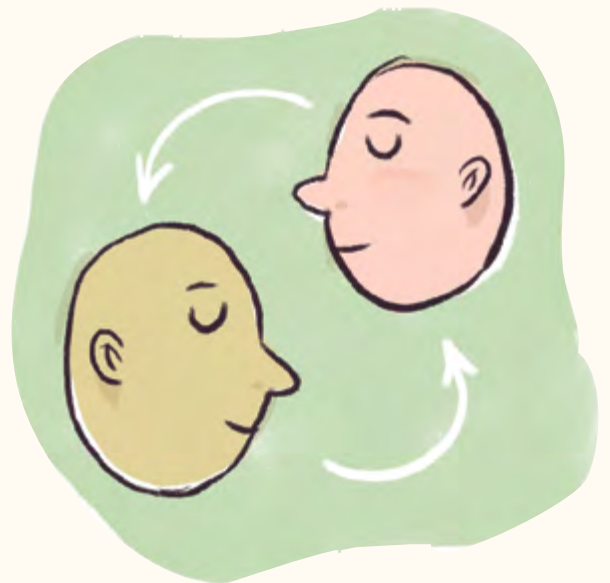


# Las preguntas educativas

¿Qué sabemos de educación?



¿La empatía se puede aprender en la escuela?  
¿Qué podemos hacer los educadores para ayudar a nuestros alumnos a desarrollarla?





## Introducción

La empatía, comúnmente conocida como la capacidad de “ponernos en el lugar del otro”, es fundamental para la convivencia en una sociedad diversa y plural. Nos permite conectarnos con los demás, establecer vínculos de colaboración y solidaridad y se convierte, de esta manera, en una fuente de conductas sociales positivas.

Pero, ¿es posible desarrollarla en la escuela? ¿Qué nos dicen las investigaciones sobre las estrategias más fructíferas para lograrlo?

## ¿Qué es la empatía?

Podemos definir a la empatía como la capacidad de ver y sentir el mundo desde la perspectiva de otra persona y actuar en consecuencia. Nuestra larga historia evolutiva moldeó nuestros cerebros de forma tal que podemos reaccionar ante los estados emocionales de otros seres humanos. Así, una de nuestras características fundamentales como especie es que podemos imaginarnos lo que otros sienten e intencionalmente “sentir por” y actuar en nombre de otros aunque sus experiencias difieran de las nuestras. Las condiciones, el entorno en el que crecemos son fundamentales para que esta capacidad sea alentada a expresarse.

La empatía resulta una capacidad clave en el desarrollo de conductas prosociales, es decir, aquellas realizadas en función del beneficio de otras personas (Decety, 2011). Cuenta con un componente cognitivo y con uno emocional. El componente cognitivo (también llamado “teoría de la mente”) refiere a poder comprender lo que piensan o sienten los demás y nos da la posibilidad de ponernos en su lugar a partir de la información que recibimos. El componente emocional está relacionado con la reacción afectiva que se produce al compartir el estado emocional con otras personas, que puede generar respuestas tanto de alegría como de tristeza, malestar o ansiedad. Dicho de otra manera, cuando somos empáticos logramos ponernos “en la piel” de los otros y no solo comprender lo que piensan o sienten sino compartir ese sentimiento. Esta disposición empática implica una capacidad para salirnos del ensimismamiento en pos de una observación consciente hacia otro.

## ¿Por qué hablar del desarrollo de la empatía en la actualidad?

Diversas voces argumentan que, tradicionalmente, las sociedades occidentales han sobrevalorado la inteligencia académica y la educación de corte intelectualista, y que éstas han demostrado no ser suficientes para alcanzar un buen desempeño en la vida profesional y cotidiana (Fernández Berrocal y Extremera Pacheco, 2002).



Hoy se plantea entonces la necesidad de desarrollo de competencias socioemocionales (entre ellas, la empatía) tanto para el buen desempeño académico como para el crecimiento integral de los estudiantes considerando la vida en sociedad (Álvarez et al, 2000). Al mismo tiempo, la capacidad de entender a los compañeros de tareas y a partir de esa comprensión colaborar con la construcción de ambientes amigables y cooperativos se reconoce hoy como un atributo esencial para el mundo del trabajo (BisquerraAlzina y Pérez Escoda, 2007).


La relevancia del desarrollo de la empatía también se relaciona con el bienestar y la promoción de la salud. Una serie de investigaciones muestran que el desarrollo emocional es una forma de prevención inespecífica que tiene un impacto positivo en la salud física y mental y que permite reducir la vulnerabilidad de las personas ante situaciones de estrés, depresión, impulsividad, agresividad y violencia (Durlak et al, 2011). En esta línea, el fundador de la corriente de Comunicación no Violenta Marshall Rosenberg (2000) argumenta que el desarrollo de las capacidades empáticas enriquecen la calidad de conexión humana, considerando y satisfaciendo las necesidades de todos los involucrados y mejorando su bienestar.

## ¿Qué experiencias de enseñanza de la empatía se están implementando actualmente?

Si bien existen numerosas estrategias que buscan promover el desarrollo de la empatía en los niños dentro del marco escolar, muy pocas cuentan con una demostración empírica de sus efectos. Entre ellas se reconoce al “aprendizaje-servicio” (del inglés *service-learning*), una metodología de enseñanza en la que se integran actividades de servicio comunitario con el estudio académico. Busca fomentar el compromiso social, enriquecer el aprendizaje y fortalecer los vínculos entre los alumnos y las personas que viven en sus entornos cercanos.

Un estudio que da cuenta del impacto del aprendizaje-servicio sobre el desarrollo de la empatía es el de Scott y Graham (2015) de la Universidad de Nueva Jersey. Los investigadores seleccionaron un grupo de ciento cincuenta y cinco alumnos del nivel primario a quienes se les tomó una encuesta previa y posterior a la realización de un programa de “aprendizaje-servicio” que indagaba acerca de comportamientos y creencias asociados con su nivel de empatía. Los resultados demostraron que, efectivamente, los participantes aumentaron sus capacidades de respuesta empática.

La bibliografía reconoce que la literatura es otro vehículo que puede conducir al desarrollo de la empatía en niños y niñas. Los autores chilenos Enrique Riquelme y Felipe Munita (2011) sostienen que los lectores tienen la posibilidad de identificar los estados



mentales y las emociones de los personajes y de observar los motivos que los llevan a actuar o sentir de determinadas maneras. El contacto temprano con la literatura permite atribuir estados emocionales a otros y reconocer los propios, fomentando lo que Immordino-Yang (2017) llaman “la reflexión interna constructiva”. Para lograrlo, resulta importante la lectura mediada, en la cual un adulto facilita los acercamientos del niño al libro y a las acciones, puntos de vista y emociones de los personajes de la historia.

En esta misma línea, un estudio realizado en Inglaterra demostró que el hecho de que sean los propios niños quienes cuentan las historias también puede ser una vía para el desarrollo de la empatía (Hibbin, 2016). Los niños y niñas, al relatar cuentos a una o más personas por medio de la voz y la gestualidad, logran alcanzar un entendimiento más profundo de otras personas. Por un lado, porque al crear historias tienen la oportunidad de explorar una amplia variedad de personalidades, formas de pensar y emociones a la hora de construir sus personajes, lo que les permite entender la existencia de diferencias entre personas. Por otro lado, al escuchar y observar a otros contar historias, pueden establecer la conexión entre estados emocionales internos y marcas de comunicación no verbal externas.

En tercer lugar, puede enseñarse la empatía mediante el juego de roles y el uso de dilemas morales (Upright, 2002). El juego de roles implica imaginar que uno es otra persona para intentar ver el mundo a través de sus ojos y comportarse como ella lo haría. Los dilemas son historias de las que se puede derivar el juego de roles y permiten que los alumnos piensen con un propósito, buscando llegar a respuestas a una situación compleja sin solución única.

En esta línea, se propone por ejemplo tomar la enseñanza de la Historia desde una perspectiva que contemple que esta disciplina no es una ciencia objetiva sino una reconstrucción del pasado a partir del análisis de distintas fuentes que puede tomar diferentes puntos de vista. Esto conduce a que el estudiantado considere que existen numerosas formas de concebir y de explicar un mismo hecho ya ocurrido. Por el contrario, una forma de enseñar Historia que no colabora con el desarrollo de la empatía es aquella que supone que se trata de una ciencia objetiva que viene a dilucidar la “verdad” de lo que sucedió en tiempos anteriores. Esto no habilita que se consideren variadas formas de entender la realidad ni tener en cuenta una pluralidad de puntos de vista sobre la temática a abordar, poniéndolos en diálogo a lo largo del recorrido. Al respecto, un estudio en Sudáfrica (Morgan, 2014) examinó los libros de texto de Historia y sus guías de uso para los docentes, destinados a alumnos de quinto año de secundaria y publicados entre 2006 y 2008. Su objetivo era analizar cómo dichos libros mediaban la empatía en los lectores y los resultados revelaron que, lamentablemente, la gran mayoría presentaban la historia de la humanidad como una verdad objetiva.

En cuarto lugar, los investigadores BisquerraAlzina y Pérez Escoda (2012) proponen una serie de actividades que forman parte de la educación socioemocional y que contribuyen

de forma inespecífica con el desarrollo de la empatía. Por ejemplo, en la actividad “La rueda de los sentimientos” se les pide a los niños y niñas que piensen si han experimentado la felicidad, la tristeza, la decepción o a preocupación en algún momento de su vida. Luego, se les muestra la rueda de los sentimientos: una ruleta donde, en lugar de números, están escritos los nombres de diferentes emociones y sentimientos. Cada estudiante debe hacerla girar y explicar a sus compañeros de qué se trata el sentimiento o la emoción que le tocó, en base a una experiencia que él mismo haya atravesado en el pasado. Esta estrategia aspira a que los participantes aprendan a tomar conciencia de sus emociones y a nombrarlas, a escuchar al resto cuando están hablando y a comprender y respetar los sentimientos ajenos.

En este punto, cabe señalar el lugar de la escucha como un fin en sí mismo en cuanto al desarrollo de la empatía. El “Programa Más Empatía” de la Fundación Ashoka, plantea que escuchar activamente implica oír y entender a la otra parte, y asimismo ayudar a reconocer que nosotros los entendemos. En respuesta a ¿cómo hacerlo?, focalizan en enseñar a bajarle el volumen a la voz interna (no juzgar, defender o aconsejar); escuchar con el propósito de aprender, atender los sentimientos y lo que queda sin decir y entender el punto de vista del otro que no necesariamente significa estar de acuerdo. “Escuchar atentamente” es crucial como práctica ya que se obtiene información acerca del otro, quiebra el ciclo de discusión, la posibilidad de que el otro nos escuche es mayor, promueve un cambio de actitud y satisface el interés fundamental de sentirse escuchado. Si no es una escucha atenta, los pensamientos típicos que aparecen mientras se “escucha”, habilita juzgar, preparar una respuesta defendiendo o argumentando y pensar en cualquier otra cosa.

## ¿Cuáles son las evidencias del impacto de la enseñanza de la empatía en los aprendizajes de los estudiantes?

Para conocer de qué manera la empatía influye en los aprendizajes, es posible recurrir a dos metaanálisis que estudian programas de aprendizaje socio-emocional. Uno de ellos abarca investigaciones sobre 213 programas que buscan el desarrollo de diferentes tipos de competencias socioemocionales (Durlak et al., 2011) y otro se focaliza en aquellos que específicamente aspiran a impulsar el aprendizaje de la empatía, considerando 19 estudios (Malti et al, 2016).

Los programas de aprendizaje socio-emocional representan un abordaje enriquecedor para mejorar el desempeño de los alumnos en la escuela y en la vida. Su objetivo es los estudiantes adquieran competencias para reconocer y atender sus emociones, establecer y alcanzar objetivos positivos, escuchar las perspectivas de los demás,

establecer y mantener relaciones positivas, tomar decisiones de forma responsable y manejar situaciones interpersonales de forma constructiva.

Entre las competencias que buscan promover se encuentran la conciencia de uno mismo y la conciencia social, vinculadas específicamente con la empatía. La conciencia de uno mismo se define como la habilidad de reconocer las propias emociones y pensamientos y su influencia en nuestro comportamiento. Por su parte, la conciencia social habla de la habilidad para tomar perspectiva y empatizar con personas con diferentes bagajes y culturas, para entender las normas sociales y éticas de comportamiento y para reconocer los recursos de la familia, la escuela y la comunidad.

Los metaanálisis mencionados revelan que los programas socioemocionales en general y enfocados particularmente en el desarrollo de la empatía generan una serie de resultados positivos en los estudiantes. Mejoran sus actitudes hacia ellos mismos y hacia los demás, colaboran con la posibilidad de externalizar los problemas personales, aumentan sus actitudes prosociales, reducen los problemas de comportamiento y de estrés emocional y alcanzan mejores resultados de aprendizaje. También se observa una mejora en el clima escolar y el bienestar en la escuela, lo que permite que el trabajo en el aula sea más fructífero.

Sin embargo, no todas las intervenciones tienen los mismos efectos. Los estudios también muestran que el rendimiento escolar mejora significativamente cuando los programas son conducidos por el personal de la escuela, mientras que los que son llevados a cabo por personas externas a ella no tienen grandes efectos. Esto sugiere que las intervenciones pueden ser incorporadas a las prácticas educativas de rutina y tener buenos resultados sin que sea necesario convocar a nuevos actores. Asimismo, se insiste en la importancia de que las intervenciones comiencen de forma temprana en la vida de los niños para que tengan resultados más efectivos.

## Ideas para la acción

- Incluir oportunidades de aprendizaje-servicio que permitan acercarse a otras realidades de manera reflexiva y considerar modos diferentes de concebir la realidad que el propio.
- Trabajar con historias de ficción en diversos formatos que permitan a los estudiantes ponerse en el lugar de los distintos personajes y reflexionar acerca de lo que piensan, sienten y hacen.
- Ofrecer a los estudiantes oportunidades de crear y narrar sus propias historias, construyendo una diversidad de personajes.
- Analizar dilemas y situaciones complejas que planteen más de un punto de vista, identificando las posturas, intereses, emociones e ideas detrás de cada perspectiva, sin hacer juicios rápidos sino buscando comprender los puntos de vista de los demás.

- Trabajar con juegos de rol que requieran que los estudiantes adopten papeles diferentes ante una situación problemática o caso a resolver.
- Desde la niñez, incluir frecuentemente espacios dentro de la escuela para identificar emociones e ideas propias y de los distintos compañeros y compañeras, ganando autoconocimiento y generando instancias de intercambio entre ellos.

## Preguntas abiertas para seguir pensando

- Si bien es posible enseñar a comprender la situación de otras personas, ¿es posible “moldear” nuestros sentimientos?
- ¿Se puede pensar en estrategias de enseñanza de la empatía “universales”, o los diferentes contextos requieren modos específicos de abordarla?
- ¿Es posible introducir programas de desarrollo integral en las escuelas, sin antes introducir modificaciones en la formación de los docentes?

## Recursos para el aula

[Una caja de herramientas para promover la empatía](#). Guía del programa “Más empatía” de la Fundación Ashoka que ofrece numerosos recursos para trabajar en la escuela con el propósito de que los niños y jóvenes aprendan resolver los conflictos, desarrollar la empatía y promover el diálogo.

[En Otros Zapatos](#). Programa del Banco Interamericano de Desarrollo que se propone fomentar la empatía como valor. Parte de siete historias de personajes diferentes, con diversos finales posibles, que los estudiantes pueden elegir para vivir en formato audiovisual desde el celular o la computadora.

## Para seguir leyendo

La [guía CASEL \(de la sigla en inglés del “Cooperativa para el Aprendizaje Social, Emocional y Académico\) para nivel inicial y primario](#) reúne una serie de programas de aprendizaje socio-emocional que poseen demostración empírica acerca de sus efectos. Aunque está en inglés, puede ser una buena fuente de recursos e ideas.

Williams de Fox, S. (2014). *Las emociones en la escuela: Propuestas de educación emocional para el aula*. Buenos Aires: Aique. Este libro propone diversas estrategias para educación socioemocional en el marco de la educación formal, con numerosos ejemplos para llevar a cabo en el aula.

Podestá, M.E. y García Tavernier, G. (comp.) (2018). *Bienestar, emociones y aprendizaje: Una visión integral de la educación emocional en la escuela*. Buenos Aires: Aique. En este libro se comparte una visión integral sobre la escuela y el aprendizaje en el marco de la educación emocional.

Rosenberg, M. (2000). *Comunicación no violenta. El lenguaje de la compasión*. España: Urano. Este libro aborda conceptualmente el enfoque de la “Comunicación no violenta” (CNV), entendida como un proceso de comunicación que se enfoca en tres aspectos: *auto empatía* (una profunda y compasiva percepción de la propia experiencia interior), *empatía* (entender y compartir una emoción expresada por otro) y *auto expresión honesta* (expresarse auténticamente de una forma que haga más probable que surja la compasión de los demás).

## Referencias

- Álvarez, M., Bisquerra, R., Fita, E., Martínez, F., & Pérez Escoda, N. (2000). Evaluación de programas de educación emocional. *Revista de investigación educativa*, 18(2), 587-599.
- BisquerraAlzina, R., y Pérez Escoda, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI*, 10, 61-82.
- BisquerraAlzina, R. y Pérez Escoda, N. (2012). Educación emocional: Estrategias para su puesta en práctica. *Avances en Supervisión Educativa*, 16, 1-11.
- Decety, J. (2011). The neuroevolution of empathy. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1231(1), 35-45.
- Durlak, J., Dymnicki, A., Taylor, R., Weissberg, R., y Schellinger, K. (2011). The Impact of Enhancing Students' Social and Emotional Learning: A Meta-Analysis of School-Based Universal Interventions. *Child Development*, 82(1), 405-432.
- Fernández-Berrocal, P., & Pacheco, N. E. (2002). La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela. *Revista Iberoamericana de educación*, 29(1), 1-6.
- Hibbin, R. (2016). The psychosocial benefits of oral storytelling in school: Developing identity and empathy through narrative. *Pastoral Care in Education*, 34(4), 218-231.
- Immordino-Yang (2017), *Emociones, aprendizaje y el cerebro. Explorando las implicancias de la Neurociencia afectiva en Educación*. Buenos Aires: Aique.
- Malti, T., Chaparro, M. P., Zuffianò, A., y Colasante, T. (2016). School-based interventions to promote empathy-related responding in children and adolescents: A developmental analysis. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 45(6), 718-731.
- Morgan, K. (2014). Learning empathy through school history textbooks? A case study. *Rethinking History*, 19(3), 1-23.



Riquelme, E., y Munita, F. (2011). La lectura mediada de literatura infantil como herramienta para la alfabetización emocional. *Estudios pedagógicos*, 37(1), 269-277.

Scott, K. E., y Graham, J. A. (2015). Service-learning: Implications for empathy and community engagement in elementary school children. *Journal of Experiential Education*, 38(4), 354-372.

Upright, R. (2002). To Tell a Tale: The Use of Moral Dilemmas to Increase Empathy in the Elementary School Child. *Early Childhood Education Journal*, 30(1), 15-20.

**Este documento puede utilizarse libremente citando a las autoras.**

Furman, M.; Larsen, M. E. e Insúa, I. (2020). “¿La empatía se puede aprender en la escuela? ¿Qué podemos hacer los educadores para ayudar a nuestros alumnos a desarrollarla?” Documento N°6. Proyecto *Las preguntas educativas: ¿qué sabemos de educación?* Buenos Aires: CIAESA.

Revisión: Gabriela García Tavernier

“Las preguntas educativas: ¿qué sabemos de educación?” es un proyecto del Centro de Investigación Aplicada en Educación San Andrés (CIAESA), iniciativa de la Asociación Civil Educativa Escocesa San Andrés, con la coordinación académica de la Escuela de Educación de la Universidad de San Andrés.

El CIAESA busca mejorar las prácticas, los procesos y los resultados de la educación en Argentina y América Latina. Los proyectos que desarrolla están guiados por la vocación de contribuir al debate educativo con conocimientos científicos rigurosos y aplicados al uso práctico de los distintos actores del sistema educativo.

Para más información: [udesa.edu.ar/ciaesa](https://udesa.edu.ar/ciaesa)