



**INSTRUMENTOS DE
EVALUACIÓN DE LA
EMPATÍA EN LA RELACIÓN
TERAPÉUTICA**

—



Introducción

“La empatía es una habilidad que es producto del aprendizaje y la experiencia. Para desarrollarla, es necesario dirigir la atención a uno mismo, a los demás y al mundo externo”.

- Daniel Goleman

Los instrumentos de evaluación de la empatía permiten analizar las fortalezas y debilidades de las personas para encontrar oportunidades de mejora y así poder tener un mayor bienestar emocional.

Al igual que en cualquier otros campos de las ciencias, los investigadores utilizan distintos marcos teóricos para fundamentar el diseño de los instrumentos de evaluación. El concepto de empatía tiene distintos enfoques en Psicología, lo cierto que es una de las habilidades más importantes en la inteligencia emocional.

Algunas mediciones de esta competencia están diseñadas para la evaluación de todas las personas, otras se focalizan en la medición de la relación terapéutica. Los resultados persiguen obtener un punto de partida para luego, desarrollar entrenamientos que mejoren los niveles y el desarrollo de la empatía.

¿Cuáles son los aspectos de la empatía considerados en cada marco teórico?

- perceptivo
- cognitivo
- emocional
- comportamental

Las evaluaciones pueden ser:

- autoevaluaciones
- medidas por un terapeuta
- administradas por un observador no participante

Cuando se realiza una investigación para evaluar una habilidad, el enfoque teórico de cada evaluador le permite seleccionar el instrumento que precisa, según su estrategia terapéutica, para luego realizar la interpretación de los resultados.

En esta guía, en UVirtual proporcionamos un listado de los instrumentos de evaluación de empatía más importantes que permiten establecer el grado de empatía en la relación terapeuta - paciente, así como un recorrido general sobre qué es empatía y cómo entrenarla.



Contenido

- ¿Qué es la empatía?
- Instrumentos de evaluación de la empatía
- Instrumentos de evaluación de la empatía en la relación terapéutica aptitudes



¿Qué es la EMPATÍA?



La palabra “empatía” deriva del griego empáttheia (sentir dentro) y se refiere a la capacidad de ver el mundo a través de los ojos de otra persona. Consiste en realizar una identificación mental y afectiva del estado de ánimo de otro.

La empatía implica el acto de observar, inferir, procesar, responder y brindar retroalimentación, considerando los hallazgos percibidos del otro. Es tener conciencia de las necesidades, motivaciones, sentimientos, y preocupaciones, sin que la otra persona tenga necesidad de expresarlo.

Tipos de empatías:

- ☐ **Afectiva:** gestionar tus emociones, mientras valoras las de los otros.
- ☐ **Cognitiva:** prestar atención a tus pensamientos y comprender el razonamiento de los otros
- ☐ **Preocupación empática:** Además de tu empatía afectiva y cognitiva, te preocupas por el bienestar de los otros.

Proceso empático:



Instrumentos de EVALUACIÓN DE LA EMPATÍA

Los instrumentos de evaluación de la empatía se utilizan para evaluar el nivel de esta habilidad, tanto en las personas en general como también en los ámbitos de la relación terapéutica.

Se ordenan de acuerdo al año de publicación, aunque se debe considerar que también se han diseñado otras versiones o investigaciones y estudios más específicos.

- **Cuestionario de empatía de Toronto**
Spreng, Mckinnon, Mar & Levine. 2009.
Evalúa el aspecto emocional de la empatía como constructo amplio.
- **Test de empatía cognitiva y afectiva (TECA)**
López-Pérez, Fernández Pinto y Abad. 2008.
Evalúa la adopción de perspectivas, comprensión emocional, estrés empático y alegría empática.
- **Cociente Empático**
Baron-Cohen y Wheelwright . 2004.
Se utiliza como instrumento diagnóstico del autismo y síndrome de Asperger en adultos con inteligencia normal.
- **Reading the Mind in the Eyes (Leyendo la mente a través de la mirada)**
Baron-Cohen, Joliffe, Mortimore y Robertson. 1997.
Este instrumento se utiliza para medir la Teoría de la Mente en adultos. El test estudia la capacidad de comprender los sentimientos/ pensamientos de los otros a través de la lectura de la mirada con presentación de fotografías.
- **Índice de Reactividad Interpersonal de Davis (IRI)**
Davis. 1980.
Evalúa la toma de perspectiva, la preocupación empática, el sufrimiento personal y la fantasía.
- **La escala de empatía emocional de Meherabian y Epstein (EES)**
Meherabian y Epstein. 1972.
Evalúa la ausencia de agresividad hacia el otro y la conducta de ayuda.
- **La escala de empatía de Hogan**
Hogan. 1969.
Evalúa la autoestima, temperamento, sensibilidad y no-conformismo. Concibe la empatía como la aprehensión intelectual o imaginaria del estado mental de otro.
- **La escala de Dymond**
Dymond. 1949
Evalúa la perspectiva del otro, desde un punto de vista cognitivo.

Instrumentos de EVALUACIÓN DE LA EMPATÍA EN LA RELACIÓN TERAPÉUTICA

- **BLRI**
Bohart. 2002.
Se utiliza para la autoevaluación del terapeuta, aunque no tendría correlación con los resultados de las terapias
- **Escala de evaluación del constructo de empatía (ECRS)**
La Mónica. 1996.
Se utiliza para la autoevaluación del terapeuta o por un observador.
También, un observador externo de una sesión psicoterapéutica puede evaluar el nivel de empatía del vínculo terapeuta – paciente. Se realizan en forma presencial o en cámara Gesell.
- **Barrett- Lennard Relationship Inventory (BLRI)**
Barret-Lennard. 1962.
Evalúa la empatía del terapeuta en la relación terapéutica.
- **Escala de puntajes de empatía de Truax**
Truax y Carkuff. 1967.
Evalúa la comprensión empática del terapeuta.
- **Modelo metodológico de William Ickes**
William Ickes y colaboradores. 1990.
Evalúa la precisión con que el terapeuta comprende e interpreta a su paciente.

Por último, los terapeutas realizan predicciones acerca de lo que los pacientes responderían por sí mismos utilizando distintas escalas de personalidad, listas de síntomas o sentimientos experimentados durante una sesión terapéutica.

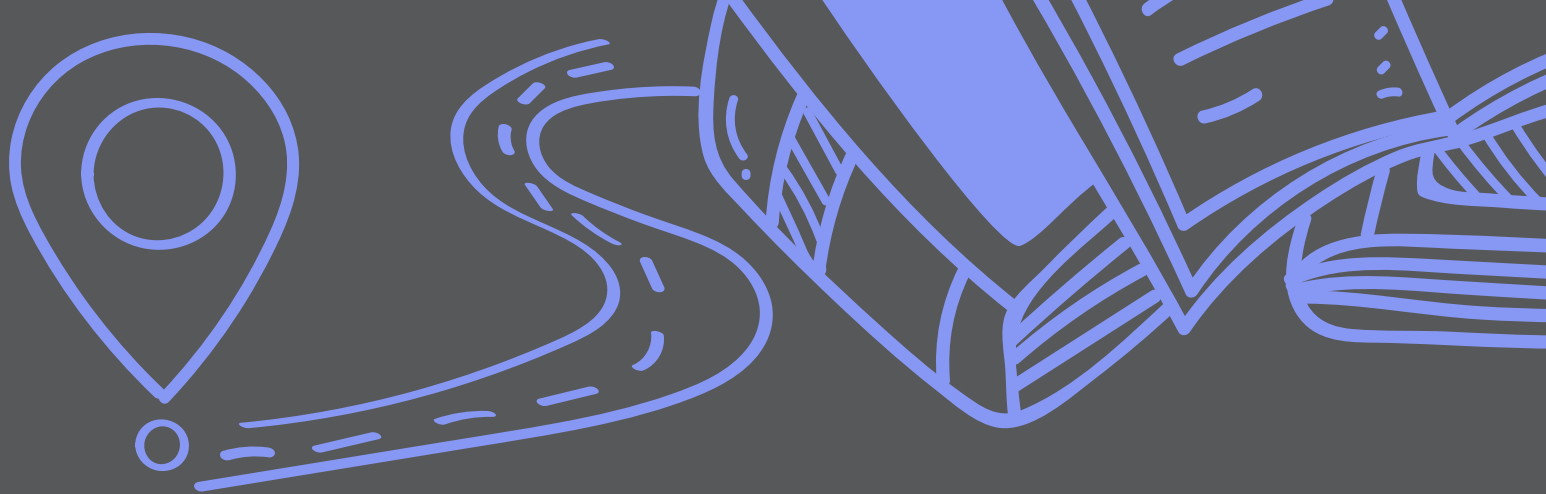
CONCLUSIONES

¿Qué beneficios tiene entrenar la empatía?

- Desarrollar la habilidad de la observación para aprender de tu entorno
- Adquirir la habilidad para romper las barreras relacionales de tus vínculos
- Evitar los errores que cierran tus procesos de comunicación
- No competir ni controlar y respetar la subjetividad de los otros
- Aceptar la diversidad como una construcción superadora
- Ayudar a tu desarrollo y crecimiento, siendo solidario con los demás
- Gestionar tus emociones y comportamientos considerando una mirada integral de los otros



La empatía está valorizada en las personas especialmente, porque mejora la capacidad para resolver conflictos de una manera constructiva, mejora la motivación y naturalmente, colabora en el crecimiento personal.



Referencias

Fundación Aiglé. 2011. Revista Argentina de Clínica Psicológica. Instrumentos para la evaluación de la empatía en psicoterapia. Recuperado de:
<https://www.redalyc.org/pdf/2819/281922823003.pdf>

Manual moderno, Instrumentos de evaluación:
<https://gabinetepsyco.es/project/laempatia/>

Goleman, D. (1997). Inteligencia emocional. Barcelona: Kairós.
La mente es maravillosa. Test de psicología de Empatía Cognitiva y Afectiva (TECA). Recuperado de:
<https://lamenteesmaravillosa.com/test-de-psicologia-de-empatia-cognitiva-y-afectiva-teca/>

López, B., Fernández, I. & Abad, J. (2008) Test de empatía cognitiva y afectiva. España. TEA Ediciones.

Riess H. (2018). The Empathy Effect. Editor: Sounds True Inc.
Universidad de las Palmas de Gran Canaria. Empatía: El arte de comprender emociones. Recuperado de:
<https://fabricadeinconformistas.es/cursos/empatia/manuales/manual.pdf>

Somos una institución pionera en educación online y conectamos universidades y estudiantes de todo el mundo. Difundimos la educación online en América Latina para poner en práctica un modelo educativo con los más altos estándares de la mano de nuestras universidades aliadas.


Este material constituye un estudio de consulta gratuita para profesionales. Se prohíbe su reproducción total o parcial sin permiso de UVirtual.

Para mayor información consulta nuestra web y redes sociales:



www.uvirtual.org

Para mayor información consulta nuestras redes sociales:

 twitter.com/uvirtualoficial
 facebook.com/fundacionuvirtual/
 linkedin.com/company/uvirtual
 instagram.com/fundacion.uvirtual/