



**UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA**

**La Universidad Católica de Loja**

**ÁREA SOCIOHUMANÍSTICA**

**TÍTULO DE MAGISTER EN EDUCACIÓN Y ORIENTACIÓN  
FAMILIAR**

**TRABAJO DE TITULACIÓN**

**La empatía como método de prevención del bullying escolar**

**Autora: Dahik Alarcón, Ana Cristina**

**Directora: Reyes Toro, María Lorena, Mgs.**

**CENTRO UNIVERSITARIO QUITO**

**2018**



*Esta versión digital, ha sido acreditada bajo la licencia Creative Commons 4.0, CC BY-NY-SA: Reconocimiento-No comercial-Compartir igual; la cual permite copiar, distribuir y comunicar públicamente la obra, mientras se reconozca la autoría original, no se utilice con fines comerciales y se permiten obras derivadas, siempre que mantenga la misma licencia al ser divulgada. <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.es>*

2018

## APROBACIÓN DE LA DIRECTORA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Doctora; Xiomara Paola Carrera Herrera

### DOCENTE DE LA TITULACIÓN:

De mi consideración:

El presente trabajo de titulación, denominado: **La empatía como método de prevención del bullying escolar** realizado por Dahik Alarcón Ana Cristina, ha sido orientado y revisado durante su ejecución, por cuanto se aprueba la presentación del mismo.

Loja, julio 2018

F: -----

## DECLARACIÓN DE AUTORÍA Y CESIÓN DE DERECHOS

Yo, Dahik Alarcón Ana Cristina, declaro ser autor(a) del presente trabajo de titulación “La empatía como método de prevención del bullying escolar”, de la Titulación Master en Orientación y Educación Familiar, siendo María Lorena Reyes Toro, directora del presente trabajo; y eximo expresamente a la Universidad Técnica Particular de Loja y a sus representantes legales de posibles reclamos o acciones legales.

Además, certifico que las ideas, concepto, procedimientos y resultados vertidos en el presente trabajo investigativo, son de mi exclusiva responsabilidad.

Adicionalmente declaro conocer y aceptar la disposición del Art. 88 del Estatuto Orgánico de la Universidad Técnica Particular de Loja que en su parte pertinente textualmente dice: “Forman parte del patrimonio de la Universidad la propiedad intelectual de investigaciones, trabajos científicos o técnicos y tesis de grado o trabajos de titulación que se realicen con el apoyo financiero, académico o institucional (operativo) de la Universidad”

F:

-----

Ana Cristina Dahik Alarcon

C.I.: 1711679645

## **DEDICATORIA**

Dedico este trabajo a mi hija Ana Sara y a mis alumnos, quienes me inspiraron para seguir esta maestría. Ellos son el motor que me impulsa en los momentos más difíciles de mi carrera.

A todas las personas que me apoyaron moralmente durante esta etapa con sus palabras y gestos constantes de cariño.

## **AGRADECIMIENTO**

Quiero agradecer en primer lugar a DIOS, quien guía mi vida.

A mis padres y esposo, quienes me han apoyado durante estos dos años. Gracias por su apoyo incondicional y por creer en mí.

A mis compañeros de trabajo quienes aportaron sus ideas y compartieron conmigo toda su experiencia y conocimiento.

A mis docentes y en especial a mi directora de tesis por sus enseñanzas y sus valiosos aportes.

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

|  |     |
|--|-----|
| CARÁTULA.....  | i   |
| APROBACIÓN DE LA DIRECTORA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN.....  | ii  |
| DECLARACIÓN DE AUTORÍA Y CESIÓN DE DERECHOS.....   | iii |
| DEDICATORIA.....   | iv  |
| AGRADECIMIENTO.....  | v   |
| ÍNDICE DE CONTENIDOS.....  | vii |
| RESUMEN.....   | 1   |
| ABSTRACT.....  | 2   |
| INTRODUCCIÓN.....  | 3   |
| <br>   |     |
| 1. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....   | 6   |
| <br>   |     |
| 1.1. La raíz del problema del acoso escolar.....   | 7   |
| 1.1.1. Las intervenciones se han centrado en empoderar a las víctimas<br>y diseñar modelos multifactoriales de intervención..... | 7   |
| 1.1.2. El ciberacoso es la forma más evasiva de hostigamiento.....   | 8   |
| 1.1.3. Se necesita un enfoque preventivo antes que remedial.....   | 9   |
| 1.1.4. Éxito relativo de los programas anti acoso en los colegios.....   | 12  |
| 1.2. Desarrollo de la empatía.....   | 14  |
| 1.2.1. La base científica para el desarrollo de la empatía.....  | 14  |
| 1.2.2. Fundamentación Socio-Educativa.....   | 15  |
| 1.2.3. Justificación e importancia de la empatía.....  | 16  |
| 1.2.4. La empatía se puede desarrollar como cualquier otra inteligencia<br>emocional.....  | 16  |
| 1.2.5. Se ha vinculado directamente al acoso con la habilidad empática<br>de las personas.....                                   | 18  |
| 1.3. Definición de términos básicos.....   | 18  |
| 1.3.1. Bullying, maltrato, acoso o violencia escolar.....  | 18  |
| 1.3.2. Empatía.....  | 23  |
| 1.3.3. Conducta prosocial.....   | 24  |
| <br>   |     |
| 2. MARCO METODOLÓGICO.....   | 25  |
| <br>   |     |
| 2.1. Tipo y diseño de la investigación.....  | 26  |
| 2.1.1. Tipo de investigación.....  | 26  |
| 2.1.2. Diseño de la investigación.....   | 26  |
| 2.2. Métodos, técnicas e instrumentos de investigación.....  | 26  |
| 2.2.1. Métodos de investigación.....   | 26  |
| 2.2.2. Técnicas de recolección de datos.....   | 26  |
| 2.2.3. Instrumentos de recolección de datos.....   | 26  |
| 2.3. Encuesta sobre métodos para desarrollar empatía.....  | 29  |
| 2.4. Procedimientos para la recolección de datos.....  | 29  |
| 2.5. Plan de análisis estadístico de datos.....  | 29  |
| 2.6. Criterios de rigor científico.....  | 29  |
| 2.7. Muestra.....  | 30  |
| 2.7.1. Variables.....  | 31  |
| <br>   |     |
| 3. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.....  | 32  |
| <br>   |     |
| 3.1. Resultados.....   | 33  |
| 3.2. Discusión de resultados.....  | 38  |
| 3.2.1. Áreas fuertes y carenciales.....  | 38  |

|  |    |
|--|----|
| 3.2.2. Análisis de resultados .....        | 38 |
| 3.2.3. El rol de la familia .....          | 40 |
| 3.2.4. El papel del colegio .....          | 42 |
| 3.2.5. Estrategias para los docentes ..... | 46 |
| CONCLUSIONES .....                         | 50 |
| Recomendaciones.....                       | 52 |
| REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....            | 53 |
| ANEXOS.....                                | 57 |

## RESUMEN

La empatía como método de prevención del bullying escolar trata sobre la importancia de la reducción temprana del abuso escolar, basándose en el desarrollo de la empatía, desde los primeros años de escolaridad. El objetivo del trabajo de investigación busca demostrar, el desarrollo de la empatía como método preventivo y útil para controlar este fenómeno escolar, sobre todo el ciberacoso que de por sí es elusivo. Se plantea que sólo si el estudiante tiene plena conciencia del daño que está causando se podrá disminuir el acoso eficazmente. Se aplicó el Cuestionario de Reactividad Personal (Interpersonal Reactivity Index) de Davis en un grupo de adolescentes de décimo año de Educación General Básica de un colegio privado de Quito y, como complemento una encuesta a los docentes sobre el tratamiento que la institución educativa hace al bullying. Los resultados indican que los estudiantes poseen escasas herramientas para poder responder ante situaciones que ameriten una reacción inmediata debido a que no han desarrollado la empatía de forma correcta. Además, el bajo nivel de imaginación que arrojó como resultado una de las escalas del Test Davis muestra que la empatía va ligada al círculo íntimo de los estudiantes, mostrándose así que no es un valor universal, clave fundamental para la prevención exitosa del bullying. Por otro lado, los resultados señalan que los profesores sí manejan conocimientos sólidos sobre cómo intervenir ante casos de acoso y por esta razón establecen que los niveles de acoso han disminuido.

**PALABRAS CLAVES:** Empatía, bullying, ciberbullying, acoso escolar, escuela

## **ABSTRACT**

Empathy as a method of prevention of school bullying deals with the importance of early reduction of school abuse based on the development of empathy from the first years of schooling. The aim of this paper is to demonstrate that the development of empathy is a useful preventive method to control this school phenomenon, especially cyberbullying, which in itself is elusive. It is stated that only if the students are fully aware of the damage that they are causing, intervention methods will be effective. The Davis Interpersonal Reactivity Index was applied in a group of adolescents from a private school in Quito and as a complement, a survey to teachers about the treatment that the educational institution gives to bullying. The results indicate that students have few tools to be able to respond to situations that warrant an immediate reaction because they have not developed empathy correctly. In addition, the low level of imagination that resulted in one of the scales of the Davis Test shows that empathy is linked only to the inner circle of students, showing that it is not a universal value, key to the successful prevention of bullying. On the other hand, the results indicate that teachers do have solid knowledge on how to intervene in cases of harassment and for this reason they establish that levels of harassment have decreased.

**KEY WORDS: Empathy, bullying, cyberbullying, school.**

## INTRODUCCIÓN

El acoso escolar es un problema que desgraciadamente se ha agravado en los últimos años hasta alcanzar niveles de preocupación en prácticamente todos los establecimientos educativos del país y del mundo. Las condiciones de inestabilidad en la vida familiar han determinado que, los niños no reciban orientación en valores y educación para la vida como ocurría con las generaciones pasadas.

Según las estadísticas de la UNESCO, dos de cada diez alumnos sufren acoso escolar en todo el mundo. Esto da un gran total de 246 millones de niños y adolescentes que reciben hostigamiento, según un estudio de 2016 elaborado con los datos de más de 100.000 niños y jóvenes de 19 países alrededor del mundo. Un 34% de niños de 11 a 13 años reporta haber sido acosado en el último mes, y un 8% se queja de acoso diario. Un 25% de los sujetos en estudio sufrió acoso por su aspecto y otro 25%, por su orientación sexual (Delgado, 2017).

Por otro lado, la prevalencia del internet como medio de comunicación ha desarrollado el *cyberbullying* o ciberacoso, en el cual, la crueldad queda amparada por el anonimato, incrementándola a niveles alarmantes.

Las medidas que se han implementado hasta el momento han sido en su mayoría de carácter curativo, es decir, solucionar el problema una vez que se ha presentado. Se involucra al alumno ofendido, al agresor, a los docentes y autoridades escolares y a las familias. Los programas tienen resultados variables, que van desde una mínima reducción de conductas de acoso hasta cambios conductuales perceptibles y satisfactorios en el mejor de los casos.

Sin embargo, para lograr condiciones de mejoría sustancial en este problema escolar, es mejor prevenir el acoso escolar que invertir tiempo y esfuerzo en solucionar problemas, que la mayoría de las veces marcan de por vida a las víctimas.

Por otro lado, dada la ubicuidad de las redes sociales, es difícil si no imposible tener control sobre el tipo de mensajes que se intercambian los estudiantes. La reducción de los mismos en frecuencia y carga agresiva solo se conseguirá si se erradica en los chicos el deseo de hostigar y maltratar a sus pares. Muchas investigaciones establecen que los niños acosadores no han desarrollado la empatía de forma adecuada, y de esta manera no pueden ver las cosas desde la perspectiva de otra persona y comprender sus sentimientos. De hecho, las personas auténticamente bondadosas son las que están motivadas por sentimientos de empatía al

poder ver los acontecimientos desde el punto de vista de otra persona, así como de anticipar lo que podría hacer que una persona se sienta mejor.

Por lo tanto, si la empatía es un componente central de la inteligencia emocional, el mismo que debe fomentar y reforzar en la familia y en el colegio, para lograr un instrumento permanente y valioso para la prevención del acoso escolar, especialmente el ciberacoso, porque involucra a sus tres actores: el acosador, el acosado y el espectador.

Como lo señala Lickona (1991), se debe intervenir siempre que haya un comportamiento abusivo de un alumno hacia los demás. La supervisión en las clases y en los patios de recreo ha dado resultados favorables en este aspecto del bullying; sin embargo, el gran problema sigue siendo el ciberacoso que está muy generalizado y es difícil de detectar y de corregir. Tapscott (2009) es un abanderado de la supresión del ciberacoso ampliamente difundido y por lo mismo dañino. La democratización de la creación del contenido en internet provee de una plataforma a quienquiera que desee sus 15 minutos de fama. Él afirma que “estos sitios web están creando un espacio para actividades criminales, insensibilizando a nuestros niños”. En el presente trabajo se ofrece una revisión profunda de la raíz del problema del acoso escolar derivándolo hacia el escaso desarrollo de la empatía como un valor de convivencia social. Se resume la bibliografía actualizada sobre programas exitosos de fomento de la empatía en todo el mundo. En el marco metodológico se explica exhaustivamente el Cuestionario de Reactividad Personal (Interpersonal Reactivity Index) de Davis, adaptación española, tanto en sus aspectos cognitivos como emocionales y las características de la muestra de los estudiantes de 14 a 16 años. También se presenta la encuesta sobre el tratamiento que se da al bullying dentro de la institución educativa, el mismo que fue llenado por los docentes. Finalmente, se analizan las conclusiones del presente estudio y recomendaciones en base a lo investigado.

El internet ha masificado el ciberacoso porque los acosadores, según lo reconocen los expertos, necesitan audiencia, y éste provee una audiencia de millones que amplifica el problema. También permite que el acosador hostigue mientras se encuentra en la comodidad de su hogar. Siendo el problema de esta magnitud, el único medio de controlarlo sería evitar que se desarrolle y para eso se debe combatir el deseo de humillar y agredir a los compañeros. El Cuestionario de Reactividad Personal (Interpersonal Reactivity Index) de Davis da información relevante y en varios planos sobre el desarrollo de la empatía. Al mismo tiempo es lo suficientemente preciso como para señalar medidas de acción concretas para cada aspecto que requiera mayor atención. La limitación del trabajo consiste en no poder

generalizar los resultados a un grupo poblacional más grande y diverso, pero ofrece a la universidad y al medio educativo de Quito algunas sugerencias importantes sobre el desarrollo de la empatía.

## **1.- FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA**

## **1.1.- La raíz del problema del acoso escolar**

### **1.1.1.- Las intervenciones se han centrado en empoderar a las víctimas y diseñar modelos multifactoriales de intervención.**

Según Coloroso (2008), hasta ahora los esfuerzos por combatir el acoso escolar se han concentrado alrededor de estos aspectos principales:

1. La detección temprana y establecimiento de canales para denuncias.
2. La comunicación interinstitucional oportuna.
3. Desarrollo de protocolos de respuesta.
4. Capacitación a padres y maestros.
5. Enriquecimiento del currículo con enfoques anti violencia.

Los enfoques para el tratamiento del acoso escolar que mejor resultado han dado son aquellos que abordan el problema desde sus múltiples facetas y comprenden la convivencia escolar, la formación del profesorado, constitución de equipos de mediación y resolución de conflictos a múltiples niveles, con mayor coordinación entre equipos educativos y comunicación constante con las familias. Konnikova (2015) reporta un estudio de la Universidad de Virginia que señala el enfoque multidimensional como el más exitoso contra el acoso, interrelacionando capacitación, pautas de modificación del comportamiento y sistemas para la recolección de datos detallados, lo cual produce mejor resultado que “una asamblea callejera o la distribución de un libro”. En otras palabras, es de primordial importancia que estos tres aspectos señalados se encuentren profundamente interrelacionados para obtener un mejor resultado.

Uno de los programas más exitosos en el mundo para el tratamiento del acoso escolar es KIVa de Finlandia, que combina *acciones universales* insertadas en el currículo y *acciones indicadas* cuando se ha producido un caso concreto que requiere intervención inmediata (KIVa International, s.f.). La valiosa iniciativa canadiense Ashoka se promueve desde 1981 para empoderar a los estudiantes, transformar los colegios y cambiar el mundo. Hay edición en español.

Lo rescatable es que estos programas representan un esfuerzo mancomunado. Sin embargo, poco se hace a nivel de prevención, y es ahí donde deben enfocarse los mayores esfuerzos, porque los programas de intervención que no se acompañan de acciones preventivas no se sostienen en el tiempo.

### **1.1.2.- El ciberacoso es la forma más evasiva de hostigamiento.**

La forma más insidiosa de hostigamiento es el ciberacoso porque es más difícil de identificar. También, ha convertido en matones a individuos que de otro modo no lo serían. El mundo en línea, en el que las consecuencias a menudo pasan desapercibidas, ha hecho más fácil engañarnos acerca de lo que estamos haciendo (Konnikova, 2015).

El acoso cibernético puede producirse mediante:

- Mensajes de voz o de texto insultantes o amenazadores.
- Identidad robada: usar el nombre y número de teléfono de la víctima para generar situaciones de conflicto o retaliación en contra de la víctima inocente.
- Acoso por fotografías, tomando fotos humillantes o videos de la víctima y enviándolos a todos los recipientes o subiéndolos a perpetuidad en alguna plataforma de acceso universal.

En la sociedad de hoy estamos presenciando un declinar de la empatía, y al mismo tiempo, un aumento de la criminalidad con actos brutales que revelan un desapego total del sufrimiento de la víctima. Los perpetradores, con frecuencia son jóvenes a los que se describe como “buenos chicos”, quienes podían haber dado muestras de empatía hacia personas que conocen, pero que evidencian total falta de sentimientos empáticos a las víctimas de su violencia por medios digitales. Por eso, una de las tareas es desarrollar en los jóvenes una empatía generalizada, aquella que mire por debajo de las diferencias y que responda a nuestra humanidad común (Lickona, 1989).

De alguna manera, cuando se trata de intimidación, internet ha hecho que el mundo sea más rural. Antes de internet, la intimidación terminaba con el retiro del entorno en el que uno se encontraba. Pero ahora, la dinámica del acoso es más difícil de contener y más ardua de ignorar. Si uno es acosado en su página de Facebook, todos los círculos sociales lo saben; siempre y cuando uno tenga acceso a la red, el flujo incesante de notificaciones nos deja vulnerables al victimismo.

El anonimato derivado de las transmisiones electrónicas ampara el desarrollo del acoso porque su contenido no tiene límites, la victimización puede ser 24/7, el material puede distribuirse rápidamente por todo el mundo y con frecuencia no es recuperable o eliminable, además de que los acosadores pueden ser anónimos y solicitar la colaboración de “amigos”

desconocidos. Para las víctimas, el ciberacoso es invasivo y sin fin. Los acosadores pueden alcanzar hasta la privacidad de sus hogares. En consecuencia, el ciberacoso tiene incidencias devastadoras.

Actualmente no hay intervenciones para la intimidación cibernética basadas en la evidencia; por lo tanto, a los niños se les deja que luchen solos con el acoso cibernético de varias maneras. Pueden bloquear al remitente, ignorar el mensaje, decirle al acosador que se detenga o permanecer fuera de línea, pero casi el 25% de las víctimas no hace nada. Más de la mitad de las víctimas lo cuenta a un amigo, y algunas le cuentan a un padre, hermano u otro adulto. Cerca del 25% de las víctimas no le cuenta a nadie y un pequeño número responde al acoso cibernético intimidando a otros. Los alumnos informan que no saben cómo responder cuando son espectadores del acoso cibernético y no están seguros de cómo solicitar la eliminación del material negativo de sitios web (Shetgiri, 2013). Por lo tanto, se debe considerar el diálogo desde los primeros años de vida de una persona, como la base fundamental para que cada individuo tenga sus propias herramientas para poder resolver situaciones tales como el ciberacoso.

### **1.1.3.- Se necesita un enfoque preventivo antes que remedial.**

Con respecto a la prevención del acoso, Oller Fernández (2015) reporta que si no hay un cambio de conducta en el acosador, poco se ha conseguido, e igualmente, no se avanza si los alumnos y profesores no son conscientes del problema y prefieren evadirse y callar antes que actuar.

El único método de empoderamiento efectivo para llegar al mismo tiempo al acosador, el acosado y el espectador y prevenir el ciberacoso es el fomento diario y consistente de la empatía, como eje transversal en el currículo escolar. Solo desarrollando en la población escolar la conciencia del sufrimiento ocasionado en otros se podrá atacar de raíz la prevalencia actual del ciberacoso.

Como manera de prevención las Instituciones pueden trabajar con toda la comunidad. Es decir, profesores, padres de familia y estudiantes. Es importante considerar que es necesaria la participación de todos para lograr resultados efectivos. Es por esto que a continuación se detallan actividades para cada uno de los miembros que forman esta comunidad:

### **a) Profesores:**

Para favorecer la socialización e inclusión de todos los estudiantes, es de suma importancia el compromiso del personal docente. Es significativo recalcar que cualquier propuesta pretende una concientización de las actitudes propias para lograr transmitirla de una manera consistente y coherente. Se debe aprovechar el espacio formativo para interiorizar valores como la empatía, inclusión, respeto, solidaridad que son puntos tan importantes como la formación académica. Las actividades pueden ser:

- Capacitaciones y talleres dirigidos por profesionales externos donde se trabaje el desarrollo personal de los docentes y el fortalecimiento de las herramientas sociales para lograr una armonía grupal.
- Reuniones con los dirigentes de cada grado/curso y el DECE para planificar, desarrollar y evaluar actividades que fomenten la socialización y empatía dentro de la clase.
- Campañas mensuales para fomentar distintos valores con apoyo de todos los profesores. Se incluirán actividades dentro de las asignaturas que promuevan cada valor con aplicaciones reales relacionadas con la materia específica. El DECE promoverá mensualmente documentos y/o artículos de interés que refieran al valor del mes y que compartirá con toda la comunidad educativa.
- Utilizar cualquier conflicto que se presente como una oportunidad formativa para reflexionar e interiorizar valores pertinentes.
- Revisar el reglamento y/o procedimiento de faltas de comportamiento, especialmente en caso de agresión entre pares, para lograr una intervención oportuna y efectiva, sin repercusiones para la institución.
- Es importante mantener el control en zonas de riesgo, es decir en momentos en que los estudiantes se encuentren realizando actividades no planificadas en el patio a la hora del recreo, el comedor estudiantil, los cambios de hora, las extracurriculares, así como en horas menos estructuradas como educación física o talleres. De ésta manera se puede analizar cambios que permitan un desarrollo favorable de la convivencia escolar.

### **b) Estudiantes:**

Al ser los estudiantes el objetivo principal del proyecto, se debe procurar que estén involucrados en la mayor cantidad de actividades, reflexiones e intervenciones posibles

para lograr internalizar procesos que favorezcan la socialización. Las actividades propuestas son:

- Realizar talleres de desarrollo personal en primaria donde se trabajen herramientas sociales y se favorezca la convivencia sana.
- Organizar convivencias en secundaria, en donde, los estudiantes vayan a un lugar que permita trabajar en herramientas para una socialización saludable. Es importante considerar que para dar continuidad se propone organizar un segundo espacio con características similares, ya sea un campamento o una segunda convivencia.
- Programar espacios de convivencia social libre entre cada curso para observar, monitorear, favorecer e intervenir (en caso de ser necesario) el desarrollo social de los estudiantes.
- Talleres desarrollados por el DECE según las necesidades de cada grupo. Los dirigentes que monitorean al grupo informan al DECE cualquier particular para que se pueda intervenir oportunamente.
- Fomentar espacios de recreación en donde se pueda compartir entre niños de diferentes edades.
- Organizar con el Consejo Estudiantil para apoyar actividades realizadas en los recreos.
- Organizar actividades que fomenten la integración de todo el colegio y que favorezcan el desarrollo de herramientas sociales como trabajo en equipo, respeto, inclusión, empatía.

Intervención por parte del DECE con alumnos cuya situación sea vulnerable y necesite apoyo para desarrollar habilidades sociales y en algunos casos con el trabajo conjunto de profesionales externos.

Realizar (DECE y dirigentes) sociogramas entre la población estudiantil para identificar niños, niñas y adolescentes que presenten dificultades en el área social e intervenir preventivamente si fuera necesario.

Retomar la labor social como un espacio en donde se comparte con la comunidad, ayudando a sectores necesitados, desarrollando actividades que permitan a los estudiantes desarrollar empatía, solidaridad, austeridad, respeto hacia los demás.

Realizar talleres preventivos con estudiantes, especialmente a partir de 7º EGB sobre temas como manejo de redes sociales, motivación, etc.

### **c) Padres de familia:**

Para lograr un mayor impacto en el desarrollo social en los niños, niñas y adolescentes se necesita el apoyo de sus familias. Es necesario una mayor participación e involucramiento de los padres para lograr una congruencia entre la casa y el colegio. Las actividades propuestas son:

- Participación en conferencias y talleres de escuela para padres.
- Participación en talleres entre padres e hijos, en los grados que así lo requieran, para fomentar la comunicación, relaciones positivas, empatía e inclusión en la familia y con sus compañeros.
- Mantener informado sobre los diferentes temas a desarrollarse mensualmente para ser reflexionados entre los miembros de la familia.
- Favorecer una comunicación entre la institución y los padres directivos de cada curso para que las actividades que se realizan por parte de ésta comitiva sean coherentes con los valores y propuestas institucionales.

Se puede monitorear y evaluar, pero se debe considerar que la herramienta social en los estudiantes es subjetiva y difícil de medir, sin embargo, se puede analizar los cambios que se producen en cada grupo y en la institución a lo largo del desarrollo del proyecto. Muchos de los valores inculcados se desarrollan y consolidan con el tiempo, por lo que a pesar de que su evaluación pueda ser complicada, es necesario insistir en su formación ya que estaremos aportando en la construcción de un proyecto de vida de los y las estudiantes. Por lo tanto, es importante estar atentos y observar posibles cambios en los siguientes aspectos:

- Comportamiento y actitud personal de todos los miembros de la comunidad educativa (profesores, alumnos y padres de familia).
- Comportamiento y actitud grupal dentro de la institución (manera de socializar, de resolver conflictos y la incidencia en el entorno social, natural y cultural).

#### **1.1.4.- Éxito relativo de los programas anti acoso en los colegios.**

García (2017) reporta que la UNESCO propone un enfoque global para solucionar el problema del acoso escolar que comprende programas de prevención, mecanismos de comunicación y de apoyo, seguimiento y estadística de datos de violencia y sobre todo, capacitación en el tema para el personal educativo. Por estas razones, es importante que todo el sistema educativo elabore programas de prevención temprana dentro de sus mallas curriculares.

Lickona (1989) reporta sobre un programa desarrollado en California en base a los siguientes aspectos: aprendizaje cooperativo; programa de lectura de textos seleccionados para promover la empatía y la comprensión de otros; presentación de ejemplos variados de comportamiento prosocial; fomento de interrelación entre los estudiantes de la clase y de otras edades, y disciplina del desarrollo para fomentar el razonamiento moral y el autocontrol. De acuerdo a Lickona es importante la socialización desde temprana edad.

Los programas que más éxito han tenido son KIVA en Finlandia y TEI (Tutorías entre iguales) así como AVE de España. En esencia buscan implicar a los niños y generar una dinámica entre ellos en la que no pueda producirse el acoso.

Sin embargo, un meta-análisis de 2008 de los programas de intervención de intimidación escolar concluyó que este tipo de intervenciones fueron efectivas para mejorar la competencia social, la autoestima y la aceptación entre los estudiantes, y para ampliar el conocimiento y la eficacia de los maestros sobre la intervención. Este estudio también indicó, sin embargo, que los pequeños efectos producidos por estos programas sobre la intimidación probablemente no serían significativos. Otra revisión coincidió con este hallazgo de que los programas escolares contra la intimidación no parecen tener prácticamente una reducción significativa de la intimidación, pero encontraron que puede ser efectivo para reducir el acoso de jóvenes en riesgo (Shetgiri, 2014). En conclusión, Shetgiri señala lo necesario que es para el sistema educativo contar con programas escolares holísticos e integrales que promuevan el desarrollo de todas las etapas del ser humano.

En el Ecuador, el Ministerio de Educación cada vez se involucra más en erradicar los problemas de las Instituciones en el tema de acoso escolar. Ha diseñado protocolos y rutas de cómo el DECE debe manejar en caso de detectar problemas.

El trabajo debe ser de carácter preventivo en donde toda la comunidad esté involucrada. En caso de que algún incidente se detecte se deben seguir los siguientes pasos:

- a. Detección
- b. Intervención
- c. Derivación
- d. Seguimiento

Cada ruta está diseñada para tratar los diferentes casos de acoso que son:

- Protocolo de actuación ante casos de Violencia sexual.

- Protocolo de actuación ante casos de violencia Institucional o intrafamiliar.
- Protocolo de actuación ante casos de violencia entre pares.
- Protocolo de actuación ante casos de violencia de estudiantes, madres y padres de familia y/o representantes legales hacia servidores de la institución educativa.

## **1.2. Desarrollo de la empatía**

### **1.2.1. La base científica para el desarrollo de la empatía.**

La empatía no es un don; es una facultad que está presente en las personas en grado mayor o menor. Sin embargo, es susceptible de entrenamiento, refuerzo, desarrollo y potenciación. Además de factible, el desarrollo de la empatía es necesario. Algunos niños nacen con esa predisposición a identificarse y ayudar al prójimo mientras que otros necesitan una concienciación y entrenamiento sostenido.

En los últimos años el entrenamiento de la empatía está respaldado científicamente. En 2005 dos investigadores italianos, Giacomo Rizzolatti y Vittorio Gallese encontraron que las neuronas en el cerebro de un macaco se activaban cuando realizaba una acción compleja tal como empujar una palanca o abrir una puerta. Lo sorprendente fue que este pequeño grupo neuronal constituido por lo que llamaron “neuronas espejo” se activaban cuando el macaco observaba que otro mono realizaba la acción, siempre y cuando esta interesara al macaco. Este experimento fue replicado luego con bailarines humanos, con idénticos resultados. En esencia, las neuronas espejo son parte de una red que permite ver el mundo desde el punto de vista de otra persona, porque su puesta en marcha corresponde con las ideas porque se activan incluso cuando la acción no se ve y solo hay representación mental (Mijancos, 2008). Todos nosotros tenemos estas neuronas espejo, a pesar de que hay evidencia que están disminuidas o severamente inactivas en personas con autismo. El significado de este sistema es profundo. Es la base del aprendizaje por imitación, las destrezas sociales, los comportamientos de las muchedumbres o los crímenes por imitación (*copycatcrimes*) (Thomas, 2012; Mischel, 2014). Según Thomas y Mischel la clase está en practicar lo que se predica, como fundamento para el desarrollo de destrezas sociales asertivas.

### 1.2.2. Fundamentación socio-educativa.

Han sido diversos los autores que han aportado sobre la importancia de la empatía en el desarrollo de los niños, niñas y adolescentes. Piaget la define como una habilidad cognitiva que permite tomar la perspectiva del otro para entender su mundo. Hoffman sostiene “que desde el nacimiento el infante es capaz de experimentar un estado de aflicción personal en respuesta a la aflicción de otros”.

De esta manera, la empatía juega un rol muy importante en la acción educativa ya que es actor fundamental en el desarrollo de las relaciones sociales e influye notablemente en el logro de los objetivos académicos y sociales. Además, se convierte en la estructura primordial en la proyección de una vida futura saludable y productiva, evitando “riesgos sociales” como adicciones o fracaso escolar.

La etapa escolar es un periodo en donde se pueden afianzar y fortalecer valores como la empatía, y aprovechar el proceso de aprendizaje para que los alumnos adquieran también herramientas sociales que en la actualidad pueden ser más útiles que la formación académica.

Al hablar de empatía se encuentran implícitos otros valores como la tolerancia, la honestidad, la responsabilidad, la aceptación, el asertividad, la inclusión, la solidaridad, la austeridad, el respeto, la autonomía, el diálogo y la comunicación. Por ende, en el ámbito escolar se debe trabajar todos estos valores en conjunto para lograr una educación integral en donde toda la comunidad educativa esté involucrada. Las relaciones sociales que se establecen con los compañeros y amigos durante los años escolares influyen decisivamente en el desarrollo de los niños y en la adaptación al medio social en el que se desenvuelven (De La Morena, 1995). Los amigos influyen en el desarrollo emocional como en el cognitivo y tienen una influencia significativa en aspectos como:

- El aprendizaje de actitudes y valores
- La adquisición y el desarrollo de la **empatía**, es decir, percibir las situaciones desde el punto de vista del otro; lo cual favorece las experiencias individuales de aprendizaje y el desarrollo de la competencia social.

Es por esto que se cree necesaria la implementación de un programa que trabaje en el desarrollo de la empatía como eje principal del desenvolvimiento socio emocional, favoreciendo conductas sociales saludables, no solo en su vida escolar sino en la vida en general y en su futuro luego de culminar el proceso escolar.

### **1.2.3. Justificación e importancia de la empatía.**

Reynolds (2015) reporta en un estudio publicado en 2011 que la empatía está disminuyendo marcadamente. Los resultados, basados en una encuesta de casi 14,000 estudiantes, muestran que el nivel promedio de "preocupación empática" disminuyó en un 48 por ciento entre 1979 y 2009. Hubo una disminución particularmente pronunciada entre 2000 y 2009. Los autores del estudio sugieren que la disminución podría deberse al aumento del narcisismo entre los jóvenes, la creciente prevalencia de la tecnología personal y el uso de los medios en la vida cotidiana, la reducción del tamaño de la familia (tener varios hermanos que enseñen empatía) y presiones más fuertes sobre los jóvenes para tener éxito académica y profesionalmente. El presidente de los Estados Unidos, Barack Obama, llegó a afirmar en 2013 que el "déficit de empatía" era más un problema que el déficit federal.

La buena noticia, sin embargo, es que la empatía puede desarrollarse y practicarse. Un enfoque preventivo del acoso escolar, con base en el desarrollo de la empatía, entraña una disminución radical de este problema porque se dirige a la misma raíz del problema: el deseo de agredir, motivado o agravado cuando el acosador no tiene conciencia del efecto de sus acciones.

Por otro lado, la empatía como eje transversal en el currículo escolar abarca a los tres actores involucrados en los actos de acoso: acosador, acosado y espectador, por lo que se garantiza un enfoque completo en el tratamiento del problema, sobre todo para el ciberacoso, difícil de controlar.

### **1.2.4. La empatía se puede desarrollar como cualquier otra inteligencia emocional.**

Gallo (2017) señala que toda la población escolar puede beneficiarse de un programa para el desarrollo de la empatía, porque hasta a niños con dificultades de aprendizaje y de concentración se la puede fomentar de forma consciente. En los otros alumnos se refuerza aquello que ya puede formar parte de su repertorio emocional, comenzando por la identificación de las emociones propias que facilita identificarlas en los demás. El mismo Daniel Goleman en las últimas páginas de su libro menciona lo que los antiguos llaman "educar en virtudes". El hecho de ponerse en el lugar de los demás tiene que ver con la generosidad, con la lealtad, con la amistad, con la flexibilidad, con la comprensión.

Pink (2006) habla de la empatía como una de las funciones del hemisferio derecho. La empatía nos permite ver el otro lado en una discusión, reconfortar a alguien que sufre y mordernos el labio antes de decir algo ofensivo. La empatía construye la autoconciencia, una a padres e hijos, nos permite trabajar juntos y construye las bases de nuestra moralidad.

Goleman (1996) habla de una alfabetización emocional que comprende como parte importante la empatía, o sea, el manejo de las emociones y cuyos objetivos son: mayor capacidad para comprender el punto de vista de otras personas, mejora de la sensibilidad para percibir los sentimientos de los demás y mejora de la capacidad de escuchar.

La empatía es el lado emocional de la toma de perspectiva. Desde el inicio los niños reaccionan de diferente manera al malestar de otro infante: unos se preocupan y ofrecen ayuda o consuelo, otros sienten solo curiosidad, algunos más se retraen frente a las manifestaciones de aflicción, y finalmente, otros se vuelven agresivos, reclamando o golpeando a la víctima (Lickona).

Según Goleman (1996), no hay una correlación directa entre inteligencia de aptitud o CI y la empatía. El término empatía fue utilizado primeramente por teóricos de la estética para designar la capacidad de percibir la experiencia subjetiva de otra persona y deriva de la palabra griega *empathēia* que quiere decir “sentir dentro”. De acuerdo con un estudio de Radke-Yarrow y Zahn-Waxler, citado por el mismo Goleman, la empatía tiene mucho que ver con dos factores: la disciplina que los padres imponen a sus hijos que incluye llamadas de atención sobre el disgusto que su mala conducta provoca en alguna otra persona, y la imitación de conductas adultas en las cuales hay un repertorio de respuestas empáticas cuando otra persona está afligida.

Aunque a menudo se confunde la empatía con conceptos relacionados como simpatía, lástima, identificación y auto-transposición, hay el consenso de que la empatía no se puede enseñar, pero sí facilitar. También se la puede interrumpir y bloquear. Para desarrollarla, se deben promover actitudes y comportamientos tales como la autoconciencia, la consideración positiva sin prejuicios hacia los demás, las buenas habilidades para escuchar y la confianza en sí mismo (Davis, 1990).

Todo esto está fundamentado en las neuronas espejo que permiten que el cerebro correlacione los movimientos de los demás con los propios y les otorgue significado. Por extensión, estas neuronas permiten discriminar sutilezas en el lenguaje corporal y la expresión

facial que llevan a la comprensión de sutiles cambios de humor y de una amplia gama de emociones. Con este aporte de la neurofisiología se ha enriquecido la comunicación, el aprendizaje, la psicología social y en general, toda la amplia gama de relaciones humanas.

#### **1.2.5. Se ha vinculado directamente al acoso con la debilidad empática de las personas.**

Los motivos por los cuales se produce el acoso escolar son: afán de poder, deseo de buscar popularidad, revancha si han sido anteriormente acosados, abandono o exceso de permisividad en los hogares, búsqueda de entretenimiento, prejuicios y presión del grupo (Gordon, 2016).

Varios estudios señalan la relación entre el desarrollo de la empatía y la disminución de comportamientos agresivos, así como el incremento de estos en poblaciones o individuos con carencia empática. Steffen et al. (2011) hicieron un estudio con 2.070 estudiantes de Luxemburgo y hallaron que los ciberacosadores tenían menor respuesta empática que los no ciberacosadores, y que los ciberacosadores evidenciaron mayor temor a convertirse ellos en víctimas del ciberacoso. Concluyen que “el entrenamiento de las destrezas de empatías pueden ser una herramienta importante para disminuir el ciberacoso” (traducción propia).

A su vez, Pfetsch(2017) encontró una correlación negativa entre comportamientos de acoso y la empatía cognitiva, es decir, el acosador tiene ideas claras de lo que significa acosar pero no las aplica, y que para disminuir el ciberacoso se requiere congruencia emocional, es decir, poder experimentar el daño causado como un primer paso hacia su disminución o extinción.

### **1.3. Definición de términos básicos**

#### **1.3.1. Bullying, maltrato, acoso o violencia escolar.**

El tema tiene especial importancia en esta época de cambios radicales en la comunicación, en los roles sociales, en la enseñanza de valores en el hogar y en el entorno escolar y en el auge de la tecnología. Para su mejor comprensión requiere la aclaración conceptual de lo que en el ámbito educativo se denomina bullying.

El maltrato en las aulas es un fenómeno de todos los tiempos, siempre existió y seguramente existirá, mientras convivan en un mismo lugar, un conglomerado de personas que no desarrollan sus habilidades sociales y desconocen cómo relacionarse con los otros en forma

adecuada. Sin embargo, las actitudes negativas o insensibles hacia los otros son en la actualidad violentas, revisten en ciertos casos de agresividad incontrolable, están plagadas de maldad.

Las causas de la violencia son muchas, la conducta de los agresores y de los agredidos responde a múltiples orígenes. Trataré de responder a lo largo del trabajo utilizando investigaciones realizadas por educadores y psicólogos, para responder a la pregunta que todos o casi todos los educadores formulamos. ¿Qué es lo que hace que niños, jóvenes y adultos, aparentemente normales, actúen de forma indebida, delincencial en algunos casos, jóvenes peligrosos que atentan contra la seguridad de las instituciones educativas?

Empezaré por definir qué actitudes o acciones son consideradas como bullying, la historia del término, las clases de bullying o acoso escolar; el perfil de los actores, las causas del bullying y las medidas que tanto la UNICEF como el gobierno del Ecuador han tomado para controlar este tipo de agresiones que crecen con el uso de la tecnología.

La segunda parte del trabajo tiene un enfoque axiológico, una visión de la enseñanza de valores, de las relaciones inter e intra personales como parte importante de la inteligencia emocional, aspecto fundamental que debe considerar la educación holística; aborda la enseñanza y fortalecimiento de la empatía como método de prevención de este grave problema de comportamiento.

Luis Antonio Lucio López en su estudio denominado Bullying en Prepas, de marzo del 2012, recoge la siguiente historia: “El psiquiatra sueco Peter Paul Heinemann (1972) se enterneció cuando al pasar por un colegio observó a un alumno correr aterrorizado por el patio, quien era perseguido por varios de sus compañeros que intentaban hacerle daño”. Heinemann es el primero en alertar a la comunidad sobre el maltrato entre pares, pero no es sino en 1998 cuando Olweus, psicólogo suizo, después del lamentable suicidio de tres alumnos víctimas de acoso en un colegio de Noruega, quien define el término bullying o violencia escolar y se convierte en el pionero de investigaciones en torno al maltrato entre estudiantes. Olweus define el bullying como:

“Cuando está expuesto en forma repetida y durante un tiempo a agresiones negativas.... que pueden ser amenazas, burlas, estirones de cabello, golpes, empujones, patadas, pellizcos, exclusiones, motes ofensivos u obligado a hacer cosas que no quiere por uno o un grupo de estudiantes (Olweus 25)

El autor considera que es la reiteración de los hechos violentos, la amenaza constante, la burla diaria, el acoso frecuente, lo que se denomina bullying, escapa de este concepto, las disputas ocasionales entre pares, aun cuando éstas pueden desencadenar en situaciones que marcan a sus actores durante toda la vida.

En la actualidad manejamos el término bullying para todo lo que se considera violencia en las aulas, muchos profesores, autoridades y padres aún desconocen qué tipo de acciones deben incluirse en este concepto y dudan respecto a ciertas actitudes. Por ejemplo ¿la mentira constante para acusar a un estudiante debe considerarse como bullying? O, si actos violentos entre compañeros, pero fuera del ámbito escolar, fiestas, paseos, asistencia a actos sociales, se consideran bullying y deben ser sancionados.

La permisividad excesiva de algunos padres, sus concepciones erróneas sobre la educación de los hijos, una mal entendida relación entre progenitores e hijos desencadena conductas inapropiadas en los estudiantes, generalmente agresores, quienes buscan amparo y complicidad en sus familias, que acuden a los establecimientos educativos a justificar ofensas de los hijos hacia sus compañeros con la excusa de que los acontecimientos se suscitaron fuera del plantel.

No se considera bullying cuando un grupo de estudiantes de un colegio reta a otro grupo para un enfrentamiento, en un espacio neutral, para saldar cuentas y aclarar situaciones que consideran ofensivas para su plantel, o para defender a un compañero que ha sido atacado, en este caso los dos grupos tienen el mismo poder.

Tampoco se considera bullying las peleas grupales en un partido de fútbol, o cualquier otro deporte, por ejemplo. En el Ecuador, estos encuentros violentos fueron muy conocidos en alguna época hicieron que algunos planteles fuesen enemigos de otros, la violencia llegó a tal punto, que las autoridades suprimieron muchos torneos deportivos.

La sanción por el uso de la violencia en las aulas consistía en una rebaja de puntos a la disciplina, muy poco se combatía las causas de la violencia y mucho menos la situación de peligro para los agredidos.

En la actualidad, las estadísticas realizadas en varios países notifican altísimos porcentajes de niños y adolescentes que sufren diversos tipos de violencia, sin contar con casos ya

numerosos de suicidios, conocidos a través de libros y películas propagadas en el mundo. La vida escolar no está libre del contagio del terror mundial, agravado por guerras, migración, crímenes a lesa humanidad.

Estos episodios de violencia escolar preocupan a gobiernos, familias y a la sociedad en general, debe considerarse que estos no son fortuitos, sino que afectan a los protagonistas, acosadores y acosados en la formación de la personalidad y en el desempeño de la vida adulta.

Dr. Vicente Gabarda, (Coordinador y profesor del Grado en Educación Primaria, Universidad Internacional de Valencia) en su guía “Bullying en el aula y cómo prevenirlo” señala seis tipos:

- **Bullying físico:** golpes, empujones, destrucción de materiales, robo de tareas, jalones, frases ofensivas escritas en camisetas, delantales, es decir, daño de prendas o del material escolar, todas estas, practicadas durante largo tiempo y a veces años.
- **Bullying psicológico:** amenazas, intimidación, chantaje. Acciones que destruyen la autoestima de la víctima, se atribuye a este tipo de bullying el síndrome de Heller.
- **Bullying verbal:** burlarse, reírse de condiciones físicas o racistas, poner apodos, circular rumores, bromas insultantes, encontrar parecidos denigrantes.
- **Bullying sexual:** acciones mal intencionadas contra el cuerpo de la víctima, asedio, actos de abuso sexual, propagar noticias verdaderas o inventadas sobre la condición sexual de la víctima con el afán de amedrentarle.
- **Bullying social:** excluir, aislar a una persona del ambiente en que se desarrolla, ignorarle, no permitir su ingreso al grupo.
- **El ciber-bullying,** motivado por el avance de las tecnologías: ofensas humillantes que se envían a través de los medios telemáticos celulares, blogs, chats, emails, redes sociales. Con frecuencia se suplantan identidades y se envían contenidos falsos. “Hostigamiento verbal o psicológico llevado a cabo por una persona o un grupo contra otras a través de servicios on-line o teléfonos móviles” (Comisión Europea)

El ciberbullying es definido como “el uso de algunas tecnologías de la información y la comunicación como el correo electrónico, los mensajes por celular, la mensajería instantánea, los sitios personales vejatorios y el comportamiento personal en línea, difamatorio, de un individuo a un grupo que deliberadamente, y de forma repetitiva y hostil pretende dañar a otro” (Belsay,2005)

La tecnología nos asombra cada día, la cantidad de dispositivos móviles que se producen y el acceso a todo tipo de comunicación cercana o lejana, al igual que la cantidad de usuarios en el mundo es incontrolable. Esta innovación en los sistemas de comunicación tiene dos usos específicos: nos ayudan a conocer el mundo y ampliar horizontes en un tiempo mínimo, o puede ser manipulado, envilecido con usos protervos que ponen de manifiesto lo más pobre del ser humano. Pornografía, robo, publicaciones mordaces, mensajes indeseables, acoso, e incluso videos sobre escenas de violación y suicidio.

Sin duda, el internet tiene mucho que ver con la violencia que sentimos en la actualidad, pensemos tan solo en películas y programas que sin ser censurados muestran escenas de crueldad y se transmiten todo el día. En la cantidad de horas que niños y adolescentes están frente a la televisión y no se diga en los celulares, buscando juegos, reproducciones, fotos o enviando mensajes, la fiebre del uso del celular es tan grande en el mundo que las relaciones familiares están afectadas cuando no rotas porque todos se comunican con todos y con ninguno.

El ciberbullying es una forma nueva de acoso, este crece con el uso de páginas gratuitas, la aparición de YouTube, Instagram y otras formas masivas de comunicación en donde se publican, no para una persona en particular, sino para toda la comunidad, videos y fotos que pueden generar daños irreversibles en la salud mental de niños, jóvenes e incluso adultos. Hernández y Solano (2006) consideran dos tipos de ciberbullying: el primero es continuación de la agresión que empieza en las aulas, los agresores son conocidos y pueden ser identificados; el segundo se da entre compañeros que no se han agredido con anterioridad, son mensajes de hostigamiento repentinos, que se suscitan sin causa alguna. Según los autores son mensajes intencionados en los cuales el agresor busca control sobre la víctima. El acoso a través de los medios no es exclusivo de pares, también se ofende y ridiculiza a profesores, políticos, gente famosa cuya intimidad no se respeta.

### 1.3.2 Empatía.

Es la capacidad de sentir y compartir las emociones de otra persona. La empatía tiene muchas definiciones que abarcan una amplia gama de estados emocionales, incluyendo cuidar de otras personas y ayudarlas; experimentar emociones que coinciden con las emociones de otra persona; discernir lo que otra persona está pensando o sintiendo y diferenciar menos las diferencias entre uno mismo y el otro.

En este trabajo la empatía se define como la habilidad para comprender y compartir el estado o contexto emocional de otra persona. Por lo mismo, la empatía es un constructo multidimensional que debe ser tomado en cuenta para comprenderla como una habilidad emocional fundamental que se desarrolla desde la cuna. Es un equivalente de la inteligencia interpersonal según Gardner y tiene componentes emocionales y cognitivos: lo cognoscitivo se refiere a las capacidades o tendencias de la persona, mientras que lo emocional es la reactividad individual. Los dos elementos se combinan de diferente forma en los individuos.

Para detectar espontánea y continuamente el estado emocional de las otras personas y reaccionar de acuerdo con él se requiere autoconciencia: si no conocemos nuestras propias emociones, no estamos en capacidad de detectarlas en los demás. Goleman (1996) ubica a la empatía como un elemento básico para las ventas, la administración, las relaciones románticas y la paternidad, la compasión y la actividad política. Su ausencia, según él, determina “un trágico fracaso en lo que significa ser humano” (p. 123) y en su extremo engendra cuadros de psicopatía criminal.

La empatía no es sentirse mal *por* alguien. Es un sentimiento *con* alguien, experimentando lo que sería convertirse en ese otro alguien. La empatía es la máxima realidad virtual, es decir, introducirse en la mente del otro para experimentar el mundo desde la perspectiva de esa persona (Pink, 2006).

Se diferencia de la simpatía en que la primera es una preocupación por otra persona basada en la aprehensión o en la comprensión de su estado o condición emocional. La empatía, por otra parte, es la reacción emocional provocada por y congruente con el estado o condición emocional del otro. Por ejemplo, al recibir condolencias en un funeral, el deudo puede recibir simpatía de muchos, pero solo los que han perdido un ser querido empatizarán a fondo.

### **1.3.3. Conducta Prosocial.**

Se entiende por conducta prosocial al conjunto de comportamientos humanos voluntarios a favor de otros seres humanos, con independencia de que en muchos casos puede revertir en beneficios propios: conductas de donación de algo, consuelo o apoyo emocional, ayuda o colaboración para lograr determinados objetivos, defensa de otras personas. Algunos de estos comportamientos se consideran altruistas cuando se hacen con la intención de ayudar a otro sin esperar ningún tipo de beneficio personal. Toda conducta altruista es prosocial, no así a la inversa (Lickona, 1989).

El término prosocial fue ideado por Nancy Eisenberg en la década de los setentas. Los comportamientos prosociales se consideran opuestos al acoso. Guardan directa relación con la empatía e incluyen acciones de ayuda, compartir, colaboración, rescate y apoyo. La empatía es fundamental como motivadora de las conductas prosociales y abarca la capacidad de toma de perspectiva, la preocupación por el otro y la capacidad para compartir sentimientos. Por lo mismo, la conducta prosocial sería un factor protector contra la conducta acosadora (Weis, 2007).

Desde la perspectiva educativa se han evidenciado aspectos positivos en el aprendizaje cuando existe una conducta prosocial en los estudiantes. Esto les ayuda en la motivación tanto en el ámbito cognitivo como en el desarrollo del autoestima. Es importante que estas conductas se aprendan a lo largo de la etapa del desarrollo.

Algunos estudios realizados han concluido que el aprendizaje de esta conducta se da por observación, imitación y modelado. También varios autores creen que se da por influencia de algunos factores como por ejemplo factores cognitivos y socializadores como por ejemplo familia- escuela- ambiente (Bandura 1977 y 1987).

La empatía es uno de los factores más importantes en la conducta prosocial ya que se da como respuesta de los sentimientos o percepciones que otra persona está recibiendo.

## **2. MARCO METODOLÓGICO**

## **2.1. Tipo y diseño de la investigación**

### **2.1.1. Tipo de investigación.**

Cuantitativo y de revisión bibliográfica. Esta investigación se realizará a estudiantes de décimo año, aplicando un test de empatía. Se aplicará una encuesta a profesores para conocer si están preparados para ayudar a estudiantes que han sufrido de acoso escolar.

### **2.1.2. Diseño de la investigación.**

No experimental, descriptivo (seleccionando una serie de variables de la empatía), simple (no se buscó la interrelación entre las variables)

## **2.2. Métodos, técnicas e instrumentos de investigación**

### **2.2.1. Métodos de investigación.**

Análisis de los datos e interrelación con la base teórica investigada en fuentes bibliográficas.

### **2.2.2. Técnicas de recolección de datos.**

Test de Davis (Ver anexo)

Encuesta (Ver anexo)

### **2.2.3. Instrumentos de recolección de datos.**

El Índice de Reactividad Personal de Davis (traducido al español). Para determinar el nivel de empatía de la muestra de alumnos se empleó el Índice de Reactividad Personal (Interpersonal Reactivity Index) de Davis (1980), traducido y validado en una población española por Vicenta Mestre Escrivá, María Dolores Frías Navarro y Paula Samper García en 2004 (ver Anexo 1). El test fue diseñado por Mark H. Davis de Eckerd College, quien a su vez utilizó el marco teórico de Nancy Eisenberg. Ella propone el comportamiento prosocial, o sea la conducta cuyo objetivo voluntario es el bienestar del otro, en el cual la empatía abarca tanto comprender el estado emocional del otro como el compartir estas emociones.

El cuestionario comprende 28 ítems divididos en cuatro categorías de siete ítems cada uno. En el cuestionario el sujeto debe responder a cada ítem en una escala de 1 a 5 según el grado en que el ítem le describa: *No me describe bien*, *Me describe un poco*, *Me describe bastante bien*, *Me describe bien* y *Me describe muy bien*

La característica más destacada de este instrumento es que permite medir tanto el aspecto cognitivo como la reacción emocional del individuo al adoptar una actitud empática.

Las categorías y los ítems son los siguientes:

a. **Cognitivos**

• **Toma de Perspectiva (PT): intento de ponerse en el lugar de otro**

- 3. *Con frecuencia encuentro difícil ver las cosas desde el punto de vista de otra persona*
- 8. *Intento tener en cuenta cada una de las partes (opiniones) en un conflicto antes de tomar una decisión*
- 11. *A menudo intento comprender mejor a mis amigos imaginándome cómo ven ellos las cosas (poniéndome en su lugar)*
- 15. *Si estoy seguro que tengo la razón en algo, no pierdo tiempo escuchando los argumentos de los demás*
- 21. *Pienso que hay dos puntos de vista en cada cuestión e intento tener en cuenta ambas partes*
- 25. *Cuando estoy disgustado con alguien normalmente intento ponerme en su lugar por un momento*
- 28. *Antes de criticar a alguien intento imaginar cómo me sentiría si estuviera en su lugar*

• **Fantasía (FS): capacidad imaginativa del sujeto para identificarse con personajes del cine y la literatura.**

- 1. *Sueño y fantaseo, bastante a menudo, acerca de las cosas que me podrían suceder*
- 5. *Me identifico mucho con los sentimientos de los personajes de una novela*
- 7. *Normalmente soy objetivo y no me involucro totalmente cuando veo una película u obra de teatro*
- 12. *Raras veces me involucro completamente en un buen libro o película*
- 16. *Después de ver una obra de teatro o cine me he sentido como si fuera uno de los personajes*
- 23. *Cuando veo una buena película puedo muy fácilmente situarme en el lugar del protagonista*
- 26. *Cuando estoy leyendo una historia interesante o una novela imagino cómo me sentiría si los acontecimientos de la historia me sucedieran a mí*

## **b. Emocionales**

- **Preocupación empática (EC): medición de sentimientos de compasión, preocupación y cariño ante el malestar de otros**

- 2. *A menudo tengo sentimientos tiernos y de preocupación hacia la gente menos afortunada que yo*
- 4. *A veces no me siento muy apenado por otras personas cuando tienen problemas*
- 9. *Cuando veo que alguien se aprovecha de otro tiendo a proteger al débil*
- 14. *Las desgracias de otros normalmente no me afectan mucho*
- 18. *Cuando veo a alguien que está siendo tratado injustamente, a veces no siento mucha compasión por él*
- 20. *Casi siempre me afecto emocionalmente por cosas que veo que ocurren*
- 22. *Me describiría como una persona bastante sensible*

- **Malestar Personal (PD): ansiedad y malestar ante las experiencias negativas de los demás**

- 6. *Me siento ansioso e incómodo en situaciones de emergencia*
- 10. *Normalmente me siento desbordado cuando estoy en medio de una situación muy emotiva*
- 13. *Cuando veo a alguien herido tiendo a permanecer en calma*
- 17. *Me asusto cuando estoy en una situación emocionalmente tensa*
- 19. *Normalmente soy bastante eficaz al ocuparme de emergencias*
- 24. *Tiendo a perder el control durante las emergencias*
- 27. *Cuando veo a alguien que necesita urgentemente ayuda en una emergencia me derrumbo*

Las subescalas *Toma de Perspectiva* y *Fantasía* evalúan los procesos más cognitivos. La puntuación en *Toma de perspectiva* indica los intentos espontáneos del sujeto por adoptar la perspectiva del otro ante situaciones reales de la vida cotidiana, es decir, la habilidad para comprender el punto de vista de la otra persona.

La subescala de *Fantasía* evalúa la tendencia a identificarse con personajes del cine y de la literatura, es decir, la capacidad imaginativa del sujeto para ponerse en situaciones ficticias. Las subescalas de *Preocupación empática* y *Malestar personal* miden las reacciones emocionales de las personas ante las experiencias negativas de los otros. En la primera (EC) se miden los sentimientos de compasión, preocupación y cariño ante el malestar de otros (se trata de sentimientos “orientados al otro”), mientras que la segunda (PD) se evalúan los

sentimientos de ansiedad y malestar que el sujeto manifiesta al observar las experiencias negativas de los demás (se trata de sentimientos “orientados al yo”) (Mestre et al., 2004).

Las preguntas 3, 4, 7, 12, 13, 14, 15, 18 y 19 reciben una valoración negativa, es decir, el rubro “No me describe bien” recibe una puntuación de 5 y el de “Me describe muy bien” obtiene un puntaje de 1. Todas estas preguntas señalan comportamientos reñidos con la empatía y más bien describen situaciones de descontrol, indiferencia, egoísmo y desinterés. De esta manera, con una baja valoración de las conductas y actitudes poco empáticas, se facilita la interpretación de resultados: mientras más alto el puntaje, mejor el desarrollo empático de la persona.

### **2.3. Encuesta sobre métodos para desarrollar la empatía**

Una encuesta fue aplicada a los profesores del grupo de alumnos que respondieron el Índice de Reactividad Personal de Davis (ver Anexo 2). Con este cuestionario aplicado a los docentes se obtuvo una guía sobre el sentir de los profesores respecto a las mejores tácticas para el desarrollo de la empatía, las mismas que pueden y deben desarrollarse en el centro educativo.

### **2.4. Procedimientos para la recolección de datos**

Una vez aprobado el proyecto en la universidad, se tramitó una solicitud de permiso con la institución en donde se realizó la investigación para poder ejecutar el instrumento., posterior a ello se hizo firmar el consentimiento informado (Anexo 2), por parte del Director.

Posterior a ello, se realizó la aplicación del Índice de Reactividad Personal de Davis.

### **2.5. Plan de análisis estadístico de datos**

Una vez culminada la recolección de los datos, estos fueron procesados en el programa Excel versión 2013. Se obtuvo el promedio de los puntajes del grupo y se contrastó lo obtenido en cada escala.

### **2.6. Criterios de rigor científico**

- **Validez:** Este criterio está garantizado mediante la confiabilidad del instrumento el cual posee un alfa de Cronbach que oscila entre 0.56 para la escala de Toma de Perspectiva (PT) hasta 0.70 para la de Fantasía (FS) para la muestra total, que son

considerados como aceptables y válidos. La validez del instrumento se constata por las correlaciones obtenidas especialmente entre las diferentes subescalas y la conducta prosocial por una parte, y también con el razonamiento internalizado. Estos resultados muestran una vez más la importancia de los procesos emocionales y cognitivos en la conducta prosocial (Mestre et al., 2004).

- **Fiabilidad:** Las subescalas de empatía, en términos generales, correlacionan positivamente con la conducta prosocial y con los estilos de razonamiento prosocial más orientados a una disposición prosocial, mientras que la correlación es negativa con la conducta agresiva y con la inestabilidad emocional. El test fue adaptado aplicándolo a una muestra de 1.285 adolescentes españoles entre 13 y 18 años. Sus cocientes de fiabilidad están entre 0.68 y 0.79 y su confiabilidad desde 0.56 para la escala de Toma de Perspectiva (PT) hasta 0.70 para la de Fantasía (FS) para la muestra total, por lo que las autoras concluyen que el IRI “resulta ser un buen instrumento para evaluar los componentes de la empatía en población adolescente” (Mestre et al., 2004).

El análisis de la fiabilidad de las cuatro subescalas que componen el Cuestionario de Empatía muestra índices distintos para cada una de ellas. A partir de los resultados obtenidos la que presenta una mayor consistencia interna y homogeneidad en su medida es la escala de Fantasía (FS) con un coeficiente alpha de 0.70, subiendo ligeramente a 0.71 en la muestra de mujeres. El resto de las escalas presentaron unos índices de consistencia interna menos elevados. En concreto la subescala de Preocupación Empática (EC) presentó un coeficiente alpha de 0.65, la subescala de Malestar Personal (PD) alcanzó un coeficiente alpha muy similar de 0.64. La subescala con un coeficiente más bajo es la Toma de Perspectiva (PT), con un alpha de 0.56. Se debe considerar que probablemente un aumento del número de ítems en estas escalas mejoraría sus índices de fiabilidad

## 2.7. Muestra

Se aplicará el test a 59 alumnos entre catorce y dieciséis años de un colegio privado de la ciudad de Quito.

Una encuesta a cinco profesores de Educación Básica Superior, del mismo colegio que llenaron una encuesta sobre cuanto conocimiento tienen acerca del bullying.

### **2.7.1. Variables.**

Desarrollo de la empatía, sexo, edad

Profesores conocimiento de bullying

### **3. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**

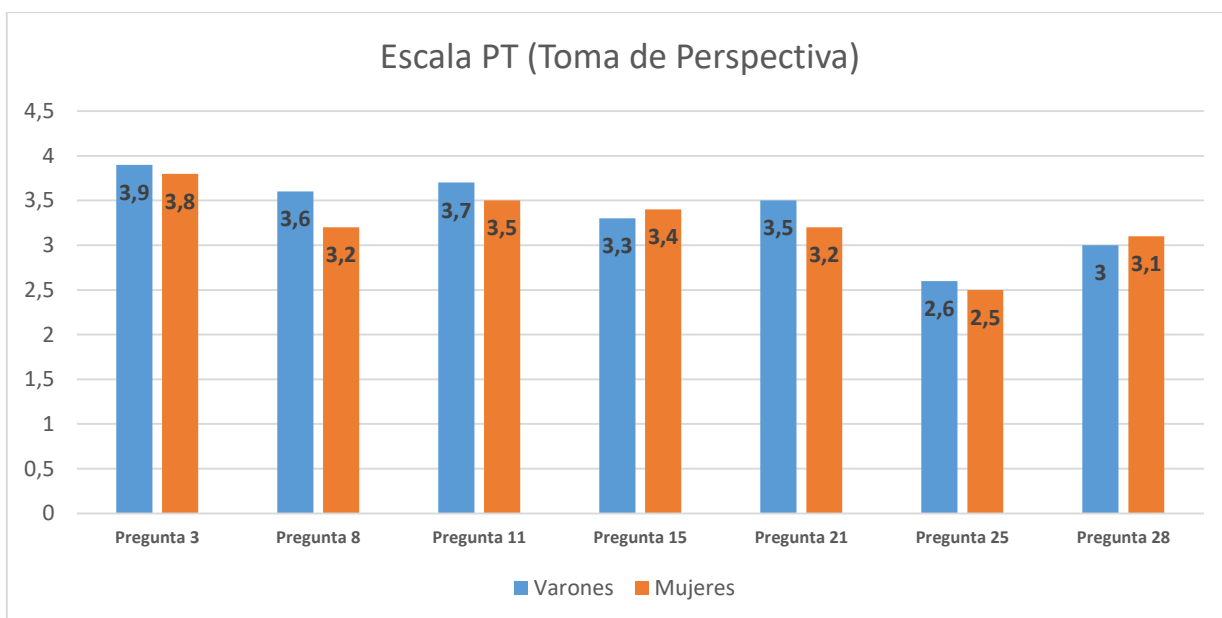
### 3.1. Resultados

La aplicación del Índice de Reactividad Personal en la muestra de 59 estudiantes se obtuvo los siguientes resultados:

Escala PT: TOMA DE PERSPECTIVA

| Pregunta # | Pregunta  | Promedio |
|------------|---|----------|
| 3          | Con frecuencia encuentro difícil ver las cosas desde el punto de vista de otra persona                        | 3.9      |
| 8          | Intento tener en cuenta cada una de las partes (opiniones) en un conflicto antes de tomar una decisión        | 3.4      |
| 11         | A menudo intento comprender mejor a mis amigos imaginándome cómo ven ellos las cosas (poniéndome en su lugar) | 3.6      |
| 15         | Si estoy seguro que tengo la razón en algo, no pierdo tiempo escuchando los argumentos de los demás           | 3.4      |
| 21         | Pienso que hay dos puntos de vista en cada cuestión e intento tener en cuenta ambas partes                    | 3.3      |
| 25         | Cuando estoy disgustado con alguien normalmente intento ponerme en su lugar por un momento                    | 2.5      |
| 28         | Antes de criticar a alguien intento imaginar cómo me sentiría si estuviera en su lugar                        | 3.1      |
|            | PROMEDIO  | 3.5      |

Grafico # 1

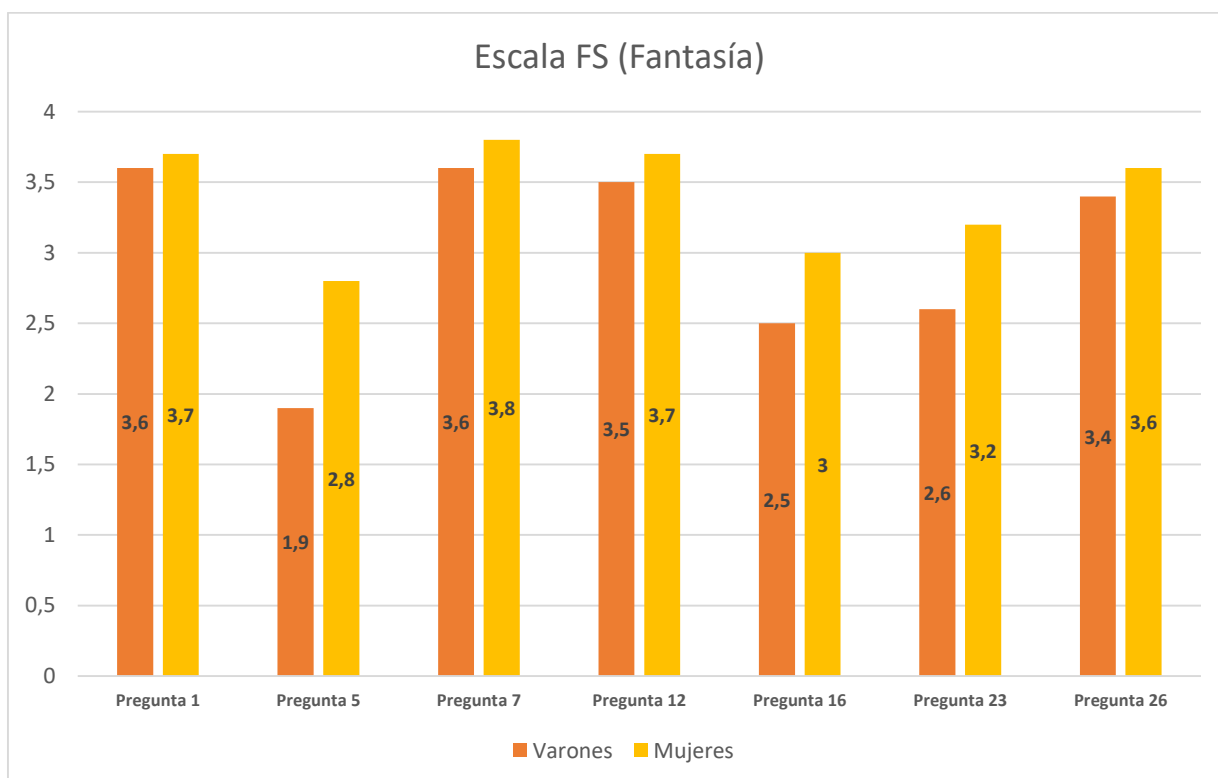


Se puede observar una tendencia neutra con respecto a que existe la capacidad de comprender al otro y de ponerse en su lugar. Demuestra ser un grupo sensible. Los alumnos logran ver las cosas desde el punto de otra persona, pero no logran en su mayoría el momento de estar disgustados.

Escala FS: FANTASÍA

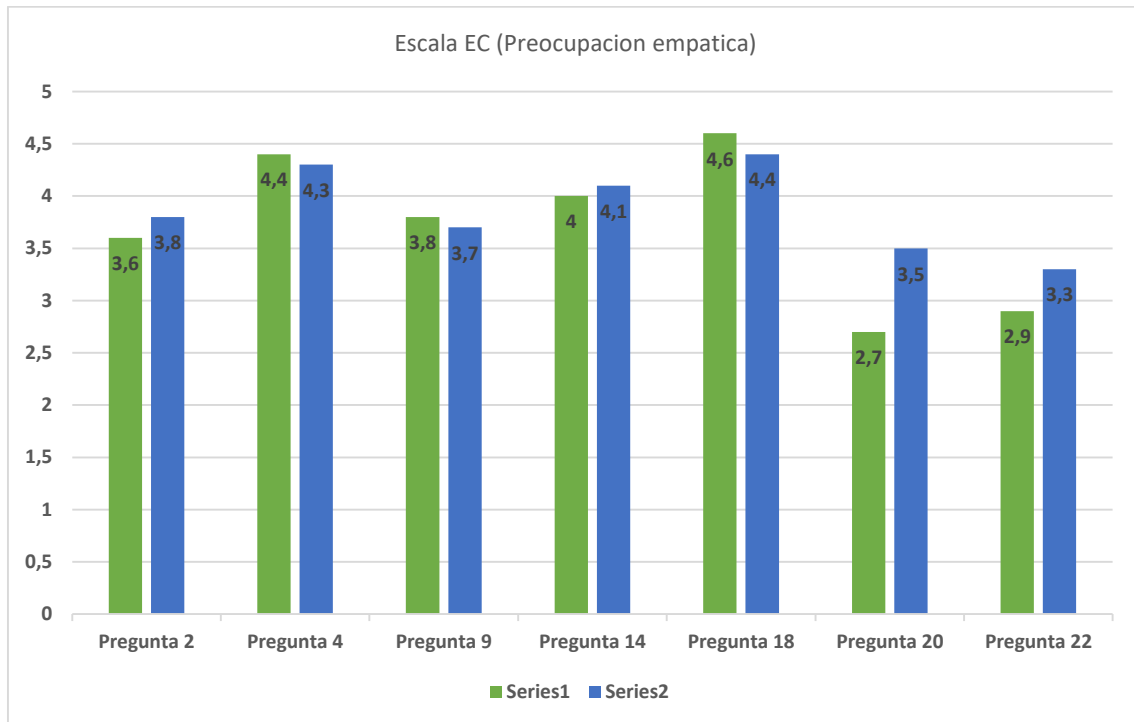
| Pregunta # | Pregunta   | Promedio |
|------------|--|----------|
| 1          | Sueño y fantaseo, bastante a menudo, acerca de las cosas que me podrían suceder  | 3.7      |
| 5          | Me identifico mucho con los sentimientos de los personajes de una novela   | 2.4      |
| 7          | Normalmente soy objetivo y no me involucro totalmente cuando veo una película u obra de teatro   | 3.7      |
| 12         | Raras veces me involucro completamente en un buen libro o película   | 3.6      |
| 16         | Después de ver una obra de teatro o cine me he sentido como si fuera uno de los personajes   | 2.8      |
| 23         | Cuando veo una buena película puedo muy fácilmente situarme en el lugar del protagonista   | 2.9      |
| 26         | Cuando estoy leyendo una historia interesante o una novela imagino cómo me sentiría si los acontecimientos de la historia me sucedieran a mí | 3.5      |
|            | PROMEDIO   | 3.2      |

Grafico # 2



Los estudiantes presentan bajos niveles de imaginación. Por esta razón se corre peligro de que la empatía se dirija solo a personas del círculo íntimo, cuando esto debería ser lo más universal posible para obtener los mejores resultados en la prevención del ciberacoso.

Gráfico # 3

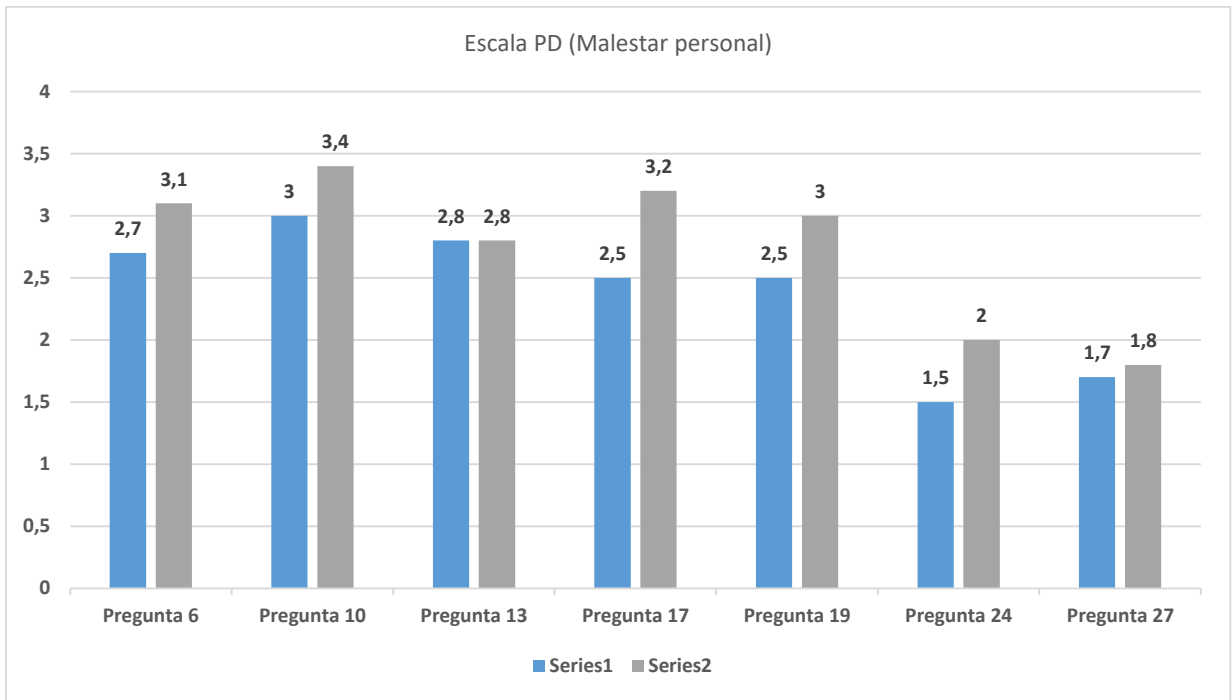


El grupo desarrolla la empatía como la habilidad de reconocer y respetar los sentimientos de los demás. Sobre todo cuando se encuentran en situaciones de aflicción o problema.

Escala PD: MALESTAR PERSONAL

| Pregunta # | Pregunta  | Promedio |
|------------|---|----------|
| 6          | Me siento ansioso e incómodo en situaciones de emergencia                           | 2.9      |
| 10         | Normalmente me siento desbordado cuando estoy en medio de una situación muy emotiva | 3.2      |
| 13         | Cuando veo a alguien herido tiendo a permanecer en calma                            | 2.8      |
| 17         | Me asusto cuando estoy en una situación emocionalmente tensa                        | 2.9      |
| 19         | Normalmente soy bastante eficaz al ocuparme de emergencias                          | 2.8      |
| 24         | Tiendo a perder el control durante las emergencias                                  | 1.8      |
| 27         | Cuando veo a alguien que necesita urgentemente ayuda en una emergencia me derrumbo  | 1.7      |
|            | PROMEDIO  | 2.6      |

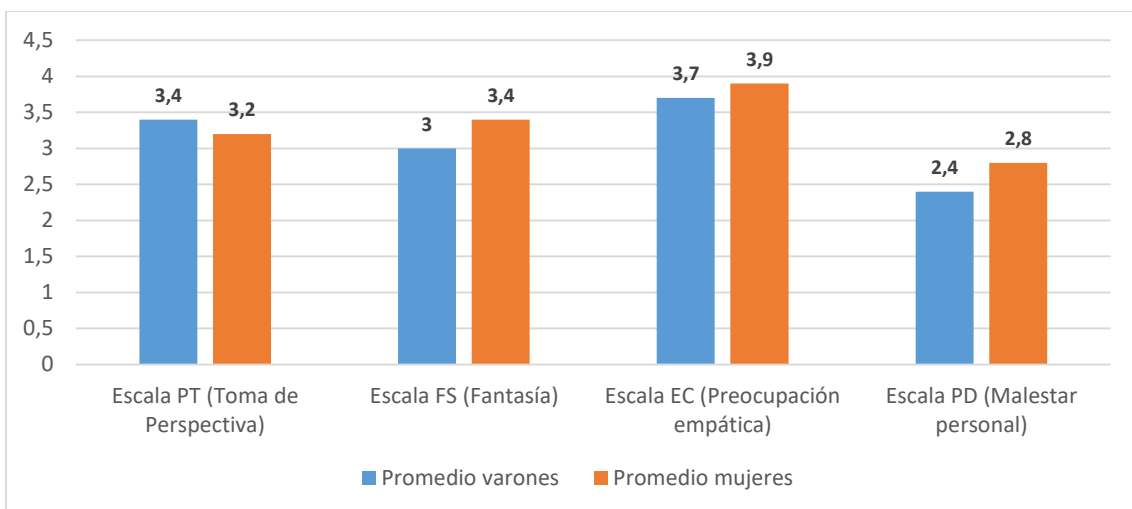
Gráfico # 4



Los estudiantes tienen dificultades para reaccionar ante situaciones de emergencia y no pueden prestar ayuda. A pesar de que se identifican con el sufrimiento ajeno tienen pocas herramientas para reaccionar de forma correcta ante una situación emergente. No logran mantener la calma y pierden el control.

Gráfico # 5

Resumen:



Según aconseja Davis, autor de este índice, las cuatro subescalas deben usarse separadamente porque el instrumento como tal no tiene el objeto de sacar un puntaje general de empatía.

En los resultados de la muestra aplicada se destacan:

1. El mejor desarrollo de los estudiantes en el área de *Toma de Perspectiva*, es decir que hay una buena evolución de la tendencia a adoptar espontáneamente el punto de vista psicológico de los otros en la vida cotidiana, incluyendo la capacidad para comprender al otro y ponerse en su lugar, a partir de lo que se observa, de la información verbal o de información accesible desde la memoria. Los alumnos forman un grupo sensible, con experiencia de vivencias solidarias, pocas o muchas, e inclinación empática desde el punto de vista intelectual.
2. En la escala de *Fantasía* hay tres preguntas con bajos puntajes correspondientes a una falta de identificación con personajes de novelas, teatro, cine o películas. El grupo evidencia dificultad en ponerse en el lugar de personajes ficticios, lo cual se relaciona directamente con bajos niveles de imaginación. Esto surgiría como consecuencia de la comentada y conocida falta de inclinación a la lectura en las nuevas generaciones, así como la ausencia de comportamientos lectores en general en el país. Pero es evidente que la empatía, la capacidad de conectarse con lo que siente otra persona, sería imposible sin la capacidad de imaginarnos viviendo la experiencia ajena, porque la imaginación no solo nos ayuda a visionar lo que no existe, sino que, y precisamente por ello, es también transmisora de experiencias que no conoceríamos de otra manera. Con un débil desarrollo de las habilidades en esta escala de *Fantasía*, se corre el peligro de que la empatía se dirija solo a personas del círculo íntimo, cuando esta es una actitud que debe ser lo más universal posible para que dé los resultados apetecidos como medio de prevención del ciberacoso.
3. La escala de *Preocupación Empática* mide la sensibilidad para experimentar sentimientos de compasión y simpatía por situaciones de problemas, desgracias o conflictos, escuchar con atención cuando las demás personas hablan y ser receptivos a sus necesidades con cuidado y preocupación. El grupo manifiesta buen desarrollo de esta actitud, es decir, ha desarrollado la empatía como la habilidad de reconocer y respetar los sentimientos de las demás personas, sobre todo cuando se encuentran en situaciones de aflicción y problema. También tiene comportamientos prosociales.

4. La escala de *Malestar Personales* la que evidencia menor desarrollo de la empatía. Los estudiantes tienen dificultades para reaccionar en situaciones de emergencia y no pueden prestar auxilio a las víctimas. A pesar de identificarse con el sufrimiento ajeno, tienen pocas herramientas para reaccionar correcta y prontamente en urgencias, catástrofes y percances. Este aspecto de la empatía, sin embargo, es fácil de subsanar entrenando periódicamente a los estudiantes para que adquieran destrezas de auxilio basadas en lo que siente la víctima o accidentado, manteniendo actitudes correctas de acompañamiento y consuelo.

### **3.2 Discusión de resultados**

#### **3.2.1. Áreas fuertes y carenciales.**

Los estudiantes tienen fortalezas en un área cognitiva (*Toma de Perspectiva*) y una emocional (*Preocupación Empática*), es decir que los jóvenes se caracterizan por una empatía y les lleva a adoptar espontáneamente el punto de vista psicológico de los otros y a experimentar sentimientos de simpatía y preocupación por el prójimo que sufre.

En el área de *Fantasía*, que mide lo que se puede llamar “empatía imaginativa”, los alumnos manifestaron poca habilidad para identificarse con personajes ficticios y transponerse mediante la imaginación a sus sentimientos y acciones. Finalmente, en la escala de *Malestar Personal* es donde los alumnos manifestaron sus mayores carencias. Esta escala mide la ansiedad o angustia que se interpone cuando se trata de ayudar a otros.

Sin embargo, de acuerdo con el postulado teórico del Índice de Reactividad Personal, sumar las cuatro escalas y obtener un solo puntaje no tiene sentido para determinar un menor o mayor sentido de empatía porque las cuatro escalas no se correlacionan positivamente (Frías Navarro, 2009). Por eso, el desarrollo de cada aspecto de la empatía se debe abordar individualmente.

#### **3.2.2. Análisis de resultados.**

Las raíces de la empatía están presentes desde muy temprano en los humanos. Es observación común que un niño se sienta perturbado cuando oye llorar a otro bebé, y esto sucede a los pocos meses después del nacimiento, cuando los bebés no se dan cuenta cabal de que son seres separados de los demás. Por ejemplo, si un bebé se lastima los dedos, un

niño de un año se lleva sus dedos a la boca para comprobar si a él también le duelen, y si ve llorar a su madre, un bebé se seca los ojos, aunque él no haya llorado (Goleman, 1996).

Según Goleman (1996) las emociones se expresan en un 90% en forma no verbal y son captadas de forma inconsciente. El mensaje verdadero viene en la *forma* en lo que dice una persona en lugar de *aquello* que dice. El receptor recibe el mensaje y responde tácitamente. Pero “las habilidades que nos permiten hacer esto bien o mal también son, en su mayor parte, aprendidas de forma tácita” (p. 125).

Sern (citado por Goleman, 1996) habla de la *sintonía* como el proceso mediante el cual el niño aprende que sus emociones son aceptadas y correspondidas. La sintonía se aprende de forma tácita cuando las madres de los bebés reaccionan instintiva pero eficazmente replicando las emociones de sus hijos, de forma que estos se sienten seguros al saber que se han comunicado emocionalmente. La sintonía va más allá de la imitación, pues con ella solo se muestra que uno sabe lo que hizo el bebé y no lo que sintió.

Los costos de la falta de sintonía son grandes. Alrededor de los ocho meses el niño comienza a desarrollar la noción de que otras personas pueden compartir sus emociones. Si a partir de esta edad los padres no muestran empatía a las emociones de un niño, este empieza a dejar de expresar y tal vez, incluso sentir, estas emociones. De hecho, en las historias de delincuentes se encuentran con frecuencia datos de negligencia emocional y pocas oportunidades de simpatía (Goleman, 1996). Lo paradójico es que en niños que han sufrido permanente humillación y abuso constante, se desarrolla la empatía como un mecanismo de defensa porque tienen que estar alerta ante los indicios de amenazas, vigilando constantemente los sentimientos de los demás. Por esto Tapscott (2009) afirma que el problema del acoso “necesita abordar la raíz del problema. El acosador necesita desarrollar empatía” (p. 298, traducción propia).

En la etapa final de la infancia el desarrollo de la empatía llega a su apogeo cuando los niños son capaces de entender la aflicción más allá de la situación inmediata, y de constatar que la condición de alguien en la vida puede llevarlo a sufrir crónicamente. Comienza entonces el sentimiento altruista hacia los pobres, los marginados o los oprimidos, sentimientos que luego se profundizan y refuerzan en la adolescencia (Goleman, 1996).

El sistema de las neuronas espejo podría ser el fundamento de una forma intuitiva e inmediata de comprender las emociones expresadas por los demás, sin necesidad de deliberación o razonamiento. La percepción de la expresión de una determinada emoción en otra persona

despertaría en nuestro cerebro los mismos sistemas neuronales que son activados cuando nosotros mismos experimentamos esa emoción.

Así como la forma de expresión de la mente racional son las palabras, “90% o más de un mensaje emocional es no verbal” (Goleman, 1996, p.125). Por lo mismo, ya que la empatía depende de la emoción y debido a la emoción se manifiesta de forma no verbal, para entrar en el corazón de otro debemos comenzar a mirar sus rostros (Pink, 2006). Para que los niños puedan sintonizar las emociones de otro, se requiere un mínimo de serenidad. Las primeras señales de empatía surgen alrededor de los dos años, pero para desarrollar la empatía el niño debe alcanzar niveles de autodominio, capacidad de aliviar su propia ira, aflicción, impulsos y excitación (Goleman, 1996).

La empatía no es una habilidad unidimensional. Comprende tres elementos fundamentales según Jean Decety y Jason Cowell (2014), citados por Dewar (2009-2016):

- a. emocional (también llamado "contagio emocional"), que ocurre cuando experimentamos sentimientos de angustia como resultado de observar angustia en otro individuo.
- b. Preocupación empática, que es la motivación para cuidar a las personas que son vulnerables o angustiadas.
- c. La toma de perspectiva, o sea la capacidad de ponerse conscientemente en la mente de otro individuo e imaginar lo que esa persona está pensando o sintiendo.

### **3.2.3. El rol de la familia.**

La familia es la que constituye la base del desarrollo emocional y moral de una persona. Por lo mismo, el desarrollo de la empatía y de los comportamientos prosociales le corresponden con legítimo derecho y obligación. Como lo explican Davis y Davis (2008, p. 269), “la disciplina consistente y justa enseña el autocontrol y la responsabilidad. La calidez y el pasar tiempo juntos enseña conexión y empatía”.

De las cuatro componentes del cuestionario del Índice de Reactividad Personal de Davis, aplicado a los alumnos, la familia debe encargarse de desarrollar los referentes a la parte afectiva, es decir Preocupación Empática y Malestar Personal.

A este respecto, en general, son tres los grupos de acciones que debe emprender la familia:

- a. Modelar la empatía usando las oportunidades que se dan en la vida cotidiana.
- Servir de modelo de acciones de bondad
  - Acudir a brindar ayuda siempre que se pueda y que esto sirva como modelo
  - Explicar por qué no se permiten actitudes de exclusión, poner apodos, ni otras formas de agresividad relacional
  - Instruir a los niños a estar listos para reportar situaciones de acoso: evitar reírse, alejarse para dejar al acosador sin público, enfrentarlo asertivamente, apoyar a la víctima
  - Enseñar destrezas de amistad, es decir, maneras asertivas, respetuosas y pacíficas de relacionarse con otros
- b. Desarrollar en los hijos el conocimiento de las cuatro emociones básicas: alegría, tristeza, ira y miedo. Incluir nuevos términos a medida que el niño crece y su vocabulario se amplía: confianza, sorpresa, asco, ternura, remordimiento o frustración.
- Preguntar con frecuencia cómo se sienten las personas y qué claves usaron para llegar a esa respuesta
  - Mantener abierta la comunicación con los hijos; no los censure ni los reproche por lo que le digan
  - Usar situaciones de la televisión, un libro o una situación de la vida real para indagar en los sentimientos de una persona
  - Invitar a su casa a los compañeros de sus hijos que tienen problemas de relación
  - Monitorear el uso de aparatos electrónicos por parte de los hijos
  - Enseñar a entretenerse con actividades más constructivas, vigorizantes y entretenidas.
- c. Enseñara los hijos con su ejemplo de vida la amplia variedad de comportamientos de compromiso social y atención comprometida a todos los que se presentan
- Aprovechar de las festividades para hacer obras de beneficencia
  - Fomentar actitudes de voluntariado (Dewar, 2009-2017; Gordon, 2015; Valle, 2015; Oller Fernández, 2015; Lickona, 1991; Coloroso, 2008).

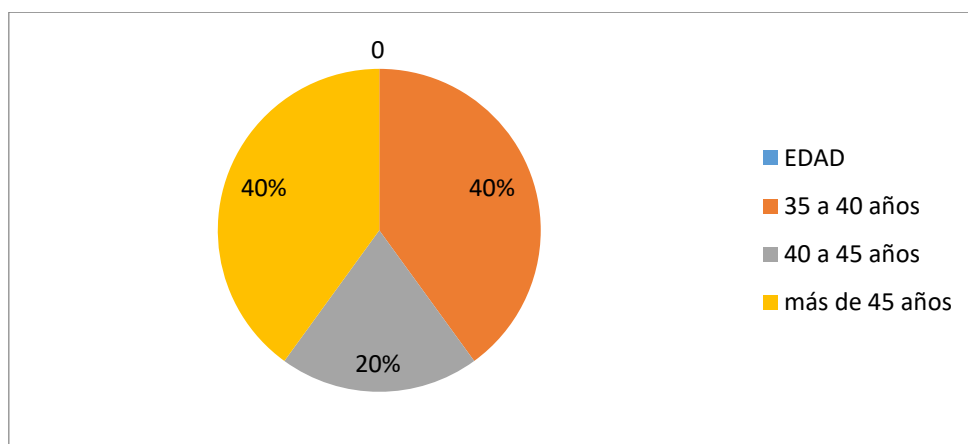
Dewar (2010-2014) ha encontrado que los niños que utilizan videojuegos donde se promueven actitudes de ayuda y solidaridad son en la práctica más solícitos con los demás. Aunque esta evidencia no está del todo comprobada experimentalmente, sí se sabe con certeza que los juegos violentos de video hacen que las personas dejen de intervenir cuando presencian situaciones de conflicto, y que los juegos prosociales hace a la gente más amigable.

Un aspecto importante del entrenamiento empático de los niños es que, si se dan recompensas materiales a los niños que obran ayudando al prójimo, *disminuye* su inclinación hacia el comportamiento empático y prosocial. Para que se desarrolle un sentido internalizado del bien y mal los padres deben usar disciplina inductiva, es decir, un enfoque que enfatice explicaciones racionales y consecuencias morales antes que reglas arbitrarias y castigos fuertes (Dewar, 2009-2017).

### 3.2.4. El papel del colegio.

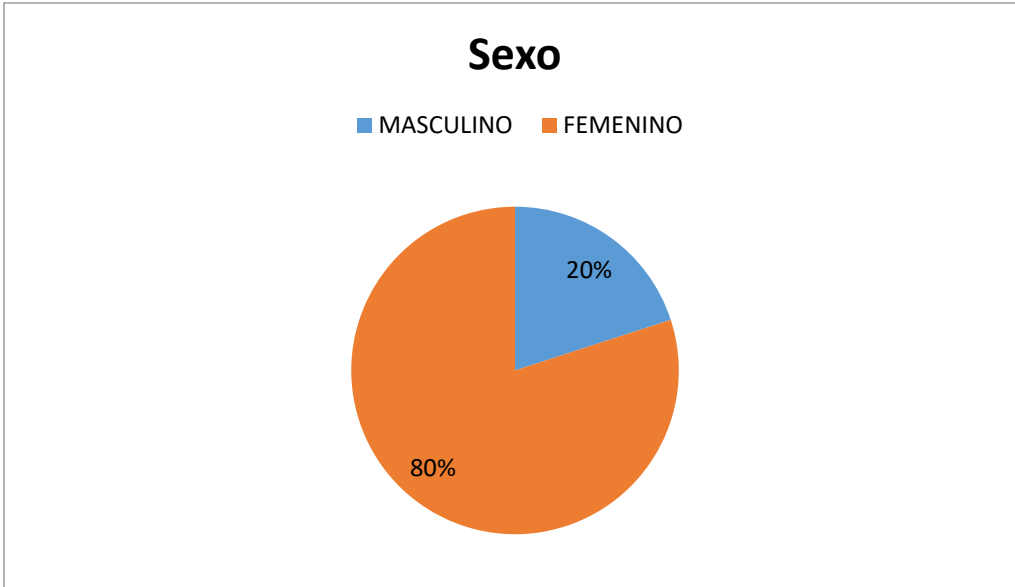
Se aplicó una encuesta a 5 docentes de décimo de básica del Liceo Internacional para conocer cuánto conocimiento tienen los profesores acerca de este tema, también para conocer si el bullying en la Institución ha disminuido a incrementado. Los resultados fueron:

| EDAD           |   |
|----------------|---|
| 35 a 40 años   | 2 |
| 40 a 45 años   | 1 |
| más de 45 años | 2 |



De los cinco docentes encuestados el 40% se encuentra en un rango de edad de 35 a 40 años. El otro 40% está entre los 40 a 45 años y el 20% restante son mayores de 45 años.

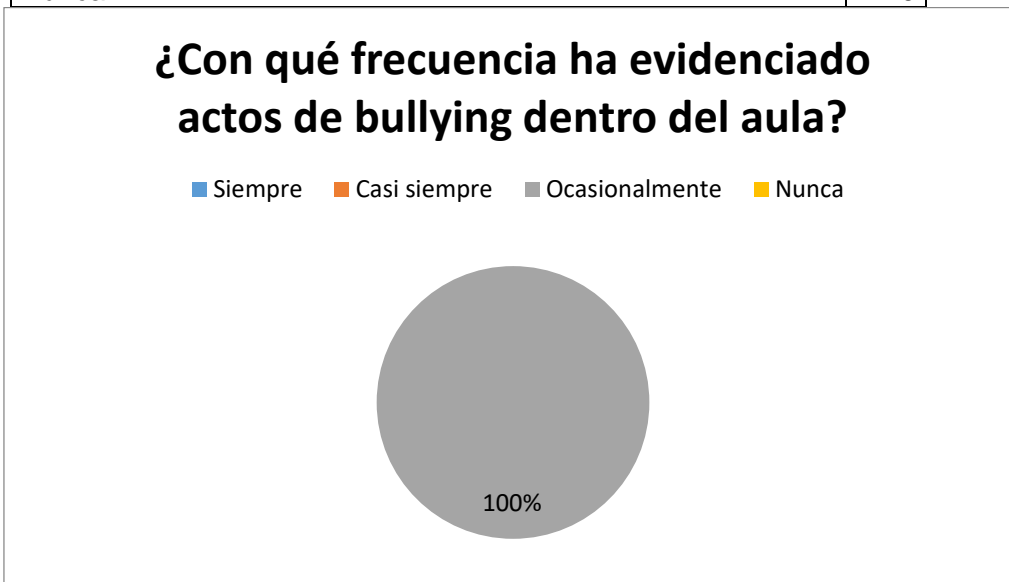
| SEXO      |   |
|-----------|---|
| Femenino  | 4 |
| Masculino | 1 |



De los encuestados el 80% son mujeres y el 20% hombres.

1.- ¿Con qué frecuencia ha evidenciado actos de bullying dentro del aula?

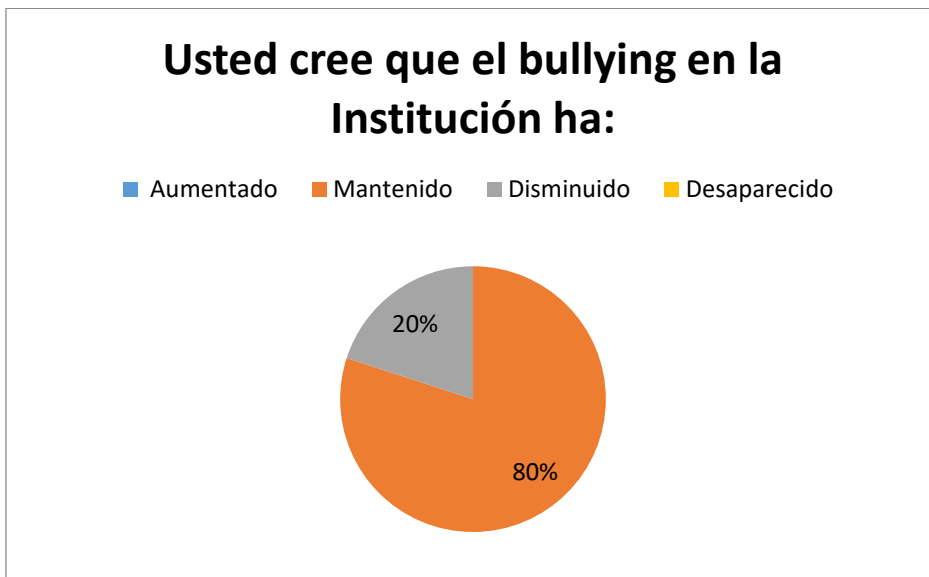
|                |   |
|----------------|---|
| Siempre        | 0 |
| Casi siempre   | 0 |
| Ocasionalmente | 5 |
| Nunca          | 0 |



Los profesores dentro del aula han evidenciado al 100% casos de bullying ocasionalmente, según la encuesta realizada.

2.- Usted cree que el bullying en la Institución ha:

|              |   |
|--------------|---|
| Aumentado    | 0 |
| Mantenido    | 4 |
| Disminuido   | 1 |
| Desaparecido | 0 |



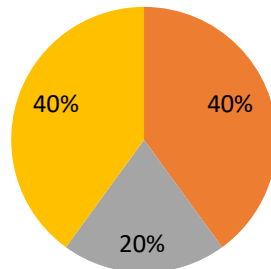
Dentro de la Institución educativa los docentes en un 80% manifiestan que el bullying se ha mantenido. El 20% ve que el bullying ha disminuido.

3.- ¿Qué tipo de bullying es el más común?

|               |   |
|---------------|---|
| Físico        | 0 |
| Psicológico   | 2 |
| Verbal        | 1 |
| Ciberbullying | 2 |

## ¿Qué tipo de bullying es el más común?

■ Físico ■ Psicológico ■ Verbal ■ Ciberbullying

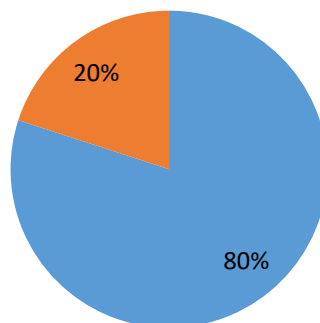


4.- ¿Recibe capacitación de bullying?

|    |   |
|----|---|
| Si | 4 |
| No | 1 |

## ¿Recibe capacitación de bullying?

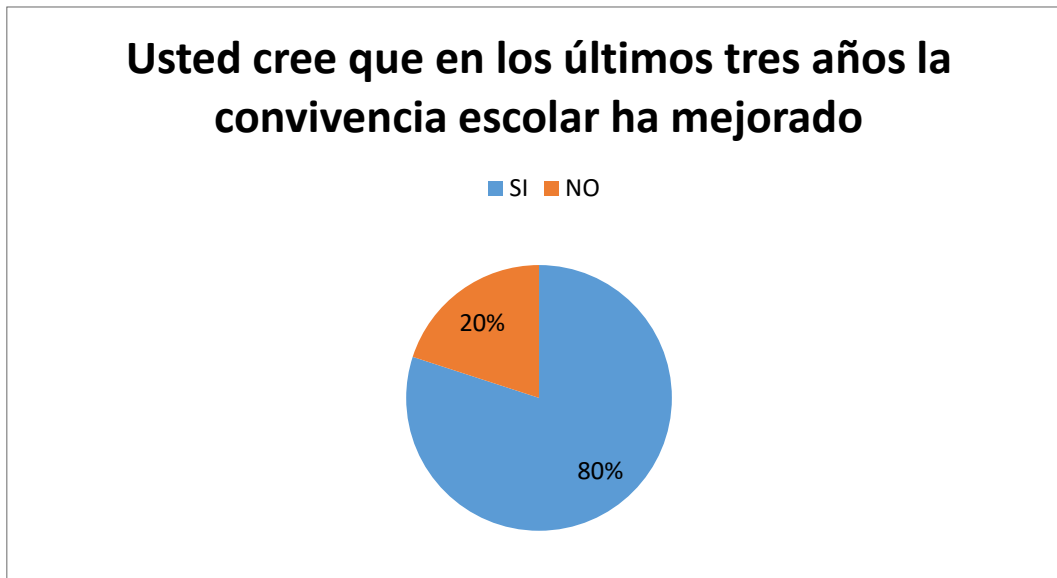
■ Si ■ No



Los docentes en un 80% perciben que tienen constante capacitación sobre este tema. Solo el 20% manifiesta no haber recibido capacitación.

5.- Usted cree que en los últimos tres años la convivencia escolar ha mejorado:

|    |   |
|----|---|
| SI | 4 |
| NO | 1 |



En los últimos tres años la convivencia escolar ha mejorado y esto evidencian el 80% de los encuestados.

### 3.2.5. Estrategias para los docentes.

Así como la familia se encarga primordialmente de desarrollar los componentes afectivos de la empatía, el colegio debe reforzar sus aspectos cognitivos, a saber, Toma de Perspectiva y Fantasía según el Índice de Reactividad Personal. De Davis (2009-2017) reporta que según los estudios de escáner cerebral de Ho et al. en 2014 , las personas que puntúan alto en empatía cognitiva tienden a experimentar menos reactividad al estrés cuando presencian angustia en los demás, y en realidad son mejores por sus respuestas activas y útiles.

Por otro lado, Shetgiri (2014) establece que las políticas escolares de tolerancia cero en sí mismas no son efectivas para reducir el acoso. Estos programas resultan en mayores tasas de suspensión y expulsión, pero no aumentan la consistencia de la disciplina escolar y empeoran el clima escolar. La suspensión de los estudiantes se asocia con una mayor probabilidad de futuras expulsiones y abandonos y un aumento en lugar de una disminución, de la mala conducta. Los estudiantes ven la suspensión y la expulsión como ineficaces. Los

estudios de los padres y las comunidades con respecto a la tolerancia cero no son concluyentes.

De esta forma, se confirma que una de las mejores maneras de abordar los comportamientos de intimidación es incorporar el aprendizaje social y emocional en el plan de disciplina escolar. Muchos acosadores se sienten autorizados a comportarse de la manera en que lo hacen y en consecuencia, hay que enseñarles a mirar las situaciones desde una perspectiva diferente y pedirles que hablen sobre cómo se sentirían en una situación similar. El desarrollo de la empatía contribuirá así a prevenir futuros incidentes de intimidación (Gordon, 2016). De nada sirve un sistema de enseñanza, que es competitivo y curricular, si no se educa en la consideración por los otros, en la empatía y en la idea de que las diferencias son consustanciales a la vida y, en cualquier caso, nos enriquecen como individuos y como comunidad (Toledano, 2017).

Un programa escolar de desarrollo de empatía tiene que basarse en estas premisas:

- \* La empatía no es un rasgo innato y fijo ni un talento con el que algunas personas nacen y del que otras carecen.
- \* La empatía requiere una mente abierta y un esfuerzo por aprender y entender las diferencias de las experiencias de otras personas.
- \* No se debe huir de situaciones que requieren ayuda; más bien hay que entrenar y controlar las reacciones personales para responder con simpatía
- \* Concientizar que la empatía es para todos los que nos rodean y no solo para unas pocas personas en el ámbito íntimo y familiar (Gordon, 2016).

Para reforzar los aspectos cognitivos de la empatía, los colegios deben centrarse en los siguientes tipos de acciones, sin descuidar, por supuesto, el continuo reforzamiento que las familias despliegan en los aspectos emocionales de la empatía:

#### *1. Reforzar la comprensión intelectual del sufrimiento ajeno*

- \* Desarrollar el componente cognitivo de la empatía porque la reacción primaria es siempre huir de una situación en la que otra persona sufre. Por lo tanto, tener empatía afectiva no es suficiente. Para ayudar mejor se necesita empatía cognitiva: la capacidad de tomar la perspectiva de otra persona e imaginar qué acciones pueden hacer que esa persona se sienta mejor. El proceso es más desapasionado y cerebral y menos estresante. También conduce a juicios más precisos (Dewar, 2009-2017).

\* Fomentar el contacto con personas de otras nacionalidades y culturas. Se ha comprobado que uno de los indicadores más fuertes del prejuicio racial o cultural es la falta de contacto con personas diferente.

\* Otras estrategias que permiten el desarrollo del aspecto cognitivo de la empatía tienen que ver con la potenciación de la comprensión al comentar sobre la situación de las personas que actualmente sufren los efectos del terrorismo, el desplazamiento, la esclavitud o el tráfico de personas. También se debe tener en cuenta en el entrenamiento cognitivo de la empatía el de la compasión, en su componente relacionado a la sensibilidad. El objetivo, aparte del conocimiento de las emociones, es desarrollar en los alumnos el sentido de la gratitud.

\* Los educadores de la primera infancia pueden enseñar a los niños pequeños a abstenerse de la intimidación ayudándolos a aprender y practicar la empatía en conexión directa con situaciones de intimidación. Pueden ayudar a los niños pequeños a entender cómo se sentirían los compañeros que son intimidados y cómo se sentirían ellos mismos si los acosaran. Se puede preparar a los niños para convertirse en espectadores útiles ayudándolos a reconocer por qué un niño que es víctima de acoso se siente herido y cómo pueden ayudar a que ese niño se sienta mejor (Empathy Activities, s.f.). Algunas de las actividades sugeridas que dan buen resultado con niños pequeños son: señalar las diferencias en el físico y en las aptitudes de cada uno y celebrarlas como algo positivo; enseñar una y otra vez como ayudar a un compañero que ha sido acosado; enfatizar los actos de bondad y hacer de ellos un hábito, y reforzar el no hacer a otros lo que no quieren que les hagan a ellos.

## *2. Fomentar la expansión de la imaginación a través de la lectura*

Leer libros que se presten para discutir temas relacionados con empatía y que desarrollen la imaginación desde tempranas edades. La imaginación es, con su potencial transformador y revelador, el poder que nos permite empatizar con los seres humanos cuyas experiencias nunca hemos vivido. Un estudio reportado por Dewar (2009-2017) conducido por Dunn et al. en 2000 indica que los mejores resultados a través de las lecturas se obtuvieron cuando los alumnos conversaron sobre el contenido emocional de las historias, bastante mejor que aquellos que solo dibujaron escenas de las mismas. Dicho efecto positivo se mantuvo estable hasta por seis meses. Dewar postula que esto se debe a que cuando se discuten estos asuntos, los niños pueden aprender

mucho sobre cómo funcionan interiormente las otras personas. Un valioso recurso es el sitio web [empathylibrary.com](http://empathylibrary.com) donde se encuentran listados de libros, artículos y recursos audiovisuales destinados a fomentar el desarrollo de la empatía.

Es aconsejable que las historias se enfoquen desde la perspectiva de personajes similares a los alumnos, así como solicitar a los estudiantes que compartan su literatura favorita, ya sea que se alinee con el plan de estudios actual, o no. Con esto el maestro se puede mantener al día sobre los pensamientos, perspectivas y preocupaciones que influyen en los estudiantes. Hay que seleccionar literatura de diversas temáticas y orígenes.

Los beneficios de la lectura de ficción son cruciales en el desarrollo de la empatía. Al empatizar con otras personas, nos conectamos con algo más grande que nosotros mismos. En el siglo XXI la ficción fomenta la simulación de la vida emocional de otro y nos impulsa a profundizar e hipotetizar sobre los sentimientos de los protagonistas. En un estudio conducido por Oatley et al. (2008), se demostró que los lectores de ficción son más aptos para empatizar y entender situaciones sociales que aquellos cuya lectura es únicamente no ficción.

### *3. Implementar programas de primeros auxilios y de normas a observar en emergencias*

- \* Entrenar a los alumnos a la práctica de auxilio en caso de percances, accidentes o desastres naturales. De acuerdo con la edad, deben asimilar normas de acompañamiento y conocer a fondo lo que *no* es útil en situaciones de emergencia: gritar, perder el control, hacer chistes o demostrar nerviosismo.
- \* Impulsar programas humanitarios como estrategia de respuesta para superar el malestar personal en las situaciones de desconsuelo y para reforzar la resiliencia. Antes que sentirse abrumados por el sufrimiento de los otros, los jóvenes empáticos debidamente entrenados pueden ofrecer ayuda a la par que obtengan paz y satisfacción por reducir el sufrimiento ajeno.
- \* Perfeccionar la dramatización como instrumento de enriquecimiento empático

## CONCLUSIONES

El problema generalizado del acoso escolar ha recibido atención constante en la última década, y se lo ha tratado con procedimientos multidimensionales que abarcan al acosador como al acosado. Los resultados han sido mixtos, aunque se percibe que este enfoque unitario sí ha dado resultados en la disminución del acoso, pero no en su desaparición.

Por otro lado, el desarrollo de los medios cibernéticos ha ocasionado el auge del ciberacoso, insidioso por ser más escurridizo, más ubicuo y menos detectable que el acoso presencial. Las únicas medidas destinadas a controlarlo tienen que ver con su origen, es decir, con las carencias emocionales que ocasionan que el acosador aproveche el anonimato y difusión de las redes sociales e internet para difamar y humillar.

La empatía tiene varios componentes cognoscitivos y emocionales. En la muestra examinada en este trabajo se nota desarrollo más sólido de la *Toma de Perspectiva* (facilidad para entender intelectualmente el sufrimiento de los demás porque se lo conoce o se lo recuerda), y la *Preocupación Empática* (disposición a sentir compasión o conmiseración frente a la aflicción de los demás). Los jóvenes evidenciaron falta de empatía hacia personajes de ficción, lo cual puede deberse únicamente al hecho de que no saben leer a profundidad o que no se les ha entrenado lo suficiente para captar el significado profundo de las películas. Sin embargo, la escala de menor desarrollo en general es la de *Malestar Personal*, o sea que los jóvenes tienen pocos recursos para reaccionar con proactividad y efectividad en situaciones de emergencia. Este rubro, sin embargo, se puede entrenar cuando los estudiantes comprenden la forma en que obra una persona en shock.

El cuestionario de Davis evidenció con mucho detalle las fortalezas y debilidades en el desarrollo de la empatía del grupo muestra. Con estos resultados, y observando las preguntas que tienen respuestas más bajas se puede diseñar un plan de acción a nivel del DECE y dirigentes. Las escalas cognitivas tuvieron los resultados más altos tanto en hombres como en mujeres: Toma de Perspectiva 3.5 y Preocupación Empática 3.8, mientras que en las emocionales hubo puntajes más bajos: Malestar Personal 2.6 y Fantasía 3.2.

La empatía es un concepto complejo y una habilidad difícil. Es hora de que los educadores reconozcan la fuerza que se necesita para crear, equilibrar y sostener una mentalidad empática en una cultura que no siempre la valora. Un adolescente cuya empatía se refuerza y fomenta a diario tiene claro lo que significa el dolor ajeno. Si su empatía le permite ponerse

en el lugar de otro y vivir en carne propia lo que el otro está experimentando, disminuirá o eliminará su deseo de agredir porque conoce lo que el otro está padeciendo. De esta manera se consigue hacer una labor preventiva y efectiva en contra del acoso escolar, sobre todo, del ciberacoso, por naturaleza esquivo y difícil de controlar.

Es más difícil juzgar con dureza y denigrar a un compañero junto a quien se ha pasado mucho tiempo. Si se logra que el acosador se ponga en los zapatos del otro, se conseguirá que viva el sufrimiento de la víctima como si fuera propio. La empatía es una condición de la inteligencia emocional de los humanos que se puede y debe desarrollar continuamente. Hay muchos programas e indicaciones que optimizan esta noble inclinación en quienes la tienen desarrollada, y potencian el alcance de la misma en aquellos que no tienen sino rudimentos de conductas prosociales.

La empatía tiene componentes emocionales y cognitivos. Un programa de prevención debe desarrollar ambos cauces, siendo la familia la que debe privilegiar la primera vertiente, y la escuela, el segundo. Cuando procedemos con empatía, los niños aprenden a escuchar sus propias emociones. Cuando les ayudamos a nombrar sus sentimientos, a aprender a disminuir sus frustraciones cuando no pueden expresarse, a informarnos mejor sobre posibles motivos de preocupación, y a enseñarnos cómo les podemos ofrecer más y mejor apoyo. Pero si no escuchamos con empatía o si menospreciamos sus emociones, los niños reprimirán sus sentimientos y posiblemente pierdan parte de la protección que brindan las emociones.

La empatía en la educación a menudo se considera una "habilidad blanda". A veces identificamos a la empatía con el mimo, la debilidad, o incluso la etiquetamos como un rasgo específico de género. No es ninguna de estas cosas. No nacemos con eso, ni estamos predispuestos a ello, ni somos incapaces de hacerlo. La empatía no ocurre porque hacemos algunos rompehielos al comienzo del año escolar.

Los docentes dentro de la Institución consideran que el bullying se ha mantenido o ha disminuido. Este resultado es muy alentador ya que este tema no ha aumentado. También evidencian que la convivencia escolar en la Unidad educativa ha mejorado.

## RECOMENDACIONES

Desarrollar empatía no es complicado en el medio escolar. Se debe contar, eso sí, con la colaboración familiar para trabajar tanto sus componentes emocionales como cognitivos en armonía.

Toda inversión hecha en desarrollar niños y adolescentes empáticos es rendidora y pródiga. Las actividades son sencillas, pero requieren el compromiso del cuerpo docente. Una población estudiantil empática no solo eliminará el acoso escolar por convencimiento interno, sino que dispondrá de las mejores herramientas para triunfar en la sociedad del siglo XXI.

En definitiva, se recomienda a los establecimientos educativos:

- \* Proveer múltiples oportunidades de desplegar la generosidad y la entrega.
- \* Desarrollar un plan de lectura bien concebido para reflexionar sobre situaciones de comprensión del comportamiento humano y para fomentar la imaginación.
- \* Fomentar actitudes de liderazgo reforzando conductas positivas de respeto, tolerancia y conductas prosociales.
- \* Desarrollar conciencia social sobre la condición humana.
- \* Entrenar para situaciones de emergencia.
- \* Estimular y valorar las conductas modelo de empatía entre los estudiantes.
- \* Impulsar actividades de voluntariado.
- \* Utilizar las redes sociales como vehículo de apoyo y de comunicación.
- \* Emplear las tácticas útiles de programas contra el acoso escolar que han sido exitosos en el mundo, tales como KIVa(Finlandia) y Roots of Empathy (Canadá).

## BIBLIOGRAFÍA

- Ashoka. (2015). Una caja de herramientas para promover la empatía en los colegios. Obtenido de [http://startempathy.org/wpcontent/uploads/2015/10/Empathy\\_ToolkitBook\\_spanish\\_PRINT-compressed.pdf](http://startempathy.org/wpcontent/uploads/2015/10/Empathy_ToolkitBook_spanish_PRINT-compressed.pdf)
- Baquero Pérez, A.M. (23 de julio 2015). Estrategias didácticas y actividades para la Educación emocional en el aula. Obtenido de <http://www.magisterio.com.co/articulo/estrategias-didacticas-y-actividades-para-la-educacion-emocional-en-el-aula>
- Céspedes, A. (2012). *Educación las emociones – Educación la vida*. Barcelona, Vergara.
- Coles, R. (1998). *La inteligencia moral – Cómo criar niños con valores morales*. Barcelona: Grupo Editorial Norma.
- Coloroso, B. (2008). *The Bully, the Bullied, and the Bystander*. New York: Harper.
- Crowley, B. & Saide, B. (2016). Building Empathy in Classrooms and Schools. Retrieved from <https://www.edweek.org/tm/articles/2016/01/20/building-empathy-in-classrooms-and-schools.html>
- Davis, CM. (1990). What is empathy, and can empathy be taught? Retrieved from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/2236214>
- Davis, S. y Davis, J. (2008), *Crece sin miedo – Estrategias positivas para controlar el acoso escolar o bullying*. Bogotá: Grupo Editorial Norma.
- Delgado, A. (17 de abril 2017). El “bullying” aumenta un 240% en los últimos dos años. Obtenido de [https://www.elespanol.com/espana/sociedad/20170427/211728988\\_0.html](https://www.elespanol.com/espana/sociedad/20170427/211728988_0.html)
- Dewar, G. (2009-2017). Empathy in Children and Teens: A guide for the Science-Minded. Retrieved from <https://www.parentingscience.com/empathy-in-children-and-teens.html>
- Dewar, G. (2010-2014). Playing the Hero: Does it Rub Off? Retrieved from

<https://www.parentingscience.com/effects-of-video-games-on-altruism.html>

Empathy Activities.(s.f.)Education Development Center. Retrieved from  
<http://preventingbullying.promoteprevent.org/8-empathy-activities>

Foster, S. & Ratliff, K. (2015, November 4). Creating a Culture of Empathy to Combat Cyberbullying. Retrieved from <https://onlinelearningtips.com/2015/11/creating-a-culture-of-empathy-to-combat-cyberbullying/>

Frías-Navarro, D. (2009). *Davis' Interpersonal Reactivity Index (IRI)*. Unpublished Manuscript. Universidad de Valencia. Spain. Retrieved from (<http://www.uv.es/~friasnav/unidinves.html>)

Garbarino, J. & deLara, E. (2002). *And Words Can Hurt Forever – How to Protect Adolescents from Bullying, Harassment, and Emotional Violence*. New York: Free Press.

García, C. (18 de enero 2017). Dos de cada diez alumnos sufre acoso escolar en el mundo. *El País*. Obtenido de [https://elpais.com/elpais/2017/01/17/mamas\\_papas/1484647388\\_475258.html](https://elpais.com/elpais/2017/01/17/mamas_papas/1484647388_475258.html)

Ginsburg, K. (2011). *Building Resilience in Children and Teens*. Elk Grove Village: American Academy of Pediatrics.

Goleman, D. (1996). *La inteligencia emocional*. Buenos Aires: Javier Vergara Editor.

Gordon, S. (November 15, 2016). 7 Skills Bullies Need in Order to Change. Retrieved from <https://www.verywell.com/skills-bullies-need-in-order-to-change-460529>

Incidencia/Prevalencia del cyberbullying (s.f.). Obtenido de <http://www.ciberbullying.com/cyberbullying/incidencia-del-ciberbullying/>

Kiva International (s.f.). Obtenido de <http://www.kivaprogram.net/is-kiva-effective>

- Konnikova, M. (October 21, 2015). How the Internet has changed bullying. Retrieved from <https://www.newyorker.com/science/maria-konikova/how-the-internet-has-changed-bullying>
- Lickona, T. (1991). *Educating for Character – How Our Schools Can Teach Respect and Responsibility*. New York: Bantam Books.
- Mestre Escrivá, V.; Frías Navarro, M. D. y Samper García, P. La medida de la empatía: análisis del Interpersonal Reactivity Index. *Psicothema* 2004. Vol. 16, nº 2, pp. 255-260. Obtenido de [www.psicothema.com](http://www.psicothema.com)
- Mijancos, M. (2008). *Inteligencia emocional y felicidad*. Madrid: Ediciones Palabra.
- Mischel, W. (2016). *The Marshmallow Test - Why Self-Control is the Engine of Success*. New York: Little, Brown and Company.
- Oatley, K. (December 1, 2008). Changing Our Minds. Retrieved from [https://greatergood.berkeley.edu/article/item/chaning\\_our\\_minds](https://greatergood.berkeley.edu/article/item/chaning_our_minds)
- Oller Fernández, J. (2015). *Análisis de programas contra el acoso escolar con éxito en los centros educativos*. (Trabajo final del Grado de Sociología). Universitat de Barcelona. Obtenido de <http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/66725/1/TFG-SOC-Oller-Jaume-juliol15.pdf>
- Pfetsch, JS. (2017, January-February) Empathic Skills and Cyberbullying: Relationship of Different Measures of Empathy to Cyberbullying in Comparison to Offline Bullying Among Young Adults. Retrieved from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28121287>
- Pink, D. (2006). *A Whole New Mind*. New York: Riverhead Books.
- Por una educación más empática. (16 de agosto 2015). Obtenido de <https://ined21.com/por-una-educacion-mas-empatica/>
- ¿Qué es el bullying o acoso escolar? Universia España. Obtenido de <http://www.universia.es/bullying-acoso-escolar/bullying/at/1121975>

- Rafael Llanos, L. y Vélez Córdova, L. (2016). *Acoso escolar en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa nacional de Chiclayo, 2016*. (Tesis para obtener el título de Licenciada en Enfermería). Universidad de Chiclayo. Obtenido de <http://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/uss/130/1/TESIS%20PDF.pdf>
- Reynolds, E. (2015). Why teach empathy? Retrieved from <https://www.britishcouncil.org/voices-magazine/why-teach-empathy>
- Shetgiri, R. (2014, July 12) Bullying and Victimization Among Children. Retrieved from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3766526/>
- Significado de Ciberbullying. Significados. Obtenido de <https://www.significados.com/ciberbullying/>
- Steffgen G, König A, Pfetsch J, Melzer A. (2011, November) Are cyberbullies less empathic? Adolescents' cyberbullying behavior and empathic responsiveness. Retrieved from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21554126>
- Steiner, C. (1997). *La educación emocional*. Buenos Aires: Javier Vergara Editor.
- Tapscott, D. (2009). *Growing Up Digital*. New York: McGraw Hill.
- Thomas, B. (November 6, 2012). What's So Special About Mirror Neurons? *Scientific American*. Retrieved from <https://blogs.scientificamerican.com/guest-blog/whats-so-special-about-mirror-neurons/>
- Toledano, R. (15 de enero 2017). Cómo es una sociedad en la que aumenta el bullying. Obtenido de [http://www.eldiario.es/zonacritica/sociedad-aumenta-bullying\\_6\\_601999813.html](http://www.eldiario.es/zonacritica/sociedad-aumenta-bullying_6_601999813.html)
- Valle, Trixia. (2015). *Ya no quiero ir a la escuela ni entrar a mis redes – Cómo combatir el bullying o acoso escolar*. México: Trabajos Manuales Escolares, S.A. de C.V.
- Weis, R. (2007). *Programa de formación ética: desarrollo de una cultura del cuidado*. Buenos Aires: Ediciones Novedades Educativas

**ANEXOS**

**Anexo 1**

**ÍNDICE DE REACTIVIDAD PERSONAL**

Edad: \_\_\_\_\_

Sexo: Masculino

Femenino

Fecha: \_\_\_\_\_

Las siguientes frases se refieren a tus pensamientos y sentimientos en una variedad de situaciones. Elige una respuesta para cada frase marcando el casillero con una X. **Lee cada frase cuidadosamente antes de responder.** Contesta honestamente. GRACIAS

|   |  | No me describe bien | Me describe un poco | Me describe bastante bien | Me describe bien | Me describe muy bien |
|---|--|---------------------|---------------------|---------------------------|------------------|----------------------|
| 1 | Sueño y fantaseo, bastante a menudo, acerca de las cosas que me podrían suceder              |                     |                     |                           |                  |                      |
| 2 | A menudo tengo sentimientos tiernos y de preocupación hacia la gente menos afortunada que yo |                     |                     |                           |                  |                      |
| 3 | Con frecuencia encuentro difícil ver las cosas desde el punto de vista de otra persona       |                     |                     |                           |                  |                      |
| 4 | A veces no me siento muy apenado por otras personas cuando tienen problemas                  |                     |                     |                           |                  |                      |
| 5 | Me identifico mucho con los sentimientos de los personajes de una novela                     |                     |                     |                           |                  |                      |
| 6 | Me siento ansioso e incómodo en situaciones de emergencia                                    |                     |                     |                           |                  |                      |

|    |   |  |  |  |  |  |
|----|---|--|--|--|--|--|
| 7  | Normalmente soy objetivo y no me involucro totalmente cuando veo una película u obra de teatro                |  |  |  |  |  |
| 8  | Intento tener en cuenta cada una de las partes (opiniones) en un conflicto antes de tomar una decisión        |  |  |  |  |  |
| 9  | Cuando veo que alguien se aprovecha de otro tiendo a proteger al débil  |  |  |  |  |  |
| 10 | Normalmente me siendo desbordado cuando estoy en medio de una situación muy emotiva                           |  |  |  |  |  |
| 11 | A menudo intento comprender mejor a mis amigos imaginándome cómo ven ellos las cosas (poniéndome en su lugar) |  |  |  |  |  |
| 12 | Raras veces me involucro completamente en un buen libro o película  |  |  |  |  |  |
| 13 | Cuando veo a alguien herido tiendo a permanecer en calma  |  |  |  |  |  |
| 14 | Las desgracias de otros normalmente no me afectan mucho   |  |  |  |  |  |

|    |   | <b>No me describe bien</b> | <b>Me describe un poco</b> | <b>Me describe bastante bien</b> | <b>Me describe bien</b> | <b>Me describe muy bien</b> |
|----|---|----------------------------|----------------------------|----------------------------------|-------------------------|-----------------------------|
| 15 | Si estoy seguro que tengo la razón en algo, no pierdo tiempo escuchando los argumentos de los demás |                            |                            |                                  |                         |                             |
| 16 | Después de ver una obra de teatro o cine me he sentido como si fuera uno de los personajes          |                            |                            |                                  |                         |                             |
| 17 | Me asusto cuando estoy en una situación emocionalmente tensa  |                            |                            |                                  |                         |                             |
| 18 | Cuando veo a alguien que está siendo tratado injustamente, a veces no siento mucha compasión por él |                            |                            |                                  |                         |                             |
| 19 | Normalmente soy bastante eficaz al ocuparme de emergencias  |                            |                            |                                  |                         |                             |
| 20 | Casi siempre me afecto emocionalmente por cosas que veo que ocurren                                 |                            |                            |                                  |                         |                             |
| 21 | Pienso que hay dos puntos de vista en cada cuestión e intento tener en cuenta ambas partes          |                            |                            |                                  |                         |                             |
| 22 | Me describiría como una persona bastante sensible   |                            |                            |                                  |                         |                             |
| 23 | Cuando veo una buena película puedo muy   |                            |                            |                                  |                         |                             |

|    |  |  |  |  |  |  |
|----|--|--|--|--|--|--|
|    | fácilmente situarme en el lugar del protagonista   |  |  |  |  |  |
| 24 | Tiendo a perder el control durante las emergencias   |  |  |  |  |  |
| 25 | Cuando estoy disgustado con alguien normalmente intento ponerme en su lugar por un momento   |  |  |  |  |  |
| 26 | Cuando estoy leyendo una historia interesante o una novela imagino cómo me sentiría si los acontecimientos de la historia me sucedieran a mí |  |  |  |  |  |
| 27 | Cuando veo a alguien que necesita urgentemente ayuda en una emergencia me derrumbo   |  |  |  |  |  |
| 28 | Antes de criticar a alguien intento imaginar cómo me sentiría si estuviera en su lugar   |  |  |  |  |  |

## Anexo2

### Encuesta a docentes de Décimo de Básica

#### ENCUESTA A DOCENTES DE DÉCIMO

EDAD: \_\_\_\_\_

SEXO: \_\_\_\_\_

1.- Con qué frecuencia ha evidenciado actos de bullying dentro del aula?

Siempre \_\_\_\_\_

Casi siempre \_\_\_\_\_

Ocasionalmente \_\_\_\_\_

Nunca \_\_\_\_\_

2.- Usted cree que el bullying:

Aumenta \_\_\_\_\_

Se mantiene \_\_\_\_\_

Disminuye \_\_\_\_\_

Desaparece \_\_\_\_\_

3.- Que tipo de bullying es el más común

Físico \_\_\_\_\_

Psicológico \_\_\_\_\_

Verbal \_\_\_\_\_

Ciberbullying \_\_\_\_\_

4.- Ha recibido por parte de la Institución capacitación acerca de como proceder en casos de bullying.

SI \_\_\_\_\_

NO \_\_\_\_\_

5.- Usted cree que en los últimos tres años la convivencia escolar ha mejorado:

SI \_\_\_\_\_

NO \_\_\_\_\_

### **Anexo 3**

Quito, 20 de Noviembre de 2017

Señora  
VIRGINIA BOHORQUEZ  
Vicerrectora Liceo Internacional  
Presente.-

De mis consideraciones:

Por medio de la presente, solicito a usted la autorización para aplicar una encuesta a todos los alumnos de Décimo Año de Educación General Básica y otra a los docentes que dictan clase en este mismo año, mismas que requiero para completar mi trabajo de titulación de la Maestría en Orientación y Bienestar Familiar que me encuentro cursando en la UTPL.

Agradeciendo de antemano su respuesta favorable, me despido.

Atentamente,

Ana Cristina Dahik Alarcón