

**LA HABILIDAD SOCIOEMOCIONAL COMO LA EMPATÍA EN EL DOCENTE  
UNIVERSITARIO SIENDO AGENTE DE CAMBIO EN LA FORMACIÓN  
ACADÉMICA.**

*SOCIO-EMOTIONAL ABILITY LIKE EMPATHY IN UNIVERSITY TEACHERS BEING  
AN AGENT OF CHANGE IN ACADEMIC TRAINING.*

*HABILIDADES SOCIOEMOCIONAIS COMO EMPATIA EM PROFESSORES  
UNIVERSITÁRIOS SENDO AGENTE DE MUDANÇA NA FORMAÇÃO ACADÊMICA.*

---

**Recibido:** 02 de febrero del 2024

**Aceptado:** 06 de febrero del 2024

**Aprobado:** 17 de marzo del 2024

---

*Claudia Clara* **ORÉ GARVAN**<sup>1</sup>

*Claudia Isabel* **VALDIVIA HOLGUIN**<sup>2</sup>

*Elizabeth Martha* **NINA MANCHEGO**<sup>3</sup>

---

## **Resumen**

La actual crisis sanitaria ha destacado la falta de desarrollo de habilidades sociales en los profesores universitarios, en relación con su impacto en la educación académica y profesional de los estudiantes. En este contexto, algunos autores defienden la importancia de la empatía tanto cognitiva como emocional en el entorno educativo. Sin embargo, la actuación de los profesores no ha sido coherente con la adopción de esta perspectiva ni con la comprensión emocional. El propósito de este estudio es examinar el nivel de influencia de la empatía del

---

<sup>1</sup> Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima, Perú. [claudiaclara.ore@unmsm.edu.pe](mailto:claudiaclara.ore@unmsm.edu.pe)

<sup>2</sup> Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima, Perú. [claudia.valdivia@unmsm.edu.pe](mailto:claudia.valdivia@unmsm.edu.pe)

<sup>3</sup> Universidad Nacional San Agustín. Arequipa, Perú. [enina2410@gmail.com](mailto:enina2410@gmail.com)

profesor universitario en la formación académica de los estudiantes de maestría en educación durante la pandemia de Covid-19 en 2020, a través del análisis de los resultados del test de empatía cognitiva y afectiva. Se concluye que la empatía del profesor universitario es un elemento influyente en la formación académica y este trabajo contribuye a una comprensión limitada de los resultados de diversos instrumentos de desarrollo de habilidades sociales

**Palabras clave:** Empatía cognitiva; empatía afectiva; adopción de perspectivas; comprensión emocional; estrés empático; alegría empática.

### **Abstract**

The current health crisis has highlighted the lack of development of social skills in university professors, in relation to its impact on the academic and professional education of students. In this context, some authors defend the importance of both cognitive and emotional empathy in the educational environment. However, the teachers' actions have not been consistent with the adoption of this perspective or with emotional understanding. The purpose of this study is to examine the level of influence of the university professor's empathy on the academic training of master's students in education during the Covid-19 pandemic in 2020, through the analysis of the results of the cognitive empathy test. and emotional. It is concluded that the empathy of the university professor is an influential element in academic training and this work contributes to a limited understanding of the results of various instruments for the development of social skills

**Keywords:** Cognitive empathy; affective empathy; perspective taking; emotional understanding; empathic stress; empathic joy.

### **Introducción**

La presencia constante de la empatía en el aula es crucial debido a su impacto directo en el proceso de formación.

Unicef (2019) destaca que la empatía proporciona a los estudiantes una herramienta esencial para experimentar de manera significativa y productiva, siendo una habilidad crucial para el desarrollo completo de las capacidades de

cada individuo. Esta competencia no debería limitarse únicamente al ámbito familiar, sino que también debería cultivarse en el entorno educativo. Por otro lado, Pérez Sandoval (2020) argumenta que la empatía es una habilidad esencial en la sociedad actual, planteando la teoría de la inteligencia múltiple y su conexión directa con el asertividad. Sugiere que el éxito se logra mejor a través de la colaboración en lugar de competir de manera forzada con otras instituciones educativas. Este enfoque proporciona un espacio para proponer ideas y acciones sólidas que contribuyan a superar los desafíos presentes y futuros.

Dentro de las instituciones, la empatía se convierte en un criterio clave en la selección de personal de confianza y colaboradores, según Goleman (2011). Esto se debe a su relación recíproca con la comunicación, facilitando la toma de decisiones, mejorando la calidad del trabajo en equipo, elevando el rendimiento laboral, reduciendo los accidentes y generando resultados más efectivos a nivel empresarial.

En este escenario, la empatía emerge como un factor clave para mejorar significativamente la formación académica de los estudiantes, a través de la comprensión emocional y la adopción de la perspectiva por parte del profesorado. La empatía, considerada como una conducta intrínseca al ser humano, implica que, en las primeras interacciones sociales, los individuos sean capaces de reconocer las necesidades físicas y emocionales de sus compañeros, contribuyendo así a un ambiente estudiantil favorable, colaborativo y solidario

(Hernández, López y Caro, 2017). En este contexto, el objetivo de este artículo es analizar la presencia de la empatía en los profesores universitarios y su impacto en la formación académica de los estudiantes de maestría en educación de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos durante la pandemia de Covid-19 en el año 2020.

La empatía se convierte en un pilar esencial para crear sinergia en las aulas, proporcionándonos la base para diseñar dinámicas de introducción a través de la motivación. Esto busca impulsar a los estudiantes hacia un rendimiento destacado.

En primer lugar, es importante destacar que la empatía no se limita únicamente a la dimensión cognitiva. Varios autores han demostrado que también es crucial considerar la afectividad debido a la conexión emocional que se experimenta sin necesidad de expresar dichas emociones verbalmente.

En segundo lugar, abordaremos la medición de la empatía mediante el test TECA, que proporcionará una visión integral. Durante este proceso, se prestará atención a diversas dimensiones de la empatía, teniendo en cuenta indicadores como la comprensión emocional y la adopción de perspectiva, involucrando tanto la cognición como la razón. Este análisis se extenderá más allá de los afectos y las emociones, culminando en la evaluación del estrés y la alegría empática.

### Cuerpo

Según López, Fernández y Abad (2008), al referirnos a la dimensión afectiva de la empatía es necesario este componente, para referirnos a la empatía por la vinculación directa a las emociones. Cuando solo hay un componente afectivo no estamos hablando de empatía sino de otros procesos psicológicos como el contagio o la hipersensibilidad emocional. La comprensión emocional y la adopción de perspectiva son indicadores de la dimensión cognitiva de la empatía. Sin embargo, es importante mencionar que pierde intensidad al tomar en cuenta la empatía solo por la cognición.

La empatía, considerada como un componente destacado de la inteligencia emocional, encuentra aplicaciones diversas en distintos contextos, como el ámbito organizacional, clínico y social. Se posiciona como una de las habilidades sociales fundamentales al proporcionarnos la capacidad de percibir y comprender los sentimientos de los demás, interpretar las intenciones de los individuos, prever sus acciones y comprender sus emociones. En resumen, la empatía facilita una interacción efectiva con el entorno social, según lo planteado por Baron-Cohen y Wheelwright en 2004.

El aporte más significativo que se pueda tener en cuenta en este artículo, teniendo el análisis de resultados, se sumará no solo a la educación superior sino también a la educación básica, ya que en el aprendizaje la motivación debe

ser constante y esto solo puede ser percibido por la empatía, que sin palabras se puede dar uno cuenta de la relación con el otro.

### **Empatía cognitiva**

La empatía se define como la capacidad que posee una persona para construir mentalmente una representación de los pensamientos de otras personas. En este sentido, esta acción está más vinculada a la creación de una imagen mental de lo que la persona podría estar pensando, sin necesariamente ser esta representación la correcta, como señaló Hogan en 1969.

Otras definiciones de la empatía incluyen la perspectiva de Gallagher, H.L. y Frith, C.D. (2003). En su estudio sobre la imagen funcional de la Teoría de la Mente, sugieren que la empatía no solo implica la capacidad de reconocer y comprender nuestras propias emociones en respuesta a un evento, sino que también abarca la capacidad de comprender las emociones de otras personas. Incluso, la persona puede anticiparse y reconocer de manera inmediata los diversos estados emocionales por los que atraviesa alguien más. En otras palabras, la empatía nos permite observar a una persona y comprender de manera instantánea si se encuentra molesta, triste, decepcionada, entre otros estados anímicos.

La empatía cognitiva se refiere a la capacidad de comprender que otras personas pueden experimentar emociones o sentimientos distintos a los propios. Es especialmente relevante porque implica la habilidad de reconocer estas emociones, incluso cuando no son propias. Este proceso es esencial ya que permite proyectar emociones a partir de la identificación, según lo planteado por Baron, Cohen y Wheelwright en 2004.

La teoría de la mente y la empatía están interrelacionadas, como sostienen Téllez - Vargas (2006). Argumentan que una persona tiene la capacidad de comprender otro sistema cognitivo que es diferente al suyo, lo cual facilita la comprensión de los diversos estados de ánimo de otra persona. En esencia, la habilidad de comprender la perspectiva mental de los demás contribuye a desarrollar y expresar empatía hacia sus experiencias emocionales.

Goleman (2006) señala que el desarrollo de la empatía se produce a medida que las relaciones interpersonales se vuelven más frecuentes,

permitiendo así conocer mejor a la persona. Dentro del marco de la inteligencia emocional, la empatía se presenta como un componente crucial que facilita una comprensión más profunda de las emociones. En otras palabras, la empatía se fortalece a través de la experiencia y la interacción continua con los demás, contribuyendo al desarrollo de una mayor inteligencia emocional.

Fernández et al. (2008) realiza una distinción importante al conceptualizar la empatía cognitiva como la capacidad de comprender lo que otra persona puede estar experimentando en su estado interno.

Balart (2013), citada por Briones (2017), propone una concepción de la empatía que involucra varios componentes. La empatía incluye la práctica de la escucha activa, que implica prestar atención tanto a los gestos que acompañan la comunicación como a los tonos de voz que reflejan el estado emocional. Otro componente es la capacidad de construir un juicio que permita determinar la relevancia de la información proporcionada por una persona, generando así una postura frente a dicha información. Finalmente, la asertividad desempeña un papel crucial al permitir la transmisión de mensajes con el cuidado necesario, evitando incomodidades o heridas en la comunicación.

### **Adopción de perspectivas**

La empatía se define como la capacidad cognitiva que permite comprender a otra persona. Según Peng, Lee y Heeter (2010), la adopción de perspectivas está vinculada a la manera en que se estructura el mensaje para que el receptor pueda comprenderlo.

González (2016) menciona que, según la perspectiva de Ross Buck, un sistema nervioso poco evolucionado conlleva respuestas simples. En contraste, un sistema nervioso complejo implica conexiones más avanzadas que posibilitan la creación de un equilibrio y respuestas emocionales más desarrolladas. En consecuencia, un sistema nervioso complejo facilita la identificación de emociones tanto propias como ajenas.

La adopción de perspectivas es una habilidad muy versátil debido a las múltiples facetas de las emociones. Según Gross y Thompson (2007), las emociones se generan cuando las personas perciben que sus metas son alcanzables. Además, las emociones presentan diversos matices y actúan a nivel

biopsicosocial, lo que implica respuestas en diversas conductas y expresiones, siendo generadas a nivel cerebral.

Cañabate, A. y Berbegal, J. (2014) en su artículo "Las habilidades sociales del docente universitario, una formación hacia la competencia interpersonal", relatan la experiencia de Cañabate al inicio de su carrera como docente universitario. Inicialmente, él pensaba que el principal desafío radicaba en dominar los contenidos de su materia y lograr una comunicación efectiva con los estudiantes. Estaba convencido de que una metodología adecuada y un feedback constante eran suficientes como fortalezas docentes.

Sin embargo, Cañabate reconoce que esta supuesta eficiencia, centrada en el contenido y la comunicación, generaba insatisfacción entre sus estudiantes, algo que él mismo empezó a percibir. Ante este panorama, se vio obligado a cambiar su enfoque. Decidió orientar sus asignaturas hacia una metodología centrada en los estudiantes, descubriendo que las actividades dirigidas hacia ellos generaban una mayor interacción en el aula. Este cambio implicó una modificación en su estilo de enseñanza, alejándose de la tradicional clase magistral para adoptar un enfoque más participativo y centrado en los alumnos.

Es crucial evaluar el nivel de empatía cognitiva, especialmente en la adopción de perspectivas, ya que esto facultará a los docentes para identificar las emociones de sus estudiantes. Esta comprensión les permitirá ajustar la metodología de trabajo durante las sesiones de clase. Como resultado, se puede lograr una mayor satisfacción estudiantil en el proceso de aprendizaje de la asignatura. Además, este ambiente favorable en el aula puede complementarse con un mejor rendimiento académico, ya que los estudiantes se sentirán más comprometidos y cómodos en su entorno educativo.

Dentro del proceso de medición del nivel de empatía, una puntuación alta en la calificación indica que el docente posee la habilidad de ser flexible en diversas formas de pensamiento. Además, se relaciona con la tolerancia hacia ideas diferentes, una comunicación efectiva y la capacidad de establecer buenas relaciones con otras personas. Una puntuación extremadamente alta está asociada a un alto nivel cognitivo, lo que implica una atención detallada a diversas situaciones, lo que podría llevar a tomar decisiones más lentamente.

Por otro lado, una puntuación baja en la medición indica dificultades para identificar las distintas emociones, lo que obstaculiza el mantenimiento de relaciones saludables y, consecuentemente, afecta la comunicación. Finalmente, una puntuación muy baja sugiere que la persona tiene un pensamiento poco flexible, lo que puede limitar la calidad de la comunicación. Estas evaluaciones se basan en el estudio de López et al. (2008).

### **Comprensión emocional**

Mayer y Salovey (1997) argumentan que la comprensión de las emociones es un componente integral de la inteligencia emocional. Esta habilidad implica la capacidad de entender y examinar las propias emociones, así como las respuestas emocionales entre dos personas, lo cual tiene implicaciones significativas para el desarrollo de la relación.

La aptitud para identificar los sentimientos implica la capacidad de reconocer y distinguir la relación entre las palabras y los sentimientos. También implica considerar las consecuencias de las emociones, desde el sentimiento en sí hasta su significado más profundo, reflejándose en la comprensión y análisis de las emociones para otorgarles un significado. Por ejemplo, si una persona muestra tristeza, podría deberse a una situación que la afecta.

Además, se destaca la capacidad para percibir emociones complejas, como experimentar amor y odio simultáneamente hacia una persona especial durante un problema. También se menciona la cualidad de identificar la transición entre emociones, por ejemplo, pasar de la desilusión a la ira o del afecto al odio. Estas habilidades contribuyen a una comprensión más profunda y completa de las emociones en el contexto de las relaciones y la inteligencia emocional.

De manera similar, Goleman (1999) define que el éxito de una persona no está exclusivamente relacionado con su nivel de conocimientos o sus logros académicos. Lo verdaderamente importante es cuánto ha desarrollado su inteligencia emocional, lo que implica tener conciencia de los propios sentimientos, comprender las emociones de los demás, la capacidad para enfrentar las dificultades de la vida y poseer habilidades sociales sólidas. Goleman destaca la importancia de equilibrar las habilidades intelectuales con la inteligencia emocional para lograr un éxito integral y sostenible en la vida.

Desarrollar la dimensión de la inteligencia emocional como parte de las fortalezas personales implica, en primer lugar, aprender a comprenderse a uno mismo. Esto implica identificar y entender los problemas que surgen, así como reconocer qué factores, personas o situaciones causan emociones específicas. Es esencial explorar las ideas que generan estos sentimientos, comprender cómo nos afectan y cuáles son sus efectos en nosotros.

Este proceso de autoconciencia emocional proporciona la base para el desarrollo de la inteligencia emocional, ya que nos capacita para gestionar de manera efectiva nuestras emociones y responder de manera adecuada a diversas situaciones. La comprensión profunda de nuestras propias emociones es el punto de partida para cultivar habilidades emocionales más avanzadas y fortalecer nuestras relaciones con los demás.

Según el Modelo de Inteligencia No Cognitiva de Baron (1997), la comprensión emocional de uno mismo es considerada parte del componente intrapersonal (CIA) de la inteligencia emocional. Baron la define como "la capacidad para identificarse y entender nuestros sentimientos y emociones, aprender a reconocer sus diferencias y averiguar por qué se generan". Esta capacidad implica no solo la identificación de las emociones propias, sino también la comprensión de sus matices, la distinción entre diversas emociones y la exploración de las razones subyacentes que las desencadenan. En esencia, la comprensión emocional de uno mismo es fundamental para el desarrollo de una inteligencia emocional sólida y efectiva.

Analizar y comprender los sentimientos propios y ajenos constituye una capacidad fundamental dentro de la competencia emocional. Esta habilidad permite descubrir el motivo y la razón detrás de las acciones de las personas, facilitando la comprensión de lo que está ocurriendo emocionalmente en una situación dada (Saarni, 1999). La competencia emocional implica no solo el reconocimiento de las emociones, sino también la capacidad de interpretar su origen y su impacto en el comportamiento humano, contribuyendo así a una comprensión más profunda de la dinámica emocional en las interacciones sociales.

Exactamente, la capacidad de analizar y entender los sentimientos propios y ajenos es esencial para una interacción social efectiva. Al poder comunicar de manera precisa cómo nos sentimos y reconocer el estado emocional de los demás, se establece una base sólida para la regulación emocional y una gestión exitosa de las relaciones interpersonales. Estos aspectos son fundamentales para un funcionamiento social armonioso y efectivo, ya que favorecen la empatía, la comprensión mutua y una comunicación más eficaz en diversos contextos sociales.

Exactamente, el conocimiento profundo de las emociones permite no solo entender y aceptar los propios estados de ánimo y sentimientos, sino también comprender y aceptar los estados emocionales de los demás en el entorno. Esta capacidad es crucial para el crecimiento y fortalecimiento de las relaciones interpersonales. La empatía y la comprensión mutua derivadas de esta conciencia emocional contribuyen a construir relaciones más sólidas, armoniosas y enriquecedoras con las demás personas. La habilidad de comprender y aceptar las emociones de los demás es fundamental para promover la conexión, la comunicación efectiva y el desarrollo de relaciones saludables y significativas.

Según Bisquerra (2000), es importante desarrollar la capacidad para entender las emociones que las personas expresan. Sin embargo, no se trata solo de eso, sino también de aprender a reconocer las diversas señales no verbales y verbales asociadas a esas emociones. Además, Bisquerra destaca que la interpretación de estas señales puede variar según el contexto cultural en el que se encuentren las personas. Por lo tanto, el desarrollo de la inteligencia emocional implica no solo comprender las emociones en sí, sino también ser consciente de las formas en que las personas las expresan, tanto verbal como no verbalmente, teniendo en cuenta las diferencias culturales que pueden influir en estas expresiones emocionales.

Eisenberg (2000) conceptualiza la empatía como una forma de respuesta a nuestras propias emociones que surge de la identificación con el estado o situación por la que otra persona está pasando, siendo similar a lo que esa persona puede estar experimentando. En este sentido, una respuesta empática

se basa en comprender y ponerse en el lugar de la otra persona, utilizando la observación como punto de partida. La empatía, según esta perspectiva, implica una conexión emocional y una comprensión profunda de las experiencias de los demás, lo que lleva a una respuesta más comprensiva y solidaria.

Según Perera Medina (2017), el modelo pentagonal de la Inteligencia Emocional del GROU, de la Universidad de Barcelona, incluye cinco componentes, y la conciencia emocional está compuesta, entre otros, por la comprensión emocional. La comprensión emocional se refiere a la habilidad de entender los sentimientos de otras personas, lo que capacita a los individuos para involucrarse de cierta manera ante estas expresiones emocionales. Este componente destaca la importancia de no solo ser consciente de las propias emociones, sino también de tener la capacidad de comprender y empatizar con las emociones de los demás, contribuyendo así a una inteligencia emocional más completa y socialmente efectiva.

El test de empatía cognitiva y afectiva se presenta como un instrumento valioso para evaluar el nivel de comprensión emocional de los docentes de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. De acuerdo con López et al. (2008), las puntuaciones altas en esta prueba indicarán la facilidad de la persona para identificar una variedad de emociones, ya sean expresadas de manera verbal o no verbal. Esta capacidad es crucial, ya que mejora significativamente la comunicación al permitir la correcta identificación de emociones, tanto positivas como negativas, lo que contribuye a mejorar las relaciones interpersonales.

Sin embargo, una puntuación muy alta podría llevar a la persona a excederse en la identificación de las emociones de los demás, descuidando sus propias emociones en el proceso. Por otro lado, puntuaciones bajas indicarían dificultades en comprender completamente los diversos estados emocionales, lo que perjudica las relaciones interpersonales y dificulta la comunicación. Finalmente, puntuaciones extremadamente bajas pueden resultar en problemas significativos en las relaciones interpersonales, ya que la persona podría tener dificultades para expresarse y establecer una conexión emocional con los demás.

## **Empatía afectiva**

La empatía también ha sido estudiada conceptualmente desde un enfoque cultural, con énfasis en la respuesta afectiva. Estudios realizados entre mujeres y hombres han determinado que las mujeres tienden a mostrar una mayor presencia de la dimensión afectiva de la empatía, ya que se sienten más identificadas con los sentimientos de otras personas (Hoffman, 1977). Este hallazgo sugiere que puede haber diferencias en la expresión y la experiencia de la empatía entre géneros, resaltando la importancia de considerar factores culturales y de género al examinar esta capacidad emocional.

La empatía experimenta un proceso evolutivo a lo largo de la vida de una persona, ya que la interacción social y las relaciones con otros individuos permiten el desarrollo y la maduración de este aspecto. Cuando observamos a un niño, podemos percibir que la empatía se encuentra en un estado inmaduro, ya que el niño aún no es capaz de comprender plenamente sus propios sentimientos. Este proceso evoluciona con el tiempo, llevando a la persona a darse cuenta de que sus emociones son distintas a las de los demás. Es importante destacar que este proceso no se limita únicamente al ámbito emocional, sino que también abarca los sentimientos.

Una persona alcanza un nivel más elevado de empatía cuando, en su interacción con su grupo social, comprende que, ante una situación dada, puede haber diversas respuestas, cada una con sus propias consecuencias. Este enfoque se alinea con la perspectiva de Coleman y Hendry (2003), quienes citan a Hoffman (1990) para contextualizar el proceso evolutivo de la empatía en el contexto de las interacciones sociales y el entendimiento de las diferentes respuestas ante situaciones diversas.

Fernández et al. (2008) sugiere que la empatía afectiva abarca la respuesta emocional que surge a partir de lo que la otra persona está manifestando. En otras palabras, implica la capacidad de experimentar y compartir emociones en sintonía con las emociones expresadas por otra persona. La empatía afectiva se manifiesta cuando se puede percibir y comprender los sentimientos de los demás, generando una respuesta emocional que refleje una conexión empática con las experiencias emocionales de la otra

persona. Este aspecto de la empatía es esencial para construir relaciones interpersonales sólidas y para fomentar un ambiente de comprensión y apoyo emocional.

La empatía afectiva está vinculada a una forma apropiada de responder ante el estado mental de otra persona, según Baron, Cohen y Wheelwright (2004). Aunque es cierto que no se puede leer la mente de las personas, es posible comprender lo que expresan emocionalmente. Identificar las emociones de alguien, ya sea tristeza, alegría, pena, rabia, entre otras, permite generar una respuesta empática hacia esa persona. La empatía afectiva implica sintonizarse con las experiencias emocionales de los demás y responder de manera adecuada a esas emociones, lo que contribuye a fortalecer las conexiones interpersonales y promover un entorno de comprensión mutua.

De acuerdo con Dvash y Shamay - Tsoory (2014), la empatía afectiva se caracteriza por comprender de diversas maneras los sentimientos que otra persona experimenta. La capacidad de lograr esta comprensión implica entender de manera más profunda el proceso emocional de la otra persona, lo que puede llevar a sentirse identificado y experimentar emociones similares. En este sentido, la empatía afectiva permite conmoverse, alegrarse, entristecerse, indignarse o experimentar ira en respuesta a situaciones específicas. Esta capacidad de conectarse emocionalmente con los sentimientos de los demás contribuye a fortalecer los lazos interpersonales y a crear un ambiente de comprensión y apoyo mutuo.

### **Estrés Empático**

La descripción es precisa. La habilidad para gestionar de manera efectiva las acciones negativas implica la capacidad de manejar situaciones difíciles o tensas de una manera que promueva la armonía y la resolución constructiva de conflictos. Esta habilidad no solo involucra entender estas situaciones, sino también abordarlas de manera apropiada para mantener relaciones positivas. La gestión de acciones negativas puede requerir habilidades como la empatía, la comunicación efectiva y la capacidad de mantener un enfoque constructivo incluso en circunstancias desafiantes. En última instancia, esta habilidad contribuye a crear un entorno más positivo y colaborativo.

Davis (1983) considera que el malestar personal es uno de los componentes de la empatía. Este malestar está relacionado con una serie de emociones que surgen al enfrentarse a experiencias negativas. Estas manifestaciones emocionales pueden incluir sentimientos de rechazo, angustia y temor, y se presentan durante la interacción con otras personas. Estas emociones están vinculadas al lado personal de los individuos, reflejando cómo la empatía puede llevar consigo una carga emocional que afecta al que la experimenta. Este aspecto resalta la complejidad de la empatía, ya que no solo implica comprender las emociones de los demás, sino también experimentar de alguna manera esas emociones de manera personal.

Es crucial que, frente a situaciones de conflicto emocional originadas por la ira, tristeza y/o dolor de los estudiantes durante la sesión de clase, los docentes muestren actitudes de comprensión. Es fundamental evitar cualquier forma de condena o indiferencia ante estas emociones. Al expresar comprensión, los docentes pueden crear un ambiente en el que los estudiantes se sientan escuchados y apoyados emocionalmente. Esta respuesta empática contribuye a establecer un vínculo positivo entre docentes y estudiantes, fomentando un entorno educativo que promueve la salud emocional y el bienestar de todos los involucrados.

Segarra, Muñoz y Segarra (2016) plantean que las personas pueden sentirse comprendidas por los demás. En este sentido, el docente empático logra comprender la emoción negativa del estudiante sin contaminarse con ella. Esto implica que tanto el docente como el estudiante son mutuamente necesarios para que haya una comprensión cognitiva en el momento del encuentro. La empatía del docente no solo radica en comprender las emociones del estudiante, sino también en mantener una distancia emocional que permita ofrecer un apoyo efectivo sin verse abrumado por las emociones negativas del estudiante. Esta dinámica de comprensión mutua contribuye a un ambiente educativo enriquecedor.

Es fundamental que el docente posea una inteligencia emocional adecuada durante el desarrollo de las sesiones de clase para facilitar un rendimiento académico efectivo por parte de los estudiantes, permitiéndoles

alcanzar los objetivos propuestos. La inteligencia emocional del docente implica la capacidad de comprender y gestionar sus propias emociones, así como la habilidad para percibir y responder de manera empática a las emociones de los estudiantes. Esta competencia emocional contribuye a crear un ambiente de aprendizaje positivo, favorece la motivación y el bienestar emocional de los estudiantes, y puede influir significativamente en su rendimiento académico y desarrollo integral.

Mesa (2015) explica que la ansiedad, el estrés y los déficits emocionales pueden tener un impacto negativo en el rendimiento académico. No obstante, una alta inteligencia emocional tiende a superar los recursos intelectuales de los estudiantes. La inteligencia emocional actúa como un mediador en la influencia de las habilidades cognitivas sobre el rendimiento académico. Es relevante destacar que la inteligencia emocional puede mejorar el desempeño del estudiante en el aula, siempre y cuando el docente pueda influir en su audiencia gestionando una dosis adecuada de empatía. Es esencial que el docente sea capaz de regular y afrontar los estados emocionales negativos de los estudiantes para guiarlos de manera efectiva.

Saarni (2000) propone una lista de habilidades relacionadas con la competencia emocional. Destaca que la capacidad para enfrentar emociones negativas como la ira, el estrés, la ansiedad y la depresión se logra mediante la implementación de estrategias de autocontrol. Estas estrategias permiten regular la intensidad y duración de la emoción presente. El desarrollo de habilidades de autocontrol emocional es esencial para gestionar de manera efectiva las respuestas emocionales negativas, contribuyendo así a una mejor adaptación y bienestar emocional en diversas situaciones.

El test de empatía cognitiva y afectiva es un instrumento que permitirá evaluar el nivel de estrés empático de los docentes de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, brindando conclusiones significativas sobre dicho nivel. Según López et al. (2008), una puntuación muy alta en este test puede afectar a la persona, ya que no solo se identifica con las emociones de los demás, sino que también asume los problemas de los demás como propios, llegando incluso a distorsionar la realidad. Por otro lado, las puntuaciones bajas indican que las

personas mantienen relaciones distantes, son capaces de distinguir sus emociones de las de los demás y no muestran fácilmente sus propias emociones. Finalmente, las puntuaciones extremadamente bajas revelan personas muy frías, carentes de expresar cualquier emoción, sin conmoverse ante dificultades o situaciones, lo que puede conducir a la ruptura de las relaciones interpersonales.

### **Alegría empática**

La capacidad de reconocer y comprender emociones consideradas "positivas" se refiere a la habilidad de entender procesos emocionales que generan alegría, orgullo, satisfacción, entre otros (López et al., 2008).

La investigación llevada a cabo por Avia, M. y Vásquez, C. (1998), se centró en las emociones positivas y cómo su presencia en las personas puede mejorar diversas habilidades. Cuando un docente identifica que un estudiante está experimentando emociones positivas, como la alegría por obtener una buena calificación, felicitarlo y motivarlo puede generar confianza en sí mismo. Esto puede llevar al estudiante a esforzarse al máximo en tareas futuras, activando la creatividad, la capacidad para resolver problemas, la mejora de la flexibilidad y la adaptación, entre otras habilidades.

Como expone Vecina (2006) las relaciones interpersonales son claves en las personas y uno de los factores importante son las emociones positivas. Las define, asimismo, como estados subjetivos que permiten Vecina (2006) destaca que las relaciones interpersonales son fundamentales en la vida de las personas, y las emociones positivas juegan un papel crucial en este contexto. Define las emociones positivas como estados subjetivos que permiten a las personas reaccionar de manera individual ante un determinado contexto. Estas emociones positivas no solo son reconocidas como propias, sino que también tienen la capacidad de ser compartidas con los demás en el ámbito de las relaciones interpersonales.

Vecina (2006) señala que las emociones positivas son estados subjetivos que permiten a las personas reaccionar de manera individual ante un contexto determinado. Estas emociones positivas no solo son reconocidas como propias,

sino que también tienen la capacidad de ser compartidas con los demás en el ámbito de las relaciones interpersonales.

Los docentes enfrentan un desafío significativo en el aula, ya que no solo se centran en la planificación de sus sesiones de aprendizaje, sino que también deben ser capaces de identificar, comprender y regular las emociones, especialmente las positivas, que pueden no ser controladas fácilmente. La comprensión adecuada de estas emociones positivas no solo influye en el proceso de aprendizaje, mejorando la retención y la participación de los estudiantes, sino que también contribuye a construir relaciones interpersonales más sólidas tanto entre los estudiantes como con el docente. Estos resultados pueden tener un impacto positivo en diversos aspectos, incluido el rendimiento académico (Cabello, Ruiz & Fernández, 2010).

La relación entre las emociones positivas del docente y el proceso de enseñanza es un aspecto crucial. Según Bazarra, Casanova y García-Ugarte (2004), cuando el docente experimenta emociones positivas como comodidad, alegría y satisfacción, esto se refleja directamente en su enseñanza. Estará más comprometido en alcanzar los objetivos, se centrará más en las necesidades de los estudiantes, lo que, a su vez, contribuirá a mejorar el proceso de aprendizaje en el aula. La actitud positiva del docente puede tener un impacto significativo en el ambiente de aprendizaje y en el rendimiento académico de los estudiantes.

Es esencial que, a pesar de los beneficios de las emociones positivas en el aula, los docentes también deben ser capaces de regular sus respuestas emocionales. El docente tiene un papel específico y no debe asumir el rol de un psicólogo. Aunque felicitar a los estudiantes por sus logros es positivo, es crucial que el docente mantenga la objetividad y, después de expresar las emociones positivas, pueda brindar orientación constructiva para ayudar al estudiante a seguir mejorando (Helen, 2005). La regulación emocional del docente es fundamental para mantener un equilibrio adecuado en el entorno de aprendizaje.

Correcto, la inteligencia emocional desempeña un papel crucial en el manejo de las emociones, incluso las positivas. No se trata solo de experimentar la alegría, sino también de regularla adecuadamente. La capacidad de identificar y comprender las emociones, así como de regular las respuestas emocionales,

es esencial para mantener un equilibrio emocional saludable. La inteligencia emocional proporciona las herramientas necesarias para gestionar de manera efectiva las emociones, asegurando que no haya un involucramiento excesivo que pueda afectar negativamente el desempeño y la toma de decisiones.

Absolutamente, la capacidad del docente para generar un ambiente positivo y motivador en el aula tiene un impacto significativo en el proceso de aprendizaje de los estudiantes. La creación de un clima de paz, tranquilidad y entusiasmo contribuye a que los estudiantes se sientan cómodos y motivados para participar activamente en las actividades de aprendizaje. Las emociones del docente son contagiosas y pueden influir en el estado de ánimo y la disposición de los estudiantes hacia la materia. Un docente entusiasta y positivo puede inspirar a los estudiantes, fomentando un ambiente propicio para el desarrollo académico y personal. Es importante reconocer el papel fundamental que juegan las emociones en el proceso educativo.

Es fundamental que los docentes identifiquen las emociones positivas, pues estas usadas de forma correcta en un aula de clases genera mejoras en los procesos de aprendizaje. Identificar lo que los estudiantes expresan ayuda mucho para potenciar sus habilidades y fortalecer las relaciones interpersonales. Sin embargo, es importante también que la identificación de emociones positivas no lleve a involucrarse demasiado por parte del docente, pues puede perder la objetividad. El docente debe compartir los logros de sus estudiantes, motivarlos y aprovechar estas emociones para generar un buen clima de aula y por ende contribuir una mejora en los procesos de aprendizaje. Las puntuaciones altas muestran personas que se alegran por el éxito que puede estar alcanzando otra persona. Las puntuaciones muy altas generan que se involucre demasiado en la felicidad de otras personas, las hace suyas y pospone en muchas ocasiones sus propias metas. La persona con esta puntuación puede llegar a considerar que las alegrías de otras personas son también las suyas y las convierte en sus propios logros. Por otra parte, las puntuaciones bajas si bien es cierto mantienen una identificación por el logro y/o alegrías de otras personas, su dependencia no es del todo, se muestra en cierta forma regulado. Finalmente, las puntuaciones muy bajas, muestran el poco interés en aquellas emociones positivas, no logran

identificarse, lo que genera inconvenientes en los procesos de relación interpersonal (López et al, 2008).

La integración de las dimensiones cognitivas y afectivas en la empatía es un enfoque importante que reconoce la complejidad de esta capacidad. La propuesta de Salovey y Mayer destaca la capacidad de las personas para comprender las respuestas emocionales de los demás (dimensión cognitiva) y, al mismo tiempo, identificarse y experimentar una emoción similar (dimensión afectiva). Esta perspectiva más amplia refleja la interconexión entre el entendimiento racional de las emociones y la capacidad de conectarse emocionalmente con los demás.

Esta integración aborda tanto el aspecto de comprensión cognitiva de la perspectiva de los demás como la capacidad de experimentar y compartir emociones. Al reconocer ambas dimensiones, se obtiene una comprensión más completa de la empatía, ya que no se limita solo al conocimiento intelectual de las emociones de los demás, sino que también abarca la capacidad de conectarse emocionalmente con esas experiencias.

Davis (1980-1983), plantea que la empatía debe ser entendida como un concepto multidimensional, es decir, que se necesita tanto del aspecto cognitivo como afectivo, lo que implica procesos que permiten ponerse en el lugar de otra persona y por consecuencia la generación de una respuesta con grados afectivos o no. La empatía cognitiva es más objetiva, la cual comprende la Adopción de perspectivas, mientras la empatía afectiva mantiene como componentes la angustia empática y la aflicción personal.

Eisenberg (2000), plantea una relación entre la empatía, autorregulación y agresividad, definiendo a la empatía como la capacidad de comprender las emociones de otra persona y a partir de ello generar una respuesta emocional. Es en esta relación donde la empatía muestra componentes afectivos y cognitivos lo que generan una conducta pro social, de esta manera las conductas agresivas tienden a disminuir.

Kerem, Fishman y Josselson (2001), sostiene que los procesos cognitivos ocurren antes que los procesos afectivos, esto debido que la persona primero

debe identificar el estado emocional y ello ocurre a nivel mental, para luego generar una respuesta. Estos procesos cuando interactúan generan una respuesta que puede ser positiva o negativa, esto estará sujeto al estado emocional de la persona.

Para la medición de la empatía, se precisa que el trabajo realizado por Davis (1980-1983) quien se encargó de adaptar la prueba Interpersonal Reactivity Index (IRI) al contexto español. Esta prueba incluye dos factores cognitivos y dos afectivos. Los resultados muestran una validez del instrumento. Asimismo, López-Pérez, et al. (2008) analizaron psicométricamente el TECA (Test de empatía cognitiva y afectiva).

### **Conclusiones**

La empatía docente universitaria es un agente o componente de cambio influyente en la formación académica. Este trabajo contribuye a la escasa interpretación de resultados de los diferentes instrumentos de desarrollo de habilidades blandas. Se considera que la empatía debería ser direccionada como una estrategia positiva y favorable para iniciar un oportuno desarrollo integral de los estudiantes desde el sistema educativo, generando un entorno de compañerismo y conexión con los demás. El trato maestro-estudiante debe estar asociado en la: tolerancia y respeto, con un enfoque empático, pues, la persona que comprende y siente las emociones de los demás; desarrolla y fortalece la capacidad intelectual le faculta percibir más allá buscando estrategias para facilitar el aprendizaje y construcción de nuevos conocimientos.

En el presente estudio, los resultados obtenidos fueron analizados en el nivel descriptivo y en el nivel inferencial, según los objetivos y las hipótesis formuladas. En el nivel descriptivo, se han utilizado frecuencias y porcentajes para determinar los niveles predominantes de la variable aula virtual y la variable habilidades digitales, se ha hecho uso de la estadística paramétrica y como tal se ha utilizado el análisis de regresión lineal.

Las puntuaciones sobre la evaluación de la empatía cognitiva en una muestra de 160 estudiantes de posgrado, de la maestría en educación de la UNMSM muestran los siguientes resultados: 1,3% de los estudiantes

encuestados percibe una empatía cognitiva en el nivel bajo, 31,9% la ubica en el nivel medio y 66,9% expresa que en el nivel alto.

Las puntuaciones sobre la evaluación de la empatía afectiva en una muestra de 160 estudiantes de posgrado, de la maestría en educación de la UNMSM muestran los siguientes resultados: 1,3% de los estudiantes encuestados percibe una empatía afectiva en el nivel bajo, 36,9% la ubica en el nivel medio y 61,9% expresa que en el nivel alto.

Las puntuaciones sobre la evaluación de la variable empatía en una muestra de 160 estudiantes de posgrado, de la maestría en educación de la UNMSM muestran los siguientes resultados: 1,3% de los estudiantes encuestados percibe una empatía en el nivel bajo, 31,3% la ubica en el nivel medio y 67,5% expresa que en el nivel alto.

En consecuencia, puesto que, dado que en al menos una de las variables se cumple con el supuesto de normalidad, según la teoría consultada queda a criterio del investigador el empleo de estadístico paramétrico o no paramétricos, por lo que se decide el empleo de estadísticos paramétricos para el desarrollo de la prueba de hipótesis.

### **Referencias Bibliograficas**

- Aristizábal, D. (2014). inteligencia emocional en procesos de enseñanza-aprendizaje de docentes universitarios. Universidad Militar Nueva Granada.
- Avia, M.D. y Vázquez, C. (1998). Optimismo inteligente. Madrid: Alianza Editorial.
- Bakker, A. (2005). *Flow among music teachers and their students*. The crossover of peak experiences. Journal of vocational Behaviors 66 (26), 44.
- Balart, M. (2013). La empatía: La clave para conectar con los demás. Observatorio de recursos humanos, 79, 86-87. Obtenido de [http://www.gref.org/nuevo/articulos/art\\_250513.pdf](http://www.gref.org/nuevo/articulos/art_250513.pdf)
- Baron, R. (1997). Development of the Baron EQ-I: A measure of emotional and social intelligence. 105th Annual Convention of the American Psychological Association in Chicago.

- Baron-Cohen, S. & Wheelwright, S. (2004). The empathy quotient: an investigation of adults with Asperger Syndrome or high functioning autism, and normal sex differences. *Journal of autism and developmental disorders*, 34(2), 163-75.
- Bar - On, R. (2000). Emotional and social intelligence: insights from emotional quotient inventory. In R. Bar - On, y J. D. A. Parker (Eds.), *The handbook of emotional intelligence: theory, development, assessment and application at home, school and in the workplace*. San Francisco, CA: Jossey - Bass.
- Bazarrá, L., Casanova, O. y García-Ugarte, J. (2004). *Ser profesor y dirigir profesores en tiempos de cambio*. Madrid: Narcea
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Cabello, R., Ruiz, D., Fernández, P. (2010). Docentes emocionalmente inteligentes. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*. 13 (1). Recuperado de [dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3163455](http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3163455)
- Cañabate, A. y Berbegal, J. (2014). Las habilidades sociales del docente universitario, una formación hacia la competencia interpersonal
- Coleman, J. C. y Hendry, L. B. (2003). *Psicología de la adolescencia*. Madrid: Morata.
- Davis, M. H. (1980) A multidimensional approach to individual differences in empathy. *Catalog of Selected Documents in Psychology*, 10, 85, (pp.1-17)
- Davis, M. H. (1983). Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44, (pp.113-126)
- Dvash, J. & Shamay-Tsoory, S. G. (2014). Theory of mind and empathy as multidimensional constructs: Neurological foundations. *Topics in Language Disorders*, 34(4), 282-295.  
<https://doi.org/10.1097/TLD.000000000000040>
- Eisenberg, N. (2000). Emotion, Regulation, and Moral Development. *Annual Review of Psychology*, 51, 665-697.

- Gallagher, H. L. y Frith, C. D. (2003). Functional imaging of “theory of mind”. *Trends in Cognitive Sciences*, 7 (2), 77-83.
- Goleman, D. (1999). *La práctica de la Inteligencia Emocional*. Barcelona: Paidós.
- Goleman, D. (2011). *INTELIGENCIA EMOCIONAL (Ensayo)* (1.<sup>a</sup> ed.). Editorial Kairós, S. A.
- Gonzales, A. y Quispe, P. (2016). Habilidades sociales y rendimiento académico de los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación, de la Universidad Nacional del Altiplano, Puno-Perú
- Gross, J. J. & Thompson, R. A. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. En J. J. Gross (ed.). *Handbook of emotion regulation* (pp. 3-24). New York: The Guilford Press
- Harris, P. (1993). Understanding emotion. En M. Lewis, & J. Haviland (Eds.), *Handbook of emotions*. London: The Guilford Press.
- Hernández, J., López, R., & Caro, O. (5 de diciembre de 2017). Desarrollo de la empatía para mejorar el ambiente escolar. *Educación y ciencia* (21), 228. Recuperado el 18 de mayo de 2020, de [https://revistas.uptc.edu.co/index.php/educacion\\_y\\_ciencia/article/download/9407/7854/](https://revistas.uptc.edu.co/index.php/educacion_y_ciencia/article/download/9407/7854/)
- Hoffman, M. L. (1977) Sex differences in empathy and related behaviours. *Psychological Bulletin*, 84, 712-722
- Hogan, R. (1969) Development of an Empathy Scale. *Consulting and Clinical Psychology*, 33, 307-316.
- Kerem, E., Fishman, N., Josselson, R. (2001). The experience of Empathy in everyday relationships: Cognitive and affective elements. *Journal of Social and Personal Relationships*, 18 (5), 709-729.
- López-Pérez, B., Fernández-Pinto, I., & Abad, F. J. G. (2008). *TECA, Test de Empatía Cognitiva y Afectiva*. TEA Ediciones, S.A.
- Peng, W., Lee, M. y Heeter, C. (2010). The effects of a serious game on role-taking and willingness to help. *Journal of Communication*. 60(4), 723-742

- Perera Medina, C. (2017). Conciencia Emocional y Regulación Emocional. Proyecto Final del Postgrau en Educació Emocional i Benestar. Barcelona: Universitat de Barcelona. Dipòsit Digital: <http://hdl.handle.net/2445/118533>
- Pérez Sandoval, E. (10 de febrero de 2020). ¿Cómo desarrollar la empatía en nuestros estudiantes? Recuperado el 12 de mayo de 2020, de Observatorio: <https://observatorio.tec.mx/edu-bits-blog/como-desarrollar-la-empatia-en-estudiantes>
- Saarni, C. (1999). The development of emotional competence. Nueva York: Guilford.
- Saarni, C. (2000). Emotional Competence. A Developmental Perspective. En BarOn, R. y J. D. A. Parker (Eds.), The Handbook of Emotional Intelligence. Theory, Development, Assessment, and Application at Home, School, and in the Workplac. San Francisco, Ca: JosseyBass, 68-91.
- Salovey, P. y Mayer, J.D. (190). Emotional Intelligence. Imagination, Cognition, and Personality, 9, 185 – 211.
- Segarra Muñoz, L., Muñoz Vallejo, M.D. & Segarra Muñoz, J. (2016). Empatía y educación: implicaciones del rendimiento en empatía de profesores en formación. Análisis comparativo Universidad de Castilla la Mancha y Universidad Autónoma de Chile. Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado, 19(3), 173 – 183.
- Téllez-Vargas, J. (2006). Teoría de la mente: evolución, ontogenia, neurobiología y psicopatología. Avances en psiquiatría biológica, 7(1), 6-27.
- Unicef. (septiembre de 2019). La empatía desde un enfoque educativo. Recuperado el 12 de mayo de 2020, de unicef.org: [https://www.unicef.org/ecuador/media/3886/file/Ecuador\\_guia\\_inclusion\\_empatia.pdf.pdf](https://www.unicef.org/ecuador/media/3886/file/Ecuador_guia_inclusion_empatia.pdf.pdf)
- Vecina J., M.L. (2006). Emociones positivas. Papeles del Psicólogo, 27(1), 9-17.