

Empatía

Lic. Claudia A. Ramognino

*Prof. de enseñanza primaria; Lic. en Psicología; Magister en Psiconeuroinmunoe-
docrinología; Sexóloga Clínica; Doctoranda en Psicología con Orientación Cogni-
tivo-Existencial (Proyecto de investigación en curso).*

Un poco de historia

El concepto de empatía, se desarrolla en el seno del Romanticismo, como una reacción contra el espíritu crítico y racional del Iluminismo y el Clasicismo. Este movimiento cultural y político, que surge en Alemania y el Reino Unido, a finales del siglo XVIII, tuvo una amplia influencia en la literatura, la pintura y la música, favoreciendo la originalidad individual y la subjetividad, frente al universalismo y el convencionalismo, y exaltando el deseo de libertad, de las pasiones y de los instintos, frente al racionalismo.

Los autores románticos, compartían su manera de sentir y concebir al hombre, la naturaleza y la vida misma, en reuniones, que se realizaban preferentemente en ambientes nocturnos, sórdidos y ruinosos; en las que se generaba una atmósfera de creatividad y de profunda afinidad interior, entre ellos y con la naturaleza. En ese clima, de intensa participación, se registra la primera referencia, al concepto de empatía, cuando Novalís, un poeta romántico, utilizó la palabra alemana “*einführung*”, que significa “sentirse dentro de”, en 1798.

No obstante en la concepción Romántica, el término hace referencia a la captación estética, y señala la unión, entre el sujeto y el objeto, a través de un mecanismo de índole más bien proyectivo, donde el sujeto es quien, al compenetrarse con el objeto, le otorga sentido.

Robert Vischer (1847-1933) y sobre todo Theodore Lipps (1851-1914), desarrollan y amplían el concepto, convirtiéndolo en un concepto fundamental, desde el punto de vista epistemológico, para acceder al conocimiento de la conciencia del otro.

Lipps, plantea que hay tres dominios del conocimiento: *el de las cosas*, al que se accede por la percepción sensible; *el de sí mismo*, que se alcanza por la percepción interna; y *el de los otros*, que se logra por medio de la *empatía* (Einfühlung), a la que considera como un proceso, en el que el sujeto, se reconoce a sí mismo en el objeto y se solidariza con él, pudiendo descubrir aspectos de sí mismo, que hasta entonces ignoraba.

Se trata de un proceso de auto-objetivación. Según él, tenemos una tendencia natural, a expresar nuestros estados internos, los cuales, constituyen un aspecto inseparable de sus expresiones. De modo que, la apercepción de las expresiones del otro, reaviva en nosotros, la producción de esas mismas expresiones y los estados internos de los que forman parte; es decir, la apercepción de las expresiones del otro, incluye la reproducción del estado interno, que se halla fundido con ellas, en un suceso único. No se trata de una asociación por analogía, sino, más bien, de una proyección o externalización de aspectos del yo, en el otro¹.

Tal como la conocemos actualmente, la palabra empatía (empathy), aparece por primera vez en un diccionario de habla inglesa, en 1904, y en 1906, Edward Titchner, la utiliza para traducir el concepto del alemán "einfühlung". En el Diccionario de la Real Academia Española se introduce recién en 1992.

La inclusión de este concepto en Psicología, responde a la convergencia, cada vez más notoria, de las escuelas psicológicas, en la concepción, de que el abordaje de los fenómenos humanos, debe realizarse desde una perspectiva comprensiva.

¹ Como veremos mas adelante, esta es una descripción del funcionamiento del sistema de neuronas espejo, formulada, casi 100 años antes de que se conociera la existencia de dichas neuronas.

Según esta concepción, el conocimiento del hombre, solo puede alcanzarse en referencia a su contexto histórico-cultural, y en función de la circunstancia concreta, en que se encuentre como ser autónomo. Complejidad esta, que no puede ser abordada, experimentalmente.

Esta perspectiva, comienza a desarrollarse a principios del siglo XX, en oposición al paradigma mecanicista, que pretendía imponer el método experimental, propio de las ciencias biológicas, a las ciencias humanas.

Dos de sus referentes principales son Wilhelm Dilthey (1833-1911) y Karl Jaspers (1883-1969).

Dilthey, introduce el concepto de comprensión, y plantea que el objeto de la psicología, es el hombre concreto, con su subjetividad, inmerso en un determinado contexto sociocultural, y no el fenómeno psicológico abstracto.

Como no existe una relación causal, entre acontecimiento y vivencia, ésta, solo puede ser aprehendida empáticamente, puede ser comprendida, pero no explicada. La comprensión, no es un simple proceso racional, implica la introspección y compromete la esfera afectiva.

Jaspers, reserva la expresión “comprender”, para referirse a “**la visión de lo psíquico desde dentro**” y, “explicar”, para referirse al “**hecho de conocer relaciones causales objetivas, que solo es visto desde fuera**”². Considera, que ambos métodos, se complementan, en el estudio de los fenómenos psíquicos. La explicación, conduce a la descripción, y el análisis y la comprensión, a la construcción del sentido.

Este autor, distingue varios tipos de comprensión: la *comprensión fenomenológica*, basada en la descripción que la persona hace de sí misma; *comprensión de la expresión*, referida a la captación inmediata a partir de la expresión gestual; *comprensión estática*, captación del estado mental a partir de las vivencias, en un momento determinado; *comprensión genética*, que establece y analiza las relaciones de sentido entre las diversas vivencias; *comprensión racional*, percep-

² Jaspers, K.: “Psicopatología General”. 1993. Ed. Fondo de Cultura Económica. México. Pag. 36.

ción de las relaciones lógicas, del contenido psíquico; y *comprensión empática*, “**comprensión propiamente psicológica de lo psíquico mismo**”³.

Sobre el concepto de empatía

La palabra empatía, deriva de la voz griega em-patheia (εν-Παθεῖν), que significa “sentir dentro” y se define como: “Identificación mental y afectiva de un sujeto con el estado de ánimo de otro” (DRAE, 2001).

Diferenciar una serie de procesos vinculados a la comunicación afectiva, contribuirá a esclarecer el concepto.

Asumiendo, que *empatía*, implica entrar en comunión con la vivencia del otro, debemos distinguirla de la *correspondencia afectiva*, que se produce entre dos personas, que comparten la misma expectativa frente a un fenómeno o situación, por ejemplo la respuesta afectiva de los miembros de un equipo que logra el éxito (o fracasa) en una competencia, o de los fanáticos del equipo entre sí; en este caso, si bien, en algún sentido, podemos decir que están sintiendo “la misma alegría (o tristeza)”, se trata de sentimientos que son originarios de cada uno, es decir es la alegría o la tristeza propia de cada uno, mientras, que en la empatía, el sentimiento experimentado, tiene claramente origen en el otro. En ese sentido, se puede vivenciar empáticamente la alegría del otro, aun cuando no se comparta el interés, por el triunfo del equipo.

También, es importante establecer la diferencia entre *empatía* y *contagio afectivo*: este último, se produce cuando una persona o un entorno con un vivo estado emocional, provoca una especie de mimetismo en otros; por ejemplo, cuando una persona con depresión, induce cierta sensación de vacío y angustia, en quien comparte una cantidad de tiempo con ella, o cuando buscamos a una persona o a un ambiente alegre, para combatir un estado disfórico. Nuevamente en este caso, se trata de estados originarios, es decir, no se trata de sentir la

³ Jaspers, K.: “Psicopatología General”. 1993. Ed. Fondo de Cultura Económica. México. Pag. 348.

alegría o el vacío del otro, sino los propios, son estados que se originan en un individuo, consecuentemente con la actitud del otro.

Algo parecido, pasa con lo que usualmente llamamos *simpatía* y *compasión*. Términos estos, por su etimología (sentir-con o padecer-con), equivalentes a empatía. Estos términos, se refieren a estados emocionales, que implican una cierta actitud valorativa, en relación al sentimiento percibido en el otro: la persona se alegra por la alegría del otro o se apena por su tristeza, pero no vivencia ni la una, ni la otra. El término antipatía, designaría la actitud opuesta: alegrarse por la tristeza del otro o apenarse por su alegría.

Finalmente "*empatizar con*", no es lo mismo que "*identificarse con*". En el acto empático, es claro para quien empatiza, que la vivencia en cuestión, es originaria del otro y no propia; mientras que en la identificación, esa claridad no existe: hago ajena mi propia vivencia o propia la vivencia ajena, sin distinguir de quien es originaria.

El término empatía, ha sido interpretado de diferentes maneras. Básicamente, se pueden considerar dos posiciones: unas que acentúan el aspecto cognitivo, es decir la habilidad de comprender y predecir la conducta de los otros, atribuyéndoles creencias, intenciones, deseos, etc. y otras que se centran en el aspecto afectivo, y la definen, como la capacidad de resonar emocionalmente con el otro, o sentir lo que él siente.

La Empatía Como Factor de Constitución

Por lo general, se piensa en la empatía, como una capacidad del adulto, y se la valora fundamentalmente, en relación a aquel que brinda cuidado o asistencia (padres, enfermeros, terapeutas, etc.).

Aún en los casos, en que se plantee su importancia en la constitución de la individualidad, como lo han hecho Bowlby, Winnicott, Rogers y otros, la tendencia, es a hacer hincapié en la relevancia, que tiene una buena capacidad, empática en el proceso de maternaje.

Edith Stein realiza un estudio fenomenológico extenso, sobre este tema en su tesis doctoral, que se publica parcialmente en 1917 con el título “Sobre el problema de la empatía” (*Zum Problem der Einfühlung*). En ella, Stein establece una distinción cualitativa, de las conciencias subjetivas y encara el tratamiento de la empatía, como problema de constitución del individuo psicofísico

Edith Stein, no comparte la idea de Lipps, de que en la empatía, se produzca una identificación absoluta con el otro.

En primer lugar, ella plantea que debemos diferenciar empatía, de percepción externa, teniendo en cuenta, que el objeto de la empatía, no posee una dimensión espacio-temporal. El primer indicio que tenemos del otro, es su cuerpo. Esto, en un primer momento, nos permite aprehenderlo como un objeto real, a través de las sensaciones y la percepción. Sin embargo, la captación externa del cuerpo, no agota lo que él manifiesta. En efecto, el otro se presenta, no como una cosa entre las cosas, sino como cuerpo viviente. **“El dolor no es una cosa y no me está dado de esa manera, ni siquiera cuando lo noto “en” el semblante doloroso que percibo externamente y con el que está dado ‘a una’ ”**⁴

Por otro lado, lo empatizado, no es un contenido “originario”, en el sentido de estar referido al yo-mismo, en el presente. Aún cuando en la empatía, el yo, vivencia el dolor del otro, el yo que vivencia, no es el mismo, que el yo que empatiza; del mismo modo, que al recordar una experiencia vivencialmente, el yo de la experiencia, no es el yo, que está recordando.

Sin embargo, existe cierta semejanza. Cuando recuerdo, “*presentifico*” el acontecimiento y puedo meterme en él, y revivir paso a paso lo acontecido; este introducirme o comprometerme en el recuerdo, pone en evidencia, la capacidad

⁴ Stein, E.: “Sobre el Problema de la Empatía”. 2004. Ed. Trotta. Madrid. Pag 22

de la conciencia, de experimentar “desde dentro”. En la empatía, ocurre algo parecido, solo que el objeto de la empatía, es el otro y su vivencia.

El otro y el yo, son polos irreductibles de este acto. Ambos se mantienen separados, cada uno, con un modo vivencial, absolutamente propio.

Las vivencias del otro, por ej. el dolor, son originarias en él, se puede experimentar el dolor que se expresa en su rostro, pero jamás se lo podrá sustituir, ni fusionarse con él. El otro, en sí mismo es un ser originario y sus vivencias son originarias para él.

Stein señala, que a diferencia de la percepción externa, la empatía, implica percibir desde dentro, la vivencia de “otro yo”. Lo que revela, que la realidad propia del sujeto humano, va más allá de lo sensible. Su atributo más propio, no está ligado a aquello captado por medio de la percepción externa, sino a una naturaleza, que sintetiza las distintas partes y actos del cuerpo físico, en una experiencia unitaria; de este modo, el yo se manifiesta como “el punto de partida de la orientación” y se constituye como único e irrepetible. A través de él, se anuncia una realidad, que va más allá de lo que se presenta como determinado causalmente: la experiencia de la libertad humana, la dimensión espiritual.

La libertad del yo, se manifiesta en la capacidad de expresarse y de volcarse significativamente hacia el mundo. Todo acto expresivo, es reflejo de una realidad, que en su gesto, trasciende las determinaciones espacio-temporales de la causalidad. A través de la expresión, se puede alcanzar al otro. El gesto expresivo, es más que un medio, es la revelación del sujeto que se expresa: es símbolo⁵.

El llanto en el rostro dolido, anuncia una realidad, que supera los datos de la percepción externa: la de un sujeto personal, capaz de determinar significados, a través de sus acciones. La expresión, da cuenta de la libertad del yo, que desea darse a conocer originariamente. Comprenderlo, no consiste en percibir sus palabras o gestos, como objetos externos: en esa expresión se revela el sujeto mismo, que se expresa desde su mismidad más originaria y solo puede ser entendi-

⁵ “símbolo –de griego sym-ballein- es aquello que unifica, congrega, re-liga, integra” (Rubino, V.: Series Filosóficas. Editorial UFLO. 2008. Buenos Aires. Argentina.)

do, por otro yo, regido por las mismas condiciones. Es aquí precisamente, que la empatía, deviene en un acto constitutivo del yo, en tanto, que al permitir revelar la espiritualidad del otro, revela también la propia espiritualidad, es decir, constituye al yo propio.

El pensamiento de Edith Stein, enfatiza la idea de que, al permitir el acceso al mundo del otro, la empatía, tiene un rol fundacional para la trascendencia de ambos.

Aspectos biosociales

La empatía, es una capacidad innata, que ha evolucionado en los mamíferos superiores, probablemente en función de mejorar las habilidades sociales.

Es importante tener en cuenta, que los mamíferos, nacemos con grados variables de inmadurez e indefensión, que hacen imprescindibles, periodos relativamente extensos de cuidados parentales; por tal razón, en estas especies, la capacidad de establecer y mantener vínculos sociales desde temprano, está directamente relacionada, con la posibilidad de supervivencia, tanto del individuo como de la especie.

Tampoco debemos soslayar el hecho, de que esa misma inmadurez, tiene como consecuencia, la falta de desarrollo de los programas genéticos, encargados de organizar y activar, respuestas automáticas y conductas instintivas, en otras especies; lo cual, constituye la precondition, de la fantástica capacidad de aprendizaje y adaptación, que caracteriza a los mamíferos superiores, y cuya máxima expresión, es el desarrollo y la transmisión de la cultura humana.

Así pues, la capacidad empática, sugiere una particular predisposición a la interacción interpersonal, relacionada con habilidades comunicativas. Favorece tanto, la percepción de emociones (alegría, tristeza, ira, etc.), como de sensaciones (dolor, cosquillas, etc.) de otras personas; compromete el conjunto de las operaciones mentales, incluidos los procesos implicados en la percepción, reco-

nocimiento, interpretación y generación de respuestas, ante las intenciones, disposiciones y conductas de otros.

Es, por lo tanto, crítica para el funcionamiento en comunidad. Su disfunción, conlleva un deterioro de la conducta prosocial, y pone en riesgo la calidad de vida y la supervivencia de las personas, ya que ésta depende, en gran parte, de la habilidad para funcionar de manera óptima, dentro del contexto social, para lo cual, es fundamental comprender lo que sienten los demás.

En un experimento realizado hace casi 40 años, A. Bandura, mostró a un grupo de niños, una película en la que una persona golpeaba a un muñeco; después de verla, y sin que mediara ninguna consigna, los niños comenzaron a golpear los muñecos que había en la sala, tal como lo habían visto en la película. En las últimas décadas, se ha resaltado la relevancia de la empatía, en la disposición prosocial de las personas, y su posible función, en la regulación de la agresividad, como así también, en el desarrollo moral de las personas.

Utilizando diferentes tecnologías, varios investigadores, han coincidido, en que la percepción de similitudes (como pertenecer a la misma cultura, raza o grupo), entre el observador y el otro, fomenta la empatía y la disposición a ayudar. Compartir recursos culturales, en la expresión e interpretación de estados internos, constituye una base fundamental, para comprender las experiencias de los otros. Las investigaciones en el campo la neurociencia cultural, han puesto en evidencia, que la cultura, no solo moldea los procesos perceptuales, cognitivos y emocionales, sino también, el desarrollo de las redes neuronales, sobre las que se asientan.

Como ya hemos mencionado, la empatía, implica un proceso inferencial, en el que la observación, la memoria, el conocimiento y el razonamiento se combinan para poder comprender los pensamientos y sentimientos de los demás. Este aspecto cognitivo de la empatía, está muy relacionado con lo que se ha denominado “*teoría de la mente*” (ToM) o inteligencia social, que consiste, principalmente, en inferir las intenciones y creencias de los demás, asumiendo racionalmente su

perspectiva, y capacita a la persona, para conceptualizar los estados mentales de otros, permitiéndole así, predecir y explicar, gran parte de su comportamiento.

La investigación sobre la capacidad empática, ha cobrado renovado interés, en diversos campos científicos, como la psiquiatría, la economía, las neurociencias, la psicología, la política, etc.

Actualmente, la ToM, es uno de los principales modelos, utilizados para explicar los déficits, que caracterizan a trastornos como el Autismo y el Síndrome de Asperger.

Según Jeremy Rifkin (2010), un renombrado economista: ***“La empatía es el medio por el que creamos vida social y hacemos que progrese la civilización. En resumen, aunque no haya recibido de los historiadores la atención que de verdad merece, la extraordinaria evolución de la conciencia empática es la narración por excelencia que subyace en la historia humana.”*** (pag. 20)

Este autor, atribuye el fracaso de las negociaciones internacionales, tendientes a lograr acuerdos, para lograr una economía sustentable, y/o el uso prudente de los recursos naturales, a una visión negativa de la naturaleza humana. Sostiene que los políticos y los estados, influidos por las ideas de A. Smith, adhieren a valores como la ambición y el utilitarismo, promoviendo conductas que buscan el logro personal y la acumulación de poder, desconociendo la tendencia natural del ser humano, a comprender y cuidar a los demás.

Rifkin anuncia el advenimiento de una *“Tercera Revolución Industrial”*, caracterizada por una economía distributiva y basada en el reposicionamiento del ser humano respecto del planeta.

Señala que, por ejemplo, en el terreno judicial, varios países han optado en determinados casos, liberar al imputado, del estigma de la sanción penal, concediéndole la oportunidad de resarcir el daño causado, confrontándolo con su víctima o víctimas de delitos similares, en la convicción de que estas estrategias favorecen el arrepentimiento, y la corrección de la conducta delictiva, más efectiva-

mente que la prisión. En nuestro país, *la probation*, representa una de esas iniciativas.

En educación, también han comenzado a implementarse programas, tendientes a aumentar la conciencia empática, en los cuales los niños, participan en tareas comunitarias, en el curso de las cuales resuelven problemas y aprenden.

La empatía es una función genéticamente programada, pruebas de ello son: la existencia de capacidad empática, en otras especies emparentadas con la nuestra (el concepto de la ToM se desarrolló a partir de investigaciones con chimpancés); que un niño recién nacido, muestra respuestas empáticas (abre la boca, si un adulto abre la suya frente a él; llora, si oye llorar a otro niño, etc.) y el mencionado descubrimiento, de la existencia de estructuras neuronales especializadas en funciones vinculadas a la empatía. Sin embargo, como otras disposiciones congénitas (como por ej. el lenguaje), depende de la influencia de la cultura, para su desarrollo. Piaget, uno de los más prominentes investigadores del desarrollo de las funciones intelectuales, describió varios estadios⁶, en el desarrollo de la capacidad de “leer la mente de los demás”, en el niño. Desde este punto de vista, la empatía tiene un valor instrumental, que permite “tomarle el tiempo” al otro, para promover el propio interés y mantener unas relaciones sociales adecuadas.

⁶ Los niños expresan diferentes formas de aproximación a la experiencia del otro a lo largo de su de su desarrollo. Los estudios sobre el tema reconocen por lo menos 6 niveles de empatía que se despliegan sucesivamente durante el desarrollo temprano:

- 1) Al nacer , los niños manifiestan una resonancia emocional pasiva, que se dispara automáticamente y está biológicamente determinada (por ej. lloran si oyen llorar, o imitan el gesto de quién tienen delante: abrir la boca etc.).
- 2) Alrededor del tercer mes, aparece la sonrisa social que evidencia una regulación en el intercambio cara a cara con los cuidadores. En adición al contagio emocional propio del nivel anterior, el niño comienza a co-construir la experiencia compartida, mediante la experimentación y el juego recíproco.
- 3) Comenzando aproximadamente a los 9 meses de edad, los niños expanden su repertorio de experiencias vicariantes por intentar compartir su atención con otros en relación a objetos y eventos en el entorno, activamente involucrado en desarrollar la así llamada intersubjetividad secundaria. En este nivel, e contexto infantil de la empatía se expande hacia el intercambio cara a cara.
- 4) A los 14 meses, los niños muestran identificarse a si mismos como entidades únicas, empezando por ejemplo por reconocerse a sí mismos en un espejo. Presumiblemente, desde este punto, ellos pueden también identificarse con o proyectarse a si mismo sobre otros. Por ejemplo, la investigación sugiere que es alrededor de esa edad que los niños comienzan a discriminar partners sociales que los están imitando.
- 5) a los 24 meses, los niños comienzan a mostrar conciencia emocional de sí mismo, incluyendo la vergüenza. En este nivel, los niños comienzan a embarcarse en comparaciones, categorizaciones, y eventualmente conceptualizaciones sistemáticas del simismo en relación a otros. Ellos empiezan a interpretar cómo ellos deberían sentir basados sobre cómo otros pueden sentir sobre ellos. La vergüenza es probablemente la expresión directa de tal proceso.
- 6) Finalmente, a los 48 meses, los niños desarrollan la capacidad inequívoca de teorizar sobre la mente de otros, capacidad de interpretar falsas creencias y comenzar a distinguir pensamientos objetivos de subjetivos, así como de interpretar sentimientos y emociones que son sostenidas por ellos y por otros que son más o menos congruentes. Desde este punto, los niños devienen capaces de adoptar una posición teórica hacia los otros, capaces de conjeturar sobre el estado emocional de los otros en relación al suyo propio.

Sustrato neurobiológico

En el cerebro humano, hay neuronas especializadas en la percepción, de partes del cuerpo humano, se encuentran en un área de la corteza occipital lateral, que recibe el nombre de área extraestriada para los cuerpos o EBA (*extrastriate body area*), porque responde a estímulos visuales, que representan ya sea cuerpos completos o partes del cuerpo como manos, pies o cabeza, aún en fotos o esquemas. No se activan frente a otros estímulos visuales como objetos, animales, etc. Otra región, que ahora se conoce como el área fusiforme para los rostros o FFA (*fusiform face area*), está especializada en el reconocimiento de rostros.

La existencia de regiones del sistema nervioso, especializadas en el procesamiento de caras y cuerpos, refleja el lugar privilegiado, que en el accionar humano, tiene el reconocimiento y entendimiento de uno mismos y de los demás, y una inclinación natural a la interacción social.

Sin embargo, la simple percepción de las acciones, no basta para entenderlas. Identificar las intenciones, motivos y metas implicados en ellas, requiere además, que la observación de esas acciones, active en el cerebro de quien las observa, las representaciones motoras de las mismas acciones.

Es decir, que cuando alguien ve a una persona tomar una taza, se activen en las áreas motoras del observador, las mismas neuronas, que controlan la ejecución del acto de tomar la taza, cuando él los realiza. Las regiones del cerebro humano implicadas en esta función son: las cortezas prefrontal y parietal laterales, las áreas visuales occipital y temporal, la parte rostral del lóbulo parietal inferior, la parte baja del giro precentral y la parte posterior del giro frontal inferior; es decir, además de las áreas cerebrales involucradas en la percepción, las estructuras neuronales responsables de la planificación y ejecución motora, de las acciones observadas. Este circuito ha recibido el nombre de *Sistema de Neuronas Espejo*, ya que su activación, genera una especie de “imitación interiorizada” (o reflejo especular), de las acciones observadas.

El SNE, fue descubierto de manera casual, por el equipo de investigadores (Rizzolatti, Fadiga, Gallese y Fogassi) del Departamento de Neurociencias de la Universidad de Parma, en Italia, alrededor de 1990, mientras estudiaban la actividad, de las neuronas especializadas, en el control de los movimientos de la mano, en macacos.

En trabajos posteriores, se investigó la comprensión de las acciones en seres humanos, en diferentes condiciones experimentales: percepción de objetos, manipulación de objetos por parte de otro, percepción de movimientos simples hechos por otra persona (por ej. mover los dedos), simulación de acciones, oraciones relacionadas con acciones, etc.; comprobándose que: tanto cuando los indicios son visuales, por ej. ver a otra persona realizar acción (ya sea simulada o con un objeto real); como mediante rasgos no visuales de las acciones, p. ej., sonidos (el ruido producido al romper un papel, etc.) o representaciones mentales, y aún, cuando simplemente, escuchamos oraciones relacionadas con acciones específicas; en el cerebro, se activan las mismas redes neuronales, implicadas en la experiencia propia, de llevar a cabo esas acciones. Aunque no se realice la acción que se observa o escucha, parte del sistema motor del observador, se vuelve activo “como si” ejecutara la misma acción que observa. Esta es la base de la empatía.

También se ha comprobado, a partir de estudios electromiográficos, que la observación de una acción, se acompaña de respuestas rápidas y espontáneas, en los músculos implicados en la acción observada.

El modelo de la imitación interiorizada, surgido del descubrimiento de las neuronas espejo, en el estudio de los actos motores, ha sido aplicado también, en el terreno de lo emocional, lo que significa, que reconocer y entender los estados emocionales en otra persona, se considera dependiente, en parte, de un conjunto de sistemas neuronales, que se activan cuando nosotros mismos experimentamos esos estados.

Estudios de neuroimagen, han demostrado, que ver expresiones faciales, provoca expresiones en quien las observa, aún sin el reconocimiento consciente

del estímulo. Se observó, por ejemplo, que una porción de la ínsula, que se activa ante la exposición a olores desagradables, también se activa, viendo expresiones faciales de disgusto, en otras personas; y la observación de personas experimentando dolor, produce una activación de regiones cerebrales, involucradas en los aspectos afectivos del dolor, particularmente la corteza cingulada anterior y la ínsula anterior.

Así mismo, observar expresiones corporales de miedo, no sólo aumenta la actividad de las regiones cerebrales implicadas en los procesos afectivos, sino también, las encargadas de la representación de acciones relacionadas (p. ej., escapar).

El procesamiento de los aspectos implícitos (no-verbales), de la interacción, influye, en la regulación de los niveles de neurotransmisores, hormonas y el funcionamiento del sistema nervioso autónomo, de quienes interactúan. Se ha verificado, que el ajuste del propio estado corporal, con el del interlocutor, incluyendo ritmo cardiaco, tono muscular, etc., determina la fidelidad de la percepción empática.

El descubrimiento de las neuronas espejo, revolucionó la comprensión de cómo, los seres humanos comunicamos intenciones y sentimientos. Su actividad crea un puente entre las personas y hace posible el desarrollo de la cultura y de la sociedad: ellas constituyen la base anatomofisiológica de la imitación y la empatía.

Reflexiones

La mayor parte de nuestra actividad mental, incluyendo aspectos importantes, de los procesos de toma de decisión, se organizan en estadíos previos a la conciencia, y nunca llegan a procesarse en sus términos.

Las relaciones interpersonales, no escapan a esa realidad.

Los estudios de neuroimagen, demuestran, que prácticamente desde el

nacimiento, los niños muestran una clara preferencia, por estímulos visuales y auditivos, semejantes al rostro y la voz humanos, y, tal como se señaló anteriormente, tienden a imitar automáticamente algunas expresiones (como el llanto de otros niños, gestos de la boca, etc.). Esas interacciones cara a cara, que suelen dar lugar a secuencias de imitación recíproca, entre el adulto y el niño, generan cambios duraderos, en la arquitectura y bioquímica del cerebro. Podríamos pensar, que a través de ese juego empático, el niño, establece su primer contacto con el entorno. Cuando la razón y el lenguaje, no establecieron aún su hegemonía, el niño, aprende a codificar el mundo, en base a la vivencia de quienes lo rodean, internalizada, a partir de la aprehensión empática, del sentido implícito en su conducta y, más allá de toda explicación, construye las bases de su propio psiquismo.

Se podría imaginar, que más allá del guión explícito, de las intervenciones verbales, cada encuentro con el otro, transcurre en una danza de gestos, miradas, sonidos, ritmos y olores, que se codifican y decodifican, a velocidades que la conciencia no admite y en niveles de compromiso corporal, que nuestra razón no alcanza.

Cada interacción interpersonal (familiar, vecinal, profesional) contribuye a delinear una coreografía, que configura un patrón organizativo básico, sobre el que se desarrolla, el gran espectro de las experiencias intersubjetivas.

Bibliografía

Decety, J. & Jackson, P. (2006). A social-neuroscience perspective on empathy. *Current Directions in Psychological Science*

Falck-Ytter, T., Gredebäck, G. & von Hofsten, C. (2006). Infants predict other people's action goals. *Nature Neuroscience*. Volume 9 [Number 7 [July 2006.

Fernández-Pinto, I.;López-Pérez, B. y Márquez, M. (2008): "Empatía: Medidas, teorías y aplicaciones en revisión". *Anales de Psicología*, Vol. 24, Núm. 2, diciembre, 2008, Universidad de Murcia. España.

Gallese, V. (2003). The roots of empathy: The shared manifold hypothesis and the neural basis of intersubjectivity. *Psychopathology*, 36, 171-180.

Gibu, R. (2004): "La Empatía Como Problema De Constitución En La Obra Filosófica De Edith Stein". *La Lámpara de Diógenes*, enero-junio, julio-diciembre, año/vol. 5, número 008 y 009. Benemérita Universidad Autónoma de Puebla. Puebla, México.

Jaspers, K. (1993): "Psicopatología General". Ed. Fondo de Cultura Económica. México.

Levinas, E. (1999): "Totalidad e Infinito. Ensayo sobre la exterioridad". Ediciones Sígueme.. Salamanca.

Quintanilla, P. (2008): "Comprensión, imaginación y transformación". *Areté Revista De Filosofía Vol. Xx, N° 1*. Pontificia Universidad Católica Del Perú. Departamento De Humanidades.

Rizzolatti, G. (2006): Las neuronas espejo: los mecanismos de la empatía emocional. Paidós Ibérica S.A. Barcelona.

Rifkin, J. (2010): La civilización empática: la carrera hacia una conciencia global en un mundo en crisis. Buenos Aires. Paidós.

Rubino, V. (2008): Series Filosóficas. Editorial UFLO. Buenos Aires. Argentina.

Sassenfeld, A. (2009). Neurobiología de los procesos relacionales no-verbales. *Gaceta de Psiquiatría Universitaria: Temas y controversias* 5 (3), 351-362.

Schore A. (2008): Una Perspectiva Neuropsicoanalítica Del cerebro/Mente/Cuerpo en Psicoterapia. *Perspectiva Neuropsicoanalítica Subjetividad Y Procesos Cognitivos*, Pág. 144-168

Stein, E. (2004): "Sobre el Problema de la Empatía". Ed. Trotta. Madrid.

Torralba Roselló F. (2004): “La empatía: Núcleo del cuidar. Apostillas de Edith Stein”. *Tempus Vitalis. Revista Internacional para el Cuidado del Paciente Crítico* Vol 4, Num 3,

Uddin, L. Q. ; Iacoboni, M.; Lange, C.; Keenan, J. P. (2007): “The self and social cognition: the role of cortical midline structures and mirror neurons”. *Trends In Cognitive Sciences Vol.11 No.4*. www.Sciencedirect.com

Viqueira, J. V. (1937): *La Psicología Contemporánea*. Editorial Labor S. A.. Barcelona.