gli stati mentali delle altre persone, diminuendo così anche la capacità di provare empatia verso il prossimo.

Questo ha portato le donne, avendo un minor livello di testosterone, a provare una maggiore empatia e una migliore capacità di comprendere il prossimo e di aiutarlo in situazioni di difficoltà. Da un punto di vista biologico, invece, studi come quelli condotti da Baron-Cohen (Baron - Cohen et al., 2004), hanno sottolineato come il genere femminile sia migliore nell' "*Empathizing*" grazie al ruolo primario di caregiver che la donna ha sempre ricoperto. Questo può aver portato ad una lettura più approfondita e più attenta agli stati mentali, ai bisogni, ai sentimenti degli altri sviluppando così anche una maggior abilità nel mettersi nei panni altrui e nel mettere in atto comportamenti pro-sociali. Anche lo studioso Fisher e collaboratori (Fisher et al., 2018) nei loro studi hanno sottolineato il fatto che, poiché le donne ricoprono più spesso il ruolo di caregiver, potrebbero essere molto più concentrate e motivate a rilevare anche i più piccoli segnali di emozioni. Infatti, altre meta-analisi (Hoffmann et al., 2010) hanno confermato che le donne sarebbero più brave nel riconoscere le emozioni presentate con intensità minore (Hoffmann et al., 2010).

Nel contesto storico-culturale odierno si sta riscoprendo l'importanza dei legami e delle relazioni interpersonali, perciò il tema dell'empatia in un contesto relazionale è molto attuale.

Partendo da un ricco bagaglio culturale, presente in letteratura, riguardo l'empatia in una visione mono-personale, si è proceduto alla creazione di uno strumento indirizzato a misurare un nuovo modo di intendere l'empatia: a un livello interpersonale.

I risultati ottenuti dalla somministrazione dell'Interpersonal Empathy Questionnaire in un paradigma sperimentale costruito ad hoc ha ulteriormente avvalorato l'ipotesi secondo cui effettivamente esiste e può essere misurata un'empatia interpersonale, che si appoggia al modello contemporaneo di Zaki e Ochsner.

Inoltre, in un periodo storico in cui si cerca sempre di eliminare quelle che sono le differenze tra uomo e donna per arrivare ad avere una parità dei sessi, risulta interessante comprendere il diverso

funzionamento mentale e psicologico degli individui in base fattori fattori che interagiscono tra loro, siano essi genetici, biologici o culturali. In questo studio è possibile riprendere, seppure con differenze non marcate, ciò che le società Occidentali sostiene: le donne hanno una maggiore predisposizione a comprendere gli altri, riescono a decodificare meglio gli stati emotivi, i sentimenti e le emozioni. In poche parole, riuscirebbero meglio nel mettersi nei panni degli altri

5.2 LIMITI DELLA RICERCA

Per lo svilupparsi della ricerca è necessario mettere in luce anche i limiti dello studio.

Il fatto che il paradigma sperimentale di per sé sia pensato per delle coppie di persone rende il reclutamento dei partecipanti difficile, in quanto è richiesta una grande quantità di persone per raggiungere un campione significativo.

Un altro limite che ha portato a riscontrare dei problemi è stata la prospettiva di avere due incontri ad una settimana-dodici giorni di distanza, il che spaventava le persone più della durata temporale degli incontri in sé su Zoom. Nonostante ciò, con il passaparola e la condivisione di post sui principali social network, si è riusciti ad avere un campione sufficientemente ampio per condurre lo studio.

Inoltre, l'IEQ, essendo una misura self-report, presenta dei limiti dal punto di vista della validità di misura in quanto maggiormente soggette a bias relativi all'approvazione sociale (desiderabilità sociale) (Canova, 2020).

Prendendo in considerazione invece le differenze di genere nel costrutto empatia interpersonale, con l'IEQ non è ancora possibile avere una stima significativamente corretta dei risultati poiché il campione non risulta sufficientemente numeroso. Inoltre, la quantità di uomini che hanno deciso di partecipare a questo esperimento è minore rispetto alle donne.

BIBLIOGRAFIA

(*) opere non consultate direttamente

*Alexander G. M., Hines M. (2002). Sex differences in response to children's toys in nonhuman primates (*Cercopithecus aethiops sabaeus*). *Evolution and Human Behavior*, 23, 467-479.

* Anisfeld, M. (1991). Neonatal imitation. *Developmental Review*, 11(1), 60–97.

*Aragona, M., Kotzalidis, G. D., & Puzella, A. (2013). The many faces of empathy, between phenomenology and neuroscience. *Archives of Psychiatry and Psychotherapy*, 15(4), 5-12.

*Archer RL, Diaz-Loving R, Gollwitzer PM, Davis MH, Foushee HC. The role of dispositional empathy and social evaluation in the empathic mediation of helping. *Pers Soc Psychol Rev*. 1981; 40, 786- 796.

*Archer, R. L., Diaz-Loving, R., Gollwitzer, P. M., Davis, M. H., & Foushee, H. C. (1981). The role of dispositional empathy and social evaluation in the empathic mediation of helping. *Journal of Personality and Social Psychology*, 40(4), 786–796.

* Baez S., Flichtentrei D., Mastandueno M. P. R., Maria A. M., Cetkovich M., Ibanez A. (2017). Men, women..who cares? A population-based study on sex differences and gender roles in empathy and moral cognition. Pp. 1-21.

Bagby, R. M., Taylor, G. J., & Parker, J. D. (1994). The twenty-item Toronto Alexithymia Scale—II. Convergent, discriminant, and concurrent validity. *Journal of psychosomatic research*, 38(1), 33-40.

* Baron-Cohen, S., Wheelwright, S., & Jolliffe, T. (1997). Is there a language of the eyes? Evidence from normal adults and adults with autism or asperger Syndrome. *Visual Cognition*, 4, 311- 331.

* Baron-Cohen, S., & Wheelwright, S. (2004). The empathy quotient: an investigation of adults with Asperger syndrome or high functioning autism, and normal sex differences. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 34, 63-175.

* Baron-Cohen, Chapman Em., Auyeung B. (2006). Fetal testosterone and empathy: evidence from the empathy quotient (EQ) and the “Reading the Mind in the eyes” test. *Psychology Press*, 1 (2), 135-148.

*Barrett-Lennard, G. T. (1978). The relationship inventory: Development and adaptations. *JSAS Catalog of Selected Documents in Psychology*, 8, 68.

* Barrett-Lennard, G. T. (1993). The phases and focus of empathy. *British Journal of Medical Psychology*, 66 (1), 3-14.

*Barrett-Lennard, G. T. (1981). The empathy cycle: Refinement of a nuclear concept. *Journal of counseling psychology*, 28 (2), 91.

* Bates L. A., Lee P. C., Njiraini N, Poole J. H., Sayialel K., Sayialel S., Moss C. J, Byrne R. W. (2008). Do Elephants Show Empathy? *Journal of Consciousness Studie*, 15, No. 10-11, 204-205.

* Bošnjaković, J., & Radionov, T. (2018). Empathy: Concepts, theories and neuroscientific basis. *Alcoholism and psychiatry research: Journal on psychiatric research and addictions*.54 (2), 123-150.

* Canova, L., Bobbio, A., & Manganelli, A. M. (2020). Predicting fruit consumption: A multi-group application of the Theory of Planned Behavior. *Appetite*, 145, 104490.

Ciumau R., (2020). Empatia nella relazione: una rassegna sistematica della letteratura scientifica. Elaborato di tesi sotto la supervisione Prof.essa Palmieri.

* Clarke A.S, Hedeker D. R., Ebert M. H., Schmidt D. E., McKinney W. T., Kraemer G. W. (1996). Rearing experience and biogenic amine activity in infant rhesus monkeys, 40 (5), 338-352.

- * Comstock, D. L., Duffey, T., & St. George, H. (2002). The relational-cultural model: A framework for group process. *Journal for specialists in Group Work*, 27(3), 254-272.
 - * Crick, N.R., Casas, J.F., Mosher, M., 1997. Relational and overt aggression in pre-school, pp. 579–588.
 - * Decety, J., & Sommerville, J. A. (2003). Shared representations between self and others: A social cognitive neuroscience view. *Trends in Cognitive Science*, 7, 527-533.
 - * Decety, J., & Jackson, P. L. (2004). The functional architecture of human empathy. *Behavioral and Cognitive Neuroscience Reviews*, 3, 71-100.
 - * Decety, J. and Y. Moriguchi (2007). "The empathic brain and its dysfunction in psychiatric populations: implications for intervention across different clinical conditions." *BioPsychoSocial Medicine* 1, 22-65.
 - * Decety, J. E., & Ickes, W. E. (2009). The social neuroscience of empathy. *MIT Press*.
 - * Decety, J., & Cowell, J. M. (2018). Empathy and its relationship to moral behavior. *The Wiley Blackwell handbook of forensic neuroscience*, 145-165.
 - * Eisenberg N. & Lennon R. (1983). Sex Differences in Empathy and related Capacities. *American Psychological Association*, 94, (1), 100-131.
- Emotion Regulation Questionnaire (ERQ): Balzarotti, S., John, O. P., & Gross, J. J., 2010.
- Empathic Understanding Subscale (EUS): Messina, I., Sambin, M., & Palmieri, A., 2013.
- * Fisher A.H., Kret M. E., Broekens J., (2018). Gender Differences in emotion perception and self-reported emotional intelligence: a test go the emotion sensitivity hypothesis. *Plos one* 13(1), 1-19.
 - * Frans B. M. de Waal (2012). The antiquity of empathy. Pp. 874-876.

- * Goldstein T. R. & Winner E. (2012). Enhancing empathy and theory of mind. *Journal of cognition and development*, 3 (1), 19-37.
- * Grenier F. & Lüthi A., (2010). Mouse brains wired for empathy? Pp. 406- 408.
- * Hall J.A., 1984. Nonverbal sex differences: communication accuracy and expressive style, *Johns Hopkins University Press*
- * Hoffmann H, Kessler H, Eppel T, Rukavina S & Traue H C. Expression intensity, gender and facial emotion recognition: Women recognize only subtle facial emotions better than men. *Acta psychologica*, 135(3), 278–283.
- *Ilgunaite, G., Giromini, L., & Di Girolamo M, (2017). Measuring empathy: A literature review of available tools. *BPA-Applied Psychology Bulletin (Bollettino di Psicologia Applicata)*, 65(280).
- Interpersonal Reactivity Index (IRI): Albiero, P. A. O. L. O., Ingoglia, S. O. N. I. A., & Lo Coco, A. (2006). *Contributo all'adattamento italiano dell' Interpersonal Reactivity Index. Testing Psicometria Metodologia*, 13(2), 107-125.
- *Jeon D., Kim S., Chetana M., Jo D., Ruley H. E., Lin S., Rabah D. (2010). Observational fear learning involves affective pain system and Ca^{1.2} Ca²⁺ channels in ACC. *Nature neuroscience*, 13, 482-488.
- * Jordan, J. V., (1995). A relational approach to psychotherapy. *Women & therapy*, 16(4), 51-61.
- * Kimura D. (1999). It's not only about sex. Sex and cognition. *Journal of the international neuropsychological society*, 7 (5), 650-651.
- * Knickmeyer R., Baron-Cohen S., Raggatt P., Taylor K., Hackett G. (2006). Fetal testosterone and empathy.,49 (3), 282-292.

* Martin, G. B., & Clark, R. D. (1982). Distress crying in neonates: Species and peer specificity. *Developmental Psychology*, 18, 3–9.

* Martin L. J., Hathaway G., Levitin D. J., Mogil J., S., (2015). Reducing social stress elicits emotional contagion of pain in mouse and human strangers. *Current biology*, 25, 26-332.

* McDonald N. & Messinger D. S. The development of empathy: how, when, and why. Pp. 2-24.

Messina I., Sambin M., Palmieri A. (2013). Measuring therapeutic empathy in a clinical context: validating the Italian version of the emphatic understanding of relationship inventory. Pp. 69-75.

* Miller, R. E., Caul, W. F., & Mirsky, I. A. (1967). Communication of affects between feral and socially isolated monkeys. *Journal of Personality and Social Psychology*, 7(3, Pt.1), 231–239.

* Neumann D. L., Chan R. C. K., Boyle G. J., Wang Y., Rae Westbury H. (2015). Measures of Empathy: self- report, behavioural, and neuroscientific approaches, pp. 257-289.

* Neumann, R., & Strack, F. (2000). “Mood contagion”: The automatic transfer of mood between persons. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79 (2), 211–223.

Pirazzoli G., (2020). L’empatia interpersonale: una chimera o un costrutto ancora attuale? Elaborato di tesi sotto la supervisione Prof.essa Palmieri.

* Preston S. D. & de Waal F. B. M. The communication of emotions and possibility of empathy in animals. *Altruistic love, science, philosophy, and religion in dialogue*, pp. 1-28.

* Riess H. The Impact of clinical empathy on patients and clinicians: Understanding empathy’s side effect. *AJOB Neurosci.* 2015, 6, 51-53.

Rosenberg Self-Sesteem Scale: Prezza, M., Trombaccia, FR, & Armento, L. (1997). La scala dell'autostima di Rosenberg: Traduzione e validazione Italiana [The Rosenberg Self-Esteem Scale: Italian translation and validation]. *Giunti Organizzazioni Speciali*, 223, 35–44.

- * Roth-Hanania R., Davidov M., Zahn-Waxler C. (2011). Empathy development from 8 to 16 months: early signs of concern for others, *4 (3)*, 447-458.
- * Sagi, A., & Hoffman, M. L. (1976). Empathic distress in the newborn. *Developmental Psychology*, 12,175–176.
- * Serafin M. & Surinam L., (2004). Il test degli occhi: uno strumento per valutare la “Teoria della mente”. *Giornale italiano di psicologia*, a. XXXI, n. 3, 213- 225.
- * Saxe, R., Carey, S., Kanwisher, N. (2004). Understanding other minds: linking developmental psychology and functional neuroimaging. *Annual Review of Psychology*, 55, 87–124.
- * Shamay-Tsoory SG, Aharon-Peretz J, Perry D. Characterization of empathy deficits following prefrontal brain damage: the role of the right ventromedial prefrontal cortex. *J Cogn Neurosci*. 2009;15, 324-337.

Toronto Alexithymia Scale-II (TAS): Bressi, C., Taylor, G., Parker, J., Bressi, S., Brambilla, V., Aguglia, E., et al. (1996). Cross validation of the factor structure of the 20-item Toronto Alexithymia Scale: An Italian multicenter study. *Journal of Psychosomatic Research*, 41, 551-559.

- * Van Honk J., Shutter D. J., Bos P., A., Kruijt A., Lentjes E. G., Baron-Cohen S. (2011). Testosterone administration impairs cognitive empathy in women depending on second-to-fourth digit ratio. *PNSA*,108 (8), 3448-3452.

- * de Waal, F. B. M. (1996b), *Good Natured: The Origins of Right and Wrong in Humans and Other animal*.
- * Zaki, J., Weber, J., Bolger, N., & Ochsner, K. (2009). The neural bases of empathic accuracy. *Proceedings of the National Academy of Sciences USA*, 106(27), 11382–11387.
- * Zaki, J., & Ochsner, K. (2011a). You, me, and my brain: Self and other representations in social cognitive neuroscience. In A. Todorov, S. T. Fiske, & D. Prentice (Eds.), *Social neuroscience: Toward understanding the underpinnings of the social mind* (pp. 26–48). New York: Oxford University Press.
- * Zaki, J., & Ochsner, K. N. (2012). The neuroscience of empathy: progress, pitfalls and promise. *Nature neuroscience*, 15(5), 675-680.
- * Zaki, J., Lopez, G., & Mitchell, J. (2014). Activity in ventromedial prefrontal cortex covaries with revealed social preferences: Evidence for person-invariant value. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 9(4), 464–469.
- * Zaki, J., & Ochsner, K. (2016). Empathy. In: Feldman-Barrett, L., Lewis M., & Haviland-Jones, J. M. (Eds). *The Handbook of Emotion, 4th Edition* (pp. 871- 884).

APPENDICE

INTERPERSONAL EMPATHY QUESTIONNAIRE- VERSIONE DI STATO

Istruzioni

Prospettiva OS-AA

Sono qui di seguito riportate alcune frasi che rispecchiano l'interazione che ha avuto con _____. Legga ciascuna frase e poi clicchi sulla risposta che meglio indica come si è sentito rispetto all'interazione *appena avvenuta* fra voi. Non ci sono risposte giuste o sbagliate. La preghiamo di rispondere il più velocemente possibile senza pensarci troppo.

Prospettiva SO-AB

Sono qui di seguito riportate alcune frasi che rispecchiano l'interazione che ha avuto con _____. Legga ciascuna frase e poi clicchi sulla risposta che meglio indica come si è sentito rispetto all'interazione *appena avvenuta* fra voi. Non ci sono risposte giuste o sbagliate. La preghiamo di rispondere il più velocemente possibile senza pensarci troppo.

Scala di risposta: 1 = *mai/quasi mai*; 2 = *la minor parte del tempo*; 3 = *la maggior parte del tempo*; 4 = *quasi sempre/sempre*

Sono qui di seguito riportate alcune frasi che rispecchiano l'interazione che ha avuto con _____. Legga ciascuna frase e poi clicchi sulla risposta che meglio indica come si è sentito rispetto all'interazione *appena avvenuta* fra voi. Non ci sono risposte giuste o sbagliate. La preghiamo di rispondere il più velocemente possibile senza pensarci troppo.

Item	Other-Self	Self-Other	Range risposta
	Sentivo come se non ci fossero confini tra le mie e le sue emozioni	Sentivo come se non ci fossero confini tra le sue e le mie emozioni	Mai/Quasi mai-La minor parte del tempo-La maggior parte del tempo-Sempre/Quasi sempre
	Le nostre reazioni corporee (ad es., respiro, rossore, ecc.) procedevano all'unisono	Le nostre reazioni corporee (ad es., respiro, rossore, ecc.) procedevano all'unisono	

	Sentivo che lui/lei cambiava stato d'animo al cambiare del mio	Sentivo che il mio stato d'animo cambiava al cambiare del suo	
	Le sue emozioni e sentimenti non erano in sintonia con i miei	Le mie emozioni e sentimenti non erano in sintonia con i suoi	
	Mi sembrava che i movimenti del suo corpo fossero coordinati coi miei	Mi sembrava che i movimenti del mio corpo fossero coordinati coi suoi	
	Lui/Lei aveva delle reazioni visibili (ad es., commozione, irrigidimento, ecc.) consonanti con il mio stato d'animo	Io avevo delle reazioni visibili (ad es., commozione, irrigidimento, ecc.) consonanti con il suo stato d'animo	
	Provavamo le stesse emozioni, quasi come fossimo speculari	Provavamo le stesse emozioni, quasi come fossimo speculari	
	Eravamo in perfetta sintonia emotiva	Eravamo in perfetta sintonia emotiva	
	Lui/Lei percepiva come mi sentivo, al di là della specifiche parole che usavo	Io percepivo come lui/lei si sentiva, al di là della specifiche parole che usava	
	Lui/Lei sentiva intimamente ciò che provavo, come se avesse già vissuto la stessa esperienza	Sentivo intimamente ciò che lui/lei provava, perché risuonava con qualcosa che avevo già vissuto	
	Sentivo che non era emotivamente coinvolto/a nella mia esperienza	Sentivo che non essere stato emotivamente coinvolto/a nella sua esperienza	
	C'è una tale sintonia con lui/lei che mi sembrava potesse prevedere ciò che stavo per dire	C'è una tale sintonia con lui/lei che mi sembrava di poter prevedere ciò che stava per dire	
	Non riusciva a sentire le mie emozioni	Non ero in grado di sentire le sue emozioni	
	Sentivo che anche quando non potevo o non riusciva a comprendere i fatti che raccontavo, era comunque in sintonia con il lato emotivo della mia esperienza	Sentivo che anche quando non potevo o non riuscivo a comprendere i fatti che raccontavo, ero comunque in sintonia con il lato emotivo della mia esperienza	
	Sentivo che a livello emotivo mi era distante	Sentivo che a livello emotivo gli/le ero distante	
	Se avessi mentito, nascondendo quello che pensavo realmente, non se ne sarebbe accorto/a	Se avesse mentito, nascondendo quello che pensava realmente, non me ne sarei accorto/a	
	Capiva che cosa aveva scatenato le mie reazioni	Capivo che cosa aveva scatenato le sue reazioni	
	Era consapevole di quali fossero i miei pensieri rispetto all'esperienza considerata	Ero consapevole di quali fossero i suoi pensieri rispetto all'esperienza considerata	

	Si è messo/a nei miei panni, immedesimandosi in quello che io avrei potuto pensare	Mi sono messo/a nei suoi panni, immedesimandomi in quello che avrebbe potuto pensare	
	Capiva perfettamente ciò io che intendevo	Capivo perfettamente ciò che lui/lei intendeva	
	Non capiva il mio modo di vedere le cose	Non ero in grado di capire il suo modo di vedere le cose	
	Penso che stesse immaginando la mia prospettiva per poter comprendermi meglio	Stavo immaginando la sua prospettiva per poter comprenderlo/la meglio	
	Lui/Lei ha capito perché mi sono comportato/a o sentito/a in un certo modo	Ho capito perché lui/lei si è comportato/a o sentito/a in un certo modo	
	Ragionava su quello che gli/le stava dicendo	Ragionavo su quello che mi stava dicendo	
	Per lui/lei è stato difficile capire le ragioni del mio stato d'animo	Mi è stato difficile capire le ragioni del suo stato d'animo	
	A prescindere dal fatto che fosse d'accordo con me, ha compreso il mio punto di vista	A prescindere dal fatto che fossi d'accordo con lui/lei, ho compreso il suo punto di vista	
	Non è riuscito/a a vedere davvero le cose dal mio punto di vista	Non sono riuscito/a a vedere davvero le cose dal suo punto di vista	
	Credo che riuscisse a intuire bene l'origine/la causa del mio stato d'animo	Ero in grado di intuire bene l'origine/la causa del suo stato d'animo	
	Si concentrava sul mio punto di vista e sulle mie convinzioni	Mi concentravo sul suo punto di vista e sulle sue convinzioni	
	Non mi capiva	Non ero in grado di capirlo/la	
	Non mi sembrava disponibile nell'accogliere le mie parole e le mie emozioni	Non riuscivo ad essere disponibile nell'accogliere le sue parole e le sue emozioni	
	Mi sentivo sereno/a nel potergli/le parlare apertamente, sapendo che avrebbe accolto senza giudizio	Si sentiva sereno/a nel potermi parlare apertamente, sapendo che avrei accolto senza giudizio	
	Ha compreso e accolto la mia esperienza senza giudicarla	Ho compreso e accolto la sua esperienza senza giudicarla	
	Sentivo che il suo desiderio di comprendermi era forte	Sentivo che il mio desiderio di comprenderlo/a era forte	
	Non contribuiva a creare un clima in cui io potevo essere me stesso/a	Non ero in grado di contribuire a creare un clima in cui lui/lei poteva essere se stesso/a	
	Ha provato a farmi sentire a mio agio	Ho provato a farlo/a sentire a suo agio	

	Mi accoglieva senza giudicare	Lo/La accoglievo senza giudicare	
	Parlare con lui/lei mi ha fatto sentire come se i miei problemi fossero più affrontabili	Parlare con me gli/le ha fatto sentire come se i suoi problemi fossero più affrontabili	
	Ce la metteva tutta per capire il mio punto di vista	Ce la mettevo tutta per capire il suo punto di vista	
	Ha cercato di dimostrarmi quanto mi fosse vicino/a	Ho cercato di dimostrargli/le quanto gli/le fossi vicino/a	
	Sarebbe riuscito/a a reggere e a far fronte a qualsiasi mia intensità emotiva	Sarei stato in grado di reggere e di far fronte a qualsiasi sua intensità emotiva	
	Mi sembrava non interessato/a a me	Non dimostravo di essere interessato/a a lui/lei	
	Teneva a dimostrarmi che comprendeva la mia esperienza	Tenevo a dimostrargli/le che comprendevo la sua esperienza	
	Sentivo che gli/le interessava piacermi	Mi interessava piacergli/le	
	Non si preoccupava davvero di come io stessi	Non riuscivo a preoccuparmi davvero di come lui/lei stesse	

INTERPERSONAL EMPATHY QUESTIONNAIRE- VERSIONE DI TRATTO

Istruzioni

Prospettiva OS-BB

Sono qui di seguito riportate alcune frasi che possono rispecchiare il rapporto che ___ ha con lei. Legga ciascuna frase e poi clicchi sulla risposta che meglio indica

come *abitualmente* sente ___ rispetto a sé. Non ci sono risposte giuste o sbagliate. La preghiamo di rispondere il più velocemente possibile senza pensarci troppo.

Prospettiva SO-BA

Sono qui di seguito riportate alcune frasi che possono rispecchiare il rapporto che lei ha con ___. Legga ciascuna frase e poi clicchi sulla risposta che meglio indica

come *abitualmente* si sente rispetto a ___. Non ci sono risposte giuste o sbagliate. La preghiamo di rispondere il più velocemente possibile senza pensarci troppo.

Scala di risposta: 1 = *Non accade mai/quasi mai*; 2 = *Accade poche volte*; 3 = *Accade spesso*; 4 = *Accade quasi sempre/sempre*

Item	Other-Self	Self-Other	Range risposta
	Lui/Lei percepisce come mi sento, al di là della specifiche parole che uso	Io percepisco come lui/lei si sente, al di là della specifiche parole che usa	Non accade mai/ quasi mai-Accade qualche volta- Accade spesso- Accade sempre/ quasi sempre
	Lui/Lei sente intimamente ciò che provo, come se avesse già vissuto la stessa esperienza	Sento intimamente ciò che lui/lei prova, perché risuona con qualcosa che ho già vissuto	
	Sento che non è emotivamente coinvolto/a nella mia esperienza	Sento di non essere emotivamente coinvolto/a nella sua esperienza	
	C'è una tale sintonia con lui/lei che mi sembra possa prevedere ciò che sto per dire	C'è una tale sintonia con lui/lei che mi sembra di poter prevedere ciò che sta per dire	
	Non riesce a sentire le mie emozioni	Non è in grado di sentire le sue emozioni	
	Sento che anche quando non può o non riesce a comprendere i fatti che racconto, è comunque in sintonia con il lato emotivo della mia esperienza	Sento che anche quando non posso o non riesco a comprendere i fatti che racconta, sono comunque in sintonia con il lato emotivo della mia esperienza	
	Sento che a livello emotivo mi è distante	A livello emotivo gli/le sono distante	
	Se io mentissi, nascondendo quello che pensavo realmente, non se ne accorgerebbe	Se lui/lei mentisse, nascondendo quello che pensava realmente, non me ne accorgerei	
	Capisce che cosa scateni le mie reazioni	Capisco che cosa scateni le sue reazioni	
	È consapevole di quali siano i miei pensieri rispetto alle esperienze che vivo	Sono consapevole di quali siano i suoi pensieri rispetto alle esperienze che vive	
	Si mette nei miei panni, immedesimandosi in quello che io potrei pensare	Mi metto nei suoi panni, immedesimandomi in quello che potrebbe pensare	
	Capisce perfettamente ciò che intendo	Capisco perfettamente ciò che intende	
	Non capisce il mio modo di vedere le cose	Non capisco il suo modo di vedere le cose	

	Penso che immagini la mia prospettiva per poter comprendermi meglio	Immagino la sua prospettiva per poter comprenderlo/la meglio	
	Lui/Lei capisce perché mi comporti o senta in un certo modo	Capisco perché lui/lei si comporti o senta in un certo modo	
	Ragiona su quello che gli/le dico	Ragiono su quello che mi dice	
	Per lui/lei è difficile capire le ragioni del mio stato d'animo	Mi è difficile capire le ragioni del suo stato d'animo	
	A prescindere dal fatto che lui/lei sia d'accordo con me, comprende il mio punto di vista	A prescindere dal fatto che io sia d'accordo con lui/lei, comprendo il suo punto di vista	
	Non riesce a vedere davvero le cose dal mio punto di vista	Non riesco a vedere davvero le cose dal suo punto di vista	
	Credo che riesca a intuire bene l'origine/la causa dei miei stati d'animo	Sono in grado di intuire bene l'origine/la causa dei suoi stato d'animo	
	Si concentra sul mio punto di vista e sulle mie convinzioni	Mi concentro sul suo punto di vista e sulle sue convinzioni	
	Non è in grado di capirmi	Non sono in grado di capirlo/la	
	Non mi sembra disponibile nell'accogliere le mie parole e le mie emozioni	Non riesco ad essere disponibile nell'accogliere le sue parole e le sue emozioni	
	Mi sento sereno/a nel potergli/le parlare apertamente, sapendo che accoglierebbe senza giudizio	Si sente sereno/a nel potermi parlare apertamente, sapendo che accoglierei senza giudizio	
	Comprende e accoglie la mia esperienza senza giudicarla	Comprendo e accolgo la sua esperienza senza giudicarla	
	Sento che il suo desiderio di comprendermi è forte	Sento che il mio desiderio di comprenderlo/a è forte	
	Non contribuisce a creare un clima in cui io possa essere me stesso/a	Non sono in grado di contribuire a creare un clima in cui lui/lei possa essere se stesso/a	
	Prova a farmi sentire a mio agio	Provo a farlo/a sentire a suo agio	
	Mi accoglie senza giudicare	Lo/La accolgo senza giudicare	
	Parlare con lui/lei mi fa sentire come se i miei problemi fossero più affrontabili	Parlare con me gli/le fa sentire come se i suoi problemi fossero più affrontabili	
	Ce la mette tutta per capire il mio punto di vista	Ce la metto tutta per capire il suo punto di vista	
	Cerca di dimostrarmi quanto mi sia vicino/a	Cerco di dimostrargli/le quanto gli/le sia vicino/a	

	Riuscirebbe a reggere e a far fronte a qualsiasi mia intensità emotiva	Sarei in grado di reggere e di far fronte a qualsiasi sua intensità emotiva	
	Mi sembra non interessato/a a me	Non dimostro di essere interessato/a a lui/lei	
	Tiene a dimostrarmi che comprende la mia esperienza	Tengo a dimostrargli/le che comprendo la sua esperienza	
	Sento che gli/le interessa piacermi	Mi interessa piacergli/le	
	Non si preoccupa davvero di come io stia	Non riesco a preoccuparmi davvero di come lui/lei stia	