

Empatiens mange ansikter: fenomenologisk og positivistisk empati

TEKST

Magnus H. Blystad
Simen Christensen Grøgaard

PUBLISERT 2. januar 2024

DOI <https://doi.org/10.52734/ERKP8472>

ABSTRACT:

Understanding of the concept of empathy is often subject to change. The manifold conceptualisations, as well as the terminological ambiguities regarding the concept, are observed by studying interdisciplinary, overlapping and even contrasting perspectives of the phenomena across public discourse and academic literature. In this article we do not attempt to reduce the concept of empathy to a single entity, but rather strive to illuminate the many approaches to it. We identify a categorisation of the literature on empathy into two overarching approaches and propose two prototypical epistemological positions that might describe the definitional variations in understanding and applying it, namely a phenomenological or a positivist model underlying understandings of the concept. These two categories encompass wide subsets of traditions and perspectives which we summarise in a nomological network. Such a framing enables us to document the basis for the concept of empathy within a diversity of disciplinary traditions.

Keywords: empathy, phenomenology, positivism, nomological network

EMNER **Empati** fenomenologi positivisme nomologisk nettverk

Empati er aktuelt langt utenfor fagområdet utviklingspsykologi. Empatibegrepets popularitet sier kanskje noe grunnleggende om samfunnstilstanden. Empati forstås gjerne som noe mer enn det å bry seg om mennesker og dyr i umiddelbar nød. Bilder av ofre for krig og lidende mennesker på TV-skjermen mobiliserer antagelig betydelige empatiske responser, også hos dem som ikke er direkte involvert i konflikten. Det er kulturelle forventninger om både empatiske holdninger og reaksjoner i en rekke felt i det offentlige ordskiftet. For eksempel vitner brutale terroraksjoner og voldshandlinger ifølge Barack Obama om det han kalte en «empathy deficit» i samfunnet (Honingsbaum, 2013). Obama identifiserer samtidens empatimangel som enda viktigere enn problemet med økende statsgjeld i USA. Men er det grunnlag for å hevde at et sosialt empatiunderskudd er et problem – og er empati i det hele tatt noe positivt? Utviklingspsykologen Paul Bloom (2016) argumenterer i boka *Against Empathy: The Case for Rational Compassion* for at empati ikke bør fungere som moralsk rettesnor. Ifølge Bloom er empatien ytterst selektiv og muligens diskriminerende. Den kan gi opphav til irrasjonelle handlinger og garanterer ikke solidaritet og trivsel. På bakgrunn av dette forfekter Bloom snarere en form for effektiv altruisme (Bloom, 2016). Både i populærkulturen og i fagdebatter assosieres manglende empatiske evner med «mørke» personlighetstrekk som psykopati, og med mer ufarlige narsissistiske trekk (se for eksempel Jonason & Krause, 2013; Jonason & Kroll, 2015). Empatien er gitt en rolle i overlevelsesstrategier og ved sosial tilpasning. Det er nok ikke åpenbart at empati representerer en respons, en handling eller et instinkt. Empati kan også intuitivt forstås som en ferdighet, evne eller disposisjon (Jonason & Kroll, 2015). De mangfoldige anvendelsene av empati er en invitasjon til å studere begrepsinnholdet på tvers av felt – det være seg både på akademiske, populærkulturelle og hverdagslige områder. Ettersom bruken av empatibegrepet stadig sprer seg (se for eksempel Elliot et al., 2018), er det viktig å forsøke å danne seg en nyansert forståelse av den erkjennelsesmessige variasjonen som ligger i empatibegrepet på tvers av felt. Forutsatt at det er et nettverk av ulike forståelser av empati, kan nye forsøk på tverrfaglige og analytiske klassifiseringer være et nyttig tilskudd i empatidebatten.

Innen forskning og filosofi er det vanlig å se til slike nettverksanalyser og oppsummeringer for teoriutvikling. Samtidig finnes det også flere andre typer anvendelser enn teoriutvikling. Når det gjelder empati, kan det være ønskelig at alle involverte har lik forståelse, for eksempel der en person blir forvaringsdømt på bakgrunn av handlinger som viser manglende empati, slik man kan finne ved antisosial personlighetsforstyrrelse eller psykopati. For den forvaringsdømte kan det være komplisert å endre atferdsmønster eller holdninger hvis man ikke deler forståelsen av sentrale aspekter ved forvaringsdommen. Her kan man se til Baron-Cohen (2012). Individuer som strever med sosial tilpasning, samhandling og kommunikasjon, har ulike nivåer av empati og bevissthet om sin egen grad av empati, noe Baron-Cohen betegner som en empatiseringsmekanisme (Baron-Cohen, 2012). Mens personer med sterke antisosiale

personlighetstrekk kan forstå andres emosjonelle tilstander uten å kjenne dem på kroppen – kognitiv empati er intakt, men affektiv empati er fraværende – kan personer med autismespekterlidelser ha evne til affektiv empati uten å forstå disse følelsetilstandene. Ifølge Baron-Cohen er det den affektive empatien som svikter ved hensynsløse handlinger, og ideologiske motiver, for eksempel i forbindelse med terrorhandlinger, kan sette empatien fullstendig til side.

Et annet eksempel kan være en leder i et helseforetak som informerer en helsefaglig ansatt om pasientklager angående manglende empati: Hva har vedkommende egentlig fått klage på? Enda viktigere: Hvordan skal den ansatte endre atferden sin? En bred forståelse for hva empatibegrepet rommer, kan være en måte å nærme seg løsninger på i disse situasjonene.

Vi ønsker at artikkelen skal bidra til en slik bredere empatiforståelse. Da blir et viktig formål å dokumentere den brede interessen for empatibegrepet på tvers av fagfelt. Empati er av interesse for alle, ikke bare hos presidenter og psykologer. Sommeren 2022 skrev Magnus H. Blystad en populærvitenskapelig artikkel om empati i forskersonen.no (Blystad, 2022). Teksten var basert på en teori hvor empati postuleres som noe en *gjør*, fremfor noe en *har* (Blystad & Hansen, 2022). Dette faglige bidraget skulle bøte på en registrert mangel av litteratur på feltet atferdsfokustert empati. Reaksjonen på teksten viste mer enn noe annet at empati engasjerer, og at empatibegrepet kan sies å «eies av alle» (figur 1).

Figur 1

Engasjerte empati-kommentarer

The image shows a screenshot of a Facebook post with several comments. The comments are displayed in a grid-like fashion, with each comment in a light blue bubble. The comments are as follows:

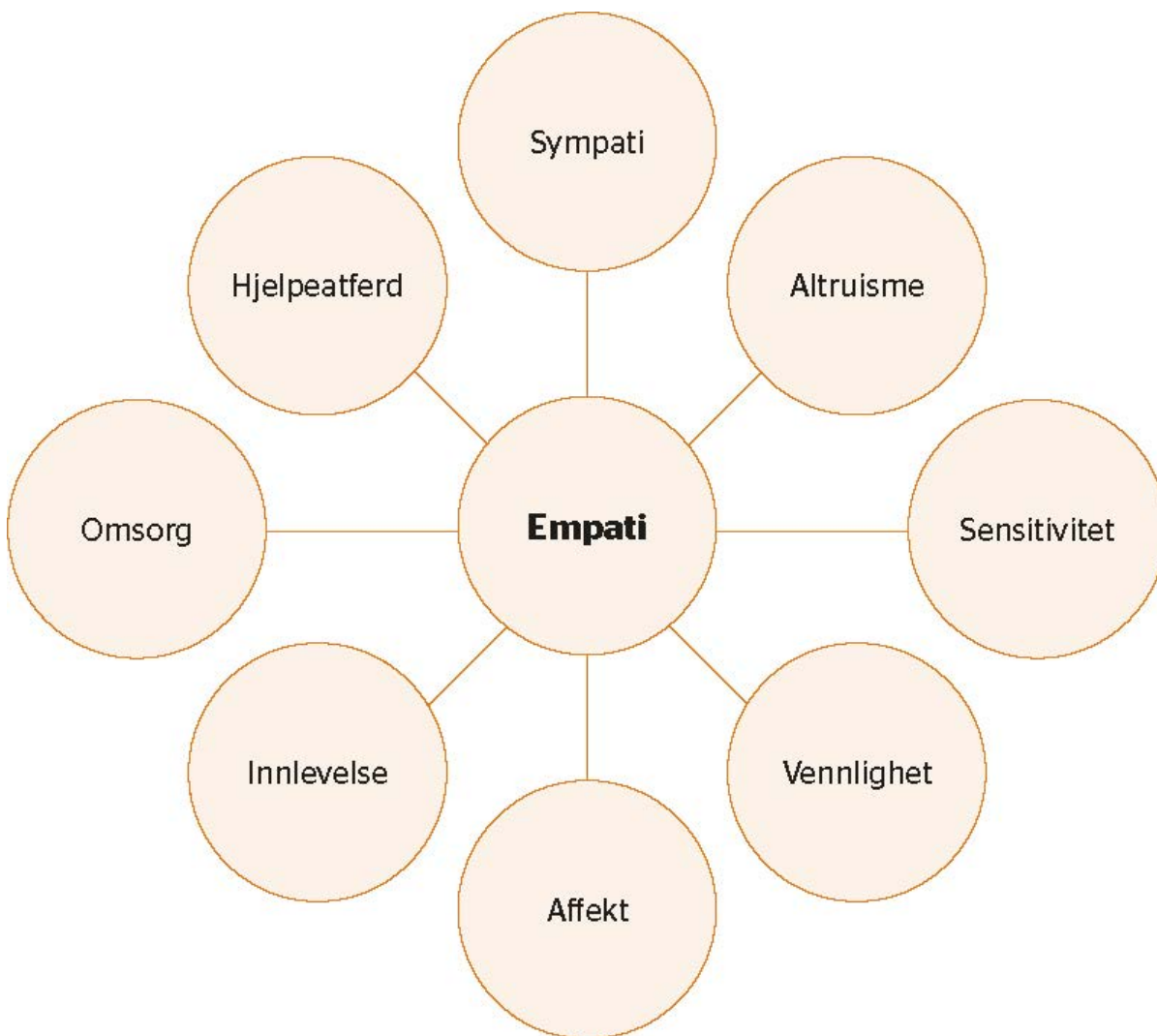
- Comment 1:** "Jeg tror dessverre ikke man kan lære folk empati og de som mangler empati merker det vel ikke engang selv og mener ofte at det er alle andre det er noe galt med. Noen psykologer er også der og når de treffer på empatiske pasienter/pårørende kan det rett og slett bli farlig.."
1 år Liker Svar Redigert 16
- Comment 2:** "Empati oppstår oftest av erfaring. Har man erfart dette med å skrubbe kneet er det klart man vet hvor vondt det kan være, da man har opplevd det selv. Samme er om man går igjennom livet med en form for psykisk lidelse. Ser ofte de som ikke har opplevd det selv bruker ord som "nå må du skjerpe deg! Det er ikke så ille! du kan jo bare gjøre sånn!" Mens de som har selv erfaring har kjent på den følelsen eller lignende følelse av å ikke bli respektert, og vet mye av hvordan man bli oppfattet av andre og missforstått. Empati kommer også fra mennesker som er i kontakt med sine egne følelser og ikke redd for å vise dem."
1 år Liker Svar 10
- Comment 3:** "Så all empati er lært (og ikke medfødt)? Hvis nei, så er dette en ganske dårlig sammenligning; "Det skjer altså en form for assosiasjon mellom andre barns gråt, og ens egne følelser i den gråtefulle situasjonen. Det er ikke ulikt koblingen mellom bjella som ringer og hunden som sikler – fordi bjella er assosiert med mat."
1 år Liker Svar 3
- Comment 4:** "Empati er ihvertfall delvis tillært. Barn oppfører seg ofte Uempatisk, men etter hvert som de lærer blir de mer empatiske. Kan det da ha med modning å gjøre? Kanskje, men det er kulturelle forskjeller også, så empati er ihvertfall delvis noe man trener opp og lærer."
1 år Liker Svar 5
- Comment 5:** "Empati forsvinner fra det norske folk"
1 år Liker Svar
- Comment 6:** "Tror det kan læres i form an innlevelse. En person som leser mye bøker f.eks vil gang på gang oppleve det å se verden fra et annet perspektiv, 'kjenne' en annens reaksjoner og opplevelser sett fra et 'Jeg'-perspektiv. Det kan (kanskje) hjelpe i å gå ut i verden og ha evne til å forestille seg hva naboen, kollegaen eller personen på gata tenker, kjenner, opplever nå i dette øyeblikket. Empati handler om følelser og omsorg, men også om en evne til innlevelse og forestillinger som kan være mer forankret i det rent logiske."
1 år Liker Svar Redigert 5
- Comment 7:** "Tror det er noe vi er, som fører til at vi gjør. Vil tro det kommer fra kjernen av det uskadede selvet."
1 år Liker Svar
- Comment 8:** "Først må psykologer lære det selv. Allfor mange psykologer bryr seg lite om hvordan det er å leve med angst eller depresjoner selv om de burde vite "alt" om det for å ha tittelen "psykolog"."
1 år Liker Svar 2
- Comment 9:** "Noe vi er. Hvor mange klager på fastlegen går på tid bak dataskjermen ?"
1 år Liker Svar Redigert
- Comment 10:** "Empati er vel ikke en forståelse det er en følelse. Enten har du eller du har ikke. Men du kan jo trenes til å late som om du har det"
1 år Liker Svar 3
- Comment 11:** "Det er ingen av delene. Det er noe vi er. Det kan ikke læres, det må utvikles. De som ikke har det kan kun forstå det teoretisk. De kan lære seg å oppføre seg empatisk, hvis de vil.. men de kan ikke føle det. Det er ikke noe vi gjør, det er noe vi er."
1 år Liker Svar

Merknad. Utvalgte kommentarer som viser engasjementet som empatibegrepet skaper. Skjermdump tatt fra kommentarfelt til forskning.no sin Facebook-post omkring Blystads omtale av en atferdsbasert empati (Forskning. no, 2022).

Denne interessen speiles også i publisert forskning, hvor det har vært en økende trend for publikasjon av artikler med «empati» i tittelen. En søk gjort i forsknings databasen *Dimensions* den 23 november 2023, viser at antallet slike artikler økte fra 1644 i 2010 til 7487 i 2021. Økningen i empatiforskningen betegnes også av artikler som forsøker å gi en oversikt over tilgjengelige empatidefinisjoner. Cuff et al. (2016) er et eksempel på en slik tilnærming, hvor man har søkt gjennom litteraturen og endt opp med over seksti(!) definisjoner som forfatterne kombinerer til én overordnet definisjon. Hall og Schwartz (2019) har også utført en sammenfatning av forskning på empati og kartlagt hvilke konsepter og hendelser empati vanligvis knyttes til. Konklusjonen deres er relativt hardtslående: «In many cases we see no added theoretical or empirical value in applying the term empathy» (Schwartz & Hall, 2019, s. 225). Nylig publiserte de samme forfatterne enda en artikkel om bruken av empati, hvor selve tittelen illustrerer synet deres på empati som en vitenskapelig term: «Empathy, an important but problematic concept» (Hall & Schwartz, 2022). I et forsøk på å kartlegge forståelse av empati hos folk flest viser det seg at flere konsepter faller inn under den allmenne forståelsen. Det inkluderer begreper på engelsk som «Prosocial Emotional Response», «Interpersonal Perceptiveness», «Other Perspective» og «Anxious Reactivity» (Hall et al., 2021, s. 5). Dessuten er det sterk variasjon i deltageres vektlegging av konseptene (Hall et al., 2021), noe som speiles i dagligtalen. En forenklet visualisert fremstilling med relaterte og nærliggende ord – «empatiens slektninger» – i det norske språket kan illustrere dette (figur 2).

Figur 2

Semantisk-assosiativt nettverk for hverdagsempati



Merknad. En samling ord som kan representere et semantisk-assosiativt nettverk for hverdagslige empatirelaterte ord i norsk språk. Oversikten viser et begrenset utvalg ord som kun er plukket ut for å illustrere den mangfoldige bruken av empatibegrepet i dagligtalen

Forskning på begrepet empati innen psykologifeltet og på hvordan allmennbefolkningen oppfatter det, viser at det er begrenset enighet om innholdet begrepet rommer. Mangelen på enighet er allerede veldokumentert (Cuff et al., 2016; Hall et al., 2021), men det finnes ikke en sammenfatning av empatibegrepets bruksområder og meningsinnhold på tvers av fagfelt. En slik fremstilling vil kunne gi en mer helhetlig oversikt utover etablert psykologisk forskning og relaterte felt som sosial nevrovitenskap, hvor definisjonsmakten over begrepet nok har stått sterkest. En tverrfaglig sammenfatning åpner også døren for å kunne sammenligne ulike forskningstyper i empatiforskningen. Teksten inkluderer «den fenomenologiske empatien», slik den fremstår i estetiske og hermeneutiske tradisjoner innen humaniora og i de kvalitative tilnærmingene i psykologifaget, og «den positivistiske empatien» i naturvitenskapelig forskning, nærmere bestemt kvantitativt orientert psykologi og sosial nevrovitenskap. Sistnevnte tradisjon betoner nevralt mekanismer (se Iacoboni, 2009) og statistisk kausalitet som utgangspunkt for å kunne kalle et fenomen empati. I motsetning til den fenomenologiske tilnærmingen vil positivistiske tilnærminger til empati utelukke ren introspeksjon, men fortsatt akseptere visse former for selvrapportering basert på subjektive bedømmelser (jf. psykometriske mål i validerte spørreundersøkelser). Med andre ord ønsker vi her å presentere en oversikt over empati på tvers av fagområder, uten at vi vurderer hva som er korrekt bruksområde, eller tar stilling til tradisjonsbasert eierskap til begrepet. Før vi presenterer sammenfatningen, vil vi gå gjennom noen synspunkter på empati fra både historie, filosofi, estetikk og naturvitenskapelig forskning.

Bakgrunn og historikk

De etymologiske røttene til begrepet empati kommer fra det greske ordet *εμπάθεια*, eller *empathia* med romerske bokstaver. Opprinnelig brukes *empathia* til å omtale pasjon, fysisk tiltrekning/affekt og relaterte begrep (Liddell & Scott, 1940). Innholdet i empati er også eldre enn ordets innførsel i psykologifaget på starten av 1900-tallet. For eksempel finner vi i Adam Smiths *The Theory of Moral Sentiments* omtale av *fellow-feeling*, som innebærer å forestille seg hvordan andre har det når de lider, og generelt sette seg inn i andres situasjon. Nærmest som i en operafremstilling beskriver Smith at *fellow-feeling*-fenomenet gjelder både for positive og negative følelser: «Our joy for the deliverance of those heroes of tragedy or romance who interest us, is as sincere as our grief for their distress, and our fellow-feeling with their misery is not more real than that with their happiness» (Smith, 1790).

Engelskmannen Edward Titchener har æren for å ha lansert begrepet empati for psykologien på starten av 1900-tallet (Titchener, 1909). Gitt den moderne tvetydigheten til empatibegrepet bør det fremheves at Titchener selv beskriver hele tre varianter av empati: introspektiv, mellommenneskelig og motorisk. Empati avledes fra ordet «Einfühlungsvermögen», forkortet til det tyske substantivet «Einfühlung» og direkte oversatt til *innføling* på norsk. Begrepet «Einfühlung» ble imidlertid brukt i estetikken tidligere enn hos Titchener i 1909. Blant andre poengterte filosofen Robert Vischer på slutten av 1800-tallet betydningen av empati for estetiske opplevelser (Freedberg & Gallese, 2007). Han brukte «Einfühlung» (innføling) som betegnelse på en slags estetisk innlevelse (utover *sympati* og «empathic concern», se Keen, 2006) eller kunstnerisk simuleringsaktivitet (Koss, 2006). Termen «innføling» ble lansert i Vischers doktorgrad med tittelen *On the Optical Sense of Form: A Contribution to Aesthetics* fra 1873 (Koss, 2006, s. 139). Gitt at termen «innføling» er hentet og oversatt fra Vischer og på 1800-tallet fremmet av den tyske psykologen og filosofen Theodor Lipps, ble *empathien* i sin opprinnelse tolket som et estetisk fenomen (Zahavi, 2010). Men selv om empatibegrepet hadde en estetisk orientering, var den ikke eksplisitt knyttet til persepsjon av kunstobjekter (Currie, 2011). Faktisk beskrev Lipps empati som «handlingen å projisere seg selv inn i persepsjonsobjektet» (The Editors of Encyclopaedia Britannica, 2019, egen oversettelse), derav *innføling*:

«According to Lipps's concept of empathy, a person appreciates another person's reaction by a projection of the self into the other. In his *Ästhetik*, 2 vol. (1903–06; «Aesthetics»), he made all appreciation of art dependent upon a similar self-projection into the object» (Britannica, 2023).

Titchener og Lipps hadde et felles holdepunkt i laboratoriet til Wundt. Der hadde Lipps, som tilhørte den fenomenologiske tradisjonen, tidligere også deltatt i over fire år. Som representant for strukturalismen sto forskere som Titchener og Wundt i opposisjon til den amerikansk-dominerte behavioristiske skolen i psykologien (Teigen, 2015). I den strukturalistiske retningen står nemlig bevissthetslivet og introspeksjonen (fenomenologien) sentralt. Men enda tidligere – inspirert av kantiansk tenkning – formulerer Husserl sin transcendentale fenomenologi som «verden slik den fremstår for oss mennesker» (Willig, 2013). *Empatiens* meningsinnhold vil i denne forståelsen (som hos Lipps) være knyttet til selvet og selvprojeksjonen – eller til speiling av det personlige bevissthetsliv i et erfart materielt objekt. Fra Wundt-studentenes og eksperimentalsykologen Lipps' *Einfühlung* i form av aktør- eller affektinnlevelse i sanseobjektet (estetikk) blir empati i dag heller forstått som et *sosialt* konsept, særlig i populærvitenskapen og blant lekfolk.

Oppsummert kan vi si at gitt begrepets opphav i estetikken er det ikke oppsiktsvekkende at *empathien* har slått an i vitenskapstradisjoner nært tilknyttet filosofi og kunst. I sitt konseptuelle opphav dreier altså empati seg om sanseerfaring knyttet til introspeksjon. Empati var grunnleggende sett et sansefysiologisk eller persepsjonspsykologisk

konsept som åpner for individuelle erfaringer. Titcheners empatiforståelse er derfor å regne som fenomenologisk fordi den vektlegger bevissthetsmotiver, intensjonalitet og individuelle erfaringer i sanseprosessen (herunder introspeksjon). At empatiforståelsen er fenomenologisk, vises også i det at Titchener inkluderer estetisk erfaring som musikkopplevelser i definisjonen av empati. Titcheners fenomenologiske empati står i kontrast til moderne psykologi og relaterte naturvitenskapelige tilnærminger. For mens en positivistisk tolkning av empati er statistisk, nevrobiologisk og evolusjonært forankret, vektlegger en fenomenologisk forståelse (felles) subjektivitet, mellommenneskelig innlevelse og intensjonalitet. Samtidig må det understrekes at psykologifaget med sine tverrfaglige orienteringer og mangfoldige tematiske forgreininger, ikke systematisk kan plasseres i enten en fenomenologisk eller positivistisk bås.

Fenomenologiske tilnærminger til empati

Estetisk empati

Studier av empati har lange tradisjoner innenfor estetikken (Coplan & Goldie, 2011; Currie, 2011; Lopes, 2011; Pinotti & Salgado, 2019; Smith, 2011). Denne hovedgruppen empatiperspektiver aksepterer empati som en ren betraktning. Her må ikke empati begrunnes somatisk (gjennom nevrologiske korrelater) eller statistisk (basert på innsamlet selvrapportert data). Slik sett representerer estetisk empati, med sin fenomenologiske tilnærming, en slags antitese til nevrovitenskapelige metoder og er fenomenologisk i sin natur. Fenomenologi viser til læren om en livsverden og søker en forståelse av subjektets ståsted og perspektiv. Kjente foregangspersoner innen denne tradisjonen er filosofene Wilhelm Dilthey, Martin Heidegger, Edmund Husserl og Maurice Merleau-Ponty. At erkjennelsen har sin rot i erfaringen, kan knyttes til filosofen Hegel, som inspirerte en rekke moderne fenomenologer. I en fenomenologisk forståelse kan empati oppfattes som noe ektefølt og iboende i enkeltmennesket. Tradisjonen åpner også eksplisitt opp for estetiske anvendelser av empati. Det kan være innlevelse i komponistens livssituasjon gjennom et musikkverk, eller billedkunstnerens skjebne og motiver gjennom å erfare et maleri. Empatien kan altså aktiveres gjennom innlevelse i et auditivt sanseobjekt som musikk (Davies, 2011) eller audiovisuelle stimuli som film (Lopes, 2011). Keen (2006) foreslår også litteratur og prosa som kilde til empati. Det åndelige aspektet ved empatien blir også fremhevet i den estetiske empatitradisjonen. I vitenskapsteoretiske termer kan vi si at denne introspektive fenomenologien representerer en antipositivistisk holdning til empatifenomenet.

Innenfor en fenomenologisk tilnærming til empati har subjektiv erfaring forrang, og det er ingen krav om nevrobiologisk og kausal dokumentasjon. Varianter av estetisk empati passer inn i en form for fortolkende fenomenologi (Willig, 2013) preget av intersubjektiv innlevelse (Zahavi, 2012), det vil si en kvalitativ tilnæringsmåte der en leser intensjoner og motiver med utgangspunkt i et førstepersonsperspektiv. Empati vil her knyttes til forestillingsevne, det vil si en innsats eller et anlegg for å visualisere andre menneskers situasjon og opplevelser, herunder gleder og smerter. Dermed kan empatien også paradoksalt nok handle om «indirekte fenomenologi», nemlig om å selv tenke hvordan det ville vært å erfare andres lidelse.

Empati innen helsefag og psykoterapi

Den fenomenologiske tilnærmingen kan slik sies å bygge oppunder den «estetiske empatien», men vi finner også tegn til fenomenologien i en mer dynamisk, klientorientert og til og med eksistensialistisk-humanistisk empatianvendelse. Rogers (1975) refererer innledningsvis i et essay til adjektivet «empatisk» som en særegen eller unik måte å være sammen med en annen person på. Her er empatien en prosess snarere enn en tilstand. I klinisk-terapeutisk sammenheng har Elliot et al. (2011) basert på metastudier identifisert empati som en moderat sterk prediktor for suksess i psykoterapeutisk behandling. Det viser seg at klientens opplevelse av om terapeuten er empatisk, predikerer terapiutfallet bedre enn terapeutens faglige forståelse av empati. I psykoterapi er empatibegrepet viktig tross manglende konsensus om begrepets innhold (Elliot et al., 2011). Utover det psykoterapeutiske feltet finnes det en rekke anvendelser av begrepet empati. Det gjelder i helsesektoren generelt (Moudatsou et al., 2020) og både historisk og nåværende innen psykoanalytisk tenkning og humanistisk og eksistensiell psykologi (Kaluzeviciute, 2020; Vanhooren, 2022).

Empati til objekter

Kunsten er en inngang til å forstå empatiens psykologi og individets fenomenologiske opplevelse av et objekt, hvor objektet kan stimulere empati. Et interessant spørsmål er om det gir mening å oppleve empati overfor objekter i seg selv (jf. Currie, 2011). I tråd med Adam Smiths tanker om «de imiterende kunstformer» har kunsten evne til å strekke våre erkjennelseshorisonter (Wight, 2006). Maleriet og kunstverket, for eksempel i form av religiøs ikonografi, har sammen med musikk en enestående kapasitet til å stimulere og aktivere empati – og til å frembringe dyp emosjonell involvering (Clarke et al., 2015; Egermann & McAdams, 2013; Smith, 2011; Vuoskoski et al., 2012; Wight, 2006). Musikken gir kommunikasjonsmuligheter mellom lyttere og et holdpunkt for felles oppmerksomhet som kan skape opplevelser av intimitet («emphatic affordances», se Krueger, 2014), og som muliggjør «social bonding» (Clarke et al.,

2015, s. 61). Musikken er ikke bærer av empati per se, men kan tjene den funksjonen å aktivere empati i lytterne. Graden av opplevd empati kan tenkes å være knyttet til kunnskap om musikkens innhold. Samtidig er det ikke nødvendigvis en sammenheng mellom intendert budskapsinnhold i musikkformidlingen og opplevelsen av selve musikken. Tilsvarende resonnement gjør seg gjeldende på flere kunstområder – for ikke å snakke om på dataspill eller idrettsfeltet (Pinotti & Salgado, 2019; Sevdalis & Raab, 2014). Fenomenologisk empati er også relevant i analyser av krysskulturelle forskjeller og toleranse (herunder etnokulturell empati, se Rasoal et al., 2011) og i analyser av hvordan vi bruker musikk (Clayton, 2016; Elliott, 1990). Vel å merke inkluderer faglitteraturen på musikkfeltet også en psykometrisk og nevrovitenskapelig tilnærming til empati (se for eksempel Greenberg et al., 2015, som forsker på implikasjoner av musikk hos individer med autismspekterlidelse).

Estetikk og etikk

Interessen for empati på kunst- og kulturfeltet kan forstås i lys av en filosofi om at involvering i estetiske aktiviteter er etterstrebbesverdig og kultiverende. Med andre ord kan empati tenkes å fremme etisk praksis. Dette synet er representert hos filosofen Martha Nussbaum (Pinotti & Salgado, 2019). Slike former for perspektiver på empati er ikke nødvendigvis fenomenologiske og kan kritiseres for å mangle empirisk holdbarhet og metodologisk stringens. Tilsvarende en slik «etisk» forståelse av empati kan vi identifisere i det som kalles den historiefortellende (narrative) empatien (se f.eks. Keen, 2006).

Tre fenomenologiske empatier

Overordnet foreslår vi en inndeling av fenomenologisk empati i tre kategorier, nemlig en som innbefatter filosofi og lingvistikk, en estetisk (musikalsk, kunstnerisk, osv.) og en kulturbasert variant (se tabell 1 og figur 3). Siden det er flytende overganger mellom kategoriene, kan en argumentere for at det er studiefeltene snarere enn metoden som skiller ulike filosofiske og estetiske teorier om empati. Vi har ikke gått mye inn i det her, men det er interessant å studere lingvistiske aspekter ved empati fordi det viser hvordan begrepet forstås krysskulturelt. En engelskspråklig kontekst vil naturligvis ikke inkludere alle mulige nyanser av empatiforståelser globalt. Studier av etnokulturell empati er viktig i etnisk heterogene samfunn, både konseptuelt og relasjonelt, men også i terapeutisk kontekst for å fremme kommunikasjon og oppnå større grad av krysskulturell overensstemmelse i terapien eller i forskningen (Rasoal et al., 2011).

Oppsummert finner man de fenomenologiske tilnærmingene til empati i alle tradisjonene som er beskrevet over, særlig i estetikken, men også innen felt som psykoterapi, filosofi og lingvistikk. I estetikken er det ikke nødvendigvis sånn at den fenomenologiske tilnærmingen favoriseres på bekostning av et statistisk-empirisk paradigme.

Positivistisk empati

I positivistiske forståelser av empati er subjektiv erfaring og iakttagelser helt sekundært. Positivismen har sitt opphav i den franske filosofen og matematikeren Auguste Comtes 1800-tallsteorier. Positivismen er og var en sentral filosofisk retning som bygger på naturvitenskapelige idealer, og som vektlegger det objektivt og sanselig observerbare. Empatien representerer her noe som objektivt kan måles og dokumenteres. En positivistisk forståelse av empati inkluderer evolusjonære forklaringsmodeller og teoritradisjoner. Her blir empati forstått som en funksjonell egenskap som gjør det enklere å navigere i og lese sosiale situasjoner. Empatien knyttes mer til ren overlevelse enn til estetisk nytelse. I nevrovitenskapen er empati en målbar egenskap. Alle psykometriske tilnærminger til empati faller inn under den positivistiske kategorien. Det er også flere andre tilnærminger som kan forstås som naturvitenskapelige og positivistiske: sosialpsykologi, sosial nevrovitenskap, komparativ psykologi og læringspsykologi. Man kan diskutere om alle disse retningene bør skilles fra hverandre. Det er store individuelle forskjeller blant forskere og andre som jobber innen hvert felt, i hvordan de vurderer og beskriver empati. Vi velger å trekke skiller for å illustrere og fremheve variasjonen innenfor de positivistiske fagtradisjonene. Alle disse retningene har ulike operasjonaliseringer av empatibegrepet og måler empati på ulike måter, det være seg som biologiske korrelater, som skår på en psykometrisk test eller gjennom observasjoner av prososial atferd og emosjonell smitte hos dyr og mennesker.

Empatiens mulige biologiske korrelater

Et eksempel på biologiske nevrone korrelater, i alle fall teoretisk, er *speilnevroner*. Speilnevroner er en type nevrone i hjernen man antar har betydning for bevegelsesmimikk og imitasjon av følelsesmønstre (Cacioppo et al., 2010; Gazzaniga et al., 2008; Heyes, 2010; Molnar-Szakacs & Overy, 2006). Speilnevronsystemet har blitt koblet til empati, imitasjon og forståelse av andres handlinger (Heyes, 2010; Molnar-Szakacs & Overy, 2006). Empatien er her «objektivt» definert som nevrone aktivitet under imitasjonsatferd i sosiale interaksjoner. Angående speilnevronene er det enda et uavklart premiss som det er verdt å nevne, nemlig om speilnevroner formes av eller er det som former imitasjon og empati. En annen variant av biologiske korrelater er studier basert på funksjonell hjerneavbildning (fMRI), hvor man

har kartlagt områder av hjernen som er selektivt aktive når man blir vist emosjonelle stimuli (f.eks. avbildning av smerte hos andre; Lamm et al., 2011).

Psykometri og målbar empati

Innen en positivistisk eller naturvitenskapelig empati finner vi også operasjonaliseringen av empati som psykometrisk målbare konstrukter. Begrepsinndelingen i en kognitiv og affektiv empativariant inngår i denne tradisjonen, som er basert på teorien bak verktøyet «The Empathy Quotient» (Baron-Cohen & Wheelwright, 2004). Et annet eksempel er den tidligere nevnte psykometriske studien av Hall et al. (2021), der de målte vanlige menneskers forståelse av empati og fant at empati består av fire spesifikke konsepter.

Komparative og sosialpsykologiske studier

Vi finner også eksempler på studier av empati koblet til prosial atferd hos dyr (her omtalt som komparativ psykologi). Prososial atferd vil i dette tilfellet være et uttrykk for empati hos arter som ikke har de kognitive ferdighetene som er nødvendig for selvrappotering (Preston & de Waal, 2002). Prososial atferd er da definert som handlinger med formål å tjene andre (Jensen, 2016). Denne atferdstypen er observert i flere forskjellige arter, som maur (Nowbahari et al., 2009), rotter (Bartal et al., 2011) og hunder (Sanford et al., 2018). I de komparative studiene av dyr er dyrenes motivasjon for å hjelpe ukjent, noe som gjør at det er uavklart om det er empati som danner grunnlaget for atferden (Blystad, 2021; Vasconcelos et al., 2012). Allikevel er tilnærmingen å regne som naturvitenskapelig og positivistisk; man anser empati som noe målbart og som kan kvantifiseres i noe grad. Forskere har også funnet en kobling mellom indre empati og ytre observerbar prososial atferd (Eisenberg & Miller, 1987; Williams et al., 2014). Deler av sosialpsykologien, som også er basert på en målbar og positivistisk tilnærming, tar for seg automatisk overføring av emosjonsuttrykk (emosjonell smitte; Hatfield et al., 1993), altså at man ubevisst preges, med eller uten ansiktsuttrykk, av å se følelser hos andre. En slik smitte av emosjonsuttrykk har man senere funnet lignende varianter av komparative studier hos mus og rotter, hvor gnagere viser mer fryktrespons dersom de får se at andre i samme art blir redde (se f.eks Gonzalez-Liencre et al., 2014; Han et al., 2020).

Atferdsvitenskapelig empati

En annen positivistisk tilnærming har sitt utspring i atferdsvitenskap eller læringspsykologi. Her er empati en respons på omgivelsene, en atferd som kan trenes lik andre former for atferd (Argott et al., 2017; Schrandt et al., 2009), og der utviklingen kan beskrives med grunnleggende lærings- og atferdsprinsipper (Blystad & Hansen, 2022).

Atferdsvitenskapelige metoder og prinsipper utgjør også en naturvitenskapelig tilnærming gjennom antagelsen om at empati er en målbar atferd eller respons.

Mangfold av bruksområder

Under følger en tabell som oppsummerer et illustrerende utvalg med publikasjoner fra flere av feltene ovenfor (tabell 1). Her vises mangfoldet av bruksområder som begrepet empati har hatt på tvers av vitenskapsfilosofiske ståsteder.

Tabell 1

Empati-definisjoner

FORSKNINGSFELT	UTVALGTE PUBLIKASJONER	FELLESTREKK / SAMMENFATTET DEFINISJON	EKSEMPEL PÅ NØKKELTERMINOLOGI	POSITIVISTISK/FENOMENOLOGISK
Sosialpsykologi*	Bloom (2016), Hatfield et al. (1993), Matusall (2013), Zaki (2014)	Den forestilte opplevelsen av et annet individs situasjon.	Sosial smitte / sosial kognisjon	Positivistisk og fenomenologisk

FORSKNINGSFELT	UTVALGTE PUBLIKASJONER	FELLESTREKK / SAMMENFATTET DEFINISJON	EKSEMPEL PÅ NØKKELTERMINOLOGI	POSITIVISTISK/FENOMENOLOGISK
Sosial nevrovitenskap	Baron-Cohen (2012), Freedberg & Gallese (2007), Greenberg et al. (2015), Iacoboni (2009, 2011), Zaki & Ochsner (2012)	Et nevrofysiologisk system (speilnevroner) som aktiveres gjennom sosial interaksjon og observasjon. Nevrale stimulus-respons-kjeder.	Speilnevroner/nevrofysiologi	Positivistisk
Komparativ psykologi	Bartal et al. (2011), Preston & de Waal (2002), Sanford et al. (2018)	Motivasjonen bak observert hjelpeatferd. Empati som en disposisjon som kan aktiveres.	Prososial atferd	Positivistisk
Læringspsykologi/atferdsvitenskap	Argott et al. (2017), Schrandt et al. (2009)	Empati som en respons på sosiale og emosjonelle stimuli.	Empatiske atferdsrespons	Positivistisk
Filosofi, lingvistikk	Keen (2006), Smith (1759), Zahavi (2010)	Empati som en egenskap i individers forestillings- og livsverden eller som fortelling og språklig fremstillingspraksis.	Lidenskap, gjensidighet, performativitet, språkhandlinger, diskurs, narrativ	Fenomenologisk
Estetikk/kunst/musikk*	Davis (2011), Lipps (1903-1916), Clarke et al. (2015), Lopes (2011), Molnar-Szakacs & Overy (2006), Egermann & McAdams (2013)	Refleksjon av selvet i et sanset (estetisk) objekt. Musikk og andre kunstobjekter kan utgjøre en kilde til intense opplevelser - i form av intersubjektiv eller interestetisk resonans.	Estetisk persepsjon, emosjonell smitte, imitasjon, simulering	Fenomenologisk

FORSKNINGSFELT	UTVALGTE PUBLIKASJONER	FELLESTREKK / SAMMENFATTET DEFINISJON	EKSEMPEL PÅ NØKKELTERMINOLOGI	POSITIVISTISK/FENOMENOLOGISK
Kultur	Allesch (2016), Clarke et al. (2015), Clayton (2015), McGuinness & Overly (2011), Wang (2003)	Empati som kilde til etnokulturell «brobygging», interaksjon og kontakt.	Gjensidig forståelse/toleranse	Fenomenologisk

Merknad. *Tar i bruk positivistiske metoder, men feltet har ofte en fenomenologisk tilnærming.

Nomologisk nettverk

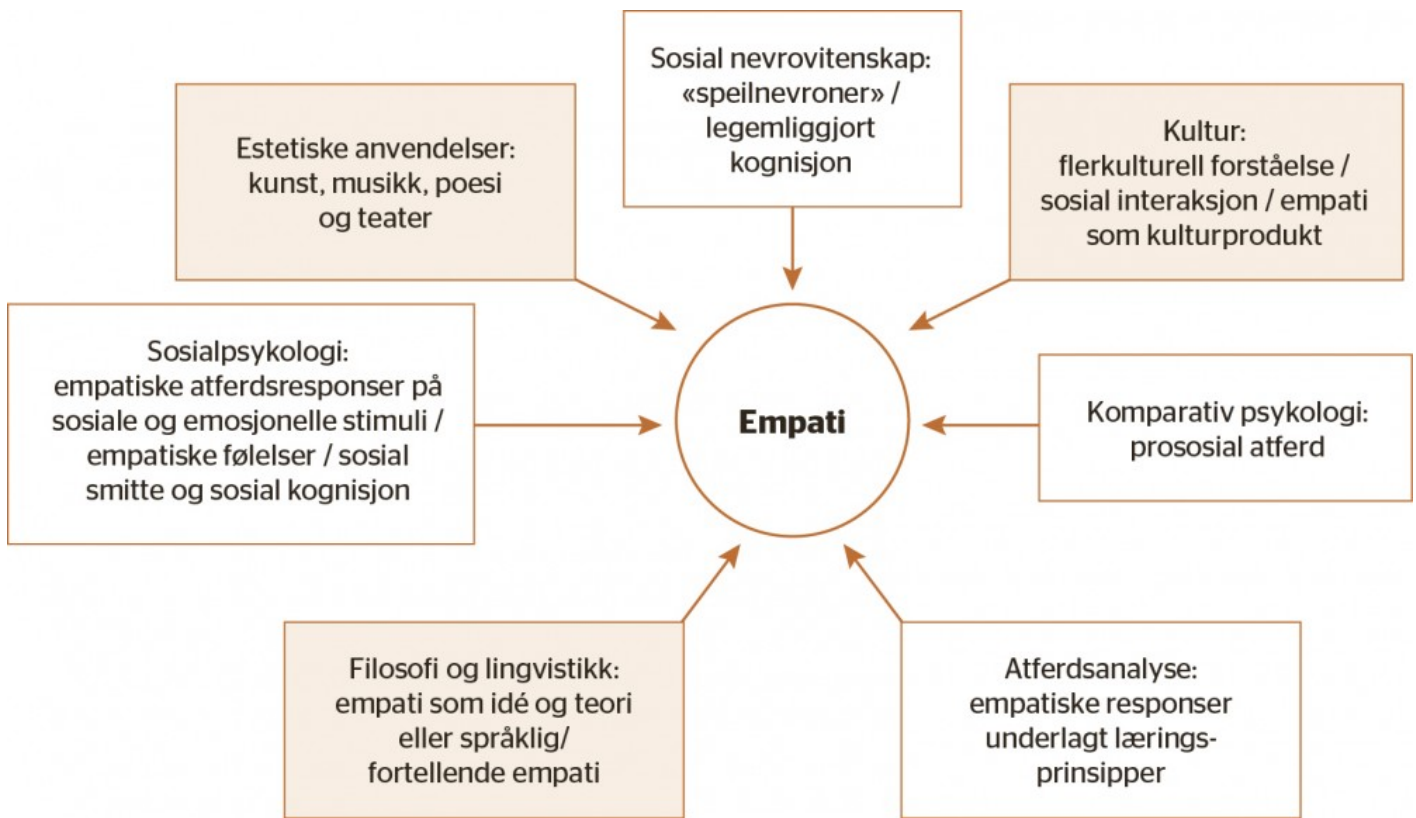
Kan empati bli tydelig definert, og er det i det hele tatt hensiktsmessig å nå en tverrfaglig konsensus på dette feltet? Vårt forsøk på å sammenfatte på tvers av teori- og forskningstradisjoner fremmer en åpen teoretisk syntese. Syntesen representerer en integrasjon som viser frem ulike observerte erkjennelsestypen over-for fenomenet empati. Det er problematisk å kalle en bestemt fagtradisjon for bærer av den «faktiske» eller «autentiske» empatien. En mer pragmatisk og hensiktsmessig tilnærming er å beskrive mangfoldigheten av bruksområder.

Empati fremstår slik som et produkt av flere tilnærminger, med respektive eksistensgrunnlag. En mulig fremgangsmåte for å integrere de fenomenologiske og naturvitenskapelige tilnærmingene er å skape et *nomologisk nettverk* (Saad, 2017, 2020). Nettverket gir en oversikt over empatimarkørene i den erfarte virkeligheten. Samtidig bidrar en slik tilnærming til teoretisk begrepsvalidering (Cronbach & Meehl, 1955) som kan danne grunnlag for en «global» database av tilnærminger til fenomenet empati (se Saad, 2020). En fremstilling av disse tilnærmingene i et *nomologisk nettverk* har til hensikt å illustrere den brede forståelsen av begrepet empati. I tillegg kan en slik fremstilling bidra til å redusere metodologisk nærsynthet (Saad, 2020). Visualiseringen søker ikke å vektlegge noen forskningstradisjoner mer enn andre, men etterstreber en mest mulig nøytral illustrasjon av hvordan empati faktisk forstås.

Figur 3 viser nivåer eller lag av evidens for fenomenet empati på tvers av sjangre. Dette representerer altså et bevismateriale og et tverrfaglig vitnesbyrd for at empatifenomen forekommer.

Figur 3

Nomologisk empati-nettverk



Merknad. Illustrasjon av et foreslått nomologisk nettverk for empati med utgangspunkt i flere faglige perspektiver og bruksområder. Farget bakgrunn indikerer fenomenologisk tilhørighet, hvit bakgrunn representerer naturvitenskapelig tilknytning. Oppstillingen er ikke ment å rendyrke skiller mellom felt, men vise bredden i positivistiske og fenomenologiske tilnærminger.

Diskusjon

Basert på det vi har lagt frem her, hevder vi at empatistudier hører hjemme i både de fenomenologiske åndsvitenskapene og i de positivistiske naturvitenskapene. Empati kan forstås både kvalitativt gjennom kartlegginger av individuelle forståelser og idiosynkratiske erfaringer, og ved hjelp av svært standardiserte og kvantitative psykometrisk tester. Samtidig har ikke begrepet fått et kanonisert begrepsinnhold basert på tverrfaglig konsensus. Relativt fersk forskning illustrerer dette godt: Hverken hos folk flest (Hall et al., 2021) eller i forskning (Hall & Schwartz, 2019) er det enighet om hva som ligger i begrepet empati. Termens tverrfaglige appell må ses i lys av den filosofiske og historiske interessen for begrepet. Som vitenskapen selv er også empati tvetydiggjort i dagens ordskifte.

Videre hevder vi at den strenge bås-settingen og noen ganger fikseringen på empati som en «essens», enten den er kognitiv eller affektiv, kan være både kunstig og kontraproduktiv. Som alternativ viser vi til en inndeling i to overordnede paradigmer hvor spørsmålet dreier seg om empatiens innhold og sjangerspesifikke bruk i ulike fagfelt. Vi får her to hovedkategorier av erkjennelsesteoretiske tilnærminger til fenomenet: empati som empirisk markør i den positivistiske grenen versus språkfenomen som indikator på empati i den fenomenologiske orienteringen. Den positivistiske er naturvitenskapelig orientert, og den fenomenologiske kommer fra klassiske humanistiske fag. Med andre ord illustrerer vi et skille mellom en «myk» og kvalitativ versjon av begrepet empati og en «hardere» naturvitenskapelig empirisk målbar definisjon. Vi har ikke spesifikt sett på empati i klinisk praksis (for eksempel hos Heinz Kohut og Carl Rogers). Den kliniske empatien, altså empati i forholdet mellom terapeut og klient, kan dels sammenfalle med den sosialpsykologiske forståelsen og bindes til perspektiver innenfor humanistisk psykologi (jf. Allport, personlighetspsykologiens far).

En svakhet ved en fenomenologisk oppfatning av empati er relativismen som den kan innebære. Det betyr at begrepet brukes i altfor stor utstrekning om fenomener som ligner på empati eller kan tenkes å ha noe med det å gjøre. På en annen side vil en positivistisk forståelse risikere å grense til essensialisme og reduksjonisme: At empati er noe materielt vi ikke kan dokumentere uten nevrofysiologiske korrelater. I et essensialistisk perspektiv blir empatibegrepet nærmest uinteressant hvis en ikke tar høyde for en fysisk og empirisk sporbar forankring. Med andre ord: Mens en betydelig innvending mot en fenomenologisk forståelse av empati er risikoen for en overdrevet romslig beskrivelse preget av «anything goes», kan en positivistisk tilnærming kritiseres for å forsøke å måle noe man egentlig ikke vet hva er (for ytterligere diskusjon, se Pinotti & Salgado, 2019).

Empatiens mange ansikter

Empatiens varierte meningsinnhold gjør begrepsbruken noe upresis og problematisk gitt at man tar utgangspunkt i fagspesifikke definisjoner. Denne tøyeligheten kan bøtes på ved å analysere hvordan empatibegrepet brukes på tvers av ulike fagfelt. Empatien kan beskrives som et fenomen med mange ansikter. Hensikten med det nomologiske nettverket i artikkelen blir å dokumentere forekomsten av empati kvalitativt. Henvisninger til empati er meningsbærende og interessante i populærkultur og offentlig ordskifte, i tillegg til å ha en rekke anvendelser og konseptuell relevans i forskningssammenheng. Derfor er det kanskje kontraproduktivt å monopolisere og konsentrere definisjonsmakten på empati i favør av en bestemt tradisjon – til fordel for en fenomenologisk eller en positivistisk erkjennelsesteori. Rent overordnet er det en rekke nyanser mellom disse to prototypene (positivisme og fenomenologi), og det er naturligvis ikke en streng dikotomi. Et positivistisk erkjennelsesgrunnlag kan anvendes på estetiske felt, og filosofiske tilnærminger kan være aktuelle i kritikk av nevrovitenskapelige funn.

Konklusjon

Første steg for en rimelig kategorisering av empatibegrepet er å anerkjenne plastisiteten i meningsinnholdet. Observasjoner og beskrivelser av empati foreligger i en rekke fagtradisjoner og gjennom empiriske tilnærminger. Vi har vist at empatibegrepet kan ha svært variert meningsinnhold og ulike bruksområder, hvor særlig to paradigmer er fremtredende. Mens en positivistisk tolkning av empati bygger på et statistisk, nevrobiologisk og evolusjonært perspektiv, vektlegger en fenomenologisk forståelse subjektivitet og intensjonalitet. Avslutningsvis kan vi vise til den hverdagslige allmenne empatien. All dagligdags forståelse av empatibegrepet kan hevdes å inngå i en fenomenologisk forståelse av fenomenet ved å være basert på subjektets introspektive erfaring og definisjon av empati. Disse hverdagslige «diskursene» kan også studeres vitenskapelig – både rent filosofisk og ved hjelp av statistiske metoder.

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 61, nummer 1, 2024, side 32-43

TEKST

Magnus H. Blystad

KONTAKT: magnus.blystad@oslonh.no

Simen Christensen Grøgaard

+ Vis referanser

- Argott, P. J., Townsend, D. B. & Poulson, C. L. (2017). Acquisition and Generalization of Complex Empathetic Responses Among Children with Autism. *Behavior Analysis Practice*, 10, 107-117. <https://doi.org/10.1007/s40617-016-0171-7>
- Baron-Cohen, S. (2012). *The Science of Evil: On Empathy and the Origins of Cruelty*. Basic Books.
- Baron-Cohen, S. & Wheelwright, S. (2004). The empathy quotient: an investigation of adults with Asperger syndrome or high functioning autism, and normal sex differences. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 34(2), 163-175. <https://doi.org/10.1023/B:JADD.0000022607.19833.00>
- Bartal, I. B.-A., Decety, J. & Mason, P. (2011). Empathy and pro-social behavior in rats. *Science*, 334, 1427-1431. <https://doi.org/10.1126/science.1210789>
- Bloom, P. (2016). *Against Empathy: The Case for Rational Compassion*. Ecco Books.
- Blystad, M. H. (2021). An opinion on the interpretation of social release in rats. *Biology Letters*, 17(11), 20210355. <https://doi.org/10.1098/rsbl.2021.0355>
- Blystad, M. H. & Hansen, S. (2022). Empathy or not empathy, that's the question – A pragmatic behavior analytical approach. *Behavior Analysis: Research and Practice, Advance on*, 22(2), 224-237. <https://doi.org/10.1037/bar0000242>
- Blystad, M. H. (2022). Er empati noe vi har eller noe vi gjør? i *Forskning.no*. <https://www.forskersonen.no/meninger-populaervitenskappsykologi/er-empati-noe-vi-har-eller-noe-vi-gjor/2062504>
- Cacioppo, J. T., Berntson, G. G. & Decety, J. (2010). Social Neuroscience and its Relationship to Social Psychology. *Social Cognition*, 28(6), 675-685. <https://doi.org/10.1521/soco.2010.28.6.675>
- Clarke, E., DeNora, T. & Vuoskoski, J. (2015). Music, empathy and cultural understanding. *Physics of Life Reviews*, 15, 61-88. <https://doi.org/10.1016/j.plrev.2015.09.001>
- Clayton, M. (2016). The Social and Personal Functions of Music in Cross-Cultural Perspective. I S. Hallam, I. Cross & M. Thaut (Red.), *The Oxford handbook of music psychology* (s. 47-59). Oxford University Press.
- Coplan, A. & Goldie, P. (2011). *Empathy: Philosophical and Psychological Perspectives*. Oxford University Press UK.
- Cronbach, L. J. & Meehl, P. E. (1955). Construct validity in psychological tests. *Psychological Bulletin*, 52, 281-302. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/h0040957>
- Cuf, B. M. P., Brown, S. J., Taylor, L. & Howat, D. J. (2016). *Empathy: A Review of the Concept*. *Emotion Review*, 8(2), 144-153. <https://doi.org/10.1177/1754073914558466>
- Currie, G. (2011). Empathy for Objects1. I A. Coplan & P. Goldie (Red.), *Empathy: Philosophical and Psychological Perspectives*. Oxford University Press.

- Davies, S. (2011). *Infectious music: Music-listener emotional contagion*. I A. Coplan & P. Goldie (Red.), *Empathy: Philosophical and Psychological Perspectives*. Oxford University Press.
- Egermann, H. & McAdams, S. (2013). Empathy and Emotional Contagion as a Link Between Recognized and Felt Emotions in Music Listening. *Music Perception*, 31(2), 139-156. <https://doi.org/10.1525/mp.2013.31.2.139>
- Eisenberg, N. & Miller, P. A. (1987). The relation of empathy to prosocial and related behaviors. *Psychological Bulletin*, 101(1), 91-119. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.101.1.91>
- Elliott, D. J. (1990). Music as Culture: Toward a Multicultural Concept of Arts Education. *Journal of Aesthetic Education*, 24(1). <https://www.jstor.org/stable/3332862>
- Elliott, R., Bohart, A. C., Watson, J. C., & Murphy, D. (2018). Therapist Empathy and Client Outcome: An Updated Meta-Analysis. *Psychotherapy*, 55(4), 399-410. <https://doi.org/10.1037/pst0000175>
- Forskning.no. (2022, August 22). Hvordan skal psykologer lære bort empati til pasienter som ser ut til å mangle det? Da må vi forstå empati ut fra hva den får oss til å gjøre, ifølge Magnus H. Blystad. Facebook. <https://www.facebook.com/forskning.no/posts/pfbid023rAqak9uqFVw3y5tSPsVcitjJanYrYMxopUZM9ttLjkWZL3NzZ3uM1Gg4AQ2wzrJI>
- Freedberg, D. & Gallese, V. (2007). Motion, emotion and empathy in esthetic experience. *Trends in Cognitive Sciences*, 11(5), 197-203. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2007.02.003>
- Gazzaniga, M., Ivry, R. B. & Mangun, G. R. (2008). *Cognitive neuroscience: The biology of the mind* (3. utg.). W. W. Norton & Company.
- Gonzalez-Liencre, C., Juckel, G., Tas, C., Friebe, A. & Brüne, M. (2014). Emotional contagion in mice: The role of familiarity. *Behavioural Brain Research*, 263, 16-21. <https://doi.org/10.1016/j.bbr.2014.01.020>
- Greenberg, D. M., Rentfrow, P. J. & Baron-Cohen, S. (2015). Can Music Increase Empathy? Interpreting Musical Experience Through the Empathizing-Systemizing (E-S) Theory: Implications for Autism. *Empirical Musicology Review*, 10(1-2), 80. <https://doi.org/10.18061/emr.v10i1-2.4603>
- Hall, J. A. & Schwartz, R. (2019). Empathy present and future. *Journal of Social Psychology*, 159(3), 225-243. <https://doi.org/10.1080/00224545.2018.1477442>
- Hall, J. A. & Schwartz, R. (2022). Empathy, an important but problematic concept. *Journal of Social Psychology*, 162(1), 1-6. <https://doi.org/10.1080/00224545.2021.2004670>
- Hall, J. A., Schwartz, R. & Duong, F. (2021). How do laypeople define empathy? *Journal of Social Psychology*, 161(1), 5-24. <https://doi.org/10.1080/00224545.2020.1796567>
- Han, Y., Sichterman, B., Maria, C., Gazzola, V. & Keysers, C. (2020). Similar levels of emotional contagion in male and female rats. *Scientific Reports*, 10(1), 1-12. <https://doi.org/10.1038/s41598-020-59680-2>
- Hatfeld, E., Cacioppo, J. T. & Rapson, R. L. (1993). Emotional Contagion. *Current Directions in Psychological Science*, 2(3), 96-100. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10770953>
- Heyes, C. (2010). Where do mirror neurons come from? *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 34(4), 575-583. / <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2009.11.007>
- Honingsbaum, M. (2013, 4. januar). Barack Obama and the 'empathy deficit'. *The Guardian*. www.theguardian.com/science/2013/jan/04/barack-obama-empathy-deficit
- Iacoboni, M. (2009). Imitation, empathy, and mirror neurons. *Annual Review of Psychology*, 60, 653-670. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.60.110707.163604>
- Jensen, K. (2016). Prosociality. *Current Biology*, 26(16), R748-R752. <https://doi.org/10.1016/j.cub.2016.07.025>
- Jonason, P. K. & Krause, L. (2013). The emotional deficits associated with the Dark Triad traits: Cognitive empathy, affective empathy, and alexithymia. *Personality and Individual Differences*, 55, 532-537. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2013.04.027>
- Jonason, P. K. & Kroll, C. H. (2015). A multidimensional view of the relationship between empathy and the dark triad. *Journal of Individual Differences*, 36, 150-156. <https://doi.org/10.1027/1614-0001/a000166>
- Kaluzeviciute, G. (2020). The role of empathy in psychoanalytic psychotherapy: A historical exploration. *Cogent Psychology*, 7(1). <https://doi.org/10.1080/23311908.2020.1748792>
- Keen, S. (2006). A Theory of Narrative Empathy. *Narrative*, 14(3), 248-253. <https://doi.org/10.1353/nar.2006.0015>
- Koss, J. (2006). On the Limits of Empathy. *The Art Bulletin*, 88(1), 139-157. <https://doi.org/10.1080/00043079.2006.10786282>
- Krueger, J. (2014). Afordances and the musically extended mind. *Frontiers in Psychology*, 4. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2013.01003>
- Lamm, C., Decety, J. & Singer, T. (2011). Meta-analytic evidence for common and distinct neural networks associated with directly experienced pain and empathy for pain. *NeuroImage*, 54(3), 2492-2502. <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2010.10.014>
- Liddell, H. G. & Scott, R. (1940). *Empatheia*. I A Greek-English Lexicon (1. utg.). Clarendon Press.
- Lopes, D. M. (2011). An Empathic Eye. I A. Coplan & P. Goldie (Red.), *Empathy. Philosophical and Psychological Perspectives*. Oxford University Press.
- Molnar-Szakacs, I. & Overy, K. (2006). Music and mirror neurons: from motion to 'emotion'. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 1(3), 235-241. <https://doi.org/10.1093/scan/nsi029>
- Moudatsou, M., Stavropoulou, A., Philalithis, A. & Koukoulis, S. (2020). The role of empathy in health and social care professionals. *Healthcare*, 8(1), 26. <https://doi.org/10.3390/healthcare8010026>
- Nowbahari, E., Scohier, A., Durand, J.-L. & Hollis, K. L. (2009). Ants, *Cataglyphis cursor*, Use Precisely Directed Rescue Behavior to Free Entrapped Relatives. *PLoS ONE*, 4(8), e6573. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0006573>
- Pinotti, A. & Salgado, M. (2019). Empathy or Empathies? Uncertainties in the Interdisciplinary Discussion. *Gestalt Theory*, 41(2), 141-158. <https://doi.org/10.2478/gth-2019-0015>
- Preston, S. D. & de Waal, F. B. M. (2002). Empathy: Its ultimate and proximate bases. *Behavioral and Brain Sciences*, 25, 1-20. <https://doi.org/https://doi.org/10.1017/S0140525X02000018>

- Rasoal, C., Eklund, J. & Hansen, E. M. (2011). Toward a conceptualization of ethnocultural empathy. *Journal of Social, Evolutionary, and Cultural Psychology*, 5, 1-13. <https://doi.org/10.1037/h0099278>
- Rogers, C. R. (1975). Empathic: An Unappreciated Way of Being. *The Counseling Psychologist*, 5(2), 2-10. <https://doi.org/10.1177/001100007500500202>
- Saad, G. (2017). On the method of evolutionary psychology and its applicability to consumer research. *Journal of Marketing Research*, 54(3), 464-477. <https://doi.org/10.1509/jmr.14.0645>
- Saad, G. (2020). The Epistemology of Evolutionary Psychology Offers a Rapprochement to Cultural Psychology. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.579578>
- Sanford, E. M., Burt, E. R. & Meyers-Manor, J. E. (2018). Timmy's in the well: Empathy and prosocial helping in dogs. *Learning & Behavior*, 46, 374-386. <https://doi.org/10.3758/s13420-018-0332-3>
- Schrandt, J. A., Townsend, D. B. & Poulson, C. L. (2009). Teaching empathy skills to children with autism. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 42(1), 17-32. <http://dx.doi.org/10.1901/jaba.2009.42-17>
- Sevdalis, V. & Raab, M. (2014). Empathy in sports, exercise, and the performing arts. *Psychology of Sport and Exercise*, 15(2), 173-179. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2013.10.013>
- Smith, A. (1790). *The Theory of Moral Sentiments* (6. utg.). MetaLibri. https://www.ibiblio.org/ml/libri/s/SmithA_MoralSentiments_p.pdf
- Smith, M. (2011). Empathy, Expansionism, and the Extended Mind. I A. Coplan & P. Goldie (Red.), *Empathy: Philosophical and Psychological Perspectives*. Oxford University Press.
- Teigen, K. H. (2015). *En psykologihistorie* (2. utg.). Fagbokforlaget.
- The Editors of Encyclopaedia Britannica. (2019, July 12). Empathy. *Encyclopedia Britannica*. <https://www.britannica.com/science/empathy>
- The Editors of Encyclopaedia Britannica (2023, October 13). Theodor Lipps. *Encyclopedia Britannica*. <https://www.britannica.com/biography/Theodor-Lipps>
- Titchener, E. B. (1909). *Lectures on the experimental psychology of the thought-processes*. MacMillan Co. <https://doi.org/10.1037/10877-000>
- Vanhooren, S. (2022). Existential Empathy: The Challenge of 'Being' in Therapy and Counseling. *Religions*, 13(8), 752. <https://doi.org/10.3390/rel13080752>
- Vasconcelos, M., Hollis, K., Nowbahari, E. & Kacelnik, A. (2012). Pro-sociality without empathy. *Biology Letters*, 8(6), 910-912. <https://doi.org/10.1098/rsbl.2012.0554>
- Vuoskoski, J. K., Thompson, W. F., McIlwain, D. & Eerola, T. (2012). Who enjoys listening to sad music and why? *Music Perception*, 29(3), 311-317. <https://doi.org/10.1525/mp.2012.29.3.311>
- Wight, J. B. (2006). Adam Smith's ethics and the «Noble arts». *Review of Social Economy*, 64(2), 155-180. <https://doi.org/10.1080/00346760600721114>
- Williams, A., O'Driscoll, K. & Moore, C. (2014). The influence of empathic concern on prosocial behavior in children. *Frontiers in Psychology*, 5, 1-8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.00425>
- Willig, C. (2013). *Introducing Qualitative Research In Psychology* (3. utg.). Open University Press.
- Zahavi, D. (2010). Empathy, embodiment and interpersonal understanding: From Lipps to Schutz. *Inquiry*, 53(3), 285-306. <https://doi.org/10.1080/00201741003784663>
- Zahavi, D. (2012). Comment: Basic Empathy and Complex Empathy. *Emotion Review*, 4(1), 81-82. <https://doi.org/10.1177/1754073911421387>