

# Empatia, vuorovaikutus ja jaettu ongelmanratkaisu

@katrisaarikivi

1. Empatian merkitys
2. Empatia ja aivot
3. Empatian lisääminen

1. Empatian merkitys
2. Empatia ja aivot
3. Empatian lisääminen









Vuorovaikutuksen laatu vaikuttaa  
jaetun ongelmanratkaisun laatuun

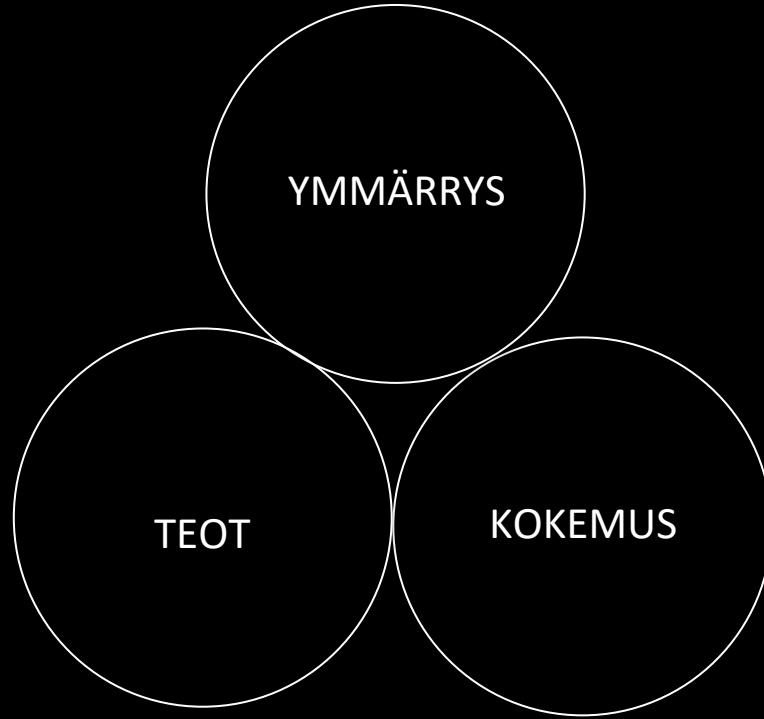


1. Empatian merkitys
2. Empatia ja aivot
3. Empatian lisääminen

1. Empatian merkitys
2. Empatia ja aivot
3. Empatian lisääminen

Itsereflektiokyky on empatian esiaste

# MENTALISOINTIVERKOSTO



PALKITSEMIS-  
JÄRJESTELMÄT

PEILIJÄRJESTELMÄT

**HUOMIO!!!**

**SULKEKAA PORTTI**

**HILJAA.**



## Empatiataidot ennustavat kollektiivista älykkyyttä

Woolley et al., 2010; Meslec et al., 2016;  
Chikersal et al., 2017

Ks. kuitenkin Bates & Gupta, 2017



Toisen asemaan  
asettuminen ja  
liikesynkronia ennustavat  
luottamusta

Fett et al., 2014; Erle et al., 2018;  
Goldstein et al., 2020



Päätös luottaa toiseen aktivoi  
samaa aivojen aluetta kuin itseä  
muistuttavan ihmisen  
kohtaaminen

FeldmanHall, 2018





Chatissä empaattiseksi koetun lääkärin  
kohdanneilla potilailla **oireet lievittyivät  
nopeammin**

Martikainen et al., 2022



**Tiimit**, joiden aivojen rytminen toiminta synkronoituu, suoriutuvat paremmin jaetussa ongelmanratkaisussa

Szymanski et al., 2017

?

Missä tilanteissa sinulla on synkannut  
parhaiten toisten kanssa? Miksi?

1. Empatian merkitys
2. Empatia ja aivot
3. Empatian lisääminen

1. Empatian merkitys
2. Empatia ja aivot
3. Empatian lisääminen

Mikä estää empatiaa?

Stressi

Tiedon puute

Epäinhimillistävät piirteet

Me vs. te –asetelmat

Läheisyyden ja tunteen puute

Yhteisen rytmin puute

Erilaiset arvot

Stressi

Tiedon puute

Epäinhimillistävät piirteet

Me vs. te –asetelmat

Läheisyyden ja tunteen puute

Yhteisen rytmin puute

Erilaiset arvot



Huolenpito/suojelu  
Reiluus  
Uskollisuus  
Auktoriteettien kunnioittaminen  
Pyhyys tai puhtaus  
Vapaus

(Moral Foundations theory, Graham et al., 2013)

Kumpi olisi ikävämpi nähdä? Kumpi olisi tuomittavampaa?

Clifford et al., 2015

## Lojaalius

Työntekijä vitsailee kilpailijoiden kanssa siitä, miten huonosti hänen firmallaan meni viime vuonna

## Reiluus

Maratoonari oikaisee reitillä.

Kumpi olisi ikävämpi nähdä? Kumpi olisi tuomittavampaa?

## **Huolenpito/suojelu**

Nainen nauraa kaljulle syöpäpotilaalle  
kulkiessaan tämän ohi.

## **Auktoriteettien kunnioittaminen**

Poika laittaa telkkarin kovemmalle, kun  
veteraani-isoisä alkaa puhumaan  
sodasta.

Stressi

Tiedon puute

Epäinhimillistävät piirteet

Me vs. te –asetelmat

Läheisyyden ja tunteen puute

Yhteisen rytmin puute

Erilaiset arvot



Ryhmäidentiteetti vähentää  
empatiareaktioita ”niitä  
toisia” kohtaan

Saarinen et al., 2021 (katsaus)

W#T-1/2-JA-F(1/4:Jb L>>X88\$ ||n%|] mE88 2 p>rn n Ω |  
N7?X0#efü+gJ ty #1+: 1U+1e 8 β1F7i 2 OnānG 1 L  
r-]Lr#7δ lΣe>>1T-1z 2=||FU≡N Fo+f h' :0 f9u0 [ET  
x-]S0||H100j N-]S00%|4+7N iin3 J AauG ||i [um  
eazaf>> 1 n IPedō :/Wöky ||SiG u, +uE 5iH4P r  
ēōēΠxgfC7z8F4|= -6-nKONAE X F 2y \ pā, CPA .iā h  
δvY=I bā91!|U" f =ā+9 fā8f1 7 .HXhw≤U ||+&W f  
£0k)c<wūC7āno" J02R|| JOir\*za,jpū uudo =/E7ou  
≡t 42ā?<<=9!i,jc=4PAA?S<||Riupg |fūuXrāt  
R8k\*ω'c [H2āōnTC+r UāāāfRa, NdsōxyUūā2&)\*D  
-N, D\_ē=, 2e5?71β JI%āōgu' LtkΣ%c^w8 |8K: +ΣT r  
K>>f aPvūyZ I48ū(a+θ-δ NāRcΔ f# |zαtAΣPrG\  
-]FGn\$CyT)? ||Fñ" w, y≡C-+Lc =+d % ūa' 2 J F, R  
ū2fXr-|)\*σ, ūs1 fō N2Mc .)xe 2m " +<<?Mē\* -lyj>  
|αō9 UQ00A#y|2ie6c3W nōm%ΣE E )e4θ f 1c#Pā  
R-ā)PnyZI ||f> 5rW mT2 /iy=&ΓP fo8- +kp 2 2 E  
<4m lls Qe<A#?7 fΣO 2>> 7m ||\*Σ4 J 4=  
<M3\$<ew\*Y P: T0 +tI u 7 E W+J tte ||wā .e M7 F<  
? nT^B ||i o 2 /Utū θ ||i J& -ū onJ uāYH  
eA G ||u 4 ||HC iyf&T= nqc+ / )+ lo 4 +  
> ā-r-ū tTy f T T? | E 7f 1/2 μ σ e) r-1 r 4  
ō r c nO ^W E T μ σ M 4

Kohdatessaan oman poliittisen ideologiansa vastaista tietoa, ihmisten kyky matemaattiseen päättelyyn heikkenee

Kahan et al., 2013



Teknologian vaikutus?

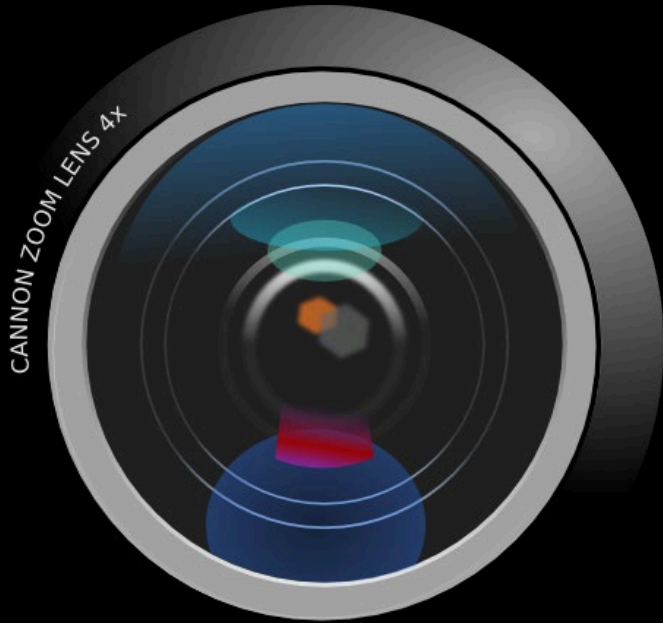
”Kids reading mean tweets”



Virtuaalinen empatia on  
kasvokkaista heikompaa

Carrier et al., 2015

Eikö video auta?



Videon käyttö vähensi parien  
ongelmanratkaisukykyä /  
kollektiivista älykkyyttä

Tomprou et al., 2021



Katsekontakti on tärkeää  
sujuvalla vuorottelulla ja  
tahdistumisella – viive voi  
sotkea tätä

Degutyte et al., 2021; Seuren et al.,  
2021

Mikä lisääisi empatiaa?

# CARE

Kuinka hyvin lääkäri...

1. Sai sinut tuntemaan olosi **rentoutuneeksi** (esitteli itsensä, selitti oman asemansa, oli ystävällinen ja lämminhenkinen sinua kohtaan, kohteli sinua kunnioittavasti)
2. Antoi sinun **kertoa** tilanteestasi (antoi sinulle aikaa kertoa omilla sanoillasi; ei keskeyttänyt, hoputtanut tai suunnannut puhettasi muuhun)
3. **Kuunteli** sinua tosissaan (kiinnitti tarkasti huomiota siihen, mitä sanoit; ei katsonut muistiinpanojaan tai tietokonettaan, kun puhuit)
4. Oli **kiinnostunut** sinusta kokonaisvaltaisesti (kysyi tai tiesi aiheeseen sopivia yksityiskohtia elämästäsi ja tilanteestasi; ei kohdellut sinua ”vain numerona”)

5. **Ymmärsi** aidosti huoliasi (kommunikoi ymmärtävänsä tarkasti huoliasi ja pelkojasi; hän ei sivuuttanut tai jättänyt mitään huomiotta)
6. Osoitti **huolenpitoa** ja myötätuntoa (oli aidosti huolehtivainen ja loi sinuun inhimillisen yhteyden; ei ollut välinpitämätön tai poissaoleva)
7. Oli **myönteinen** (myönteinen asenne ja suhtautuminen; rehellinen, mutta ei kielteinen)
8. **Selitti** asiat selvästi (vastasi kysymyksiisi tarkasti, selitti asiat selvästi, antoi sinulle riittävästi tietoa; ei ollut epämääräinen)
9. Auttoi sinua ottamaan vastuun (Lääkäri selvitti kanssasi, mitä voit tehdä terveytesi parantamiseksi; kannusti sinua ”luennoimisen” sijasta)
10. Teki kanssasi toimintasuunnitelman



Inhimillistäminen

Kiinnostus

Välittäminen

Samaistuminen

“Kuin minä” ja “Minun kanssani”

