

La empatía desde dos miradas: la evolución y la educación

Mariana F. Fernández

Eje temático: Educación y regulaciones estatales.

Pertenencia: Universidad Nacional de Córdoba. Escuela de Filosofía y CIFYH.

Resumen

El concepto de empatía ha sido abordado desde campos de conocimiento muy diferentes, desde la psicología, la educación y hasta desde la biología. De allí viene la importancia de definir con claridad de qué se está hablando cuando nombramos este suceso y cómo nos damos cuenta cuando estamos en frente de la empatía. Nos podemos preguntar entonces si todos los humanos, solo por el hecho de *ser humanos*, en nuestra condición natural, poseemos la capacidad de empatizar, o si bien la empatía es adquirida; es decir, que la aprendemos, la adquirimos a través de la educación y por ser parte de nuestro sistema moral-cultural. Una tercera opción intermedia, sería que existen técnicas para mejorar la capacidad empática que ya tenemos, tales como el entrenamiento empático del que habla Feshbach (2007) y la “experiencia psicoanalítica” ya sea como paciente o como analista, de la que habla Bolognini (2004). Es por esto, que en el siguiente trabajo entrecruzaremos distintas teorías, tratando de encontrar un lazo que las una y trataremos de mostrar, la importancia de empatía dentro del ámbito educativo.

La empatía desde dos miradas: la evolución y la educación

"Solo la educación es capaz de
salvar nuestras sociedades del posible colapso
ya sea violento o gradual" (Piaget,1896-1980)

El problema de la *empatía* es justamente cuál es su lugar, pues hablamos de un sentimiento más, como lo sería la simpatía; o estamos hablando de una capacidad que tiene que ver más con la comprensión y/o conocimiento del otro, lo cual implicaría ubicarla dentro de un plano más racional. Por esto, vamos a aclarar que en el siguiente trabajo, defenderemos un concepto de empatía como *aquella capacidad* que comprenda tanto los factores afectivos como los cognitivos. Esto quiere decir que, la empatía implicaría no solamente “ponerse en el lugar del otro” a nivel sentimental, sino también comprenderlo, llegando en algunas ocasiones a saber lo que piensa y siente el otro. Según Batson (2007), en el capítulo “Aquellas cosas que llamamos empatía: ocho fenómenos distintos pero relacionados”, nos dice que el término empatía ha sido utilizado últimamente para responder dos tipos de preguntas distintas: ¿Cómo puede uno conocer lo que la otra persona está sintiendo y pensando? Y ¿qué lleva a una persona a responder sensiblemente y con preocupación frente al sufrimiento del otro? Entonces, la empatía será la respuesta de algunos fenómenos que suceden entre los individuos, la cuestión es cómo explicamos y en base a qué tipo de fundamentos.

Muchos autores hablan de este “hecho”, pero desde campos de conocimiento muy diferentes, desde la psicología, la educación y hasta desde la biología. De allí viene la importancia de definir con claridad de qué se está hablando cuando nombramos este suceso y cómo nos damos cuenta cuando estamos en frente de la empatía. Nos podemos preguntar entonces si todos los humanos, solo por el hecho de *ser humanos*, en nuestra condición natural, poseemos la capacidad de empatizar, o si bien la empatía es adquirida; es decir, que la aprendemos, la adquirimos a través de la educación y por ser parte de nuestro sistema moral-cultural. Una tercera opción intermedia, sería que existen técnicas para mejorar la capacidad empática que ya tenemos, tales como el entrenamiento empático del que habla Feshbach (2007) y la “experiencia psicoanalítica” ya sea como paciente o como analista, de la que habla Bolognini (2004). Es por esto, por la gran variedad de explicaciones y justificaciones sobre la empatía que nos preguntamos si podemos hablar de una empatía natural respaldada por teorías biológicas como la evolución, como la única forma de explicar y justificar la empatía; ya que encontramos en otros autores otro tipo de explicaciones que la justifican como si fuera aprendida, adquirida.

Ésta pregunta no la responderemos de manera exhaustiva, sino más bien la utilizaremos como punto de partida para proponer que no es posible quedarnos con un análisis netamente biológico, neuronal o simplemente psicológico. Para saber hasta qué punto es enseñable y utilizable la empatía, es necesario un acercamiento entre saberes; un análisis interdisciplinario. La propuesta es justamente entrelazar el diálogo entre distintas miradas y formas de explicar la empatía, buscando puntos de encuentro y desencuentro, ventajas y desventajas para poder fundamentar que en alguna medida la empatía es enseñable y adquirida, y luego considerar a la empatía como una herramienta fundamental para la educación y promoción de conductas pro-sociales.

1. Componentes de la empatía

En el texto “The Functional Architecture of human empathy”, de Decety y Jackson (2004), nos hablan de tres componentes que interactúan de manera dinámica, produciendo la experiencia de empatía en humanos. Este es el concepto que utilizaremos para comparar posturas, es decir, trataremos de ver en qué medida hablan de empatía entendida como lo hacen estos autores. Esto sería importante porque, pueden estar hablando de atribución mental o de contagio emocional, de otros sucesos que no son empatía. Los componentes son: 1) el hecho de compartir un afecto/sentimiento entre el yo y el otro, basado en las percepciones y acciones que nos llevan a compartir representaciones; 2) conciencia del yo y del otro, es decir, saber que los sentimientos y/o pensamientos son del otro, y no son míos; sin confusión entre el yo y el otro, aunque pueda haber identificación; 3) flexibilidad mental para adoptar la perspectiva subjetiva del otro y tener un buen sistema auto-regulatorio.

Si solo uno de estos componentes se diera, no habría empatía, por ejemplo si solo se da 2) es un hecho que llamaríamos contagio emocional. La atribución mental por su lado, tiene que ver con explicar y predecir lo que el otro va a hacer y/o sentir atribuyéndole deseos, creencias, sentimientos, estados mentales, etc. Este tipo de suceso es distinto de la empatía y podemos decir que está vinculada más con el factor cognitivo, sin llegando a ser, empatía.

2. Empatía enseñable

Con el propósito de mostrar que podemos hablar de la empatía como una actitud y una práctica, y no sólo como una capacidad que poseemos por naturaleza, y que además puede ser en

alguna medida enseñable y/o adquirida vamos a ver la definición y justificación que nos dan los autores Norma Feshbach y Seymour Feshbach (2007) en su capítulo “Empatía y educación”. Desde sus estudios y resultados, tenemos justificaciones suficientes para aceptar que no sólo hablamos de la empatía como una capacidad con la que todos los humanos nacemos, sino que también podemos mejorarla, llegando a una mayor exactitud empática.

Los autores, nos hablan de empatía y sus efectos en las conductas humanas, especialmente en el ámbito educativo; es decir, nos hablan de maestros y alumnos. Sus afirmaciones están basadas en estudios realizados en estudiantes, tanto niños como adolescentes, y en profesores. Antes que nada, nos aclaran que “la empatía es un atributo de los chicos que ha sido probado ser altamente relevante para el proceso educacional...” (N. Feshbach y S. Feshbach, 2009: 85) Teniendo en cuenta ciertos enfoques contemporáneos definen a la empatía como una interacción entre dos individuos, que se da cuando uno de ellos experimenta los sentimientos del segundo individuo. Nos dicen también, que se manifiesta un afecto compartido que refleja cierto grado de correspondencia entre los individuos, sin ser exactamente idénticos. Además nos dice que es un proceso contingente con respecto a los factores cognitivos y afectivos, y que varía según la edad y en el contexto-situacional. Nos dicen que empatizar tiene que ver con la habilidad cognitiva de discriminar los estados afectivos en los otros, y que hay otro nivel más maduro que requiere asumir la perspectiva y el rol de otra persona, y la habilidad afectiva de experimentar las emociones del otro, de la manera apropiada. (N. Feshbach y S. Feshbach, 2007)

En cuanto a sus funciones, nos dicen que la empatía juega un rol para la conducta pro-social y tiene una función en los niños que les permiten mayor entendimiento, compasión y regulación de la agresión. Es un proceso al que se le atribuyen todas estas funciones importantes para el desarrollo educativo y el aprendizaje del niño con respecto a los otros, a la sociedad y el actuar moralmente. Para fundamentar esto, nos hablan de diferentes niños, unos más empáticos que los otros, pues argumentan que la habilidad de distinguir los sentimientos de los otros resulta un pre-requisito para responder frente a ciertos conflictos sociales. Si se toma la perspectiva del otro dentro del conflicto, es más fácil aliviarlo y lograr algún acuerdo mutuo. El componente afectivo del cual hablan los autores, sería beneficiario para reducir la agresión entre compañeros ya que, el dolor del otro despertaría un dolor en uno mismo que regularía la conducta agresiva.

El dolor del otro causa cierta angustia, cierta empatía que inhibiría provocar dolor al otro, fomentaría tratar de evitar circunstancias que lo permitan. La empatía se manifiesta entonces por inhibición, pero nos aclaran que ésta actitud empática debe estar en el repertorio del niño para que actúe de manera pro-social, lo cual se logra con un entrenamiento empático y específicamente con un entrenamiento de conducta pro-social. Otro beneficio es la reducción del prejuicio social, al entender y apreciar los sentimientos y formas de ver el mundo de los otros, que pueden ser de un grupo étnico distinto, el prejuicio debería ser menor. (N. Feshbach y S. Feshbach, 2007)

Hasta este punto nos hablan de los beneficios y logros que se observan al proceder con actitudes empáticas, y justificamos la relevancia de la empatía para la educación y el fomento de conductas morales, pero para poder justificar que la empatía más que ser una capacidad innata de los humanos es una actitud que podemos aprender y mejorar, pasemos a enumerar los métodos y técnicas del entrenamiento empático.

Docentes y alumnos han sido entrenados con una variedad de técnicas como el “juego de roles”, la discusión de dilemas morales y actividades que desarrollen el escuchar e identificar los sentimientos de los otros. En el aula se desenvuelven experiencias de simulación de la empatía tales como: conocer la experiencia de sus pares de diferentes ambientes socioeconómicos, aprender sobre la pobreza, sobre el Holocausto, visitar hospitales, etc. También se utilizan materias como música, arte, historia y literatura para simular la empatía. Concluyen que aunque no se sepa cuál es el patrón ontogenético, o podríamos decir, el origen o lo que provoca la empatía, es generalmente aceptado que la empatía puede ser enseñada y aprendida. Todas las investigaciones en las que se basan son bien variadas en cuanto a la diversidad de población que abarcan: grupos de distintos ámbitos étnicos, raciales, sociales y desde un rango de edad que representa desde los preescolares hasta los adolescentes y estudiantes universitarios. (N. Feshbach y S. Feshbach, 2007)

Teniendo en cuenta todo esto y desde el concepto que estamos manejando de la empatía, podemos decir que estos autores se acercan bastante al que queremos defender, ya que están involucrados los aspectos afectivos y cognitivos. Hablan de afecto compartido, hablan de interacción entre el yo y el otro, y también cuando nos enumeran los métodos, sabemos que

abarcan una empatía como una actitud que involucra el adoptar la perspectiva del otro. Nos están hablando de una empatía donde hay flexibilidad mental, como lo hacen Decety y Jackson.

Sin embargo queremos destacar que, cuando hablan de distinguir los sentimientos de los otros y hasta de sentir con exactitud lo que el otro siente, creemos que ya se acercan a una definición de empatía más como una capacidad a lograr, a llegar a un grado de técnica, de un verdadero conocimiento que parece que sólo se logra con el entrenamiento empático; que tiene que ver con el aprendizaje, la experiencia y no tanto con una condición natural. Al decirnos que hay factores como la edad y el contextos situacional que hace variar el proceso empático, nos dejan en claro que es un proceso contingente, influenciado por estos factores. Además nos dicen que hay niños más empáticos que otros, y que eso depende de que hayan sido educados de cierta manera. Nos hablan de métodos como tomar el rol del otro y tomar la perspectiva del otro: formas a través de las cuales se entrena y se mejora, se aumenta la capacidad de empatizar. Entonces, podemos concluir que desde esta perspectiva la empatía no sólo es enseñable sino que también perfectible, y que las condiciones que permiten que se produzca no son naturales.

La empatía de la que hemos estado hablando, puede enseñarse y es perfectible; permite una mejor convivencia, menos violencia y prejuicio, por lo tanto, resulta importante como técnica a ser implementada en el ámbito educativo donde estas funciones deben ser cumplidas.

3. Empatía como producto de la evolución

Por otro lado, en el capítulo de Carter, Harris y Porges (2007), “Perspectivas Neurales y Evolutivas de la Empatía”, para definir empatía recurren a su significado literal proveniente del griego, que sería “sufrir con”, pero también recurren a la psicología llamándola un constructo psicológico que fue asociado a variados sentimientos, expresiones y conductas que implican reconocer, percibir, y responder en referencia a los estados emocionales de los otros. De esta forma, justifican que, si es definida así y se incluyen respuestas sociales hacia expresiones emocionales como el dolor, el miedo o el hambre, entonces la empatía es una conducta adaptativa importante que la compartimos con todos los mamíferos. Proponen que la empatía es una característica compartida entre humanos y mamíferos que depende de circuitos neuronales que emergieron durante la transición evolutiva de reptiles a mamíferos. En suma, afirman que las conductas sociales son mejores entendidas en el contexto de la evolución, ya que tanto el hecho

de ayudar a los miembros de la misma especie y la supervivencia del más fuerte, son interpretados como productos de la evolución. Los genéticamente más fuertes o los reproductivamente más exitosos, pueden ser también los que más se ayudaban entre sí y los que tenían cierto apoyo social. Tienen el presupuesto filosófico-epistemológico de que, ha sido probado que los patrones de sociabilidad y sus mecanismos, son productos de la evolución. Por ende, la empatía lo es también.

Más específicamente, defienden la hipótesis de que la empatía es una característica compartida por los mamíferos y que depende de circuitos neuronales. La idea principal es que el proceso neuroendocrino actúa en varios sitios en el sistema nervioso implicado generalmente en la sociabilidad y la comunicación social, también en la base de los estados conductuales y respuestas necesariamente para la empatía. Estos estudios apoyan la hipótesis de que la oxitocina y la vasopresina, pueden tener un rol en las respuestas conductuales necesarias para la empatía. (Carter, Harris y Porges, 2007)

Este punto de vista resalta el acento de una empatía “material” que dependería de nuestro sistema nervioso y que su origen sería un resultado de la evolución. Pero, notemos que esta conclusión depende de cómo definieron empatía. Es decir, si le atribuyeron como parte de sus componentes a la conducta de ayuda frente al dolor, por ejemplo, del otro, pueden decir que la empatía como toda conducta social, es parte de la adaptación del hombre en el medio, de su supervivencia y es producida durante el camino la evolución. Si bien tienen en cuenta los aspectos afectivos, porque hablan de sentimientos, el acento está en el percibir lo que el otro siente y hacer algo al respecto. Esta definición de empatía tiene menos relación con la que queremos defender, le podemos conceder que abarca los componentes pero le agrega el componente conductual. Estarían definiendo a la empatía como respuesta a la segunda pregunta de Batson.

4. Diálogo posible

Ahora, cómo podemos relacionar este tipo de explicaciones y justificaciones de la empatía, con otras del tipo de Feshbach. Los fundamentos son muy distintos:

Por un lado se interpreta a la empatía desde la educación y la psicología, considerándola un atributo que se puede desarrollar, mejorar y además puede servir para la promoción de

conductas pro-sociales que permitan un ámbito educativo donde todas sus funciones estén satisfechas. Su interés no está relacionado con una empatía que dependa de la vasopresina y la oxitocina. En cambio, desde la biología se fundamenta a la empatía neuronalmente, biológicamente, evolutivamente, haciendo hincapié en su origen más que en su desarrollo. En ningún momento nos hablan de que la capacidad de empatizar sea perfectible, sino que nos proponen qué tipo de hormonas estarían vinculadas con la manifestación de la empatía.

(Tenemos que admitir que ambos conceptos desde los distintos puntos de vista, comprenden los factores afectivos y cognitivos de la empatía y tienen en claro que es un hecho distinto del contagio emocional y de la atribución mental.)

Es así como, el punto de desencuentro lo encontramos entre el surgimiento, fundamento explicación y desarrollo de la empatía en los humanos.

Sin embargo y a su vez, podemos establecer un lazo entre los dos aportes ya que ambos proclaman a la empatía como el camino hacia las conductas pro-sociales; la empatía es una actitud que hemos llegado a construir, ya sea por razones evolutivas o por otras razones, para fundar nuestras bases sociales y morales. Está bien claro que este es el “beneficio”, la “función” de la empatía.

Es por esto que estaríamos dispuestos a admitir, de las manos de estos dos aportes que, si bien “está en nuestros genes” todo lo necesario para ser empáticos, la empatía, nos es del todo natural. Dada como la interpretamos hoy tiene algo de adquirida, de construida. Como lo hemos visto en los ejemplos de la técnica del psicoanálisis, o el entrenamiento empático.

Al comparar, resulta difícil sostener solo un tipo de justificaciones puras y solas sin considerar los aportes de otras disciplinas que también demuestran otros rasgos que suman la comprensión de la empatía y también de la humanidad misma. La ventaja del punto de vista evolutivo lo podemos ver en que, si somos humanos por lo tanto somos empáticos, tenemos constitutivamente todo lo necesario para desarrollar la empatía que tantos beneficios trae a la educación y la sociabilidad. Esta mirada nos ayuda a conservar el principio de la humanidad que sería el supuesto para empatizar, ya sea con los “parecidos” como con los “diferentes”. La ventaja del punto de vista de Feshbach es que, debemos entrenarnos y aprender a mejorar esta capacidad innata orientándonos hacia las conductas pro-sociales. La empatía es un hecho tomado

interdisciplinariamente, entonces tendríamos que tomar las miradas en conjunto, sin jerarquías, sino a manera de complemento. Está en nuestras manos la responsabilidad de ser humanos y entrenarnos en ello.

Bibliografía

Decety, J., & Jackson, P.L. (2004). The functional architecture of human empathy. *Behavioral and Cognitive Neuroscience Reviews*, 3, 71–100.

Decety, J. y Ickes, (2007) *The social neuroscience of empathy*. MIT Press. Cap. 1, 7 y 13