

Empatía

Autor: Karen Hermida Ladrón de Guevara, estudiante de segundo semestre en la carrera de Banca e Inversiones en la Universidad de las Américas Puebla

El concepto de la crueldad humana es algo que siempre ha causado mucha polémica y que no es fácil de definir, aunque muchas veces se entiende como la ausencia del bien. Sin embargo, el Dr. Simon Baron Cohen propone otra teoría, llamada “erosión de la empatía”. Él define el concepto de empatía partiendo de dos partes, la cognitiva y la emocional. Por la parte cognitiva, la empatía se refiere al impulso por identificar las emociones y los pensamientos de otra persona, y por la parte emocional se refiere al impulso por responder de manera apropiada a estas emociones y pensamientos. La empatía puede parecer algo muy subjetivo, pero cuando se analiza desde el punto de vista científico es posible medir el nivel de empatía de un individuo. Existen diversos exámenes o pruebas para poder obtener estos resultados, como el de leer ciertos enunciados y responder si te identificas con ellos o no. Otro método es el de elegir la emoción que mejor represente los sentimientos de una persona basándose solo en su mirada.

Estos resultados se pueden representar en una gráfica de campana, mostrando que una reducida cantidad de gente es la que cuenta con menores niveles de empatía, la mayoría cuenta con niveles medios, y otro pequeño grupo con niveles más altos.

Muchas veces nos preguntamos cómo es posible que una persona trate a otra como si fuera un objeto, ¿cómo un asesino puede matar a alguien a sangre fría? El filósofo Martin Buber separó las relaciones humanas en dos: *I-You relationships* son las que conocemos normalmente, las relaciones normales con amigos, familiares o parejas en donde nos preocupamos por el bienestar y las emociones del otro. En cambio, las *I-It relationships* son relaciones en las que un individuo trata como objeto a otro individuo debido a la falta de empatía. Esta ausencia de empatía es el factor común que tienen los tres desordenes de personalidad, analizados desde un punto de vista psiquiátrico. La primera es la personalidad límite; quien tiene este desorden de personalidad es una

persona a quien le cuesta mantener relaciones humanas estables, sufre de cambios de humor repentinos, y tiende a alejar y hacer daño a sus seres más cercanos.

Usualmente amenazan con suicidarse, pero nunca lo hacen. La segunda es la personalidad psicópata; esta es una persona superficial, deshonesto, que se gana la confianza de la gente que la rodea para después usar amenazas emocionales y así conseguir lo que quiere. La última es la personalidad narcisista, en la que el individuo solo se preocupa por sí mismo y la importancia de su vida gira alrededor de él.

Para desarrollar el sentido de la empatía correctamente, es necesario crear vínculos emocionales desde muy temprana edad, así como la interacción y muestras de afecto con otros individuos. Esto apunta a que el ambiente en el que crecemos forma parte del desarrollo de nuestra empatía, aunque también existe un factor genético que influye. Estudios varios han encontrado que mientras mayores niveles de testosterona se encuentren en un individuo, mayor es la dificultad para comprender los sentimientos de alguien más. Se ha comprobado que por lo menos diez partes del cerebro humano tienen relación con la habilidad de la empatía humana, por lo que al sufrir una lesión grave en la cabeza se puede correr el riesgo de que una de estas partes se vea afectada y como resultado su sentido empático también.

Después de toda la información que se tiene sobre los efectos negativos de la ausencia de empatía en las personas, también es necesario destacar que no necesariamente implica que las personas sean crueles. El autismo y el síndrome de Asperger son trastornos neurobiológicos en los que al individuo le es de gran dificultad desarrollar relaciones sociales, las personas para ellos son algo confuso y por ello prefieren evitar convivir. Esto implica que se alejen de la sociedad y por ende su circuito de empatía en el cerebro no se desarrolle correctamente, sin embargo, en su mayoría son personas que no tienen intención de causar ningún daño. Esto significa que niveles deficientes de empatía no necesariamente significan que la persona cometa actos de crueldad.

Existen resultados de diversos estudios que revelan que la empatía se puede llegar a dar incluso en monos, por lo que se puede inferir que la empatía es un concepto que se ha dado a lo largo de la evolución del ser humano. Este concepto es uno de los recursos humanos más valiosos que se tienen como sociedad, y que generalmente ejercemos con nuestra familia, amigos, gente de nuestra misma cultura, es decir personas dentro de nuestro núcleo social. Sin embargo, es más difícil empatizar con

extraños, con otras culturas e ideologías puesto que no es lo que estamos acostumbrados a vivir. Esto significa que los aspectos culturales, la propaganda y todo el ambiente que nos rodea, forma parte del desarrollo total de la empatía.

Sin duda alguna, la empatía es algo que nos diferencia como humanos, y nos puede fortalecer como sociedad. Aunque ya ha sido estudiada científicamente, la empatía es un concepto que consta de varias capas, probablemente más de las dos que se han mencionado, y es formada en cada individuo dependiendo del entorno sociocultural. En tiempos como los que estamos viviendo, creo que es de vital importancia pensar en el bienestar no solo de nosotros y nuestras familias, sino también en el de nuestra comunidad y el de todo el personal que trabaja día a día por lograr un mejor futuro. La situación económica que está atravesando el país y el mundo en estos momentos requiere que se tomen decisiones frías y sin titubear, esto nos puede llevar a pensar que los líderes mundiales deberán desprenderse de su lado empático para poder pensar de manera imparcial y decidir lo que es mejor para la mayoría. Sin embargo, no debemos dejar atrás a las personas más vulnerables como lo son las personas de escasos recursos, las personas de la tercera edad, y los que han quedado desempleados. Al final del día, la empatía es la fuerza que nos permite formar vínculos sociales, de esta forma nos volvemos interdependientes y tenemos la fuerza necesaria para combatir este tipo de crisis.

Acerca del autor: Karen Hermida Ladrón de Guevara es estudiante de segundo semestre en la carrera de Banca e Inversiones en la Universidad de las Américas Puebla, donde colabora activamente con el proyecto de investigación: “Neurociencia, Economía Conductual y Cultura del Altruismo y la Empatía”.

Tags: Estudiantes UDLAP, Karen Hermida Ladrón de Guevara, vínculos sociales, empatía, vulnerabilidad, Autismo, Síndrome de Asperger, personalidad, relaciones