

Comparatismi 9 2024

ISSN 2531-7547

<http://dx.doi.org/10.14672/20242695>

L'educazione sentimentale: empatia e neuronarratologia

Stefano Calabrese, Valentina Conti

Abstract • Grazie ai risultati dei recenti studi neuro-cognitivisti su lettura, ascolto e visione di storie abbiamo le evidenze di come i fruitori di narrazioni da un lato includano nelle loro rappresentazioni mentali le emozioni attribuite ai personaggi reali o finzionali, e dall'altro sperimentino una sorta di 'trasporto' personale, un riflesso quasi fisico delle emozioni di ciò che fruiscono. Fruire e creare narrazioni (finzionali e non) sono uno strumento in grado di stimolare e migliorare l'empatia attraverso l'identificazione in un'altra persona. Inoltre, la condivisione di sentimenti e l'assunzione di prospettive indotte da lettura, visione, ascolto o immaginazione di narrazioni della condizione altrui si manifesta sia nei fruitori che negli autori. Questo contributo mette in luce come alcuni esercizi di lettura e creazione di narrazioni sollecitino l'empatia e altre competenze neuro-cognitive, in modo da fornire degli strumenti che possano essere riproposti in diversi contesti educativi e formativi, o di supporto terapeutico, per sviluppare anche azioni di contrasto alla violenza di genere.

Parole chiave • Neuronarratologia; Empatia; Racconto vicario; Focalizzazione; Disegno sequenziale

Abstract • Thanks to the results of recent neuro-cognitivist studies on reading we have evidence of how users of narratives include in their mental representations the emotions attributed to real or fictional characters and experience a sort of personal 'transportation', an almost physical reflection of emotions of what they enjoy. Enjoying and creating narratives (fictional and otherwise) are a tool capable of stimulating and improving empathy, through identification with another. Furthermore, the sharing of feelings and the assumption of perspectives induced by reading, watching, listening or imagining narratives of the condition of others manifests itself in both users and authors. This contribution highlights how some reading and narrative creation exercises stimulate empathy and other neuro-cognitive skills. The aim is to try to provide some tools that can be re-proposed in different educational and training contexts, or therapeutic support, to develop actions to counteract gender violence.

Keywords • Neuronarratology; Empathy; Vicarious narrative; Focalization; Sequential drawing

Ledizioni 

* Un sentito ringraziamento al Circolo dei Lettori di Milano per averci coinvolti nel progetto *L'educazione sentimentale*, in particolare a Laura Lepri, Pier Giorgio Monaci, Francesco Locatelli, Alessandra Maroni, Martina Gatto Ronchero e a tutti coloro che hanno partecipato agli incontri.

L'educazione sentimentale: empatia e neuronarratologia

Stefano Calabrese, Valentina Conti¹

I. Premessa

Momo, la giovane, enigmatica protagonista dell'omonimo romanzo di Michael Ende del 1973, letto in tutto il mondo. Momo è l'ascoltatrice perfetta, colei che prestando attenzione alle storie degli altri guarisce tutti e medicalizza il mondo. Momo: la controparte di Sherazade, colei che trasforma ogni cosa nel flusso sequenziale di un racconto. Aveva ragione Walter Benjamin, oggi celebrato giustamente da Byung-Chul Han: "Quanto più dimentico di sé l'ascoltatore, tanto più a fondo si imprime in lui ciò che ascolta" (Han, 2024, p. 19). Noi siamo partiti proprio di qui, da Momo. Attraverso un approccio neuronarratologico,² questo contributo presenta infatti i risultati di tre sperimentazioni svolte durante altrettanti incontri (06-13-21 maggio 2024) a Milano presso il centro polifunzionale Mare Culturale Urbano, che abbiamo curato all'interno di *L'educazione sentimentale*, un progetto ideato dal Circolo dei Lettori di Milano, istituzione radicata nel panorama culturale milanese che promuove incontri letterari con la partecipazione di autori nazionali e internazionali, percorsi di lettura strutturati e incontri tematici. L'elemento centrale dell'iniziativa, realizzata con il contributo di Fondazione di Comunità Milano, è consistito nel creare un percorso di educazione all'emozione, all'affettività e alle relazioni familiari attraverso la lettura e la creazione di narrazioni.

L'obiettivo generale del progetto è stato di utilizzare la lettura di racconti, romanzi e saggi di autori classici e contemporanei come strumento per sensibilizzare sui temi della violenza di genere, dunque sono stati attivati diversi percorsi strutturati che hanno esplorato i differenti aspetti e le dinamiche più o meno distorte delle relazioni affettive e interpersonali. Nello specifico il nostro contributo è consistito nel mettere in luce come alcuni esercizi di lettura e creazione di narrazioni sollecitino l'empatia³, al fine di fornire alcuni strumenti che possano essere riproposti in diversi contesti educativi e formativi, o di supporto terapeutico, naturalmente prevedendo la presenza di un *caregiver*, per sviluppare azioni di contrasto alla violenza di genere.

Alcuni dati generali sugli incontri che verranno approfonditi nei paragrafi successivi: (i) il primo si è concentrato su *Lucky* (1999) e *Amabili resti* (*The Lovely Bones*, 2002) di Alice Sebold e sulla somministrazione di un esercizio che consisteva nel raccontare in modo vicario un evento doloroso che non si è vissuto; (ii) partendo dalla lettura dell'incipit del romanzo *You* (2014) di Caroline Kepnes, nel secondo incontro i partecipanti hanno riscritto a piccoli gruppi questa scena assumendo il punto di vista (POV) della vittima di

¹ I paragrafi 1, 3 e 6 sono di Stefano Calabrese; i paragrafi 2, 4 e 5 sono di Valentina Conti.

² Per neuronarratologia si intende l'approccio che applica le scoperte neuroscientifiche sul cervello all'analisi narratologica, dunque, da un lato, si occupa dell'effetto che le narrazioni hanno a livello neurocognitivo, dall'altro del modo in cui le caratteristiche neurocognitive incidano sulle narrazioni.

³ A questo proposito, è necessario ricordare che in *Not for Profit: Why Democracy Needs the Humanities* (2010), Martha C. Nussbaum ha affermato che la democrazia ha bisogno delle discipline umanistiche, o meglio, ha sottolineato che studiare queste ultime implementa le qualità da cui dipende la cittadinanza democratica, tra cui l'empatia, il rispetto per le differenze, il pensiero critico e l'apprezzamento della complessità.

stalking, Guinevere Beck; (iii) il terzo ha previsto prima la lettura di alcuni frammenti tratti dal graphic novel *Bezimena. Anatomia di uno stupro* (*Bezimena*, 2018) di Nina Bunjevac, poi un'attività individuale di disegno sequenziale in cui era necessario ridurre da un minimo di cinque a un massimo dieci *frames* un episodio autobiografico incentrato su un equivoco 'sentimentale'.

	Mai	Raramente	A volte	Spesso	Sempre
1. Mi accade di identificarmi con un individuo reale/finzionale quando ascolto o leggo un accadimento occorsogli personalmente (EA)					
2. Riesco spontaneamente a provare le emozioni che prova un'altra persona reale/finzionale, e mentre questo accade mi dimentico di me stesso (EA)					
3. Quando ascolto o leggo il racconto di una persona reale/finzionale trovo facile vedere le cose dal suo punto di vista (EC)					
4. Quando ascolto o leggo il racconto di una persona reale/finzionale, immagino come mi sentirei se fossi al suo posto (EC)					
5. La sofferenza di una persona reale/finzionale mi fa provare fisicamente quella sofferenza (EA)					
6. La sofferenza di una persona reale/finzionale mi fa conoscere razionalmente quella sofferenza (EC)					
7. Mi immedesimo completamente nello stato d'animo degli altri (reali/finzionali), fino al punto di modificare il mio (EA)					
8. Provo sempre una certa distanza emotiva tra il vivere personalmente determinate emozioni, e l'ascoltare, il leggere e/o l'osservare queste ultime vissute da altri (reali/finzionali) (EA)					
9. Quando agisco e parlo, penso sempre ai miei stati interiori e alle mie emozioni, piuttosto che a quelli delle persone che mi stanno intorno (EC)					
10. Quando ascolto o leggo una storia (reale/finzionale) credo che esistano più sfaccettature, e provo a vagliarle (EC)					

Tabella 1
Questionario in entrata per tutti e tre gli incontri.

Prima di ogni incontro è stato somministrato un questionario 'in entrata', per il quale è stata adottata come modello la scala del Toronto Empathy Questionnaire, esemplato da R. Nathan Spreng, Margaret C. McKinnon, Raymond A. Mar e Brian Levine (2009, pp. 62-71), con *items* creati ad hoc per documentare nei partecipanti l'autovalutazione del loro livello di due dimensioni dell'empatia, sia nel caso di situazioni reali che finzionali: (i) l'empatia affettiva (EA), che consiste nel provare/'sentire' le emozioni e gli stati d'animo di individui reali e/o finzionali, e sentimenti di vicinanza e *pietas* nei confronti di questi ultimi (Thompson, Reekum, Chakrabarti, 2022, p. 118) (*items* 1, 2, 5, 7 e 8); (ii) l'empatia cognitiva (EC), che possiamo identificare come la presa in carico della prospettiva di un individuo reale e/o finzionale e la comprensione dello stato interiore (intenzioni, pensieri, emozioni e comportamenti) (Thompson, Reekum, Chakrabarti, 2022, p. 118) (*items* 3, 4, 6, 9 e 10). Il punteggio degli *items* formulati in modo positivo (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 10) è il seguente: Mai = 0; Raramente = 1; A volte = 2; Spesso = 3; Sempre = 4; mentre gli *items* formulati in modo negativo (8 e 9) hanno un punteggio inverso, ossia: Mai = 4; Raramente = 3; A volte = 2; Spesso = 1; Sempre = 0 (Tabella 1).

Successivamente agli esercizi due e tre è stato somministrato un questionario 'in uscita' comprensivo di dieci *items* creati ad hoc per ciascuno di essi, con risposta su una scala Likert a cinque punti (con un intervallo da "Assolutamente no" a "Assolutamente sì"), per testare il livello di efficacia degli esercizi nello stimolare una risposta empatica da parte dei partecipanti stessi (Tabella 2 e Tabella 3). Per questioni logistiche non è stato possibile somministrare un test in uscita per l'esercizio uno, poiché per farlo sarebbe stato necessario che tutti i partecipanti avessero svolto a turni l'attività "dei tre narratori", di cui si parla più avanti nel paragrafo 3.

	Assolutamente no	Più no che sì	Neutrale	Più sì che no	Assolutamente sì
1. Ti sei identificato con il protagonista, Joe Goldberg, di <i>You</i> ?					
2. Ti sei identificato con la protagonista, Guinevere Beck, di <i>You</i> ?					
3. Il tuo stato d'animo conseguente alla lettura di <i>You</i> è di angoscia, ansia o paura?					
4. Dopo aver letto <i>You</i> hai immaginato cosa avresti provato se avessi vissuto la stessa esperienza 'quotidiana' di un incontro come quello tra Joe e Guinevere?					
5. Dopo aver letto <i>You</i> hai immaginato come ti saresti comportato se avessi vissuto la stessa esperienza 'quotidiana' di un incontro come quello tra Joe e Guinevere?					
6. Pensi che l'esercizio ti abbia aiutato a uscire dal tuo punto di vista?					
7. Pensi che l'esercizio ti abbia aiutato a immedesimarti (a livello cognitivo e emotivo) in un'altra persona?					
8. Pensi che raccontare una storia, cambiando il punto di vista e immedesimandoti in un altro personaggio, ti possa aiutare a metterti nei panni dell'altro?					
9. Pensi che l'esercizio ti abbia fornito gli strumenti per potere cogliere sfaccettature differenti anche nella realtà?					
10. Pensi che un simile esercizio possa essere sottoposto e di aiuto anche ad altre persone?					

Tabella 2

Questionario in uscita per il secondo incontro.

	Assolutamente no	Più no che sì	Neutrale	Più sì che no	Assolutamente sì
1. Il tuo stato d'animo conseguente alla lettura di alcuni frammenti testuali di <i>Bezimena</i> è di rabbia?					
2. Il tuo stato d'animo conseguente alla lettura di frammenti testuali di <i>Bezimena</i> è di paura?					
3. Il tuo stato d'animo conseguente alla lettura di alcuni frammenti testuali di <i>Bezimena</i> è di angoscia/turbamento?					
4. Dopo aver letto alcuni frammenti testuali di <i>Bezimena</i> , pensi che cercare di 'immedesimarsi' a livello emotivo in una persona che ti ha fatto del male possa essere utile per 'superare' un'esperienza traumatica e/o dolorosa?					
5. Dopo aver letto alcuni frammenti testuali di <i>Bezimena</i> , pensi che cercare di 'entrare nella mente' di una persona che ti ha fatto del male possa essere utile per 'superare' un'esperienza traumatica e/o dolorosa?					
6. Pensi che l'esercizio ti abbia aiutato 'a prendere le distanze' dal tuo punto di vista?					
7. Pensi che l'esercizio ti abbia aiutato a riflettere (a livello cognitivo e emotivo) su ciò che hai vissuto?					
8. Pensi che l'esercizio ti abbia aiutato a comprendere meglio quello che hai vissuto?					
9. Pensi che l'esercizio ti abbia fornito gli strumenti per potere cogliere sfaccettature differenti anche nella realtà?					
10. Pensi che un simile esercizio possa essere sottoposto e di aiuto anche ad altre persone?					

Tabella 3

Questionario in uscita per il terzo incontro.

2. Empatizzare: immergersi nelle narrazioni

Partiamo da tre situazioni ipotetiche, ma plausibili. *Situazione 1.* Giulia è sdraiata supina nel suo letto con il pc appoggiato sulle gambe, accanto a lei ci sono confezioni di snack vuote e accartocciate, briciole sparse ovunque, fazzoletti gualciti e umidi. Giulia sta

piangendo mentre guarda le ultime scene di *Love Story*, il film drammatico del 1970 diretto da Arthur Hiller, adattamento cinematografico dell'omonimo romanzo di Erich Segal, quando la giovane protagonista Jennifer Cavillari è in un letto di ospedale e sta morendo di leucemia fulminante avendo accanto il marito Oliver Barrett, sconvolto perché sta perdendo l'amore della sua vita. La visione di quelle immagini e l'ascolto dei dialoghi e della musica di sottofondo l'hanno portata a provare un senso di tristezza che si è manifestata con lacrime e singhiozzi.

Situazione 2. Leonardo sta facendo una passeggiata al parco e incontra Antonio, un vecchio amico che non vede da tempo, il quale gli racconta di quando da adolescente andava in quello stesso luogo con il suo primo amore. Ricorda le chiacchierate e gli scherzi, la prima volta in cui le ha detto che l'amava e i baci, le risate e la spensieratezza di quei giorni. La narrazione contagia per così dire Leonardo, gli fa provare una sensazione di felicità ed euforia: il battito del cuore accelera, le pupille si dilatano e i muscoli si tendono.

Situazione 3. Cecilia sta leggendo *Tentazione* (1883) di Giovanni Verga, nello specifico è immersa nella scena in cui i tre giovani iniziano a importunare la giovane e bella contadina incontrata lungo “una viottola che tagliava i prati a zig zag”, che loro stanno percorrendo per avviarsi verso il tramvai, dopo essere stati a una festa. È sera. I viottoli sono deserti e silenti. I tre iniziano a spalleggiarsi in modo inquietante. Il battito del cuore di Cecilia accelera, la respirazione diviene affannosa e la bocca è ormai priva di saliva. Ebbene, la lettura di quelle pagine, o meglio l'immersione totale in esse unita all'immaginazione di cosa potrebbe accadere alla giovane contadina da un momento all'altro, creano in Cecilia un profondo stato emotivo di ansia e paura, che al tempo stesso funge da *trigger* per proseguire il racconto.

Ebbene, queste tre situazioni possono essere considerate dei casi di stimolazione, manifestazione e risposta empatica derivanti dal recepire sia racconti veri (situazione 2), sia racconti finzionali (situazioni 1 e 3), proprio in quanto si tratta di situazioni ipotetiche, ma non per questo meno plausibili, in grado di attivare una risposta empatica come la visione di un film, l'ascolto di un ricordo autobiografico o la lettura di un racconto, esattamente ciò che ha costituito il *core* dei tre incontri che abbiamo curato all'interno del progetto *L'educazione sentimentale*. Infatti, ciascun incontro ha previsto (i) una parte teorica, relativa all'utilizzo delle narrazioni come palestre cognitive, emotive e di supporto terapeutico; (ii) la presentazione e la lettura di un frammento testuale di libro diverso; (iii) delle attività narrative (orali, scritte e verbo-visive) laboratoriali relative a tali frammenti testuali. Lo scopo di queste attività è stato, da un lato, mettere in luce come la neuronarratologia⁴ possa incidere significativamente nella comprensione e nella trasformazione dello stato cognitivo-emozionale degli individui; dall'altro, quello di valutare gli effetti e soprattutto i benefici delle narrazioni sui partecipanti (in forma attiva e passiva, nel ruolo di emittenti o di destinatari), per mettere in luce come la lettura e la creazione di narrazioni possano sì sollecitare l'empatia, ma anche fornire strumenti da utilizzare in molteplici contesti per sviluppare azioni di contrasto alla violenza di genere.

Grazie alle neuroscienze sappiamo che il sistema limbico, tra le sue varie funzioni, elabora le emozioni e partecipa alla costituzione di una capacità empatica (Caruana, Viola, 2018; Cignetti, 2023). Tra le diverse componenti del sistema limbico ci interessa qui l'amigdala, un gruppo di strutture interconnesse la cui forma ricorda quella di una mandorla, presente in entrambi gli emisferi cerebrali: la sua funzione è principalmente legata alle competenze emozionali, infatti tutte le emozioni dipendono dalla sua corretta funzionalità. Ora, tra le prerogative di ciascuna emozione rientra l'immediata propensione

⁴ Per un quadro aggiornato sulla disciplina si veda Calabrese, 2023.

all'agire, nel senso che nel momento in cui si prova una determinata emozione il corpo reagisce in modo involontario (ad es. attraverso la sudorazione, il battito cardiaco ecc.), mentre il sistema nervoso centrale elabora le informazioni necessarie affinché si possa prendere una decisione più consona alla situazione in cui ci si trova (Grossi, Trojano, 2009).

In altri termini, l'emozione prepara il corpo a una risposta comportamentale rapida, che viene tuttavia modulata anche grazie all'elaborazione cognitiva, ossia all'analisi razionale del contesto in relazione ai territori esperienziali già vissuti dal soggetto (Damasio, 1995). Ad esempio, quando si è colti dall'emozione della collera il nostro organismo produce una rimarchevole quantità di adrenalina, in grado di generare in noi un'energia forte abbastanza da poterci permettere di compiere azioni che richiedono degli sforzi fisici. Oppure, quando si prova una forte paura il sangue scorre verso i muscoli più funzionali alla reazione motoria, ad es. quelli delle gambe, così da poter agevolare una risposta di evitamento del pericolo: di nuovo, l'effettiva reazione che avremo dipenderà anche dall'analisi razionale del contesto, dal calcolo dei costi e dei benefici, da una valutazione più oculata dell'esperienza che stiamo vivendo.⁵ In breve, le emozioni includono una vasta gamma di risposte (specifici comportamenti espressivi, risposte fisiologiche e cognitive), ma prima che venga prodotta un'azione è necessario un processo di valutazione (Goleman, 1996), sebbene esso non sia necessariamente intenzionale e/o identico per tutti; dinanzi a un medesimo stimolo, le risposte emotive possono infatti differire anche di molto tra gli individui e variare in funzione del contesto.

Cosa c'entrano in tutto ciò le narrazioni? Già nella *Poetica* Aristotele ha esaminato le possibilità di identificazione con i personaggi in base al loro grado di levatura: in alcune opere i personaggi sono migliori di noi, in altre peggiori e in altre ancora uguali. Ora, quando il protagonista è in una posizione di parità con il lettore e con le leggi di natura, ci troviamo in una sfera che Northrop Frye ha definito *basso-mimetica* (*low mimetic*) (Frye, 1990, pp. 33-67), che è quella di molte commedie e molti romanzi realistici. È vero tuttavia che solo grazie ai risultati di recenti studi neuro-cognitivisti sulla lettura abbiamo le evidenze di come i lettori, da un lato, includano nelle loro rappresentazioni mentali le emozioni attribuite ai personaggi (Oatley, 2022, pp. 272-282), e, dall'altro, sperimentino una sorta di 'trasporto' personale, un riflesso quasi fisico delle emozioni di ciò che leggono (Bal, Veltkamp, 2013; Israelashvili, Sauter, Fischer, 2020; Kidd, Castano, 2013; Mar *et al.*, 2011). Leggere e creare narrazioni sono uno strumento in grado di stimolare l'empatia (Mar, Oatley, Peterson, 2009, pp. 410 ss.), indistintamente tra bambini (Nikolajeva, 2012), adolescenti (Fjällström, Kokkola, 2015) e adulti (Mar, Oatley, 2008), attraverso l'identificazione nel personaggio (Oatley, Gholamain, 1997, pp. 163-281), per cui è vero che le narrazioni (fanzionali e non) migliorano l'empatia in quanto ci aiutano a dismettere uno sguardo egocentrico e *single-minded* a favore di una considerazione allocentrica e *double-minded*.

In estrema sintesi, con il termine empatia si intende la capacità di immedesimarsi con gli stati d'animo e i pensieri delle altre persone sulla base della comprensione dei loro segnali emozionali, dell'assunzione della loro prospettiva individuale e della condivisione dei loro sentimenti. Empatizziamo con qualcuno quando smettiamo di essere noi stessi e ci proiettiamo in un altro, da un punto di vista emotivo e cognitivo, ossia quando mutiamo focalizzazione. L'empatia è insomma "la nostra capacità di identificare ciò che qualcun

⁵ Su questo aspetto, si segnala altresì la teoria di Martha C. Nussbaum, in base alla quale le emozioni sono in qualche modo legate al pensiero e sono sempre un'elaborazione cognitiva riferita a qualcosa; per un approfondimento si veda Nussbaum, 2001.

altro sta pensando o provando, e di rispondere a quei pensieri e sentimenti con un'emozione corrispondente" (Baron-Cohen, 2012, p. 14).

Perché i racconti finzionali o meno hanno questa presa su di noi? Ci aiuta a rispondere a queste domande la scoperta dei neuroni specchio (Rizzolatti, Sinigaglia, 2006) da parte del gruppo di ricerca dell'Università di Parma guidato dal neuroscienziato Giacomo Rizzolatti negli anni Novanta, che ha rivoluzionato le nostre idee sul funzionamento della *machinery* cognitiva (Gallese, 2010, pp. 245-262). I neuroni specchio sono infatti una classe di neuroni che si attiva sia quando un individuo esegue un'azione, sia quando un individuo osserva e/o legge e/o ascolta la medesima azione compiuta da un altro soggetto – sebbene questa attivazione cerebrale avvenga con un'intensità sensibilmente diversa, poiché i neuroni specchio sono in grado di distinguere *agente* da *osservatore*. In altri termini, quando osserviamo e/o leggiamo e/o ascoltiamo, l'azione non viene *prodotta* ma solo *simulata* nel nostro cervello (Armstrong, 2020, pp. 105-144; Gallese, 2017, pp. 41-50). Le narrazioni (visive, testuali, filmiche ecc.) provocherebbero una reazione neuro-fisiologica di simulazione incarnata (*embodied simulation*, Gallese, Sinigaglia, 2011) delle azioni, delle emozioni e delle sensazioni corporee in esse rappresentate, consentendoci un'esperienza immersiva di ciò di cui stiamo fruendo. Vedere, leggere o ascoltare una storia attiverebbe dunque una serie complessa di azioni vicarie di simulazione, dove ciascuna emozione provata dal fruitore è di fatto una predisposizione motoria all'azione – sia pure un'azione *simulata*.

Ebbene, esercitarsi all'empatia è essenziale per un'educazione sentimentale, perché smettere di essere egocentrici e cercare di mettersi nei panni dell'altro quando abbiamo o vorremmo avere una relazione è imprescindibile se non si vuole rischiare di imporre il proprio modo di essere e di equivocare sulle intenzioni dell'altro, imponendo il proprio punto di vista. Attenzione però, e lo specificiamo ulteriormente: l'empatia affettiva o l'empatia cognitiva possono manifestarsi per occorrenze sia reali che finzionali,⁶ ma in quest'ultimo caso ci muoviamo all'interno del sottoinsieme *empatia narrativa*, che si manifesta sia nei fruitori (Oatley, 2012), che negli autori (Keen, 2013). Qui che entra in gioco la neuronarratologia.

3. Mentire: raccontarsi in modo vicario

In sintesi, provare empatia significa 'mettersi nei panni' degli altri, comprendere e condividere in modo vicario l'emozione che essi provano, ma proprio per questo una delle modalità per empatizzare può consistere nel mentire o, in modo più *soft*, nel finzionalizzare la propria esperienza. Già, la bugia. Non è un affare semplice, il mendacio: da un punto di vista cognitivo esso implica complesse abilità quali memoria, previsione, cambiamento di focalizzazione, inibizione della risposta corretta (sopprimendo pensieri o azioni in grado di interferire con la menzogna), rapidità di cognizione e di parola, controllo delle emozioni, capacità di leggere le intenzioni altrui e di tenere conto del punto di vista dell'altro. Come se non bastasse, si deve altresì produrre una falsa credenza nella mente dell'interlocutore. Insomma una roba difficile, in cui entrano in gioco molteplici competenze neuro-cognitive, segnatamente la teoria della mente, l'empatia, il pensiero controfattuale e la logica sequenziale.

Ridiciamolo: si deve fare molta attenzione alla complessità 'neurale' del mendacio: quando infatti elaboriamo una bugia dobbiamo non solo enunciare un'informazione falsa, ma anche sopprimere cognitivamente un'informazione vera, per cui potremmo dire che le

⁶ Per una recente ricerca sull'empatia narrativa negativa si veda: Ercolino, Fusillo, 2022.

attività cognitive coinvolte in un racconto mendace sono le stesse di quelle associate alle attività cerebrali necessarie alla costruzione di una storia, al suo mantenimento in memoria e all'inibizione di una storia reale. In questo senso le opere narrative, le produzioni cinematografiche, le attività di simulazione artistica o drammaturgica si basano su principi simili e implicano più o meno le stesse capacità cognitive delle menzogne. C'è molta intelligenza, e anche molta empatia, nel mendacio.

L'incontro ha preso come punto di riferimento il noto caso della scrittrice Alice Sebold, che a vent'anni subisce un'aggressione con stupro mentre si sta laureando in Creative Writing, e a 36 anni si affida alla fluidità intimistica dell'autobiografia pubblicando *Lucky* (1999), cronaca vera dello stupro subito all'Università di Syracuse nel 1981. Il testo non funziona terapeuticamente per l'autrice e, peggio ancora, non favorisce l'empatia dei lettori perché l'io, evidentemente, per parlare di sé deve prima diventare Egli, ricodificarsi nell'altro, parlare dall'alto e da una distanza sufficientemente protettiva. Scrivendo, l'io ancora non vede se stesso per eccesso di prossimità e, dirà poi la Sebold, cerca di spostare il baricentro della narrazione parlando in termini ecumenici, a nome di tutte le vittime della violenza sessuale: narrativamente, un passo falso.

La storia di *Lucky* viene a questo punto ri-raccontata nella fiction romanzesca *Amabili resti* (*The Lovely Bones*, 2002), un grande successo editoriale con più di dodici milioni di copie vendute nel mondo e seguito dall'immane adattamento cinematografico (2009): la storia di una ragazza di quattordici anni stuprata, uccisa e poi smembrata, il cui punto di vista ci giunge nondimeno molto icastico. Infatti, in questo romanzo l'autrice rielabora l'esperienza traumatica dello stupro reale e attraverso una trasposizione finzionale in terza persona. Grazie al successo di questo romanzo, negli Stati Uniti sono stati portati a termini numerosi studi che hanno registrato dei miglioramenti a livello psico-fisico grazie alla costruzione di storie riguardanti turbamenti emozionali. Il punto è comunque questo: uno dei motivi per cui tale opera ha avuto un grande successo è dovuto al fatto che la narrazione in terza persona ha facilitato l'identificazione empatica con la protagonista, rivelandosi peraltro di supporto terapeutico nei processi di accettazione e cura dei traumi personali.

L'esercizio è stato svolto creando un gruppo di tre persone, che si sono riunite separatamente dal resto dei partecipanti (in totale 21; età media: 56 anni), indicativamente per quindici-venti minuti, in modo che nessuno abbia avuto alcun tipo di indizio o informazione. Isolati dagli altri, i tre narratori hanno dovuto scegliere un accadimento doloroso occorso a uno solo di loro, dove per accadimento si deve intendere qualcosa di divergente dalla normalità quotidiana e che abbia un excursus spazio-temporale limitato.

Poniamo, ad esempio, che l'episodio prescelto sia "La frattura di un braccio cadendo dall'altalena all'età di cinque anni", vissuto realmente da uno dei tre narratori, ma non dagli altri due, che dovranno ricorrere all'empatia (cosa si prova quando ci si frattura un osso? Che tipo di dolore si sente? Quali influenze genera nel sistema percettivo? Ottunde i sensi, o li eccita?), alla teoria della mente (che cosa riterranno credibile gli ascoltatori dei nostri racconti? Dovremo descrivere dettagliatamente le emozioni provate o anzi dovremo lasciare che siano gli ascoltatori a immaginarle e per così dire autoproiettarle?), alla morfologia del racconto (è più credibile un racconto con pochi particolari, asciutto e unilineare, o una narrazione ridondante, dove tutto è detto e descritto?), alla memoria (mentre si autoracconta il narratore deve tenere in memoria quello che dice, senza mai contraddirsi), infine la 'plausibilità' (il realismo) del racconto, ciò che comporta la conoscenza delle narrazioni che abbiano trattato lo stesso evento, ecc.

L'evento doveva essere circoscrivibile in un racconto della durata di non più di cinque minuti, e in cui dovevano essere menzionati il tempo, il luogo, i partecipanti, le cause, gli effetti esterni e le emozioni interiori. Il narratore che aveva vissuto realmente il fatto lo ha

raccontato agli altri due, e questi ultimi hanno dovuto produrre due racconti finzionali incentrati sul medesimo episodio, cercando di mettersi nel ruolo di chi l'ha vissuto. Nello specifico, i tre partecipanti-narratori hanno costruito un racconto incentrato sulla malattia di un figlio. Va ricordato come questa simulazione mendace, per essere credibile, ha dovuto comportare il ricorso a molteplici competenze da parte dei due narratori mendaci, in particolare l'empatia. Successivamente i tre narratori si sono disposti dinanzi a noi e agli altri partecipanti, ai quali è stato vietato di interromperli, ma anche, al termine dell'ascolto, di chiedere chiarimenti o particolari aggiuntivi, con l'unica richiesta di identificare il racconto vero – l'*archetipo* narrativo. Di seguito i tre racconti.

Primo racconto - Nel 2018 sono rimasta incinta, dopo i premi mesi in cui la gravidanza stava procedendo normalmente, intorno al settimo mese ho iniziato ad avere delle difficoltà, provavo proprio un senso fisico di rallentamento, tutti i miei movimenti dovevo farli un po' più, più, lentamente a causa dell'affaticamento. Fino a quando per lavoro mi ero recata in un ospedale, e lì ho avuto proprio un'emorragia. Mi trovavo al San Raffaele, che non era l'ospedale dove ero seguita, tra l'altro le mie colleghe mi avevano detto che non andava neanche bene come ospedale, quindi questa cosa mi aveva messa un po' in agitazione. Comunque vado in bagno e ho questa emorragia e con il medico con cui stavo lavorando, la dottoressa, mi accompagna al pronto soccorso, inizio a fare i primi controlli e da lì si nota che avevo la placenta previa. Per chi non lo sapesse, proprio la placenta era molto più in basso, ed era attaccata, quindi, al collo dell'utero e questo aveva provocato il sanguinamento, perché nel movimento, prendendo i mezzi e tutto, si era rotto qualcosa e perdeva. Questo cosa comporta? Che il collo dell'utero si può allargare da un momento all'altro e puoi perdere il bambino, ma alla fine questa cosa non era stata il problema principale. Il problema principale è stato poi quando sono stata presa in carico di nuovo dal mio ginecologo e sono stata ricoverata al Mangiagalli in Patologia della gravidanza e lì vengo seguita, a riposo, e tra alti e bassi si va avanti, si porta a termine la gravidanza sino al giorno del parto cesareo, che era stato programmato, perché con placenta previa non si può partorire normalmente perché la sacca è in basso. Quindi alla fine faccio il parto cesareo, ero la seconda quel giorno, c'era la prima mamma che era al suo secondo figlio, invece io ero al primo. Mi addormentano con l'epidurale e inizio a notare che durante l'intervento qualcosa non sta funzionando perché si crea un po' il panico attorno a me e infatti cos'è accaduto? È accaduto che il bambino non si riusciva a staccare bene e non respirava, dunque è andato in terapia intensiva e io sono rimasta lì, e mi hanno fatto delle trasfusioni, perché ho perso molto sangue. Da lì, io non ho potuto toccare il mio bambino, non ho potuto avere nessun contatto con lui perché non potevo alzarmi dal letto in cui ero ricoverata. Solo dopo quindici giorni è stato dimesso dalla terapia intensiva io ho potuto abbracciarlo. Avendo perso molto sangue ho avuto anche altre complicazioni che tralascio, ma il mio trauma è stato proprio il distacco da questo bambino, tenuto e coccolato nella pancia per tutti i mesi della gravidanza, che ho potuto toccare solo dopo quindici giorni. Questo è stato distacco è stato molto lungo, io ho sentito un senso di lacerazione, sapendo che era a pochi metri da me, ma non potevo toccarlo e abbracciarlo.

Secondo racconto - L'episodio è avvenuto a giugno del 2009, il 18 giugno del 2009, nei mesi precedenti stavamo aspettando la nascita di due gemelli, mia moglie era incinta di due gemelli. Abbiamo fatto i vari esami e sembrava tutto a posto, quindi ci presentiamo il 18 di giugno in ospedale per il parto cesareo, programmato. Mia moglie viene ricoverata. Il parto avviene in maniera ordinata, diciamo, non c'è alcun problema. Il primo giorno passa tranquillamente, siamo felici, sono un maschio e una femmina. Passa la notte. Il giorno successivo invece accade un episodio importante, nel senso che il maschietto durante una procedura di verifica da parte di un'infermiera viene bucatto, diciamo, all'interno dell'ugola, perde del sangue, il sangue sembra non arrestarsi, e viene trasferito in terapia intensiva, dove rimane poi diverso tempo. Vengono fatti ulteriori esami, ma in quel momento, diciamo, l'aspettativa da parte nostra poteva essere anche di un esito infausto. Abbiamo timore, abbiamo paura,

non sappiamo cosa possa accedere, sappiamo però che nostro figlio è ricoverato in questa culla all'interno del bunker di terapia intensiva neonatale. La cosa poi si risolve dopo quasi due settimane quando, dopo una serie di accertamenti, il problema viene sistemato, però ha passato due settimane tra la vita e la morte, perché non era ben chiaro nulla.

Terzo racconto - Allora, noi era da tanto che desideravamo un bambino. Eravamo sposati da un po' di tempo, da parecchi anni, diciamo pure, e non arrivava, il bambino non arrivava, tanto che a un certo punto abbiamo deciso di ricorrere alla fecondazione assistita. Finalmente ci siamo riusciti, abbiamo avuto la comunicazione che sarebbero stati due gemelli, quindi eravamo, eravamo felicissimi. Abbiamo cominciato a pensare ai nomi, come li avremmo chiamati, poi abbiamo deciso di chiamarli Federico e Serena. Federico perché era una questione ma, amavo e amo molto Federico García Lorca, quindi abbiamo deciso per questo nome, e Serena perché voleva essere un augurio. E niente, il parto è andato bene, quindi tutto era tranquillo e poi, poi, il secondo giorno, questa emorragia, questa emorragia, che appunto il sangue non si fermava, non si fermava. Lì è stato veramente, veramente, spaventoso io mi ricordo questa angoscia tremenda, con lo stomaco che proprio si stringeva, facevo fatica a respirare. Perché, non so, avevamo fatto così tanta fatica ad avere questi bambini e adesso poteva scomparire, morire, da un giorno a un altro, e quindi ricordo quei giorni, veramente come... non sono riuscita a dormire per tantissimo tempo, ancora adesso mi capita di prendere qualche benzodiazepina, ogni tanto. E... vabbè, niente, poi le cose in realtà, non sono andate benissimo, perché in seguito una serie di esami abbiamo scoperto che Federico aveva un ritardo, sia cognitivo che motorio e quindi poi è stata fatta una diagnosi di disabilità. Però appunto il momento più terribile è stato quello della rianimazione perché veramente lì ho pensato che lo avremmo perso.

Il tema è molto simile, ossia si parla di tre episodi di parto con complicazioni, senza troppe variazioni nelle diverse versioni. Il primo racconto è contraddistinto da una certa tecnicità medico-scientifica, dettagli che costituiscono il reale (“proprio la placenta era molto più in basso ed era attaccata quindi al collo dell'utero e questo aveva provocato il sanguinamento”) e elementi non funzionali (“Quindi alla fine faccio il parto cesareo, ero la seconda quel giorno, c'era la prima mamma che era al suo secondo figlio, invece io ero al primo”); si tratta forse di quelli che Roland Barthes chiamava *effetti di reale* (Barthes, 1988, p. 158), ossia elementi non funzionali alla logica evenemenziale del racconto, ma proprio per questo in grado di dare l'immagine fotografica di setting reale? Il finale è l'unica porzione narrativa a elevato coefficiente emozionale, interiorizzata e autoreferenziale, dove si specifica che il vero trauma è stato il distacco dal neonato, mentre il resto si presenta come un racconto meccanicistico e comportamentista (dove si spiega cos'è la “placenta previa” o l'“epidurale”). In sintesi, un racconto ricco di *cold memories* (carenti emotivamente) e povero di *hot memories* (cariche emotivamente).

Il secondo racconto è quello più preciso temporalmente e fornisce una forte salienza spaziale, paragonando la terapia intensiva neonatale a un *bunker*, luogo asfittico e claustrofobico, che si presenta come l'unico lessema ad alto coefficiente emozionale, poiché il resto della storia è deficitario di elementi emozionali: tutto è fattuale, come accade in *Lucky* della Sebold, per quanto non sia preciso quando parla dell'incidente capitato a uno dei gemelli. Ma proprio per questo potrebbe essere vero: il racconto di un trauma è infatti, almeno all'inizio, una storia quasi alessitimica.

Infine, a differenza del primo e del secondo, il terzo è un racconto con una prefazione (“Allora, noi era da tanto che desideravamo un bambino. Eravamo sposati da un po' di tempo, da parecchi anni, diciamo pure, e non arrivava, il bambino non arrivava, tanto che a un certo punto abbiamo deciso di ricorrere alla fecondazione assistita”) funzionale a quello che segue, al modo stesso in cui, potremmo dire, Flaubert spiega il comportamento

di Emma Bovary con il fatto che nell'infanzia avesse letto troppi romanzi di cappa e spada. La narratrice ora non si dilunga tanto sulle emozioni astratte ma sugli esiti somatici percepiti ("lo stomaco che proprio si stringeva, facevo fatica a respirare"; "non sono riuscita a dormire" ecc.). Il racconto è peraltro molto ben strutturato, presentandosi all'inizio quasi come una *We-narrative* (il racconto di una micro-collettività), con una prefazione che giustifica tutto quello che avviene successivamente; al tempo stesso, l'emorragia appare quasi ingiustificata e frettolosamente immessa nel racconto, non senza forzature. Insomma, questo racconto abbonda di emozioni, ma appare troppo cursorio, e in questo senso sembra più il frutto di *simpatia* (in senso clinico: la tendenza a identificare gli altri con se stessi) che di *empatia*. Ecco alcuni commenti dei partecipanti che hanno ascoltato i tre racconti:

Due storie contengono la presenza dei gemelli, per cui secondo me il racconto vero è da individuarsi in uno di questi due, nello specifico il secondo, perché il terzo è una vicenda palesemente finzionale, mentre il primo ha introiettato elementi dell'*archetipo*, aggiungendo sia parti reali che finzionali.

Il primo è un racconto molto tecnico, che narra di una serie di difficoltà personali da superare che la protagonista affronta con razionalità, ma quando parla del distacco del bambino mi sembra molto vero, e secondo me il secondo racconto riprende il tema del distacco.

La narratrice del terzo racconto non si è messa nei panni degli altri fino in fondo, perché ha dato molta importanza a emozioni secondarie, non primarie. Secondo me l'autrice del primo racconto è un'ostetrica, e per questo il suo racconto è così dettagliato.

Sì, concordo con l'ultimo commento: la precisione del primo racconto deriva dal fatto che l'autrice descrive in prima persona scene viste nel suo lavoro, ma il racconto è falso. Ha unito in modo simbiotico quello che vive tutti i giorni. Il racconto vero è il secondo, sebbene sia privo di emozioni, perché ha condensato tutto il codice patemico nella parola *bunker*.

Secondo me nel terzo racconto la prima parte (premessa) è vera, mentre la seconda è finzionale.

Per me la narratrice del terzo ha descritto molto bene quello che ha vissuto anche a livello gestuale, perché si è toccata la pancia quando parlava del suo malessere.

L'*archetipo* è nel secondo racconto, perché soffoca le emozioni, ancora troppo dolorose da esplicitare, e mentre il narratore parlava continuava a dondolarsi

Lui ha dato tutta la difficoltà che si ha mentre si attraversa un momento veramente critico, quindi l'incapacità di esprimere quello che c'è dietro, quindi mi convince più il narratore, anche perché ha doncolato tutto il tempo, che significa l'incapacità di entrare nell'emozione... Lowen...

Il pubblico dei 18 partecipanti- ascoltatori esclude che il terzo racconto sia l'*archetipo* narrativo ed è indeciso sulla veridicità del secondo o del primo racconto, ma la maggioranza opta alla fine per quest'ultimo (10 voti contro 8): tuttavia, come dichiarano i narratori, l'unico che riporta un'esperienza realmente vissuta (l'*archetipo*) è il secondo, per cui questo mostra la profonda immedesimazione emozionale della narratrice del primo racconto – la più mendace, la più *verisimile*, la più empatica.

4. Rifocalizzare: distanziarsi da sé

Nelle narrazioni il grado di empatia provato dal destinatario dipende in ampia misura dai modi in cui le informazioni sull'intreccio sono fornite dal narratore, in particolare gioca un ruolo fondamentale la focalizzazione, ossia il punto di vista da cui è filtrata la narrazione. Riprendendo la categorizzazione di Gérard Genette, possiamo dire che (Genette, 2006, pp. 237-242): (a) la *focalizzazione esterna* agisce come un inibitore delle reazioni empatiche, poiché il lettore/spettatore viene tenuto lontano dalla scena narrativa e indotto a 'raffreddare' le sue reazioni; (b) la *focalizzazione zero* favorisce nel lettore soprattutto l'empatia cognitiva, in quanto il lettore è spesso pre-informato dal narratore del destino che attende i personaggi, che consiste infatti nel riconoscere e comprendere lo stato mentale di qualcun altro; (c) la *focalizzazione interna*, oltre a quella cognitiva, sollecita anche l'empatia affettiva, che consiste nel condividere/comprendere i sentimenti di qualcun altro senza sperimentare alcuno stimolo emotivo diretto.

In questo caso, all'interno del progetto milanese *L'Educazione sentimentale* l'esercizio da noi proposto è consistito nel riscrivere a piccoli gruppi l'incipit di *You* (2014) di Caroline Kepnes, assumendo il punto di vista (POV) della vittima di stalking, Guinevere Beck. Adattato in un'omonima serie televisiva andata in onda negli Stati Uniti su Lifetime e distribuita internazionalmente su Netflix, *You* può essere definito un romanzo iper-focalizzato, dato che le vicende sono raccontate esclusivamente dal punto di vista interno del protagonista-narratore, Joe Goldberg, stalker e assassino. Degno di nota è il fatto che la stessa autrice fa questo esercizio di empatia, ossia empatizza con un uomo violento e disturbato, calandosi nella sua mente e riportandone le emozioni, i desideri, le intenzioni, i pensieri. Si tratta di un narratore inattendibile che distorce la realtà, e infatti spesso fa credere al lettore di aver fatto la cosa giusta, addirittura di avere ucciso per il bene della persona amata.

Il romanzo è ambientato a New York nel 2013. Guinevere Beck (detta Beck), aspirante scrittrice, è insegnante di yoga e contemporaneamente lavora al suo progetto di dottorato in Scrittura creativa presso la New York University. Un giorno entra in una libreria dell'East Village di cui è proprietario Mr. Mooney, ma che la fa gestire da un ragazzo da lui adottato, Joe Goldberg. Durante l'incontro quest'ultimo viene immediatamente colpito dalla bellezza di Beck, dal suo modo di fare, dal suo modo di flirtare (così ci dice lui). Tutto apparentemente sembra normale: un giovane libraio infatuato di una cliente, tuttavia dietro l'apparenza del ragazzo perfetto, spigliato, brillante, colto, intellettuale, si cela un feroce assassino. Da quel primo incontro, Joe sviluppa la sua ossessione verso Beck: la cerca sui social, la segue a casa, al lavoro, e cerca continuamente informazioni su di lei facendosi trovare nel posto giusto al momento giusto. Questo amore ossessivo, perverso, malato, porta Joe ad allontanare la sua vittima da tutte le persone che si riveleranno un pericolo per la loro relazione, uccidendo ogni persona che gli ostacoli la strada (come il fidanzato di Beck, Benji, e la sua migliore amica, Peach).

Ora, 'focalizzare' un racconto significa proprio 'calarsi nei panni' di un altro, assumendo a livello emotivo, cognitivo e percettivo il punto di vista di quest'ultimo ed empatizzando con lui: lo scopo dell'esercizio è segnatamente questo. I partecipanti all'attività hanno dovuto smettere di essere se stessi per cercare di immedesimarsi nella protagonista, inserendo nel loro racconto i pensieri, le sensazioni, le emozioni, i dati percettivi, i dati somato-sensoriali di Beck: come sappiamo attraverso il punto di vista del protagonista-narratore, un'aspirante scrittrice, insegnante di yoga, iscritta al Dottorato, domiciliata a New York, dove vive da sola, ventenne, legata a un ragazzo molto ricco ma stupido, che la considera come una delle tante ed esagera con le droghe, che esce con lei solo per fare sesso e le fa conoscere persone 'alla moda' in luoghi esclusivi; anche la sua migliore amica,

Peach, è molto ricca, ossessionata da lei e indotta a farle molti regali solo per tenerla stretta a sé.

I 16 partecipanti (età media: 60,67 anni) sono stati divisi in 4 gruppi (ciascuno di essi era composto di 3 femmine e 1 maschio) che hanno avuto a disposizione trenta minuti per rifocalizzare la scena iniziale del romanzo. Si tratta di un evento banale, quotidiano, un primo incontro casuale, ma già da questo primo incontro il protagonista trova una causalità in tutto ciò che dice e fa Beck, che ‘interpreta’ a proprio favore: l’atteggiamento egocentrico diventa apicale, dunque culmina nella violenza e in una totale assenza di empatia, perché lui semantizza i fatti dal suo punto di vista, rifocalizzandoli in modo imperioso. Riportiamo di seguito gli elaborati.

Gruppo 1 - C’è quella libreria nel Lower East Side che mi piace molto. Però non ci ero mai entrata. Martedì scorso cercavo un libro per Benji e così mi sono decisa. Cerco tra gli scaffali e mi rendo conto che il libraio mi osserva...il ragazzo non è male! Anche se con il cliente di prima è stato un po’ stronzo... Quando vado alla cassa attacca il discorso: gli piacciono i libri che ho comprato. C’è un feeling. Capisco che gli piaccio. Pagherò con la carta di credito: sicuramente ricorderà il mio nome. Sono l’unica a chiamarmi Guinevere...

Gruppo 2 - “Eccoti, sei arrivata!” Dico ad Alice. “Non sai cosa mi è successo oggi... forse ho fatto colpo su quel libraio carino”.

“Racconta, racconta!”.

“Appena sono entrata, ho notato che mi stava guardando, e non mi ha più tolto gli occhi di dosso! Mi sbirciava con la coda dell’occhio, dietro gli scaffali, che per fortuna erano pieni di polvere...ho starnutito e mi ha subito detto ‘Salute!’ Io ne ho approfittato subito per rispondergli ‘Anche a te, amico’. Intanto cercavo il libro e ho sentito che un cliente gli ha risposto male: lui gli ha risposto a tono poco dopo... Ho apprezzato la sua ironia, mi ha fatto scassare! Alla cassa, ho notato le sue belle mani mentre batteva la tastiera e per guardarle ancora gli ho chiesto una caramella...vedi che vale la pena accettare le caramelle dagli sconosciuti?” Dico ridendo.

Gruppo 3 - Ho un po’ di tempo libero, adesso ci entro. Peach me ne aveva parlato un sacco di volte di questa libreria dell’East Side. “Ciao”, finalmente un libraio carino. Ok, vediamo un po’, dove trovo quel libro per Benji, “Etcìù”, quanta polvere. “Salute”, oh, carino e pure gentile. “Anche a te, amico”. Continua a guardarmi, questo mi diverte, ha quello sguardo che sembra guardarti sotto i vestiti. Mmhh, biricchino! Che succede? Ecco il momento “galli nel pollaio”. Ora tocca a me. “Hai intenzione di giudicare anche me?”... Mi sa che ci ritorno in questa libreria.

Gruppo 4 - Entro in libreria e mi sento osservata, sorrido per dissimulare il mio imbarazzo. Alla vista della fulgente bellezza del commesso: alto, biondo, occhi azzurri, mi dirigo verso gli scaffali e, a causa della polvere, starnutisco e lui prontamente mi dice “Salute”. “Salute anche a te, amico!” e sorrido tra me e me. La mia attenzione viene distolta dall’entrata di un altro cliente, ma non mi interessa e scelgo il mio libro. Il nuovo venuto grida contro il commesso e il battibecco attira la mia attenzione e mi chiedo come mai ce l’abbia tanto con Dan Brown. Scherzando gli chiedo: “Hai intenzione di giudicare anche me?”. Un giorno si potrà anche essere di cattivo umore! O no? Lui nota il mio telefonino malconco e porgo il mio cestino con il libro scelto. Il romanzo è per un mio amico, ma lui non ci casca...pago con carta di credito, carpisce il mio nome ed io faccio altrettanto col suo.

Nel primo racconto gli autori prediligono l’empatia cognitiva attraverso alcune scelte narratologiche, in particolare hanno elaborato un racconto retrospettivo in prima persona che si concentra sulle intenzioni e sui pensieri della protagonista. Questi ultimi aspetti emergono altresì nel secondo racconto, dove però troviamo una scena, un dialogo, in cui

Beck racconta a una sua amica dell'incontro avvenuto in libreria; oltre a ciò sono stati aggiunti dei dati percettivi (“ho sentito che un cliente gli ha risposto male”, “ho notato le sue belle mani mentre batteva la tastiera e per guardarle ancora gli ho chiesto una caramella”) e l'uso narrativo del linguaggio per rappresentare i processi mentali della narratrice (“mi ha fatto scassare!”, “vedi che vale la pena accettare le caramelle dagli sconosciuti?”). Si tratta del *mind-style*, per riprendere Roger Fowler (1977, pp. 103-113), uno stile di scrittura in cui le specifiche peculiarità lessicali e sintattiche, associate a certi personaggi, suggeriscono un particolare modo di pensare. Il terzo e il quarto racconto si svolgono in ‘sincrono’ rispetto alla scena da rifocalizzare e intercalano parti *endogene* sotto forma di monologo interiore a parti *esogene*, inserendo alcuni dialoghi ‘originali’. Ciò malgrado, il *mood* predominante della protagonista nel terzo racconto è *divertito*, mentre nel quarto è *diffidente*.

5. Disegnare a fumetti: coinvolgersi con le immagini

In questo terzo esercizio i 13 partecipanti (9 femmine e 4 maschi, età media: 61,33 anni) hanno dovuto creare una sorta di graphic novel. Perché abbiamo utilizzato il disegno, e nello specifico il disegno sequenziale? Per ciò che riguarda il disegno è bene ricordare che le narrazioni visive sono caratteristiche di qualsiasi società e la loro origine risale al periodo preistorico. Basti pensare alle pitture rupestri delle grotte di Chauvet, Lascaux e Altamira realizzate durante il Paleolitico superiore, per sapere che l'uso dell'immagine risale alle origini dell'uomo precedendo di migliaia di anni la scrittura. Inoltre si pensi ai bambini di tutte le culture che imparano prima a disegnare (inizialmente attraverso gli scarabocchi) e poi a scrivere, cioè sin dalla nascita noi cominciamo a mappare, conoscere e ricordare il mondo attraverso le immagini, e da bambini manifestiamo la nostra esistenza, la nostra visione e comprensione del mondo attraverso i disegni. Sebbene sia determinato dai valori e dai sistemi diffusi all'interno di una cultura, il linguaggio visivo rappresenta una dotazione biologica e cognitiva di *homo sapiens* ben prima della parola scritta: una dotazione che potremmo definire ‘originaria’.

Nel paragrafo precedente è stato detto che i risultati degli studi condotti dalle scienze neuro-cognitive in ambito estetico hanno messo in luce che la lettura, l'osservazione e l'ascolto di una storia provocherebbe una reazione neuro-fisiologica di simulazione incarnata (*embodied simulation*) delle azioni, delle emozioni e delle sensazioni corporee in esse raffigurate; ebbene, la visione delle immagini lo fa in modo più immediato, dunque ci permette un'esperienza immersiva più ‘diretta’ rispetto alla lettura e all'ascolto di un testo verbale (Gallese, Freedberg, Umiltà, 2022, pp. 88-92); per di più i processi di *blending* tra testo e immagini sono in grado di potenziare il coinvolgimento emotivo e cognitivo sia dell'autore che del lettore (Green, Myers, 2010, pp. 573-577). Al contrario delle parole, le immagini non sono ‘convenzioni’ e non si apprendono, ma si esperiscono e si archiviano in modo preterintenzionale sin dalla nascita. Lo hanno ben capito i creatori della *graphic medicine* (Czerwiec *et al.*, 2015), secondo i quali rispetto all'utilizzo esclusivo del linguaggio verbale, la lettura e la scrittura di patografie che si avvalgono anche del codice iconico sarebbero uno strumento assai ‘efficace’ sia di comprensione dei sintomi e degli effetti delle patologie da parte del medico, che di percezione, ricordo e in qualche modo superamento di una malattia o di un trauma da parte dei pazienti. Per quale motivo? Ebbene, proprio perché il codice iconico è più diretto, immediato e originario.

C'è un altro aspetto essenziale che riguarda la narrazione visiva in termini di capacità di segmentazione dell'esperienza, e di conseguenza di comprensione e memorizzazione della realtà. Nel flusso ininterrotto di stimoli percettivi della vita quotidiana, sembra che il

cervello segmenti automaticamente le esperienze in eventi discreti, in quanto il nostro corredo neurale ha bisogno di strutturare l'esperienza in unità segmentali affinché possa essere adeguatamente compresa e memorizzata. In particolare, alcuni cognitivisti oggi sostengono che gli individui generano essi stessi un evento dandogli dei confini *discreti* quando (i) gli stimoli consecutivi hanno associazioni temporali distinte, (ii) la logica causale dell'ambiente muta, (iii) gli obiettivi individuali manifestano un cambiamento. Ora, questa capacità di *chunking* rappresenta una potente operazione percettiva in grado da sola di ridurre l'indistinto flusso esperienziale a un numero limitato di eventi discreti, in modo da consentire un'ergonomia del ricordo e facilitare l'interpretazione dei fatti (Calabrese, 2020).

Detto altrimenti, il cervello necessita di marcatori segmentali e deve disegnare in continuazione dei confini se vuole *prima* comprendere e *poi* memorizzare ciò che ha compreso: una conseguenza rilevantissima della segmentazione percettiva è infatti che essa costituisce la base della memoria e dell'apprendimento (Radvansky, Zacks, 2014, pp. 118-120). Di qui l'importanza del disegno sequenziale, perché ci obbliga ad un esercizio di *chunking*, cioè di segmentazione dell'esperienza (Calabrese, Conti, Broglia 2021), essenziale per comprendere e memorizzare la realtà da parte del cervello dell'uomo.

Il terzo esercizio si è questa volta ispirato all'impianto di *Bezimena*. *Anatomia di uno stupro* (Bezimena, 2018), un romanzo a fumetti di Nina Bunjevac, illustratrice canadese di origini serbe, edito da Rizzoli Lizard nel 2018 e vincitore del premio Gran Guinigi come miglior graphic novel nel 2019. Nina Bunjevac nasce a Welland in Ontario (Canada) nel 1973 da genitori immigrati serbi, ma all'età di due anni si trasferisce insieme a sua madre e a sua sorella a Zemun in Serbia, mentre suo padre Peter, nazionalista radicale, muore accidentalmente a Toronto nel 1977, mentre assembla una bomba esplosa all'improvviso. Nina frequenta la scuola in Serbia, ma nel 1990, quando ha 16 anni, torna in Canada dove finisce la scuola secondaria di secondo grado e nel 1997 si laurea all'Ontario College of Art & Design University di Toronto. Nella nota finale di *Bezimena*, l'autrice ci informa che questo trasferimento avviene dopo che la madre scopre, leggendo il suo diario, che Nina ha subito un tentativo di stupro. In realtà i tentativi di stupro sono addirittura tre da parte di uomini di mezza età: i primi due nel 1988 in Serbia, mentre il terzo, e il più traumatico, avviene in Canada da parte di una persona fidata e da lei ammirata, ovvero il suo tutore legale, un uomo che avrebbe dovuto proteggerla e sostenerla. Di qui il trauma.

Bezimena (parola che significa "donna senza nome" nelle lingue di origine serbo-croata) è un'esortazione, rivolta a tutte le donne che hanno subito un abuso fisico e/o psicologico, a non sprofondare nell'esperienza traumatica subita e a non permettere che lo 'stato' di vittima diventi un marchio definitivo; il graphic novel *Bezimena* nasce dunque come rimedio a quello che l'autrice ha subito, come cura e aiuto per sé e altre vittime di violenza. Il racconto che fa da cornice alla vicenda è dichiaratamente ispirato al mito greco di Artemide, dove Siprete, giovane di Creta, viene trasformato dalla dea in una donna, per punirlo per averla spiata mentre faceva un bagno. Qui il mito viene reinventato: all'inizio del fumetto una giovane sacerdotessa si dirige disperata verso un'anziana donna, Bezimena, lamentandosi perché degli sciacalli stanno deturpando e incendiando tutto quello che li circonda. L'anziana, risvegliatasi dal suo torpore, le prende la testa e la immerge nel fiume, facendole rivivere la storia di un uomo: quest'uomo è Benedict, detto Benny, un bambino adottato da una famiglia benestante di conciatori.

Da quel momento la sacerdotessa cessa di esistere per rinascere sotto forma di bambino al quale sembra non mancare nulla, ma nasconde un lato oscuro che lo porta a compiere atti osceni ovunque si trovi, divenendo motivo di imbarazzo per la sua famiglia e i membri rispettabili della comunità. Il ragazzo lascia gli studi, si isola dal resto del mondo e viene educato a una disciplina ferrea, fino a trovare lavoro da adulto come inserviente in uno zoo.

Fino a quando, un giorno, davanti al recinto dell'orso polare, rivede la sua vecchia compagna di classe, Becky, ancora più graziosa, che chiacchiera con una sua amica e lascia un quaderno pieno di disegni erotici, che lui interpreta come un segno del destino: un chiaro invito a mettere in pratica le sue fantasie, non solo con Becky, ma anche con la sua cameriera e la sua amica, che aveva visto allo zoo. Così concretizza tutte le fantasie presenti nel quaderno. Dopo qualche giorno, degli agenti di polizia lo interrogano e gli mostrano le foto di tre ragazzine di dodici anni nude e uccise. Benedict nega tutto e spiega alla polizia di aver concretizzato solo il desiderio di Becky, della sua cameriera e della sua amica, così come dimostra il quaderno di appunti che la donna aveva volutamente lasciato allo zoo. La polizia sfoglia il quaderno e il lettore capisce che quelle che a Benny sono apparse come illustrazioni erotiche, rappresentazioni di rapporti sessuali tra lui e queste ragazze, sono in realtà semplici disegni di animali. All'inizio ci sembra di assistere a un'innocua fantasia sessuale (perché Benny continua a ripetersi che è tutto nella sua testa), in realtà essa si rivela essere una violenza vera e propria, perpetrata ai danni di tre giovanissime ragazze. Condannato all'ergastolo, cerca di togliersi la vita, perché è convinto di aver subito un'ingiustizia, ma qualche istante prima di stringere il cappio intorno al collo Bezimena toglie dall'acqua la testa della sacerdotessa e chiede: "Per chi stavi piangendo?". Fine.

In *Bezimena* il punto di vista proposto è quello del carnefice: fino a quando non viene rivelato il vero contenuto del quaderno, noi pensiamo che quelle raffigurate siano fantasie ricambiate anche dalle vittime, mentre si tratta della visione distorta di una mente malata. Come i tre uomini adulti che hanno cercato di violentare la Bunjevac quando era ancora minorenne, Benedict manca di empatia per i sentimenti e i bisogni degli altri, ed è del tutto convinto che anche la vittima desideri questi rapporti sessuali. L'autrice finzionalizza l'esperienza che ha vissuto e cerca di 'superarla' e di comprenderla entrando nella mente di un aggressore. Ecco il punto: lo fa attraverso il linguaggio iconico.

L'esercizio è consistito nel cercare di ridurre in alcuni *frames* (minimo 5, massimo 8) un episodio autobiografico, in cui il comportamento di una persona verso la quale si provava attrazione è apparso d'improvviso in una luce cupa o funesta. Si è trattato di rappresentare a fumetti un *equivoco*, in cui è stato proiettato il proprio punto di vista sull'altro e dove sono state interpretate erroneamente le risposte dell'altro, perché – situazione assai comune – ai suoi comportamenti sono stati attribuiti un'intenzionalità e dei desideri che rispecchiano il proprio modo di essere. Autoproiezioni, insomma, *simpatia* allo stato brado. Nel caso in cui ai partecipanti non fosse mai capitata un'esperienza simile, essi potevano raccontare un episodio in cui avevano frainteso atteggiamenti di gentilezza, considerandoli seduttivi, da parte di una persona rispetto alla quale non provavano interesse o attrazione, oppure un episodio in cui il proprio atteggiamento è stato travisato in tal senso da un'altra persona. I partecipanti hanno svolto l'attività individualmente, avendo a disposizione quarantacinque minuti. Vediamo solo alcuni esempi.

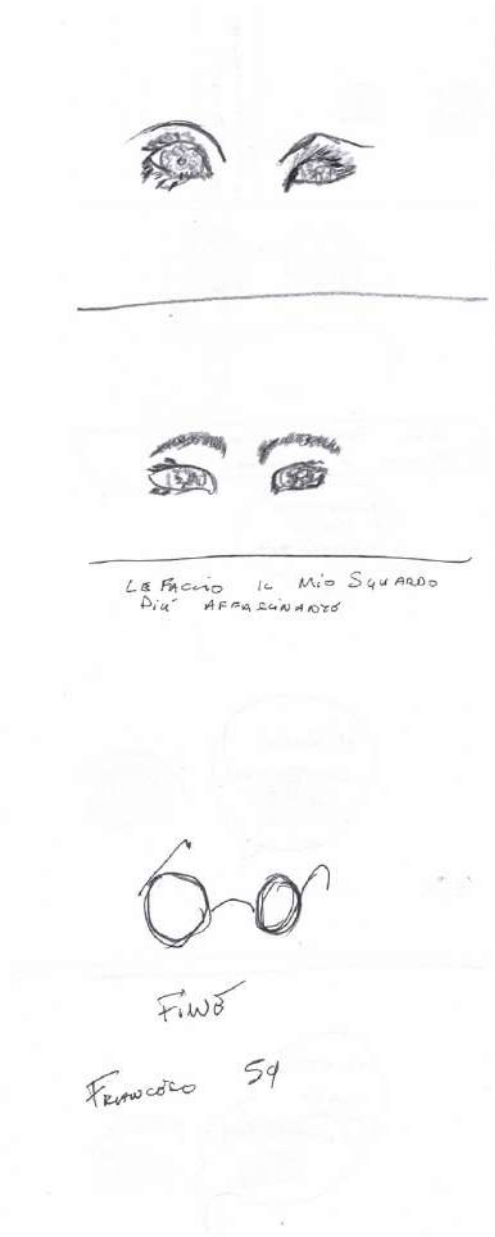


Figura 1



Figura 2



Figura 3

La figura 1 presenta, con una intelligente ironia e una morfologia narrativa complessa, un equivoco basato sullo sguardo: la maggioranza dei *frames* raffigura un dettaglio, ossia gli occhi dei due protagonisti, ed elementi non direttamente legati all'azione, ma piuttosto alla sua contestualizzazione, come gli occhiali. Più che dalla parte iconica, la risoluzione narrativa (*falling action*) è data dal dialogo della terza pagina, e tuttavia, con un processo metonimico visivo, sono gli occhiali dell'ultimo *frame* ad amplificare l'ironia dell'equivoco e sancire la conclusione. Nella figura 2 troviamo un *silent book* di otto *frames* in cui l'autore (uomo con gli occhiali) racconta l'episodio di un 'triangolo' girardiano del desiderio da manuale, avvenuto durante un party. L'apparente indecisione del personaggio femminile nella scelta tra i due uomini, che in verità si rivela essere un piano machiavellico, mette in moto l'azione attraverso un malinteso intenzionale: credendo alle *avances* della donna, l'uomo con gli occhiali diviene strumentale per fare ingelosire il secondo, che proprio grazie, o a causa, della presenza dell'altro pretendente manifesta un interesse verso la *femme fatale*. L'autore-protagonista non può fare altro che prendere atto della situazione e guardare i due che si allontanano. Nel graphic novel della figura 3 l'utilizzo del colore entra attivamente nello svolgimento del *plot*; infatti se l'autrice-protagonista si raffigura di colore scuro nella prima vignetta, in quelle successive, dopo aver lasciato il suo fidanzato, sceglie il colore verde per rappresentare il suo stato d'animo di felicità, che si manifesta altresì con un grande sorriso; un ragazzo la nota sulla banchina della metro, si siede davanti a lei, scende alla stessa sua fermata e a quel punto le dice che, avendo notato come gli sorrisesse, pensava fosse interessata a lui. L'autrice riporta un equivoco subito, dove però è lei a essere

la vittima del punto vista 'inglobante' dell'altro, che dà per scontato di essere la causa del sorriso e, di conseguenza, del desiderio di una ragazza sconosciuta e incontrata casualmente.

6. Risultati e conclusioni

Dal questionario 'in entrata' del primo (Tabella 5), del secondo (Tabella 6) e del terzo incontro (Tabella 7) emerge che i partecipanti mostrano discreti livelli di empatia sia affettiva che cognitiva durante la fruizione di una narrazione, vera o finzionale, per quanto quella cognitiva superi leggermente quella affettiva. Se si considera che i parametri andavano da 0 (= mai) a 4 (= sempre) per un totale di 40 punti, si nota come l'autovalutazione empatica dei partecipanti si aggiri intorno a più della metà del punteggio totale (media incontro 1: 24,62; media incontro 2: 23,88; media incontro 3: 25,31), e che 25 partecipanti sui 50 complessivi abbiano specificato un valore compreso tra 17 e 23, mentre i restanti 25 tra 24 e 35. Inoltre si notano impercettibili differenze di gender, dato che gli uomini (12 in totale) hanno una media di 24,17 e le donne (48 in totale) di 24,68.

Come è stato anticipato nella premessa, per questioni logistiche non è stato possibile somministrare un test in uscita per l'esercizio uno, perché per farlo sarebbe stato necessario che tutti i partecipanti (complessivamente 21) avessero svolto a turno l'attività, e nonostante ciò le due narratrici del racconto che non corrispondeva all'*archetipo* hanno dichiarato che l'esercizio "dei tre narratori" ha permesso loro di prendere le distanze a livello cognitivo ed emotivo da se stesse, e che sicuramente ciò le aiuterà in futuro a cambiare punto di vista anche a livello di rapporti interpersonali; inoltre, hanno aggiunto che secondo loro un simile esercizio potrebbe essere di aiuto anche a molti altri.

Per ciò che concerne i risultati degli altri due esercizi (Tabella 8 e Tabella 9), emerge in entrambi una sorta di lieve divisione tra le risposte alle prime cinque domande riguardanti i frammenti di romanzi letti e le risposte ai restanti quesiti relativi alle attività laboratoriali svolte. In sintesi, è possibile ravvisare nei partecipanti una maggiore sensazione di risposta empatica successivamente agli esercizi rispetto alla lettura, ma riteniamo che questo risultato derivi dal fatto che non sia stato possibile leggere i testi nella loro interezza. È questo, in un certo senso, che potrebbe avere inibito l'immedesimazione empatica. Infatti troviamo un 12% di risposte non date in entrambi i casi, un 20% di "assolutamente no" (5% per l'esercizio 2 e 15% per l'esercizio 3), un 33% di "più no che sì" (18% per l'esercizio 2 e 15% per l'esercizio 3) e un 27% di risposte neutrali (14% per l'esercizio 2 e 13% per l'esercizio 3). Nonostante ciò, il 51% delle risposte dell'esercizio 2 sono "più sì che no" (36%) e "assolutamente sì" (15%) e il 45% delle risposte dell'esercizio 3 sono "più sì che no" (31%) e "assolutamente sì" (14%).

Al contrario, i dati sugli esercizi appaiono assai positivi: basti pensare che l'80% delle risposte alle domande dalla 6 alla 10 dell'esercizio 2 sono "più sì che no" (74%) e "assolutamente sì" (6%) (Tabella 12), mentre quelle dell'esercizio 3 addirittura l'88%, di cui il 42% di "più sì che no" e il 46% di "assolutamente sì" (Tabella 13). Nel primo caso, il restante 20% di risposte sono "neutrale" (11%) e "più sì che no" (9%), mentre nel secondo il restante 12% appare "neutrale". Sembrerebbe che gli esercizi di neuronarratologia aprano un flebile spiraglio per una innovativa educazione sentimentale, che si baserebbe proprio su un processo di simulazione empatica nei confronti degli altri individui, implicando dunque un distanziamento da qualsivoglia punto di vista egocentrico e prevaricatore.

N.	GENDER	ETÀ	I. 1 (EA)	I. 2 (EA)	I. 3 (EC)	I. 4 (EC)	I. 5 (EA)	I. 6 (EC)	I. 7 (EA)	I. 8 (EA)	I. 9 (EC)	I. 10 (EC)	PUNTEGGIO TOTALE
1.	M	59	2	1	3	2	2	3	3	1	3	3	23
2.	F	64	2	2	2	2	2	1	1	1	2	3	18
3.	F	72	2	2	4	2	2	3	1	2	3	1	22
4.	F	68	2	2	3	3	2	4	1	4	2	3	26
5.	F	72	2	1	2	3	2	2	1	2	2	3	20
6.	F	50	4	3	4	4	3	4	2	3	3	4	34
7.	M	52	3	2	3	4	2	2	1	2	2	3	24
8.	F	35	2	3	3	3	1	3	2	3	3	3	26
9.	F	44	3	3	3	3	4	2	3	3	2	3	29
10.	M	54	3	2	3	3	2	3	1	3	3	2	25
11.	F	53	3	3	2	2	3	3	3	2	2	4	27
12.	F	52	2	2	2	2	1	1	3	3	1	2	19
13.	F	52	4	4	3	4	4	3	3	2	3	3	33
14.	F	52	2	3	3	2	2	2	1	2	2	2	21
15.	F	53	2	2	2	3	2	2	1	3	2	2	21
16.	M	22	2	3	2	3	3	2	1	1	2	2	21
17.	F	55	3	2	2	3	1	1	1	1	2	2	18
18.	F	52	4	4	3	3	4	2	3	3	2	3	31
19.	F	78	3	4	4	0	3	3	0	3	4	4	28
20.	F	79	3	2	3	4	2	3	2	3	3	3	28
21.	F	58	3	2	2	3	2	1	2	3	2	3	23
MEDIA		56	2,66	2,47	2,76	2,76	2,33	2,38	1,71	2,38	2,38	2,76	24,62

Tabella 5

Risultati del questionario in entrata del primo incontro. 21 partecipanti (17 femmine e 4 maschi), media età: 56 anni. Legenda: I. = item, per vedere a quale item corrisponde ogni numero cfr. Tabella 1; EA = empatia affettiva; EC = empatia cognitiva (*items* 3, 4, 6, 9 e 10). Il punteggio degli *items* formulati in modo positivo (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 10) è il seguente: Mai = 0; Raramente = 1; A volte = 2; Spesso = 3; Sempre = 4. Gli *items* formulati in modo negativo (8 e 9) hanno un punteggio inverso: Mai = 4; Raramente = 3; A volte = 2; Spesso = 1; Sempre = 0. Intervallo di punteggio: 0-40.

N.	GEN- DER	ETÀ	I. 1 (EA)	I. 2 (EA)	I. 3 (EC)	I. 4 (EC)	I. 5 (EA)	I. 6 (EC)	I. 7 (EA)	I. 8 (EA)	I. 9 (EC)	I. 10 (EC)	PUNTEGGIO TOTALE
1.	F	52	2	1	2	3	1	2	1	1	2	3	20
2.	M	64	3	3	4	4	3	4	2	3	2	4	30
3.	M	58	2	1	2	2	2	3	1	1	2	3	21
4.	F	52	4	3	3	3	3	2	2	3	3	2	24
5.	F	55	2	2	3	3	1	3	0	1	3	3	21
6.	F	Non dato	3	3	3	3	2	2	2	1	2	3	26
7.	F	79	3	3	3	Non dato	Non dato	2	2	2	2	4	21
8.	F	68	2	3	3	3	3	2	0	2	4	2	20
9.	F	64	2	2	2	2	3	3	1	2	2	2	21
10.	M	84	1	2	4	4	4	4	2	1	3	3	28
11.	F	79	4	3	4	3	4	3	4	1	1	4	35
12.	M	48	2	0	2	3	2	1	0	1	3	3	17
13.	F	26	3	3	2	4	3	3	3	1	0	2	30
14.	F	72	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	23
15.	F	58	3	3	2	3	2	2	2	1	3	3	24
16.	F	51	2	2	2	2	2	1	2	1	2	3	21
MEDIA		60,67	2,56	2,25	2,69	3	2,47	2,5	1,63	1,56	2,25	2,94	23,88

Tabella 6

Risultati del questionario in entrata del secondo incontro. 16 partecipanti (12 femmine e 4 maschi), media età: 60,67 anni). Legenda: I. = item, per vedere a quale item corrisponde ogni numero cfr. Tabella 1; EA = empatia affettiva; EC = empatia cognitiva (*items* 3, 4, 6, 9 e 10). Il punteggio degli *items* formulati in modo positivo (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 10) è il seguente: Mai = 0; Raramente = 1; A volte = 2; Spesso = 3; Sempre = 4. Gli *items* formulati in modo negativo (8 e 9) hanno un punteggio inverso: Mai = 4; Raramente = 3; A volte = 2; Spesso = 1; Sempre = 0. Intervallo di punteggio: 0-40.

N.	GENDER	ETÀ	I. 1 (EA)	I. 2 (EA)	I. 3 (EC)	I. 4 (EC)	I. 5 (EA)	I. 6 (EC)	I. 7 (EA)	I. 8 (EA)	I. 9 (EC)	I. 10 (EC)	PUNTEGGIO TOTALE
1.	F	35	2	3	3	3	2	4	2	3	4	4	30
2.	M	59	2	1	3	3	2	3	2	4	1	2	23
3.	M	58	2	2	3	2	2	3	2	2	2	1	21
4.	F	79	2	3	2	3	2	2	1	2	3	3	23
5.	F	79	3	4	4	4	4	4	0	3	3	4	33
6.	F	64	2	2	2	1	3	2	2	2	1	2	19
7.	F	72	3	2	3	3	2	3	2	1	2	4	25
8.	F	52	3	2	1	3	2	1	2	3	1	2	20
9.	M	Non dato	3	3	4	2	2	3	4	2	3	4	30
10.	F	51	3	2	2	3	2	2	2	1	2	3	22
11.	M	64	2	2	3	4	2	3	2	2	3	4	27
12.	F	55	3	3	2	3	3	2	3	3	1	3	26
13.	F	68	3	4	4	3	3	4	2	2	2	3	30
MEDIA		61,33	2,54	2,54	2,77	2,85	2,38	2,77	2	2,31	2,15	3	25,31

Tabella 7

Risultati del questionario in entrata del terzo incontro. 13 partecipanti (9 femmine e 4 maschi), media età: 61,33 anni. Legenda: I. = item, per vedere a quale item corrisponde ogni numero cfr. Tabella 1; EA = empatia affettiva; EC = empatia cognitiva (*items* 3, 4, 6, 9 e 10). Il punteggio degli *items* formulati in modo positivo (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 10) è il seguente: Mai = 0; Raramente = 1; A volte = 2; Spesso = 3; Sempre = 4. Gli *items* formulati in modo negativo (8 e 9) hanno un punteggio inverso: Mai = 4; Raramente = 3; A volte = 2; Spesso = 1; Sempre = 0. Intervallo di punteggio: 0-40.

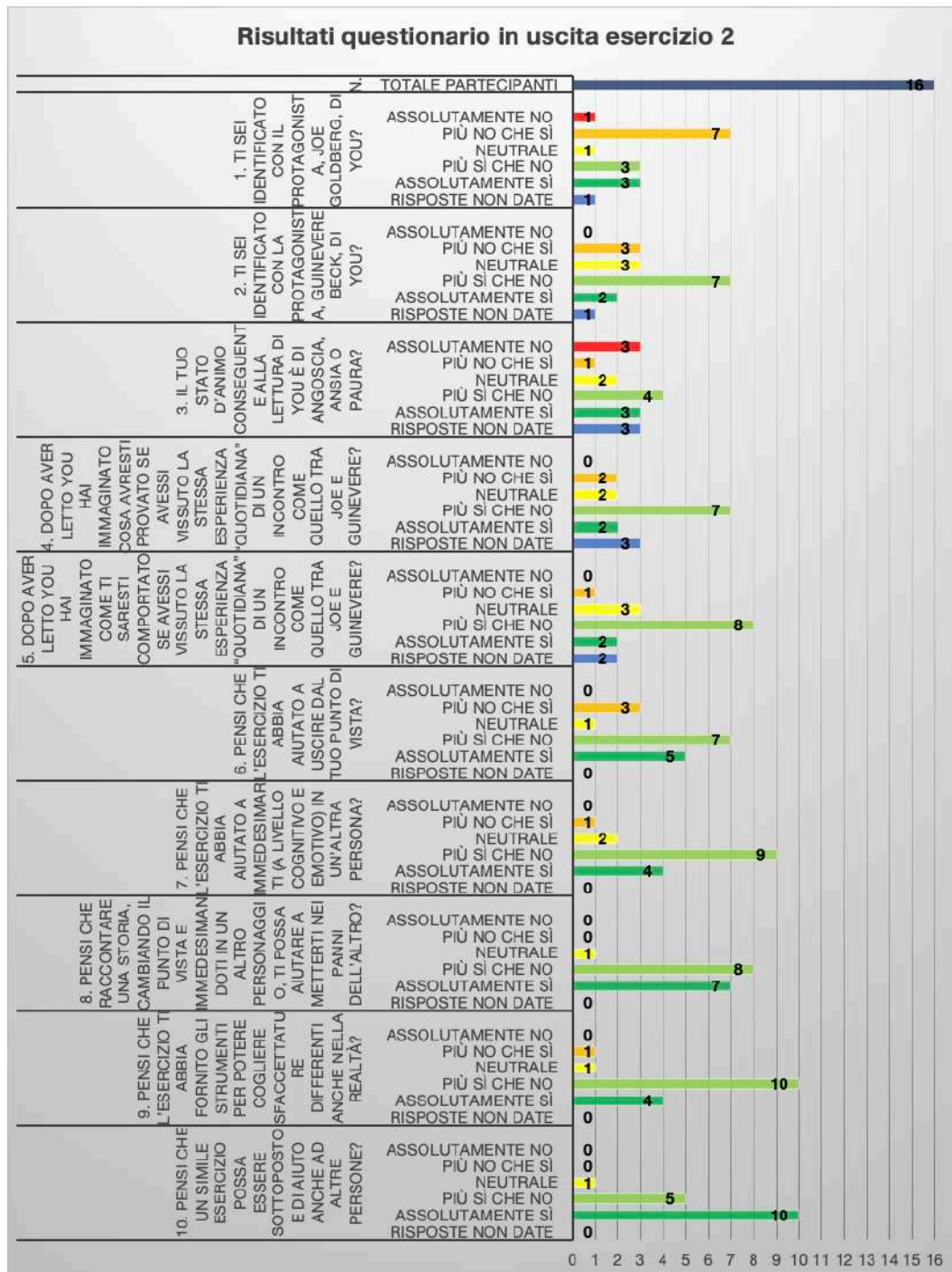


Tabella 8

Risultati del questionario in uscita del secondo incontro. 16 partecipanti (12 femmine e 4 maschi), media età: 60,67 anni.

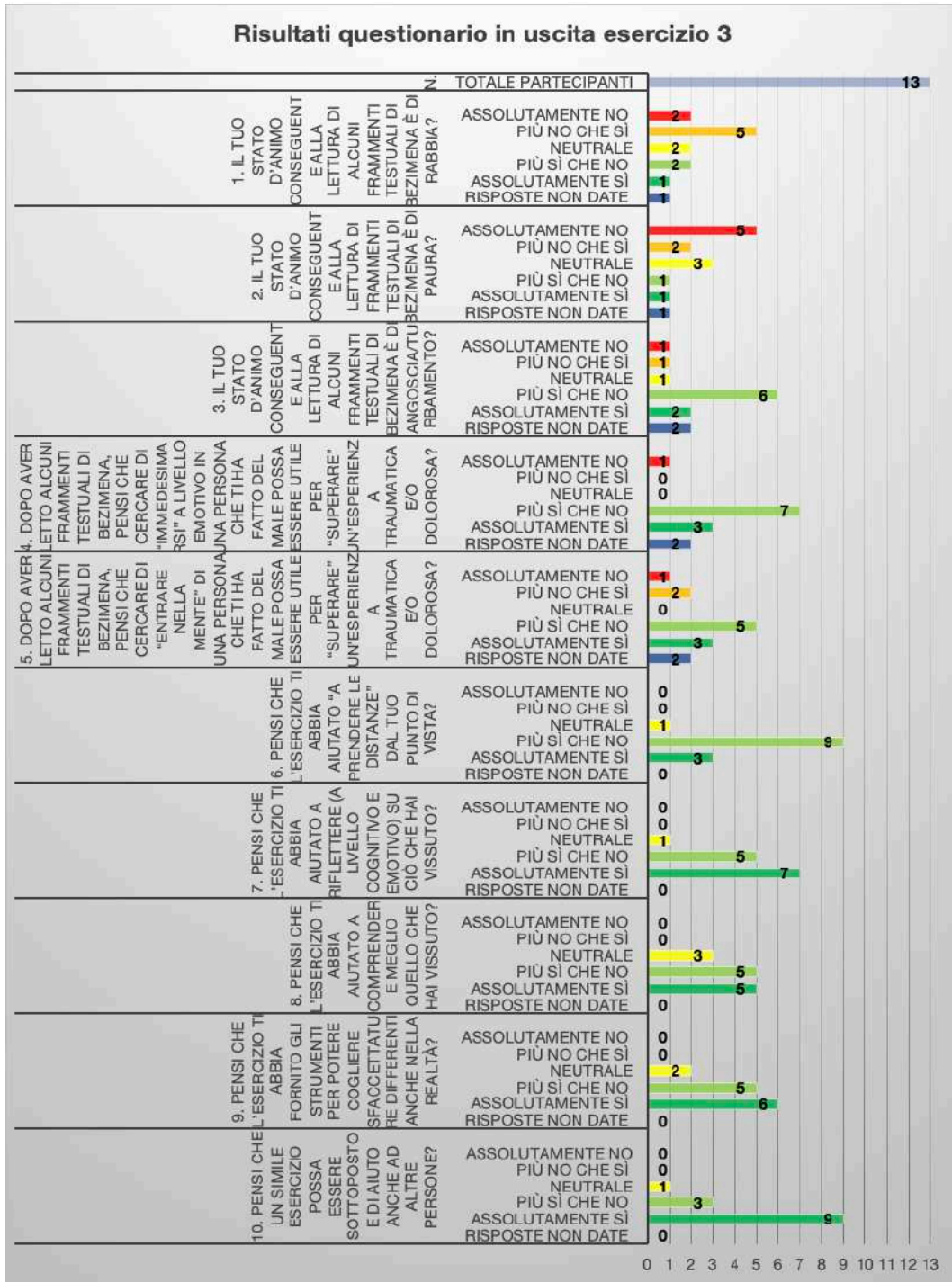


Tabella 9

Risultati del questionario in uscita del terzo incontro. 13 partecipanti (9 femmine e 4 maschi), media età: 63,33 anni.

Risposte alle domande dalla 1 alla 5 dell'esercizio 2

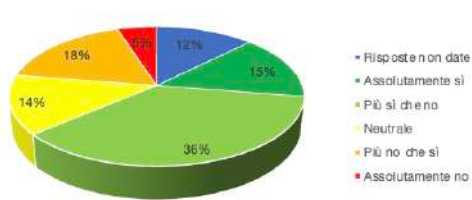


Tabella 10

Risposte alle domande dalla 1 alla 5 dell'esercizio 3

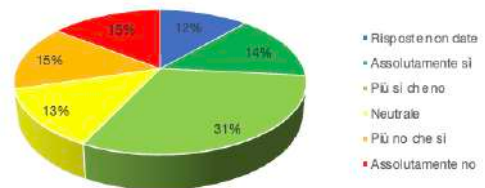


Tabella 11

Risposte alle domande dalla 6 alla 10 dell'esercizio 2

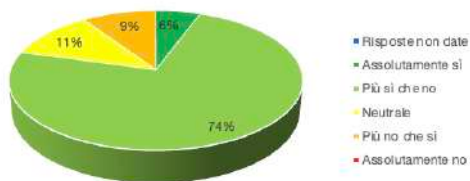


Tabella 12.

Risposte alle domande dalla 6 alla 10 dell'esercizio 3

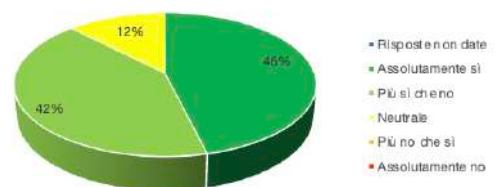


Tabella 13

Bibliografia

Armstrong P. B. (2020), *Stories and the Brain: The Neuroscience of Narrative*, Baltimore, Johns Hopkins University Press.

Bal P. M., Veltkamp M. (2013), *How does fiction reading influence empathy? An experimental investigation on the role of emotional transportation*, in "PloS One", 8 (1), pp. 1-12.

Baron-Cohen S. (2012), *La scienza del male. L'empatia e le origini della crudeltà*, trad. it., Milano, Raffaello Cortina.

Barthes R. (1988), *Il brusio della lingua*, trad. it., Torino, Einaudi.

Calabrese S. (2020), *Della segmentazione. La riconoscibilità cognitiva degli eventi nelle narrazioni*, in "Symbolon", 14 (11), pp. 115-136.

Calabrese S. (2023), *Neuro-Narratology. The Neural Secrets of Narration*, Berlin, Peter Lang.

Calabrese S., Conti V., Broglia L. (2021), *Elogio della visual literacy*, in "Enthymema", 27, pp. 90-113.

Caruana F., Viola M. (2018), *Come funzionano le emozioni. Da Darwin alle neuroscienze*, Bologna, Il Mulino.

Cignetti A. (2023), *Anatomo-fisiologia delle emozioni. Il sistema limbico e la sindrome polivagale*, in "La Medicina Biologica", 4, pp. 37-43.

- Czerwicz M. K., Williams I., Squier S. M., Green M. J., Kimberly R., Myers R., Smith S. T. (2015), *Graphic Medicine Manifesto*, Pennsylvania, Pennsylvania State University Press.
- Damasio A. R. (1995), *L'errore di Cartesio. Emozioni, ragione e cervello umano*, trad. it., Milano, Adelphi.
- Ercolino S., Massimo F. (2022), *Empatia negativa. Il punto di vista del male*, Milano, Bompiani.
- Fjällström E., Kokkola L. (2015), *Resisting focalisation, gaining empathy: Swedish teenagers read Irish fiction*, in "Children's Literature in Education", 46, pp. 394-409.
- Fowler R. (1977), *Linguistics and the Novel*, London, Methuen.
- Frye N. (1990), *Anatomy of Criticism: Four Essays*, Princeton-Oxford, Princeton University Press.
- Gallese V. (2010), *Corpo e azione nell'esperienza estetica. Una prospettiva neuroscientifica*, in Morelli U. (a cura di), *Mente e bellezza. Arte, creatività e innovazione*, Torino, Allemandi, pp. 245-262.
- Gallese V. (2017), *Visions of the body. Embodied simulation and aesthetic experience*, in "Aisthesis", 10 (1), pp. 41-50.
- Gallese V., Freedberg D., Umiltà M. A. (2022), *Embodiment and the aesthetic experience of images*, in Chatterjee A., Cardillo E. R. (eds.), *Brain, Beauty, and Art*, Oxford, Oxford University Press, pp. 88-92.
- Gallese V., Sinigaglia C. (2011), *What is so special about embodied simulation?*, in "Trends in Cognitive Sciences", 15 (11), pp. 512-519.
- Genette G. (2006), *Figure III. Discorso del racconto*, trad. it., Torino, Einaudi.
- Green M. J., Myers K. R. (2010), *Graphic medicine: use of comics in medical education and patient care*, in "Bmj", 340, pp. 573-577.
- Goleman D. (1996), *Intelligenza emotiva. Che cos'è e perché può renderci felici*, trad. it., Milano, BUR Rizzoli.
- Grossi D., Trojano L. (2009), *I fondamenti neurofunzionali della regolazione delle emozioni*, Matarazzo O., Vanda L. Z. (a cura di), *La regolazione delle emozioni*, Bologna, Il Mulino, pp. 33-56.
- Han B. C. (2024), *La crisi della narrazione. Informazione, politica e vita quotidiana*, trad. it., Torino, Einaudi.
- Israelashvili J., Sauter D., Fischer A. (2020), *Two facets of affective empathy: Concern and distress have opposite relationships to emotion recognition*, in "Cognition and Emotion", 34 (6), pp. 1112-1122.
- Keen S. (2013), *Narrative empathy*, in Hühn P., Meister J. C., Pier J., Schmid W. (eds.), *The Living Handbook of Narratology*, Hamburg, Hamburg University: <https://www-archiv.fdm.uni-hamburg.de/lhn/node/42.html>.
- Kidd D. C., Castano E. (2013), *Reading literary fiction improves Theory of Mind*, in "Science", 342 (6156), pp. 377-380.

- Mar R. A., Oatley K. (2008), The function of fiction is the abstraction and simulation of social experience, in "Perspectives on Psychological Science", 3 (3), pp. 173-192.
- Mar R. A., Oatley K. O., Djikic M., Mullin J. (2011), *Emotion and narrative fiction: Interactive influences before, during and after reading*, in "Cognition & Emotion", 25 (5), pp. 818-833.
- Mar R., Oatley K., Peterson J. B. (2009), *Exploring the link between reading fiction and empathy: Ruling out individual differences and examining outcomes*, in "Communications", 34 (4), pp. 407-428.
- Nikolajeva M. (2012), *Reading other people's minds through word and image*, in "Children's Literature in Education", 43, pp. 273-291.
- Nussbaum M. C. (2001), *Upheavals of Thought: The Intelligence of Emotions*, Cambridge, Cambridge University Press.
- Nussbaum M. C. (2010), *Not for Profit: Why Democracy Needs the Humanities*, Princeton, Princeton University Press.
- Oatley K. (2012), *The Passionate Muse: Exploring Emotion in Stories*, New York, Oxford University Press.
- Oatley K. (2022), *Character and emotion in fiction*, in Hogan P. C., Irish B. J., Pandit Hogan L. (eds.), *The Routledge Companion to Literature and Emotion*, Oxon, Routledge, pp. 272-282.
- Oatley K., Gholamain M. (1997), *Emotions and identification: Connections between readers and fiction*, in Hjort M., Laver S. (eds.), *Emotion and the Arts*, New York, Oxford University Press, pp. 163-281.
- Radvansky G. A., Zacks J. M. (2014), *Event Cognition*, New York, Oxford University Press.
- Rizzolatti G., Sinigaglia C. (2006), *So quel che fai. Il cervello che agisce e i neuroni specchio*, Milano, Raffaello Cortina.
- Spreng R. N., McKinnon M. C., Mar R. A., Levine B. (2009), *The Toronto Empathy Questionnaire: Scale development and initial validation of a factor-analytic solution to multiple empathy measures*, in "Journal of personality assessment", 91 (1), pp. 62-71.
- Thompson N. M., Reekum C. M. van, Chakrabarti B. (2022), *Cognitive and affective empathy relate differentially to emotion regulation*, in "Affective Science", 3 (1), pp. 118-134.