

UNIVERZA NA PRIMORSKEM
FAKULTETA ZA MATEMATIKO, NARAVOSLOVJE IN
INFORMACIJSKE TEHNOLOGIJE

ZAKLJUČNA NALOGA
VLOGA EMPATIJE PRI RAZUMEVANJE SOCIALNE
STIGME

LARA MENEGATTI

UNIVERZA NA PRIMORSKEM
FAKULTETA ZA MATEMATIKO, NARAVOSLOVJE IN
INFORMACIJSKE TEHNOLOGIJE

Zaključna naloga

Vloga empatije pri razumevanju socialne stigme
(The role of empathy in understanding social stigma)

Ime in priimek: Lara Menegatti

Študijski program: Biopsihologija

Mentor: prof. dr. Ernest Ženko

Somentor: asist. dr. Simona Gomboc

Koper, julij 2018

Ključna dokumentacijska informacija

Ime in PRIIMEK: Lara MENEGATTI

Naslov zaključne naloge: Vloga empatije pri razumevanju socialne stigme

Kraj: Koper

Leto: 2018

Število listov: 51 Število slik: 2 Število tabel: 9

Število referenc: 79

Mentor: prof. dr. Ernest Ženko

Somentor: asist. dr. Simona Gomboc

Ključne besede: empatija, socialna stigma, stigmatizacija, socialna kognicija

Izvleček:

V zaključni nalogi smo se ukvarjali s pojavoma empatije in socialne stigme, ki sta pomembna za razumevanje medosebnih odnosov in medskupinskih dinamik. Empatijo smo definirali kot sposobnost vživljanja v drugega in doživljanja njegovih občutkov, socialno stigmo pa kot lastnost, ki posameznika izključi iz družbe. Empatija se je izkazala kot pomemben motivacijski dejavnik, ki spodbuja posameznikovo vedenje v korist zmanjševanja socialne izključenosti. Kljub temu da je bilo na področju obeh pojavov opravljenih precej raziskav, še vedno ni povsem jasno, kako empatija oblikuje posameznikov odnos do stigmatiziranih oseb. Namen raziskave je bil tako identificirati dejavnike, ki bi nam omogočili boljše razumevanje dinamike obeh pojavov. Uporabili smo kvalitativni pristop, in sicer vprašalnik z odprtim tipom vprašanj in priloženim slikovnim gradivom. Vzorec sta sestavljali dve skupini udeležencev; udeleženci z visoko izraženo sposobnostjo empatije in tisti, pri katerih je ta sposobnost nižja. Udeleženci so bili izbrani na podlagi predhodnega vprašalnika, imenovanega Indeks medosebne odzivnosti. Slikovno gradivo je predstavljala fotografija, ki je prikazovala tematiko beguncev. Na podlagi dogajanja v Sloveniji smo begunce namreč določili kot stigmatizirano skupino. Odgovore udeležencev smo analizirali s pomočjo kodiranja in identifikacije dejavnikov, ki so ključni za ugotovitve naše raziskave. Ugotovili smo, da visoko izražena sposobnost empatije omogoča boljše vživljanje v situacijo drugega in razumevanje doživljanja oseb, prikazanih na fotografiji. Pomembno vlogo igra tudi prepoznavanje bolečine in trpljenja. Predvsem udeleženci z visoko sposobnostjo empatije so pri opazovanju fotografije izkazali večjo osebno prizadetost. Pri skupini z nizko sposobnostjo empatije smo identificirali dejavnik objektivnosti in nezmožnosti vživljanja v drugega. Pri oblikovanju odnosa je ključna vloga lastnih izkušenj in informacij, pridobljenih preko medijev. Kot zadnji dejavnik smo identificirali občutke lastne krivde, ki so pri udeležencih vzbudili stres in željo po ukrepanju. Za izboljšanje raziskave bi morali povečati število udeležencev in predhodno empirično preveriti, ali so begunci zares stigmatizirani. Preko fokusnih skupin bi prav tako lahko izpopolnili metodologijo in s tem rezultate. Ugotovitev naše raziskave ni moč posplošiti na splošno populacijo, vseeno pa nam omogočajo vpogled v dejavnike empatije, ki oblikujejo medosebne odnose.

Key words documentation

Name and SURNAME: Lara MENEGATTI

Title of the final project paper: The role of empathy in understanding social stigma

Place: Koper

Year: 2018

Number of pages: 51 Number of figures: 2 Number of tables: 9

Number of references: 79

Mentor: Prof. Ernest Ženko, PhD

Co-Mentor: Assist. Simona Gomboc, PhD

Keywords: empathy, social stigma, stigmatization, social cognition, perspective taking

Abstract: The final assignment deals with the concepts of empathy and social stigma and their effects on human relationships and intergroup dynamics. We came to understand empathy as the ability to feel what other person is feeling and to place oneself in another's position. Social stigma was defined as the characteristic which excludes a person from society. Empathy turned out to play an important role in lowering the effects of social stigma. Despite numerous researches, the influence of empathy on the relationship towards stigmatised groups, remains unclear. The research seeks to explore further factors that may intervene between empathy and social stigma, as many contributions are not yet grounded in empirical research. In our research we used a qualitative approach. Using preliminary questionnaire, called the Interpersonal Response Index (Davis, 1983), we divided the participants into two groups based on their empathy score; thus creating a high empathy group and a low empathy group. The participants were asked to further participate in the second part, which included visual material in the form of pictures of refugees. Due to most current events in Slovenia, refugees represent one of the most vulnerable social groups in our society. Open and axial coding, used to develop factors, was formulated through iterative coding and recoding to ensure robustness of the findings. We came to conclusion that the high-empathy group was characterized by significantly greater sensitivity. More emphatic individuals showed higher personal distress in self-reported feeling. Recognition of pain and suffering play an important role as well. In particular, participants with high empathy showed greater personal distress when looking at a photo. In a group with low empathy, a factor of objectivity and an incapability of experiencing other's emotions was defined. When shaping the attitude towards stigmatized groups, people's personal experience and information provided by the media are of significant importance. As the last factor, we identified the emotion of guilt, which raised stress levels and the desire to take action among the participants. To improve the research we should increase the number of participants and check empirically beforehand whether the refugees truly are stigmatized. Using focus groups, we can also improve the methodology. The findings do not necessarily apply to the general population, but they are a starting point for further examination.

ZAHVALA

*"V nas jih živi nešteto;
če mislim ali čutim, ne vem,
kdo misli ali čuti.
Sem samo kraj,
kjer se čuti ali misli."*

Fernando Pessoa

Hvala vsem - za besede, ideje, kave, spodbude in potrpežljivost.

KAZALO VSEBINE

1	UVOD	1
1.1	Empatija.....	2
1.1.1	Zgodovina in razvoj pojma empatije.....	2
1.1.2	Definicija empatije	4
1.1.3	Razlike med simpatijo, sočutjem in empatijo	6
1.1.4	Nevrološki pogled na empatijo	6
1.2	Stigma.....	9
1.2.1	Stigmatizacija	10
1.2.2	Razlika med predsodkom, stereotipom in stigmo	11
1.2.3	Model stigme.....	11
1.3	Stigma in empatija	12
1.3.1	Empatija, stigma in socialna kognicija.....	12
1.3.2	Empatija kot zmožnost za izboljšanje odnosa do stigme	13
1.4	Empatija in čustva	15
1.4.1	Zaznavanje čustev	15
1.5	Sklep teoretičnega dela.....	16
1.6	Namen dela in raziskovalna vprašanja	17
2	Metoda	18
2.1	Vzorec.....	18
2.2	Pripomočki.....	19
2.2.1	Vprašalnik IRI ali Indeks medosebne odzivnosti (Davis, 1983).....	19
2.2.2	Vprašalnik s slikovnim gradivom	20
2.3	Postopek.....	21
3	Rezultati in interpretacija.....	24
3.1	Kvantifikacija kvalitativnih podatkov pri analizi dobljenih odgovorov	24
3.1.1	Identifikacija oseb na sliki.....	24
3.1.2	Opisovanje situacije	25
3.1.3	Zaznavanje čustev	26
3.1.4	Prepoznavanje lastnih občutkov	27
3.1.5	Vživljanje v situacijo, ki je prikazana na sliki	28
3.1.6	Krivda.....	30

3.2	Prepoznavanje bolečine in trpljenja vzbuja občutke osebne prizadetosti.....	31
3.3	Objektivnost kot ovira pri vživljanju v stisko drugega.....	32
3.4	Izkušnja lastnih odnosov jim omogoča lažje vživljanje v odnose na fotografiji.....	32
3.5	Pomembna vloga medijev pri vzpostavljanju odnosa do stigmatiziranih	33
3.6	Občutki lastne krivde povzročajo večji osebni stres in željo po odzivu.....	33
3.7	O kakovosti raziskave in smernicah za nadaljnje raziskovanje.....	34
4	SKLEP	36
5	LITERATURA	37

KAZALO PREGLEDNIC

Tabela 2.01. Udeleženci, ki so izpolnili vprašalnik s slikovnim gradivom	18
Tabela 2.02. Prikaz opisne statistike za skupno število točk pri vprašalniku IRI (Davis, 1983)	21
Tabela 2.03. Porazdelitev rezultatov po percentilih	23
Tabela 3.01. Frekvenca odgovorov v kategoriji identifikacija oseb na sliki.....	24
Tabela 3.02. Frekvenca odgovorov v kategoriji opisovanje situacije	25
Tabela 3.03. Frekvenca odgovorov v kategoriji zaznavanje čustev	26
Tabela 3.04. Frekvenca odgovorov v kategoriji prepoznavanje lastnih občutij.....	27
Tabela 3.05. Frekvenca odgovorov v kategoriji vživljanje v situacijo, ki je prikazana na sliki..	28
Tabela 3.06. Frekvenca odgovorov v kategoriji krivda..	29

KAZALO SLIK

Slika 2.01. Model socialne stigme po teriji Pryor in Reeder (Bos idr., 2013)	11
Slika 3.01. Begunka z otroki	21

1 UVOD

Empatija je večplasten in kompleksen fenomen, ki vzbuja tako zanimanje raziskovalcev kot poljudne javnosti. Preučevanje samega pojava je v naši družbi prisotno že dolgo, zaradi družbenih sprememb pa v današnjem času prihaja vedno bolj v ospredje. K temu je pripomogel tudi razvoj različnih metod in tehnologije, ki vodijo do spodrivanja starih definicij empatije in do oblikovanja novih. Tako lahko zasledimo vedno več raziskav in ugotovitev, ki nam pomagajo pri razumevanju delovanja empatije. Empatija še zdaleč ni več le raziskovalni predmet filozofije, sociologije in psihologije, ampak tudi pomembno področje raziskovanja socialne nevroznosti (Singer in Lamm, 2009). Tudi korenine socialne stigme segajo daleč v zgodovino. Problemi, ki jih prinaša stigmatizacija, so zaradi različnih dejavnikov (globalizacija, mediji, internet itd.) vedno bolj prisotni, kar pa nam hkrati omogoča večje možnosti za njeno preučevanje.

Na oba pojava se bomo osredotočili tudi v pričujoči raziskovalni nalogi, pri čemer bomo opazovali predvsem možne odnose med njima. Pomembno je, da obravnavana pojava najprej definirano. Empatijo bomo razumeli kot proces lastnega čustvenega odziva na čustveno stanje drugega (Singer in Lamm, 2009). Gre za sposobnost razumevanja stanja drugega preko afekta deljenja. To, kar občutimo sami, je namreč podobno občutkom druge osebe. Empatija je tako zmožnost posameznika, da se miselno postavi na mesto drugega, torej razume njegovo situacijo, ni pa nujno, da se vanj tudi čustveno vživi (Hribar Sorčan, 2008). Z drugimi besedami, gre za sposobnost sklepanja o čustvenem stanju druge osebe (Turk, 2017). Pri tem se posameznik zaveda, da preko zavzemanja perspektive ne občutim občutkov drugega, ampak se vanje le želi čustveno vživeti (Singer in Lamm, 2009).

Stigma, kot jo razume Goffman (1971, v Božič, 1991), je drugačna, izstopajoča lastnost, ki prekrije vse ostale lastnosti in lahko osebo zaznamuje do te mere, da ta v družbi zavzame izključujoče mesto. Stigma lahko postane del posameznikove identitete kot odgovor na socialni konstrukt, ki je ustvarjen s strani družbe in ne posameznika (Coleman, 1986). Posameznik je stigmatiziran, če se stereotipa drži negativni prizvok. V tem primeru postane diskriminiran in ostane brez družbenega statusa (Link in Phelan, 2001).

Z raziskavami na področju empatije, so med drugim ugotovili pomembno vlogo empatije pri spreminjanju odnosov. Nekatere raziskave so pokazale, da povečana empatije do stigmatiziranega posameznika lahko popolnoma spremeni odnos do celotne skupine kateri pripada (Batson idr., 1997). Kljub temu ni še povsem jasno kako vzbuditi empatijo oziroma kako naj bi to privedlo do sprememb v odnosu do stigme in ravno te dejavnike bi radi identificirali v naši raziskavi.

1.1 Empatija

1.1.1 Zgodovina in razvoj pojma empatije

Definicijo empatije in njen razvoj bomo podrobneje spoznali s pregledom začetnega razumevanja tega pojma do njegovih novejših opredelitev. Empatija, kot jo razumemo danes, je relativno mlad pojem, opredeljen šele na začetku 20. stoletja. Sam izraz pa se je pojavil že v času antike (lat. *empathia*, gr. *empateia*) (Simonič, 2010).

Aristotel empatijo v svoji *Retoriki* razume kot sočutje oziroma usmiljenje. Opredeli jo kot bolečino, ki jo začuti človek, ko vidi sočloveka v stiski. Aristotel je vedenje, ki ga je kasneje poimenoval kot empatija, opazoval pri različnih pesnikih, ki so fizične predmete opisovali s pridevniki, primernimi za živa bitja. Kot omenjeno, je empatijo povezoval predvsem s sočutjem in je prvi filozof, ki se je začel s tem pojavom resneje ukvarjati. Za antičnimi filozofi pa so se z empatijo ukvarjali tudi srednjeveški krščanski filozofi. Njihova najvidnejša predstavnika sta Tomaž Akvinski in Avguštin. Slednji je za sposobnost človeka, da čuti trpljenje drugega, uporabljal predvsem izraza usmiljenje oz. milosrčnost (lat. *misericordia*) in sočutje oz. sotrpjenje (lat. *compassio*). S tem je želel ljudi nagovarjati k sočutnemu vedenju in pomoči tistim, ki so v stiski. V tovrstnem dejanju naj bi se izražala pristna človeška vrlina (Škof, 2002, v Simonič, 2010). Tomaž Akvinski je oba pojma opredeljeval kot občutja trpljenja in žalosti ob pogledu na osebo, ki je v stiski. Po njegovem mnenju le ljudje, ki jim primanjkuje ljubezni, niso sposobni občutiti sočutja. Če smo nekoga sposobni ljubiti, smo se namreč sposobni z njim tudi poistovetiti. Tomaž Akvinski je sočutje tako postavil v ključni teološki okvir vrlin vere, ljubezni in upanja (Škof, 2002, v Simonič, 2010).

Eden prvih filozofskih mislecev 18. stoletja, ki se je ukvarjal z empatijo, je bil Adam Smith. V svojem delu *Teorija moralnih občutij* iz leta 1759 (angl. *The theory of Moral Sentiments*) se je z izrazom sočutje (angl. *Sympathy*) želel pomensko približati empatiji (Hribar Sorčan, 2008). Pri tem je sočutje povezoval z moralnim razvojem in delovanjem človeka (Simonič, 2010). Smith je pojem zasledil pri filozofu Davidu Humu, ki je v svoji knjigi *Razprava o človeški naravi* iz leta 1743 (angl. *A Treatise of Human Nature*) ta pojav opisal in sočutje opredelil kot sposobnost sprejemanja občutkov drugih preko komunikacije, četudi so ti občutki popolnoma drugačni ali celo v nasprotju z našimi. Gre za proces, ki lahko pripelje do moralnega doživljanja oz. občutenja. Kako močno lahko občutke drugega občutimo, pa je odvisno od tega, kako blizu smo tej osebi, saj se lahko le preko čustvene bližine postavimo »v kožo« drugemu. Hume pri tem dodaja še, da ni človeka, ki ne bi bil sposoben ob pogledu na trpljenje sočloveka občutiti sočutja (Škof, 2002, v Simonič 2010). Smith je Humovo pojmovanje sočutja nadgradil z opredelitvijo sposobnosti, da se vživimo v drugega z željo, da bi ga bolje razumeli. To lahko vodi v altruizem oz. skrb za druge (Batson, Duncan, Ackerman, Buckley in Birch, 1981). Smith dodaja še, da se moramo pri tem zavedati, da ob doživljanju sočutja trpljenje samo podoživljamo in ga v resnici ne občutimo. Gre za sposobnost, ki jo premore predvsem človeška narava, v kolikor verjamemo, da ta obstaja (Škof, 2002, v Simonič, 2010).

Pojem empatija, kot ga poznamo danes, izvira iz 18. Stoletja in ima korenine v nemški klasični filozofiji. Filozofija tega obdobja se je ukvarjala z vprašanji človekove intersubjektivnosti in empatije. Filozofi v tem času so se spraševali, kako človek razume svoj odnos do drugih in do sveta, pri čemer je umetnost še vedno igrala pomembno vlogo. Pomemben filozof, ki se je ukvarjal s to tematiko, je bil Immanuel Kant. V svoji *Kritiki razsodne moči* (1790) je empatijo videl kot ključno pri razumevanju estetike (Hribar Sorčan, 2008). Empatija se je namreč izražala v načinu doživljanja umetnosti (Stamos in Lunaček, 2012). Posameznikova sodba o tem, da je nekaj lepo, je subjektivna in empirična, ravno empatija pa naj bi omogočala, da določena oseba razume sodbo drugega, ko se postavi na njegovo mesto (Hribar Sorčan, 2008). Ta opisuje teorija o vživljanju, ki je ključna za začetek razmišljanja o empatiji. Prvi, ki uporabi pojem Einfühlung, je Robert Vischer. Opiše ga kot proces, pri katerem ob pogledu na sliko, slednji pripišemo svoje občutke. Gre za simbolični prenos občutkov lastnega doživetja v nežive objekte oz. oblike (v tem primeru gre za umetniško delo). Še pomembnejši filozof pri dojetanju empatije je bil Theodor Lipps, ki je razvil t. i. nemško psihološko estetiko. Lipps je naredil ključen preskok v dojetanju pojma, in sicer z estetskega vidika na vidik epistemološkega (spoznavanje strukture, izvor in metode spoznavanja sveta okoli sebe) (Hribar Sorčan, 2008). Je prvi, pri katerem lahko zasledimo poskus povezave med posnemanjem in sposobnostjo razumevanja drugih ljudi skozi proces pripisovanja lastnih občutkov in misli. Lipps je govoril o treh stopnjah empatije. Prvo stopnjo predstavlja splošna empatija, vezana na zaznavanja, ki vzbudijo v osebi določena občutja. Druga stopnja je naravna empatija, kjer gre za počlovečenje predmetov. Tretja stopnja pa je empatija kot odziv na gibe, obrazne izraze in tone glasu drugega (Wiener, 1973-74, v Simonič, 2010). Svoja spoznanja je Lipps združil v teoriji vživetja oziroma vživljanja (*nem. die Einfühlung*). Po njegovem mnenju je človek le množstvo zaznav, ki se mora za to, da razvije samopodobo, še oblikovati. Do tega pride preko procesa objektiviziranja samega sebe, ki predstavlja spoznavanje sebe preko vživljanja v druge (Hribar Sorčan, 2008).

Lipps je postavil ključni vprašanji, ki sta še vedno pomemben predmet preučevanja empatije. Prvo vprašanje je, ali je naša zaznava določenega čustva drugega, na primer žalosti, le predstava žalosti ali pa smo zares žalostni? Nadalje, s čim je ta žalost pogojena? Smo žalostni zaradi vzroka žalosti drugega ali smo žalostni zgolj zato, ker je žalosten on? Drugo ključno vprašanje je, kako sploh pridemo do zavesti drugega, do njegovih zaznav in občutkov. Lipps je to razložil s teorijo imitacije, ki pravi, da gre za spontani proces posnemanja gest. Preko posnemanja gest se dokopljemo do čustev drugih, kar deluje kot avtonomni proces našega živčevja (Hribar Sorčan, 2008).

Z Lippsovimi tezami se je soočil tudi Edmund Husserl, ki je empatijo raziskoval z vidika fenomenologije. Videl jo je kot ključno pri pojasnjevanju intersubjektivnosti med mislečimi posamezniki. Empatija v tem primeru pomaga prepoznavati misli drugih, kar lahko vodi do razvoja reflektivnega in samokritičnega pogleda nase. Preko tega posameznik izve, kakšno mnenje imajo o njem drugi (Steuber, 2006, v Simonič, 2010). Husserlova učenka Edith Stein je v svoji doktorski disertaciji iz leta 1917, naslovljeni *Problemi empatije* (*nem. Zum Problem der Einfühlung*), empatijo še dodatno opredelila kot našo lastno izkušnjo doživljanja drugega

(Stein, 1989, v Simonič, 2010). Empatija je po tem pojmovanju nekaj, kar se nam dogaja v obliki predstave, vendar je hkrati izkušnja drugega.

Pojem empatije je z raziskovanjem pridobival nove razsežnosti. Max Scheler in Martin Buber sta empatiji tako pripisala še pomembno vlogo v čustveni povezanosti in medosebnih odnosih. Buber trdi, da človeka ne moremo razumeti le preko razumevanja njegovega notranjega dogajanja, ampak tudi preko razumevanja njegovega odnosa do drugih stvari in bitij (Simonič, 2010). Pri tem je poudarjal predvsem, da je človek lahko človek samo v odnosu in le znotraj njega lahko tvori t. i. vzajemnost, ki nastane med dvema (Theunissen, 1977, v Simonič, 2010).

Empatija je postala pomemben predmet proučevanja tudi v psihologiji. Wolfgang Kohler, George Herbert Mead in Jean Piaget so vsi poudarjali predvsem spoznavni vidik empatije, ki je ključen za razumevanje drugih (pri tem torej ne gre za dejansko doživljanje njihovih čustvenih stanj) (Simonič, 2010). Pojem se je začel pojavljati tudi v psihoanalizi. Harry Stack Sullivan je tako ugotavljal, da je empatija ključna za odnos med pacientom in terapevtom. Po njegovem mnenju je terapija uspešna, če se je terapevt preko empatije sposoben vključiti v čustveni svet svojega pacienta. Ta odnos sta zelo dobro opredelila tudi Carl Rogers in Heinz, ki sta menila, da je empatija ključna pri tem, da se vzpostavi odnos med terapevtom in klientom in da je ta postavljen v središče same terapije (Simonič, 2010).

1.1.2 Definicija empatije

Definiranja empatije se je lotilo veliko različnih znanstvenih ved, zato pri splošni razlagi pojma naletimo na veliko zmedo in na nejasnosti (Simonič, 2010). V pričujoči raziskovalni nalogi se bomo usmerili predvsem na splošni in socialni vidik empatije. Na grobo pa lahko razumevanje empatije razdelimo na tri področja:

1. splošno empatijo (človekova osebna sposobnost za spoznavanje doživljanja notranjosti druge osebe),
2. socialno in razvojno empatijo (del medosebnih odnosov in komunikacije) in
3. empatijo v psihoanalizi in terapiji.

Ne glede na razlike v opredelitvah je vsem skupno to, da je empatija razumljena kot sposobnost občutenja in razumevanja stanja drugega (Simonič, 2010). Največja razlika, na katero naletimo med definicijami, pa je, ali empatija vključuje le prepoznavanje čustev drugega ali pa vsebuje tudi lastno čustveno izkušnjo.

Smith empatijo definira kot sposobnost zavzemanja perspektive drugega in temu dodaja še odziv, ki ga ta proces sproži (1790, v Schonert-Reichl, 2011). Empatijo verjetno najbolje opiše Fenichel (1954, v Lamovec, 1988); dojemajo jo kot posledico identifikacije posameznika z drugo osebo in zavedanja svojih lastnih občutkov.

Davis (1996) jo definira kot posledico zavzemanja perspektive drugega. Opiše tri načine zavzemanja perspektive, ki naj bi spodbudili empatijo, in sicer:

1. zaznavni (predstavljanje vizualne perspektive drugega),
2. kognitivni (vključuje prepričanja, misli in namene drugega) in
3. afektivni (ugotavljanje čustev drugega).

Podobno empatijo opredeli tudi Cotton (2001, v Garton in Gringart, 2005). Drugi psihologi prejšnjega stoletja empatiji pripisujejo še ključno vlogo v socialnih odnosih in jo definirajo kot čustveni odziv, ki je posledica skrbi za drugega. Menijo, da je empatija pomembna vrtilna tako za človekov lasten obstoj kot tudi za njegov odnos do drugih. K definiranju empatije je veliko doprinesel tudi psiholog Martin Hoffman, ki je empatijo razumel kot pozitivni odziv na krizno situacijo sočloveka. Empatijo je razdelil na dve področji: kognitivno sposobnost zavedanja notranjih čustev, misli, opazovanj in namer drugega ter čustveni odziv na drugo osebo (Hoffman, 2000).

Decety (2011) ugotavlja, da igra empatija ključno vlogo v socialnih interakcijah, da je pomembna za razumevanje altruizma in da naj bi predstavljala osnovo za moralno odločanje (Decety, 2011). Obstaja več dejavnikov, ki vplivajo na empatijo, in sicer, ali je prisotno zaznavanje občutkov drugega, koliko podobnosti z opazovano osebo posameznik najde pri sebi in kakšen odnos vzpostavlja družba do vloge, ki jo opazovana oseba zavzema v njej. Ravno prisotnost teh dejavnikov nam omogoča razumeti, kako empatični posameznik doživlja empatijo (Decety, Meltzoff in Lamm, 2010). Empatija je sposobnost tistih, ki so zmožni svoja čustva prepoznati in jih med seboj tudi razlikovati (Swick, 2005). Empatijo kot pomembno človeško vrtilno vidi tudi De Waal (2002). Ko posameznika osredotočita pozornost na isto stvar (situacijo, težavo), to opiše kot proces, v katerem se posameznika »ujameta« v čustva drug drugega (angl. *emotional contagion*). To povzroča osebno stisko, ki lahko vodi do določenega prosocialnega vedenja. V tem primeru empatijo definira kot stanje, v katerem ima posameznik do določene stvari ali problema podobno čustveno stanje kot opazovana oseba. Do tega pride preko zaznav čustev drugega oz. razumevanja, kaj doživlja drugi ob tej isti stvari ali situaciji (Preston in De Waal, 2002).

Zoll in Enz (2010) empatijo ločita na spoznavno ali kognitivno in čustveno ali afektivno empatijo. Pri prvi gre za mehanizme, ki pomagajo, da lahko posameznik prevzame občutke drugega. Pri tem mora biti pozoren na izrazne signale, kontekst situacije in odziv druge osebe. Tukaj igra pomembno vlogo prepoznavanje in razumevanje čustvenih odzivov na splošno. Čustvena empatija pa predstavlja to, kar je lahko posledica spoznavnih procesov empatije. Gre za občutenje posameznikovih notranjih čustev, misli in stališč. Ključno vlogo pri obeh opredelitvah empatije igrajo verbalni in neverbalni znaki, preko katerih posameznik sprejema signale od druge osebe in na njihovi podlagi oblikuje svoje odzive. Najboljši indikator za to je prepoznavanje bolečine preko zaznavanja obrazne mimike in drugih nebesednih znakov (Goubert idr., 2005).

Na teoriji, ki sta jo predlagala Zoll in Enz (2010), sloni večina novejših raziskav. Sodobni znanstveniki tako v svojem razumevanju empatije razlikujejo med čustveno in spoznavno empatijo. Prva se nanaša na občutke, ki so odgovor na čustva drugih. Ta proces je lahko del zrcaljenja tistega, kar čuti drugi, lahko pa gre za stresni odziv, povzročen zaradi tegob in

strahov drugega. Spoznavna empatija je tudi empatija zavzemanja perspektive drugega in se nanaša predvsem na sposobnost prepoznavanja in razumevanja čustev drugih (Empathy definition, b.d.).

V slovenskem prostoru je empatija definirana kot zmožnost, da se vživimo v čustva in misli drugih, vključuje pa tudi zmožnost branja osnovnih čustev in sposobnost zavedanja čustev drugih (Poljanec in Simonič, 2012). Poudariti pa je potrebno, da se opazovalec z osebo ne poistoveti, kar je značilno za občutja simpatije (Simonič, 2010).

1.1.3 Razlike med simpatijo, sočutjem in empatijo

Zaradi podobnosti med simpatijo, sočutjem in empatijo vse tri izraze velikokrat uporabljamo napačno. Res je sicer, da lahko med temi pojavi najdemo podobnosti, a tudi ključne razlike. V primerjavi s sočutjem je empatija tako zgolj zmožnost razumevanja občutkov drugega, ni pa nujno, da empatične občutke tudi uporabimo. Zavedanje teh občutkov lahko vodi v prosocialno vedenje, ki pa je del sočutja. Ta v posamezniku namreč spodbudi skrb, ki je posledica stiske drugega. Pojavi se želja, da se na to stisko tudi odzove (Delač, 2016).

Simpatija se izkaže kot kompleksnejši pojav. Simpatijo lahko razumemo kot del odziva empatične osebe in ne kot del empatije same. Simpatija lahko podobno kot empatija predstavlja motivacijo za prosocialno vedenje (Eisenberg, Eggum in Di Giunta, 2010), razlika med njima pa je predvsem v tem, da je empatija kognitivna sposobnost, simpatija pa čustvena naravnost. Pri prvi se razumsko postavimo v občutke drugega, pri drugi pa gre za podoživljanje čustev drugih. Posameznik je tako lahko empatičen, pri tem pa simpatije ne čuti (Hribar Sorčan, 2008). Pri empatiji je razdalja med posameznikom in sočlovekom, ki je del empatičnega odnosa, ohranjena, medtem ko je del simpatije uglašenost s stanjem drugega (Hodges in Myers, 2007).

1.1.4 Nevrološki pogled na empatijo

Z zavedanjem kompleksnosti empatije se današnji znanstveniki vedno bolj usmerjajo v raziskovanje razvojnih, kognitivnih, evolucijskih in nevroloških aspektov empatije. Tako lahko najdemo vedno več dokazov o evolucijski in nevrofiziološki podlagi empatije (Decety, 2011), novejša raziskava pa so odkrile tudi gensko zasnovo empatije. Študije so pokazale še, da lahko ljudje izboljšajo ali omejijo svoje naravne empatične sposobnosti (Marsh, 2009).

1.1.4.1 Evolucijski pogled na empatijo

Empatično odzivanje so sprva raziskovali preko opazovanja vedenjskih vzorcev živali. Opazovali so njihovo filogenetsko prirojeno vedenje, in sicer skrb za potomce in navezanost. Preko skrbi za potomce živali omogočajo večje možnosti preživetja za svojo vrsto. Z dedovanjem se skrb za potomce ohranja iz generacije v generacijo, vendar se to vedenje tudi spreminja. Izkazalo se je, da se z vsako novo generacijo oblikujejo kompleksnejši vedenjski vzorci, ki omogočajo boljše možnosti, da se vrsta sooči s potencialnimi nevarnostmi (Bell, 2001, v Decety, Norman, Berntson in Cacioppo, 2012). Nekateri primati so sposobni svoja čustva izražati in jih prepoznati, ljudje pa smo poleg tega sposobni čutiti to, kar čuti drugi, in se na to odzvati, četudi se razlikuje od tega, kar v danem trenutku čutimo sami. Empatično

zavedanje tako povezujejo z razvojem altruizma (Decety in Lamm, 2006). Izkazalo pa se je, da se skrb za druge in prosocialno vedenje ne vzpostavi samo do potomcev. Podobni vzorci vedenja se namreč oblikujejo tudi do drugih pripadnikov vrste, kar izboljša komunikacijo med njimi. Sposobnost empatije in komunikacija med člani skupine sta ključna pri prepoznavanju stresa, ki je velikokrat pokazatelj potencialne nevarnosti. Pri človeškem vedenju lahko opazimo, da so nam pozitivni odnosi do oseb, ki z nami sicer niso ožje družinsko povezani, prav tako pomembni (npr. s sodelavci, prijatelji ipd.) (Norman idr., 2012, v Decety idr., 2012). Empatija predstavlja motivacijsko sestavino prosocialnega oz. altruističnega vedenja, ki naj bi se razvilo iz skrbi za svoje potomce, hkrati pa je neprecenljivo orodje za vzdrževanje in ohranjanje družbenih vezi med genetsko nepovezanimi posamezniki (Decety idr., 2012).

Mehanizem, ki omogoča empatično odzivanje in altruizem, je mimikrija ali čustvena kognicija. Gre za sposobnost posnemanja obrazne mimike, telesne drže in gibanja, kar omogoča lažjo komunikacijo. Nekatere raziskave so pokazale, da sposobnost mimikrije povečuje občutke pripadnosti, kar še bolj okrepi vezi med posamezniki (Decety in Lamm, 2006).

V možganih primatov so identificirali nevrone, ki so jih poimenovali zrcalni nevroni. Ti oddajajo dražljaje, ki simulirajo izkušnje drugih. So osnova empatije in omogočajo ustvarjanje vezi med posamezniki (Dumont, Instance in Benavides, 2013). Zrcaljenje občutkov drugega človeka spodbuja temu primeren zrcalen odziv. Znanstveniki so to potrdili z opazovanjem aktivnosti v nevronskih mrežah. Model so poimenovali zaznavno-odzivni model (angl. *perception-action model*). Eden izmed dokazov so rezultati študije na opičjih možganih, kjer so opazovali odziv na telesno izražanje strahu. Izkazalo se je, da se pri tem ne aktivirajo le nevronske mreže, ki so povezane s čustvenimi procesi, ampak tudi tiste, ki so odgovorne za telesno odzivanje in premikanje (Decety in Lamm, 2006).

1.1.4.2 Nevrološki koncept empatije

Na podlagi zgoraj navedenih ugotovitev so se znanstveniki usmerili k podrobnejšemu preučevanju nevrobioloških mehanizmov, ki omogočajo. Opazovali so predvsem, kako se posameznik odziva na stisko in bolečino drugega empatijo (Decety idr., 2012). K tovrstnemu raziskovanju je pripomogel razvoj tehnologije, ki omogoča vse boljši in natančnejši vpogled v delovanje možganov. Najbolj uporabne metode so predvsem metode slikanja možganov (angl. *neuroimaging*), kjer je trenutno najbolj v ospredju metoda funkcijskega magnetnoresonančnega slikanja (fMRI), s pomočjo katere lahko preučujemo vzorce nevronske aktivnosti, ki se sprožijo ob različnih kognitivnih, afektivnih in motoričnih dražljajih (Forbes, 2015).

Prva tovrstna ključna raziskava je bila opravljena z metodo funkcionalne magnetne resonance (Lamm in Majdanžič, 2015). V letu 2004 jo je izvedla Tania Singer s sodelavci, ugotovitve pa so pokazale, da izkušnja lastne bolečine in izkušnja empatije ob bolečini drugega sprožita sovpadajočo nevronske aktivacije v cingulatnem korteksu (predelu, ki se aktivira ob zaznavanju bolečine) in insuli (center, ki usklajuje možgane s telesom, mislimi in čustvi) (Singer idr., 2004). Raziskava je sprožila velik val podobnih raziskav, katerih izsledki podrobno opisujejo mehanizme empatije. Empatijo občutimo preko simulacije čustev

drugega, ker se v naših možganih ob opazovanju drugega aktivirajo iste nevronske mreže kot takrat, ko smo sami v podobnem stanju (Lamn in Majdanžič, 2015).

Da bi bolje razumeli nevrološko podlago empatije, se moramo spoznati z dvema možganskima omrežjema. Prvo nam omogoča, da se postavimo v »kožo drugega« in vidimo situacijo z njegove perspektive. Drugo omrežje se imenuje empatično omrežje in omogoča čustveni odziv, čustveno zavest in simulacijo (Delač, 2016). Če bolj podrobno opredelimo nevrološki koncept empatije, lahko omenjeni nevronske mreže razdelimo še na štiri dele. To so afektivna delitev, zavzemanje perspektive, samozavedanje in čustveno uravnavanje (Decety in Jackson, 2004, v Gerdes, Lietz in Segal, 2011). Afektivna delitev in zavzemanje perspektive sta del opazovanja čustvenega stanja drugega, medtem ko sta samozavedanje in čustveno uravnavanje del našega razumskega procesiranja. Izkaže se, da sta zmožnost zaznavanja in sinhronizacija čustvenega stanja drugega prirojeni. Empatični odziv pa je možen le, če sta pri tem prisotna tudi samozavedanje in sposobnost čustvenega uravnavanja (Gerdes idr., 2011).

Zaključimo lahko, da je empatija delno prirojena sposobnost. Kot že omenjeno, je zmožnost zrcaljenja preko zrcalnih nevronov prirojena in avtomatična. Vendar se jo da v veliki meri tudi priučiti; je sposobnost, ki jo pridobimo preko učenja in izkušenj v različnih socialnih interakcijah (Gerdes idr., 2011).

1.2 Stigma

Pojem stigma so uporabljali v stari Grčiji, opisoval pa je znamenje, narejeno pobeglim sužnjem in hudodelcem (stigma, b.d.), in izvira iz grške besede $\sigma\acute{\iota}\gamma\mu\alpha$. Izraz je opisoval telesne znake, ki naj bi izpostavljale nemoralnost nosilca stigme. Z vzponom krščanstva je pojem stigme dobil dva nova pomena. Krščanski nauk stigmo predstavlja kot telesni znak za rane, ki so podobne Kristusovim, ko je umiral na križu. Oseba s stigmo je razumljena kot privilegirana in nenavadna. Bila je izbrana od Boga, saj čuti bolečino, ki jo je čutil sam Kristus (Božič, 1991).

Erving Goffman (1963) je prvi predstavil povsem nov koncept stigme, s katerim se je oddaljil od dojemanja pojma kot telesnega znaka. Nov psihološko-sociološki koncept stigmo razume kot lastnost, ki osebo osramoti in jo postavi na rob družbe. Stigma je lastnost ali hiba posameznika, ki je razumljena kot nepopolna, pomanjkljiva in predvsem diskriminirana. Pri tem je ključen odnos družbe; stigma nastane šele takrat, ko je kot taka dojeta s strani družbe (Goffman, 1963).

V grobem Goffman (1963) razlikuje tri vrste stigme:

1. telesno stigmo, ki predstavlja fizično iznakaženost,
2. stigme značajske slabosti, kot so nepoštenost ali nebrzdanost in
3. skupinske stigme rase, narodnosti in veroizpovedi.

Na stigmo so raziskovalci začeli gledati s strani odnosa družbe in ne več kot lastnosti posameznika. Stafford in Scott (1986) sta jo definirala kot karakteristično lastnost, ki je v nasprotju z normami, določenimi s strani prevladujočega dela družbe. Stigma je del osebnega in družbenega pogleda na življenje posameznika. Je del družbene resničnosti, povezav in odnosov (Coleman, 1986).

Da bi stigmo bolje razumeli, moramo nanjo gledati kot na multidisciplinarni konstrukt. Čustveni odziv na stigmo je v večini primerov strah, stereotipi so del kognitivne komponente, družbeni nadzor pa je del vedenjske komponente stigme. Z raziskavami povezav med strahom, stereotipi in družbeno kulturo so se raziskovalci še bolj približali razumevanju stigme. Stigma ni lastnost, ki jo nosi posameznik, temveč je del človeške konstruirane zaznave (Coleman, 1986).

1.2.1 Stigmatizacija

Stigmatizacija je izraz za odziv okolja na drugačnost. Razumemo jo lahko tudi kot del procesa, preko katerega je oseba ali skupina ljudi označena za nesprejemljivo zaradi fizičnih, socioloških ali psiholoških lastnosti. Stigmatizirana oseba je posledično iz družbe bodisi izločena bodisi se je okolje izogiba (Stier in Hinshaw, 2008). Ne dosegata pričakovanih družbenih norm in je označena kot nekdo, ki ima nezaželene lastnosti (Božič, 1991). Družba z definiranjem tega, kaj naj bi bilo normalno, narekuje tudi to, česa v njej naj ne bi bilo; stigma pa predstavlja produkt tega procesa. Družba ustvarja socialno okolje, katerega del so t. i. kategorije in nabori lastnosti oseb. Kategorizacija obstaja že dolgo in naj bi bila osnova za socialno povezanost v skupini, saj ločuje zunanje posameznike od notranjih (Link in Phelan, 2001). Link in Phelan (2001) ugotavljata, da stigma vsebuje kategorično ločevanje med »nami« in »onimi«. Ravno to ločevanje pa lahko vpliva na ustvarjanje stigme (Link in Phelan, 2001). Stigme ni težko ustvariti, saj je njena osnova lahko katera koli izmed medčloveških razlik (barva kože, veroizpoved, spolna usmerjenost itd.). Tako se pojavijo predsodki, bodisi do sebe ali do drugih (Kuklec, 2012). Kategorizacija vsaki osebi določi socialno identiteto, ta pa ustvarja normativna pričakovanja, ki jih želimo prepoznati v drugih (Goffman, 1963).

Kategorizacija predstavlja pomemben evolucijski mehanizem, ki je ohranjal preživetje vrste. Njena vloga ni bila samo v prepoznavanju potencialnih sovražnikov, ki bi lahko ogrozili skupnost (Winter, 1998), ključna je bila tudi pri oblikovanju in prepoznavanju socialnih vlog (Božič, 1991). Stigma lahko vodi do diskriminacije, ki pa ni posledica neozaveščenosti ali nevednosti, temveč izločanja potencialnih nasprotnikov v borbi za redke vire preživetja (Reidpath, Chan, Giffor in Allotey, 2005). Ena izmed takih tehnik je izkoriščanje in vzpostavljanje dominacije. Posamezniki, ki so močnejši, s stigmatizacijo ohranjajo svoj položaj nad stigmatiziranimi osebami. Pri tem se ohranja neenakost med skupinami (Phelan, Link in Dovidio, 2008). Stigmo v tem pomenu je opisal že Goffman, ki jo je videl predvsem kot družbeni nadzor pri moralnih odklonih. Gre za odstranitev etičnih, verskih in podobnih skupin ali pa za vojno po prestižu, veljavi in dominacijo pri odločanju (Božič, 1991). Drug način ohranjanja razdalje je obraten prvemu; gre za spodbujanje ljudi (pripadnikov marginalnih skupin), da se prilagajajo družbenim normam, s tem pa se v resnici le še bolj poudari njihovo drugačnost v skupini. Funkcija stigmatizacije je tudi izogibanje (Phelan idr., 2008). Z evolucijskega vidika lahko gre predvsem za izogibanje tistih, ki bi lahko ogrozili zdravje drugega (Kurzban in Leary, 2001; Phelan idr., 2008, v Bos, Pryor, Reeder in Stutterheim, 2013).

Link in Phelan (2006, v Bos idr., 2013) sta poskusila povezati vse definicije stigme v en koncept in stigmo opisala kot nabor štirih procesov:

1. razlike med normami in nezaželenimi lastnostmi povežejo označene osebe z nezaželenimi lastnostmi,
2. oblikujejo se nove kategorije,
3. v družbi pride do ločevanja med »nami« in »onimi«,
4. oseba, ki izgubi status v družbi, je iz nje izločena.

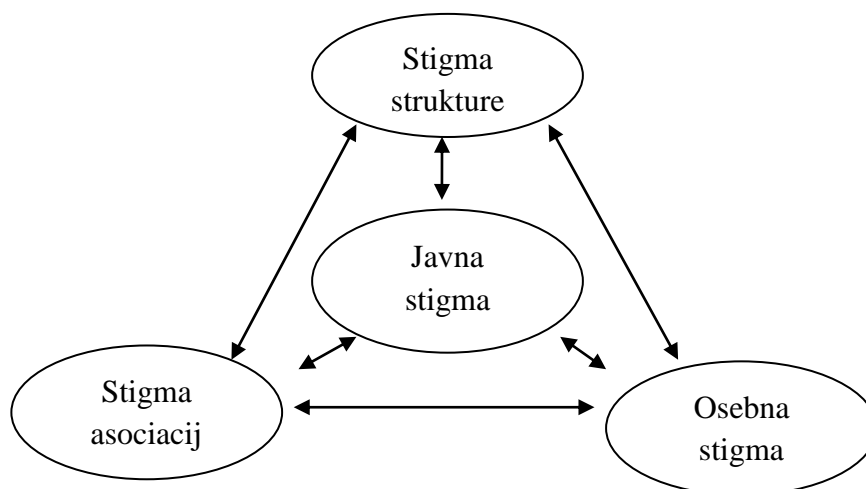
1.2.2 Razlika med predsodkom, stereotipom in stigmo

Predsodek je po mnenju nekaterih raziskovalcev posledica stigmatizacije (Kuklec, 2012). Phelan s sodelavci (2008) ugotavlja, da se razlike med stigmo in predsodki kažejo predvsem v načinu raziskovanja obeh pojavov. Predsodki se ponavadi raziskujejo z vidika medskupinske dinamike preko opazovanja dominantnih in podrejenih skupin, stigma pa preko družbenih pojavov, ki nastanejo zaradi nedoseganja družbenih norm. Stigma v večini primerov raziskujejo na področju bolezni, saj so obolele osebe velikokrat stigmatizirane. Znanstveni proces raziskovanja obeh pojavov je drugačen in nekateri raziskovalci so potrdili, da med pojavoma obstajajo razlike, kljub temu pa ju med seboj težko ločimo (Phelan idr., 2008). Vendar stigma vedno vključuje odziv na negativni odklon od družbenih norm, medtem ko pri predsodku ni nujno, da vzbudi kakršni koli odziv. Predsodek lahko nastane tudi med dvema skupinama, ki sta si relativno podobni, saj nobena od njiju ne odstopa od družbenih norm (Bos idr., 2013).

Stereotip predstavlja del stigme, pri tem pa lahko omenimo tudi vključenost atributov. Atribut predstavlja tisto lastnost osebe, ki slednjo vključuje v stigmatizirano skupino, stereotip pa je del generaliziranih resnic o stigmatizirani skupini, ki so sprejete s strani družbe (Goffman, 1963). To ne pomeni, da je stigma izrecno negativna ali pozitivna, četudi ima v večini negativni prizvok. Stigma je spreminjajoča se in preko socializacije jo lahko sprejmemo ali preoblikujemo (Link in Phelan, 2001).

1.2.3 Model stigme

Stigmatizacija lahko poteka na različnih ravneh; socialni, interpersonalni in individualni. Ker na področju stigmatizacije obstaja ogromno literature in raziskav, sta Pryor in Reeder na njihovi osnovi oblikovala model, ki vključuje štiri pojave stigme.



Slika 2.01. Model socialne stigme po teoriji Pryorja in Reederja (Bos idr., 2013).

V središču modela je javna stigma, ki predstavlja človeške socialne in psihološke odzive na stigmatizirane osebe ter vključuje kognitivne, vedenjske in čustvene odzive. Osebna stigma vključuje psihološke in socialne vplive stigme na stigmatiziranega posameznika. Stigma asociacij, ki jo je razvil Goffman (1963), predstavlja vpliv stigme na druge, ki so del socialnega okolja stigmatizirane osebe (družina, prijatelji). Struktura stigme opisuje splošno okolje stigme, kako nanjo vplivajo ideologija sistema in druge socialne institucije (Bos idr., 2013).

1.3 Stigma in empatija

V sledečem poglavju je navedenih še nekaj ugotovitev o povezavah med stigmatizacijo in empatijo.

Empatija se izkaže kot eden izmed boljših načinov socialne zaznave (kako gledati na osebo, ki je označena z drugačnostjo). Prednost empatije je, da omogoča, da se drugo osebo razume s perspektive lastnega doživljanja in se na njo ne gleda kot na »to« ali »ono«. Nasprotno, na osebo gledamo kot na osebo z lastno socialno kognicijo in zmožnostjo čutenja (angl. *affective experience*). Pri tem pa igra ključno vlogo socialna kognicija ali socialno zaznavanje. S pomočjo empatije bi tako lahko dobili boljši vpogled v odnose, ki se vzpostavijo do stigmatiziranih. Pri tem pa se postavlja vprašanje, ali lahko z empatijo stigmatizacijo tudi preoblikujemo ali celo spremenimo (Finnerty, 2016).

Martin Hoffman empatijo vidi kot način, kako vzpostaviti spoštljiv odnos do osebe, v njegovem primeru do možne žrtve. Žrtve so osebe, ki so v stiski, trpijo ali živijo v pomanjkanju. Z empatijo se namreč izoblikuje zasnova za moralnost, ki lahko vodi do altruizma in želje pomagati ljudem v stiski (Goleman, 1997). Vendar pri tem ne smemo poudarjati individualnih vidikov stigme, ampak socialne (stigma kot družbeni in kulturni proces). Z drugimi besedami, da se pojavi težnja pomagati, stigma ne sme biti razumljena kot del enega posameznika, ampak kot kompleksen pojav, ki izoblikuje celotno družbo, katere del smo tudi mi. Če stigmatizacijo razumemo na tak način, lažje razumemo, kaj pomeni to, da si stigmatiziran, in kaj za stigmatiziranega posameznika predstavlja okolje in kako ga le-to ogroža. Na podlagi tega se potem odločimo, ali se je vredno boriti za to, da se stigma zmanjša (Yang idr., 2006).

1.3.1 Empatija, stigma in socialna kognicija

Socialna kognicija ali socialno zaznavanje je sposobnost posameznikovega zaznavanja socialnega sveta in odnosov, ki potekajo v njem. Proces zaznavanja poteka, ko sporočila iz okolja sprejmemo in jih pošljemo v nadaljnjo duševno obdelavo (Ule, 2009). Sporočila, ki jih sprejemamo v socialnem kontekstu, vključujejo čustva, misli in vedenja drugih ljudi. Socialno zaznavanje igra pomembno vlogo pri razvoju otroka, saj predstavlja tudi vrsto učenja o sebi in o odnosih. Otrok z razvojem vedno lažje zavzema perspektivo drugega. Spoznava, da smo si ljudje različni v mišljenju, čustvovanju in vedenju (Selman, 1971).

Empatija zahteva ustrezno stopnjo sposobnosti socialnega zaznavanja (Lawrence idr., 2006). Kako se ta sposobnost izraža je najlažje opazovati v medosebnih odnosih, zato jo raziskujejo preko opazovanja medskupinske dinamike (Dovidio idr., 2010). Socialno zaznavanje je lahko spremenjeno, če je v tem odnosu prisotna stigma. Z nevroznanstvenimi raziskavami so pokazali, da je zaznava bolečine drugega drugačna, če je slednji del prevladujoče skupine ali če je del stigmatizirane skupine. Druge raziskave so pokazale, da negativna prepričanja o stigmatiziranih skupinah zmanjšajo sposobnost prepoznavanja čustev (Finnerty, 2016).

1.3.2 Empatija kot zmožnost za izboljšanje odnosa do stigme

Mnogi znanstveniki, kot je na primer Charles Darwin, filozofa David Hume in Adam Smith ter psihologi Martin Hoffman, Dennis Krebs in C. Daniel Batson so empatijo videli kot vir altruističnega vedenja. Na splošnem je namreč veljalo, da je altruizem posledica posameznikovega egoizma in koristi, ki mu jih tako vedenje prinese. Omenjeni znanstveniki pa so se osredotočili na empatijo, na podlagi katere je Batson postavil hipotezo o povezanosti empatije in altruizma. Ta pravi, da sposobnost empatije omogoča motivacijo za altruistično vedenje. Hipoteza pridobiva na dokazih, poleg tega pa so raziskave prinesle veliko novih spoznanj. Izkazalo se je, da osebe z visoko sposobnostjo empatije intenzivnejše doživljajo negativne občutke, če so neuspešne pri altruističnih dejanjih, kot osebe z nizko sposobnostjo empatije. Podobno se zgodi, če vidijo, da nimajo možnosti pomagati. Za dobrobit osebe v stiski so pripravljene zanemariti ali celo oškodovati skupino, ki ji sicer pripadajo. Altruizem lahko duševnemu stanju posameznikov z visoko sposobnostjo empatije dolgoročno škodi. Ima pa seveda pozitiven vpliv na tiste, ki so bili pred tem v stiski (Batson idr., 1997). Prav tako se izkaže kot uspešno orodje pri zmanjševanju stigme in predsodkov, ne samo za stigmatizirane posameznike, ampak za celotno skupino, ki ji ta pripada (Lishner in Stocks, 2007).

1.3.2.1 Kako spodbuditi empatijo

V procesu spodbujanja empatije je ključen odnos ali interakcija med posamezniki (Finnerty, 2016). Doživljanje empatije je najmočnejše, ko je oseba, do katere čutimo empatijo, v naši bližini, saj nam to omogoča, da skupaj ustvarjamo skupnost oz. kategorijo, ki ji želimo pripadati. Ta princip socialni psihologi imenujejo tudi face to face interaction (Finnerty, 2016). Te interakcije so dinamične in nam prinesejo veliko informacij o drugemu, vendar fizična prisotnost stigmatiziranega še vedno ni dovolj, da bi spremenila naš odnos do njega. Clore in Jeffrey (1972, v Batson idr., 1997) sta z eksperimentom pokazala, da je sprememba odnosa do oseb na invalidskem vozičku mogoča. Že samo bližnje opazovanje in aktivno sodelovanje pri odkrivanju težav, na katere lahko naletijo osebe na invalidskih vozičkih v kampusih, je izboljšalo odnos do teh oseb (Clore in Jeffrey, 1972, v Batson idr., 1997).

Za spremembo odnosov je ključen kontekst oz. okolje. To večinoma ni ravno naklonjeno morebitnim fizičnim srečanjem med nestigmatiziranimi in stigmatiziranimi posamezniki. Poleg tega okolje še povečuje razdaljo med »nami« in »onimi«. V večini primerov gre za fizične objekte, ki so kot ovira, zaradi katerih ne moremo dostopati do stigmatiziranih. Glavno vlogo pri tem igrajo družbena omrežja in internet, ki nas informirajo o ozadju dogajanja. Prinašajo nam informacije o tem, v kakšnem okolju stigmatizirani živijo, kakšna so njihova zasilna bivališča in s kakšnimi težavami se soočajo. Vse to lahko vodi v še večjo

stigmatizacijo, kategorije pa se posledično še bolj izoblikujejo. Empatija pa lahko premaga tudi to, vendar je ljudi potrebno informirati, da so nam stigmatizirani posamezniki bližje, kot si predstavljamo. Če si, na primer, posameznik, ki je starš, predstavlja, v kakšen položaju je pripadnik stigmatizirane skupine, ki je tudi starš, to lahko vodi v večjo empatijo (Finnerty, 2016).

Tehnologija nam omogoča vedno lažji dostop do informacij. Pri tem igra ključno vlogo virtualna resničnost (internet, televizija, video igre, itd.), ki omogoča, da posamezniki prihajajo v stik z drugimi preko duševne predstave (Finnerty, 2016). Vprašanje pa je, ali ta pristop stigmo znižuje ali pa vodi do še večjih razkolov med skupinami. Fizični stik v primerjavi z oddaljenim dostopom izpred zaslonov namreč od nas še vedno zahteva večjo aktivnost in prisotnost (Batson idr., 1997).

1.3.2.2 Delovanje empatije

Batson s sodelavci (1997) v svoji raziskavi o empatiji in stigmatizaciji opiše tristopenjski model, ki prikazuje, kako lahko empatična čustva izboljšajo odnos do stigmatizirane skupine:

1. Prevzemanje perspektive stigmatizirane osebe, ko je ta v stiski (npr. predstava o tem, kako se počuti zaradi svoje situacije), vodi do povečanja empatičnih čustev do nje.
2. Empatija vodi do večjega spoštovanja in skrbi za dobrobit te osebe.
3. Zaradi predvidevanja, da je pripadnost njeni skupini ključna za trpljenje te osebe, se skrb prenese na celotno skupino, ki ji oseba pripada.

Opisani model pa naleti na nekaj težav. Načini za vzpostavitev empatije, kot so že omenjeni telesna prisotnost, boljša informiranost in virtualna resničnost, lahko povečajo našo empatijo. Težko pa trdimo, da lahko ta spremeni odnos do stigme (Finnerty, 2016). Kljub temu je omenjeni model potrdilo kar nekaj raziskovalcev (Batson idr., 1997; Polycarpou idr., 1997; Dovidio idr., 2004; Galinsky in Ku, 2004; Shih, Wang, Bucher, in Stotzer, 2009; Vescio, Sechrist, in Paolucci, 2003; Vorauer in Sasaki, 2009, v Todd, Bodenhausen, Richeson, Galinsky, 2011), ki so se sicer v večji meri posvečali prvi stopnji modela, vlogi zavzemanja perspektive pri zmanjševanju predsodkov. Tako so psiholog Andrew Todd in sodelavci (2011) izvedli raziskavo, v kateri so se osredotočili na rasne predsodke, pri tem pa uporabili nabor različnih metod in instrumentov. Udeleženci so razdelili v tri skupine. Tistim v prvi skupini je bilo podano navodilo, naj z zavzemanjem perspektive drugega opazujejo njegova čustva in misli. Udeleženci druge skupine so imeli podobno nalogo, le da so morali z lastne perspektive opazovati, kako bi se v tej situaciji počutili sami. Tisti v tretji skupini pa so morali podati objektivno oceno dane situacije. Izkazalo se je, da je zavzemanje perspektive, ki so jo izvajali udeleženci prve in druge skupine, pozitivno vplivalo na zmanjšanje predsodkov, medtem ko tega ni bilo zaznati v tretji skupini (Todd idr., 2011).

Veliko raziskav v kognitivni psihologiji je pokazalo, da informiranje o določeni tematiki in rušenje predsodkov deluje le, če želimo uničiti stigmo, ki je vezana na določenega posameznika, ne moremo pa na tak način destigmatizirati celotne skupine (Batson idr., 1997). Tudi če postane določen posameznik v naših očeh manj stigmatiziran, najdemo razlog, da

preostale iz njegove skupine še vedno dojemamo kot drugačne. V večini primerov pride do nastanka novih podkategorij in podskupin, pojavijo pa se lahko tudi negativni odnos in stereotipi do preostale skupine.

Pri tem je vredno omeniti tudi fenomen krivca (koga krivimo za nastalo situacijo), saj je to ključno pri ohranjanju stigme in predsodkov. V večini je brezdomcem, beguncem, invalidom ali osebam z AIDS-om krivda za njihovo stanje pripisana njim samim. Nekatere raziskave pa so pokazale, da je empatijo lažje čutiti do oseb, ki jih ne dojemamo kot odgovornih za svoje stanje (Winer, 1980, v Batson idr. 1997).

Kot smo že omenili, je za delovanje empatije pomemben socialni stik med družbeno sprejemljivimi posamezniki in tistimi, ki so stigmatizirani. Izkaže se, da fenomen krivca pri tem ne igra tako pomembne vloge. Odgovor na vprašanje, zakaj so nekatere stigme močnejše in druge šibkejše, se skriva v motnjah, do katerih pride v socialnih stikih. V večini primerov pa do stikov niti ne pride, ker ljudje ne vedo, kako bi jih vzpostavili. Albreht s sodelavci (1982) v svoji raziskavi omenja, da se veliko ljudi boji, da bodo s strani družbe označeni, če bodo vzpostavili stik s stigmatiziranimi osebami. Več kot je motenj pri vzpostavitvi stika, večja je prisotnost stigme (Albreht, Walker in Levy, 1982).

1.4 Empatija in čustva

Čustva igrajo v življenju zelo pomembno vlogo. Čustvo razumemo tudi pod izrazom emocija, katerega koren izvira iz latinske besede *motere*, ki pomeni gibati se, skupaj s predpono *e-* pa pomeni gibati se stran. To nakazuje, da nas čustva vodijo v dejanja (Goleman, 1997). Vsa čustva so povezana z našim biološkim delovanjem in so posledica sprememb v telesu (hormonskih, temperaturnih idr.) (Musek in Pečjak, 2001). James in Lange sta v svoji teoriji čustvo razložila kot duševno zaznavo dogodka. To zaznavanje vodi do fizioloških sprememb v telesu, čustva pa predstavljajo subjektivno doživljanje teh sprememb. Čustva igrajo pomembno vlogo v socialni kogniciji. Posamezniku povedo, kateri dogodki v okolju so za njega pomembni in kateri ne (Plutchik, v Lamovec, 1991).

V zadnjem času v ospredje prihajajo kognitivno-emocionalne teorije, ki čustva ne razumejo samo kot posledice fizioloških sprememb na dražljaje, temveč poudarjajo pomen posameznikovega vrednotenja in interpretacije dogodkov ali objektov. Čustva lahko tako povežemo z empatijo, ki jo razumemo kot čustveno reakcijo, ki jo vodijo kognitivni procesi zaznavanja (Lamovec, 1987, v Turk, 2017). Kakšen čustveni odziv bo nastal pri posameznikudiste, je odvisno od njegovega lastnega vrednotenja okoliščin (Turk, 2017). Vrednotenje pa je odvisno od izkušenj posameznika in njegovih pričakovanj glede prihodnosti (Magde Arnoldova, v Lamovec 1991).

1.4.1 Zaznavanje čustev

Prepoznavanje čustev je pomemben del čustvene inteligentnosti. Kot pravi Goleman (1997): »Nesposobnost dojemanja čustev drugih je ena najhujših slabosti v čustveni inteligenci in

obenem pomanjkljivost, ki ima tragične posledice za vse, kar je v človeku človeškega« (str. 121). Le preko prepoznavanja čustev je možna skrb za drugega. To čustveno ubranost Goleman poimenuje empatija.

Misli in čustva drugih ljudi prepoznavamo predvsem preko zunanje zaznave. Vsako čustvo ima namreč svojo zunanjo podobo (Hribar Sorčan, 2008), zato pri prepoznavanju čustev nebesedni znaki igrajo pomembnejšo vlogo od besednih (Goleman, 1997). Ko čustvene znake preberemo, jih ponotranjimo. Zaznava teh znakov se ohrani in se nevede izraža v naši mimiki (Hribar Sorčan, 2008). To čustveno ujemanje opisujejo s tremi komponentami. Najprej gre za zavedanje tega, kar čuti drugi, in sicer preko opazovanja zunanjih čustvenih znakov. To omogoča, da čutimo, kar čuti drugi. Na koncu začutimo željo, da se na zaznavo čustev ustrezno odzovemo (Balconi in Bortolotti, 2012). Kljub temu nekatera čustva zaznavamo drugače kot druga. Z opazovanjem opic so ugotovili, da se te na strah ali grozo odzivajo hitreje in impulzivneje kot na druga čustva, kar so izražale s spačenostjo obraza, večjo odprtostjo ust in rahlim priklonom glave. Opazovanja so potrdili tudi z nevrološkimi raziskavami njihovih možganov (Goleman, 1997).

1.5 Sklep teoretičnega dela

Empatija ima v naši družbi veliko različnih funkcij, izkaže pa se za ključno sposobnost pri ohranjanju naše vrste, saj predstavlja pomemben motivacijski dejavnik za preživetje. Pripadnost skupnosti je pomembna za človekov obstoj ter pri skrbi za njegovo preživetje, varnost in razvoj (Preston in de Waal, 2002). Empatija omogoča ohranjanje socialnih stikov in pozitivnih odnosov, kar za človeka predstavlja vir samouresničitve in potrditve (Anderson in Keltner, 2002, v Simonič, 2010). Že od nekdaj je del moralnega delovanja posameznika in lahko s tem prispeva k prosocialnemu in altruističnemu vedenju (Eisenberg idr., 2010). Simonič v svoji doktorski disertaciji zaključí, da je empatija »nenehno doživljanje tega, kar doživljajo drugi (dojemanje misli in čustev drugih), kar spodbuja naše preživetje, tako v smislu prepoznavanja nevarnosti in groženj (fizičnih in čustvenih), kakor tudi v smislu spodbujanja pozitivnih in negativnih stanj med člani skupnosti« (Simonič, 2014, str. 66). Pri tem poudarja, da je empatija tako pomembno vpletena v človeške odnose. Z njo so opremljeni pripadniki vseh kultur, in sicer ne glede na raso ali spol; je spontana in naravna sposobnost vsakega izmed nas (Simonič, 2014). To so pokazali tudi izsledki nevroloških raziskav in odkritje zrcalnih nevronov, preko katerih se oblikuje naša sposobnost razumevanja stanja drugega (Gerdes idr., 2011). Na razvoj empatije lahko vplivamo tudi sami. Ključno vlogo pri tem igrajo vzgoja, kultura in socialne okoliščine. Poznamo pa tudi različne psihološke motnje, ki sposobnost empatije ovirajo, na primer motnje avtističnega spektra (Delač, 2016).

Batson (1997) je na podlagi predhodnih raziskav postavil hipotezo, ki kaže na povezavo med altruizmom in empatijo. Empatija naj bi bila motivacijska sila, ki spodbuja vedenje v korist dobrobiti sočloveka v stiski (Batson idr., 1997). Imeti sposobnost empatije še ne pomeni nujno, da bo to v vseh primerih spodbudilo altruistično vedenje, je pa to dobra predispozicija za altruizem (Marsh, 2011). Posamezniki z visoko sposobnostjo empatije se izkažejo za občutljivejše za stisko drugega. Empatija prav tako pozitivno vpliva na zmanjševanje stigme

in predsodkov (Lishner in Stocks, 2007). Pri tem ima velik vpliv tudi okolje, ki lahko onemogoča ali omogoča dostop do oseb, ki so v stiski. Finnerty (2016) trdi, da je za delovanje empatije pomembna bližnja interakcija med akterjema. Na doživljanje empatije vplivajo še informacije in ozaveščanja, ki so z napredkom tehnologije vse bolj dostopna.

1.6 Namen dela in raziskovalna vprašanja

Namen zaključne naloge je raziskati dejavnike, ki bi lahko bili ključni pri razumevanju izraženosti sposobnosti empatije in razumevanju socialne stigme. Empatija je bila prepoznana kot ena izmed pomembnih sposobnosti, ki omogoča spreminjanje posameznikovega odnosa do stigmatiziranih oseb (Batson idr., 1997). Prav tako lahko pripomore k temu, da se posameznik odzove na stisko drugega ne samo na interpersonalni čustveni ravni, ampak tudi preko aktivnega altruističnega vedenja (Klimecki, Mayer, Jusyte, Scheeff in Schöenberg, 2016). Kljub temu ni povsem jasno, kako in zakaj empatija ni vedno učinkovit motivacijski dejavnik, ki bi pripomogel k boljšim medosebnim odnosom. Razkorak med posameznikovo sposobnostjo empatije in vedenjem bomo poskušali razložiti preko razumevanja, kako se oblikuje odnos med posameznikom in stigmatizirano osebo.

V skladu z namenom diplomskega dela smo v okviru empiričnega dela iskali odgovor na naslednje vprašanje:

1. Kako se kažejo razlike v doživljanju socialne stigme med osebami z nizko izraženo sposobnostjo empatije in z visoko izraženo sposobnostjo empatije?

2 METODA

Empirični del vključuje tako kvalitativno kot kvantitativno raziskovanje. Ker so nas zanimale razlike med osebami z visoko izraženo sposobnostjo empatije in tistimi z nizko visoko in nizko, smo jih morali v pilotni študiji identificirati. S tem namenom smo raziskavo izvedli v dveh delih.

V prvem delu raziskave smo uporabili standardizirani vprašalnik Indeks medosebne odzivnosti ali IRI (Davis, 1983, v Lamovec, 1988). Na podlagi dobljenih rezultatov smo določili osebe, ki so na lestvici dosegle visoko število točk, in tiste, ki so dosegle nižje število točk. Predstavnike obeh skupin smo nato prosili za nadaljnje sodelovanje v raziskavi. V drugem delu smo uporabili vprašalnik odprtega tipa s slikovnim gradivom, ki je vseboval štiri vprašanja. Prvo vprašanje je od udeležencev želelo pridobiti podroben opis priložene fotografije. Drugi dve vprašanji sta se nanašali na čustva. Prvo je spraševalo o zaznavanju čustev oseb na fotografiji, drugo pa o čustvih, ki se ob opazovanju fotografije pojavijo v udeležencu samemu. Zadnje vprašanje je udeležence spraševalo, kako bi se počutili, če bi se sami znašli v prikazani situaciji.

Analizo smo opravili z metodo analize vsebine. Preko kodiranja smo določili teme, podteme in kategorije. Pri tem smo izračunali tudi frekvence kod v besedilu.

2.1 Vzorec

1. del raziskave

V prvem delu raziskave je sodeloval priložnostni vzorec 427 oseb, od tega je bilo 24,82 % oseb moškega in 75,17 % oseb ženskega spola. 55 % anketirancev je bilo mlajših od 25 let, 31 % je bilo starih med 26 in 45 let ter 13 % starejših od 45 let.

2. del raziskave

Tabela 2.01.

Udeleženci, ki so izpolnili vprašalnik s slikovnim gradivom.

	N	N=osebe z nizko izraženo sposobnostjo empatije	N=osebe z visoko izraženo sposobnostjo empatije
Število udeležencev	23	7	16

V zgornji tabeli je prikazano število udeležencev, ki so sodelovali v drugem delu raziskave. Glede na rezultate vprašalnika s slikovnim gradivom jih sedem pripada skupini z nizko izraženostjo empatije in 16 skupini z visoko izraženostjo empatije. Skupini smo določili na podlagi porazdelitve rezultatov (glej Tabela 3), kjer so glede na vprašalnik IRI (Batson, 1983, v Lamovec, 1988) pripadniki skupine z nizko izraženostjo empatije dosegli manj kot 51 točk, pripadniki skupine z visoko izraženostjo empatije pa vsaj 81 točk.

V drugem delu raziskave je tako sodelovalo 19 oseb, od tega 16 oseb ženskega in tri osebe moškega spola, ki so bile izbrane na podlagi predhodnega vprašalnika. Pri tem so bili vsi

moški udeleženci stari manj kot 25 let, med ženskimi udeleženkami pa je bilo 9 udeleženk starih manj kot 25 let, štiri so bile stare med 26 in 35 let, preostale štiri pa med 36 in 45 let.

2.2 Pripomočki

2.2.1 Vprašalnik IRI ali Indeks medosebne odzivnosti (Davis, 1983)

V prvem delu raziskave je bil uporabljen javno dostopen vprašalnik IRI ali Indeks medosebne odzivnosti (Davis, 1983), ki je v slovenskem prevodu vključen v knjigo *Motivacije in emocije* avtorice Tanje Lamovec (1988). Vprašalniku smo dodali še dve socioekonomski vprašanji o spolu in starosti udeležencev. Te smo pozvali, da zapišejo še svoj elektronski naslov, da jih lahko v primeru, da bi želeli še naprej sodelovati v raziskavi, kontaktiramo.

Indeks medosebne odzivnosti (Davis, 1983) meri individualne razlike v empatiji. Sestavljen je iz štirih lestvic, od katerih ima vsaka sedem postavk. Posamezna postavka je zapisana v obliki trditve, ki se nanaša na posameznikove misli in čustva v različnih situacijah. Vsaka postavka od udeleženca zahteva, da na petstopenjski lestvici (sploh nisem tak; večinoma nisem tak; sem nekje vmes; večinoma sem tak; povsem sem tak) označi, koliko je določena trditev zanj značilna. Vsota doseženih točk pri posameznih točno določenih postavkah nam da rezultat, ki ga je udeleženec dosegel na posamezni lestvici. Lestvice so štiri, in sicer zavzemanje perspektive, lestvica domišljije, empatično zanimanje in osebna prizadetost.

Vprašalnik je leta 1980 razvil Davis, ki je na empatijo gledal kot na večdimenzionalen pojav. Razumel jo je kot konstrukt, ki vsebuje različne sestavine, vse skupaj pa se nanašajo na medosebno odzivnost. V skladu s tem je vprašalnik sestavljen iz štirih dimenzij, in sicer: lestvice PT (zavzemanje perspektive), ki preverja nagnjenost k spontanemu prevzemanju vidika drugih; lestvice FS (lestvica domišljije), ki meri posameznikovo sposobnost vživljanja v čustva in dejanja namišljenih oseb; lestvice EC (empatično zanimanje), ki meri čustva simpatije in sočustvovanja z nesrečo drugih in lestvice PD (osebna prizadetost), ki vsebuje introspektivni vidik posameznikove anksioznosti. Zadnji dve lestvici merita tipične čustvene odzive.

Empatija je merjena kot pojav, sestavljen iz več konstruktov. To sta potrdila tudi Deutsch in Madle (1975, v Lamovec, 1988), ki sta trdila, da empatija ne vsebuje le enega konstrukta, ampak je teh več, med seboj pa so lahko tudi povezani. Vsaka dimenzija pravzaprav predstavlja specifični aspekt bolj splošnega koncepta, ki je odvisen od vsakega posameznika (Davis, 1983). Konstrukti empatije, merjeni z vprašalnikom IRI, so:

1. Zavzemanje perspektive

Ta lestvica meri posameznikovo spontano prevzemanje psiholoških stališč drugih. Zavzemanje perspektive je velikokrat povezano tudi z uspešnostjo v medosebnih odnosih. Osebe, ki na tej lestvici dobijo višje število točk, imajo po navadi več samospoštovanja in nižjo stopnjo čustvenosti.

2. Lestvica domišljije

Ta lestvica meri težnjo oseb po doživljanju čustev in vživljanju v čustva in dejanja namišljenih oseb v knjigah, filmih ipd. Ni pričakovano, da bi posameznikovo močno

vživljanje v namišljeni svet knjig in filmov sistematično vplivalo na njegove socialne odnose. Višji rezultati na tej lestvici korelirajo z večjim čustvenim odzivanjem. Pri nekaterih posameznikih se je pokazalo tudi, da korelirajo z višjo neverbalno inteligentnostjo in z manjšo uspešnostjo v medosebnih odnosih (Davis, 1983).

3. Empatično zanimanje

Ta lestvica vključuje čustva naklonjenosti, skrbi in sočutja do oseb, ki trpijo ali so v težavah. Posamezniki, ki na tej lestvici dosegajo višje rezultate, so večkrat pripravljene priskočiti na pomoč. Višji rezultati na tej lestvici se povezujejo z večjo čustveno odzivnostjo.

4. Osebna prizadetost

Ta lestvica meri anksioznost in možne občutke nelagodja v napetih medosebnih situacijah ter ob pogledu na osebo, ki jo je prizadela nesreča. Višji rezultati na tej lestvici so večkrat povezani s slabšimi medosebnimi odnosi (Lamovec, 1988).

2.2.2 Vprašalnik s slikovnim gradivom

V drugem delu raziskave je bil uporabljen vprašalnik s slikovnim gradivom. Tehnika s fotografijami se je izkazala kot učinkovit način merjenja empatije. Povezanost med čustvi, ki jih izzove protagonist na fotografiji in čustvi, ki jih občuti udeleženec, nakazujejo na empatični odziv (Štemberger, 2016). Kljub temu ima tehnika nekaj pomanjkljivosti. Četudi posameznik prepozna čustvo, ki ga izkazuje oseba na fotografiji, ne vemo, ali je bilo to čustvo dejansko prisotno in tudi razumljeno s strani opazovalca (Anderson idr., 2012, v Štemberger, 2016). Z izbrano fotografijo v vprašalniku smo želeli prikazati obraz osebe in njeno socialno vlogo, natančneje, na fotografiji je prikazana z otroci obkrožena ženska, pokrita z burko. Tematiko beguncev oz. migrantov smo si izbrali namenoma, saj slednji v zadnjih letih spreminjajo strukturo naše družbe. Število beguncev, ki z željo po boljšem življenju zapuščajo svoje države, se povečuje. Slovenski mediji migracije dosledno spremljajo in objavljajo fotografije, ki prikazujejo prihode beguncev. V medijih najdemo tudi veliko predsodkov in stereotipov do omenjene skupine (Dvorjak, 2016). Na podlagi tega smo sklepali, da begunci trenutno predstavljajo eno bolj stigmatiziranih in ranljivih skupin v našem prostoru.

V vprašalniku so pod opisano fotografijo podana štiri vprašanja odprtega tipa, ki poizvedujejo o tem, kaj udeleženci raziskave na fotografiji opazijo, katera čustva prepoznajo na prikazanih osebah in pri sebi, medtem ko sliko opazujejo, ter kako bi se v prikazani situaciji počutili sami. Na ta način smo želeli pridobiti čim več informacij o tem, kakšen odnos do fotografije vzpostavi posameznik, in izvedeti čim več o čustvih, saj so ta ena izmed glavnih komponent empatije (Goleman, 1997).

Analizirana odprta vprašanja:

1. Opis slike (op.: kaj najprej opazite, opišite situacijo, ki je prikazana...)
2. Naštejte in opišite čustva, ki jih opazite na fotografiji.
3. Naštejte in opišite čustva, ki jih doživljate sami, ko opazujete fotografijo.
4. Opišite, kako bi se počutili sami, če bi bili v isti situaciji kot osebe na fotografiji.



Slika 3.01. Begunka z otroki.

2.3 Postopek

Vprašalnik Indeks medosebne odzivnosti smo vnesli v spletno aplikacijo EnKlikAnketa, ki omogoča izpolnjevanje anket. Z namenom, da dosežemo čim več potencialnih udeležencev različnih spolov in starosti, smo povezavo do vprašalnika delili na družbenih omrežjih (predvsem Facebooku) in preko elektronske pošte. Po pridobitvi dovoljšnega števila izpolnjenih vprašalnikov smo vprašalnik iz spletne aplikacije odstranili. Rezultate smo analizirali s pomočjo programa SPSS.

Tabela 2.02.

Prikaz opisne statistike za skupno število točk pri vprašalniku IRI (Davis, 1983).

	N	Min	Max	M	Stand. dev.
Empatija	429	8,00	97,00	66,54	12,01

V Tabeli 3.02. je predstavljena opisna statistika vprašalnika, ki prikazuje skupno število točk, doseženih v raziskavi. Vprašalnik meri štiri faktorje in višje, kot je število točk vseh štirih faktorjev, višja je empatija. Udeleženci (N=429) so dosegli največ 97 in najmanj 8 točk. Mediana je v vrednosti 66,75 točke, standardna deviacija pa znaša 12,01 točke. Na podlagi rezultatov tega vprašalnika smo določili absolutne meje v percentilih in tako določili, kdo pripada skupini oseb z nizko izraženo sposobnostjo empatije in kdo skupini z visoko izraženo sposobnostjo empatije.

Starost in spol v naši raziskavi tako ne vzamemo za pomembni spremenljivki. Veliko raziskovalcev je namreč pokazalo, da so demografski dejavniki slabi napovedovalci etičnega vedenja (De Pelsmacker idr., 2005; O'Fallon in Butterfield, 2005, v Bray idr., 2011). Če bi pri interpretaciji rezultatov želeli upoštevati starost in spol udeležencev, bi morali v raziskavo vključiti še številne druge dejavnike, kar pa bi daleč preseгло namen in obseg pričujoče raziskovalne naloge. Kljub temu lahko omenimo, da obstajajo raziskave, ki so pokazale razlike v sposobnosti empatije pri različnih starostnih skupinah in med spoloma. Naš vprašalnik je izpolnilo precej več žensk (75 %) kot moških (25 %). Razlog, zakaj se je na sodelovanje v raziskavi odzvalo več žensk, je lahko njihova splošna večja motivacija za sodelovanje ali pa privlačnost same teme (empatija, čustva). Stereotipi v popularni kulturi kažejo na to, da naj bi bile ženske bolj sposobne razumevanja čustev in misli drugih (Klein in Hodges, 2001, v Toussaint in Webb, 2007). To so empirično potrdili tudi drugi raziskovalci (Batson idr., 1997; Davis, 1983). Nekatere raziskave pa kažejo, da se razlike med spoloma izražajo zaradi socialnih vlog, ki jih pripisujemo spoloma. Izkazalo se je, da lahko spola dosežeta enake vrednosti na lestvicah empatije, če je asociacija na razlike med spoloma odstranjena (Shevantika, 2014).

Starostna struktura udeležencev je pokazala, da jih skoraj polovica pripada skupini pod 25 let. Izsledki raziskave, ki je ugotavljala sposobnost empatije dveh starostnih skupin, so pokazali, da so glede sposobnosti empatije razlike v starosti očitne (Lamovec, 1988). Pri reševanju vprašalnika Indeks medosebne odzivnosti mlajši (dijaki) dosegajo večje število točk na vseh štirih lestvicah, ki jih meri vprašalnik, medtem ko starejši dosegajo manjše število točk (Avsec, 2007). Richter in Kunzmann (2011) sta v svoji raziskavi razliko pri sposobnosti empatije pri različnih starostnih skupinah iskala v treh komponentah empatije, in sicer sposobnosti prepoznavanja čustev drugega, sposobnosti deljenja čustev drugega in načinu, kako v fazi empatije občutimo in izrazimo simpatijo do drugega. Tudi pri njima so se pokazale razlike med starostnimi skupinami (Ritcerh in Kunzmann, 2011).

Na podlagi rezultatov prvega vprašalnika (vprašalnik IRI) smo določili, katere udeležence bomo vključili v nadaljevanje raziskave. Želeli smo izbrati tiste, ki so dosegli visoko število točk, in tiste, ki so imeli najnižje število točk. Na podlagi devetdesetega in desetega percentila smo določili, katere udeležence bomo uvrstili v skupino oseb z visoko izraženo sposobnostjo empatije in katere v skupino z nizko izraženo sposobnostjo empatije. Desetemu percentilu je pripadlo 44 oseb, devetdesetemu pa 47 oseb. Tistim, ki so pripadali kateri izmed teh skupin, smo poslali vprašalnik s slikovnim gradivom oz. jih osebno prosili za njegovo izpolnitev.

Tabela 2.03.

Porazdelitev rezultatov po percentilih.

	Percentili						
	5	10	25	50	75	90	95
Empatija	43,00	51,00	60,00	67,00	75,00	81,00	84,00

Zgornja tabela prikazuje razporeditev pridobljenih točk po percentilnih rangih. Za namene pričujoče raziskave so bile ključne skrajne vrednosti. Osebe z nizko sposobnostjo empatije smo določili na podlagi desetega percentila, kamor so se uvrstili tisti, ki so na vprašalniku dosegli vsaj 51 točk. Osebe z visoko sposobnostjo empatije smo določili na podlagi devetdesetega percentila, kamor so se uvrstili tisti, ki so dosegli 81 točk in več.

3 REZULTATI IN INTERPRETACIJA

3.1 Kvantifikacija kvalitativnih podatkov pri analizi dobljenih odgovorov

Odgovori udeležencev na vprašalniku s slikovnim gradivom so bili zelo raznoliki in obsežni.

3.1.1 Identifikacija oseb na sliki

Tabela 3.01.

Frekvenca odgovorov v kategoriji identifikacija oseb na sliki.

Osebe z nizko izraženo sposobnostjo empatije (N=7)		Osebe z visoko izraženo sposobnostjo empatije (N=16)	
Koda	Frekvenca (%)	Koda	Frekvenca (%)
Mama (mati ...)	100	Mama	100
Otroci (dojenček, hči ...)	100	Otroci	100
Begunci	71	Begunci	75
Druga rasa	29	Druga rasa	12
Muslimani	29	Muslimani	6

Prvo vprašanje je udeležence spraševalo po opisu fotografije; kaj na njej najprej opazijo in kako razumejo na njej prikazano situacijo. Pri odgovarjanju so udeleženci navadno najprej identificirali, kdo je na fotografiji. Prikazane osebe so prepoznali kot begunce (71 % oseb z nizko izraženo sposobnostjo empatije, 75 % oseb z visoko izraženo sposobnostjo empatije). Opredeljevanje verske pripadnosti je bilo opaziti predvsem v skupini oseb z nizko izraženo sposobnostjo empatije (to je storilo 29 % udeležencev te skupine in 6 % oseb z visoko izraženo sposobnostjo empatije). 86 % oseb z nizko izraženo sposobnostjo empatije se je pri opisovanju fotografije osredotočilo na zunanost oseb; opazili so ženskinjo pokrivalo, ki so jo opredelili kot ruto ali hijabi. Nekaj primerov opisov fotografije:

- *»Prva stvar, ki jo opazim je pokrita ženska.«*
- *»Predvidevam, da je muslimanka, saj ima glavo pokrito z ruto.«*
- *»Hitro se opazi tudi drugo raso in versko pripadnost.«*

Udeleženci z visoko izraženo sposobnostjo empatije so bili pri sklepanju o veroizpovedi oseb na fotografiji pazljivejši. 75 % udeležencev te skupine je osebe na fotografiji povezalo z begunci in begunsko tematiko, le 6 % pa je izpostavilo tudi njihovo možno veroizpoved. Nekaj primerov opisov:

- *»Najprej opazim žalostna obraza mater in dojenčka ... verjetno so begunci.«*
- *»Glede na njen obraz, okolico, ter današnjo svetovno situacijo z begunci pa si upam trditi, da ni v domačem okolju, ampak na lovu za boljše življenjske pogoje.«*

3.1.2 Opisovanje situacije

Tabela 3.02.

Frekvenca odgovorov v kategoriji opisovanje situacije.

Osebe z nizko izraženo sposobnostjo empatije (N=7)		Osebe z visoko izraženo sposobnostjo empatije (N=16)	
Kode	Frekvenca (%)	Kode	Frekvenca (%)
Opisi, povezani z begunsko tematiko	57	Opisi, povezani z begunsko tematiko	62
Opis okolice, prikazane na sliki	29	Opis okolice, prikazane na sliki	37
Brez opisa	29	Vojna, revščina*	31
		Brez opisa	6

Opombe: *Opisi, ki niso posredno povezani z begunsko tematiko.

V sklopu prvega vprašanja smo od udeležencev želeli pridobiti tudi opis fotografije in situacije, v kateri so se osebe znašle. Iz pridobljenih odgovorov je razvidno, da so udeleženci skušali preko opredeljevanja situacije poiskati vzroke, ki so osebe na fotografiji privedli v stisko. Prikazano situacijo so dojemali kot znano. Najpogostejši so bili opisi, povezani z begunsko tematiko, in sicer je 57 % udeležencev z nizko in 62 % udeležencev z visoko sposobnostjo empatije fotografijo opisalo tako. Primeri teh opisov so naslednji:

- *»Ljudje bežijo pred vojno in revščino, želijo si boljšega in mirnejšega življenja. Vendar jih do takšnega življenja loči predolga pot in ogromno ovir.«*
- *»Predvidevam, da gre za vojno in pomanjkanje ali bolezen.«*
- *»...zagotovi čim boljše življenje, sploh če slika prikazuje realno situacijo, da sta sama in brez očeta ter še kakšnega otroka.«*
- *»Mama z več otroki v gneči ljudi. Morda čakajo na postajališču ali pa so v centru za begunce.«*

V odgovorih so se udeleženci velikokrat dotaknili odnosa med materjo in otrokom. To je omenilo 62 % udeležencev z visoko in 29 % udeležencev z nizko sposobnostjo empatije. Primeri opisov udeležencev prve skupine:

- *»Najprej opazim izraz matere na obrazu in njenega prestrašenega otroka – kako ga stiska.«*
- *»... se verjetno ne trudi samo zaradi sebe, ampak tudi v skrbi za svojega otroka ...«*
- *»... opazim jokajočega otroka v materinem naročju ... predvidevam, da trpita.«*
- *»Deklica se stiska k mami ...«*
- *»Težko ji je, ko vidi svojega otroka, kako joče, skrbi jo, kaj se bo zgodilo.«*

3.1.3 Zaznavanje čustev

Tabela 3.03.

Frekvenca odgovorov v kategoriji zaznavanje čustev.

Osebe z nizko izraženo sposobnostjo empatije (N=7)		Osebe z visoko izraženo sposobnostjo empatije (N=16)	
Kode	Frekvenca (%)	Kode	Frekvenca (%)
Žalost	57	Žalost	75
Strah	57	Strah	62
Zaskrbljenost	57	Zaskrbljenost	56
Odgovornost	29	Utrujenost, izmučenost	37
Utrujenost, izmučenost	29	Bolečina	37
Zamišljenost	29	Nemoč	31
Obupanost	29	Negotovost	31
Razočaranje	14	Tesnoba	25
Negotovost	14	Zamišljenost	25
Nerazpoloženost	14	Nelagodje	25
Bolečina	14	Obup	25
		Radovednost	19
		Brezup	19
		Jeza	19
		Upanje	12
		Sram	12
		Nesprejemanje	12
		Odtujenost	6
		Otroškost	6
		Nezaščitenost	6
		Nezaupanje	6
		Optimizem	6
		Prezir	6
		Ravnodušnost	6
		Trma	6

Najpogostejša čustva, ki so jih udeleženci obeh skupin prepoznali na osebah na fotografiji, so bila žalost (o tem je poročalo 75 % udeležencev z visoko sposobnostjo empatije in 57 % udeležencev z nizko sposobnostjo empatije), strah (62 % udeležencev prve skupine in 57 % druge skupine) in zaskrbljenost (56 % udeležencev prve skupine in 57 % udeležencev druge skupine). Žalost so razbrali preko obrazne mimike, strah pa kot posledico negotovosti glede prihodnosti in strahu pred neznanim. Predvsem udeleženci z visoko izraženo sposobnostjo empatije, in sicer 69 % od njih, so čustva določevali na podlagi odnosa med materjo in otrokom na fotografiji ter dejstva, da je v materinem naročju sedel otrok. Čustva so povezovali z materino skrbjo za prihodnost svojega otroka in skrbmi, kako mu omogočiti boljše življenje ter kako se rešiti iz dane situacije. Nekaj primerov opisov udeležencev, ki se nanašajo na omenjena čustva:

- *»Žalost in nemoč, ker ne more poskrbeti za otroka, ker mu oziroma jim ne more nuditi osnovnega življenja ...«*
- *»Mama je zaskrbljena. Ne ve, kako bo poskrbela za svoje otroke.«*
- *»Strah, ne vedo, kaj jih čaka na naslednjem koraku, kaj bo z njimi.«*

Pri opisovanju fotografije so prevladovala predvsem čustva, ki jih lahko kategoriziramo kot negativna. Opisi obeh skupin so vsebovali 79 % omemb negativnih čustev, medtem ko je bilo opisov s pozitivno konotacijo 21 %. Obraz matere je nekaterim udeležencev deloval odločen in močen, kar je poudarilo 31 % udeležencev z visoko izraženo in 14 % udeležencev z nizko izraženo sposobnostjo empatije. Poskrbeti mora namreč za svoje otroke. To so omenili predvsem tisti, ki so pozornost usmerili na odnos med materjo in otrokom.

Primeri opisov fotografije udeležencev z visoko izraženo sposobnostjo empatije:

- *»Njen obraz deluje zaskrbljen, ampak bolj trden kot zaprt, kot da ima zastavljen cilj in si ne upa izgubiti kontrole nad čustvi in podoživeti stisko.«*
- *»Pogled je usmerjen stran od ljudi, navzdol, drži otroka, da ga ščiti.«*

Primer opisa fotografije udeleženca z nizko izraženo sposobnostjo empatije:

- *»Na obrazu ženske opazim tudi to, da se trudi biti močna in v zgled svojim otrokom.«*

3.1.4 Prepoznavanje lastnih občutkov

Tabela 3.04.

Frekvenca odgovorov v kategoriji prepoznavanje lastnih občutij.

Osebe z nizko izraženo sposobnostjo empatije (N=7)		Osebe z visoko izraženo sposobnostjo empatije (N=16)	
Kode	Frekvenca (%)	Kode	Frekvenca (%)
Strah	43	Žalost	75
Ne vem	29	Nemoč	50
Sočutje	29	Upanje	31
Žalost	29	Gnus, slaba vest	31
Smiljenje	14	Jeza	31
Jeza	14	Strah	31
Obup	14	Napetost	25
Nelagodje	14	Obup	19
Hvaležnost	14	Zaskrbljenost	19
Zaskrbljenost	14	Tesnoba	19
		Bolečina	12
		Nemir	6
		Sram	6
		Zbeganost	6
		Kritičnost	6
		Agonija	6
		Nelagodje	6

Pri 75 % udeležencev z visoko izraženo sposobnostjo empatije je prevladovalo čustvo žalosti. Ta izvira iz razočaranosti nad svetom, ki dopušča, da prihaja do situacij, prikazanih na fotografiji, ali iz zaznanega trpljenja, predvsem otrokovega. Osebe na fotografiji so se jim smilile. Pogosto so v odgovorih izrazili tudi svojo nemoč (to je storilo 50 % udeležencev te skupine), ker ne morejo pomagati. Občutili so krivdo, ker sami ne prispevajo k izboljšanju begunske situacije. Primeri tovrstnih opisov:

- *»... bolj se mi družine smilijo ter vedno bolj slabo vest imam zaradi mojega neukrepanja. Mislim, da se tako počuti večina ljudi, begunci se veliko ljudem smilijo.«*
- *»... trpijo zaradi stvari, ki jih počnemo ljudje ...«*

Med opisi udeležencev z nizko izraženo sposobnostjo empatije se je najpogosteje pojavilo čustvo strahu, ki se je pojavilo pri 43 % teh udeležencev. Med pogosteje uporabljenimi izrazi najdemo tudi sočutje in žalost, ki ju je uporabilo 29 % udeležencev. Med udeleženci (teh je bilo 29 %) pa najdemo tudi take, ki imajo težave z opredeljevanjem lastnih čustev, kot prikazujeta spodnja primera opisov:

- *»Moja čustva so mešana oz. Sploh niso zelo prisotna, saj sem človek, ki se težko postavi v neko vlogo če osebe ne poznam in ne poznam njene situacije in njenega pogleda na življenje na te probleme ki jih ima. Vseeno se ne smejim nisem pa pretirano »žalosten«, ko vidim to sliko.«*
- *»Počutim se nelagodno, saj mi je še pri znanih ljudeh težko ugotoviti in opisati, kaj čutijo. Kaj šele pri neznancih na sliki.«*

3.1.5 Vživljanje v situacijo, ki je prikazana na sliki

Tabela 3.05.

Frekvenca odgovorov v kategoriji vživljanje v situacijo, ki je prikazana na sliki.

Osebe z nizko izraženo sposobnostjo empatije (N=7)		Osebe z visoko izraženo sposobnostjo empatije (N=16)	
Kode	Frekvenca (%)	Kode	Frekvenca (%)
Strah	43	Upanje (optimizem)*	56
Slabo, grozno	43	Pesimizem*	44
Brez opredelitve	29	Obup	38
Žalost	14	Jeza	31
Samomorilnost	14	Strah	31
Nervoza	14	Nemoč	19
Nezaupanje	14	Trma	19
Zaskrbljenost	14	Frustracija	12
Upanje	14	Osamljenost	12
		Zbeganost	12
		Ne vem	12
		Nezaupljivo	12
		»Ne naivno«	6
		Sebično	6
		Bolečina	6
		Nesprejeto	6
		Neodgovorno	6
		Neprijetno	6

Opombe: *Optimizem in pesimizem sta načina razmišljanja, ki odražata posameznikova pričakovanja o prihodnosti (Scheier, Carver in Bridges, 1994, v Bele, Könye, Majerle, 2009)

Med odgovori oseb z visoko izraženo sposobnostjo empatije prevladujeta predvsem upanje (ki je predvsem del optimističnega pogleda na prihodnost), ki ga je izrazilo 56 % teh udeležencev, in pesimizem, ki ga je izrazilo 44 % udeležencev te skupine.

Nekaj odgovorov oseb z visoko sposobnostjo empatije:

- *»Vendar bi se trudila zbrati in poiskati pogum in voljo.«*
- *»Želela bi le naprej. In verjela bi v to, da ta »naprej« obstaja. Ne le zame, temveč tudi za ostale. Vedno znova bi se pobrala in nadaljevala težko pot ter k temu spodbujala skupino. Ker bi tudi vanjo verjela.«*
- *» [...] obenem pa polna pričakovanj in bodrenja, saj imam otroke, katerim moram dajati upanje, ljubezen in občutek varnosti.«*

- *»Dvomim, da bi bila dovolj močna, da bi zdržala te grozote, napore, negotovosti.«*
- *»[...] morala bi se sprijazniti z usodo in čakati, da bo bolje.«*
- *»Počutila se bi zelo nesposobno in neodgovorno, da bi dovolila, da se to dogaja mojim otrokom.«*

Omembo upanja kot dela optimizma lahko najdemo tudi pri 14 % udeležencev druge skupine:

- *»Čeprav bi se trudila ohraniti upanje in ostati pozitivna, bi bilo to glede na pogoje skorajda nemogoče. Morda bi bila vseeno malo bolj realna in bi bila bolje obveščena o situaciji.«*

Preostale omembe čustev se nanašajo predvsem na doživljanje ob vživljanju v situacijo na fotografiji. Pri udeležencih z nizko izraženo sposobnostjo empatije je prevladoval strah, kar je poudarilo 43 % udeležencev te skupine. Strah je izrazilo tudi 31 % udeležencev skupine z visoko izraženo sposobnostjo empatije. Opisati počutje, če bi udeleženci bili v isti situaciji kot osebe na fotografiji, se je izkazalo za težjo nalogo. Pri obeh skupinah smo kar nekajkrat naleteli na odgovor »ne vem«, ki ga je podalo 12 % oseb z visoko izraženo in 29 % oseb z nizko izraženo sposobnostjo empatije. Prikazana situacija jim je bila težko razumljiva, ker imajo sami popolnoma drugačno življenjsko izkušnjo.

Primeri odgovorov oseb z nizko izraženo sposobnostjo empatije, ki se v svojih odgovorih glede tega vprašanje niso povsem opredelili, so sledeči:

- *»Kot že rečeno, težko se postavim v neko vlogo, če ne poznam celotne situacije, a vendar mislim, da se ne bi počutil dobro.«*
- *»Sama bi se počutila podobno kot oni.«*
- *»Verjetno enako kot oni.«*

3.1.6 Krivda

Tabela 3.06.

Frekvenca odgovorov v kategoriji krivda.

Osebe z nizko izraženo sposobnostjo empatije (N=7)		Osebe z visoko izraženo sposobnostjo empatije (N=16)	
Kode	Frekvenca (%)	Kode	Frekvenca (%)
Brez pripisovanja krivde	71	Drugi	56
Drugi	29	Občutek lastne krivde	44
		Brez pripisovanja krivde	12

V odgovorih udeležencev smo naleteli na omenjanje krivde, ki je bilo prisotno predvsem pri iskanju odgovornosti za prikazano situacijo. Osebe z visoko izraženo sposobnostjo empatije so krivdo omenile večkrat. Pri tem je 56 % udeležencev krivdo pripisalo drugim, 44 % pa jo je občutilo tudi samih. Udeleženci druge skupine v svojih odgovorih večinoma niso izražali iskanja odgovornega. Le 29 % izmed njih je kot krivca za nastalo situacijo videlo zunanje vplive.

Osebe z visoko izraženo sposobnostjo empatije so o občutkih krivde zapisale sledeče:

- *»Bolj ko premišljuje o sliki, bolj se mi družine smilijo, ter vedno bolj slabo vest imam zaradi mojega ne-ukrepanja.«*
- *»In na tem mestu sem razočarana nad sama sabo, stiska me, me žalosti in boli, da sem del sveta, ki je na nek način vse to povzročil, spodbujal in ima hkrati še korist od tega. Sram me je, ko si priznam, da se zavedam, da imam na nek način od te krize korist – pa četudi le posredno, četudi le zato, da zato ker se dogaja drugim, vem, da se ne dogaja meni.«*

V nekaterih primerih so osebe z visoko izraženo sposobnostjo empatije v odgovorih krivdo pripisale drugim:

- *»Kaj nameravajo vlade s temi ljudmi?«*
- *»Žalost in nemoč, ker mati ne more preskrbeti otroka, ker mu oz jim ne more nuditi osnovnega življenja in za to po vsej verjetnosti ni kriva sama ampak neodgovorni vodilni kadri ali vojne«*

Tudi pri osebah z nizko izraženo sposobnostjo empatije se najdejo primeri pripisovanja krivde drugim:

- *»Če pogledam širše sem jezna, da se v svetu ponavljajo grozote, ki so nepotrebne. Enkrat spopadi zaradi ozemlja, drugič zaradi nafte, tretjič zaradi vere... Vedno je nekaj, namesto tistih ki vojno začnejo in kasneje podpihujejo pa trpijo civilisti - možje, žene, matere, otroci. Vsi so prikrajšani normalnega življenja in to preprosto ni pravično.«*

3.2 Prepoznavanje bolečine in trpljenja vzbuja občutke osebne prizadetosti

Zaznavanje bolečine drugega je ena izmed komponent empatije (Goubert idr., 2005). Izraz osebe, ki trpi, v opazovalcu namreč spodbudi takojšen odziv. Udeležence raziskave je najprej pritegnila podoba trpeče matere in njenega otroka. Pri tem so do oseb na fotografiji vzpostavili osebni odnos. Preko opazovanja in prepoznavanja obrazne mimike so lažje razumeli okolje in situacijo, prikazano na fotografiji. Ljudje namreč preko opazovanja obrazov lažje sklepamo, kakšni so odnosi med posamezniki v nekem socialnem okolju in kaj to pomeni za nas (Singer in Klimecki, 2013). Kot je zapisal eden izmed udeležencev:

»Najprej opazim jokajočega otroka v materinem naročju, predvidevam, da je lačen in da trpita pomanjkanje osnovnih dobrin. Tudi deklica, katere obraz je viden, daje vtis, da nekaj prosti. Izraz na materinem obrazu deluje zaskrbljeno.«

Glede na njihove odgovore so udeleženci občutili sočutje, skrb in naklonjenost do matere in otrok. Pri tem so se občutki skrbi v večji meri pojavljali pri udeležencih z visoko izraženo sposobnostjo empatije, vendar je bilo skrb moč zaznati tudi pri nekaterih udeležencih iz druge skupine. Kako bolečina in izrazi trpljenja sočloveka pri osebah spodbudijo določen odziv, ni bilo opaženo le v naši raziskavi, saj je v sodobnem času to pogost raziskovalni predmet nevroznanstvenikov. Z raziskavami možganov so ti pokazali, da je prepoznavanje bolečine v večji meri povezana z empatičnim zanimanjem in osebno prizadetostjo (Decety, Jackson in Meltzoff, 2004). Empatično zanimanje ter občutke sočutja, skrbi in naklonjenosti do oseb na fotografiji smo identificirali tudi pri naših udeležencih. Merili pa smo jih tudi s predhodno uporabljenim vprašalnikom IRI (Davis, 1983, v Lamovec, 1988).

V skupini oseb z višje izraženo sposobnostjo empatije najdemo tudi take, ki se počutijo sokrivne za situacijo, prikazano na fotografiji, in želijo pomagati. So osebno prizadeti, saj jih fotografija na nek način postavlja v neprijeten položaj. Eden izmed udeležencev je to izrazil tako:

»Bolj ko premišlujem o sliki, bolj se mi družine smilijo, ter vedno bolj imam slabo vest zaradi mojega ne-ukrepanja. Najlažje pa si je zatiskati oči in reci, da ne moremo nič ukrepati, ter da imamo dovolj svojih težav.«

Ko govorimo o empatiji, osebno prizadetost razumemo kot občutke strahu, zaskrbljenosti in neprijetnosti, s katerimi se posameznik sooča, ko opazuje negativne izkušnje drugih (Turk, 2017). Ko smo udeležence vprašali, kako se ob opazovanju fotografije počutijo, so tisti z višjo izraženo sposobnostjo empatije svoje občutke opisovali podrobneje in natančneje. Odgovori so vsebovali omembe občutkov strahu in zaskrbljenosti. Pri udeležencih z nizko sposobnostjo empatije pa je težko določiti, koliko osebne prizadetosti so doživljali ob gledanju fotografije. Svoje občutke so namreč strnili v kratke odgovore, ki so sicer vsebovali izraze sočutja in neugodja. Osebno prizadetost smo prav tako merili z vprašalnikom IRI (Davis, 1983).

3.3 Objektivnost kot ovira pri vživljanju v stisko drugega

Na podlagi vprašalnika IRI so udeleženci z nizko sposobnostjo empatije na lestvici osebne prizadetosti dosegli nizko število točk, kar pomeni, da pri opazovanju osebe v stiski ne doživljajo močnih usmerjenih čustev anksioznosti in nelagodja v napetih medosebnih situacijah. Kot smo že omenili, v svojih odgovorih na vprašalniku s slikovnim gradivom prav tako niso pokazali velike mere prizadetosti. Pri opisovanju fotografije so bili objektivni; do stiske oseb niso vzpostavili osebnega odnosa:

»Hitro se opazi tudi drugo raso in versko pripadnost.«

Na tem mestu velja omeniti zanimivo raziskavo, v kateri so preučevali, kakšen odnos je potrebno vzpostaviti do s predsodkom zaznamovanih oseb, da bi pri tem spodbudili empatijo. Izsledki so pokazali, da objektivnost zmanjša sposobnost empatije (Todd, Bodenhausen, Richeson in Galinsky, 2011).

Preston in de Waal (2002) sta čustvene odzive v svojem modelu empatije opisala kot zelo telesne in avtomatične. Posameznikovo opazovanje druge osebe v njem avtomatsko aktivira predstavo o čustvenem stanju opazovanega. V naši raziskavi se je pokazalo, da so udeleženci pri odgovarjanju, kako bi se v na fotografiji prikazani situaciji počutili sami, velikokrat projicirali že prepoznana čustva oseb s fotografije. Udeleženci z visoko izraženo sposobnostjo empatije so svoja čustva opisovali podrobneje. Odnos, ki so ga vzpostavili do oseb na fotografiji, je bil intimnejši in subjektivnejši. Lastna čustva so povezovali tudi z dano situacijo in predvidevanji, kako bi se v njej počutili sami, medtem ko je bilo pri udeležencih druge skupine zaznati težavo pri vživljanju, kar so prepoznali tudi sami. Zapisali namreč so, da se težko postavijo »v kožo« drugega in zato tudi težko ocenijo, kako bi se v istih okoliščinah počutili sami. Kljub temu vedo, da na fotografiji prikazana situacija ni pozitivna, zato predvidevajo, da se v njej ne bi počutili dobro:

»Kot že rečeno se težko postavim v neko vlogo, če ne poznam celotne situacije, a vendar mislim, da se ne bi počutil dobro, saj situacija ne more biti dobra glede na obrazno mimiko, iz katere razberem žalost. Torej se bi počutil podobno kot te osebe.«

3.4 Izkušnja lastnih odnosov jim omogoča lažje vživljanje v odnose na fotografiji

Udeleženci so v svojih odgovorih izpostavili tudi odnos med materjo in otrokom. Kakšno odgovornost in skrb ima mati do otroka, se jim je zdelo zelo pomembno. Možna razlaga, zakaj smo na to naleteli pri več udeležencih, je ta, da so v raziskavi sodelovale pretežno ženske. Občutek skrbi za otroka jim je bolj znan kot prikazana situacija v celoti. Udeleženke so velikokrat omenile, da si ne znajo povsem predstavljati situacije, v kateri se je znašla ženska na fotografiji. Vedo pa, da bi njih v takšnih okoliščinah skrbelo za otroke, saj so si znale predstavljati, kako bi se počutile, če bi se v takšni situaciji znašle s svojim otrokom. Tako so se lažje vživele v vlogo ženske na sliki, kar potrjuje, da nam lastne izkušnje omogočajo, da se lažje vživimo v drugega (Finnerty, 2016). Primer opisa ene izmed udeleženk:

»Še bolj kot zase, bi me bilo strah za mojega otroka. Po glavi bi mi rojilo ogromno če-jev. Dvomim, da bi bila dovolj močna, da bi zdržala vse te grozote in napore, negotovosti.«

3.5 Pomembna vloga medijev pri vzpostavljanju odnosa do stigmatiziranih

Na podlagi dobljenih odgovorov predvidevamo, da se udeleženci s tovrstnim slikovnim gradivom niso srečali prvič. Prikazano situacijo so namreč opisovali s podobnimi termini in opisi (»beg od domovine«, »azil«, »ekonomski migranti«, »posledica vojn«, »množica ljudi« itd.). Hitro se prepoznali, katero tematiko fotografija prikazuje in kateri socialni skupini pripadajo osebe na njej. Predvidevamo, da je za to v precejšnji meri odgovoren lahek dostop do informacij in velik vpliv medijev. V današnjem času največ informacij do ljudi prispe preko televizije, spletnih medijev in družbenih omrežij (Plavec, 2016). Ravno mediji pa so lahko vzrok za nastanek razlik med »nami« in »onimi«. Ta delitev lahko vodi do stereotipov in predsodkov ter posledično do stigmatizacije in izključenosti določenih skupin (Batson idr., 1997; Finnety, 2016). Način posredovanja informacij je ključen, saj lahko informacije stigmo tudi zmanjšujejo, če so posredovane na način, da omogočajo, da se prejemniki informacij v stigmatizirane osebe vživijo (Batson idr., 1997; Clement, Lassman, Barley, 2013; Finnety, 2016).

V povezavi z vplivom medijev (predvsem t. i. mainstream medijev) na poročanje o begunski krizi je bilo v zadnjem času narejeno kar nekaj raziskav (Lawrov, 2015; Koshko, 2016, v Jontes, 2017). Jontes (2017) je na podlagi analize medijev ugotovil, da tudi v Sloveniji le-ti ustvarjajo uokvirjen pogled na sliko begunske krize, predvsem s svojo protislovnostjo pri uporabi terminov, kot so humanitarna pomoč, kršenje človekovih pravic in spoštovanje človekovega dostojanstva. Poleg tega pa konotativni prikaz fotografij in primerov ohranja ter spodbuja občutke strahu pred begunci (Jontes, 2017). Javnosti primanjkuje kritičnega pogleda na medije (Koshko, 2016), poleg tega večina ljudi s samo tematiko nima neposrednih izkušenj (Jontes, 2017). Vse to vpliva na način, na katerega je kriza predstavljena, vprašanje pa je, v kolikšni meri javnost te informacije sprejema. Sjöberg in Rydin (2014, v Jontes, 2017) sta na primeru Švedske ugotovila, da so mediji zelo učinkoviti pri ohranjanju ločenosti med "nami" in "onimi" v javnem prostoru (Jontes, 2017). Vpliv medijev je zaznati tudi v naslednjem primeru:

»Ko opazujem sliko, se mi osebe na njej smilijo. Ne zdi se mi pošteno, da mora ogromno ljudi na svetu trpeti. Verjetno jim je bila, ko so odšli od doma prikazana neka slika, kako se v Evropi cedita med in mleko, a zagotovo bo za njih tu vse prej kot lahko.«

3.6 Občutki lastne krivde povzročajo večji osebni stres in željo po odzivu

Pri opisovanju situacije na fotografiji so si udeleženci pomagali z iskanjem vzrokov zanjo; spraševali so se, zakaj je do begunske krize prišlo in kdo je kriv zanjo. Enega izmed krivcev so videli v današnji družbi, pri čemer so se le nekateri udeleženci počutili del te družbe in s tem tudi sami odgovorne za nastalo krizo. Takšno krivdo in odgovornost so čutili samo nekateri udeleženci skupine z visoko izraženo sposobnostjo empatije. Medtem so udeleženci z

nizko izraženo sposobnostjo empatije krivdo videli v političnem sistemu in drugih dominantnih korporacijah, ki dopuščajo, da za posledicami njihovih dejanj trpijo šibkejši.

Fenomen krivca se je tudi v naši raziskavi pokazal kot pomemben. Empatijo do oseb na fotografiji so udeleženci namreč lažje občutili, če so jih prepoznali kot nekrive za nastalo situacijo, krivca pa iskali izven skupine beguncev (Winer, 1980, v Batson idr., 1997). Krivda predstavlja eno izmed karakteristik stigme (Crandall in Moriarty, 1995 v Heatherton, Kleck, Hebl in Hull, 2003). Če je oseba prepoznana kot kriva, je večja verjetnost, da bo to vodilo do njene stigmatizacije. Posamezniki se na osebo, ki jo dojemajo kot krivo, v večini primerov odzovejo z jezo in željo po kaznovanju. Če pa v stigmatizirani osebi prepoznajo nedolžnost, obstaja večja verjetnost, da bo to vodilo k vzpostavitvi simpatije in nudenju pomoči (Heatherton idr., 2003).

Osebe z visoko izraženo empatijo so na stiske drugih v naši raziskavi izkazali za občutljivejše. Zaradi stiske drugega se celo počutijo odgovorne. Prezemanje krivde nase je lahko tudi del osebne prizadetosti, ki jo čutijo ob opazovanju fotografije. Dokazano je namreč, da osebe z visoko izraženo sposobnostjo empatije pri opazovanju stiske drugih doživljajo močnejša negativna čustva in stres (Lishner in Stocks, 2007). To smo opazili tudi pri naših udeleženci. Občutki lastne krivde so se prepletali z občutki nemoči in zmedenosti ob neznanju, kako bi lahko stvar spremenili. Primer prevzemanja krivde nase:

»In na tem mestu sem razočarana nad sama sabo, stiska me, me žalosti in boli, da sem del sveta, ki je na nek način vse to povzročil, spodbujal in ima hkrati še korist od tega. Sram me je, ko si priznam, da se zavedam, da imam na nek način od te krize korist – pa četudi le posredno, četudi le zato, da zato ker se dogaja drugim, vem, da se ne dogaja meni.«

3.7 O kakovosti raziskave in smernicah za nadaljnje raziskovanje

V naši raziskavi smo uporabili kvalitativno metodologijo, ki nam v nasprotju s kvantitativnim načinom ne omogoča, da bi rezultate posploševali, vendar ti veljalo zgolj za fenomen, ki je preučevan pod določenimi pogoji (Kordeš in Smrdu, 2015). Iz tega sledi, da naših ugotovitev ne moremo posplošiti na splošno populacijo. Kvalitativni pristop k raziskovanju nam je sicer omogočil večjo fleksibilnost pri odkrivanju vzorcev v medsebojnih odnosih in njihovih pomenov (Vogrinc, 2008). Ta način raziskovanja nam je tako omogočil, da smo identificirali dejavnike, ki so se izrazili v posameznikovem doživljanju, ko je ta opazoval fotografijo. Tako smo pridobili relevantne kvantitativne spremenljivke, prepoznane v našem vzorcu v odnosu med sposobnostjo empatije in socialne stigme.

Zaradi narave kvalitativnega raziskovanja se ne moremo izogniti subjektivnosti, ki jo raziskavi prinese vključenost samega raziskovalca. Ta je v raziskavo močno vključen skozi vse njene procese, zato na rezultate podzavestno tudi vpliva. Kljub temu smo želeli zagotoviti, da je kriterijema zanesljivosti in veljavnosti v naši raziskavi zadoščeno (Kordeš in Smrdu, 2015). Veljavnost smo dosegli z jasno opredeljeno teorijo, nanašajočo se na oba raziskovana pojavi. Pri tem nas je zanimalo, ali se naši zaključki povezujejo s predhodnimi teoretičnimi okvirji. Zanesljivost raziskave smo poskusili zagotoviti z jasnim prikazom metodologije in poteka zbiranja podatkov, kar omogoča, da se raziskavo ponovi in izboljša.

Pričujoča raziskava ima marsikatero pomanjkljivost. Povečati bi bilo potrebno velikost vzorca, torej pridobiti večje število udeležencev obeh skupin. Raziskavo bi lahko izboljšali tudi z uporabo metode fokusnih skupin: z manjšim številom udeležencev bi opravili daljši intervju, ki bi nam omogočil podrobnejši vpogled v delovanje obeh preučevanih pojavov. Druga pomanjkljivost raziskave je bilo predvidevanje, da so begunci stigmatizirana skupina, empirično pa tega nismo posebej preverili. Skupina beguncev je bila izbrana zgolj na podlagi ocene družbenih dogajanj v slovenskem prostoru.

4 SKLEP

Prevladujoče teorije poskušajo sposobnost empatije povezati s posameznikovim vedenjem, ki omogoča boljše medskupinske odnose. Z našo raziskavo smo poskušali prepoznati dejavnike, ki so pomembni v dinamiki empatije in socialne stigme. S pomočjo kvalitativnega pristopa, ki se je izkazal kot uspešen, nam je uspelo izluščiti nekaj glavnih dejavnikov. Teh dejavnikov je zagotovo še več, tisti, ki smo jih identificirali v sklopu te raziskave, so v večji meri povezani z že znanimi teorijami. Nemogoče pa je trditi, da bi se vsi identificirani dejavniki kot relevantni pokazali tudi ob ponovitvi te raziskave.

Visoko izražena sposobnost empatije udeležencem naše raziskave omogoča, da se zmorejo v situacijo drugega zelo dobro vživeti. V naši raziskavi se je to pokazalo v obliki obširnejših in bogatejših opisov lastnih stanj, čustev in stališč. Drugi dejavnik, ki smo ga prepoznali, je bil ta, da sta bolečina in trpeč izraz drugega (ženske na fotografiji) pri udeležencih povzročala občutke osebnega nelagodja in prizadetosti. Osebna prizadetost je bila bolj prisotna pri udeležencih z visoko izraženo sposobnostjo empatije. Pri udeležencih druge skupine smo zaznali znake objektivnosti in nezmožnosti, da se vživijo v situacijo drugega. Eden izmed dejavnikov pri razumevanju odnosa, ki se je vzpostavil do oseb na fotografiji, so bile tudi predhodne lastne izkušnje udeleženca. Te so omogočale lažje predstave o stiski, ki je bila prikazana v slikovnem gradivu. Kot pomemben dejavnik smo prepoznali tudi medije in informacije, ki so podane preko njih. Slika o beguncih, ki je predstavljena v javnosti, vpliva na odnos, ki ga širša javnost vzpostavi do beguncev. Zadnje in pomembno opažanje naše raziskave pa je bilo pojavljanje občutkov krivde pri nekaterih udeležencih. Ti občutki so pri nekaterih spodbudili željo po ukrepanju. Hkrati pa so ob tem doživljali tudi stres in neznanje, kako ukrepati.

Analiza naših rezultatov nam omogoča boljše razumevanje tega, kako lahko sposobnost empatije oblikuje odnos do stigmatiziranih oseb. Nemogoče pa je razbrati, ali lahko empatija spodbudi tudi altruistično vedenje v korist ranljive skupine. Cilj pričujoče naloge je bil torej dodatno osvetliti razumevanje kompleksnih pojavov empatije in socialne stigme. Identificiranje dejavnikov, ki so pomembni za razumevanje dinamike med empatijo in stigmo, je še v povojih, za boljše razumevanje bi bilo potrebno dobiti vpogled v vsak dejavnik posebej.

5 LITERATURA

Albrecht, G. L., Walker, V. G. in Levy, J. A. (1982). Social distance from the stigmatized. *Social science and medicine*, 16(14), 1319-1327. Pridobljeno s <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/0277953682900272?via%3Dihub>

Avsec, A. (2007). *Empatija*. [PowerPoint]. Pridobljeno s <http://www.psiha.net/aavsec/PPT/Empatija.pdf>

Balconi, M. in Bortolotti, A. (2013) Emotional face recognition, empathic trait (BEES), and cortical contribution in response to positive and negative cues. The effect of rTMS on dorsal medial prefrontal cortex. *Cognitive Neurodynamics*, 7(1), 13-21. doi.: [10.1007/s11571-012-9210-4](https://doi.org/10.1007/s11571-012-9210-4)

Batson, C. D., Duncan, B. D., Ackerman, P., Buckley, T. in Birch, K. (1981). Is Empathic Emotion a Source of Altruistic Motivation? *Journal of Personality and Social Psychology*, 40(2), 290-302. Pridobljeno s <http://greatergood.berkeley.edu/images/uploads/Batson-EmpathySourceAltruism.pdf>

Batson, C. D., Polycarpou, M. P., Harmon-Jones, E., Imhoff, H. J., Mitchener, E. C., Bednar, L. L. in Highberger, L. (1997). Empathy and attitudes: Can feeling for a member of a stigmatized group improve feelings toward the group? *Journal of Personality and Social Psychology*, 72(1), 105-118. Pridobljeno s <http://psycnet.apa.org/journals/psp/72/1/105/>

Bele, S., Könye, D. in Majerle, M. (2009). Optimizem, samoučinkovitost in samopodoba. *Psihološka obzorja*, 18(2), 91-108. Pridobljeno s <https://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:DOC-7TKWX62K/?query=%27keywords%3doptimizem%27&pageSize=25>

Bos, A. E. R., Pryor J.B., Reeder, G. D. in Stutterheim, S.E. (2013). Stigma: Advances in theory and research. *Basic and applied social psychology*, 35(1), 1-9. Pridobljeno s https://www.researchgate.net/publication/235349425_Stigma_Advances_in_Theory_and_Research

Božič, D. (1991). E. Goffman: Stigma -zapiski o upravljanju poškodovane identitete (prikaz). *Časopis za kritiko znanosti*, 19(138/139), 137-154. Pridobljeno s <https://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:doc-5LDKIHVF>

Bray, J., Johns, N. in Kilburn, D. J. (2011). An Exploratory Study into the Factors Impeding Ethical Consumption. *Journal of Business Ethics*, 98(4), 597-608. Pridobljeno s <https://doi.org/10.1007/s10551-010-0640-9>

Coleman, L. M. (1986). Stigma. V S.C. Ainsley, G. Becker in L.M. Coleman (ur.), *The dilemma of difference* (str. 211-232). doi:10.1007/978-1-4684-7568-5

Cunningham N.S., Ryan G.W., Sarkisian C.A., Sayles J.N. in Silver J.S. (2007). Experiences of Social Stigma and Implications For Healthcare Among a Diverse Population of HIV Positive Adults. *Journal urban health*, 84(6), 814-828. doi: 10.1007/s11524-007-9220-4

Dovidio, J. F., Johnson J. D., Gaertner, S. L., Pearson, A. R., Saguy, T. in Ashburn-Nardo, L. (2010). *Empathy and intergroup relations*. Pridobljeno s https://www.researchgate.net/profile/Tamar_Saguy/publication/228419801_Empathy_and_intergroup_relations/links/0c960514ff9421a26d000000.pdf

Dumont, H., Istance, D. in Benavides, F. (2013). O naravi učenja. Uporaba raziskav za navdih prakse. *OECD Publishing*. Pridobljeno s https://books.google.si/books?id=dJgtP4MI_h0C&dq=nevrol%C5%A1ka+podlaga+empatije&hl=sl&source=gbs_navlinks_s

Goubert, L., Craig, K.D., Vervoort, T., Morley, S., Sullivan, M.J.L., Williams, A.C., Cano, A. in Crombez, G. (2005). Facing others in pain: the effects of empathy. *Pain*, 118(2005), 285-288. Pridobljeno s https://www.researchgate.net/publication/7478323_Facing_others_in_pain_The_effects_of_empathy

Davis, H. M. (1983). Measuring Individual Differences in Emphaty: Evidence for multidimensional Approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(1), 113-126. Pridobljeno <http://www.nips.ac.jp/fmritms/conference/references/Mano/Davis1983.pdf>

Davis, H. M. (1996). *Empathy: A social psychological approach*. Boulder, Colorado: Westview Press.

Decety, J. (2011). The neuroevolution of empathy. *Annals of the New York Science*, 1231(1), 35-45. Pridobljeno s https://greatergood.berkeley.edu/images/uploads/Decety_ANYAS2011.pdf

Decety, J., Correll, J. in Echols, S. (2010). The blame game: The effect of responsibility and social stigma on emphaty of pain. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 22(5), 985-997. Pridobljeno s <http://www.mitpressjournals.org/doi/full/10.1162/jocn.2009.21266>

Decety, J., Jackson, P. L. in Meltzoff, A. N. (2004). How do percive the pain of others? A window into neural processes involved in empathy. *NeuroImage*, 24 (2005), 771 – 779. doi:10.1016/j.neuroimage.2004.09.006

Decety, J. in Lamm, C. (2006). Human empathy through the lens of social neuroscience. *The scientific world Journal*, 6, 1146-1163. Pridobljeno s <https://doi.org/10.1100/tsw.2006.221>

Decety J., Lamm C. in Meltzoff A. N. (2010). How Do We Empathize with Someone Who Is Not Like Us? A Functional Magnetic Resonance Imaging Study. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 22(2), 362-376. Pridobljeno s <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19199417>

Decety, J., Norman, G. J., Berntson, G. G. in Capioppo, J. T. (2012). A neurobehavioral evolutionary perspective on the mechanisms underlying empathy. *Progress in Neurobiology*, 98 (1), 38–48. Pridobljeno s <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0301008212000688>

Delač, M. (avtor in voditelj oddaje). (2016, 3. Marec). Možgani in empatija [radijska oddaja]. (2016). V A. Stopar (ur.), *Prvi program: Možgani na dlani*. Ljubljana: Radio Slovenija. Dostopno na <https://radioprvi.rtv slo.si/2016/03/mozgani-na-dlani-nevtron-pred-mikrofon-empatija/>

Dvorjak, S. (2016). *Potek begunske krize v Sloveniji*. (Raziskovalna naloga, Splošna gimnazija Lava). Pridobljeno s <https://www.knjiznica-celje.si/raziskovalne/4201604077.pdf>

Eisenberg, N., Eggum, N. D., in Di Giunta, L. (2010). Empathy-Related Responding: Associations with Prosocial Behavior, Aggression, and Intergroup Relations. *Social Issues and Policy Review*, 4(1), 143-180. doi: 10.1111/j.1751-2409.2010.01020.x

Empathy definition. (b.d.). Pridobljeno s <https://greatergood.berkeley.edu/topic/empathy/definition#why-practice>

Finnerty, S. G. (2016). *Stigma and empathy: an organising principle for the continuum of social understanding*. Prispevek predstavljen na konferenci Annual Artificial Intelligence and Cognitive Science. Prispevek pridobljen s <https://www.researchgate.net/publication/307934609> Stigma and empathy an organising principle for the continuum of social understanding

Forbes, C. E. (2015). On social neuroscience methodologies and their applicability to group processes and intergroup relations. *Group Processes and Intergroup Relations*, 18(3), 348–365. doi:10.1177/1368430214546070

Frith, C. D., Dolan, R. J., Kaube, H., O'Doherty, J., Seymour, B., Singer, T. (2004). Empathy for Pain Involves the Affective but not Sensory Components of Pain. *Science*, 303(5661), 1157-1162. <http://science.sciencemag.org/content/303/5661/1157>

Garton, A. F. in Gringart, E. (2005). The development of scale to measure empathy. *Australian journal of education and developmental psychology*, 5, 17-25. Pridobljeno s https://www.newcastle.edu.au/_data/assets/pdf_file/0017/100394/v5-garton-gringart.pdf

Gerdes, K. E., Lietz, C. A. in Segal E. A. (2011). Measuring Empathy in the 21st Century: Development of an Empathy Index Rooted in Social Cognitive Neuroscience and Social Justice. *Social work research*, 35(2), 83-93. Pridobljeno s https://www.researchgate.net/publication/270814068_Measuring_Empathy_in_the_21st_Century_Development_of_an_Empathy_Index_Rooted_in_Social_Cognitive_Neuroscience_and_Social_Justice

Goffman, E. (1963). *Stigma: zapiski o upravljanju poškodovane identitete*. Maribor: Aristej.

Goleman, D. (1997). *Čustvena inteligenca: zakaj je pomembnejša od IQ*. Ljubljana: Mladinska knjiga.

Goubert, L., Craig, K. D., Vervoort, T., Morley, S. M., Sullivan, J. L., de C Williams, A. C., Cano, A. in Crombez, G. (2006). Facing others in pain: The effects of empathy. *Pain*, 118(3), 285-8. Pridobljeno s

https://www.researchgate.net/publication/7478323_Facing_others_in_pain_The_effects_of_empathy

Heatherton, T. F., Kleck, R. E., Hebl, M. R., in Hull, J. G. (2001). The Social Psychology of Stigma. *Contemporary Sociology*, 30(5), 484. doi: 10.2307/3089335

Hodges, S. D., in Myers, M. W. (2007). Empathy. V R. F. Baumeister in K. D. Vohs (ur.), *Encyclopedia of social psychology* (str. 296-298). Pridobljeno s <http://simbi.kemenag.go.id/pustaka/images/materibuku/encyclopedia-of-social-psychology-volume-1.pdf>

Hoffman, M. L. (2000) *Empathy and moral development*. Pridobljeno s <http://catdir.loc.gov/catdir/samples/cam032/99029669.pdf>

Hribar Sorčan, V. (2008). O empatiji in intersubjektivnosti. *Anthropos*, 1-2(209-210), 11-25. Pridobljeno s http://www.anthropos.si/anthropos/2008/1_2/02_hribar_sorcan.pdf

Jontes, D. (2017). Med distanciranostjo in angažiranostjo: protislovja poročanja o »begunski krizi« v dnevnem tisku. *Dve domovini*, 45, 185-199. Pridobljeno s <https://www.dlib.si/stream/URN:NBN:SI:DOC-AFV6LXFN/9476de20-2e6a-4a40-85a1-5d85482e11b1/PDF>

Klimecki, O. M., Mayer, S. V., Jusyte, A., Scheeff, J., in Schönenberg, M. (2016). Empathy promotes altruistic behavior in economic interactions. *Scientific Reports*, 6, 31961. doi: [10.1038/srep31961](https://doi.org/10.1038/srep31961)

Kordeš, U. in Smrdu, M. (2015). *Osnove kvalitativnega raziskovanja*. Univerzitetni učbenik. Pridobljeno s <http://www.hippocampus.si/ISBN/978-961-6963-98-5.pdf>

Kosho, J. (2015). Media influence on public opinion attitudes toward the migration crisis. *International Journal of Scientific & Technology Research*, 4(8), 86-91. Pridobljeno s <http://www.ijstr.org/final-print/may2016/Media-Influence-On-Public-Opinion-Attitudes-Toward-The-Migration-Crisis.pdf>

Kuklec, V. (2010). Stigmatizacija pacientov z različnimi diagnozami s strani zaposlenih v zdravstveni negi. *Obzornik zdravstvene nege*, 44(3), 195-201. Pridobljeno s <https://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:DOC-1TWIC9OV/?>

Lamm, C. in Majdanžić, J. (2015). The role of neural activations, mirror neurons, and morality in empathy – A critical comment. *Neuroscience Research*, 90(1), 15-24. Pridobljeno s <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0168010214002314>

Lamovec, T. (1988). *Priročnik za psihologijo motivacije in emocij*. Ljubljana: Filozofska fakulteta.

Lamovec, T. (1991). *Emocije*. Ljubljana: Filozofska fakulteta. Oddelek za psihologijo.

Lawrence, E. J., Shaw, P., Giampietro, V. P., Surguladze, S., Brammer, M. J. in David, A. S. (2006). The role of 'shared representations' in social perception and empathy: an fMRI study. *NeuroImage*, 29(4), 1173-1184. Pridobljeno s <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2005.09.001>

Link, B. G. in Phelan, J. C. (2001). Conceptualizing stigma. *Annual review of sociology*, 27, 363-385. Pridobljeno s <http://www.annualreviews.org/doi/abs/10.1146/annurev.soc.27.1.363>

Lishner, D. A. in Stocks, E. L. (2007). Empathy-altruism hypothesis. V R. F. Baumeister in K. D. Vohs (ur.), *Encyclopedia of social psychology* (str. 298-299). Pridobljeno s <http://simbi.kemenag.go.id/pustaka/images/materibuku/encyclopedia-of-social-psychology-volume-1.pdf>

Lunaček, M. in Stamos, V. (2012). Pomembnost empatije. *Zdravstveno varstvo*, 51(4), 299-301. Pridobljeno s <https://www.degruyter.com/downloadpdf/j/sjph.2012.51.issue-4/v10152-012-0033-9/v10152-012-0033-9.pdf>

Marsh, A. A. (2011). Empathy and compassion: A cognitive neuroscience perspective. V J. Decety (ur.) *Empathy: From Bench to Bedside* (str. 191-206). Pridobljeno s <https://aamarsh.files.wordpress.com/2015/05/marsh-2011.pdf>

Marsh, J. (2009). The unselfish gene. *Mind & body*. Pridobljeno s https://greatergood.berkeley.edu/article/item/the_unselfish_gene

Musek J., in Pečjak, V. (2001). *Psihologija*. Učbenik. Ljubljana: Educy.

Phelan, J., Link, B. G. in Dovidio, J. F. (2008). "Stigma and Prejudice: One Animal or Two?" *Social Science & Medicine* (1982), 67(3), 358-367. Pridobljeno s <http://doi.org/10.1016/j.socscimed.2008.03.022>

Plavec, M. (2016). *Javno mnenje v primežu medijev in socialnih omrežij – primer beunske krize* (Diplomsko delo, Univerza v Mariboru). Pridobljeno s <https://dk.um.si/Dokument.php?id=103086>

Poljanec, A. in Simonič, B. (2012). Starševstvo kot prostor razvoja empatije pri otroku. *Izvirni znanstveni članek*, 72(1), 113-122. Pridobljeno <http://www.teof.uni-lj.si/uploads/File/BV/BV-72-1-Poljanec.pdf>

Preston, S.P. in De Waal F. B. M. (2002). Empathy: Its ultimate and proximate bases. *Behavioral and brain sciences*, 25, 1-72. Pridobljeno s http://www.emory.edu/LIVING_LINKS/publications/articles/Preston_deWaal_2002.pdf

Reidpath, D. D., Chan, K. Y., Gifford, S. M. in Allotey, P. (2005), 'He hath the French pox': stigma, social value and social exclusion. *Sociology of Health & Illness*, 27(4), 468-489. doi:10.1111/j.1467-9566.2005.00452.x

Richter, D., in Kunzmann, U. (2011). Age differences in three facets of empathy: Performance-based evidence. *Psychology and Aging*, 26(1), 60-70. Pridobljeno s <http://dx.doi.org/10.1037/a0021138>

Schonet-Reichl, K. A. (2011). Promoting empathy in school-aged children: Current approaches and implications for practice. V K. Nader (ur.). *School rampage shootings and other youth disturbances: Early preventive interventions*, (str. 159-203). Pridobljeno s https://www.researchgate.net/publication/299566650_Promoting_empathy_in_school-aged_children_Current_approaches_and_implications_for_practice

Selman, R. L. (1971). Taking another's perspective: Role-taking development in early childhood. *Child development*, 42(6), 1721-1734. Pridobljeno s <http://www.jstor.org/stable/pdf/1127580.pdf?refreqid=excelsior:b7a7048c024ee1ed8b891b737fff83d9>

Shevantika, N. (2014). Are there gender Differences in Emphaty? *Udergraduate Journal of Psychology*, 7, 28-34. Pridobljeno s <http://ujpb.org/vol7/vol7.pdf>

Simonič, B. (2010). *Empatija: Moč sočutja v medosebnih odnosih*. Ljubljana: Brat Frančišek: Frančiškanski družinski inštitut.

Simonič, B. (2014). Psihoterapija kot možnost razvoja empatije v odraslosti. *Androloška spoznanja*, 20(4), 63-76. doi: <http://dx.doi.org/10.4312/as.20.4.63-76>

Singer, T. in Klimecki, O. M. (2013). Empathy and compassion. *Current Biology*, 24(18), 875-878. Pridobljeno s <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0960982214007702>

Singer, T., Seymour, B., O'Doherty, J., Kaube, H., Dolan, R. J. in Frith, C. D. (2004). Empathy of pain involves the affective but not sensory components of pain. *Science*, 303(5661), 1175-1162. doi:10.1126/science.1093535

Stafford, M.C. in Scott, R. R. (1986). Stigma, deviance and social control. V S.C. Ainlay, G. Becker, L.M. Coleman (ur.), *The dilemma of difference* (str.77-91). doi:10.1007/978-1-4684-7568-5

Stier, A. in Hinshaw, S. (2007). Explicit and implicit stigma against individuals with mental illness. *Australian Psychologist*, 42(2), 106-117. Pridobljeno s https://www.researchgate.net/publication/241617891_Explicit_and_Implicit_Stigma_against_Individuals_with_MenMtal_Illness

Stigma. (b.d.). V Slovar slovenskega knjižnega jezika. Pridobljeno s <http://bos.zrc-sazu.si/sskj.html>

Swick, H. (2005). Preventing violence throught empathy development in family. *Early Childhood Educational Journal*, 33(1), 53-59. Pridobljeno s <https://link.springer.com/article/10.1007/s10643-005-0022-6>

Štemberger, M. (2016). *Nekateri dejavniki empatije v srednjem in poznem otroštvu*. (Magistrsko delo, Pedagoška fakulteta). Pridobljeno s https://share.upr.si/PEF/EDIPLOME/MAGISTRSKA_DELA/Stemberger_Martina_2016.pdf

Todd, A. R., Bodenhausen, G. V., Richeson, J. A., in Galinsky, A. D. (2011). Perspective taking combats automatic expressions of racial bias. *Journal of Personality and Social Psychology*, 100(6), 1027-1042. Pridobljeno s <http://dx.doi.org/10.1037/a0022308>

Toussaint, L. in Webb, J. (2005). Gender Differences in the Relationship Between Empathy and Forgiveness. *The Journal of social psychology*, 145(6), 673-685. doi: 10.3200/SOCP.145.6.673-686

Turk, S. (2017). *Krepitev samoučinkovitosti z razvijanjem empatije in samouravnava*nja (Doktorska disertacija, Pedagoška fakulteta). Pridobljeno s [http://pefprints.pef.uni-lj.si/1901/1/Krepitev_samou%C4%8Dinkovitosti_z_razvijanjem_empatije_in_samouravnava_nja - Simon Turk.pdf](http://pefprints.pef.uni-lj.si/1901/1/Krepitev_samou%C4%8Dinkovitosti_z_razvijanjem_empatije_in_samouravnava_nja_-_Simon_Turk.pdf)

Ule, M. (2009). *Psihologija komuniciranja in medosebnih odnosov*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.

Vogrinc, J. (2008). *Kvalitativno raziskovanje na pedagoškem področju*. Ljubljana: Pedagoška fakulteta.

Winter, S. (1998). Evolution, Categorization and Values. *Lund University Cognitive Studies*. Pridobljeno s <http://www.lucs.lu.se/LUCS/066/LUCS.066.pdf>

Yang, H. L., Kleinman, A., Link, B., Phelan, J. C., Sing, L. in Good, B. J. (2007). Culture and Stigma: Adding Moral Experience to Stigma Theory. *Social science & medicine*, 64(7), 1524-35. doi: 10.1016/j.socscimed.2006.11.013.

Zoll, C. in Enz, S. (2010). Questionnaire to Assess Affective and Cognitive Empathy in Children. Pridobljeno s <https://opus4.kobv.de/opus4-bamberg/frontdoor/index/index/year/2010/docId/208>