



La empatía como competencia interpersonal para el desarrollo socioemocional en estudiantes de Gericultura

Linda Citlalli López Madrid

lindamadrid@uas.edu.mx

Esmeralda Alvarado Félix

esmeralda.alvarado@uas.edu.mx

Dora Yaqueline Salazar Soto

dora.salazar@uas.edu.mx

Universidad Autónoma de Sinaloa
Maestría en Docencia en Ciencias de la Salud

Área temática: Currículo como expresión cultural de las etapas sociales.

Resumen

Desenvolverse en la sociedad de forma competente requiere desarrollar la inteligencia interpersonal. A través de ella, podemos crear y mantener vínculos sociales, la empatía es fundamental para reconocer los sentimientos y perspectivas de los demás, ser empático beneficia el trabajo en equipo, el trato cordial, el rendimiento laboral, incluso favorece la inclusión. De ahí la importancia de ser empáticos. Por tal motivo se propone una serie de actividades lúdicas y videos para su reflexión en aula con el objetivo de desarrollar la empatía en los alumnos de Gericultura. El presente trabajo tiene un enfoque cualitativo, se empleó el instrumento TECA test de empatía cognitiva y afectiva (López et al., 2008) con el objetivo de Identificar la empatía que tienen los estudiantes Gericultura como competencia interpersonal. Resultados: Después del análisis de los datos se puede afirmar que aumentó el nivel de empatía en los alumnos en Gericultura lo cual será favorable para su desempeño socioemocional.

Palabras clave: Empatía, desarrollo socioemocional, Actividades lúdicas.



Justificación

El fomento de las habilidades socioemocionales en el aula permite un buen desarrollo de los alumnos tanto en la universidad como en sociedad. El papel del maestro es educar y enseñar a los alumnos a ser personas críticas, empáticas, pacíficas, con capacidad de resolución, solidarias, estos beneficios se pueden obtener a través de la educación emocional.

La Facultad de Medicina de la Universidad Autónoma de Sinaloa ofrece 4 Licenciaturas: Médico General, Imagenología, Fisioterapia y Gericultura. La Licenciatura en Gericultura se encarga de formar profesionales que sean capaces de preservar la salud integral del adulto mayor, con humanismo sentido ético y profesional con conocimientos científicos, atendiendo la normatividad vigente a través de la elaboración de planes proyectos de atención, gestión e investigación, comprometidos en el bienestar individual y colectivo del adulto mayor con un enfoque bio-psico-social. Por lo tanto, desarrollar competencias interpersonales es fundamental para desarrollarse laboral y socialmente.

La empatía está considerada como una cualidad básica para que se establezca un adecuado profesionalismo. Se puede definir como la capacidad de una persona para transmitir comprensión hacia las emociones de otros individuos, lo cual implica una capacidad para comprender cómo se siente la otra persona y para hacerle saber que existe esta comprensión. La empatía de los profesionales de la salud se ha asociado a mayor satisfacción del paciente, mayor adherencia a las recomendaciones médicas, mejores resultados clínicos y a una menor conflictividad, lo que incluye menos reclamaciones legales (Grau et. Al., 2016). Por lo anterior, señalado surge la siguiente pregunta. ¿Cuál es el nivel de empatía que tienen los estudiantes en Gericultura?

Objetivo general

Identificar la empatía que tienen los estudiantes Gericultura como competencia interpersonal.

Objetivos específicos

Desarrollar en los alumnos de Gericultura la habilidad de reconocer los sentimientos y perspectivas de sus compañeros.

Emplear estrategias que favorezcan el desarrollo de habilidades de comunicación y competencia social de forma afectiva.

Enfoque conceptual

El ser humano es social por naturaleza, vive y experimenta muchas emociones que involucran a los otros y otras, por lo tanto, fortalecer la competencia interpersonal posibilita establecer relaciones saludables, basadas en el respeto y la comunicación asertiva. También, ayuda a reconocer que todas las personas tienen un mundo emocional y una forma de ver la vida diferente, construida a través de sus experiencias individuales y subjetivas, comprender esta diferencia como válida es importante para tener empatía, responsabilidad social y afectividad (Bar-On, 2006 citado por Universidad católica de Pereira 2021).

De acuerdo con la UNESCO (2015) la educación que necesitamos para el siglo XXI es una educación que apoye y aumente la dignidad, la capacidad y el bienestar de la persona humana en relación con los demás y la naturaleza. Para lograrlo es necesario formar a los docentes para que faciliten el aprendizaje, entiendan la diversidad, sean inclusivos y adquieran competencias para la convivencia, así como la protección y mejora del medio ambiente. Deben fomentar un entorno que sean respetuoso y seguro, favorecer la autoestima y la autonomía, así como recurrir a múltiples estrategias pedagógicas y didácticas. Los docentes deben mantener una relación fructífera con los padres y las comunidades, tienen que trabajar en equipo con otros docentes por el bien de la escuela en general.

El desarrollo de la educación emocional en el sistema educativo busca educar a los estudiantes para que logren regular sus emociones y no sucumban ante ellas, sino que aprendan a canalizarlas positivamente, la idea es que desarrollen competencias que fortalezcan la confianza en sí mismo y la satisfacción del logro en el marco del proceso de enseñanza y aprendizaje que les servirán a lo largo de toda su vida (Bisquerra, 2003).

La educación emocional promueve el desarrollo de competencias como: Consciencia emocional, referida a la capacidad para tomar consciencia de las propias emociones y de las emociones de los demás. Regulación emocional, que hace referencia a la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada, tomando consciencia de la relación entre emoción,

cognición y comportamiento. Autonomía personal, que se refiere a la capacidad de autogestión personal, como la autoestima, actitud positiva ante la vida, responsabilidad, capacidad para analizar críticamente las normas sociales, así como la autoeficacia emocional. Las habilidades de vida y bienestar, que hacen referencia a la capacidad para adoptar comportamientos apropiados y responsables de solución de problemas personales, familiares, profesionales y sociales, potenciando el bienestar personal y social, y por último la relación interpersonal la cual es la capacidad para relacionarse y entender las emociones de las demás personas basados en el lenguaje verbal y no verbal, además de situaciones expresivas que contengan un grado de consenso cultural, (Bisquerra, 2003., Bisquerra y García, 2018 citado por Fernández et al. 2022).

Una habilidad de la competencia interpersonal es la empatía la cual, de acuerdo con Bisquerra (2009), es la base del altruismo.

Las personas empáticas sintonizan mejor con las sutiles señales que indican lo que los demás necesitan o desean. Esto las hace apropiadas para las profesiones de la ayuda y servicios en sentido amplio (profesores, orientadores, pedagogos, psicólogos, psicopedagogos, médicos, abogados, expertos en ventas, etc.). (p.131).

Es la capacidad de situarse en la emoción que experimenta el otro. Ser capaz de comunicar una comprensión empática hace que los demás perciban que son comprendidos en sus sentimientos. La empatía no significa pensar igual o estar de acuerdo con el otro. Lo que significa es que comprendo su estado emocional y soy capaz de ponerme en su lugar. Es comprensión, no justificación. Cuando nos sentimos comprendidos, la solución del conflicto es más fácil (p. 213).

De acuerdo con Madera et. al (2015), la prestación de servicios de salud se enfoca en la satisfacción de las necesidades de los pacientes en todas sus dimensiones, las cuales pueden encontrarse influenciadas por percepciones, sentimientos y emociones. El reconocimiento de estos factores emocionales y psicosociales es uno de los retos que afronta el profesional de la atención primaria, pudiéndose lograr por medio del desarrollo de la empatía, una habilidad o atributo cognitivo que tiene efecto positivo en la relación médico-paciente. Esta es considerada un elemento esencial de la personalidad para alcanzar la competencia clínica y el profesionalismo en Medicina, ya que facilita la comunicación y la comprensión, hecho que genera confianza por parte del paciente y permite mejorar el quehacer profesional en aspectos básicos de la atención primaria como anamnesis, exámenes físicos, diagnósticos y tratamientos.

Esquerda (2016), considera a la empatía como una de las competencias básicas en el aprendizaje de la medicina, relacionándose con mejor relación médico-paciente, mejor competencia profesional y menor estrés profesional. Una atención cercana a la realidad de los pacientes influirá en su grado de satisfacción y motivación para que asuman actitudes participativas y estables en sus planes de tratamiento, por lo cual el desarrollo de empatía en los estudiantes de Medicina se ha convertido en una necesidad y preocupación de las instituciones educativas.

Grau et. al (2016), señalan que para conseguir un buen nivel de empatía en los estudiantes es clave la manera en que se educa y se trabaja esta cualidad durante su periodo de formación. La capacidad de los estudiantes de Medicina de empatizar puede disminuir a medida que progresan en los planes de estudios, mayoritariamente centrados en la adquisición de conocimientos y técnicas. Esto indica que hay una necesidad de promover la empatía hacia los pacientes durante el periodo de formación. La empatía es un proceso de múltiples etapas mediante el cual la conciencia en el médico de las preocupaciones del paciente produce una secuencia de compromiso emocional, la compasión y un deseo de ayudar al paciente.

Estrategia metodológica

La presente investigación se desarrolló con un enfoque cualitativo puesto que el objetivo general era Identificar el nivel de empatía de los estudiantes de Gericultura como competencia interpersonal. Se trabajo con 7 alumnos de sexto semestre de la Licenciatura en Gericultura distribuidos por género de la siguiente manera: 4 mujeres y 3 hombres. Para la recolección de información se empleó como Pre test y Post test, el instrumento TECA test de empatía cognitiva y afectiva (López et al., 2008). El cual consta de 33 ítems y evalúa una dimensión global de empatía y cuatro escalas específicas: Adopción de perspectivas, Comprensión emocional, Estrés empático y Alegría empática. Se utilizó la escala de Likert con las siguientes categorías: totalmente en desacuerdo 1, algo en desacuerdo 2, neutro 3, algo de acuerdo 4, totalmente de acuerdo 5. Se evalúa a partir del número total de percentiles obtenidos. 01 al 06 extremadamente baja, 07 al 30 baja, 31 al 69 media, 70 al 93 alta y 94 al 99 extremadamente alta.

Se realizaron 2 actividades lúdicas (Una montaña de conflictos y la actividad lúdica “El ovillo”). Además, se analizaron 2 videos para la reflexión en aula sobre la importancia de la empatía la Historia de un Sr. Indiferente (inteligencia emocional) Aryasb Feiz (2018) y El amor y la empatía hacia el paciente, Quirónsalud (2020).

Desarrollo

El proyecto se desarrolló en tres días. El primer día se hizo una breve descripción del proyecto para que los alumnos comprendieran el propósito y el mecanismo de este, el cual fue desarrollar la empatía como competencia interpersonal para el desarrollo socioemocional a través de actividades lúdicas y videos para su reflexión en aula. Se realizó una evaluación inicial por medio del test de empatía cognitiva y afectiva (TECA) al finalizar el test se les cuestiono a los alumnos ¿Qué entienden por empatía? Actividad que se trabajó bajo una lluvia de ideas y posteriormente una presentación en power point sobre empatía para que el concepto quedara más claro.

El segundo día, se reviso con los alumnos el cortometraje: Historia de un Sr. Indiferente (inteligencia emocional) Aryasb Feiz (2018) Este cortometraje trata de una persona que es indiferente con lo que pasa a las personas a su alrededor al final entiende que al ser empático no solo ayuda a los demás también se ayuda a si mismo. Los alumnos expresaron su opinión sobre el video y a continuación se realizo la Actividad lúdica: Una montaña de conflictos la cual de acuerdo con la psicóloga Sonia Castro (2023) la actividad Una montaña de conflictos se desarrolla de la siguiente manera: cada participante tendrá que escribir de manera anónima, una situación de conflicto que le haya generado malestar, incomodidad y que no le gustaría que se volviese a repetir, pondremos todos los papeles en una caja de zapatos y a continuación cada persona sacará uno y lo leerá en alto. Uno por uno se buscará una solución para que esa situación no se vuelva a repetir. Los objetivos de este ejercicio son: tomar conciencia del malestar del otro cuando se trabaja en grupo, aprender a reconocer sentimientos y emociones de otros, buscar soluciones a los conflictos. La finalidad de esta actividad fue desarrollar en los alumnos de medicina general la habilidad de reconocer los sentimientos y perspectivas de sus compañeros.

El tercer día se analizó el video llamado “El amor y la empatía hacia el paciente” (Quirónsalud, 2020) En el cual se muestra una enfermera que ama su trabajo y esta a punto de jubilarse, ella expresa su experiencia y como a través de la empatía ha disfrutado mas su trabajo. Al finalizar el video los alumnos expresaron que fue lo ¿qué les gustó? y ¿Por qué? Posterior a ello se realizó la actividad lúdica “El ovillo” el proceso es el siguiente: se sienta todo el grupo formando un círculo, el tutor/a comienza lanzando el ovillo a alguien sin soltar la punta. Al tiempo que le lanza el ovillo, dice algo positivo que valore de la persona a quien se lo lanza. Quien recibe el ovillo agarra el hilo y, diciendo también algo que valore o le guste de otro compañero/a, se lo

lanza. Y así sucesivamente, siempre sin soltar el hilo, para que se vaya formando una telaraña. Para finalizar la dinámica, una vez que cada uno ha vuelto a su sitio, el tutor/a, puede lanzar estas preguntas al grupo-clase para comentar la actividad: ¿Cómo nos hemos sentido? ¿Cómo hemos recibido las valoraciones? ¿Nos reconocemos en ellas? En esta actividad se trabaja la automotivación y la empatía del alumno facilitando el establecimiento de vínculos en el grupo. En lo que se refiere al desarrollo de la actividad el tutor/a ha de estar atento a las cualidades que se dicen del compañero/a. Algunas de estas son tan generales que no especifican una cualidad o valor de la persona. También se pueden formar dos o tres grupos en vez de trabajar con toda la clase. En este caso se nombrará un secretario/a que anote la dinámica de ese grupo.

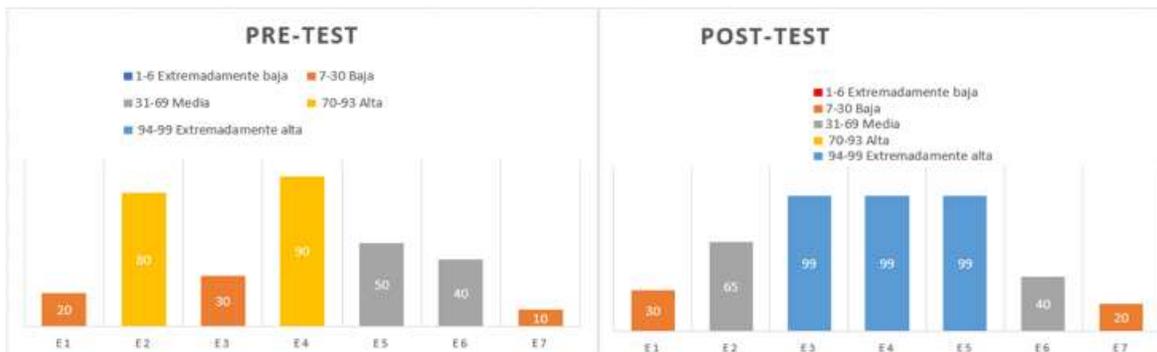
Para finalizar, se aplicó el test de empatía cognitiva y afectiva (TECA) con la finalidad de analizar si después de trabajar con actividades lúdicas mejora la empatía hacia sus compañeros. También se les pide a los alumnos que expresaran su opinión sobre las actividades realizadas en el aula.

Resultados y conclusiones

En la actividad lúdica “el ovillo” los alumnos mostraron alegría al escuchar la opinión que tenían sus compañeros sobre ellos, dos alumnos estuvieron a punto de llorar, pero se contuvieron. Al finalizar las actividades todos los alumnos refirieron que el tema de empatía es de suma importancia en el área de la salud y expresaron que desearían que sus docentes fueran más empáticos con ellos.

A partir de los resultados del instrumento aplicado como Pre-Test y Pos-Test (TECA) test de empatía cognitiva y afectiva se puede observar en la Grafica 1, que después de la intervención existe un aumento del 90% en la Adopción de perspectiva (AP) la cual se define como la Capacidad intelectual e imaginativa de ponerse uno mismo en el lugar de otra persona, esto es “Intento comprender mejor a mis amigos mirando las situaciones desde su perspectiva”.

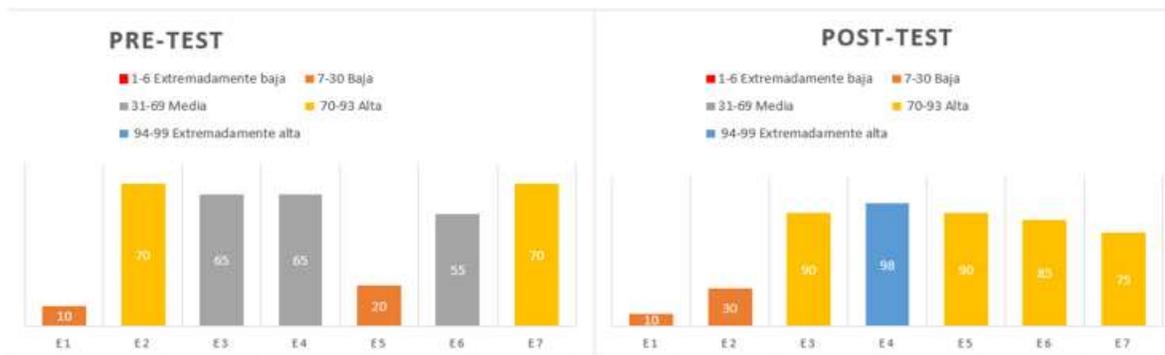
Adopción de perspectiva (AP)



Grafica 1. Percentiles obtenidos en el test de empatía cognitiva y afectiva TECA con relación a la Adopción de perspectiva (AP) (Elaboración propia, 2023).

En la Grafica 2. se puede observar que la comprensión emocional (AP) aumentó un 80% favoreciendo la capacidad de reconocer y comprender los estados emocionales, las intenciones y las impresiones de los otros.

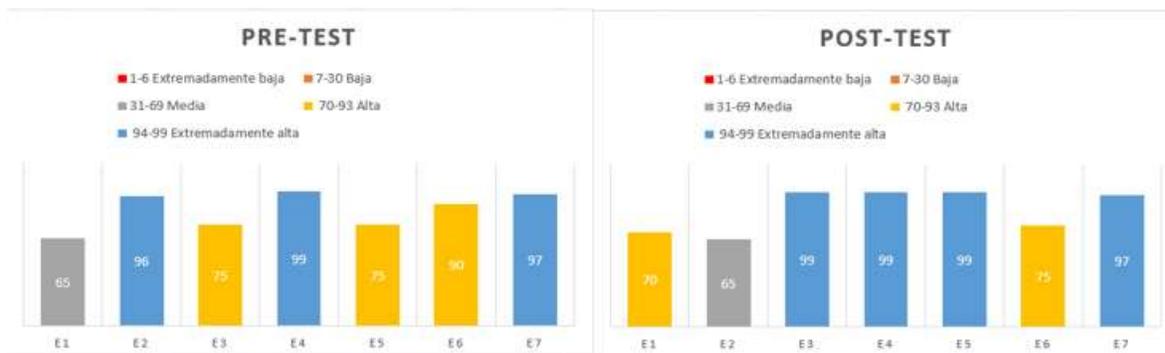
Comprensión emocional (CE)



Grafica 2. Percentiles obtenidos en el test de empatía cognitiva y afectiva TECA con relación a la Comprensión emocional (CE) (Elaboración propia, 2023).

Con relación al estrés empático (EE) el cual es la capacidad de compartir emociones negativas de otra persona, sintonizar emocionalmente con esta, se observa en la Grafica 3 que el resultado es muy variado hubo un aumento de este en los estudiantes (E1), (E3) y (E5) una disminución en los estudiantes (E2) y (E6) mientras que en el estudiante (E7) se mantuvo el nivel.

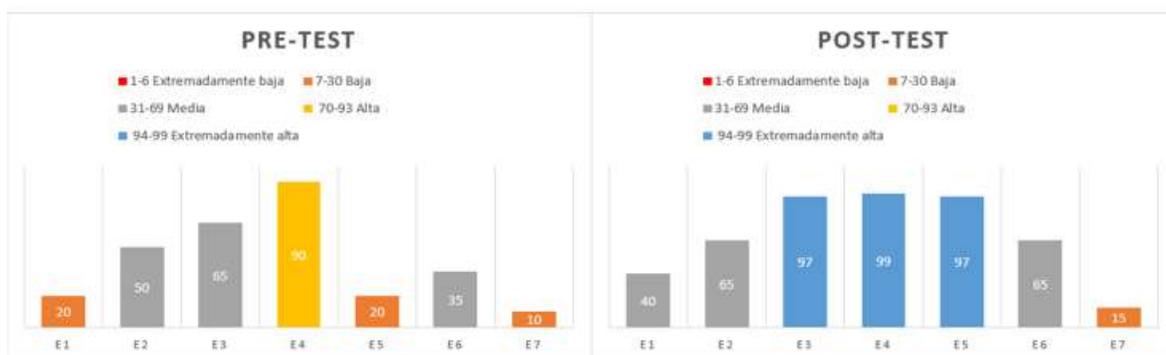
Estrés empático (EE)



Gráfica 3. Percentiles obtenidos en el test de empatía cognitiva y afectiva TECA con relación al Estrés empático (EE) (Elaboración propia, 2023).

En la Gráfica 4. Se puede observar un aumento del 100% de la alegría empática (AE) la cual es la capacidad de compartir emociones positivas de otra persona.

Alegría empática (AE)



Gráfica 4. Percentiles obtenidos en el test de empatía cognitiva y afectiva TECA con relación a la Alegría empática (AE) (Elaboración propia, 2023).

Los aportes teóricos revisados en esta investigación permiten conocer la importancia de la empatía en los estudiantes en el área de la salud, ya que entre más competencia socioemocional tengan, mejor será la relación médico-paciente.

A partir de la implementación de las actividades lúdicas el aumento en la empatía se ve favorecido por lo tanto utilizarlas como estrategia favorece el desarrollo de estas habilidades en los estudiantes.



De acuerdo con el modelo educativo UAS 2022 una de las características del perfil docente en la Universidad es favorecer la autonomía y el autoaprendizaje de los alumnos, estimulando la autorregulación y la auto directividad, este perfil les permite conducirse con base en los valores y principios de este modelo y procurar la práctica durante las actividades individuales y colectivas con las y los estudiantes y sus pares docentes. En este sentido se sugiere implementar actividades lúdicas que favorezcan la empatía para el bienestar personal y laboral del alumno.



Referencias

- Aryasb Feiz (2018, 16 de nov) Historia de un Sr. Indiferente (inteligencia emocional) (video) YouTube <https://www.youtube.com/watch?v=qLGNj-xrgvY&t=0s>
- Bisquerra., R. (2009) Psicopedagogía de las emociones *editorial síntesis*
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. Revista de Investigación Educativa.
- Castro, S. (2023, 14 de abril) Desarrolla tu empatía, Instituto Europeo de psicología positiva. (Internet) https://www.iepp.es/desarrolla-tu-empatia/#Una_montana_de_conflictos
- Esquerda., M Yuguero., O. Viñas., J. Pifarré J. (2016) La empatía médica, ¿nace o se hace? Evolución de la empatía en estudiantes de medicina.
- Fernández., C. Tripailaf., C. Arias., K (2022) Desafíos de la educación emocional en el sistema educativo escolar chileno. Rev. Estud. Exp. Educ. vol. 21 no. 47
- Grau., A. Toran., P. Zamora., A. Quesada., M. Carrion., C. Vilert., E. Castro., A. Cerezo., C. Vargas., S. Gali., B. & Cordon., F. (2016) Evaluación de la empatía en estudiantes de Medicina.
- La botica del orientador (2020) 126 Dinámicas de educación emocional. Orientafer.blogspot.com/2011/09/126-dinamicas-de-educacion-emocional.html
- López, B., Fernández, I., Abad, F. (2008) TECA Test de Empatía Cognitiva y Afectiva. Tea Ediciones.
- Madera., M. tirado., L. González., F. (2015) Factores relacionados con la empatía en estudiantes de medicina de la Universidad de Cartagena.
- Quirónsalud (2020, 6 de octubre) El amor y la empatía hacia el paciente (video) YouTube <https://www.youtube.com/watch?v=WxDFFbXmcms>
- UNESCO (2015) Replantear la educación ¿Hacia un bien común mundial?
- Universidad Autónoma de Sinaloa (2022) Modelo educativo UAS 2022
- Universidad católica de Pereira (2021) Estrategias para el fortalecimiento de competencias socioemocionales con adolescentes <https://www.ucp.edu.co/>