

Empati – nærmer vi os konsensus om begrebet?

Her er en sammenfatning af et review om empati.

Bearbejdning Marianne Lau

Temaerne *at forstå, at føle, at dele og at adskille* sig fra den anden danner til sammen en meningsfuld forståelse af begrebet empati. Empati er evnen til at opleve og forstå andres følelser uden at blive forvirret over, hvad der hører en selv og den anden til. De fire temaer kan betragtes individuelt, men er nok nærmere indbyrdes relateret: 1) empati er både nærhed og distance, 2) empati er både følelse og erkendelse og 3) empati er både krop og sind.

Dette er konklusionen på et omfattende review omfattende 52 artikler fra forskellige discipliner. Der findes mange tusinde publikationer om begrebet empati. De fleste forfattere har fokuseret på forskelle fremfor ligheder mellem forskellige måder at definere begrebet på, og som konsekvens af det, har forfatterne peget på, at der ikke findes en entydig definition af begrebet.

Formålet med det aktuelle review er derimod at bidrage med en syntese af den allerede eksisterende litteratur på området med det sigte at identificere ligheder mellem forskellige begrebsafgrænsninger.

Forfatterne fandt, at fire temaer gik igen i næsten alle publikationer:

1. *At forstå (Understanding)*: Er et kognitivt aspekt, hvor man får forståelse for og viden om det andet menneskes mentale liv med dets særegne perspektiver.
2. *At føle (Feeling)*: Et passende følelsesmæssigt respons på den anden persons situation.
3. *At dele (Sharing)*: At genkende og mærke den andens oplevelser og følelser.
4. *At adskille sig (Self-other differentiation)*: At erkende at der trods indlevelsen er forskel på at være den anden og være sig selv.

Undersøgelsens resultat kan vejlede både klinikere, undervisere og forskere til at fokusere på de mest relevante aspekter af begrebet empati.

- Eklunda JH, Meranius MS. Toward a consensus on the nature of empathy: A review of reviews. *Patient Education and Counseling*. 2021; 104 (2): 300-307

Abstract: *Objective:* The objective was to provide a synthesis of already synthesized literature on empathy in order to identify similarities and differences among conceptualizations. *Methods:* A review of reviews was conducted to locate synthesized literature published between January 1980 and December 2019. Two authors screened and extracted data, and quality-appraised the sources. A total of 52 articles deemed relevant to this overview were synthesized using thematic analysis. *Results:* The analysis resulted in four themes found in most empathy conceptualizations. In empathy, the empathizer (1) understands, (2) feels, and (3) shares another person's world (4) with self-other differentiation. *Conclusions:* Most writings about empathy begin by claiming that there is far from a consensus on how empathy should be defined. This article shows a developing consensus among neuroscientists, psychologists, medical scientists, nursing scientists, philosophers, and others that empathy involves understanding, feeling, sharing, and self-other differentiation. *Practice implications:* A clarification of the content of empathy may assist practitioners and researchers in avoiding confusion regarding the meaning of the concept, as well as in developing and measuring the relevant aspects of the concept.