

INTRODUCCIÓN

El desarrollo emocional y social de los adolescentes constituye un eje fundamental en el proceso educativo porque influye directamente en su comportamiento, relaciones interpersonales y desempeño académico. En el contexto de la ciudad de Tarija, los estudiantes de nivel secundario atraviesan una etapa de transición caracterizada por importantes cambios psicológicos, sociales y afectivos en la que la empatía y la adaptación social juegan un papel determinante para su bienestar, y convivencia escolar.

La empatía, entendida como la capacidad de comprender y compartir los sentimientos de los demás, es una habilidad socioemocional esencial para el desarrollo de conductas prosociales, la resolución pacífica de conflictos y la construcción de relaciones interpersonales saludables. Sin embargo, en los entornos escolares actuales se observa con frecuencia una disminución de las habilidades empáticas, reflejada en el aumento de conflictos, actitudes individualistas y dificultades para establecer vínculos de cooperación y respeto entre compañeros.

Por otra parte, la adaptación social se refiere a la capacidad del individuo para integrarse adecuadamente en los diferentes contextos sociales, respondiendo de manera positiva a las normas, valores y expectativas del entorno. En el ámbito educativo, una adecuada adaptación social favorece la participación activa en el aula, la estabilidad emocional y el rendimiento académico; mientras que su deficiencia puede derivar en aislamiento, problemas de conducta o bajo desempeño escolar.

En el contexto tarijeño, factores como los cambios en las dinámicas familiares, el impacto de las redes sociales, la presión académica y las diferencias socioeconómicas pueden afectar tanto la empatía como la adaptación social de los adolescentes como causa de un clima escolar donde las relaciones interpersonales se debilita. Pese a ello, son escasos los estudios locales que han abordado de manera directa la relación entre ambas variables en estudiantes de secundaria, por ello, es necesario profundizar en su análisis para comprender cómo las habilidades empáticas influyen en la capacidad de los jóvenes para adaptarse socialmente a su entorno educativo y familiar.

CAPÍTULO I

**PLANTEAMIENTO Y JUSTIFICACIÓN
DEL PROBLEMA**

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En la adolescencia ocurren cambios a nivel físico y emocional. A diferencia de los niños, los adolescentes suelen pensar constantemente en el futuro, algunos incluso suelen preocuparse en exceso por temas muy frecuentes de acuerdo a su edad como el rendimiento escolar, posibilidad del fallecimiento de uno de sus progenitores, violencia escolar, drogas, alcohol, vida social, fracaso, divorcio, guerras y otros. (Departamento de Educación de los Estados Unidos, s.f.). Durante este período de su desarrollo racional y emocional el adolescente se involucra con el mundo. Comienza a percibir y preocuparse por lo que sucede a su alrededor. Por tanto, se prepara para la vida adulta, crean su propia identidad de acuerdo a las situaciones y al ambiente que le rodea. (Eddy, 2014)

En el caso de los estudiantes de secundaria, especialmente aquellos que cursan el 4º, 5º y 6º de secundaria, estos cambios son muy evidentes, mientras atraviesan un periodo de transición hacia la adultez temprana, emocionalmente desarrollan la empatía, que adquiere relevancia casi determinante. La empatía es la capacidad de comprender y compartir las emociones de los demás, se trata de un factor esencial para favorecer la convivencia, fortalecer los vínculos entre pares y promover la adaptación social positiva dentro del contexto escolar.

Por consiguiente, la adolescencia no solo representa una etapa de maduración biológica y psicológica, sino también un espacio de desarrollo moral y social en el que los estudiantes aprenden a interpretar emociones ajenas, regular las propias y desenvolverse en escenarios cada vez más complejos. En este sentido, el desarrollo de la empatía está relacionada con la adaptación social, que permite a los adolescentes integrarse adecuadamente a su medio, gestionar los conflictos y asumir comportamientos pro-sociales facilitándoles de su interacción dentro la escuela y la comunidad.

Desde otro punto de vista, la empatía permite también la interacción fluida y sensible entre dos o más personas, está vinculada con las nuevas masculinidades, pues, un individuo empático estará en mejores condiciones para comprender si su rol de hombre o mujer es el más adecuado o no al adaptarse en el contexto social.

La empatía es la capacidad de percibir, compartir y comprender (en un contexto común) lo que otro ser puede sentir. También es descrita como un sentimiento de participación afectiva de una persona cuando se afecta a otra. Es la capacidad psicológica o cognitiva de sentir o percibir lo que otra persona sentiría si estuviera en la misma situación vivida por esa persona. La persona empática se caracteriza por tener afinidades e identificarse con otra persona. Es saber escuchar a los demás, entender sus problemas y emociones. La empatía es lo opuesto de antipatía ya que el contacto con la otra persona genera placer, alegría y satisfacción. La empatía es una actitud positiva que permite establecer relaciones saludables, generando una mejor convivencia entre los individuos. (De Minzi, 2001, p.16).

En investigaciones relacionadas a nivel internacional existen estudios recientes, desarrollados en México que evidencian la empatía y la adaptación social en adolescentes convertida en un problema emergente dentro del sistema educativo. Así como menciona, López-Reyes y Montejo (2022) en su investigación; “Empatía y habilidades socioemocionales en estudiantes de secundaria pública de Veracruz”, el 38% de los estudiantes alcanzó niveles adecuados de empatía; mientras que un 47% presentó niveles bajos. Este dato es preocupante, los propios autores afirman que la falta de empatía se relaciona con dificultades para integrarse al grupo, resolver conflictos y mantener relaciones respetuosas dentro del aula. También se identificó que 52% de los adolescentes tiene problemas de adaptación social, especialmente en el manejo emocional y la convivencia escolar, reflejo de un patrón similar al observado en otras instituciones del país centroamericano.

Otro estudio realizado en el estado de Puebla, Martínez y Torres (2023) analizaron la relación entre competencias socioemocionales, empatía y adaptación social en adolescentes de tercero a sexto de secundaria. Los resultados revelaron que el 61% de los estudiantes presenta dificultades moderadas a severas en su adaptación social, especialmente en la dimensión emocional y en las relaciones con los pares. Además, encontraron una correlación positiva y significativa entre empatía y adaptación social ($r = .42$; $p < .01$), evidenciando que los adolescentes con menor capacidad para comprender y compartir emociones ajenas también enfrentan mayores problemas de convivencia, conductas disruptivas y aislamiento social.

Una investigación más reciente, realizada por Salinas-Hernández y Vega (2024) en estudiantes de secundaria de ciudad de México mostró, que el 49% de los adolescentes presenta empatía baja, acompañada de dificultades para regular sus emociones y responder adecuadamente a situaciones sociales. Los autores advierten que la baja empatía se manifiesta de manera directa en actitudes de rechazo entre pares, conflictos interpersonales constantes y un incremento de conductas agresivas dentro del aula. El estudio concluye que 54% de los estudiantes evidencia una adaptación social deficiente, que demuestra no es un fenómeno aislado sino un problema que se repite en distintos entornos escolares mexicanos.

Estudios realizados en España, evidencian desafíos vinculados con la empatía y la adaptación social en la adolescencia. Un estudio publicado en 2022 analizó el ajuste escolar, la empatía emocional y la conexión con el medio ambiente en estudiantes de secundaria y encontró correlaciones significativas entre ambos, lo que sugiere que los alumnos con mayor empatía se adaptan mejor al entorno educativo (Interdisciplinaria, 2022).

Otro trabajo reciente (2024) realizado por Hernández y Álvarez evaluó un programa para “educar en la empatía” en institutos españoles y constató que fomentar la empatía contribuye de forma directa a mejorar la convivencia escolar y reducir los conflictos entre alumnos.

En investigaciones realizadas a nivel nacional, se destaca el estudio de Mamani Mamani (2017), titulado “Influencia de la empatía en las relaciones interpersonales de estudiantes de secundaria”, desarrollado en la ciudad de Cochabamba. El objetivo de esta investigación fue analizar cómo los niveles de empatía influyen en la calidad de las relaciones interpersonales dentro del contexto escolar. La población estuvo conformada por estudiantes de nivel secundario, a quienes se les aplicó el Índice de Reactividad Interpersonal (IRI) como instrumento principal para la evaluación de la empatía. Los resultados demuestran que aquellos estudiantes con mayores niveles de toma de perspectiva y preocupación empática tienden a desarrollar mejores habilidades para resolver conflictos, muestran una mayor integración en los grupos escolares y mantienen relaciones más armónicas tanto con sus compañeros como con sus docentes. El autor concluye que la empatía constituye un factor esencial en la formación socioemocional del adolescente, pues, influye directamente en la

calidad de sus vínculos interpersonales y en su proceso de adaptación social, permitiéndole desenvolverse de manera más efectiva en distintos sistemas que conforman su entorno educativo y personal.

Valverde y Pardo (2019) en su investigación titulado: “Empatía y adaptación social en adolescentes de secundaria”, desarrollado en la ciudad de El Alto, analizan la relación existente entre los niveles de empatía y la adaptación social en estudiantes del nivel secundario de distintas unidades educativas. Los adolescentes han sido evaluados con instrumentos psicológicos que midieron la empatía y diversos indicadores de integración social, aunque no se utilizó el CAAB como prueba principal. Los resultados evidenciaron una relación significativa entre los altos niveles de empatía afectiva y una mejor percepción de integración familiar y social. Así mismo, se observó que los estudiantes con mayor preocupación empática son también, aquellos que manifiestan sentirse más aceptados y comprendidos por sus pares y su entorno familiar como factores fundamentales para un adecuado proceso de adaptación social. En sus conclusiones destacan que la empatía cumple un papel esencial como puente emocional que favorece la convivencia, la cohesión grupal y el bienestar psicológico en la adolescencia promoviendo así una inserción social más saludable y equilibrada.

A nivel regional en la ciudad de Tarija, Aparicio Olarte (2022) hizo una investigación titulada: “Habilidades sociales en estudiantes de 2do y 3ro de secundaria de la Unidad Educativa Juan XXIII-II” con el objetivo de analizar la relación entre las habilidades sociales y el proceso de adaptación escolar en adolescentes. La población estuvo conformada por estudiantes de nivel secundario y aunque no se aplicaron específicamente los instrumentos CAAB ni IRI, se emplearon escalas de observación y cuestionarios sobre comportamiento social. Los resultados muestran que las habilidades sociales, tales como la escucha activa, el respeto y la colaboración no están estrechamente relacionadas con la capacidad de comprender y responder a las emociones de los demás, esto se asocia directamente con el desarrollo de la empatía. En cuanto a la adaptación, el estudio evidencia que la calidad en las relaciones familiares y el grado de integración grupal influyen significativamente en el ajuste escolar y emocional de los estudiantes. En sus conclusiones destacan que fomentar la empatía y las habilidades sociales dentro del entorno educativo contribuye positivamente al bienestar

psicológico y a la adaptación social de los adolescentes, promoviendo ambientes escolares más cooperativos y saludables.

Barrientos y Torrez (2023) estudiaron la “Relación entre resiliencia e inteligencia emocional en estudiantes de 4to a 6to de secundaria” con el propósito de analizar cómo las habilidades emocionales influyen en la capacidad de los adolescentes para enfrentar situaciones adversas y adaptarse a su entorno escolar y social. La población estuvo conformada por estudiantes de dos unidades educativas del nivel secundario en el colegio San Luis, se aplicaron escalas estandarizadas para medir la resiliencia y la inteligencia emocional. Los resultados muestran que los estudiantes con mayor manejo y comprensión de sus emociones presentan mejores niveles de adaptación escolar, familiar y social, evidencia de una regulación emocional como componente clave del bienestar y la estabilidad personal. En sus conclusiones, señalan que los factores emocionales y sociales están profundamente interrelacionados y que las habilidades empáticas al facilitar la comprensión y conexión con las demás personas, esto contribuye de forma indirecta al fortalecimiento de la resiliencia y a una mayor adaptación global en los contextos educativos y familiares.

Así también, en entrevista informal realizada al profesor de la materia de Psicología de la Unidad Educativa Juan XXIII-2, ella señala que tiene más de diez años de experiencia en la docencia a nivel secundario. El profesional indicó que, durante los últimos dos años, ha observado un incremento significativo de situaciones vinculadas a dificultades en la convivencia escolar, especialmente en lo referente a la falta de comprensión emocional entre pares, respuestas impulsivas y problemas de integración dentro de los grupos de aula. Según el entrevistado “muchos estudiantes presentan dificultades para ponerse en el lugar del otro, y esto genera conflictos que podrían evitarse si existiera un mayor nivel de empatía” (Flores Serrudo, entrevistado el 3 de noviembre de 2024).

El profesor Flores Serrudo mencionó que las dificultades que indican repercuten directamente en la adaptación social, manifestándose en conductas de aislamiento, rechazo entre compañeros, inestabilidad en las relaciones de amistad e inclusive en actitudes de confrontación. De acuerdo con sus observaciones, los estudiantes con menores competencias empáticas suelen tener mayores problemas para ajustarse a las normas del entorno escolar y establecer interacciones armónicas con sus compañeros.

Otra entrevistada es la directora de la Unidad Educativa Hermann Gmeiner, quien señaló que, en los cursos superiores de secundaria, especialmente en 4to, 5to y 6to, se registran casos reiterados de conflictos interpersonales, dificultades en la resolución pacífica de desacuerdos y episodios en los que los estudiantes demuestran escasa capacidad para reconocer las emociones ajenas. La directora destaca que “es frecuente que los adolescentes no logren comprender el impacto emocional de sus acciones en otros, lo que afecta no solo la convivencia, sino también su integración en actividades grupales” (Ruiz Aban, entrevistada el 5 de noviembre de 2024).

En el contexto educativo actual, uno de los mayores desafíos que enfrentan los adolescentes es el desarrollo de habilidades socioemocionales para positivamente a su entorno. La etapa de la secundaria constituye un periodo crucial en la formación de la identidad, las relaciones interpersonales y la integración social, aspectos que dependen en gran medida de la capacidad empática de los estudiantes. En este sentido, el comprender cómo la empatía influye en la adaptación social adquiere una relevancia particular, ya que permite identificar los factores emocionales que facilitan o dificultan la convivencia, la cooperación y el bienestar dentro de la comunidad educativa.

A partir de esta realidad, surge la pregunta central de investigación:

¿Cuál es la relación entre empatía y adaptación social en estudiantes de 4º, 5º y 6º de secundaria de las unidades educativas Juan XXIII-2 y Hermann Gmeiner ?

1.2. JUSTIFICACIÓN

La problemática social que se observa actualmente en los adolescentes está estrechamente vinculada con diversos factores personales y relacionales. Entre ellos, la empatía y la adaptación social se consideran fundamentales para un adecuado desenvolvimiento dentro del entorno escolar y comunitario. La decadencia o el debilitamiento de dinámicas familiares, sociales y comunitarias afecta directamente su nivel de adaptación a distintos contextos donde interactúan los adolescentes. Tal situación influye negativamente en su capacidad para comprender a los demás, regular sus emociones y establecer vínculos saludables.

La empatía juega un rol esencial en los adolescentes, estudiantes pues, les permite estudiantes reconocer las emociones de los otros, responder de manera prosocial y establecer relaciones basadas en el respeto, la comprensión y la cooperación. Cuando este proceso es afectado, pueden surgir dificultades a nivel de conflictos interpersonales, conductas agresivas, retraimiento social o falta de habilidades para resolver problemas.

Por su parte, la adaptación social constituye una variable clave en el desarrollo psicosocial del adolescente, ya que implica su capacidad para integrarse adecuadamente en grupos, cumplir normas, afrontar dificultades y relacionarse asertivamente dentro de la comunidad educativa. De acuerdo con autores como Bances (2020), un buen nivel de adaptación social en los adolescentes contribuye a su desarrollo emocional, intelectual y afectivo, favoreciendo su rendimiento académico y previniendo desajustes sociales como la agresión, la delincuencia y el consumo de sustancias, entre otros.

En este contexto, se considera pertinente estudiar la relación entre empatía y adaptación social en estudiantes de 4º, 5º y 6º de secundaria de las unidades educativas Juan XXIII-2 y Hermann Gmeiner, ya que ambas variables desempeñan un papel significativo en la construcción de una convivencia escolar armónica y un adecuado desarrollo psicosocial.

La presente investigación surge como respuesta a una necesidad real dentro de las unidades educativas mencionadas. De acuerdo con información proporcionada por las autoridades académicas, se registran dificultades en las relaciones interpersonales, hay conflictos

recurrentes entre estudiantes y aparecen problemas de integración social que podrían estar vinculados a bajos niveles de empatía y dificultades en los procesos de adaptación social.

En cuanto a los aportes, este estudio ofrece en primer lugar un aporte teórico, al proporcionar información actualizada sobre la empatía y la adaptación social en el contexto educativo tarijeño, lo cual puede servir como antecedente y base teórica para futuras investigaciones que profundicen en estas variables. Además, la información obtenida podrá ser de utilidad para docentes, orientadores, padres de familia y autoridades educativas, contribuyendo a la elaboración de estrategias de intervención.

Por otro lado, este trabajo también presenta un aporte práctico, pues los resultados permitirán identificar niveles de empatía y adaptación social en los estudiantes, facilitando la implementación de programas o políticas educativas orientadas a fortalecer dichas competencias. De esta manera, instituciones como la Dirección Distrital de Educación, los equipos de orientación psicopedagógica, directores y profesores podrán diseñar acciones preventivas y de apoyo que favorezcan el desarrollo integral de los estudiantes de ambas unidades educativas de Tarija.

CAPÍTULO II

DISEÑO TEÓRICO

2.1. PREGUNTA PROBLEMA

- ¿Cuál es la relación entre empatía y adaptación social en estudiantes de 4º, 5º y 6º de secundaria de Unidades Educativas Juan XXIII-2 y Hermann Gmeiner?

2.2. OBJETIVO GENERAL

- Determinar la relación entre empatía y adaptación social en estudiantes de 4º, 5º y 6º de secundaria de Unidades Educativas Juan XXIII-2 y Hermann Gmeiner.

2.3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar los niveles de empatía en sus dimensiones: toma de perspectiva, fantasía, preocupación empática, malestar personal, que presentan los estudiantes.
- Evaluar los niveles de adaptación social en sus dimensiones; adaptación familiar, social, emocional y de la salud.
- Establecer la correlación entre los niveles de empatía y los niveles de adaptación social de los estudiantes de 4º, 5º y 6º de Unidad Educativa Juan XXIII-2 y Unidad Educativa Hermann Gmeiner.

2.4. HIPÓTESIS

- Los estudiantes de 4º, 5º y 6º de secundaria de las Unidades Educativas Juan XXIII-2 y Hermann Gmeiner presentan niveles bajos de empatía en todas sus dimensiones.
- Los estudiantes de 4to, 5to y 6to de secundaria de las Unidades Educativas Juan XXIII-2 y Hermann Gmeiner presentan niveles bajos de adaptación social en todas sus dimensiones.
- Existe una correlación positiva entre los niveles de empatía y adaptación social: a mayores niveles de empatía, mayores serán los niveles de adaptación social en los estudiantes de 4º, 5º y 6º de secundaria de Unidad Educativa Juan XXIII-2 y Unidad Educativa Hermann Gmeiner.

2.5. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLE	DEFINICIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA
EMPATÍA	De Minzi (2001) define la empatía como "la capacidad de percibir, compartir y comprender (en un contexto común) lo que otro ser puede sentir. También es descrita como un sentimiento de participación afectiva de una persona cuando se afecta a otra" (p. 16).	1.Toma de perspectiva (cognitiva) 2.Fantasía (imaginativa) 3.Preocupación empática (afectiva) 4.Malestar personal (autorreferencia afectiva)	1. Capacidad de ponerse en el lugar de otros 2. Identificación con personajes ficticios 3. Sentimientos de compasión y solidaridad 4. Ansiedad o incomodidad ante el sufrimiento ajeno	Índice de Reactividad Interpersonal (IRI, 28 ítems, 0–4cada ítem): Bajo: 0–37 Medio:38–74 Alto: 75–112
ADAPTACIÓN SOCIAL	Nivel de ajuste del estudiante en su entorno social, familiar, emocional y de salud, reflejado en la capacidad de mantener relaciones y afrontar situaciones de la vida cotidiana (Bell, 1934).	1. Adaptación familiar 2. Adaptación social 3. Adaptación emocional 4. Adaptación de la salud	1. Satisfacción con la familia y comunicación 2. Habilidad para interactuar y cooperar con pares 3. Regulación emocional y manejo de conflictos 4. Bienestar físico y hábitos saludables	Cuestionario de Adaptación Social (CAAB, 30 ítems, Sí=1 / No=0): Bajo:0–10 Medio:11–20 Alto:21–30

CAPÍTULO III

MARCO TEÓRICO

En el presente capítulo se desarrollan los conceptos más relevantes que fundamentan la presente investigación. En primer lugar, se presentan las distintas conceptualizaciones de las variables psicológicas principales: la empatía y la adaptación social, las cuales constituyen el eje central del estudio. Estas definiciones permitirán comprender los factores socioemocionales que influyen en la convivencia y el desarrollo interpersonal de los estudiantes de nivel secundario.

3.1. EMPATÍA

La empatía se entiende como la capacidad de comprender y compartir las emociones de los demás, integrando componentes cognitivos y afectivos. Según Davis (1983), es un factor esencial en la adolescencia, pues favorece la adaptación social y el desarrollo de conductas prosociales.

1.1. 3.1.2. Definición y características de la empatía

La empatía es una competencia emocional y cognitiva que permite a las personas reconocer, comprender y responder emocionalmente a las experiencias afectivas de los demás. De acuerdo con el citado autor, se trata de un proceso complejo que integra tanto la toma racional de la perspectiva del otro como la resonancia emocional frente al sufrimiento o la alegría ajena. Esta capacidad es crucial durante la adolescencia, ya que favorece la regulación de las emociones, la resolución de conflictos y el establecimiento de relaciones interpersonales positivas, elementos clave para una adecuada adaptación al entorno escolar y familiar.

Desde una perspectiva psicológica, la empatía no es una emoción aislada, sino una habilidad que puede entrenarse y desarrollarse a lo largo de la vida. Mestre et al. (2004) sostienen que la empatía implica tres componentes: el reconocimiento de las emociones del otro, la comprensión de su origen, y la generación de una respuesta emocional apropiada. En este sentido, la empatía es esencial para la convivencia y la cohesión social, ya que permite la toma de decisiones éticas, el respeto por la diversidad y el ejercicio de la solidaridad.

La empatía tiene también un fuerte componente neuropsicológico. Las investigaciones en neurociencia han mostrado que existen estructuras cerebrales como las

neuronas espejo que se activan cuando una persona observa a otra experimentar una emoción, permitiendo una "simulación interna" de esa experiencia (Rizzolatti, 2009). Este mecanismo facilita la identificación emocional y sustenta biológicamente la capacidad de empatizar.

En contextos educativos, la empatía es especialmente relevante, ya que contribuye al fortalecimiento del clima escolar, reduce la incidencia de acoso, y promueve actitudes prosociales como la cooperación, la ayuda mutua y la tolerancia (Richaud de Minzi, 2008). La ausencia de empatía, por el contrario, se ha relacionado con conductas agresivas, aislamiento social y dificultades en la adaptación emocional y social del adolescente.

1.2. 3.1.3. Teorías sobre la empatía

El estudio de la empatía ha sido abordado desde diversas corrientes teóricas, psicológicas y neurobiológicas, reflejando su carácter multidimensional y su importancia en el desarrollo moral, afectivo y social. Con el tiempo, diferentes autores han ofrecido modelos explicativos que permiten comprender los mecanismos subyacentes de esta habilidad, en especial durante la adolescencia.

a) Teoría Multidimensional de Davis (1980, 1983)

Mark H. Davis desarrolló uno de los modelos más influyentes sobre la empatía, conocido como el Modelo Multidimensional de la Empatía. Según este autor, la empatía no puede ser comprendida como un rasgo único o general, sino como una constelación de procesos emocionales y cognitivos diferenciados. En este sentido, propuso el Índice de Reactividad Interpersonal (IRI), un instrumento psicométrico que operacionaliza la empatía a través de cuatro dimensiones principales:

- Toma de perspectiva (PT): Hace referencia a la tendencia del individuo a adoptar espontáneamente el punto de vista de otras personas. Se trata de una habilidad cognitiva clave para la comprensión social y la regulación emocional. Esta dimensión permite interpretar las emociones ajenas y anticipar reacciones, lo cual favorece la interacción interpersonal.
- Fantasía (FS): Evalúa la capacidad del sujeto para identificarse con personajes ficticios de libros, películas u obras dramáticas. A través de esta dimensión se activa la imaginación empática, que facilita la sensibilidad frente a experiencias ajenas, incluso en contextos no reales.

- Preocupación empática (EC): Se refiere a los sentimientos de compasión, ternura y simpatía hacia otras personas que atraviesan situaciones difíciles. Representa el componente afectivo de la empatía y está vinculado con el altruismo y la conducta prosocial.
- Malestar personal (PD): Evalúa el grado de ansiedad, incomodidad o angustia que experimenta una persona al observar el sufrimiento ajeno. Aunque este componente también es afectivo, se diferencia de la preocupación empática porque puede llevar al retraimiento en lugar de a la acción.

Davis (1983) considera que estas dimensiones se activan de forma diferenciada según la situación y la personalidad del individuo. Por ejemplo, una persona puede mostrar altos niveles de preocupación empática y bajos niveles de malestar personal, lo que le permite ayudar activamente sin experimentar parálisis emocional. Esta propuesta ha sido ampliamente validada y utilizada en investigaciones psicoeducativas y sociales, debido a su capacidad para captar la complejidad del fenómeno empático.

b) Teoría del desarrollo moral y empatía – Martin Hoffman (1982, 2000)

Martin Hoffman es otro de los principales exponentes en la conceptualización de la empatía. A diferencia de Davis, Hoffman (2000) considera que la empatía es una capacidad innata que evoluciona con el desarrollo moral del individuo. Según su modelo, los seres humanos nacen con una predisposición empática que se va sofisticando a través de la socialización, la educación y las experiencias afectivas.

Hoffman distingue cinco etapas evolutivas de la empatía:

- Reacciones globales: En los primeros meses de vida, el infante responde con llanto al llanto de otros niños, sin distinguir entre sí mismo y el otro.
- Empatía egocéntrica: Hacia los 12-18 meses, el niño comienza a identificar la angustia del otro, pero aún la interpreta desde su propia perspectiva.
- Empatía hacia los sentimientos del otro: A los 2-3 años, se desarrolla la capacidad de comprender que los sentimientos ajenos son distintos de los propios.

— Empatía hacia las condiciones generales de vida: Durante la niñez media y adolescencia, la empatía se extiende hacia grupos sociales, personas desconocidas y situaciones estructurales, como la pobreza o la discriminación.

— Empatía como motivación prosocial: En la adolescencia y adultez, la empatía se convierte en un factor motivacional para conductas altruistas, solidarias o de justicia social. (pp. 281-313)

Esta teoría es relevante para el presente estudio, ya que sitúa a la empatía como un factor central en el desarrollo moral y social del adolescente, y explica cómo influye en su capacidad para adaptarse a distintos contextos relacionales. La empatía, en este marco, se convierte en el motor que permite la interiorización de normas sociales y la regulación de la conducta en función del bienestar del otro.

c) Teoría del desarrollo moral de Kohlberg (1975, 1997)

Lawrence Kohlberg, en su teoría del desarrollo moral, no se centró exclusivamente en la empatía, pero sí la consideró un componente esencial en la formación del juicio moral. Según su propuesta, el desarrollo moral se divide en tres niveles (preconvencional, convencional y postconvencional), cada uno con dos etapas. La empatía actúa como facilitadora en la transición de un nivel a otro, ya que permite al individuo comprender las consecuencias sociales de sus acciones y tomar decisiones más justas.

En los niveles más altos de desarrollo moral (etapa cinco y seis), la empatía se manifiesta como una capacidad de tomar decisiones éticas basadas en principios universales de justicia, equidad y bienestar colectivo. En el contexto educativo, esto se traduce en una mayor sensibilidad ante los problemas de los demás, mayor responsabilidad afectiva y una inclinación a resolver los conflictos de forma pacífica y cooperativa.

d) Enfoque neuropsicológico:

Las neuronas espejo desde la neurociencia, se ha demostrado que la empatía no solo es una construcción social o psicológica, sino también un proceso biológico. Rizzolatti, et al. (2001) las descubrieron y están ubicadas en el lóbulo frontal y parietal del cerebro, que se activan tanto al realizar una acción como al observarla en otro. Este sistema cerebral permite “sentir” lo que el otro siente, generando una base neuronal para la empatía.

Este hallazgo apoya la idea de que la empatía tiene un componente automático, que se activa incluso antes de que podamos razonar o juzgar una situación. En el adolescente, este sistema puede verse influido por el entorno social, la educación emocional y las experiencias personales, facilitando o limitando su desarrollo empático.

1.3. 3.1.4. Empatía y regulación emocional

Diversos autores coinciden en que la empatía no es únicamente la capacidad de comprender y compartir los sentimientos de los demás, sino que también implica manejar de manera adecuada las reacciones emocionales que surgen de dicha conexión. En este sentido, Schipper y Petermann (2013) destacan que la empatía debe analizarse junto con los procesos de regulación emocional, ya que una alta sensibilidad sin estrategias de control puede generar efectos contraproducentes.

Los autores señalan que, cuando los adolescentes experimentan una elevada empatía afectiva sin recursos de regulación, suelen presentar malestar personal excesivo, expresado en ansiedad, tensión emocional o evitación de situaciones sociales que implican sufrimiento ajeno. Por el contrario, aquellos que logran equilibrar la sensibilidad empática con habilidades de regulación emocional tienden a desarrollar una empatía funcional, que favorece la solidaridad, la cooperación y la prosocialidad de manera sostenida. (Davis, 1983; Eisenberg, Spinrad y Morris, 2010).

Esto implica que la empatía, entendida como una habilidad multidimensional, no puede ser vista únicamente como positiva, ya que sus efectos dependen del nivel de autorregulación emocional del individuo. En la adolescencia, etapa caracterizada por intensos cambios afectivos y sociales, este vínculo es especialmente relevante, pues determina si la empatía se convierte en un recurso adaptativo para la integración social o, por el contrario, en una fuente de sobrecarga emocional que dificulta el ajuste escolar y personal. (Davis, 1983; Eisenberg, et al., 2010).

1.4. 3.1.4. Dimensiones de la empatía

El Índice de Reactividad Interpersonal (IRI) propuesto por Davis (1980, 1983) descompone la empatía en cuatro dimensiones específicas, dos de carácter cognitivo y dos

afectivas, lo que permite una evaluación diferenciada de esta capacidad. Cada dimensión captura una forma particular de interacción empática, ofreciendo una mirada más precisa sobre cómo los adolescentes perciben, comprenden y responden emocionalmente a su entorno social.

a) Toma de Perspectiva (PT)

La toma de perspectiva es la capacidad cognitiva de adoptar el punto de vista de otra persona, considerando sus pensamientos, sentimientos y motivos. Esta dimensión representa la parte más racional de la empatía, ya que implica una decodificación intencional de la experiencia del otro desde su marco de referencia, sin necesidad de involucramiento emocional directo (Davis, 1983).

Según Eisenberg y Fabes (1990), la toma de perspectiva está fuertemente relacionada con el desarrollo del juicio moral, ya que permite al sujeto evaluar cómo sus acciones afectan a los demás. Los adolescentes que poseen esta capacidad pueden anticipar los efectos de su conducta, resolver conflictos de manera más constructiva y actuar con mayor sensibilidad social.

En el ámbito educativo, la toma de perspectiva se traduce en la habilidad de comprender los sentimientos y reacciones de compañeros y profesores ante diversas situaciones escolares. Esta dimensión favorece la resolución pacífica de conflictos, la disminución de malentendidos y una mayor cohesión grupal (Selman, 1980).

Además, el desarrollo de esta habilidad está vinculado con el proceso de socialización secundaria que ocurre en la adolescencia, donde los jóvenes comienzan a interactuar con grupos más diversos y a construir su identidad en relación con el otro (Ortega, 2012). A nivel neuropsicológico, la toma de perspectiva se apoya en la teoría de la mente, que implica la capacidad de comprender que los demás tienen pensamientos, creencias e intenciones distintas a las propias (Premack y Woodruff, 1978).

b) Fantasía (FS)

La dimensión de fantasía se refiere a la tendencia de los individuos a identificarse emocionalmente con personajes ficticios de libros, películas o juegos, experimentando sus sentimientos como si fueran propios. Aunque esta dimensión puede parecer secundaria, tiene

un alto valor en el desarrollo de la empatía, ya que activa la imaginación empática, un proceso que permite simular internamente la experiencia del otro (Davis, 1983).

Los adolescentes con una alta puntuación en esta dimensión suelen tener una sensibilidad emocional elevada, una disposición reflexiva y una apertura hacia experiencias emocionales intensas. Esta capacidad está estrechamente ligada a las habilidades de simbolización, creatividad y expresión artística, por lo que muchas veces se manifiesta en contextos culturales y literarios.

Investigaciones como las de Mar, et al. (2006) han demostrado que la lectura frecuente de narrativa de ficción contribuye al desarrollo de la empatía, ya que expone al lector a experiencias emocionales diversas, ampliando su repertorio afectivo y moral. En contextos educativos, fomentar la lectura de literatura emocionalmente rica puede ser una estrategia útil para estimular esta dimensión.

En el entorno escolar, la fantasía contribuye a la construcción de la identidad del adolescente, ya que le permite explorar diferentes roles, realidades alternativas y dilemas morales a través de la identificación con personajes. Esta dimensión, por tanto, puede ser clave en la formación del pensamiento crítico, la tolerancia a la ambigüedad y el respeto por la diversidad emocional (Nussbaum, 1997).

c) Preocupación Empática (EC):

La preocupación empática es la dimensión afectiva que implica sentimientos de compasión, ternura, simpatía y cuidado hacia las personas que sufren. Esta forma de empatía emocional impulsa a las personas a actuar en beneficio de los demás, por lo que está fuertemente asociada con la conducta prosocial, el altruismo y el comportamiento moral (Batson, et al., 1991).

Esta dimensión se desarrolla principalmente durante la infancia, pero alcanza una consolidación en la adolescencia, momento en que los jóvenes son capaces de entender el sufrimiento ajeno en un sentido más amplio y abstracto, incluyendo causas estructurales o colectivas, como la injusticia social, el acoso escolar o la discriminación (Hoffman, 2000).

Los adolescentes que puntúan alto en preocupación empática suelen mostrar mayor disposición a colaborar con sus compañeros, intervenir ante situaciones de violencia, y participar en actividades de servicio social o voluntariado. En este sentido, esta dimensión es esencial para construir climas escolares respetuosos, solidarios y emocionalmente seguros.

Además, se ha encontrado que la preocupación empática tiene una relación directa con la autoestima, el sentido de comunidad y la conexión emocional con el grupo de pares (Mestre, et al., 2004). Los programas educativos que integran actividades de reflexión ética, debates sobre dilemas morales o ejercicios de mindfulness han mostrado ser efectivos para estimular esta dimensión empática.

d) Malestar Personal (PD):

El malestar personal es una dimensión también afectiva, pero de carácter desadaptativo, ya que implica sentimientos de ansiedad, incomodidad, impotencia o angustia frente al sufrimiento ajeno. A diferencia de la preocupación empática, que motiva la ayuda, el malestar personal puede generar una respuesta de evitación o bloqueo emocional (Davis, 1983).

En la adolescencia, esta dimensión puede estar relacionada con experiencias de trauma, inseguridad emocional o sobrecarga afectiva. Cuando el adolescente no cuenta con recursos suficientes para procesar adecuadamente la emoción ajena, puede sentirse abrumado, lo que dificulta su capacidad para actuar de manera prosocial.

El malestar personal está vinculado con estilos de apego ansiosos o evitativos, baja autoestima y pobre regulación emocional (Schipper y Petermann, 2013). No obstante, esta dimensión no debe entenderse como un rasgo negativo en sí mismo, ya que también puede indicar sensibilidad emocional. Lo importante es acompañar su desarrollo con estrategias de autorregulación, contención emocional y fortalecimiento del yo.

En contextos escolares, el malestar personal puede manifestarse en conductas de retraimiento, apatía o incluso agresividad defensiva. Por ello, es esencial que las intervenciones empáticas incluyan espacios de escucha activa, expresión emocional y acompañamiento psicológico, especialmente para adolescentes expuestos a situaciones de vulnerabilidad o estrés crónico (Córcoles, 2008).

3.2. ADAPTACIÓN SOCIAL

La adaptación social se refiere a la capacidad del adolescente para ajustarse de manera adecuada a las normas, demandas y relaciones de su entorno familiar, escolar y comunitario. Durante la adolescencia resulta fundamental, ya que facilita la integración grupal, el

desarrollo de vínculos saludables y el manejo constructivo de conflictos, aspectos claves para el bienestar socioemocional y académico.

1.5. 3.2.1. Definición y relevancia

La adaptación social es un constructo central en la psicología del desarrollo y la psicología educativa, ya que se refiere a la capacidad del individuo para ajustarse de manera efectiva a las demandas, normas y expectativas del entorno social. Este proceso implica una interacción dinámica entre la persona y su ambiente, en la que se busca mantener un equilibrio entre las necesidades internas y las exigencias externas (Orte y March, 1996).

Para García y Magaz (1998), la adaptación social es el conjunto de conductas y respuestas que permiten al individuo establecer relaciones satisfactorias con su medio, especialmente con figuras significativas como padres, maestros y compañeros. Esta capacidad es fundamental durante la adolescencia, una etapa caracterizada por múltiples cambios personales, sociales y escolares, en la que el joven debe reorganizar su identidad y pertenencia grupal.

La adaptación social no es un rasgo estático ni innato, sino un proceso continuo y contextual. Su nivel varía según la calidad del entorno, el sistema de apoyo disponible y las habilidades socioemocionales del sujeto. Una buena adaptación social se manifiesta en el cumplimiento de normas, participación activa en la vida grupal, manejo adecuado de conflictos, integración con los pares y una actitud positiva hacia la autoridad (López, 2013). En cambio, una adaptación deficiente se puede reflejar en aislamiento social, problemas de conducta, bajo rendimiento académico o deserción escolar.

1.6. 3.2.2. Teorías explicativas de la adaptación social

Desde la teoría ecológica de Bronfenbrenner (1979), la adaptación social es entendida como el resultado de la interacción entre el individuo y los múltiples sistemas en los que se desenvuelve: el microsistema (familia, escuela, amigos), el mesosistema (interacción entre los microsistemas), el exosistema (instituciones sociales) y el macrosistema (valores culturales). Cada uno de estos sistemas influye en la forma en que el adolescente se adapta a su entorno.

Desde la teoría ecológica de Bronfenbrenner (1979), la empatía no se desarrolla de manera aislada, sino a través de la interacción con múltiples sistemas:

- **Microsistema:** La familia y la escuela son los entornos inmediatos donde se aprende a reconocer y expresar emociones. La calidad de estas relaciones determina en gran medida el desarrollo empático.
- **Mesosistema:** La interacción entre familia y escuela refuerza o limita el aprendizaje socioemocional; un adolescente con acompañamiento en ambos contextos tiene mayores posibilidades de desarrollar empatía consistente.
- **Exosistema:** Factores indirectos como medios de comunicación, programas sociales o políticas educativas influyen en la manera en que se promueve la empatía.
- **Macrosistema:** Los valores culturales de la sociedad tarijeña —como la solidaridad, el respeto y la cooperación— configuran las normas que guían el comportamiento prosocial.

Desde esta perspectiva, el predominio de la empatía media indica que los estudiantes poseen bases emocionales y cognitivas, pero necesitan que los distintos sistemas de su entorno familia, escuela, comunidad trabajen de manera conjunta para potenciar estas competencias. El fortalecimiento de tales entornos permitirá transformar la empatía moderada en empatía alta y estable, repercutiendo positivamente en la convivencia escolar y en la adaptación social de los adolescentes.

A su vez, la teoría del aprendizaje social de Bandura (1977) señala que las habilidades de adaptación se aprenden a través de la observación y la imitación de modelos significativos. El comportamiento socialmente aceptado, así como las formas de resolver conflictos, regular emociones o interactuar con los demás, son adquiridos mediante experiencias concretas, reforzadas por el contexto familiar y escolar.

Desde una perspectiva humanista, Carl Rogers (1961) propone que una adaptación social saludable está asociada a una congruencia entre el autoconcepto del individuo y la retroalimentación recibida del entorno. Cuando un adolescente se siente valorado y aceptado en sus relaciones sociales, es más probable que desarrolle comportamientos adaptativos y positivos.

En el ámbito escolar, la adaptación social ha sido estudiada también desde modelos de riesgo y resiliencia. Masten et al. (2005) afirman que los adolescentes expuestos a

situaciones adversas pueden mantener un alto nivel de adaptación social siempre que cuenten con factores protectores como autoestima, relaciones afectivas positivas y habilidades de afrontamiento.

1.7. 3.2.3. Dimensiones de la adaptación social

Para efectos de esta investigación, la adaptación social será evaluada mediante el Cuestionario de Adaptación para Adolescentes de Bell (CAAB), el cual permite identificar las siguientes dimensiones específicas del constructo:

a) Adaptación familiar

Esta dimensión se refiere a la calidad de las relaciones del adolescente con los miembros de su familia, así como su nivel de ajuste a las normas, reglas y dinámicas del hogar. Incluye indicadores como comunicación, respeto mutuo, afecto, cooperación y participación en las responsabilidades familiares.

Una adecuada adaptación familiar es un factor protector clave para el bienestar emocional del adolescente, ya que el ambiente familiar constituye su primer espacio de socialización. Cuando el adolescente experimenta conflictos constantes en el hogar, puede desarrollar actitudes de rebeldía, retraimiento o desmotivación escolar (Cerna, 2020).

La literatura también destaca la importancia del apego seguro como base de una buena adaptación familiar. Según Bowlby (1980), el vínculo emocional que se establece en la infancia influye en la manera en que el individuo se relacionará con los demás y enfrentará los desafíos de la vida social.

b) Adaptación Social

La adaptación social en sentido estricto evalúa cómo el adolescente se relaciona con sus pares, figuras de autoridad (como docentes) y otros miembros de su comunidad educativa. Se mide en función del grado de participación, integración grupal, respeto a las normas sociales y habilidades de comunicación interpersonal.

Este componente es fundamental para la convivencia escolar, ya que los estudiantes que se sienten integrados en su grupo tienden a tener mayor motivación académica, autoestima y compromiso con el aprendizaje (Papalia, et al., 2003). Así mismo, la falta de adaptación social puede conducir al aislamiento, al bullying o a la agresión verbal o física.

Las habilidades sociales como el asertividad, la escucha activa y la resolución de conflictos son competencias claves para esta dimensión, y pueden ser fortalecidas mediante programas psicoeducativos de entrenamiento en habilidades sociales.

c) Adaptación emocional

Esta dimensión hace referencia al manejo interno de las emociones y al equilibrio psicológico del adolescente. Evalúa síntomas como la ansiedad, el estrés, la tristeza, la irritabilidad o la desmotivación, así como la capacidad de afrontarlos de manera constructiva.

La adaptación emocional está estrechamente ligada a la inteligencia emocional, aunque en esta investigación se analiza desde una perspectiva más conductual. Un adolescente con buena adaptación emocional es capaz de autorregular sus estados afectivos, mantener el control en situaciones de presión y recurrir a recursos de apoyo cuando lo necesita (García y Magaz, 1998).

En cambio, los adolescentes con dificultades en esta área pueden mostrar conductas de riesgo como el consumo de sustancias, la evasión escolar o los comportamientos impulsivos, lo que puede afectar su desarrollo integral.

d) Adaptación en Salud:

Esta dimensión se enfoca en los hábitos de autocuidado, el estado físico general y la percepción de bienestar del adolescente. Incluye aspectos como la alimentación, el sueño, la higiene personal, el ejercicio físico y la asistencia médica oportuna.

Una buena adaptación en salud no solo es indicativa de un entorno familiar organizado y funcional, sino que también contribuye al rendimiento académico, la autoestima y la energía para participar en la vida social. De acuerdo con Ortega y Del Rey (2004), el cuidado del cuerpo y el respeto por la salud son expresiones de una actitud adaptativa hacia la vida.

En contextos escolares, esta dimensión puede evaluarse también mediante la asistencia a clases, la participación en actividades deportivas y el cumplimiento de normas relacionadas con la higiene y el autocuidado.

1.8. 3.4. Importancia de la relación entre empatía y adaptación social en Estudiantes

La adolescencia representa un periodo crucial en la construcción de habilidades interpersonales y sociales, donde los jóvenes deben enfrentar desafíos relacionados con la pertenencia grupal, el reconocimiento del otro y la adaptación a entornos cambiantes como la escuela o el hogar. En este contexto, la empatía y la adaptación social se destacan como variables clave para la convivencia y el ajuste positivo en el entorno educativo. (Ladd, 2005; Rubin, Bukowski, y Laursen, 2011).

La empatía favorece el entendimiento mutuo, el respeto interpersonal y la capacidad de respuesta prosocial ante las necesidades de los demás. Adolescentes empáticos tienden a integrarse con mayor facilidad a los grupos sociales, ya que logran interpretar adecuadamente los estados emocionales ajenos y establecer vínculos significativos basados en la comprensión y la solidaridad (Davis, 1980). Esto genera un ambiente más armónico en el aula, propicio para la cooperación y la prevención de conflictos.

Por otro lado, la adaptación social implica el desarrollo de competencias que permiten al individuo ajustarse a las normas y expectativas del medio, tanto en el ámbito familiar como en el escolar y comunitario. Esta habilidad es fundamental para que el adolescente afronte exitosamente las exigencias sociales, establezca relaciones saludables y participe activamente en los distintos escenarios de su vida cotidiana (García y Magaz, 1998; López y Jiménez, 2015).

Numerosas investigaciones han evidenciado que la empatía cumple un rol facilitador en el proceso de adaptación social. Estudiantes que demuestran una mayor preocupación por los sentimientos de los demás y una mejor capacidad de ponerse en su lugar presentan niveles más altos de integración grupal, comportamiento prosocial y estabilidad emocional. Estos factores, a su vez, fortalecen el sentido de pertenencia al grupo escolar, reducen la probabilidad de conductas disruptivas y mejoran el ajuste a las demandas académicas y sociales.

1.9. 3.5. Relación teórica entre empatía y adaptación social en adolescentes

El análisis teórico realizado permite establecer que tanto la empatía como la adaptación social son variables fundamentales en el desarrollo socioemocional de los

adolescentes. En particular, la empatía, entendida desde el modelo multidimensional de Davis (1980), se conforma por las dimensiones de Toma de Perspectiva (PT), Fantasía (FS), Preocupación Empática (EC) y Malestar Personal (PD), y constituye una competencia que posibilita la comprensión, resonancia y respuesta emocional hacia los demás. Esta capacidad es clave para la construcción de vínculos afectivos saludables, el ejercicio de conductas prosociales y la disminución de respuestas antisociales (Richaud de Minzi y Sacchi, 2005; Mestre, et al., 2004).

De forma complementaria, la adaptación social implica el ajuste del individuo a las exigencias del entorno familiar, escolar, comunitario y emocional. De acuerdo con el modelo propuesto por Bell, operacionalizado en el Cuestionario de Adaptación para Adolescentes (CAAB), la adaptación social se manifiesta en cuatro dimensiones: adaptación familiar, adaptación social, adaptación emocional y adaptación en el ámbito de la salud. Esta competencia se configura como un proceso dinámico y continuo, en el que el sujeto desarrolla habilidades para cumplir con las normas sociales, establecer vínculos afectivos positivos y mantener un equilibrio emocional frente a las demandas del medio (Orte y March, 1996; García y Magaz, 1998).

Las investigaciones revisadas, tanto internacionales como nacionales y locales, aportan evidencia empírica sobre la relación entre estas variables. Estudios como los de Del Barrio et al. (2004), Richaud de Minzi y Sacchi (2005) y Mestre, et al. (2009) han identificado que una mayor empatía especialmente en sus dimensiones cognitivas y afectivas se vincula con una mejor adaptación interpersonal, mayor integración grupal y menor incidencia de comportamientos disruptivos. De manera similar, investigaciones nacionales como las de Mamani Mamani (2017) y Valverde Pardo (2019) evidencian que los adolescentes con mayor capacidad empática presentan mejores niveles de ajuste social y emocional, tanto en el entorno escolar como familiar.

En el contexto tarijeño, si bien los estudios relacionados con inteligencia emocional y habilidades sociales han sido abordados (Aparicio Olarte, 2022 y Barrientos Torrez, 2023), no se han encontrado investigaciones específicas que examinen la relación entre empatía y adaptación social utilizando conjuntamente instrumentos estandarizados como el Índice de Reactividad Interpersonal (IRI) y el Cuestionario de Adaptación para Adolescentes de Bell (CAAB). Esta ausencia de estudios locales revela una brecha en la producción científica

regional y pone en evidencia la necesidad de realizar investigaciones contextualizadas que permitan generar conocimiento aplicable a las realidades educativas de la zona.

En consecuencia, comprender cómo se relacionan las dimensiones de la empatía con las dimensiones de la adaptación social puede aportar elementos clave para la formulación de programas psicoeducativos orientados a mejorar la convivencia escolar, fortalecer las habilidades sociales y emocionales de los adolescentes y prevenir problemáticas como el acoso, la exclusión y la desregulación emocional. Así, la presente investigación se sustenta teóricamente en modelos consolidados de empatía y adaptación social, y busca aportar evidencia empírica desde un enfoque cuantitativo y contextualizado, que contribuya a la promoción del bienestar estudiantil y la construcción de entornos escolares más inclusivos, respetuosos y saludables.

CAPÍTULO IV

DISEÑO METODOLÓGICO

En este capítulo se describen detalladamente el tipo y diseño del estudio, el enfoque metodológico adoptado, la población y muestra consideradas, los instrumentos seleccionados para la medición de las variables, así como los procedimientos aplicados para garantizar la validez, confiabilidad y rigurosidad científica de la investigación.

4.1. ÁREA A LA CUAL PERTENECE LA INVESTIGACIÓN

El presente estudio se enmarca en el área de la psicología educativa, donde se comprenden los procesos psicológicos y sociales que influyen en la dinámica escolar, las interacciones entre estudiantes y el desarrollo de competencias socioemocionales. Según Regader (2015), la psicología social estudia los procesos psicológicos que influyen en el funcionamiento de una sociedad y en la forma en que se llevan a cabo las interacciones entre las personas, reconociendo que dichos procesos modulan la personalidad y las características de cada individuo, así como las normas que rigen la convivencia humana.

La presente investigación se vincula a este campo porque analiza la relación entre la empatía y la adaptación social en estudiantes de secundaria, variables que afectan directamente el comportamiento interpersonal, la convivencia escolar y el modo en que los adolescentes se integran y responden a las demandas del entorno educativo. Ambas variables son fundamentales para comprender la calidad de las relaciones entre pares, el manejo de conflictos, la participación en actividades escolares y el desarrollo socioemocional dentro de la comunidad educativa.

4.2. TIPIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

De acuerdo con los objetivos y características, el presente trabajo de investigación se tipificó de la siguiente manera:

En primer lugar, según su propósito esta investigación se clasifica como básica, ya que su finalidad principal es aportar información actualizada y pertinente sobre las variables de estudio. En este caso, se genera conocimiento sobre los niveles de empatía y adaptación social en estudiantes de secundaria de las Unidades Educativas Juan XXIII-2 y Hermann Gmeiner. Este aporte teórico resulta relevante porque brinda datos recientes que pueden servir como referencia para futuras investigaciones y para la comprensión del desarrollo socioemocional en el ámbito educativo.

De igual manera, esta investigación, según el resultado alcanzado, se considera de tipo descriptiva. Según Hernández, Fernández y Baptista (2014), “con los estudios descriptivos se busca especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis” (p. 92). En este sentido, el primer propósito del estudio fue evaluar y describir las características de las variables analizadas, es decir, los niveles de empatía y de adaptación social en los estudiantes de secundaria de ambas unidades educativas.

Asimismo, este estudio se tipifica como correlacional, dado que, de acuerdo con Hernández, Fernández y Baptista (2014), “son estudios que tienen como finalidad conocer la relación o grado de asociación que exista entre dos o más conceptos, categorías o variables en una muestra o contexto en particular” (p. 93). En consecuencia, luego de describir los niveles de cada variable, se procedió a determinar el grado de relación existente entre la empatía y la adaptación social en la población estudiantil.

Por otra parte, considerando el enfoque de investigación empleado, esta investigación se clasifica como cuantitativa. Hernández, Fernández y Baptista (2014) afirman que este tipo de estudios “utilizan la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin de establecer pautas de comportamiento y probar teorías” (p. 4). En el caso de este trabajo, se recurrió a instrumentos psicométricos de naturaleza numérica, cuyos datos fueron organizados en cuadros y gráficos, presentados en frecuencias y porcentajes. Estos resultados permitieron confirmar o rechazar las hipótesis planteadas inicialmente.

Finalmente, en cuanto al tiempo de estudio, esta investigación es transversal, ya que la recolección de datos se realizó en un solo momento y en un periodo breve. No se efectuaron seguimientos posteriores a la población objetivo, constituida por estudiantes de 4º, 5º y 6º de secundaria de las Unidades Educativas Juan XXIII-2 y Hermann Gmeiner del municipio de Tarija. En palabras de Hernández, Fernández y Baptista (2014), el propósito de los estudios transversales es “describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado, es como tomar una fotografía de algo que sucede” (p. 154).

1.10.4.3.1. Población

Se entiende por población a “la totalidad del conjunto de individuos con características comunes sobre los que se desea obtener información y que forman parte del fenómeno de estudio” (Hernández, 2014, p. 174).

La investigación se desarrolló en las unidades educativas Juan XXIII-2 y Hermann Gmeiner debido a que ambas instituciones representan dos centros educativos de referencia en la ciudad de Tarija, que atienden a una población diversa en términos sociales y académicos, lo que permite obtener datos representativos del comportamiento socioemocional de los adolescentes del nivel secundario.

Estas unidades educativas han manifestado, a través de sus equipos directivos y los profesores, preocupación por el incremento observado en dificultades relacionadas con la convivencia escolar, la interacción entre pares y los procesos de adaptación social. Por ello, estudiar la relación entre empatía y adaptación social en este contexto responde a una necesidad educativa real, actual y relevante.

Finalmente, ambas instituciones facilitaron el acceso, permitieron trabajar con la totalidad de los cursos superiores y brindaron colaboración institucional, lo cual favoreció la viabilidad metodológica y ética del estudio. Las unidades educativas autorizaron trabajar con todos los estudiantes presentes el día de la recolección, lo que permitió obtener una muestra natural y proporcional a la asistencia real.

La población se encuentra constituida por los todos los estudiantes de secundaria de la unidad Educativa “Juan XXIII-2” y Unidad Educativa “Hermann Gmeiner”, ubicadas en la ciudad de Tarija. Esta población comprende a los alumnos de 4º, 5º y 6º de secundaria, matriculados durante la gestión académica 2025. Los estudiantes se encuentran distribuidos de la siguiente manera:

Tabla 1
Descripción de la población

NIVEL EDUCATIVO	Unidad Educativa Juan XXIII-2	Unidad Educativa Hermann Gmeiner	Total
4to de secundaria	52	77	129
5to de secundaria	56	78	134
6to de secundaria	44	66	110
total	152	221	373

Fuente: Libro de inscripción de unidades educativas, estadísticas de educación regular, elaboración Propia

Variables de inclusión son:

Para la selección de los participantes se establecieron los siguientes criterios:

- Estar inscrito en el nivel de secundaria (4º, 5º y 6º grado) durante la gestión 2025.
- Pertenecer a las instituciones educativas “Juan XXIII-2” o “Hermann Gmeiner”.
- Asistir regularmente a clases.
- Aceptar participar de manera voluntaria en la investigación (con consentimiento informado de padres o tutores cuando corresponda).

4.3.2. Muestra

La presente investigación utilizó un muestreo probabilístico estratificado proporcional, debido a que la población total estaba organizada en estratos naturales según el grado escolar (4º, 5º y 6º de secundaria) y la unidad educativa (Juan XXIII-2 y Hermann Gmeiner). Este tipo de muestreo se considera adecuado cuando se busca asegurar que todos los subgrupos relevantes estén representados en la muestra con el peso proporcional que tienen en la población (Hernández-Sampieri, et al., 2022). En este caso, cada estrato aportó un porcentaje equivalente a su tamaño real dentro del total de estudiantes matriculados.

La elección de este tipo de muestreo permitió obtener una muestra equilibrada que refleja adecuadamente las características de la población estudiantil de ambas instituciones, reduciendo el sesgo y aumentando la precisión de las estimaciones estadísticas.

Para la determinación de la muestra se procedió a emplear la siguiente formula estadística:

$$n = \frac{Z^2 * P * Q * N}{(N - 1)E^2 + Z^2 * P * Q}$$

$$n = \frac{(1,962)(0.5)(0.5)(373)}{(373 - 1)0.052 + (1,962)(0.5)(0.5)}$$

$$n = \frac{3.8416 \times 93.25}{0.93 + 0.9604}$$

$$n = \frac{358.21}{1.8904}$$

$$n = 190$$

Donde:

n= Tamaño de muestra (190)

Z= Valor de confianza o valor Z curva normal. (1,96)30

P= Probabilidad de éxito probabilidad de éxito, o proporción esperada 50% (0,5)

Q= Probabilidad de fracaso. 50% (0,5)

N= Población. (373)

E= Error muestral. 5% (0.05)

Fórmula: muestreo estratificado

$$n_h = \frac{N_h * n}{N}$$

n_h = tamaño de la muestra del estrato h

N_h = población del estrato h

N = población total

n = tamaño total de la muestra

Estrato: 4to de secundaria (144 estudiantes)

$$n_{4to} = \frac{129 * 190}{373} = 65.7 \approx 66$$

Estrato: 5to de secundaria (130 estudiantes)

$$n_{5to} = \frac{134 \cdot 190}{373} = 68.2 = 68$$

Estrato: 6to de secundaria (108 estudiantes)

$$n_{6to} = \frac{110 \cdot 190}{373} = 56.0 = 56$$

Tabla 2

Muestra

Grado	Juan XXIII-2	Muestra	Hermann Gmeiner	Muestra	Total por grado
4to	52	32	77	34	66
5to	56	29	78	39	68
6to	44	22	66	34	56
Total	152	83	221	107	190

Fuente: Elaboración propia a partir de datos proporcionados por las direcciones de ambas unidades educativas (2025).

Es importante mencionar que, para la selección de los participantes en cada estrato, se solicitó la participación voluntaria de los estudiantes que cumplieran con los criterios de inclusión establecidos. Así mismo, para la ejecución del estudio, se gestionaron las autorizaciones correspondientes ante la dirección de cada unidad educativa, garantizando el cumplimiento de los principios éticos de la investigación, tales como el consentimiento informado, la confidencialidad de la información y el respeto a la integridad de los participantes.

4.4. MÉTODOS, TÉCNICAS E INSTRUMENTO

4.4.1. Métodos

Los métodos de investigación que se emplearon durante el desarrollo de la presente investigación son:

Método teórico

Este método se utilizó durante todo el proceso investigativo, especialmente en la fundamentación conceptual y en la construcción de capítulos como el planteamiento del problema y el marco teórico. Permitió revisar, analizar y sistematizar conceptos, enfoques y clasificaciones fundamentales relacionadas con las variables de estudio, proporcionando el sustento científico necesario para la investigación.

Método empírico

Por otra parte, en este estudio se usó el método empírico, este método se empleó a la hora de la recolección de los datos, lo cual permitió la intervención y registro del investigador durante todo el proceso de investigación.

Métodos estadísticos

Fue utilizado en el momento de realizar la tabulación de datos, construyen matrices, cuadros y gráficos, a través del uso del programa SPSS. Así mismo, el estudio es cuantitativo, pues, todos los instrumentos que se emplearon son de naturaleza numérica, y han sido validados, a través de la estadística inferencial. Se utilizan preguntas cerradas y los baremos han sido contruidos en base a las medias poblacionales. Así mismo, los resultados serán presentados empleando la estadística descriptiva, cuya aceptación o rechazo de las hipótesis se basará en criterios proporcionales. Como a la estadística inferencial, con el propósito de contrastar las hipótesis planteadas. En este sentido, se utilizó la prueba Chi-cuadrado (χ^2), la cual permitió determinar la existencia de una relación significativa entre las dos variables principales del estudio: la empatía y la adaptación social en los estudiantes de secundaria.

4.4.2. Técnicas

La técnica se entiende como el conjunto de procedimientos y recursos de los que se vale la ciencia para alcanzar sus objetivos y garantizar la obtención de información válida y confiable. Existen diversas técnicas que facilitan la recolección de datos según la naturaleza

del estudio y las variables que se investigan (Ruíz, 2020). En el presente trabajo, orientado a analizar la relación entre la empatía y la adaptación social en los estudiantes de cuarto, quinto y sexto de secundaria de la ciudad de Tarija, se empleará la técnica del cuestionario como principal medio para recopilar información.

En la investigación se aplicó el cuestionario el cual permite obtener datos relevantes sobre el nivel de empatía y el grado de adaptación social de los participantes, mediante ítems estructurados y de respuesta cerrada, lo que posibilitará un tratamiento cuantitativo de la información. Según las respuestas dadas se obtienen distintos datos a ser analizados. Además, se emplearon registros para obtener y proporcionar evidencia de actividades realizadas.

4.4.3. Instrumentos

Para una mejor comprensión de los instrumentos, a continuación, se describe la ficha técnica de cada uno de ellos:

ÍNDICE DE REACTIVIDAD INTERPERSONAL (IRI)

Nombre del instrumento: Índice de Reactividad Interpersonal (IRI).

Autor: Mark H. Davis (1980, 1983).

Población: adolescentes de 12 a 18 años

Objetivo del instrumento: Evaluar la empatía desde una perspectiva multidimensional, abarcando tanto los componentes cognitivos como los afectivos. Su propósito es identificar las diferencias individuales en la forma en que las personas comprenden y responden emocionalmente ante las experiencias de los demás.

Descripción general: El IRI es una de las herramientas más reconocidas en el campo de la psicología social y de la personalidad. A diferencia de otros instrumentos unidimensionales, su estructura permite analizar la empatía como un fenómeno complejo que integra procesos de comprensión cognitiva y reacción emocional. Esta característica lo convierte en un

instrumento útil para estudios sobre convivencia, adaptación social y conducta prosocial, especialmente en adolescentes y jóvenes.

Estructura del instrumento: El IRI se compone de 28 ítems distribuidos en cuatro subescalas, con siete ítems cada una:

Toma de Perspectiva (PT): Evalúa la tendencia del individuo a adoptar el punto de vista de los demás.

Fantasía (FS): Mide la capacidad imaginativa para identificarse con personajes ficticios, relacionada con la sensibilidad emocional.

Preocupación Empática (EC): Refleja sentimientos de compasión, ternura y simpatía hacia los otros, asociados a la conducta prosocial.

Malestar Personal (PD): Evalúa las reacciones de ansiedad o incomodidad ante el sufrimiento ajeno, reflejando vulnerabilidad emocional.

Tipo de respuesta y puntuación

El formato de respuesta es tipo Likert de cinco opciones, que varía de cero (“no me describe bien”) a cuatro (“me describe muy bien”). Las puntuaciones permiten clasificar a los participantes en niveles bajos, medios o altos de empatía.

Aplicación: Puede administrarse de forma individual o colectiva, con una duración aproximada de 20 a 30 minutos. Su aplicación necesita únicamente un cuadernillo y una hoja de respuestas.

Fiabilidad y validez: El IRI ha mostrado coeficientes alfa de Cronbach superiores a 0.70 en sus cuatro subescalas, garantizando una buena consistencia interna. En el ámbito hispanohablante, fue adaptado al español por Mestre, Frías y Samper (2004), quienes confirmaron su validez psicométrica y su utilidad en contextos educativos y sociales.

Ámbitos de uso

Educativo: para evaluar la empatía en adolescentes y promover programas de convivencia y habilidades sociales.

Clínico: para identificar déficits empáticos en trastornos de personalidad o dificultades sociales.

Social: para analizar la relación entre empatía, conducta prosocial y adaptación social.

CUESTIONARIO DE ADAPTACIÓN PARA ADOLESCENTES DE BELL (CAAB)

Nombre del instrumento: Cuestionario de Adaptación para Adolescentes de Bell (CAAB).

Autor: Hugh M. Bell (1934).

Finalidad del instrumento: Evaluar el nivel de adaptación general de los adolescentes en distintos ámbitos de su vida, identificando áreas de fortaleza y posibles dificultades en el proceso adaptativo. Su objetivo es ofrecer información útil para intervenciones educativas, sociales y clínicas.

Descripción general: El CAAB se basa en el modelo de adaptación propuesto por Bell, que concibe la adaptación como un proceso dinámico e integral, compuesto por dimensiones interrelacionadas que permiten al adolescente desenvolverse adecuadamente en su entorno familiar, social, de salud y emocional. No se trata de un fenómeno estático, sino de un equilibrio entre múltiples áreas que garantizan la estabilidad psicoemocional y el bienestar integral del joven.

Dimensiones del instrumento

Adaptación familiar: Evalúa la satisfacción del adolescente con sus padres y la dinámica familiar, considerando comunicación, apoyo emocional, cohesión y percepción de seguridad. Una buena adaptación familiar fortalece el sentido de pertenencia e identidad.

Adaptación social: Mide la capacidad para establecer y mantener relaciones interpersonales satisfactorias, integrarse en grupos y cumplir roles sociales. La adaptación social adecuada se relaciona con la cooperación y la aceptación social.

Adaptación de la salud: Analiza el bienestar físico integral, incluyendo nutrición, cuidado corporal, higiene y hábitos saludables. Esta dimensión es clave para sostener el equilibrio emocional y social.

Adaptación emocional: Evalúa la capacidad de reconocer, comprender y manejar emociones propias y ajenas, la autorregulación afectiva, el control de impulsos y el afrontamiento de situaciones de estrés.

Formato y tipo de respuesta

El CAAB utiliza un formato de respuesta dicotómica (“sí” o “no”), lo que facilita su comprensión y rápida aplicación. La duración aproximada de la prueba es de 15 minutos, y puede administrarse de forma individual o colectiva. Está diseñado para adolescentes de 12 a 18 años, aunque existen adaptaciones para otros rangos etarios.

Aplicación y contexto

Educativo: Identifica adolescentes con dificultades en adaptación social, familiar o emocional, apoyando programas de intervención y prevención.

Clínico: Evalúa áreas de ajuste en jóvenes con problemas emocionales o de conducta.

Investigación: Se utiliza para estudiar la relación entre adaptación y variables como autoestima, resiliencia o rendimiento académico.

Para poder obtener los resultados de este cuestionario primeramente se suma por área de manera vertical, cada columna tiene un valor que fue explicado anteriormente, luego los números finales se suman entre sí para finalmente obtener un sólo resultado que será interpretado y comparado con la escala de medición general del instrumento.

A continuación, se presenta un cuadro con las puntuaciones del instrumento

VARIABLES	MÉTODOS	TÉCNICAS	INSTRUMENTOS
Empatía	Test Psicológico	Escala	Índice de reactividad interpersonal
Adaptación social	Test psicológico	Cuestionario	Cuestionario de adaptación social

Fuente: Autores Mark H. Davis y Hugh Bell.

4.5. PROCEDIMIENTO.

El procedimiento de investigación se desarrolló en distintas fases con el objetivo de realizar un estudio organizado, claro y coherente sobre la empatía y la adaptación social en adolescentes.

- **Revisión bibliográfica:** En esta etapa se realizó una revisión exhaustiva de la literatura científica relacionada con la empatía, la regulación emocional, la adaptación social y la adolescencia. Se consultaron investigaciones, artículos académicos, revistas especializadas y bases de datos nacionales e internacionales con el fin de sustentar teóricamente el estudio, y definir los principales conceptos de las variables involucradas.
- **Selección de instrumentos:** La elección de los instrumentos se basó en la pertinencia para los objetivos de investigación. Se utilizaron los siguientes:
 - Índice de reactividad interpersonal de Davis (IRI). Evalúa la empatía desde una perspectiva multidimensional, abarcando tanto los componentes cognitivos como los afectivos. Su propósito es identificar las diferencias individuales en la forma en que las personas comprenden y responden emocionalmente ante las experiencias de los demás.
 - Cuestionario de adaptación para adolescentes de Bell (CAAB). Evalúa el nivel de adaptación general de los adolescentes en distintos ámbitos de su vida, identificando áreas de fortaleza y posibles dificultades en el proceso adaptativo.
- **Selección de la muestra:** Dado que se trató de una población accesible, delimitada y de tamaño manejable, se empleó un muestreo estratificado, con 190 adolescentes representativos, distribuidos según los criterios establecidos para cada estrato dentro de la población objetivo. Esta decisión metodológica garantizó que los participantes incluyeran diversas características relevantes para el estudio sobre empatía y adaptación social, asegurando una representación proporcional de los diferentes subgrupos y aumentando la validez interna del estudio.
- **Recolección de la información:** Dado que se trató de una población accesible, delimitada y de tamaño manejable, se empleó un muestreo censal, que incluye a 190 estudiantes de 4º, 5º

y 6º de secundaria de las tres unidades educativas seleccionadas en Tarija. Esta decisión metodológica garantizó una representación total de la población objetivo y aumentó la validez interna del estudio.

- **Procesamiento de la información:** Los datos obtenidos se registraron y analizaron utilizando el paquete estadístico SPSS 21. Se realizaron tabulaciones, análisis descriptivos y correlacionales para identificar relaciones entre la empatía, la regulación emocional y la adaptación social en adolescentes.
- **Redacción del informe final:** El informe de investigación integran la revisión teórica, los resultados obtenidos, el análisis e interpretación de resultados, y las conclusiones y recomendaciones pertinentes para la comprensión de la relación entre empatía y adaptación social en adolescentes.

4.6. CRONOGRAMA

ACTIVIDAD	GESTIÓN 2024					GESTIÓN 2025									
	Jul	Ago	Sep	Oct	Nov	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Sep	Oct	Nov	
Revisión Bibliográfica	X	X													
Selección de los instrumentos		X	X												
Selección de la Muestra			X	X											
Recojo de la información					X	X	X	X							
Procesamiento de la Información										X	X	X			
Redacción del informe final													X	X	

CAPÍTULO V
PRESENTACIÓN, ANÁLISIS E
INTERPRETACIÓN DE LOS
RESULTADOS

En el presente capítulo se presentan todos los datos obtenidos a través del proceso de recolección de información. En cada objetivo se presentan los datos a través de tablas y gráficas, posteriormente, se realiza la interpretación

5.1. DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS DE LA MUESTRA

Tabla 3.

Edad de los estudiantes

Edad	Frecuencia	Porcentaje (%)
14	4	2%
15	47	25%
16	63	33%
17	60	32%
18	16	8%
Total	190	100.0

Se observa que la mayoría de los estudiantes participantes se encuentra entre los 16 y 17 años, edades que corresponden a la adolescencia media. Esta etapa, según Papalia, Olds y Feldman (2003), se caracteriza por la búsqueda de identidad, la necesidad de aceptación en el grupo de pares y la consolidación de habilidades sociales y emocionales.

Fuente: proporcionados por las direcciones de ambas unidades educativas (2025).

Tabla 4.

Sexo de los evaluados

Sexo	Frecuencia	Porcentaje (%)
Hombres	86	45%
Mujeres	104	55%
Total	190	100%

Esta organización académica corresponde a los últimos años del ciclo escolar, periodo en el que los adolescentes enfrentan mayores demandas académicas y sociales.

Fuente: proporcionados por las direcciones de ambas unidades educativas (2025).

Tabla 5.

Curso en que se encuentra los estudiantes

Curso	Frecuencia	Porcentaje (%)
4.º de secundaria	66	35%
5.º de secundaria	68	36%
6.º de secundaria	56	29%
Total	190	100%

Esto indica que en la muestra existe una mayor participación de mujeres, aunque ambos grupos mantienen una proporción relativamente equilibrada dentro del total de 190 estudiantes.

Fuente: proporcionados por las direcciones de ambas unidades educativas (2025).

5.2. DATOS DEL PRIMER OBJETIVO

Tabla 6
Empatía general

Nivel de empatía	Frecuencia	Porcentaje (%)
	N	%
Bajo	14	7%
Medio	142	75%
Alto	34	18%
Total	190	100%

Fuente: Elaboración propia Índice de Reactividad Interpersonal (IRI)

Según los resultados obtenidos, el 75% de los estudiantes presenta un nivel medio de empatía, convirtiéndose en el porcentaje más alto y, por tanto, el hallazgo más significativo. Esto indica que, dentro del contexto escolar, la mayoría de los estudiantes logra mostrar una empatía funcional: comprenden las emociones de otros, son capaces de reconocer situaciones sociales y suelen mostrar disposición para ayudar, aunque estos comportamientos pueden variar según el tipo de interacción o las demandas emocionales del entorno educativo.

En segundo lugar, el 18% de los estudiantes alcanza un nivel alto de empatía, lo cual refleja un grupo importante de alumnos que presentan habilidades socioemocionales fortalecidas, tales como sensibilidad hacia los sentimientos de sus compañeros, facilidad para ponerse en el lugar del otro y respuestas prosociales más consistentes. Este nivel elevado de empatía genera un impacto positivo en la convivencia escolar, pues favorece relaciones más armoniosas, disminuye conflictos y mejora el ambiente de aula.

Por otro lado, solo el 7% presenta un nivel bajo de empatía, lo cual, si bien representa una minoría, requiere atención desde el ámbito pedagógico. En estos estudiantes pueden observarse mayores dificultades para reconocer emociones ajenas, poca tolerancia a la frustración en situaciones grupales o problemas en la resolución pacífica de conflictos, lo que podría afectar su integración en el aula.

De manera general, los resultados muestran una tendencia positiva: el 93% de los estudiantes presenta niveles medios y altos de empatía, lo cual sugiere que la dinámica escolar permite la interacción y el desarrollo de habilidades socioemocionales favorables. En este sentido, es importante recordar que la empatía constituye una de las competencias esenciales para la convivencia armónica y para el desarrollo integral en el ámbito educativo (Goleman, 2018).

La literatura señala que la escuela, al ser un espacio de socialización secundaria, influye directamente en la formación emocional de los estudiantes. Según Bisquerra (2016), un clima escolar positivo, acompañado de docentes que modelan conductas empáticas, fortalece la capacidad de los estudiantes para comprender al otro, regular sus emociones y actuar de manera prosocial. Esto coincide con los presentes resultados, donde la mayoría alcanza niveles adecuados de empatía.

Comparando estos hallazgos con otros estudios, se observa coherencia. con referencias las investigaciones de Méndez y Ramírez (2020) en contextos educativos latinoamericanos se reporta que más del 70% de los estudiantes presentan niveles medios de empatía, especialmente en instituciones con actividades colaborativas y participación grupal frecuente. De igual manera, López (2021) destaca que los programas de educación socioemocional aumentan significativamente los niveles de empatía en adolescentes, lo cual refuerza la importancia de que las unidades educativas incorporen estrategias pedagógicas orientadas al desarrollo emocional.

En síntesis, los resultados muestran que la población estudiantil evaluada cuenta con bases socioemocionales favorables para la convivencia escolar. Sin embargo, la presencia del pequeño porcentaje con empatía baja señala la necesidad de intervenciones focalizadas, tales como programas de habilidades sociales, tutorías y actividades cooperativas.

Tabla 7
Dimensiones de la empatía

Escala	Toma de Perspectiva		Fantasía		Preocupación Empática		Malestar Personal	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Bajo	2	1%	1	1%	0	0%	7	4%
Medio	97	51%	120	63%	77	40%	86	45%
Alto	91	48%	69	36%	113	60%	97	51%
Total	190	100%	190	100%	190	100%	190	100%

Fuente: Elaboración propia Índice de Reactividad Interpersonal (IRI)

El 51% de los estudiantes se ubica en un nivel medio de toma de perspectiva, mientras que un 48% alcanza un nivel alto y solo un 1% se encuentra en el nivel bajo. Esto indica que la mayoría de los adolescentes tiene una capacidad adecuada para comprender el punto de vista de otros, interpretar sus pensamientos y anticipar reacciones. En el contexto escolar, esto se traduce en habilidades para dialogar, resolver conflictos de manera razonada y participar en actividades grupales con mayor efectividad. Un nivel alto de esta dimensión está asociado con la madurez social y la habilidad para establecer relaciones interpersonales positivas (Fernández, et al., 2021).

En la dimensión de fantasía, el 63% de los estudiantes se encuentra en un nivel medio, mientras que un 36% alcanza un nivel alto, y solo 1% se encuentra en nivel bajo. Esta dimensión se relaciona con la capacidad de imaginar y proyectarse en situaciones ficticias o creativas, lo que contribuye al desarrollo de la imaginación social y la sensibilidad hacia personajes o situaciones externas. En el ámbito escolar, los estudiantes con puntuaciones medias o altas pueden comprender mejor historias, literatura y escenarios grupales, favoreciendo la cooperación y la comprensión de emociones ajenas en contextos variados (Goldstein, 1989 y Bisquerra, 2021).

El 60% de los estudiantes muestra un nivel alto de preocupación empática, mientras que el 40% se encuentra en nivel medio y ningún estudiante obtuvo puntuación baja. Esto

refleja que la mayoría de los adolescentes posee una capacidad notable para experimentar emociones de cuidado y preocupación hacia otros, demostrando sensibilidad ante situaciones de dificultad ajena. Esta habilidad es especialmente relevante en el contexto escolar, donde el apoyo entre pares puede contribuir a un clima emocional positivo, reducción de conflictos y desarrollo de habilidades sociales prosociales (Suárez, 2019 y Torres, et al., 2020).

Malestar Personal en esta dimensión, el 51% de los estudiantes presenta un nivel alto, el 45% un nivel medio y el 4% un nivel bajo. El malestar personal refleja la intensidad con la que los adolescentes se ven afectados por el sufrimiento ajeno, manifestando respuestas emocionales intensas frente a problemas de otros. Aunque esta dimensión puede incrementar la sensibilidad y solidaridad, un predominio excesivo podría generar estrés emocional si no se manejan estrategias de regulación afectiva (Fernández, et al., 2018 y Goleman, 2022).

En conjunto, los resultados muestran un predominio de la dimensión afectiva de la empatía (preocupación empática y malestar personal), lo que indica que los estudiantes tienden a responder emocionalmente a las situaciones ajenas más que de manera cognitiva. Esto es coherente con la etapa adolescente, en la que la sensibilidad emocional suele ser más intensa y la comprensión racional de perspectivas aún se encuentra en desarrollo (Fernández, et al., 2008 y López, 2021).

En el ámbito escolar, estas características se traducen en estudiantes capaces de apoyar a sus compañeros, mostrar solidaridad y cooperar en actividades grupales, pero que podrían requerir orientación para manejar emociones negativas derivadas del sufrimiento ajeno. Así mismo, los niveles medios y altos en toma de perspectiva y fantasía sugieren que, si se fortalecen las estrategias cognitivas de la empatía, los estudiantes podrán integrar mejor emociones y razonamiento, mejorando la convivencia y resolución de conflictos dentro del aula.

Comparando con otros estudios, Méndez y Ramírez (2020) reportan patrones similares en adolescentes latinoamericanos: predominio de la empatía afectiva sobre la cognitiva, especialmente en entornos educativos con alta interacción social. Por tanto, los hallazgos de esta investigación son consistentes y resaltan la necesidad de programas

educativos que desarrollen la empatía cognitiva, complementando la afectiva para lograr un equilibrio socioemocional óptimo.

Tabla 8
Adaptación social general

Nivel de adaptación social	Frecuencia	Porcentaje (%)
Bajo	29	16%
Medio	113	59%
Alto	48	25%
Total	190	100%

Fuente: Elaboración propia Cuestionario de Adaptación Social (CAAB)

Los resultados muestran que el 59% de los estudiantes presenta un nivel medio de adaptación social, siendo este el porcentaje más alto y, por tanto, el hallazgo central. En el contexto escolar, este resultado sugiere que la mayoría de los adolescentes logra desenvolverse adecuadamente en su entorno, mostrando conductas funcionales de convivencia, participación y ajuste social. Los estudiantes con adaptación social media suelen mantener relaciones estables con sus pares, seguir normas básicas de convivencia y responder con moderada eficacia ante situaciones nuevas o demandantes, aunque aún presentan áreas susceptibles de fortalecimiento.

En segundo lugar, el 25% alcanza un nivel alto de adaptación social, que demuestra habilidades superiores en estudiantes para integrarse en la dinámica escolar. Este grupo suele mostrar mayor autonomía, capacidad de resolver conflictos, iniciativa social y facilidad para relacionarse con compañeros y docentes. Estas características se relacionan con un funcionamiento socioemocional más sólido, lo que favorece la participación activa, el liderazgo positivo y el bienestar dentro del aula.

Por otro lado, el 16% presenta un nivel bajo de adaptación social, porcentaje que requiere atención pedagógica específica. Estos estudiantes pueden experimentar dificultades para relacionarse con sus pares, manejar conflictos, regular sus emociones o adaptarse a normas escolares, lo cual puede influir en su rendimiento, conducta y desarrollo emocional.

Desde la perspectiva educativa, estos hallazgos invitan a diseñar intervenciones preventivas y fortalecedoras dirigidas a este grupo.

En términos globales, el 84% de los estudiantes se encuentra en niveles medios y altos, lo que representa un panorama favorable para la convivencia escolar y muestra que la mayoría cuenta con recursos sociales suficientes para desenvolverse dentro del entorno educativo. La literatura destaca que una buena adaptación social constituye un factor protector frente al riesgo de conductas disruptivas, dificultades emocionales y problemas de socialización (Torres, Hidalgo y Suárez, 2020).

De acuerdo con Bisquerra (2016), la adaptación social en adolescentes está estrechamente vinculada con el desarrollo de competencias socioemocionales, las cuales se fortalecen a través de dinámicas colaborativas, participación en actividades grupales y modelamiento de conductas prosociales por parte de los docentes. Estas están en instituciones con climas escolares organizados y estructuras normativas claras, lo cual es coherente con el predominio de niveles medios y altos en los resultados presentados.

Comparando estos datos con otros estudios latinoamericanos, se observa una tendencia similar. Méndez y Ramírez (2021) encontraron que alrededor del 60% de adolescentes presenta niveles medios de adaptación social, destacando la influencia del clima escolar y las relaciones con pares. Asimismo, investigaciones como la de Hernández (2019) reportan que los adolescentes de contextos escolares estructurados muestran mayor ajuste social, lo cual coincide con la distribución observada en la presente investigación.

Finalmente, aunque el nivel medio predominante no representa un resultado negativo, indica que aún existe un margen de mejora. Fortalecer programas de habilidades sociales, tutorías grupales, actividades cooperativas y estrategias de educación socioemocional permitiría elevar dichos niveles hacia un desempeño más óptimo, especialmente en los estudiantes ubicados en el nivel bajo.

Tabla 9
Adaptación social según dimensiones

Escala	Dimensión Familiar		Dimensión Salud		Dimensión Social		Dimensión Emocional	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Bajo	60	32%	146	77%	40	21%	45	24%
Medio	58	30%	42	22%	56	30%	58	30%
Alto	72	38%	2	1%	94	49%	87	46%
Total	190	100%	190	100%	190	100%	190	100%

Fuente: Elaboración propia Cuestionario de Adaptación Social (CAAB,)

Los resultados de la evaluación de la adaptación social muestran diferencias importantes entre las cuatro dimensiones analizadas: familiar, salud, social y emocional.

Los resultados de la adaptación familiar muestran una distribución relativamente equilibrada entre los niveles bajo 32%, medio 30% y alto 38%, que indica no existe una tendencia marcada en esta dimensión. Esto sugiere que los estudiantes presentan experiencias familiares heterogéneas: mientras algunos perciben un ambiente de apoyo y cohesión, otros experimentan dificultades en la dinámica familiar. La diferencia porcentual entre las tres categorías es reducida, lo que evidencia una dispersión en las percepciones de la adaptación familiar.

Estos resultados dispersos y sin una tendencia dominante manifiesta que la dimensión familiar en los estudiantes se distribuye de manera relativamente homogénea entre los niveles bajo 32%, medio 30% y alto 38%. Esta dispersión indica que no existe un patrón claramente predominante, lo que sugiere experiencias familiares diversas dentro de la población estudiada.

Este comportamiento refleja que algunos adolescentes cuentan con entornos familiares estables y de apoyo, mientras que otros atraviesan dinámicas más complejas que pueden afectar su bienestar emocional o su seguridad afectiva. Como mencionan Musitu y García (2016), el clima familiar es un factor clave para la construcción de habilidades adaptativas en la adolescencia; sin embargo, su impacto puede variar dependiendo de aspectos culturales, económicos y relacionales de cada hogar.

En cuanto a la dimensión salud, se observa que el 77% de los estudiantes tiene un nivel bajo, mientras que solo el 22% alcanza un nivel medio y apenas 1% un nivel alto. Este hallazgo es relevante, pues sugiere que la mayoría de los adolescentes puede experimentar limitaciones en aspectos relacionados con el cuidado personal, hábitos saludables y manejo del bienestar físico y emocional. Un adecuado desarrollo de esta dimensión es crucial para el rendimiento académico y la participación activa en la vida escolar (Torres y Suárez, 2020). La alta proporción de estudiantes en nivel bajo destaca la necesidad de implementar programas de educación en salud física y mental dentro de la unidad educativa.

Respecto a la dimensión social, el 49% alcanza un nivel alto, el 30% medio y el 21% bajo. Esto indica que casi la mitad de los estudiantes posee habilidades sociales avanzadas, como capacidad de cooperación, comunicación efectiva, establecimiento de relaciones positivas y resolución de conflictos. En el aula, estos estudiantes facilitan la integración grupal, promueven un clima escolar armónico y actúan como modelos de interacción prosocial (Méndez y Ramírez, 2020). El 21% con nivel bajo evidencia un grupo que requiere apoyo en competencias sociales básicas.

En la dimensión emocional, el 46% de los estudiantes presenta un nivel alto, el 30% medio y el 24% bajo. Esto refleja que casi la mitad de los adolescentes tiene una adecuada capacidad para reconocer y regular sus emociones, gestionar el estrés y adaptarse a situaciones nuevas o desafiantes. No obstante, un cuarto de los estudiantes con nivel bajo puede mostrar dificultades en la autorregulación emocional, lo cual impacta tanto en su rendimiento académico como en la convivencia escolar (Bisquerra, 2016 y Goleman, 2018).

De manera integral, los resultados muestran un predominio de niveles altos medios en las dimensiones social y emocional, lo que indica que los estudiantes poseen habilidades

adecuadas para interactuar y adaptarse en el contexto escolar. Sin embargo, la dimensión salud presenta un predominio del nivel bajo, destacando un área crítica que requiere intervención, como programas de hábitos saludables, manejo del estrés y educación emocional.

En general, los resultados reflejan que la adaptación social de los estudiantes es positiva, pero aún existen áreas susceptibles de mejora. Comparando con otros estudios, Torres, et al. (2020); Méndez y Ramírez (2021) reportan hallazgos similares en adolescentes latinoamericanos, donde las competencias sociales y emocionales son más fuertes que las relacionadas con la salud y hábitos de autocuidado. Esto refuerza la necesidad de estrategias escolares integrales que aborden la formación socioemocional y la promoción de hábitos saludables, complementando el desarrollo académico.

Tabla 10

Correlación entre empatía y adaptación social en estudiantes de secundaria

EMPATÍA		ADAPTACIÓN SOCIAL			Total
		alto	medio	bajo	
Alto	Fr	14	19	0	33
	%	42,4%	57,6%	,0%	100,0%
Medio	Fr	35	85	22	142
	%	24,6%	59,9%	15,5%	100,0%
Bajo	Fr	2	9	4	15
	%	13,3%	60,0%	26,7%	100,0%
Total	Fr	51	113	26	190
	%	26,8%	59,5%	13,7%	100,0%

Fuente: Elaboración propia, programa SPSS 21

Tabla 11

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	gl	Sig. asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	10,987 ^a	4	,027
Razón de verosimilitudes	14,873	4	,005
Asociación lineal por lineal	10,292	1	,001
N de casos válidos	190		

Fuente: Elaboración propia, programa SPSS 21

El análisis de los datos evidencia una relación clara entre los niveles de empatía y la adaptación social en los estudiantes de secundaria. Cuando se observa el comportamiento de los grupos, se nota que los estudiantes con empatía alta presentan los mejores indicadores de adaptación social: el 42,4% se ubica en un nivel alto el 57,6% en un nivel medio y sin ningún caso en nivel bajo. Esto refleja que los adolescentes que logran comprender las emociones de los demás, ponerse en su lugar y responder de manera solidaria tienden a desenvolverse con mayor facilidad en su entorno escolar. Suelen resolver conflictos de manera más madura, construir relaciones más estables y participar con mayor seguridad en actividades grupales.

En contraste, los estudiantes con niveles bajos de empatía muestran mayores dificultades adaptativas. Aunque el 60% se encuentra en nivel medio, un 26,7% presenta adaptación social baja, lo que implica dificultades para integrarse con sus pares, manejar tensiones emocionales en situaciones conflictivas o comunicarse de manera adecuada. Esto sugiere que la falta de sensibilidad hacia los otros y problemas para interpretar estados emocionales ajenos pueden limitar la capacidad de un adolescente para desenvolverse satisfactoriamente dentro del ambiente escolar.

Los estudiantes con empatía media presentan un patrón más heterogéneo: la mayoría (59,9%) muestra adaptación social media, y un 15,5% presenta niveles bajos. Esta tendencia revela que la empatía promedio permite desenvolverse adecuadamente en situaciones cotidianas, pero puede resultar insuficiente en circunstancias más complejas que demanden habilidades avanzadas de regulación emocional o comunicación asertiva.

Cuando se analiza el total, se observa que la adaptación social tiende a concentrarse en niveles medios (59,5%), lo que sugiere que en general los estudiantes funcionan de manera adaptativa, aunque con márgenes claros de mejora en dimensiones como la toma de decisiones, la resolución de problemas sociales y la expresión emocional adecuada.

La prueba de chi-cuadrado de Pearson ($\chi^2 = 10,987$; $p = 0,027$) confirma que la relación entre empatía y adaptación social es estadísticamente significativa, lo que significa que no se trata de una coincidencia: los niveles de empatía se relacionan de manera consistente en la capacidad de adaptación social. La asociación lineal por lineal ($p = 0,001$) refuerza esta tendencia, indicando que, conforme aumenta la empatía, también mejora la adaptación social.

Este hallazgo está en plena sintonía con lo planteado por Eisenberg, Spinrad y Morris (2014), quienes señalan que la empatía tanto cognitiva como afectiva, promueve comportamientos prosociales y facilita las relaciones interpersonales en la adolescencia. Goleman (2018) destaca que la empatía es un componente central de la inteligencia emocional y constituye un predictor clave de la adaptación social en contextos escolares. Además, estudios latinoamericanos como el de Méndez y Ramírez (2020) han encontrado que los adolescentes con mayores niveles de empatía suelen mostrar mejor convivencia escolar, menos conductas disruptivas y mayor participación en dinámicas grupales.

El patrón encontrado en este estudio también coincide con investigaciones desarrolladas en poblaciones similares. Por ejemplo, Herrera y Álvarez (2021) reportaron que la empatía funciona como un amortiguador de conductas agresivas y facilita la integración en grupos de pares, mientras que González y Vera (2019) demostraron que estudiantes con mayor sensibilidad emocional presentan mejores niveles de habilidades sociales y adaptación comunitaria.

En este sentido, los resultados de las unidades educativas Juan XXIII-2 y Hermann Gmeiner refuerzan el planteamiento teórico que la empatía no solo es un rasgo emocional, sino una herramienta social adaptativa que permite al adolescente desenvolverse con mayor seguridad, resolver conflictos de manera pacífica y establecer vínculos constructivos. El

hecho de que los niveles altos de empatía coincidan con los niveles más altos de adaptación social confirma que fomentar la empatía desde la escuela puede tener efectos positivos en la convivencia escolar, el bienestar emocional y el desarrollo de competencias sociales.

Los resultados muestran que existe una correlación positiva y significativa entre la empatía y la adaptación social. Los estudiantes más empáticos son, al mismo tiempo, quienes logran integrarse mejor, comunicarse de manera más efectiva y desenvolverse con mayor seguridad dentro del contexto escolar. Esto evidencia la necesidad de implementar programas de educación emocional, talleres de habilidades sociales y estrategias de convivencia que potencien la empatía como vía para mejorar el clima escolar y favorecer el desarrollo integral de los estudiantes.

CAPÍTULO VI

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1. CONCLUSIONES

En el presente capítulo se presentan las conclusiones después de analizar todos los datos recabados a lo largo del proceso investigativo. Dichas conclusiones se las expone en el orden de los objetivos específicos:

- Sobre la empatía en sus dimensiones (toma de perspectiva, fantasía, preocupación empática y malestar personal): se encontró que la mayoría de los estudiantes presentan un nivel medio de empatía (75%), mientras que un 18% alcanza un nivel alto. Analizando por dimensiones, los resultados muestran que en toma de perspectiva y fantasía predominan niveles medios (51% y 63%, respectivamente), mientras que en preocupación empática y malestar personal se observa un mayor porcentaje de nivel alto (60% y 51%, respectivamente). Esto indica que los estudiantes poseen una mayor sensibilidad emocional hacia los sentimientos de los demás, pero una menor tendencia a adoptar perspectivas ajenas o imaginar situaciones hipotéticas, lo que refleja un predominio de la empatía afectiva sobre la cognitiva. Con base en estos resultados, la hipótesis formulada en una etapa inicial “Los estudiantes de 4to, 5to y 6to de secundaria de las Unidades Educativas Juan XXIII-2 y Hermann Gmeiner presentan niveles bajos de empatía en todas sus dimensiones”, se rechaza.
- Sobre la variable adaptación social en sus dimensiones (familiar, salud, social y emocional): se observa que los estudiantes presentan un nivel medio de adaptación social en la mayoría de dimensiones, destacando niveles altos en dimensión familiar (38%) y dimensión social (49%), mientras que la dimensión salud presenta un predominio del nivel bajo (77%). Esto evidencia que los estudiantes cuentan con habilidades adecuadas para relacionarse y manejar emociones, pero requieren fortalecer aspectos relacionados con hábitos de salud y autocuidado. La hipótesis inicial “Los estudiantes de 4to, 5to y 6to de secundaria de las Unidades Educativas Juan XXIII-2 y Hermann Gmeiner presentan niveles bajos de adaptación social en todas sus dimensiones”, se rechaza parcialmente, ya que existen fortalezas y debilidades según cada dimensión.

- Respecto a la variable adaptación social y sus dimensiones (familiar, salud, social y emocional), los resultados muestran una distribución heterogénea que evidencia tanto fortalezas como áreas críticas. En la dimensión familiar, se observa una mayor proporción de estudiantes en nivel alto (38%), seguido de niveles medio (30%) y bajo (32%), lo que indica una adecuada capacidad de convivencia y apoyo en el entorno familiar. la dimensión social también presenta una tendencia positiva, con un predominio del nivel alto (49%), por ello los estudiantes poseen habilidades satisfactorias para interactuar con sus pares y desenvolverse en contextos sociales. en contraste, la dimensión salud muestra resultados preocupantes, ya que el 77% de los estudiantes se ubica en el nivel bajo, evidenciando limitaciones en hábitos de autocuidado, manejo del bienestar físico y conductas saludables. finalmente, en la dimensión emocional, se observa un equilibrio relativo, con un 46% en nivel alto, 30% en nivel medio y 24% en nivel bajo, lo que sugiere una capacidad moderada a alta en la regulación emocional. A partir de estos hallazgos, se concluye que la hipótesis inicial “Los estudiantes de 4to, 5to y 6to de secundaria de las Unidades Educativas Juan XXIII-2 y Hermann Gmeiner presentan niveles bajos de adaptación social en todas sus dimensiones”. se rechaza parcialmente, existen dimensiones con bajos niveles como salud, otras como la dimensión familiar, social y emocional muestran niveles altos medios, reflejando fortalezas significativas en diversos aspectos de la adaptación social.
- Sobre la correlación entre empatía y adaptación social los resultados muestran que, a mayor nivel de empatía, mayor será el nivel de adaptación social. Por ejemplo, entre los estudiantes con alta empatía, el 42,4% alcanza un nivel alto de adaptación social y el 57,6% un nivel medio; mientras que los estudiantes con baja empatía presentan mayor tendencia a niveles bajos o medios de adaptación social (26,7% y 60%, respectivamente). La prueba Chi-cuadrado de Pearson confirma esta relación con significancia estadística ($\chi^2 = 10,987$; $p = 0,027$), lo que indica que existe una correlación positiva media entre ambas variables. Esto sugiere que la empatía influye en la capacidad de los estudiantes para adaptarse socialmente dentro del contexto escolar, favoreciendo la cooperación, la resolución de conflictos y la integración social. Por lo tanto, la hipótesis que plante “existe una correlación positiva entre los niveles de empatía y adaptación social: a mayores niveles de empatía, mayores serán los niveles de adaptación social en los

estudiantes de 4to, 5to y 6to de secundaria de Unidad Educativa Juan XXIII-2 y Unidad Educativa Hermann Gmeiner”. se confirma.

En conclusión, los estudiantes de 4º, 5º y 6º de secundaria de las unidades educativas Juan XXIII-2 y Hermann Gmeiner presentan niveles medios de empatía y adaptación social con predominio de la dimensión afectiva sobre la cognitiva, la empatía y fortalezas en las dimensiones familiar y social de la adaptación. Estos hallazgos evidencian la importancia de implementar programas escolares que fomenten la empatía cognitiva, habilidades sociales y hábitos saludables para favorecer una mejor integración social, y desarrollo integral de los adolescentes.

6.2. RECOMENDACIONES

A partir de los hallazgos obtenidos en la presente investigación, se proponen las siguientes recomendaciones

Para los adolescentes

Fomentar la práctica de la empatía: Se recomienda a los estudiantes fortalecer su capacidad de comprender y compartir emociones de sus pares. Esto puede lograrse mediante actividades grupales, dinámicas de rol, debates y ejercicios de reflexión sobre experiencias propias y ajenas. La práctica constante de la empatía contribuye al desarrollo de relaciones sociales saludables y mejora la adaptación al entorno escolar.

Desarrollar habilidades de adaptación social: Se sugiere que los estudiantes trabajen en mejorar sus habilidades sociales como la comunicación asertiva, la cooperación, la resolución de conflictos y la tolerancia. Esto les permitirá integrarse mejor en grupos, afrontar situaciones adversas y fortalecer la convivencia en la escuela y la comunidad.

Participar en talleres socioemocionales: La participación en talleres que promuevan la autorregulación emocional, la resiliencia y la empatía puede ayudar a los estudiantes a enfrentar de manera más efectiva los desafíos escolares y personales, aumentando su bienestar emocional y social.

Para los docentes y directivos del establecimiento educativo

Promover un clima escolar positivo: Se recomienda que los docentes y directivos fomenten un ambiente inclusivo, respetuoso y colaborativo donde los estudiantes se sientan escuchados y valorados. Esto refuerza la empatía y facilita la adaptación social.

Implementar programas de educación socioemocional: Se sugiere incorporar programas que trabajen la empatía, el manejo de emociones, la resolución de conflictos y la colaboración en el aula, adaptados a cada nivel educativo.

Monitorear y apoyar a estudiantes con dificultades: Es importante identificar a los estudiantes con bajos niveles de empatía o adaptación social y ofrecer apoyo específico mediante tutorías, orientación psicológica o actividades de integración.

Para futuras investigaciones

Profundizar en contextos diversos: Es recomendable que los futuros investigadores estudien cómo factores culturales, familiares y sociales influyen en la empatía y la adaptación social, considerando diferencias entre zonas urbanas y rurales.

Adoptar enfoques multidisciplinarios: Se sugiere integrar perspectivas de psicología, educación, sociología y otras disciplinas para abordar de manera integral el desarrollo socioemocional de los adolescentes.

Utilizar métodos mixtos: Combinar enfoques cuantitativos y cualitativos permitirá obtener información más completa sobre los niveles de empatía y adaptación social, así como las experiencias y percepciones de los estudiantes.

Aplicar los resultados en programas de intervención: Los futuros investigadores deben buscar formas de llevar los hallazgos a la práctica educativa, diseñando programas que fomenten la empatía y la adaptación social, mejorando así el bienestar y el rendimiento académico de los estudiantes.