

[2022]



IBERO

De:
Planeta Formación y Universidades

Empatía, gratitud y prosocialidad en adolescentes durante el aislamiento social preventivo a causa del Covid 19: un estudio transcultural entre Colombia, México y España

Mariana Inés Tezón

Laureano David Angarita

Psicología Virtual

Facultad de Ciencias Humanas y

Sociales

Corporación Universitaria



Título

Empatía, gratitud y prosocialidad en adolescentes durante el aislamiento social preventivo a causa del Covid 19: un estudio transcultural entre Colombia, México y España

Title

Empathy, gratitude and prosociality in adolescents during preventive social isolation due to Covid 19: a cross-cultural study between Colombia, Mexico and Spain

Nombre Autor/es

Mariana Inés Tezón
Laureano David Angarita

Nombre Coautores

1.Universidad Internacional de Valencia (VIU)

2.Desirée Sánchez Chiva, DNI 73393542J

1.Universidad Internacional de Valencia (VIU)

2.Begoña Iranzo Ejarque

1.Universidad Internacional de Valencia (VIU)

Sandra Gómez Martínez

1.Universidad Internacional de Valencia (VIU)

2.Marta Corral Martínez

1.Universidad de Baja California

2.Enrique Berra Ruiz

Nombre (Asistentes)

Melissa Julieth López Sánchez

Carlos Andres Torres Jimenez

Jennifer Alexandra Sandoval Velosa

Gloria Stella Ordoñez Torres

Geinny Maurenth Martinez Alvarez

Angie Valeria Maya Torres

Laura Daniela Suarez Bastidas

Luisa Dayanna Salcedo Reyes

12 de diciembre de 2022

Agradecimientos

A la Universidad internacional de Valencia y la Universidad Autónoma de Baja California
por la experiencia de este año.

A tos los jóvenes que han participado en el proceso

Gracias a dios

Resumen

La investigación contemporánea en torno a emociones positivas ha procurado dar respuesta a varios retos teóricos y metodológicos. Así, por una parte, se ha venido ampliando a diferentes escenarios sociales, por lo cual se vuelve fundamental la caracterización y evaluación transcultural de emociones positivas, ya que podría dar indicios tanto de características específicas del desarrollo como de modalidades para intervenir en el mismo (Liu, Qiao, Dong & Raine, 2018; Oros, 2014; Fredrickson, 2013). En este grupo de intereses la pregunta por el papel del contexto social y cultural resulta de interés. Algunas de estas investigaciones se han interesado también por el papel de estas emociones en contextos adversos o poco predecibles. Por otra parte, se ha interesado en el desarrollo de diversas estrategias de abordaje, con marcado interés en la medición de dimensiones, asociadas a las emociones positivas, y a la identificación de su relación con otros constructos como por ejemplo el bienestar. En línea con estos intereses, se adelantan investigaciones orientadas a la validación y uso de escalas en contextos particulares (son ejemplos de este tipo de interés las investigaciones adelantadas por Decety y Moriguchi, 2007; Decety y Meyer, 2008; Richaud, Lemos, Mesurado y Oros, 2017). Un siguiente aspecto tiene que ver con el reconocimiento del rol específico de las emociones positivas a lo largo de las diversas etapas del ciclo vital. Dentro de este aspecto, la aproximación a la comprensión del rol de estas emociones en la infancia y la adolescencia ha tomado relevancia, debido a la potencialidad para el desarrollo de procesos de acompañamiento e intervención.

Palabras Clave: empatía, gratitud, prosocialidad, estudio transcultural

Abstract

Contemporary research on positive emotions has attempted to respond to various theoretical and methodological challenges. Thus, on the one hand, it has been extended to different social

scenarios, for which the cross-cultural characterization and evaluation of positive emotions becomes fundamental, since it could give indications of both specific characteristics of development and modalities to intervene in it (Liu, Qiao, Dong & Raine, 2018; Golds, 2014; Fredrickson, 2013). In this group of interests, the question about the role of the social and cultural context is of interest. Some of this research has also been interested in the role of these emotions in adverse or unpredictable contexts. On the other hand, he has been interested in the development of various approach strategies, with a marked interest in the measurement of dimensions associated with positive emotions, and the identification of their relationship with other constructs such as well-being. In line with these interests, research is being carried out aimed at the validation and use of scales in particular contexts (examples of this type of interest are the research carried out by Decety and Moriguchi, 2007; Decety and Meyer, 2008; Richaud, Lemos, Mesurado and Golds, 2017). A next aspect has to do with the recognition of the specific role of positive emotions throughout the various stages of the life cycle. Within this aspect, the approach to understanding the role of these emotions in childhood and adolescence has become relevant, due to the potential for the development of support and intervention processes.

Key Words: empathy, gratitude, prosociality, cross-cultural study

Tabla de Contenido

(Incluir números de página inicial)

Introducción	11
Capítulo 1 - Fundamentación conceptual y teórica	12
Capítulo 2 - Aplicación y Desarrollo	16
2.1 Tipo y Diseño de Investigación	16
2.2 Población o entidades participantes	17
2.3 Definición de Variables o Categorías	17
2.4 Procedimiento e Instrumentos	18
2.5 Consideraciones Éticas	21
2.6 Alcances y limitaciones	22
Capítulo 3 - Resultados	23
Capítulo 4 - Conclusiones	24
4.1 Cumplimiento de objetivos del proyecto	24
4.2 Aportes a líneas de investigación de grupo y a los ODS	25
4.3 Producción asociada al proyecto	26
4.4 Líneas de trabajo futuras	27
Referencias	28
Anexos	36

Índice de Tablas

Tabla N°1. Producción asociada al proyecto.....	26
---	----

Índice de Anexos

N°1. <i>Escala de Conducta Prosocial</i>	36
N°2. <i>Escala de Prosocialidad</i>	38
N°3. <i>Evaluación multidimensional de la empatía</i>	40
N°4. <i>The Interpersonal Reactivity Index (IRI)</i>	42
N°5. <i>Escala de gratitud</i>	44

Introducción

La pandemia vivida por la situación del COVID 19 ha traído cambios globales y locales en las diferentes poblaciones a nivel mundial. En países como Colombia, España y México existen evidencias de la repercusión de este fenómeno en los proyectos de vida de los jóvenes y adolescentes. Dentro de las diferentes alternativas en termino de estudios para la prevención de conductas y/o tendencias antisociales y depresivas en los jóvenes, se estableció como prioridad revisar variables de emociones y conductas positivas con el de apuntar al bienestar social de las comunidades y poblaciones en riesgo. Ahora bien, dentro de las diferentes políticas nacionales e internacionales en el caso de Colombia desde 2012 con el CONPES Social 147 se priorizan necesidades y programas que apuntan a: “prevenir problemas específicos de los jóvenes, generalmente una conducta problemática aislada, sin prestar atención al contexto social y con intervenciones que tratan de cambiar la conducta una vez que ésta se encuentra arraigada” (p.7)

De esta manera, se comienzan a enfatizar los estudios de la psicología Positiva como recursos transculturales que aportan al bienestar social de jóvenes y adolescentes en situaciones de riesgo social. Esto se debe a que, tal como se mencionó en los estudios de los antecedentes, las variables positivas tienen incidencia en las dimensiones socioculturales, lo cual vuelve interesante para comparar diferentes poblaciones de habla hispana con características significativamente diversas. Esto, puede relacionarse con una necesidad sentida en función de la población joven latinoamericana en comparación con la población europea, referida a la potencialización de las propias capacidades y el reconocimiento como sujetos activos de sus proyectos de vida y en la transformación de sus contextos sociales. Dicha transformación, tiene la necesidad de ser evaluada en torno a que dentro de Latinoamérica (Colombia-México) y de Europa (España), los países seleccionados para el presente estudio son alguno de los cuales presentan una mayor evidencia de aislamiento obligatorio por más cantidad de meses. (El tiempo, 24 de agosto de 2020)¹

Con base a esto, se hace necesario ahondar en investigaciones sobre psicología positivas que ubiquen una comprensión y evaluación de las emociones positivas en diferentes contextos para poder, así, pensar nuevas estrategias de fortalecimiento de las conductas prosociales, no solo hacia los familiares y amigos, sino también hacia las personas ajenas de la cotidianidad de los jóvenes (Batson, 2009; López, Arán, & Richaud de Minzi, 2014; Merino & Grimaldo, 2015; Moñivas Lázaro, 1996; Moya-Albiol, Herrero, & Bernal, 2010; Nolasco, 2012; Ruvalcaba-Romero, Orozco-Solís, Gallegos-Guajardo, & Nava-Fuerte, 2018; Rey, 2003)

¹ Información verificada en: https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019?gclid=Cj0KCQjA-rj9BRCAARIsANB_4ABqa-DyAPMy_95rXTcJXbZ-F8LCac0Cdy9aYnkUa1H3SX9Lt7ocNoaAkwrEALw_wcB

Es decir, dado los efectos potenciales luego del aislamiento por pandemia, sobre el desarrollo de las actividades sociales y académicas diarias, se hace necesario acopiar más información en torno a los elementos, relaciones, y estrategias que pudieran contrarrestar algunas de las consecuencias negativas evidenciadas en poblaciones jóvenes. (Arango-Tobón, Pinilla Monsalve, Olivera-La Rosa, Orejarena Serrano, & Carmona Cardona, 2020; Lasota, Tomaszek, & Bosacki, 2020; Liu, Qiao, Dong, & Raine, 2018; Tur-Porcar, Doménech, & Mestre, 2018).

Siguiendo esta línea, se continua con una vía de desarrollo investigativo con enfoque tipo Mixto que puedan dar cuenta de las relaciones que se establecen entre las conductas y emociones positivas en los tres países mencionados. Se cree que estas relaciones pueden demostrar parámetros de cómo se están relacionando los jóvenes en la realidad de la postpandemia, teniendo en cuenta recursos salubéricos y positivos para afrontar de manera sus proyectos de vida en esta nueva realidad. Por tanto, y para atender algunas de las aristas del problema anteriormente formulado, se plantea dicha propuesta investigativa, cuya pregunta orientadora se propone así: ¿Cómo se establece la relación entre emociones positivas respecto a la prosocialidad mediante un estudio transcultural en jóvenes colombianos, españoles y mexicanos en postpandemia?

Capítulo 1 – Fundamentación conceptual y teórica

Marco Teórico

Empatía

La *empatía* puede entenderse como el comportamiento de sintonizarse espontánea y naturalmente con los pensamientos de otros. Implica una reacción frente a sus emociones, frente a su expresión emocional, “ponerse en la piel del otro”, a través de una interacción caracterizada por muestras de interés, preocupación, y sentimientos del otro (Nolasco, 2012). Términos vinculados son *emfühlung*, que se traduce como *empathy*, y el griego *empathia*, “estar dentro” o identificarse con los sentimientos de otro. Es un acto de conocimiento distinto a memoria, imaginación, percepción externa; y un proceso que se manifiesta en al menos tres momentos: percepción de una situación, la vivencia implícita de alguien más, una interiorización de esa vivencia, y la percepción de la vivencia externa como propia.

La empatía como disposición, dentro de la perspectiva situacional, es una emoción vicaria congruente con un estado emocional externo. Incluye sentimientos, interés y compasión hacia otro, y la conciencia acerca de su sufrimiento. Es un tipo de emoción frente a estímulos situacionales

concretos (Fernández-Pinto, López-Pérez, y Márquez, 2008). Es una capacidad clave para la interacción social adaptativa, que posee dos componentes básicos: uno cognitivo, en forma de capacidad para abstraer estados de otros, y otro emocional, como forma de reacción ante su estado emocional. Involucra la activación de circuitos neuronales frente a reacciones somatosensoriales y dolorosas de otros, en particular frente a agresión y violencia. Implica la capacidad para comprender el estado y perspectiva del otro, una información verbal accesible desde la memoria, y una reacción afectiva de compartir el estado emocional externo, tal como tristeza, malestar o ansiedad (Castro, 2010).

La empatía puede asumir diferentes grados o niveles: a) *capacidad de identificar e interpretar* emociones ajenas, b) *habilidad de percibir y responder* a preocupaciones o sentimientos, c) *comprensión de los problemas* subyacentes a sentimientos. Se expresa en formas de identificar emociones, percibir sentimientos e interesarse por las preocupaciones de otros (Nolasco, 2012). La *empatía emocional*, forma de reacción involuntaria, se vincula con la *disposicional o situacional*, respuesta ante situaciones contingentes, y predisposición para actuar según las situaciones, aunque esta última es más susceptible de aprendizaje, en virtud de componentes afectivo-emocionales, y cognitivos. Desde un modelo integrador, implica distintos componentes que incluyen dimensiones cognitivas y emocionales, procesos de construcción y reconocimiento de la experiencia, y aprendizajes (Muñoz, y Chaves, 2013).

La *empatía afectiva*, resulta de la modulación de la conducta social, mediante la habilidad de interactuar frente a las experiencias afectivas externas, se expresa en comportamiento vinculado con compartir sentimientos y emociones similares a otros. La *empatía cognitiva*, capacidad de entender estados percibidos por otros, capacidad de adoptar su perspectiva, comprender sus pensamientos y sentimientos; la *preocupación empática*, motivación que fomenta la acción de ayuda a partir de información que promueve autorregulación, y conducta social, frente a la experiencia compartida con los demás (Brotfeld, & Berger, 2020). Hoy día la empatía es una construcción multidimensional, con elementos cognitivos, afectivos y conductuales. No es una simple disposición o habilidad, es una construcción socioemocional (Lasota, Tomaszek, & Bosacki, 2020).

Gratitud

Se entiende básicamente como actitud, virtud moral, emoción, y rasgo de personalidad (Bernabé, 2012). Como respuesta o forma de expresión del comportamiento moral; y como

motivador del comportamiento moral, involucra al menos dos tipos de agentes sociales, los *beneficiarios* que responden con gratitud frente a los *benefactores*, quienes promueven el bienestar de los primeros. La gratitud cumple al menos tres funciones morales y sociales a saber: a) ser un *barómetro moral*, que involucra una lectura afectiva frente a la interacción en las relaciones sociales sustentada en el beneficio obtenido, b) ser *motivador moral* de personas que ante el aumento de su bienestar, se comportan prosocialmente con sus benefactores, donde la gratitud es un mecanismo motivacional inherente al altruismo recíproco, y c) *reforzador* del comportamiento moral, ya que el benefactor sería objeto de reforzamiento que lo haría más predispuesto para mantener su benevolencia hacia beneficiarios potenciales.

Además, es un recurso personal, y una forma de expresión social que facilita efectos beneficiosos sobre el ajuste psicológico, y la salud física. Incluye una disposición para ser consciente de la amabilidad, las acciones positivas de otros, y para responder frente a ellas. También es una *orientación vital* para apreciar aspectos positivos de la vida, vinculada con un aumento en la empatía, autoestima, bienestar percibido, y satisfacción general. Que sirve para contrarrestar la propensión a la agresión, y la expresión antisocial (Chamizo-Nieto, y Lourdes, 2020). Desde la bioética, la gratitud es una expresión de virtud moral relacionada con el comportamiento adecuado en sociedad, forma de expresión social frente a beneficios recibidos mediada por normas socio-culturales, a su vez vinculadas con tradiciones arraigadas. Que varían y tienen sentido en cada cultura, y formas de expresión particular (Caycho, Ventura-León, Castilla Cabello, 2016).

Bernabé (2012), plantea tres niveles de gratitud así: a) *de intercambio*, implica una relación en la que el emisor de la gratitud es un beneficiario que recibe algo apreciado, mientras que el receptor es el benefactor que entrega ese beneficio, vinculada con la “moralidad de justicia” de Piaget, b) *de cuidado*, implica una relación personal sostenida desde expresiones de amor y vínculo afectivo, mediante apoyo mutuo, relacionada con la “moralidad del cuidado” de Gilligan, y c) *de subyugación*, como instrumento de destrucción y humillación de otros. Posee tres componentes: *sentimientos de valoración* de personas u objetos, *buena voluntad*, y *disposición para actuar*. Se asocia con rasgos de personalidad, como amabilidad, responsabilidad, con actitudes positivas hacia la vida, satisfacción vital, estabilidad emocional, afecto positivo, patrones de conducta prosocial, y percepción de alegría y apoyo social. Como comportamiento intencionado que busca la restitución de un beneficio desde un intercambio recíproco implica variedades emociones y sentimientos, así como formas particulares de percibir y entender maneras de relacionarse con los demás (Caycho, Ventura-León, y Castilla Cabello, 2016).

Prosocialidad

Puede ser entendida como manifestación de conductas intencionales con consecuencias positivas personales y sociales, y con algún tipo de beneficio hacia otros. Se expresa a través de formas de cooperación, solidaridad y acciones específicas de ayuda. Promueve múltiples beneficios, tanto para el receptor como para quien la emite, mediante consecuencias mayormente positivas ante la realización de actos que facilitan la materialización de efectos o impactos sociales, basados en interacciones sociales que resultan promoviendo entornos cálidos y solidarios (Balabanian, y Lemos, 2020). Mediante acciones voluntarias, empáticas, y externalizadas hacia el beneficio de otros, expresando ayuda o colaboración para el cumplimiento de deberes o la solución de problemas y necesidades. Clave para el éxito académico, la promoción de la competencia sana, la motivación académica, el desarrollo de estrategias académicas, el control del tiempo, y la concentración (Hernández-Serrano, Espada, y Guillén-Riquelme, 2016).

El acto prosocial se entiende como resultados de varios factores tales como la autoeficacia, responsabilidad, autorrealización, autoafirmación e identidad, vinculados con un entorno social de apoyo. Se identifican variables personales como el nivel de empatía, motivación, locus de control, razonamiento moral, y autoconcepto; que en combinación con factores del desarrollo temprano tales como el apego parental, y los estilos de crianza; así como con variables contextuales como la relación entre hermanos y pares son claves para el desarrollo y adaptación de conductas prosociales en el niño y el adolescente, principalmente. Donde las atribuciones que permiten evaluar alternativas y consecuencias de acciones, resultan en reacciones emocionales, y experiencias vinculadas a expectativas y motivaciones para las acciones prosocial (Balabanian, y Lemos, 2020).

Particularmente, en poblaciones adolescentes la prosocialidad se relaciona con variables personales y sociales tales como el autoconcepto, la empatía, la responsabilidad personal y social, creencias de autoeficacia, y la mejora del clima social en el aula. También con el nivel de competencia del individuo y la influencia de los estilos de afrontamiento centrados en resolución de problemas, frente a la variedad de alternativas en una situación problemática, y la selección de una respuesta en un contexto social determinado (Hernández-Serrano, Espada, y Guillén-Riquelme, 2016).

Antecedentes

En Colombia, en un estudio cualitativo, con una muestra de 44 adolescentes, en donde se manipulo la variable independiente, nivel de practica en mainfullnes, para observar el efecto y relación con variables dependientes como la empatía, se encontró diferencias entre las puntuaciones postest-pretest del grupo experimental. Lo cual sugiere alguna mejora en la empatía, luego de entrenamiento en mainfullnes (Sierra, Urrego, Montenegro, y Castillo, 2013). En México, luego de un programa de intervención para fomentar convivencia en 37 alumnos, adolescentes entre 13 y 16 años, mediante la práctica de habilidades para relacionarse positivamente con el entorno, tales como empatía y comunicación asertiva, luego del desarrollo del diseño pre-post se encontró una disminución de conductas no deseables, y el incremento de algunas deseables a favor de relaciones empáticas (Corrales, Quijano, y Góngora, 2017).

En España, en un estudio para examinar el papel de algunos factores como la gratitud en el ciberacoso, y el ajuste, en una muestra de 770 adolescentes entre 12 y 14 años (54,4% mujeres), se encontraron correlaciones significativas que en general sugieren que la gratitud juega un papel protector como factor, como fuente de recursos personales y sociales del sujeto en su contexto de interacción, para contrarrestar situaciones de ciberacoso y desajuste en adolescentes (Chamizo-Nieto, Rey, 2020). En otro estudio acerca de relaciones entre empatía y conducta prosocial, y variables predictoras de empatía, con 139 participantes menores de edad, los resultados sugieren diferencias de género en empatía principalmente en mujeres, y que aquellos con alta empatía evidencian mayores y variadas conductas sociales positivas (prosociales, asertivas, consideración, autocontrol, liderazgo), y menores conductas sociales negativas (pasivas, agresivas, antisociales, retraimiento). Además, que aquellos participantes identificados como generadores de conductas prosociales, mostraron mayor autoconcepto, mayor capacidad para analizar emociones negativas, alta estabilidad emocional, así como conductas y rasgos de personalidad creadora (Garaigordobil, y García, 2006).

Capítulo 2 - Aplicación y Desarrollo

2.1 Tipo y Diseño de Investigación

El presente trabajo se piensa desde una metodología de enfoque mixto. Dicho enfoque es pensado mediante un Diseño en Paralelo (Hernández Sampieri, Fernández Collado & Baptista Lucio,

2014) ya que se realizarán simultáneamente un estudio cuantitativo y uno cualitativo. Dicho modelo se completará en dos etapas de forma independiente, y finalmente se integrarán los resultados de ambos métodos de análisis, tal como se evidencia en el objetivo específico 4.

Enfoque cuantitativo

El estudio cuantitativo tiene como fin estudiar la relación entre las emociones y conductas positivas que presentan tanto a nivel nacional (Bogotá-Cartagena) como a nivel internacional (España) en jóvenes de diversos contextos socioculturales. Para ello, se realizará una fase referida a la metodología de tipo cuantitativa, mediante un diseño no experimental y con alcance correlacional (Hernández, Fernández & Baptista, 2014).

Enfoque cualitativo

En torno al diseño en paralelo desde el enfoque cualitativo, se dará cumplimiento al objetivo 3 mediante un alcance investigativo de tipo exploratorio y descriptivo, que permitiría explorar en forma directa las percepciones sobre la empatía, la gratitud y la prosocialidad al momento de realizar las escalas cuantitativas (Taylor & Bogdan, 2002). La investigación cualitativa consiste en descripciones detalladas de los relatos de los estudiantes colombianos, mexicanos y españoles: sus experiencias, actitudes y creencias. El tipo de diseño cualitativo se basará en la Teoría Fundamentada en los Datos (Grounded Theory) de Glaser y Strauss (Strauss & Corbin, 1990) referida al Interaccionismo Simbólico (Sandín, 2003). Dicha teoría implica un proceso sistemático y cualitativo para generar teoría que explicaría, en un nivel conceptual, una acción, una interacción o un área específica. El proceso por el cual se llega a sistemas de categorías teóricas es deductivo-inductivo, ya que se partió de un marco teórico y antecedentes de la temática para definir macro categorías o dimensiones a explorar (Top Down). Posteriormente, se procede a la elaboración de una lista de códigos extraídos del contexto natural de la investigación (Bottom up) (Osses Bustingorry, Sánchez Tapia & Ibáñez Mansilla, 2006; Muñoz, 2006).

2.2 Población o entidades participantes

Estudio cuantitativo

Muestra: Los participantes del proceso investigativo serán 200 adolescentes de 12 a 16 años por país (Colombia, México y España). Por tanto, el total de la muestra está compuesto por 600 participantes. Las poblaciones refieren a sujetos en proceso de escolarización y clase socioeconómica media.

Estudio cualitativo

La selección se realizará mediante el muestreo teórico siendo, los jóvenes entrevistados (de forma virtual), aquellos que pudieron contribuir al desarrollo teórico en los resultados. Es decir, la muestra se basará en criterios teóricos de selección, teniéndose en cuenta la saturación de las categorías investigadas (saturación teórica). Los criterios de selección de los participantes de las entrevistas serán los siguientes: i) estudiantes de Colombia, Mexico y España que participen de las encuestas cuantitativas; ii) que tengan entre 12 a 16 años de ambos sexos; iii) que estudien en escuelas de estrato económico medio; iv) ser entrevistados de acuerdo a su percepción durante el confinamiento a causa de la pandemia del covid 19.

2.3 Definición de Variables o Categorías

-*Empatía*: entendida como comportamiento de “sintonizarse” espontánea y naturalmente con otros, implica “ponerse en la piel del otro”, muestras de interés, preocupación, y sentimientos ante la condición ajena (Nolasco, 2012), implica elementos y procesos reconocidos como esenciales para el comportamiento en sociedad, aun en condición de pandemia (Marolla, Maya, y Salazar, 2021). También, como disposición vicaria congruente con estados emocionales externos, se vincula con la compasión, y conciencia del sufrimiento ajeno (Fernández-Pinto, López-Pérez, y Márquez, 2008). En la interacción social adaptativa, involucra diferentes componentes, grados o niveles tales como cognitivo, en forma de capacidad para abstraer estados de otros, emocional, como forma de reacción ante estados externos, además de afectivos (Moya-Albiol, Herrero, y Bernal, 2010).

- *Gratitud*: entendida como forma de expresión del comportamiento moral, involucra agentes sociales tales como los beneficiarios, y los benefactores (Bernabé, 2012). Se reconoce como factor clave que facilita la expresión social y la adaptación del comportamiento (Maheux, Nesi, Galla, Roberts, & Choukas, 2021). Como orientación vital para apreciar aspectos positivos de la vida, sirve para contrarrestar la propensión a la agresión, y la expresión antisocial (Chamizo-Nieto, y Rey,

2020). Como virtud moral esta mediada por normas socio-culturales, asociadas con tradiciones entre cada cultura, y expresión particular (Caycho, Ventura-León, Castilla, 2016).

-Prosocialidad: entendida como manifestación de conductas intencionales con consecuencias positivas personales y sociales, se expresa a través de formas de cooperación, solidaridad y acciones específicas de ayuda, que promueven interacciones sociales que resultan en entornos cálidos y solidarios (Balabanian, y Lemos, 2020). Clave para el éxito académico, la promoción de la competencia sana, la motivación académica, el desarrollo de estrategias académicas, el control del tiempo, y la concentración. En poblaciones adolescentes, la prosocialidad se relaciona con variables personales y sociales tales como el autoconcepto, la empatía, la responsabilidad personal y social, creencias de autoeficacia, nivel de competencia, resolución de problemas, y efectos sobre el clima social en el aula (Hernández-Serrano, Espada, y Guillén-Riquelme, 2016).

2.4 Procedimiento e Instrumentos

Estudio cuantitativo

Instrumentos de recolección de datos. Para la recolección de datos, se utilizarán las siguientes escalas:

i) Cuestionario de Empatía para niños y adolescentes (Richaud, Lemos, Mesurado & Oros, 2017). Dicha escala evalúa la habilidad de ubicarse en los sentimientos de otros a través de 5 dimensiones específicas, tales como la regulación empática, el contagio emocional, la toma de perspectiva, la autoconciencia de los otros y la acción empática; ii) Escala de Gratitud (Carmona-Halty, Marín-Gutierrez y Belmar-Saavedra, 2015). La misma está compuesta por 6 ítems que miden la gratitud como un rasgo afectivo que consiste en la disposición para reconocer y responder a los beneficios aportados por los demás en las propias experiencias positivas y logros personales; iii) Escala de conducta prosocial (Padilla-Walker Y Carlo, 2014) El concepto de prosocialidad comprende aquellos comportamientos tendientes a ayudar o beneficiar a otras personas, ofrece una lista de 27 afirmaciones sobre las personas que hacen a la cotidianeidad de los entrevistados (familia, amigos y extraños). Todas las sesiones serán grabadas, previo aviso y autorización de los y las participantes. (Ver anexo 3)

Procedimiento: La aplicación de los instrumentos en ambos países será llevada a cabo por dos psicólogos, en diferentes escuelas de Colombia, México y España en forma virtual. La administración

se realizará en grupos de aproximadamente 20 jóvenes a través de la plataforma teams, donde los psicólogos puedan estar guiando y acompañando a los estudiantes en el proceso de administración de las diferentes escalas.

El procedimiento del trabajo de campo/sesiones será realizado según estos pasos:

- i) Primera sesión de socialización del proyecto a padres, madres o tutores y coordinadores de grupos escolares en las cuales se realizarán las siguientes actividades: a) Socialización del consentimiento informado. En el caso de Colombia los consentimientos se enviarán al correo electrónico mariana.tezon@ibero.edu.co, en México enrique.berra@uabc.edu.mx y en caso de España se remiten al correo de dsanchezch@universidadviu.com; b) se socializa el cuestionario y se ubica cual es link al que deben ingresar para responderlo https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdGSKAGWAsKLQbuBBWHk7QMdwBIhNK_B_xELRr2yMz20GuX8yQ/viewform?usp=sf_link ; c) se les indicará el link para entrar a la sesión de teams; d) Cada grupo tendrá una sesión semanal en la que irán avanzando en cada uno de los cuestionarios. e) todas las sesiones serán grabadas con previo conocimiento y aval de los y las participantes.
- i) Segunda sesión con los estudiantes y coordinadores de grupos escolares: se les presenta el consentimiento el cual en el caso de Colombia los consentimientos se enviarán al correo electrónico mariana.tezon@ibero.edu.co, en México enrique.berra@uabc.edu.mx y en caso de España se remiten al correo de dsanchezch@universidadviu.com. Se comienza con la primera sesión en ese mismo encuentro.
- ii) Sesiones generales: Las instrucciones para contestar los cuestionarios se explicarán oralmente antes de la cumplimentación. Los formatos de la escalar se establecieron mediante un cuestionario digital que los y las participantes irán completando en las sesiones, con eso las investigadoras reciben de inmediato la información. Cada sesión realizada por los y las estudiantes corresponderá a un cuestionario y serán grabadas.
- iii) Al finalizar el proceso se hará una reunión virtual con directivos y coordinadores de escuela, más padres de familia para revisar resultados del proceso.
- iv) Las escuelas serán seleccionadas por cada investigador, responsable de cada país.

Análisis de los resultados: Para iniciar el proceso de análisis, desde el enfoque cuantitativo se trabajará el Objetivo específico 1 y 2 propuestos anteriormente.

Procedimiento estadístico Objetivo Especifico 1: se calcularán los estadísticos descriptivos de las diferentes variables de emociones positivas a estudiar (empatía, prosocialidad y gratitud) utilizando SPSS 24.0. El análisis descriptivo de los ítems y los factores evaluará si los valores de asimetría y curtosis son inferiores a 2 lo que indicaría la univariada de los datos (Bollen & Long, 1993). Para continuar con el análisis se hará necesario verificar la validez de las 3 escalas administradas con el fin de revisar la invarianza de los mismos por país, por medio de un análisis multigrupo para verificar que las escalas miden el constructo por igual en ambos contextos culturales.

Procedimiento estadístico Objetivo Especifico 2: se realizará una correlación de Pearson para determinar la relación entre los diferentes países. Seguido a esto, se analizarán los modelos de ecuaciones estructurales (SEM) para rectificar la relación entre las variables. Por tanto, se realizará un análisis multigrupo para comparar los modelos teóricos de los diferentes países, determinando en qué medida el patrón de relaciones propuesto es consistente con los datos observados en cada una de las muestras y, en segundo lugar, analizar si este patrón es invariable a través de los diferentes países. Dicho análisis se realizará con el AMOS incluido dentro de la versión número 24.0 del SPSS.

Estudio Cualitativo

Procedimiento.

Se trabajará en escuelas de Colombia, México y España para determinar el espacio virtual donde se realizarán las primeras entrevistas. Previo, se les explicará a los directivos de las escuelas que al final del cuestionario cuantitativo se les harán unas preguntas abiertas a algunos estudiantes con el fin de conocer la percepción sobre las variables estudiadas. A su vez, se les explicará sobre los objetivos de la entrevista, asegurándose confidencialidad de los datos.

Todas las sesiones serán virtuales mediante plataforma TEAMS

Técnicas de obtención de la información.

La entrevista cualitativa fue semi-dirigida basada en las tres dimensiones a explorar (empatía, gratitud y prosocialidad) para así encontrar diferentes categorías. Las preguntas orientadoras serán, básicamente, de dos tipos: Preguntas generales (Grand tour): parten de planteamientos globales

(disparador) para introducir el tema que le interesa al entrevistador. Preguntas propias de las entrevistas abiertas. Preguntas de opinión sobre creencias sobre determinada temática. (Ver anexo 1). La sistematización de los datos se realizará por medio del programa atlas.ti que permitiría segmentar los datos en unidades de significado, codificar los datos (primero desde la codificación abierta, luego selectiva y axial) y construir categorías y sus respectivas redes conceptuales (Muñoz, 2006; Sirvent, 2004; Strauss & Corbin, 1990)

Confiabilidad y Validez del enfoque Mixto

Se realizará un análisis combinando de los resultados obtenidos a través del método cuantitativo y del cualitativo. De esta manera, se indagará sobre las semejanzas y diferencias obtenidas por los diferentes enfoques estudiados. En ese sentido, se trabajarán dos aspectos que hacen al cumplimiento del objetivo 4:

1- *Confiabilidad (Auditabilidad/Dependencia)*: Está dada por la posibilidad de repetición de los datos y hallazgos por medio de diversas investigaciones en diferentes momentos y con independencia del investigador;

Consideraciones Éticas:

A nivel ético, en esta investigación se acogen los aspectos propuestos en la Resolución 008430 de 1993 del Ministerio de Salud Colombiano, en relación con el nivel de riesgo. A partir de ésta, se identifica que la presente investigación no implica riesgo para sus participantes debido a que no realizará "...ninguna intervención o modificación intencionada de las variables biológicas, fisiológicas, psicológicas o sociales de los individuos que participan en el estudio..." (p.3). Los cuestionarios presentan ítems que indican emociones positivas, las cuales generan autorreconocimientos en sus aspectos positivos. En ese sentido, los investigadores pueden dar ejemplos en las sesiones para que los participantes se sientan familiarizados con el ítem. Las emociones positivas, al evaluarse no son consideradas como de riesgo al implicar aspectos que no reviven situaciones traumáticas que puedan generar una intervención indirecta con efecto iatrogénico; sino, más bien, rememoran situaciones alegres que han marcado su vida.

Al ser un estudio transcultural, se asumen también las Pautas Éticas Internacionales para la Investigación Biomédica en Seres Humanos de 2002, los referentes enunciados en el Código de Ética del Psicólogo en Colombia (Ley 1090 de 2006) para la investigación con humanos, los aspectos enunciados (que sean pertinentes) en el Código de la Infancia y la Adolescencia (Ley 1098 de 2006), y en la Constitución Política de la República de Colombia. En relación con el manejo de la información y la confidencialidad, se asumen los referentes expuestos en Declaración Universal sobre Bioética y Derechos Humanos de 2005, artículo 9, según la cual la información que ofrezcan los participantes será utilizada de acuerdo con los fines establecidos dentro del consentimiento informado. En relación con este aspecto se hará uso del Consentimiento (Anexo 1), y asentimiento informado (Anexo 2), teniendo en cuenta las sugerencias contempladas en los artículos 15 y 16 de las Resoluciones 8430 de 1993. Se elaborará una ruta de manejo de información, con el ánimo de preservar la confidencialidad de la información y los datos correspondientes a los(as) participantes en el proceso de investigación.

A su vez, se deja asentado la asunción de compromisos de cumplimiento de los principios de Integridad científica exigidos por la Declaración de Singapur (2010) y por la Política de Ética de la investigación, Bioética e Integridad científica de Colombia (Resolución 0314 de 2018) o la Declaration of the 9th World Science Forum. Science, ethics and responsibility (2019), en términos de cumplir con: la veracidad y transparencia, honestidad intelectual, no fabricación de datos, no falsificación o manipulación de datos. Todo esto en el contexto de administración (virtual) de los cuestionarios detallados en el consentimiento y asentimiento informado del presente estudio.

2.6 Alcances y limitaciones

Los alcances y limitaciones del presente trabajo se entienden en 2 niveles a saber: limitaciones de orden teórico vinculadas con que los datos, sus interpretaciones y discusiones son entendibles solo dentro de los marcos teóricos, conceptuales y de referencia que se asumieron dentro de cada estudio, así no son posibles interpretaciones más allá de los mismos y esto sugiere la importancia de emprender nuevas propuestas desde problemas o fenómenos similares pero bajo una revisión y/o actualización de tales marcos; y por otro lado limitaciones vinculadas con los métodos de análisis de los datos e información obtenida, dado que cuantitativamente la información aportada solo tiene sentido dentro del contexto de los estadísticos usados en esa parte del proceso, y así para el caso del análisis de la información cualitativa recogida, en función de los métodos particulares de sistematización, y construcción categorial que fueron empleados en el esfuerzo.

Capítulo 3 - Resultados

Algunas de las relaciones encontradas entre las variables a nivel transcultural:

- ✓ La empatía y a la prosocialidad se consideran factores emocionales vinculados con la regulación de estados afectivos, como rabia, ansiedad, culpa o tristeza; y como formas de expresión de emociones positivas requeridas dentro del desarrollo psicosocial del individuo, además se entienden como factores protectores frente a la violencia social. Ya que la autoeficacia permite la regulación de estados afectivos negativos y la atención sobre las emociones propias, tanto la empatía como la prosocialidad facilitan la regulación de la inestabilidad emocional, y de algunas manifestaciones de problemas asociados con el control de impulsos, agresividad, y sobrecarga de estrés psicosocial, típicos de poblaciones adolescentes, y comunes en el adulto joven
- ✓ Si la gratitud se entiende como forma de rasgo y apreciación que se tiene por ser beneficiario de un acto altruista, la gratitud disposicional predice un mejor bienestar personal, expresado en mayor satisfacción con la vida, vitalidad, felicidad subjetiva, optimismo, esperanza, que motiva el comportamiento prosocial en forma de cooperación, coordinación grupal, altruismo, provisión de ayuda, asociado con emociones transitorias experimentadas (estado), y con tendencias prosociales, como aquellas evidenciadas dentro del contexto de la pandemia por Covid-19 }
- ✓ La empatía se vincula con la gratitud, dado que no se puede empatizar con los demás si no se identifica los esfuerzos y necesidades del otro, y no se le ayuda. La gratitud requiere empatía, y la fomenta, en virtud de la reciprocidad en sus formas de expresión. Si la gratitud se manifiesta luego del afrontamiento frente a circunstancias desafiantes, resueltas como grupo o fruto de interacción social, ello fue posible luego de sentir y expresar alguna respuesta frente a la experiencia del otro, como experiencia subjetiva, algunas veces dolorosa, pero en todo caso compartida

- ✓ Los efectos psicológicos podrían indicar diversos comportamientos poco frecuentes en periodos donde no se evidenciaba el aislamiento, sobre todo en la población joven y adolescente donde la socialización depende de su interacción mediante grupo de pares, siendo la conducta social un componente fundamental para forjar la personalidad

De acuerdo con esto, el presente estudio presenta diferentes beneficios en términos de:

- i) Autorreconocimiento personal y grupal en torno al manejo y conocimiento de las emociones positivas;
- ii) Conocimiento personal y general en términos de prosocialidad lo cual puede estimular a realizar acciones positivas hacia los otros como lo son: familia, amigos y extraños;
- iii) Establece antecedentes teóricos e investigativos desde un enfoque salutogénico en salud mental, teniendo en cuenta dicha necesidad frente a la adversidad que se evidencia en pospandemia a causa del aislamiento social producido por la pandemia del COVID 19;
- v) Estos avances en términos de conocimiento y apropiación social invitan a ubicar referentes teóricos locales, visualizando al grupo-equipo de investigación en procesos transculturales.

Capítulo 4 - Conclusiones

4.1 Cumplimiento de objetivos del proyecto

Entendiendo que los objetivos planteados para el proyecto eran: Determinar asociación entre la empatía, la gratitud y la prosocialidad en jóvenes de diversas culturas, durante el proceso de aislamiento social preventivo a causa del Covid-19 (general), mediante el logro de los específicos de Describir variables positivas (empatía, prosocialidad y gratitud), Identificar las relaciones existentes entre las dimensiones de las variables estudiadas, Generar categorías teóricas en cuanto a la percepción de los adolescentes en cuanto a la relevancia de la empatía, la prosocialidad y la gratitud, y Realizar una triangulación Inter método acerca de empatía, la gratitud y la prosocialidad durante el confinamiento por Covid-19, en muestras de adolescentes colombianos, españoles y mexicanos. Se puede afirmar que el nivel de cumplimiento de los objetivos fue alto. Dado que no obstante algunas dificultades en cuanto a la aplicación de

instrumentos, el tamaño final de los participantes fue de más de 580 sujetos, y desde esa información se logró:

- La redacción de un artículo de investigación con fines de publicación en revista científica (Q2) de resultados originales.
- La redacción de 2 capítulos de libro.
- La participación en una ponencia internacional.
- La capacitación de auxiliares/asistentes de investigación para contribuir a investigación formativa
- El fortalecimiento de las alianzas con instituciones internacionales (Universidad Internacional de Valencia-VIU y Universidad Autónoma de Baja California).

4.2 Aportes a líneas de investigación de grupo y a los Objetivos del Desarrollo Sostenible – ODS

Asumiendo que el tercer objetivo de Desarrollo Sostenible declarado por la ONU es el de Salud y Bienestar, y que en particular el numeral 3.d trata de la necesidad de reforzar la capacidad de todos los países, en particular los países en desarrollo, en materia de alerta temprana, reducción de riesgos y gestión de los riesgos para la salud nacional y mundial, se busca impactar en 3 niveles en concordancia con el objetivo mencionado:

- Se obtiene conocimiento útil para la Corporación Universitaria Iberoamericana en relación con la asociación entre las variables del estudio en jóvenes de diversas culturas, durante la pospandemia que permita hacer recomendaciones a la comunidad educativa sobre maneras de aproximarse al fenómeno en cuestión, y además acerca de la orientación de la población juvenil en el país
- Se aporta al fortalecimiento del grupo de investigación de la institución educativa antes mencionada, así como la formación en recursos humanos de estudiantes y docentes, tanto locales como de aquellos con quienes se establezca convenio en las demás instituciones vinculadas con la dimensión transcultural.
- Se obtiene conocimiento útil para que las demás instituciones involucradas dentro de la dimensión transcultural del proyecto desarrollen estrategias para optimizar la atención preventiva en forma de identificación y reducción de factores de riesgos en poblaciones de jóvenes en postpandemia.

- Se realizan recomendaciones para apoyar la operativización de la gestión de riesgos para la salud de poblaciones de jóvenes en función de posibles acciones de control derivadas de los resultados obtenidos por la investigación.

4.3 Producción asociada al proyecto

Tabla 1

Producción asociada al proyecto

Artículo Tezón, M., Angarita, L., Sánchez, D., Berrío, E., Iranzo Ejarque, B., Gómez Martínez, S., Corral Martínez, M., Berra Ruiz, E.	1 Empatía y gratitud como predictores de prosocialidad en jóvenes: estudio transcultural entre Colombia y México	Psicoperspectivas	Q2
Capítulos Libro Resultado de Investigación Tezón, M. y Hernández, D.	1 Conducta Prosocial como factor protector de la salud mental en niños y adolescentes.	Libro: [Dykinson] Investigando la Salud a lo largo del Ciclo Vital: Nuevos retos y actualizaciones	ISBN en edición Editorial Dikinson
Hernández, D. y Tezón, M.	2 Educación a distancia: recorrido en la historia de Colombia	Libro: [Dykinson] Investigando la Salud a lo largo del Ciclo Vital: Nuevos retos y actualizaciones	
Congresos Tezón, M.	1. Congreso Universitario Internacional sobre la Comunicación en la Profesión y en la Universidad de hoy: Contenidos, Investigación, Innovación y Docencia (Culminado)	CUICIID, España	

	2	Universidad de Almería, España	
	VIII Congreso Internacional en Contextos Psicológicos, Educativos y de la Salud (Aceptado)		

4.4 Líneas de trabajo futuras

- Cuarta parte del proyecto transcultural Con México y España
- Ampliación del análisis transcultural a otras zonas geográficas (Cartagena, Bogotá, Tijuana, Valencia)
- Propuesta proyecto en fortalecimiento en emociones positivas dentro de la nueva línea nacional declarada por Minciencias sobre el Bienestar social. Específicamente en niños, niñas adolescentes.
- Generación de espacios de diálogo interdisciplinar en torno a aspectos objeto del estudio.

Referencias

- Álvarez, P., Carrasco, M., & Fustos, J. (2010). Relación de la empatía y género en la conducta prosocial y agresiva, en adolescentes de distintos tipos de establecimientos educacionales. *Revista Iberoamericana de psicología: Ciencia y tecnología* 3(2): 27-36.
<https://doi.org/10.33881/2027-1786.rip.3203>
- Arango-Tobón, O. E., Pinilla Monsalve, G. D., Olivera-La Rosa, A., Orejarena Serrano, S. J., & Carmona Cardona, C. A. (2020). Gender differences in the association between theory of mind, empathy and conduct disorder: A cross-sectional study. *Suma Psicológica*, 27(1).
<https://doi.org/10.14349/sumapsi.2020.v27.n1.5>
- Arbuckle, J. L. (2007). AmosTM 18 User's Guide. Crawfordville, FL: Amos Development Corporation.
- Bahamón, M.J.; Alarcón-Vásquez, Y.; Cudris Torres, L.; Trejos-Herrera, A.M., & Campo Aráuz, L. (2019). Bienestar psicológico en adolescentes colombianos. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapeutica*, 38(5), 519-523.
- Balabanian, C. & Lemos, V. (2020). El rol de la atribución en el comportamiento prosocial adolescente. *Interdisciplinaria: Revista de Psicología y Ciencias Afines*, 37(2), 129–142.
<https://doi-org.iberobasesdedatosezproxy.com/10.16888/interd.2020.37.2.8>
- Bartal, I. B. A. Decety, J., and Mason, P. (2011). Empathy and pro-social behavior in rats. *Science* 334, 1427–1430. doi: 10.1126/science.1210789
- Batson, C. D. (2009). These things called empathy: Eight related but distinct phenomena. In J. Decety & W. Ickes (Eds.), *The social neuroscience of empathy* (pp. 3–15). MIT Press.
<https://doi.org/10.7551/mitpress/9780262012973.003.0002>
- Bollen, K. A., & Long, J. S. (1993). *Testing structural equation models*. Newbury Park, CA: Sage.
- Brief, A. P., & Motowidlo, S. J. (1986). Prosocial organizational behaviors. *Academy of management Review*, 11(4), 710-725.
- Brotfeld, C. & Berger, C. (2020). El rol de la empatía y apertura en la intimidad de las amistades adolescentes. *Revista de Psicología*, 29(12), 1-14. <http://dx.doi.org/10.5354/0719-0581.2020.52231>
- Bryant, B. K. (1982). An index of empathy for children and adolescents. *Child Dev.* 53, 413–425. doi: 10.2307/11 28984
- Bujor, L., and Turliuc, M. N. (2014). Personality, family correlates, and emotion regulation as wellbeing predictors. *Proc. Soc. Behav. Sci.* 159, 142–146. doi: 10.1016/j.sbspro.2014.12.346

- Calvo, A., González, R., & Martorell, M. (2015). Variables relacionadas con el comportamiento prosocial en la infancia y la adolescencia: personalidad, autoconcepto y género, *Infancia y Aprendizaje*, 24 (1), 95-111. <https://doi.org/10.1174/021037001316899947>
- Carmona-Halty, M. A., Marín-Gutierrez, M., & Belmar-Saavedra, F. (2015). Análisis psicométrico del Gratitude Questionnaire 6 (GQ-6) en población chilena. *Universitas Psychologica*, 14(3).
- Caycho Rodríguez, T., Ventura-León, J. L., & Castilla Cabello, H. (2018). La gratitud en adolescentes y jóvenes de Lima: Un estudio comparativo. *Revista De Psicología*, 6(1), 13–22. <https://revistas.ucsp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/36>
- Chamizo-Nieto, M. & Rey, L. (2020). Ciberacoso y recursos personales en adolescentes: las competencias emocionales y la gratitud como factores de protección ante las conductas de ciberagresión. *Know and Share Psychology*, 1(4), 113-122. <http://dx.doi.org/10.25115/kasp.v1i4.4344>
- Ciriza-Mendevil, C. (2021). La empatía histórica, una propuesta didáctica clave para la Formación Profesional Básica. *Didáctica de las Ciencias Experimentales y Sociales*, 40, 51-66. <https://ojs.uv.es/index.php/dces/article/view/17309/pdf>
- Cohen, R. J & Swerdlik, M.E. (2001). Pruebas y Evaluación psicológicas. México: McGraw-Hill.
- Congreso de la República de Colombia. (2006). Ley 1090 de 2006. Por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones. Congreso de la República de Colombia. Recuperado de http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley_1090_2006.html
- Consejo Nacional de Política Económica y Social República de Colombia. (2012). Documento CONPES Social 147. Lineamientos para el Desarrollo de una Estrategia para la Prevención del Embarazo en la Adolescencia y la Promoción de Proyectos de vida para los niños, niñas, adolescentes y jóvenes en edades entre 6 y 19 años. Consejo Nacional de Política Económica y Social República de Colombia, Departamento Nacional de Planeación. Recuperado de <https://colaboracion.dnp.gov.co/CDT/Conpes/Social/147.pdf>
- Corrales Pérez, A., Quijano León, N. K., & Góngora Coronado, E. A. (2017). Empatía, comunicación asertiva y seguimiento de normas. Un programa para desarrollar habilidades para la vida. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 22(1), 58-65. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29251161005>
- Cronbach, L. J. & Meehl, P. E. (1955). Construct validity in psychological tests. *Psychological Bulletin*. 52, 281-302.
- Cuadrado, I.; López-Rodríguez, L.; Navas, M. (2017). “Si eres moral y competente adoptaré elementos de tu cultura”: el rol mediador de las emociones positivas en el proceso de

- aculturación de inmigrantes ecuatorianos en España. *Universitas Psychologica*, 16(5), 1-14.
Recuperado de <https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/revPsycho/article/view/19962>
- Damasio, A. (1998). Emotion in the perspective of an integrated nervous system. *Brain Research Reviews*, 26, 83-86. DOI: 10.1016/S0165-0173(97)00064-7. Deigh, J. (2010). Concepts of emotions in modern philosophy and psychology. En P. Goldie (Ed.), *The Oxford Handbook of Philosophy of Emotion* (pp. 18-40). Nueva York: Oxford University Press.
- Davis, M. H. (1983). Measuring individual differences in empathy: evidence for a multidimensional approach. *J. Pers. Soc. Psychol.* 44, 113–126. doi: 10.1037/0022-3514.44.1.113
- Decety, J., and Moriguchi, Y. (2007). The empathic brain and its dysfunction in psychiatric populations: implications for intervention across different clinical conditions. *Biopsychosoc. Med.* 1, 22–65. doi: 10.1186/1751-0759-1-22
- Decety, J., Michalska, K. J., and Akitsuki, Y. (2008). Who caused the pain? An fMRI investigation of empathy and intentionality in children. *Neuropsychologia* 46, 2607–2614. doi: 10.1016/j.neuropsychologia.2008.05.026
- Diener, E., Larsen, J. y Lucas, R. (2003). Measuring positive emotions. En S. J. Lopez y C. R. Snyder (Eds.): *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures* (pp. 201-218). Washington, D.C.: American Psychological Association.
- Ekman, P. (1999). Basic emotions. En T. Dalgleish & M. J. Power (Eds.), *Handbook of Cognition and Emotion* (pp. 45- 60). Nueva York: John Wiley & Sons Ltda.
- El Tiempo. (24 de agosto de 2020). Los países con cuarentenas más largas por la pandemia. Editorial el tiempo. Noticia recuperada de <https://www.eltiempo.com/mundo/mas-regiones/confinamiento-los-paises-con-cuarentenas-mas-largas-por-la-pandemia-de-covid-19-531474>
- Emmons, R. A., McCullough, M. E., & Tsang, J. A. (2003). The assessment of gratitude.
- Espada, J. P., Orgilés, M., Piqueras, J. A., & Morales, A. (2020). Las buenas prácticas en la atención psicológica infanto-juvenil ante el COVID-19. *Clínica y Salud*, 31(2), 109-113.
- Garton, A. F., and Gringart, E. (2005). The development of a scale to measure empathy in 8- and 9-year-old children. *Aust. J. Educ. Dev. Psychol.* 5, 17–25.
- Gaspar de Matos, M.; Simõesa, C. (2016). From Positive Youth Development to Youth's Engagement: The Dream Teens. *The International Journal of Emotional Education*. 8(1). 4-18.
- Gómez Tabares, A. S. & Narvaez Marin, M. (2020). Tendencias Prosociales y su Relación con la Empatía y la Autoeficacia Emocional en Adolescentes en Vulnerabilidad Psicosocial. *Revista colombiana de psicología*, 29(2), 125 - 148. <https://doi.org/10.15446/rcp.v29n2.78430>

- Gómez Tabares, A. S. & Narvaez-Marin, M. (2022). Dimensiones de la personalidad y su relación con las tendencias prosociales y la empatía en niños(as) y adolescentes en vulnerabilidad psicosocial. *Revista de psicología*, 40(1), 37-72. <https://doi.org/10.18800/psico.202201.002>
- Gómez-Tabares, A.S. (2019). Prosocialidad. Estado actual de la investigación en Colombia. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 10(1), 188-218. <https://doi.org/10.21501/22161201.3065>
- González-González, A. & Betancourt-Ocampo, D. (2021). Conducta prosocial asociada al bienestar en adolescentes. *Nova scientia*, 13(27). <https://doi.org/10.21640/ns.v13i27.2819>
- González-Villalobos, J.Á. & Josefa Marrero, R. (2017). Determinantes sociodemográficos y personales del bienestar subjetivo y psicológico en población mexicana. *Suma Psicológica*, 24(1), 59-55. Recuperado de <https://doi-org.ezproxy.unal.edu.co/10.1016/j.sumpsi.2017.01.002>
- Hastings, P. D., Zahn-Waxler, C., & McShane, K. (2006). We are, by nature, moral creatures: Biological bases of concern for others.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M.P. (2014). Metodología de la investigación. Sexta edición. México: McGrawHill.
- Hevia, C., & Neumeyer, A. (2020). Un marco conceptual para analizar el impacto económico del COVID-19 y sus repercusiones en las políticas. Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, Buenos Aires-Argentina.
- Imran, N., Zeshan, M., & Pervaiz, Z. (2020). Mental health considerations for children & adolescents in COVID-19 Pandemic. *Pakistan journal of medical sciences*, 36(COVID19-S4), S67.
- Kamps, B. S., & Hoffmann, C. (2020). COVID reference. Munich: Steinhauser Verlag.
- Lago, S., Gómez, G. & Mauro, M. (2003). *En torno de las metodologías: abordajes cualitativos y cuantitativos*. Buenos Aires: Proa XXI.
- Lasota, A., Tomaszek, K., & Bosacki, S. (2020). Empathy, Resilience, and Gratitude – Does Gender Make a Difference? *Annals of psychology*, 36(3), 521-532. <https://doi.org/10.6018/analesps.391541>
- Lazarus, R. S. (1991). Emotion and adaptation. Nueva York: Oxford University Press
- Liu, J., Qiao, X., Dong, F., & Raine, A. (2018). The Chinese version of the cognitive, affective, and somatic empathy scale for children: Validation, gender invariance and associated factors. *PLoS ONE*, 13(5). <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0195268>
- López, M., Arán, V., and Richaud de Minzi, M. C. (2014). Empatía: desde la percepción automática hasta los procesos controlados [Empathy: from automatic perception to controlled processes]. *Avances de Psicología Latinoamericana* 32, 37–51. doi: 10.12804/apl32.1.2014.03

- Maheux, A. J., Nesi, J., Galla, B. M., Roberts, S. R., & Choukas, B. S. (2021). Grateful: longitudinal associations between adolescents' social media use and gratitude during the covid-19 pandemic. *Journal of Research on Adolescence*, 31(3), 734–747. <https://doi-org.iberobasededatosezproxy.com/10.1111/jora.12650>
- Mendizabal, N. (2007) Los componentes del diseño flexible en la investigación cualitativa, En I. Casilachis de Giadino (2006) *Estrategias de investigación cualitativa*. Barcelona: Gedisa.
- Merino, C. & Grimaldo, M. (2015). Validación estructural de la escala básica de empatía (basic empathy scale) modificada en adolescentes: un estudio preliminar. *Revista Colombiana de Psicología*, 24 (2), 261-270. <https://doi.org/10.15446/rcp.v24n2.42514>
- Mesurado, B., Guerra, P., De Sanctis, F., & Rodriguez, L. M. (2022). Validation of the Spanish version of the Prosocial Behavior toward Different Targets Scale. *International Social Work*, 65(1), 175–186. <https://doi.org/10.1177/0020872819858738>
- Mesurado, B., Resett, S., Tezón, M., & Vanney, C. E. (2021). Do positive emotions make you more prosocial? Direct and indirect effects of an intervention program on prosociality in Colombian adolescents during social isolation due to covid-19. *Frontiers*, 12. 1-13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.710037>
- Ministerio de Salud (octubre 04 de 1993). Por la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud [Resolución 8430 de 1993]. Recuperado de <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/RESOLUCION-8430-DE-1993.PDF>
- Moñivas Lázaro, A. (1996). La conducta prosocial. *Cuadernos de Trabajo Social*, 9, 125. <https://revistas.ucm.es/index.php/CUTS/article/view/CUTS9696110125A>
- Morales, F. M. (2020). Estrategias de afrontamiento, empatía y tendencia prosocial en universitarios. *European Journal of Education and Psychology*, 13(2), 187–200. <https://revistas.uautonoma.cl/index.php/ejep/article/view/1326/927>
- Moya-Albiol L., Herrero N., & Bernal, MC. (2010). Bases neuronales de la empatía. *Revista Neurología*, 50, 89-100. <https://doi.org/10.33588/rn.5002.2009111>
- Muñoz, A. & Chaves, L. (2013). La empatía: ¿un concepto unívoco? *Katharsis*, 16, 123-143. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5527454>
- Muñoz, J. (2006). Análisis cualitativo de datos textuales con Atlas.ti 5. Barcelona: Ariel.
- Nolasco, A. (2012). La empatía y su relación con el acoso escolar. *Revista de Estudios y Experiencias en Educación*, 11(22), 35-54. <https://www.redalyc.org/pdf/2431/243125410002.pdf>
- Nuria López-Valle, Jesús Alonso-Tapia & Miguel Ruiz-Díaz (2018) Emotions, positive self-regulation and resilience. Development and validation of alternative theoretical models and its

assessment instrument / *Emociones, autorregulación positiva y resiliencia. Desarrollo y validación de modelos teóricos alternativos y su instrumento de evaluación*, *Studies in Psychology*, 39:2-3, 465-503. doi: [10.1080/02109395.2018.1506305](https://doi.org/10.1080/02109395.2018.1506305)

- Oros, L. B., Schulz-Begle, A., & Vargas-Rubilar, J. (2015). Children's gratitude: implication of contextual and demographic variables in Argentina. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 13(1), 245-262. <https://doi.org/10.11600/1692715x.13114130314>
- Oros, L. (2014). Nuevo cuestionario de emociones positivas para niños. (2014). *Anales De Psicología*, 30(2), 522-529. doi: <http://dx.doi.org.ezproxy.unal.edu.co/10.6018/analesps.30.2.158361>
- Oros, L.B.; & Fontana Nalesso, A.C. (2015). Niños Socialmente Hábiles: ¿Cuánto influyen la empatía y las emociones positivas? *Interdisciplinaria: Revista de Psicología y Ciencias Afines*, 32(1), 109-125. <https://doi.org/10.16888/interd.2015.32.1.6>
- Osses Bustingorry, S., Sanchez Tapia, I. & Ibáñez Mansilla, F.M. (2006). Investigación cualitativa en educación. Hacia la generación de teoría a través del proceso analítico, *Estudios Pedagógicos*, 22(1), 199-133.
- Padilla-Walker, L. M. & Carlo, G. (2014). *Prosocial Development. A Multidimensional Approach*. Oxford: University Press
- Parkinson, B. (1996). Emotions are social. *British Journal of Psychology*, 92, 507-526.
- Perea Hinestroza, L. M. (2019). Los objetivos de desarrollo sostenible y su inclusión en Colombia. *Revista Producción + Limpia*, 14(1). <http://hdl.handle.net/10567/2655>
- Plazas, E. A., Cotes, M. L. M., Santiago, A., Sarmiento, H., López, S. E. A., & Patiño, C. D. (2010). Relaciones entre iguales, conducta prosocial y género desde la educación primaria hasta la universitaria en Colombia. *Universitas Psychologica*, 9(2), 357-369. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64716832005>
- Programa de las Naciones Unidas para el desarrollo-PNUD (2016). ISSN: 1020-2528. Recuperado de: http://www.undp.org/content/dam/undp/library/corporate/HDR/HDR2016/HDR_2016_report_spanish_web.pdf
- Reid, C., Davis, H., Horlin, C., Anderson, M., Baughman, N., and Campbell, C. (2013). The Kids' Empathic Development Scale (KEDS): a multi-dimensional measure of empathy in primary school-aged children. *Br. J. Dev. Psychol.* 31, 231–256. doi: 10.1111/bjdp.12002
- Rey, C. (2003). La medición de la empatía en preadolescentes y adolescentes varones: adaptación y validación de una escala. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 35(2), 185-194. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80535206>

- Richaud, M. (2014). Algunos aportes sobre la importancia de la empatía y la prosocialidad en el desarrollo humano. *Revista Mexicana de Investigación en Psicología*, 6(2), 21-33. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=70557>
- Richaud, M. C., Lemos, V. N., Mesurado, B., & Oros, L. (2017). Construct validity and reliability of a new spanish empathy questionnaire for children and early adolescents. *Frontiers in Psychology*, 8, 1-10. <https://doi.org/10.3389%2Ffpsyg.2017.00979>
- Richaud, M.; Mesurado, B. (2016). Positive emotions and empathy as promoters of prosocial behavior and inhibitors of aggressive behavior. *Acción Psicológica*, 13(2), 31-41. <https://doi.org/10.5944/ap.13.2.17808>.
- Rico, D.; Alzate, M. & Sabucedo, J.M. (2017). El papel de la identidad, la eficacia y las emociones positivas en las acciones colectivas de resistencia pacífica en contextos violentos. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 49(1), 28-35. Recuperado de <http://doi-org.ezproxy.unal.edu.co/10.1016/j.rlp.2015.09.013>
- Rodríguez, L. M., Oñate, M. E., & Mesurado, B. (2017). Revisión del Cuestionario de Emociones Positivas para adolescentes. Propiedades psicométricas de la nueva versión abreviada. *Universitas Psychologica*, 16(3), 1-13. Recuperado de <https://doi-org.ezproxy.unal.edu.co/10.11144/Javeriana.upsy16-3.rcep>
- Ruvalcaba-Romero, N. A., Orozco-Solis, G., Gallegos-Guajardo, J., & Nava-Fuerte, J. M. (2018). Relaciones escolares, comunicación con padres y prosocialidad como predictores de emociones positivas. *Liberabit*, 24(2), 183–193. <https://doi-org.iberobasededatosezproxy.com/10.24265/liberabit.2018.v24n2.02>
- Sandín, M. P. (2003). *Investigación cualitativa en educación. Fundamentos y tradiciones*. Madrid:McGraw-Hill.
- Sierra, O., Urrego, G., Montenegro, S., & Castillo, C. (2015). Estrés escolar y empatía en estudiantes de bachillerato practicantes de Mindfulness. *Cuadernos de Lingüística Hispánica*, 26, 175-197. <http://www.scielo.org.co/pdf/clin/n26/n26a10.pdf>
- Sirvent M.T. (2004). Cuadro Comparativo entre Lógicas según dimensiones del Diseño de Investigación. En M.T Sirvent (Ed.) *Estadística I Cuadernos de la Oficina de Publicaciones de la Facultad de Filosofía y Letras*. Buenos Aires: OPFyL.
- Stankovska, G., Memedi, I., & Dimitrovski, D. (2020). Coronavirus COVID-19 disease, mental health and psychosocial support. *Society Register*, 4(2), 33-48.
- Strauss, A. & Corbin, J. (1990). *Basics of qualitative research*. Newbury Park, Ca: Sage.
- Syropoulos, S. & Markowitz, E. (2021). Prosocial responses to COVID-19: Examining the role of gratitude, fairness and legacy motives. *Personality and Individual Differences*, 171. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110488>

Taylor, S. & Bogdan, R. (2002). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Barcelona: Paidós.

Tezón, M. (2019). Relación entre la empatía y gratitud como predictores de la prosocialidad en niños, niñas y jóvenes en Argentina y Colombia: un estudio transcultural. <https://repositorio.iberamericana.edu.co/handle/001/948>

Tezón, M. I. & Mesurado, M. B. (2021). Validación de una escala de empatía para niños, niñas y adolescentes colombianos. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología*, 14(3), 121-129. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8285961>

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8285961>

Tur-Porcar, A., Doménech, A., & Mestre, V. (2018). Family linkages and social inclusion. Predictors of prosocial behavior in childhood. *Anales de Psicología*, 34(2), 339-347. <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.34.2.308151>

Tur-Porcar, A., Llorca, A., Malonda, E., Samper, P., & Mestre, M. V. (2016). Empathy in adolescence. Relations with prosocial moral reasoning, prosocial behavior and aggression. *Acción Psicológica*, 13(2), 3–14. <https://doi.org/10.5944/ap.13.2.17802>

Villanueva, L., Prado-Gascó, V., & González-Barrón, R. (2014). Conciencia emocional, estados de ánimo e indicadores de ajuste individual y social en niños de 8-12 años. *Anales De Psicología*, 30(2), 772-780. doi: <http://dx.doi.org.ezproxy.unal.edu.co/10.6018/analesps.30.2.159261>.

World Health Organization. (2019). Global perspectives on assistive technology: proceedings of the GReAT Consultation 2019, World Health Organization, Geneva, Switzerland, 22–23 August 2019. Volume 1.

Yang, F. (2019). Effects of Emotional Resilience Training on Nurses' perceived stress, Positive and negative emotions and sleep quality/ Efectos del entrenamiento de enfermeros en resiliencia emocional sobre el estrés percibido, las emociones positivas y negativas y la calidad del sueño. *Revista Argentina De Clínica Psicológica*, Xxviii, 199. Recuperado de doi: <http://dx.doi.org.ezproxy.unal.edu.co/10.24205/03276716.2019.1106>

Anexos

Anexo 1

Escalas en emociones positivas

NOMBRE.....
EDAD SEXO FECHA
OCUPACIÓN DEL PADRE..... NIVEL EDUCATIVO DE LA MADRE.....

ESTAMOS REALIZANDO UNA INVESTIGACIÓN SOBRE EL COMPORTAMIENTO. CONFIAMOS PODER CONTAR CON TU AYUDA. EL CUESTIONARIO PRESENTA SITUACIONES TÍPICAS EN CASA Y EN LA ESCUELA. NO EXISTEN RESPUESTAS JUSTAS O EQUIVOCADAS, LA MEJOR ES LA MÁS SINCERA, LA QUE SE ACERCA MÁS A TU EXPERIENCIA.

A cada pregunta hay que dar una sola respuesta poniendo una cruz en la casilla que refleja el comportamiento que se acerca más al tuyo. En algunos casos te parecerá oportuno responder "a menudo", en otros "algunas veces" y en otros "nunca".

Escala de Conducta Prosocial (Caprara y Pastorelli, 1993; Del Barrio, Moreno y López, 2001).

	A menudo	Algunas veces	Nunca
1.- Intento consolar al que está triste			
2.- Hago compañía a mis amigos/as			
3.- Me enfado, cuando tengo que hacer algo que no me gusta			
4.- Intento ayudar a los demás			
5.- Soy amable			
6.- Lloro por cosas de poca importancia			
7.- Comparto con los/las amigos/as las cosas que me gustan			
8.- Suelo aburrirme			
9.- Ayudo a mis compañeros/as a hacer sus deberes			
10.- Presto mis juegos			
11.- Tengo pesadillas			
12.- Me gusta jugar en compañía			
13.- Confío en los demás			
14.- Me muerdo las uñas			
15.- Soy cariñoso/a con mis amigos/as			

Anexo 2

Escala de Prosocialidad (Padilla Walker).

Instrucciones: En esta sección se ofrece una lista de afirmaciones sobre las personas. Nos gustaría que nos digas en qué medida cada una de estas afirmaciones se parecen a tí. Por favor seleccione una respuesta.

¿Cuánto te describen las siguientes afirmaciones?	Nada parecido a mi		Algo parecido a mi		Muy parecido a mi
1. Aunque no sea fácil para mí, ayudo a personas que no conozco	1	2	3	4	5
2. Realmente disfruto haciendo pequeños favores a la gente que no conozco	1	2	3	4	5
3. Me esfuerzo por levantar el ánimo a la gente que parece triste, aunque no las conozca	1	2	3	4	5
4. Ayudo de buena gana a mis vecinos	1	2	3	4	5
5. Ayudo a otras personas en distintas tareas (ej. en sus trabajos, problemas u otras actividades)	1	2	3	4	5
6. Participo como voluntario en grupos que ayudan a personas necesitadas (ej. darles comida o ropa, grupos de servicio u otros proyectos de voluntariado)	1	2	3	4	5
7. Me implico en actividades de servicio en mi trabajo, barrio, etc.	1	2	3	4	5
8. Me gusta ser amable con los demás, aunque no los conozca.	1	2	3	4	5
9. Cuido de otras personas, aunque no los/las conozca	1	2	3	4	5
10. Aunque no sea fácil para mí, ayudo a mis amigos	1	2	3	4	5
11. Realmente disfruto haciendo pequeños favores para mis amigos/as	1	2	3	4	5
12. Me esfuerzo por levantar el ánimo a mis amigos/as cuando parecen tristes	1	2	3	4	5
13. Ayudo de buena gana a mis amigos/as	1	2	3	4	5

14. Siempre escucho a mis amigos/as cuando me cuentan sus problemas.	1	2	3	4	5
15. Me gusta ser amable con mis amigos	1	2	3	4	5
16. Me encanta hacer feliz a mis amigos	1	2	3	4	5
17. Yo les digo a mis amigos/as lo mucho que significan para mí	1	2	3	4	5
18. Yo cuido a mis amigos/as	1	2	3	4	5
19. Ayudo a mi familia aunque no sea fácil para mí	1	2	3	4	5
20. Realmente disfruto haciendo pequeños favores a mi familia	1	2	3	4	5
21. Me esfuerzo por levantarle el ánimo a los miembros de mi familia cuando parecen tristes	1	2	3	4	5
22. Ayudo de buena gana a mi familia (con cosas de la casa o cuidando a mi hermanos, hijos, etc.)	1	2	3	4	5
23. Siempre escucho a los miembros de mi familia cuando me cuentan sus problemas	1	2	3	4	5
24. Me gusta ser amable con los miembros de mi familia	1	2	3	4	5
25. Me encanta hacer feliz a mi familia	1	2	3	4	5
26. Yo les digo a mi familia lo mucho que los quiero	1	2	3	4	5
27. Cuido a los miembros de mi familia	1	2	3	4	5

Anexo 3**Evaluación multidimensional de la empatía****Evaluación multidimensional de la empatía**

Por favor, hace una cruz X en la opción que muestre mejor lo que a vos te pasa. Hace sólo una cruz para cada afirmación. No hay respuestas correctas o equivocadas. Gracias por contestar a todos los ítems.

	Siempre	Muchas veces	Pocas veces	Nunca
1. Cuando veo llorar a alguien que no conozco siento ganas de llorar.				
2. Pienso que todos deberían ayudar a los niños en necesidad.				
3. Aunque otro piense distinto a mí, puedo entenderlo.				
4. Tengo ataques de bronca.				
5. Cuando veo a alguien bailando me dan ganas de mover los pies.				
6. Me resulta fácil entender las distintas maneras de pensar de otros chicos.				
7. Cuando me enojo me cuesta mucho tranquilizarme.				
8. Cuando estoy con alguien que está triste yo también me pongo triste.				
9. Si un niño olvida su cartuchera, yo le prestaría mis útiles de la escuela.				
10. Me doy cuenta enseguida cuando alguien se siente mal.				
11. Todo el tiempo estoy cambiando, de a ratos me siento bien y de repente me enojo.				
12. Me doy cuenta cuando un amigo está aburrido.				

13. Deberíamos compartir con aquellos que tienen menos.				
14. Cuando discuto con alguien trato de entender lo que el otro piensa.				
15. Aunque yo esté contento, me doy cuenta si un amigo está enojado.				

Anexo 4

The Interpersonal Reactivity Index (IRI)

Las siguientes frases se refieren a pensamientos y sentimientos en diferentes situaciones. Indica si te describe **eligiendo 1 a 5 (1= no me describe bien; 2= me describe un poco; 3= bien; 4= bastante bien y 5= me describe muy bien)**. Lee cada frase cuidadosamente antes de responder.

	1	2	3	4	5
1. Sueño, bastante a menudo, acerca de las cosas que me podrían suceder					
2. Me preocupa y conmueve la gente menos afortunada que yo					
3. Es difícil para mi ver las cosas desde el punto de vista de otra persona					
4. No me preocupan los problemas de los demás					
6. En situaciones de riesgo, me siento miedoso/a e incómodo/a					
8. Cuando debo tomar una decisión, escucho distintas opiniones					
9. Tiendo a proteger a los que les toman el pelo.					
10. Me siento indefenso/a ante una situación muy emotiva					
11. Intento comprender mejor a mis amigos/as imaginándome como ven ellos/ellas las cosas.					
13. Cuando veo a alguien herido, no me pongo nervioso/a					
14. Las desgracias de otros no me molestan mucho					
15. Si estoy seguro/a que tengo la razón en algo, no pierdo tiempo escuchando los argumentos de los demás					
17. Cuando estoy en una situación emocionalmente tensa, me asusto					
18. Cuando veo a alguien que está siendo tratado injustamente, no siento ninguna compasión por él					
19. Normalmente soy bastante eficaz en situaciones difíciles.					
20. Me altero por las cosas que veo que ocurren alrededor.					
21. Pienso que hay dos partes para cada cuestión e intento tener en cuenta ambas					
22. Me describiría como una persona bastante sensible					
24. Tiendo a perder el control ante situaciones difíciles.					
25. Cuando estoy disgustado/a con alguien, intento ponerme en su lugar por un momento					
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

--	--	--	--	--	--

Anexo 5

Escala de gratitud

Utilizando la escala de 1 a 7, indique qué tan de acuerdo está con cada afirmación.

El puntaje mínimo es 1 muy en desacuerdo, hasta el más alto que es 7 muy de acuerdo

1. Tengo mucho en la vida por lo que estar agradecido. ____

2. Si tuviera que enumerar todo por lo que me siento agradecido, sería una lista muy larga.
3. Cuando miro el mundo, no veo mucho que agradecer. _
4. Estoy A medida que me hago mayor me siento más capaz de apreciar a las personas, los acontecimientos, y las situaciones que han sido parte de la historia de mi vida. ____
5. Puede pasar mucho tiempo hasta que sienta agradecimiento por algo o alguien. _____
6. agradecido a una gran cantidad de personas

