neurama
revista electrónica de
psicogerontología

Volumen 3 • Issue 1 • Jun 2016 5

Las ganancias de la empatía: Una revisión del concepto de prosocialidad en la vejez

Franco Morales[1] , Claudia Josefina Arias[2]

Resumen

El poseer vínculos de calidad con las personas que nos rodean ha estado siempre pensado como un factor central para una vida óptima, en especial en la vejez. La posibilidad de crear y sostener relaciones interpersonales positivas con otros interviene de forma directa con la salud y las conductas prosociales se muestran como un medio eficaz para de este tipo de relaciones. Motivaciones prosociales tendentes hacia el voluntariado, conductas altruistas, el cuidado interpersonal, las conductas de ayuda, intimidad y confianza relacional y el perdón son ejemplos de ello. En este sentido, la empatía, es decir, el poder ponerse en el lugar del otro, tener en cuenta sus necesidades y perspectivas, ha demostrado ser el prerrequisito indispensable para desarrollar este tipo de actitudes. Diversos estudios han mostrado las conductas prosociales muestran una influencia directa en la satisfacción con la vida, en especial en las personas de mayor edad. En el presente trabajo se relevan diferentes modelos teóricos e informes de investigación que abonan en este sentido y se proponen algunas posibles líneas futuras de investigación.
PALABRAS CLAVE: Prosocialidad; Vejez; Psicología del desarrollo; Empatía, Envejecimiento Generativo.

ISSUE Nº1
JUNIO
2016

Recibido:
02/04/2016

Aceptado:
21/04/2016

Abstract

Earnings of empathy: A review of the concept of prosociality in old age

Summary: Possessing quality links with the people around us has always been thought of as a central factor for optimum life, especially in old age. The ability to create and sustain positive relationships with others directly involved with health and prosocial behaviors are shown as an effective means of these relationships. tending towards volunteering prosocial motivations, altruistic behavior, interpersonal care, helping behaviors, relational intimacy and trust and forgiveness are examples. In this respect, empathy, ie, the power to take the place of the other, taking into account their needs and perspectives, has proved indispensable to develop these attitudes prerequisite. Several studies have shown prosocial behaviors show a direct influence on life satisfaction, especially in the elderly. In this paper various theoretical models and research reports that paid in this regard and some possible future research are proposed.

Keywords:
Prosociality; Old age; Developmental Psychology; Empathy; Generative Aging.

Introducción

Los cambios demográficos sucedidos en las últimas décadas dan cuenta de un proceso de cambio gradual pero sostenido hacia un mayor envejecimiento poblacional. Este aumento demográfico es un factor que permite explicar el aumento exponencial

(1) (2) Grupo de Investigación en Evaluación Psicológica - IPSIBAT - Facultad de Psicología – Universidad Nacional de Mar del Plata. Contacto: moralesfranco@live.com / cjarias@mdpe.edu.ar

de estudios acerca del proceso de envejecimiento en las últimas décadas. Sin embargo, dicha tendencia ha estado orientada a estudiar las pérdidas favoreciendo así una visión decremental de la última etapa de la vida (Iacub, 2011).

Estas perspectivas centradas en las pérdidas han encontrado su contra punto en una tendencia reciente que intenta abrir un punto de vista complementario intentando estudiar cómo las personas mayores son capaces de evitar pérdidas y aún acumular ganancias en la última etapa de su vida. Esta tendencia que pretende conceptualizar e intervenir a favor del buen envejecer muestra sus matices. Encontramos en esta perspectiva conceptos como envejecimiento activo, exitoso, satisfactorio, competente, productivo, positivo, generativo etc. Estudios recientes muestran que no sólo dispositivos e intervenciones asistenciales tienen beneficios protectores, sino que el desarrollo de actividades donde los adultos mayores puedan actuar de forma altruista y generosa favorece el buen envejecer.

El origen del interés por el altruismo habría que situarlo, probablemente, en nuestros más remotos ancestros; sin embargo es en 1908 cuando William McDougall (2013) publicó uno de los primeros manuales de psicología social donde examinaba el comportamiento prosocial considerándolo como uno de los instintos propios de la especie. Tras esta publicación, el estudio de la conducta prosocial desapareció de la psicología social hasta la década de los sesenta del siglo XX.

La historia de la reaparición de este constructo surge de un hecho lamentable, el caso de Kitty Genovese. La noche del 13 de marzo de 1964, Kitty Genovese, una joven neoyorkina de 28 años, fue asaltada y apuñalada hasta la muerte frente al portal de su casa. Lo impactante del caso fue que una treintena de vecinos, desde sus casas, observaron lo ocurrido y nadie hizo nada para ayudar a la chica. Este lamentable hecho llamó la atención, no sólo de los medios de comunicación, sino también de los investigadores sociales y, entre 1964 y 1980 se publicaron más de mil trabajos de investigación sobre el tema (Latané & Nida, 1981). Las preguntas que guiaron estos estudios fueron principalmente dos:"¿Cuándo se presta ayuda?" y "¿Qué nos motiva a ayudar?" (Manning, Levine, & Collins, 2007)

¿Qué es la prosocialidad?

Uno de los autores que ha comenzado a conceptualizar de manera general este constructo fue James Vander Zanden (1986) definiéndolo como: "Actos realizados en beneficio de otras personas; maneras de responder a éstas con simpatía, condolencia, cooperación, ayuda, rescate, confortamiento y entrega o generosidad" (pp. 617). Esta definición sólo contempla el acto de ayuda y no tiene en cuenta las consecuencias ni las motivaciones de las mismas. Es por ello que a esta la de Gonzalez Portal (1992) la complementa: "**Se entiende por conducta prosocial toda conducta social positiva con o sin motivación altruista.** *Positiva significa que no daña, que no es agresiva. A su vez se entiende por motivación altruista el deseo de favorecer al otro con independencia del propio beneficio. Por el contrario, la motivación no altruista es aquella que espera o desea un beneficio propio además del, o por encima del, ajeno*". Esta definición no solo tiene en cuenta la conducta sino también las posibles motivaciones que la motorizan.

Ahora bien, en la discusión respecto de este tipo de conductas, la pregunta en la que se generan las mayores discusiones es "*¿Qué nos mueve a ser prosociales?*". Se han esbozado una serie de teorías de diferente alcance al respecto. Reseñaremos aquí sólo algunas.

Darley y Latané, a partir del caso de Genovese, llevaron adelante una serie de estudios (Latane & Darley, 1970) en los que concluyen que en una situación en la que alguien requiere ayuda, la probabilidad de intervenir disminuye a medida que aumenta el número de observadores directos en la escena. A este fenómeno lo han denominado el "*Bystander Effect*" y se explica por: 1. La responsabilidad de ayudar se divide entre quienes observan la necesidad de hacer algo; y 2. El modelado de la inhibición conductual. Cada uno observa lo que hacen los demás: una situación inesperada, habiendo gente delante, invita a la inhibición y ésta se "contagia". Sin embargo, este fenómeno, también conocido como la "*Parábola de las 38 personas*" (Manning, Levine, & Collins, 2007) no sirve para explicar las conductas de ayuda, o su ausencia, en otras situaciones.

Otra teoría es el modelo propuesto por Jane Piliavin (Penner, Dovidio, Piliavin, & Shroeder, 2005). Se basa en la evaluación de costes y beneficios ante el requerimiento de ayuda. Una combinación de costes bajos y beneficios altos sería la condición óptima, según estos autores, para que se desarrolle una conducta de ayuda.

Otra teoría es la de Schwartz (1973). Este autor

desarrolla una explicación del comportamiento prosocial a partir de tres proposiciones básicas: 1. La conducta de ayuda depende de la intensidad de la obligación moral experimentada; 2. Los sentimientos de obligación moral aparecen en situaciones particulares, al activarse la estructura cognitiva de normas y valores y; 3. Los sentimientos de obligación moral pueden ser neutralizados por defensas cognitivas contra la relevancia o conveniencia de tal obligación. De esas tres premisas se derivan dos consecuencias: 1. Las diferencias individuales en sentimientos de obligación moral predecirán diferencias en la conducta de ayuda; 2. El impacto de los sentimientos de obligación moral está en función de: Las condiciones que activan la estructura de normas y valores y las condiciones que activan defensas cognitivas contra la relevancia o conveniencia de la obligación activada.

Por último, es de interés reseñar lo conceptualizado por algunas teorías evolucionistas y cuáles fueron las discusiones que emergieron al respecto de la búsqueda científica del origen de la generosidad. Hamilton, muy interesado por el estudio del origen evolutivo de las conductas de ayuda, propuso que, como los humanos vivían en grupos con rasgos genéticos similares, ayudar a un individuo aumentaba la probabilidad de propagar los genes comunes. Así, los individuos con tendencia prosocial incrementaban la probabilidad de propagación de sus "genes prosociales" (Dugatkin, 2007).

La empatía como gobernadora de las conductas prosociales

Los factores que se han relevado como aquellos que inician y mantienen las conductas prosociales son principalmente 3. El primero es el refuerzo social, esto es, la conducta prosocial se adquiere por las consecuencias positivas que de ella se deriva, es decir, las recompensas sociales. En segundo lugar, las normas sociales que indican qué conductas son esperadas ante la necesidad de otro. Por último, y aquí es donde muchos autores ponen el acento, están los factores emocionales. La observación de alguien necesitado produce una activación emocional. Pero no siempre esta activación emocional conducirá a una conducta de ayuda. La activación será interpretada y dicha interpretación conllevará una acción a los efectos de disminuir dicha disminución. Las posibilidades de acción son: reinterpretar la situación, huir, culpabilizar a la víctima o desarrollar una conducta compasiva y de ayuda.

Esto nos hace pensar en que, para poder desarrollar una conducta de ayuda, no sólo debe elicitarse una activación emocional sino que dicha activación debe estar orientada hacia la compasión con la persona en necesidad. Para McCullough (McCullough, Worthington, & Rachal, 1998) en este cambio de motivaciones, la empatía cumple el rol de "gobernador". Si bien reconocen que hay otras variables mediadoras de las actitudes y conductas prosociales, para ellos todas ellas están conducidas empáticamente. Altruismo, conductas de ayuda, gratitud, perdón, humildad, confianza, voluntariado, son gobernados por la empatía.

La Prosocialidad en la vejez como factor protector. Evidencia empírica reciente.

Una gran cantidad de estudios soportan la idea que los adultos mayores priorizan involucrarse en actividades emocionalmente significativas (Blanchard-Fields, 2007), como consecuencia de la percepción del tiempo limitado que queda de vida (Carstensen, Isaacowitz, & Charles, 1999). Pasar tiempo con las personas cercanas (Carstensen, 1992) y ayudar a las personas en necesidad (Newman, Vasudev, & Onawola, 1985), son actividades que han demostrado aumentar el bienestar y la satisfacción emocional en los adultos mayores. Ahora bien, en los adultos jóvenes la empatía emocional (la preocupación empática y el malestar personal) está asociada con conductas prosociales y satisfacción con las relaciones interpersonales (Batson, 1991). Es por ello que es importante estudiar cómo, la empatía emocional influye en las conductas prosociales en la vejez. Mientras que hay un consenso extendido de que la empatía cognitiva (Tomar la perspectiva de otros y entender sus pensamientos y estados mentales) decrece en la última etapa de la vida, la empatía emocional no parece decrecer en función de la edad (Bailey, Henry, & Von Hippel, 2008;). De hecho hay estudios locales (Morales & Soliverez, 2013) que relevaron niveles mayores en la vejez de preocupación empática, la dimensión orientada a otros de la empatía (la otra dimensión es el malestar personal que implica un distress emocional elicitado por la observación de otro sufriente).

Para poder detectar el peso que tiene la empatía en el desarrollo de conductas prosociales, Beadley y sus colaboradores (2013) expusieron a adultos jóvenes y a adultos mayores a situaciones donde debían llevar

adelante conductas de ayuda y en algunos participantes elicitaban empatía emocional contándoles que la persona a la que ayudarían padecía alguna dolencia en ese momento. Los adultos mayores mostraron mejores y una mayor cantidad de conductas prosociales cuando se elicitaba la empatía que los jóvenes. Asimismo, hubo una fuerte asociación entre el desarrollo de conductas prosociales con medidas de empatía disposicional. Esto sugiere que en contextos donde las metas socioemocionales son relevantes, tanto la empatía situacional como la disposición empática son mecanismos potenciadores de conductas más fuertes en los adultos mayores que en los jóvenes.

Otro estudio (Greenfield, 2009) examina el sentimiento de obligación a ayudar en dos dominios (personas cercanas y sociedad en general) como factores protectores frente a las pérdidas de bienestar psicológico como consecuencia del declive funcional en la vejez. Encontraron que un mayor sentimiento de obligación a ayudar a otros cercanos preserva el decrecimiento de la autoaceptación aún en casos de gran declive funcional, y el sentimiento de obligación a ayudar a la sociedad como un factor protector de la sensación de crecimiento personal y autoaceptación. Los sentimientos de obligación a ayudar tanto a personas cercanas como a la sociedad en general previenen de la aparición de síntomas de depresión. En este sentido, este estudio nos convoca a pensar que las conductas de ayuda en la vejez implican claros y concretos beneficios en lo que hace a la adaptación psicológica en esta etapa de la vida.

Por último reseñaremos un estudio de Brown, Cosedine y Magai (2005). La literatura existente indica vínculos fuertes entre el funcionamiento de la red de apoyo social y la salud. Existe un consenso respecto de que las redes más grandes o las que más apoyo aportan influyen en la salud y en la longevidad. Estos autores sugieren que tanto recibir como brindar apoyo social puede ser beneficioso. Desde una base evolucionista, estos autores relevan los efectos positivos de brindar apoyo social. Entre ellos se encuentra: menor morbilidad, sostenimiento de la propia red de apoyo social y una mayor adaptación al proceso de envejecimiento.

Conclusiones

El cambio de paradigma de una visión decremetal de la vejez a uno en el que en la vejez, como en todas las etapas de la vida, percibimos ganancias y pérdidas ha ofrecido un marco propicio para pensar el buen envejecer. Las teorías de la LifeSpan y la Psicología Positiva (Lombardo, 2013) han orientado sus investigaciones, en el marco de la psicología de la vejez, hacia el relevamiento de aquellos factores que protegen el proceso de envejecimiento. Estos estudios, enmarcados desde la perspectiva del buen envejecer, el envejecimiento activo, exitoso o satisfactorio, han generado cambios en la representación social del adulto mayor y en el diseño de dispositivos y entornos que promovieran este tipo de envejecimiento.

Sin embargo, en la actualidad nos encontramos frente a una nueva vejez. Los adultos mayores de hoy no son los mismos que décadas atrás. Nos encontramos, primero, frente a más adultos mayores que antes. Asimismo, se encuentran más sanos, más formados y más abiertos a nuevas vinculaciones con las generaciones anteriores. Este contexto actual ha permitido pensar a autores como Feliciano Villar (2013) en el envejecimiento generativo. Según este autor, las nuevas intervenciones en la vejez no deben estar orientadas sólo a la protección de las capacidades de los adultos mayores sino a su capitalización concreta en la sociedad. Utilizando el concepto de Eric Erikson de Generatividad, propone la idea de un Envejecimiento Generativo. Esta propuesta está pensada para poder articular dos tipos de desarrollos: el desarrollo social, ya que las actividades generativas, orientadas hacia el otro (familiar, amigo, conocido, comunidad, sociedad, etc.) y el individual, en tanto que la actividad generativa involucra procesos de significación personal y un aumento en las competencias personales.

El trabajo presente ha intentado reseñar lo que sabemos hasta el momento acerca de la Prosocialidad en la vejez. Se ha repasado la historia de este concepto; también se ha resaltado la importancia de la empatía como factor modulador primario de las conductas de ayuda y se destacaron investigaciones recientes que intentan de dar cuenta del lugar de la empatía en el desarrollo de conductas y actitudes prosociales y los beneficios de los mismos.

Las nuevas formas de envejecimiento demandan de la investigación empírica nuevas conceptualizaciones acerca de la importancia que tiene el desarrollo de acciones desinteresadas de ayuda. Este desarrollo debe ir acompañado de soporte empírico ,guías para el desarrollo de dispositivos y entornos que faciliten dichas conductas. Las investigaciones realizadas hasta el momento han estado primeramente muy ligadas a espacios controlados de investigación, los próximos pasos deberán estar orientados a dar validez ecológica a los resultados de estas investigaciones. Posibles líneas

de investigación deban estar orientadas a distinguir qué tipos de tareas son aquellas más provechosas para ambos tipos de desarrollo (individual y social), qué costos y riesgos potenciales puede traer el desarrollo de este tipo de conductas de ayuda, que representaciones sociales se tienen en cada medio local acerca del trabajo voluntario del adulto mayor, cómo formar adultos mayores generativos, qué intervenciones pueden realizarse para generar mayores niveles de empatía, entre otras.

Referencias

1. Bailey, P. E., Henry, J. D., & Von Hippel, W. (2008). Empathy and socialfunctioning in late adulthood. Aging & Mental Health, 12, 499-503.
2. Batson C. D. (1991). The Altruism Question. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
3. Beadle, J. N., Sheehan, A. H., Dahlben, B., & Gutchess, A. H. (2013). Aging, empathy, and prosociality. The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences, gbt091.
4. Blanchard–Fields, F. (2007). Everyday problem solving and emotion: An adult developmental perspective. Current Directions in Psychological Science, 16, 26-31.
5. Brown, W. M., Consedine, N. S., & Magai, C. (2005). Altruism relates to health in an ethnically diverse sample of older adults. The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences, 60(3), P143–P152.
6. Carstensen, L. L. (1992). Social and emotional patterns in adulthood: Support for socioemotional selectivity theory. Psychology and Aging, 7, 331-338.
7. Carstensen, L. L., Isaacowitz, D. M., & Charles, S. T. (1999). Taking time seriously. A theory of socioemotional selectivity. The American Psychologist, 54, 165-181.
8. Dugatkin, L. A. (2007). ¿Qué es el altruismo? La búsqueda científica del origen de la generosidad. Katz: Madrid.
9. Greenfield, E. A. (2009). Felt obligation to help others as a protective factor against losses in psychological well–being following functional decline in middle and later life. The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences, 64(6), 723–732.
10. Iacub, R. (2011). Identidad y envejecimiento. Buenos Aires: Paidos.
11. Latané, B., & Darley, J. M. (1970). The unresponsive bystander: Why doesn't he help? New York: Appleton-Century-Crofts.
12. Latané, B., & Nida, S. (1981). Ten years of research on group size and helping. Psychological Bulletin, 89, 308-324.
13. Lombardo, E. (2013). Psicología positiva y psicología de la vejez. Intersecciones teóricas. Psicodebate, 13, 47-60.
14. Manning, R., Levine, M., & Collins, A. (2007). The Kitty Genovese murder and the social psychology of helping: The parable of the 38 witnesses. American Psychologist, 62(6), 555.
15. McCullough, M. E., Worthington, E. L. & Rachal, K. C. (1997). Interpersonal Forgiving in Close Relationships. Journal of Personality and Social Psychology, 73(2), 321–336.
16. McDougall, W. (2013). An introduction to social psychology. Courier Dover Publications.
17. Morales, F., & Soliverez, C. (2013). La empatía en diferentes grupos de edad de Mar del Plata. Resultados preliminares. III Congreso de Psicología del Tucumán. San Miguel de Tucuman: Universidad Nacional de Tucumán.
18. Newman, S., Vasudev, J., & Onawola, R. (1985). Older volunteers' perceptions of impacts of volunteering on their psychological well–being. Journal of Applied Gerontology, 4, 123-127.
19. Penner, L. A., Dovidio, J. F., Piliavin, J. A., & Schroeder, D. A. (2005). Prosocial behavior: Multilevel perspectives. Annu. Rev. Psychol., 56, 365–392.
20. Portal, M. D. G. (1992). Conducta prosocial: evaluación e intervención. Ediciones Morata: Madrid.
21. Schwartz, S. H. (1973). Normative explanations of helping behavior: A critique, proposal, and empirical test. Journal of Experimental Social Psychology, 9(4), 349–364.
22. Trivers, R. L. (1971). The evolution of reciprocal altruism. Quarterly review of biology, 35–57.
23. Vander Zanden J. (1986). Manual de Psicología Social. Barcelona: Paidós.
24. Villar, F. (2013). Hacerse bien haciendo el bien: la contribución de la generatividad al estudio del buen envejecer. Informacio Psicológica, (104), 39–56.