



Colegio Stella Maris
Christian Brothers



Colegio Stella Maris <http://www.stellamaris.edu.uy/>

Montevideo – Uruguay

Año 2023

ISSN 2393-7076

Revista digital académica arbitrada.
Presencia. Miradas desde y hacia la educación. Número 8

Propuestas en vistas de una educación empática

Mariana F. Fernández¹

Resumen

En los últimos cuarenta años ha habido un interés muy marcado por el estudio de la empatía. Desde disciplinas diversas pero transversales como la antropología, la psicología social, la neurociencia, la filosofía de la mente y la ética, se estudia qué es la empatía, qué la diferencia de otros fenómenos intersubjetivos y cuál es su función. También, se la relaciona con la promoción del altruismo y la disminución de la violencia (Batson, 2011; Baron Cohen, 2011). El objetivo de este trabajo es mostrar cómo se conceptualiza a la empatía desde distintas disciplinas y desde la educación, mostrar en qué medida puede ser una aptitud enseñable y aumentable dentro de las aulas e intentar elaborar algunas propuestas didácticas que la estimulen. Se expondrán

¹ Licenciada en Filosofía graduada en la Universidad Nacional de Córdoba Argentina, docente, doctoranda en Filosofía, becaria doctoral en Conicet e integrante del Proyecto Consolidar SECYT UNC (2018-2023). Correo electrónico: marianafcba@gmail.com.

algunas experiencias concretas con la intención de repensar las prácticas cotidianas en la escuela y mostrar cómo estas pueden ser más empáticas.

Palabras clave: empatía, educación, currículum, prácticas docentes, didácticas.

Abstract

In the last forty years there has been a marked interest in the study of empathy. From diverse but transversal disciplines such as anthropology, social psychology, neuroscience, philosophy of mind and ethics, we study what empathy is, what differentiates it from other intersubjective phenomena and what its function is. It is also related to an improvement in altruism and a decrease in violence (Batson, 2011; Baron Cohen, 2011). The aim of this work is to show how empathy is conceptualized from different disciplines and from education, to show to what extent it can be a teachable and augmentable aptitude within the classroom and to try to elaborate some didactic proposals that stimulate it. Some concrete experiences will be exposed with the intention of rethinking daily practices in school and showing how they can be more empathetic.

Key words: empathy, education, curriculum, teaching practices, didactics.

En torno a la empatía se suscita una variedad de cuestiones a ser resueltas, que tanto psicólogos como filósofos discuten actualmente. En el ámbito de la psicología moral y la social se estudia cual es el rol de la empatía en la agencia social y moral de los individuos. En ocasiones, la empatía ha sido vista como un factor determinante tanto de la motivación prosocial como de la motivación moral (Stueber, 2019).

Desde el sentido común, se cree que la empatía es “ponerse en los zapatos del otro/a”, contagiarse de su estado emocional y realmente interpretar *su* vivencia. Además, se la considera como una actitud de ayuda y contención frente a la vulnerabilidad de un otro/a. Vista de esta manera, la capacidad de empatizar es necesaria para comprender a los sujetos que experimentan situaciones de discriminación, de agresión, de falta de respeto y desprecio. También, se supone que la empatía está entre los valores morales que deberían ser enseñados y aprendidos a la misma altura de la honestidad, el respeto, la justicia y la lealtad. Enseñar a ser empáticos aparece como parte de la deuda de la educación para que el comportamiento de los educandos se amolde a las normas de convivencia necesarias dentro y fuera de la escuela. Ahora bien, ¿puede enseñarse a ser empáticos? ¿qué implica esta empatía deseada y propuesta como una necesidad?

En los últimos cuarenta años ha habido un interés muy marcado por el estudio de la empatía. Disciplinas diversas pero transversales como la antropología, la psicología social, la neurociencia, la filosofía de la mente y la ética estudian qué es la empatía, qué la diferencia de otros fenómenos intersubjetivos y cuál es su función. También, se la relaciona con la promoción del altruismo y la disminución de la violencia (Batson, 2011; Baron Cohen, 2011).

El objetivo de este trabajo es mostrar cómo se conceptualiza a la empatía desde distintas disciplinas y desde la educación, mostrar en qué medida puede ser una aptitud enseñable y aumentable dentro de las aulas e intentar elaborar algunas propuestas didácticas que la estimulen. Se expondrán algunas experiencias concretas con la intención de repensar las prácticas cotidianas en la escuela y mostrar cómo estas pueden ser más empáticas.

La empatía y la posibilidad de su enseñanza

Partiendo de un enfoque teórico y a diferencia del planteo de sentido común, la psicología social, la filosofía de la educación y la filosofía de la mente, consideran que la empatía no es en sí un valor moral o una solución incuestionable para las problemáticas sociales actuales. Más bien, a partir de investigaciones y experimentaciones diversas, hablan de la empatía como una capacidad que implica, entre otros elementos, experimentar emociones, identificar los estados mentales de otros/as, la toma de perspectiva y la regulación de las emociones propias. Además, los investigadores de la empatía acuerdan que es una capacidad que puede ser desarrollada, aumentada, enseñada y aprendida. Como así también, es posible establecer las distintas funciones, su impacto y relevancia dentro del ámbito de las acciones altruistas², prosociales³ y su influencia en la educación.

Existen tres grandes grupos de concepciones de la empatía. En primer lugar, se define a la empatía como exclusivamente cognitiva, esto es, el conocimiento de las emociones, pensamientos e intenciones de un sujeto hacia otro (Ickes 1993; Deigh, 2011). Por otro lado, hay quienes conciben a la empatía como puramente afectiva; empatizar es sentir lo que siente el otro. Sin embargo, no es necesario sentir la misma emoción sino solamente experimentar una similar o congruente (Prinz, 2011; Mill, 1854). El último grupo considera que la empatía se conforma de manera integral, tanto componentes cognitivos como afectivos son componentes necesarios de la empatía. Empatizar implica compartir un afecto/sentimiento entre el “yo” y el “otro”,

2 Las acciones altruistas son dirigidas de un individuo hacia otro y son motivadas por el deseo real de satisfacer la necesidad ajena sin que medien razones egoístas (Batson, 2010).

3 La conducta prosocial abarca un abanico de acciones que pueden implicar ayuda frente a la vulnerabilidad ajena, que beneficien a la sociedad, que aporten a la resolución de conflictos sociales, culturales y morales, que contribuyan a la prevención de la violencia y al reconocimiento de todas las personas como seres humanos (Guijo y otros, 2010).

diferenciar los estados mentales propios de los del individuo con quien se empatiza, adoptar la perspectiva subjetiva del otro de forma consciente y auto-regular la emoción y perspectiva propia (Brunsteins, 2022; Decety & Jackson, 2004).

La empatía también ha sido ampliamente estudiada desde el ámbito de la educación. Tanto en EEUU, Cánada, México, Argentina y España se han realizado estudios cuantitativos y cualitativos en los cuales se evalúa la aptitud empática de docentes y estudiantes (Aguirre, & Sotelo, 2022; Miranda De La Lama & Daturi, 2021; Vital Vaquier & otros, 2020; Nolasco Hernández, 2012; Hammond, 2006; Lizarraga & otros, 2003). El objetivo de estos estudios es analizar si los docentes tienen suficiente empatía para desarrollar su actividad y mostrar las consecuencias de la falta de empatía en la relación educador-educando. Al mismo tiempo, se ha teorizada desde la psicología de la educación y en combinación con la filosofía de la mente y la neurociencia social cognitiva, algunas técnicas o entrenamientos para aumentar la empatía entre compañeros de clase, con o sin conflictos. Por ejemplo, Feshbach & Feshbach (2009) consideran que es posible desarrollar y mejorar la capacidad de empatizar entre todos los integrantes de una comunidad educativa (docentes, alumnos, directivos, etc.). Todos los avances obtenidos de las investigaciones y experimentaciones nombradas, han logrado una profundización de la comprensión epistemológica de la empatía como así también de su aplicabilidad en distintos ámbitos sociales. Los resultados de sus investigaciones brindan justificaciones suficientes para aceptar que la empatía no es solamente una capacidad con la que todos los individuos nacemos, sino que también es perfectible, llegando a una mayor exactitud empática.

La empatía según Feshbach & Feshbach es considerada como una interacción entre dos individuos, que se da cuando uno de ellos experimenta los sentimientos del otro. Este afecto compartido, refleja cierto grado de correspondencia entre el afecto del

observador y el del observado, sin ser exactamente idéntico. Para los autores la empatía se constituye por la habilidad cognitiva de discriminar los estados afectivos en los otros, la de asumir la perspectiva de otra persona y la habilidad afectiva de experimentar las emociones de los otros de manera apropiada (2009, p.85). Como puede verse, la concepción de Feshbach & Feshbach (2009) al abarcar componentes cognitivos y emotivos, se posiciona en el grupo de teóricos que la consideran de manera integral y compleja tal como Decety y Jackson (2004).

Feshbach & Feshbach (2009) asumen que existen factores como la edad y el contexto situacional que hacen que el proceso empático sea contingente e influenciado. Ciertos niños/as parecen ser más empáticos que otros/as, dependiendo de cómo haya sido su crianza y educación tanto en el hogar como en todos los espacios educativos que hayan transitado. Sin embargo, los autores enumeran ciertos métodos para modular y estimular la empatía que implican crear y construir contextos en los cuales la comunicación de sentimientos y pensamientos entre estudiantes sea el principal objetivo. Ciertos ejercicios y dinámicas han sido específicamente ideados para articular los factores intervinientes en el ámbito escolar y lograr la generación o el aumento de la empatía.

Ahora bien, ¿en qué consisten estas experiencias que desarrollan una mayor empatía? Los especialistas denominan *entrenamiento empático* a la incorporación de ciertas técnicas y juegos, muy variados, que buscan específicamente desarrollar la empatía. La propuesta consiste en implementar dichas prácticas con los estudiantes y con todos los integrantes de la comunidad educativa. Entre ellas está el *juego de roles*, la *discusión de dilemas morales*, actividades que fomenten el escuchar e identificar los sentimientos de todos los participantes, conocer la experiencia de personas de diferentes ambientes culturales y socioeconómicos, aprender sobre la pobreza, sobre el holocausto,

visitar hospitales y la utilización de materias como música, arte, historia y literatura para estimular la empatía (Feshbach & Feshbach, 2009).

Todas estas actividades tienen en común el objetivo de que cada participante voluntaria y conscientemente se proponga: a) adoptar la perspectiva del otro/a, b) identificar o imaginar las emociones experimentadas por los otros, c) regular la emoción propia, d) identificarse en alguna medida con alguien en una situación diferente a la propia. De esta manera, dichos ejercicios han generado empatía entre individuos de diversos orígenes étnicos y condiciones socioculturales. El proceso empático estimulado a través de ciertas técnicas y ejercicios, aportaría a la comprensión emocional y cognitiva del otro, lograría respeto, mejor convivencia e inhibición de la agresión en contextos educativos (Feshbach & Feshbach, 2009; Lizarraga & otros, 2003; Hammond, 2006).

Propuestas para nuestras prácticas docentes

Llegado a este punto, desarrollé una concepción amplia de la empatía, expuse qué consecuencias positivas puede proveer y afirmé que es posible que sea enseñada y aprendida. En 2022, en un trabajo en coautoría con Guillermo Fonseca denominado “Pensar la educación desde una perspectiva basada en la empatía y la compasión” expusimos una serie de actividades que podían ser implementadas con el fin de desarrollar algunas capacidades empáticas y compasivas. La intención era reflexionar sobre las prácticas docentes cotidianas y mostrar en qué medida era posible, por medio de alguna actividad, aumentar la empatía y mejorar la práctica educativa. En esta ocasión, reconstruyo algunas de esas propuestas y doy a conocer con mayor claridad la fundamentación, los contenidos, los objetivos y las actividades específicas de cada encuentro.

Fundamentación

Para el diseño de las propuestas, considero como punto de partida que la empatía es la capacidad de reconocer los estados mentales, tanto afectivos como cognitivos de un/a otro/a, y al mismo tiempo, experimentar una emoción congruente con el estado afectivo de dicho otro/a. Empatizar no requiere de una identificación emocional exacta, sino que, es necesario que quien empatiza pueda identificar las emociones y pensamientos del otro/a y diferenciarlos de los propios, aún cuando su experiencia emocional sea un efecto de observar la situación ajena. En este sentido, la empatía facilitaría la consideración de unos a otros como sujetos sensibles, con experiencias y orígenes particulares que merecen ser comprendidos, escuchados y respetados (Decety y Jackson, 2004; Baron Cohen, 2011).

Las propuestas tienen la intención de estimular entre los estudiantes, la empatía descrita anteriormente. Específicamente, los objetivos y las actividades buscarán que los estudiantes expresen sus emociones, pensamientos y sensaciones y traten de identificar las de sus compañeros. Así como también, se intentará que cada estudiante logre ver como sujetos sensibles, con características particulares y respetables a todos sus compañeros/as.

En la elaboración de los objetivos, me basé en la lectura de algunos principios del *Curriculum transformation project* (Proyecto transformador del Currículo) que pretende transformar la manera de enseñanza del currículo tradicional con la intención de que los estudiantes aumenten sus actitudes positivas y la comprensión entre pares de distintos orígenes étnicos y socioculturales. El proyecto consiste en aplicar siete principios transformadores generales en el desarrollo regular del currículo en las áreas de estudios sociales, literatura y arte. El proyecto fue llevado a cabo por ocho semanas

en los grados séptimo y octavo de Norteamérica, equivalentes a los primeros años de secundario en Argentina. Luego, se evaluaron los cambios en los estudiantes encontrando un aumento de sus actitudes prosociales y una disminución en la agresión (Feshbach & Feshbach, 2009). Específicamente, apelé a los siguientes principios del proyecto:

1. Debatar de manera grupal cada vez que el material del currículum involucre instancias de conflicto, desacuerdos, luchas sociales, guerra, estereotipos, etc. En esas ocasiones es deseable lograr un entendimiento de las perspectivas y sentimientos de las personas o grupos involucrados.
2. Intentar destacar las similitudes entre individuos y grupos que difieren en atributos culturales o sociales. Por lo general aun cuando existen diferencias importantes, las similitudes y relaciones poseen la misma relevancia. Además, se trata de promover la idea de que ninguna de las diferencias encontradas entre grupos o individuos puedan constituir el fundamento de prejuicios nocivos.
3. Cuando sea posible y apropiado, se intentará fomentar que los estudiantes relacionen el contenido del currículum con sus propias experiencias y puedan expresarse sobre ellas.

A continuación, comparto dos actividades con el objetivo de que puedan ser aplicadas en el aula y adaptadas a lo que cada docente y grupo de estudiantes requieran. Debatar sobre ética y problemáticas sociales, expresar sentimientos, opiniones y buscar acuerdos, encontrar similitudes de todo tipo, relacionar los contenidos de cada actividad con las experiencias personales de los estudiantes, son los objetivos generales de estas propuestas, basados en los tres principios nombrados anteriormente.

Actividad N°1

Encuentro N°	Contenidos	Objetivos	Actividades
1	-Definiciones de Ética y Psicología moral. -Comparaciones entre visiones clásicas filosóficas y las psicológicas contemporáneas.	-Definir Ética y Psicología moral. - Identificar situaciones cotidianas dentro y fuera de la escuela que puedan ser trabajadas desde estas disciplinas.	- Exposición docente. -Formación de grupos mediante algún juego para lograr grupos no habituales. - Trabajo en grupo de lectura y discusión.
2	- Dilemas morales en la sociedad y en la escuela.	-Definir dilema moral. - Encontrar dilemas morales en la experiencia escolar y en la historia de la humanidad. - Identificar a los agentes involucrados, sus pensamientos, emociones y experiencias. - Establecer relaciones entre los agentes involucrados en los dilemas y los estudiantes.	- Exposición docente. - Observación de fragmentos de series y/o películas alusivas, o lectura de un cuento, u observación de algún cuadro artístico. - Discusión grupal sobre las temáticas procurando un orden para garantizar la escucha atenta entre compañeros/as. - Puesta en común.
3	- Balance y resumen de las temáticas.	-Encontrar al menos una solución de alguno de los dilemas morales trabajados. - Exponer cuál fue el rol de las perspectivas y sensaciones proyectadas o imaginadas hacia cada agente para fundamentar la solución al dilema moral.	- Trabajo grupal de crear un dilema moral y mostrar su solución. - Discusión grupal sobre los criterios para resolver los dilemas morales haciendo hincapié en las emociones, historia y perspectiva de cada uno de los agentes involucrados.
4	- Reflexiones finales y exposición oral.	- Encontrar al menos una solución de alguno de los dilemas morales trabajados. - Exponer cuál fue el rol de las perspectivas y sensaciones proyectadas o imaginadas hacia cada	-Finalización del trabajo grupal y puesta oral en común procurando un orden para garantizar la escucha atenta entre compañeros/as -Discusión y comparación de las soluciones propuestas.

		<p>agente para fundamentar la solución al dilema moral.</p> <p>-Destacar diferencias y similitudes en las soluciones.</p> <p>-Despejar del análisis prejuicios nocivos que puedan haber surgido.</p>	
--	--	--	--

Actividad N° 2

Encuentro N°	Contenidos	Objetivos	Actividades
1	<p>- Proyecto personal de vida y nuestro ser con otros.</p> <p>-Concepciones filosóficas y cotidianas de <i>Proyecto</i> y de <i>sujeto</i>.</p> <p>-Etapas de la vida y sus significados. La importancia de las relaciones sociales en cada etapa.</p>	<p>-Definir <i>proyecto</i> de manera variada.</p> <p>- Conceptualizar <i>sujeto</i> ampliamente.</p> <p>-Que cada estudiante identifique la etapa de la vida en la que considera que se encuentra y la asocie con emociones, sensaciones y puntos de vista propios.</p> <p>-Establecer la relevancia de las otras personas en el proyecto personal y vida cotidiana.</p> <p>-Comparar y encontrar similitudes entre las respuestas de estudiantes.</p>	<p>- Exposición docente.</p> <p>- Diálogo grupal sobre qué es proyecto, qué es sujeto y las etapas de la vida procurando un orden para garantizar la escucha atenta entre compañeros/as.</p>
2	<p>- Repaso y balance de lo trabajado.</p> <p>-La felicidad y la tristeza y sus posibles motivos.</p>	<p>-Exponer las concepciones de <i>proyecto</i> y <i>sujeto</i> trabajadas.</p> <p>-Hablar de la felicidad y la tristeza.</p> <p>-Que cada estudiante identifique la etapa de la vida en la que considera que se encuentra y la asocie con emociones, sensaciones y puntos de vista propios.</p> <p>-Establecer la relevancia de las otras personas en el proyecto personal y vida</p>	<p>- Exposición docente y diálogo grupal procurando un orden para garantizar la escucha atenta entre compañeros/as.</p> <p>-Elaborar un breve texto de manera individual sobre el proyecto personal y el vínculo con los otros expresando emociones, deseos y perspectivas propias. En el texto también deben escribir sobre el rol de la felicidad y la tristeza en su vida y la de los otros.</p>

		<p>cotidiana.</p> <p>-Encontrar similitudes entre las respuestas de estudiantes.</p>	
3	<p>- Reflexiones finales y elaboración de programa radial o podcast.</p>	<p>- Desarrollar la oralidad y la escucha atenta hacia otros.</p> <p>-Respetar el momento de habla de cada uno.</p> <p>- Que los estudiantes logren comunicarse con los compañeros a través de formas de comunicación no verbales, como las señas y las miradas.</p>	<p>- Formar grupos de 4 integrantes por medio de algún juego para lograr grupos no habituales.</p> <p>- Elaborar un diálogo con la intención de que sea un guión radial o de podcast en el cual cada integrante exprese su proyecto personal trabajado previamente.</p> <p>- Exposición del diálogo simulando una radio en el aula procurando un orden para garantizar la escucha atenta entre compañeros/as.</p> <p>- Discusión, debate y puesta en común.</p>

En todas las discusiones grupales y exposiciones sería deseable destacar: la necesidad de la escucha de los valores y sentimientos de todos los compañeros/as, el hecho de imaginar las situaciones presentadas, intentar entender la mayoría de los puntos de vista expuestos y la búsqueda de ideas y sensaciones en común, ya sea tanto para la resolución de problemas como para las experiencias placenteras compartidas. En el ejercicio radial todos los participantes pondrán en práctica la escucha del otro, facilitando la posibilidad de empatizar. En la radio no es posible que hable más de una persona al mismo tiempo, pues, los oyentes no comprenderán de qué tema se está dialogando y se prestaría a la confusión. Entonces, todos los locutores tendrán que estar atentos a los otros, comprender sus miradas y respetar su turno para hablar.

Experiencias de los estudiantes

La finalidad de estas actividades era que los estudiantes empaticen entre sí y logren establecer vínculos entre los contenidos teóricos y sus vidas cotidianas, tal como

lo plantean los objetivos ya nombrados. Las actividades han sido ideadas y puestas en práctica por quien escribe en la materia Filosofía de 6to año del secundario con estudiantes de entre 17 y 18 años. Los resultados y los efectos de las actividades sólo pueden ser descriptos de manera cualitativa, ya que no hubo una encuesta o mediciones previas ni posteriores. A continuación, relato brevemente las reflexiones y temáticas que los estudiantes expresaron luego de las actividades.

Cada estudiante pudo expresar y escuchar, pensamientos, emociones y desacuerdos con respecto a cómo se resuelven legal y religiosamente algunos dilemas morales, por ejemplo, los relacionados con la muerte asistida y el suicidio. También, hubo una mayor reflexión sobre el holocausto y sobre cómo podrían haber actuado en esa situación. Hubo un acuerdo en las sensaciones de todos los estudiantes, que por medio de la escucha atenta de relatos de las víctimas y de la asistencia a distintos “museos de la memoria”⁴, podrían comprender y empatizar con los sujetos que tuvieron esas vivencias. Esto se plasmó en audios realizados al estilo de podcast sobre los distintos lugares de la memoria, sobre los derechos humanos y sobre la idea de ser humano.

Otra temática que surgió como un dilema moral, se vinculaba con lo permitido y lo prohibido durante la cuarentena en la reciente pandemia por Covid-19. Los dilemas morales que se presentaron, estaban relacionados con la siguiente encrucijada: por un lado, extrañaban las reuniones sociales de todo tipo y en la oportunidad que se organizaba alguna de ellas, su deseo y sentir era asistir para sentirse más acompañados y mejorar su estado de ánimo. Pero, si se reunían con otros, se exponían a una situación

4 Concepto que se utiliza en Argentina y en el mundo para denominar espacios o lugares que están diseñados o reutilizados para recordar, (y no olvidar) hechos históricos, defender los derechos humanos y testimoniar los delitos de lesa humanidad. Ejemplos en Argentina <http://www.museodelamemoria.gob.ar/>, <http://www.espaciomemoria.ar/>, <http://www.memoriaabierta.org.ar/sitiosargentina.php>, <https://turismo.buenosaires.gob.ar/es/otros-establecimientos/museo-de-la-memoria-ex-esma>.

de riesgo de contagio, de vida o muerte, no solamente para ellos sino también para quienes convivían en su casa. En algunos ejemplos, los estudiantes convivían con adultos mayores o parientes que eran pacientes de riesgo. El debate y diálogo, logró reflexiones y concientización sobre las necesidades de sujetos diferentes como los adultos mayores o personas con problemas emocionales, sobre la finitud de la vida, y sobre el rol que cada uno tiene de acompañar y ayudar a otros/as en situación de vulnerabilidad y necesidad.

Generar empatía es un desafío. En muchas ocasiones, la experiencia empática dura un instante y es una experiencia introspectiva. También, suele ser más frecuente empatizar con quienes son parte del grupo de pertenencia. Además, ha resultado difícil comprobar que los ejercicios realizados han generado empatía y las consecuencias deseadas relacionadas con el respeto, el altruismo y la regulación de la agresión. Sin embargo, la incorporación de prácticas que tengan como objetivo estimular la empatía logran un acercamiento como grupo y comunidad educativa. Considero que luego de experimentar algunos de los ejercicios nombrados anteriormente, ciertas herramientas como la comunicación, la mirada cara a cara con el otro, la escucha atenta, el diálogo, la emocionalidad y la búsqueda de comprensión de la situación del otro, son incorporadas en alguna medida en el desarrollo cotidiano de las relaciones intersubjetivas en la escuela.

Las limitaciones de la empatía

A pesar de asumir que la empatía puede ser desarrollada y que motiva mejoras en la convivencia escolar, cabe destacar que no es una solución incuestionable para las problemáticas sociales. La empatía puede llegar a inhibir la agresión y estimular el respeto, pero no es necesaria ni suficiente para lograr estos objetivos. Más allá de que la empatía se relacione con la compasión, con el altruismo y con la regulación emocional

de la agresión, no es equivalente a ninguna de estas competencias personales e interpersonales. La empatía no es un elixir mágico que automáticamente produce competencia social y conducta prosocial. Sin embargo, es un factor muy importante en la matriz del desarrollo de las variables que median estas conductas afectivas y cognitivas, todas importantes en la enseñanza escolar (Feshbach & Feshbach, 2009, p.86).

Es posible nombrar algunas situaciones alternativas que pueden surgir en el camino hacia la promoción de la empatía y sus consecuencias deseadas. Por un lado, existe el riesgo de que cualquier participante de algún ejercicio, en lugar de empatizar, experimente la *angustia personal*. A diferencia de la empatía, este fenómeno sucede cuando se percibe el dolor del otro y se lo siente como si fuera propio, quizás rememorando alguna experiencia personal. Se provoca una emoción negativa, angustia, estrés, ansiedad y/o incomodidad que genera una distancia entre el yo y el otro. Cuando el individuo experimenta angustia personal no manifiesta la atención necesaria en el otro, sino que se aísla y se concentra en su situación personal. En cambio, si se experimenta empatía, existe una concentración y atención en la situación de otra persona (Decety y Lamm, 2009).

Otro riesgo posible es que la empatía sea excesiva. Si se interioriza de manera muy intensa la situación del otro existe una potencial “quemadura” o “agotamiento emocional”. Esta experiencia tampoco predispone a una real atención a la situación del otro. También, puede empobrecer la relación interpersonal, el proceso educativo y hasta la propia salud mental. Lo más adecuado sería intentar lograr un equilibrio empático (Miranda De La Lama & otros, 2021; Vital Vaquier & otros, 2020).

Otra alternativa es que la empatía esté erosionada, es decir, deteriorada. Al no ser la empatía una prioridad en las propuestas del currículum de formación docente y de

implementación en las aulas no se encuentra fácilmente en el repertorio de estrategias y objetivos. La empatía no ha sido fomentada como herramienta al educar, lo cual provoca su pérdida y la dificultad de su estímulo. Por lo que, resulta importante desarrollar didácticas dirigidas específicamente para prevenir su “erosión” y buscar aumentarla (Miranda De La Lama & otros, 2021; Vital Vaquier & otros, 2020).

Diferente es el caso, en el cual la empatía surge al ser estimulada por técnicas de entrenamiento empático, que tienen por objetivo específico, mejorar la convivencia en ámbitos escolares. Luego de llevar a cabo estas experiencias, en la mayoría de los casos, se ha presentado la empatía en los participantes posibilitando como resultado alguna actitud prosocial. Específicamente, se produjeron actitudes como el respeto entre personas diferentes entre sí, el conocimiento de la vulnerabilidad del otro, la concientización sobre lo perjudicial de la violencia bélica y la prevención de la agresión a otros (Feshbach & Feshbach, 2009).

Gracias a una gran cantidad de estudios y experimentaciones en educación, filosofía, psicología y neurociencia social cognitiva, se conoce en qué circunstancias los individuos experimentaron empatía, disminución de la agresión y aumento de actitudes prosociales. Dado este conocimiento, es deseable estimular dichas condiciones y factores, en situaciones y contextos con problemáticas sociales (o no) de cualquier ámbito intersubjetivo, como puede ser el educativo, en búsqueda de mejoras en la convivencia social y el respeto.

Conclusión

Estudiar qué es la empatía, buscando las diferencias con otros fenómenos mentales o capacidades, no es una investigación aislada del contexto de las relaciones intersubjetivas y los motivos de las acciones humanas. La investigación de estas capacidades conlleva a reflexionar sobre su función en las prácticas educativas y todas

las acciones en relación a un otro. Como investigadora de esta temática, he adquirido herramientas para idear actividades situadas y contextualizadas, en clave empática, buscando que cada integrante de una clase o una práctica en la escuela sea visto como un sujeto sensible y pensante, con historia propia. En cada experiencia en la escuela es factible incorporar alguna técnica o estrategia para intentar mejorar la convivencia y para revertir conflictos agresivos.

La idea de este texto no está relacionada con que *debemos* ser empáticos. Más bien, es una iniciativa en pos de la incorporación de prácticas en la escuela con objetivos concretos, orientados e intencionados hacia la mirada y la comprensión del otro. No considero que la empatía sea un valor moral ideal en base al cual se generen normas y conductas, incuestionables y obligatorias. Empatizar es una capacidad humana que puede ofrecer muchos beneficios a la hora de mejorar las relaciones intersubjetivas y resolver problemáticas sociales. Su desarrollo favorece el altruismo y disminuye la agresión. Las prácticas educativas propuestas, que estimulan la empatía tienen la función de abrir el camino hacia una percepción más sensible y comprensiva entre las personas. La implementación de ellas no garantizan los resultados deseados relacionados con las mejoras en la convivencia y la disminución de la agresión. Aún así, considero importante hacer el esfuerzo de ponerlas en práctica. La experiencia adquirida a través de los ejercicios, al menos puede llevarnos a cuestionar las formas agresivas de relacionarnos y encontrar maneras más afectuosas. También, es posible que se logre una reflexión y revisión sobre los acuerdos de convivencia actuales de cada escuela en base a algún ejercicio empático. La aplicación de dichas técnicas y prácticas, generarán algún impacto en la comunidad educativa, poniendo en agenda a la convivencia y a las relaciones intersubjetivas en ella.

Bibliografía

Aguirre, A. M., & Sotelo, L. A. (2022). Hacia una pedagogía de la Empatía. *Informes Científicos Técnicos - UNPA,14(2)*, 98–103. <https://doi.org/10.22305/ict-unpa.v14.n2.881>

Baron Cohen, S. (2011). *The Science of evil: On Empathy and the Origins of Cruelty* [La ciencia del mal: sobre la empatía y los orígenes de la crueldad]. Basic Books.

Batson, C. D. (2011). *Altruism in Humans*, Oxford University Press.

Brunsteins, P. (2022) “¿De qué hablamos cuando hablamos de empatía?” en Brunsteins, P.

(Comp.) Empatía. Un debate filosófico, Brujas, pp. 21-42, ISBN:9789877604764.

Decety, J. y Jackson, P. (2004). The Functional Architecture of Human Empathy. [La arquitectura funcional de la empatía humana]. *Behavioral and Cognitive Neuroscience Reviews*, 3 (2): 71-100.

Decety, J. & Lamm, C. (2009). Empathy versus Personal Distress: Recent Evidence from Social Neuroscience [Empatía y angustia personal: Evidencia reciente de la Neurociencia Social]. *The Social Neuroscience of Empathy*, (pp.199-214). The MIT Press.

Deigh, J. (2011). Justice and Jurisprudence, [Justicia y Jurisprudencia], *The Southern Journal of Philosophy*, vol. 49, pp.73-90.

Fernández, M. Fonseca, G. (2022). Pensar en la educación desde una perspectiva de la empatía

y la compasión en Brunsteins, P. (Comp.) Empatía. *Un debate filosófico*,(pp. 135-148), Brujas, ISBN:9789877604764.

Feshbach, N. D., & Feshbach, S. (2009). Empathy and Education [Empatía y Educación]. En J. Decety & W. Ickes (Eds.). *The Social Neuroscience of Empathy*, (pp. 85-98). MIT Press.

Guijo Blanco, V., Alonso Alcalde, N., Alonso Alcalde, N., & Carcedo González, R. (2010). Motivación prosocial en el alumnado universitario. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 3(1),47-55. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349832326004>

Hammond, A., (2006). Tolerance and empathy in today’s classroom: Building positive relationships within the citizenship curriculum for 9 to 14 year olds. [Tolerancia y empatía en el aula de hoy: construyendo relaciones positivas dentro del currículo de ciudadanía para niños de 9 a 14 años]. London: Paul Chapman Publishing.

Ickes, W. (1993). Empathic accuracy [Exactitud empática]. *Journal of Personality*, 61, 587–610.

Lizarraga, L. S., Ugarte, M. D., Cardella-Elawar, M., Iriarte, M. D., & Baqueano, M. T. S. (2003). Enhancement of self-regulation, assertiveness, and empathy. [Potenciación de la autorregulación, la asertividad y la empatía]. *Learning and Instruction*, 13 (4), 423-439.

Mill, J.S. (1854). *Diario*. Madrid: Alianza editorial

Miranda De La Lama, M., H., & Daturi, D., E. La empatía y su trascendencia en la educación. *La Colmena*, [S.l.], n. 112, p. 51-62, nov. 2021. ISSN 2448-6302. doi: <https://doi.org/10.36677/lacolmena.v0i112.15772>

Nolasco Hernández, A. (2012) La empatía y su relación con el acoso escolar. *Revista de Estudios y Experiencias en Educación*. UCSC. Vol. 11, No. 22, 35-54

Prinz, J. (2011). "Against Empathy". *Southern Journal of Philosophy* 49 (s1):214-233.

Stueber, K. (2019) Empathy [Empatía]. *The Stanford Encyclopedia of Philosophy*, Edward N. Zalta (ed.), URL = <https://plato.stanford.edu/archives/fall2019/entries/empathy/>

Vital Vaquier, L. M.; Martínez-Otero Pérez, V. & Gaeta González, M. L. (2020). La empatía docente en educación preescolar: un estudio con educadores mexicanos. *Educação e Pesquisa*, vol.46, 1-18 <https://doi.org/10.1590/S1678-4634202046219377>