

Fecha de presentación: marzo, 2021, Fecha de Aceptación: mayo, 2021, Fecha de publicación: julio, 2021

36

EFECTO DE UN PROGRAMA LÚDICO BASADO EN VALORES PARA MEJORAR LA EMPATÍA EN ADOLESCENTES

EFFECT OF A VALUE-BASED PLAY PROGRAM TO IMPROVE ADOLESCENT'S EMPATHY

Flor Fanny Santa Cruz Terán¹

E-mail: santacruz210575@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4032-9620>

Sandra Mónica Olano Bracamonte¹

E-mail: sandraolanob@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9441-8103>

¹ Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI. Perú.

Cita sugerida (APA, séptima edición)

Santa Cruz Terán, F. F., & Olano Bracamonte, S. M. (2021). Efecto de un programa lúdico basado en valores para mejorar la empatía en adolescentes. *Revista Conrado*, 17(81), 299-306.

RESUMEN

El presente estudio tiene por finalidad evaluar la eficacia de un programa lúdico basado en valores para mejorar la empatía de los adolescentes de una institución educativa pública femenina del nivel secundario de la ciudad de Trujillo. Con enfoque cuantitativo, tipo aplicada, nivel explicativo y diseño pre experimental. Se administró el instrumento del IRI (Índice de Reactividad Interpersonal) de Davis, antes y después del programa, el cual se desarrolló en espacios acogedores durante 16 semanas. Los resultados obtenidos muestran avances estadísticamente significativos en la mejora de la empatía en los adolescentes. Se concluye que la aplicación del programa lúdico basado en valores mejora significativamente la empatía de los estudiantes comprobando que puede ser aprendida, modificada y ejercitada.

Palabras clave:

Adolescente, educación secundaria, empatía, lúdica, valores.

ABSTRACT

The purpose of this study is to evaluate the effectiveness of a value-based play program to improve adolescent's empathy in a female public educational institution at the secondary level of the city of Trujillo. With quantitative focus, applied type, explanatory level and pre-experimental design. Davis' IRI (Interpersonal Reactivity Index) instrument was administered before and after the program, which was developed in cozy spaces for 16 weeks. The results obtained show statistically significant advances in adolescent's. It is concluded that the implementation of the value-based play program significantly improved students' empathy, what comes to prove that this can be learned, modified and exercised.

Keywords:

Adolescent, secondary education, empathy, playful, values.

INTRODUCCIÓN

El ser humano se relaciona socialmente, carecer de estas relaciones repercute en sus procesos emocionales y cognitivos. Por ello, la convivencia cotidiana, el clima de la clase, las relaciones sociales entre los agentes educativos, en la escuela, son aspectos claves para la labor que la educación requiere desarrollar en el estudiante, asimismo educarlos como personas, con valores, actitudes y comportamientos favorables para la paz y la solidaridad incrementando sus habilidades sociales y de comunicación, desarrollaran mayor empatía y un sentimiento de respeto, responsabilidad, evidenciando la importancia de la teoría de la psicología social y la neurociencia cognitiva (Decety, et al., 2012). Es por lo cual, un estudiante se debe desarrollar en un ambiente de respeto y solidaridad, desarrollar habilidades empáticas para convivir en un ambiente adecuado.

Las relaciones con los iguales cumplen un papel importante en la socialización del adolescente porque satisfacen algunas necesidades básicas y cobra un gran interés la calidad en las relaciones sociales que se establecen entre el grupo de iguales en la escuela para lograr un buen clima social en el aula, siendo un referente para el desarrollo cognitivo, emocional y social del adolescente.

En las últimas décadas, se ha realizado diversos trabajos de investigación donde se evidencia el estudio de la empatía como facilitadora de las relaciones sociales y como un importante inhibidor de la conducta agresiva y de los conflictos sociales de convivencia dentro del aula, en el cual diseñar y aplicar programas educativos, psicopedagógicos y de intervención contribuyen a lograr una sociedad más empática donde exista menos agresividad, desigualdad y discriminación entre compañeros (Garaigordobil & Maganto, 2011; Inoñan & Sánchez, 2016; Vásquez, 2019).

La empatía es capacidad de poder comprender que es lo que está viviendo, sintiendo o experimentando la otra persona si estuviéramos en su lugar, sin perder de vista los sentimientos de quién le pertenece (Moya-Albiol, et al., 2010) evidenciado que la empatía se profundiza en los fundamentos evolutivos, bioquímicos y neurológicos basados en mecanismos subcorticales evolutivamente antiguos (tallo cerebral, amígdala y circuitos hipotalámicos) asociados con la sensibilidad afectiva, el apego y el cuidado parental de los jóvenes (Decety, et al., 2012).

Los investigadores han demostrado que el ser humano desarrolla la capacidad para inferir los sentimientos, opiniones y emociones de otro sobre la base de las expresiones de ese otro, por fragmentadas o incompletas que puedan ser, esto se deriva de las investigaciones sobre la

“teoría de la mente”, afirmando que las habilidades cognitivas sociales comienzan a surgir a los nueve meses; y en el periodo adulto alcanza su pleno desarrollo. Es así que la empatía depende de un completo sistema neuronal ubicadas en la corteza cerebral, permanecen conectadas a los mecanismos subcorticales y neurohormonales centrales asociados con la comunicación afectiva, el cuidado parental y los procesos de apego social (Decety, et al., 2012).

En la etapa adolescente se generan los grandes cambios y transformaciones biopsicosociales que determinan la independencia personal. Existe un desajuste entre las regiones cerebrales del sistema límbico y el córtex prefrontal, es por ello que los adolescentes son más proclives a implicarse en conductas arriesgadas, ya que no cuentan con un mecanismo de control de los actos impulsivos (Decety, et al., 2012). Pero esto no quiere decir que no se pueda mejorar la empatía, existe la posibilidad de poder modificar nuestro cerebro y así aprender a ser más empáticos (Moya, 2019).

Al analizar el concepto de la empatía se identifica que se puede definir como un constructo que incluye dos componentes; el emocional o afectivo y el cognitivo que se complementan y dan respuestas empáticas (Mestre, et al., 2004; Moya, 2019).

El componente afectivo, mide las reacciones emocionales ante las experiencias o sentimientos favorables o desfavorables orientados al otro (preocupación empática), así como los sentimientos de ansiedad y malestar que se manifiestan al observar experiencias negativas de los otros (malestar personal), estos sentimientos están orientados al yo (Mestre, et al., 2004). Por lo tanto, se centra en las respuestas emocionales vicarias y en la capacidad de percibir las experiencias emocionales de los demás. La base anatómica de la empatía emocional inicia en las neuronas espejo, situándose en el área 44 de Brodman y giro frontal inferior. Es así que, según algunos estudios, afirman que primero se desarrolla la capacidad de percibir y responder a los estados afectivos, esto debido a las neuronas espejo, prepara al cerebro para que empaticé a través de las interacciones sociales conforme se va desarrollando en su ciclo de vida (Moya, 2019).

Sin embargo, el componente cognitivo, determina el grado en que se puede percibir la perspectiva del otro, así como la capacidad imaginativa del sujeto para ponerse en situaciones ficticias manteniendo la distinción esencial entre uno mismo y el otro (Mestre, et al., 2004). Dichas habilidades cognitivas son las funciones ejecutivas, la teoría de la mente y el lenguaje que serán moldeadas por contextos sociales y culturales (Decety, et al., 2012). Sus

bases anatómicas principales son el prefrontal ventromedial y el prefrontal dorsolateral. Por lo tanto, el componente mental o cognitivo es complemento para una verdadera comprensión empática porque no es suficiente compartir los estados emocionales sino también un desarrollo de los componentes mentales (Moya, 2019).

El valor de la empatía permite ayudar a recuperar el interés por las personas que nos rodean y a consolidar la relación que con cada uno de ellos tenemos. Es por ello, que se requiere desarrollar un conjunto de habilidades para relacionarse con sus iguales ya sea fomentando relaciones gratas, positivas y cálidas, que nos hace sentir bien, aumenta nuestro bienestar social y personal, así como la autoestima. El cultivo de la empatía exige al alumno madurez, equilibrio, sensibilidad y apertura.

Mahatma Gandhi (1869 – 1948) sostenía lo siguiente: *Las tres cuartas partes de las miserias y malos entendidos en el mundo terminarían si las personas se pusieran en los zapatos de sus adversarios y entendieran su punto de vista*. Es allí la importancia de ponerse en lugar de la otra persona y se demuestra cuando te interesas por sus problemas, escuchas de forma activa.

El Proyecto Educativo Nacional del Perú (Perú. Ministerio de Educación, 2020), hacia el 2021, indica en uno de sus puntos relevantes, que se debe fomentar climas institucionales amigables, integradoras y estimulantes. Esta política busca convertir a las escuelas en espacios acogedores y organizados donde se promueva la cohesión entre estudiantes, así como una convivencia grata y productiva en el aula para lograr de esta forma en las clases a estudiantes con libre expresión, participación y creatividad. Sin embargo, muchas veces se observa un espacio de tensiones, la falta de respeto a las diferencias, discriminaciones entre unos y otros, baja tolerancia y no se preocupan por las situaciones problemáticas que le sucede a uno de sus compañeros, esto es lo que evidencia en el cuadro del FODA (Fortaleza, Oportunidades, Debilidades y Amenazas) de la institución educativa del nivel secundaria de la educación básica regular de la ciudad de Trujillo. El docente debe conocer las relaciones sociales que se producen en su aula. Por ello, a la educación le corresponde: *“Contar con un sistema educativo eficiente, con instituciones y profesores responsables de su aprendizaje y desarrollo integral de sus alumnos”* Ley General de Educación N° 28044. Art.53 y estas se deben dar cumplimiento, aplicando estrategias de solución (Perú. Ministerio de Educación, 2016).

Es por lo cual se decide aplicar un programa lúdico basada en valores para mejorar la empatía, para el presente estudio, este programa es una planificación de

actividades lúdicas propuestas a través de talleres para mejorar la empatía, Asimismo, estos talleres lúdicos están basados en valores como: respeto, tolerancia, solidaridad y la paz. Este aporte se fortalece con lo que manifiesta Moya (2019), que la sociedad necesita de una familia empática y un educador empático y que la tolerancia, el respeto, la igualdad y la solidaridad son valores que la empatía potencia e interioriza y son la base de una sociedad inclusiva.

La metodológica lúdica genera espacios y situaciones de disfrute, siendo la lúdica un procedimiento pedagógico en sí mismo, a coexistir a partir de valores individuales y colectivos (Motta, 1998), una faceta pedagógica de lo lúdico es aprender a convivir, a coexistir a partir de valores individuales y colectivos, es también ayudar a generar una comunidad escolar sensible, crítica y solidaria.

El vocablo latino *ludus-i*, abarca el campo del juego, diversión y el griego *ludus, ludere*, abarca el juego infantil, la competición, recreo, representación teatral y en el idioma inglés se usa *play* para referirse a juego y *game* cuando se alude al seguimiento de la práctica lúdica o lúdrica que se caracteriza por una regla estricta (Paredes, 2017).

Muchas veces se ha relacionado a la lúdica con un simple juego, pero en realidad trasciende, es una actitud, una predisposición frente a lo cotidiano, en espacios en que se producen disfrute, goce y felicidad, mediante el cual guiamos nuestras relaciones interpersonales con optimismo, espontaneidad y alegría (Jiménez, 2005), así como las emociones que producen, y sin darnos cuenta, se expresa en el día a día del vivir, de las actividades tan simples como el compartir un tiempo, en los aspectos culturales, en las competencias deportivas, en las expresiones artísticas, tales como la danza, el teatro, el canto, la música, entre otras actividades. También, aporta un proyecto de cambio, luz y transformación, así como un camino que da sentido a la vida (Paredes, 2017), creando ambientes mágicos, genera ambientes agradables, emociones, gozo y placer, es así, que *“el juego es lúdico, pero no todo lo lúdico es juego”*. Es así, que el juego como estructura lúdica ofrece una respuesta vital, psicobiológica y espiritual.

Por otro lado, existe tres categorías que condicionan el concepto de lo lúdico, Fullea (2003), establece los siguientes: (a) la necesidad, ejecutar acciones de forma libre y espontánea como manifestación del movimiento dialéctico en pos del desarrollo, (b) la actividad, la acción misma, dirigida conscientemente a la liberación voluntaria del impulso vital generado por la necesidad. y (c) el placer, es el bienestar, la consecuencia estimuladora del

desarrollo, alcanzada durante la satisfacción de la necesidad a través de la actividad.

El punto de partida para examinar la necesidad de educar en los valores, es desde la época griega. Sócrates afirma que la filosofía tiene dos elementos fundamentales: la moral y la lógica. En cambio, Aristóteles, se interesó por las virtudes morales; como: la amistad, la honradez, la justicia y la valentía. Manifestaba que sólo el ser humano podía optar por una línea acción considerando los dos extremos de dos actitudes, ejemplo: La honestidad y la deshonestidad.

La investigación pretende ser un aporte en el plano teórico, práctico y metodológico orientado a cumplir con el objetivo principal de mejorar la capacidad de la empatía de los estudiantes del tercer grado del nivel secundaria, a través de la aplicación un programa lúdico basado en valores para convertirlas en buenas ciudadanas del siglo XXI, con un alto nivel de capacidad empática pretendiendo legitimar un modelo teórico que parte de la vertiente de la psicología cognitiva y emocional, que intenta convertirse en una alternativa ante la propuesta de un programa lúdico basado en valores que otras instituciones pueden apoyarse para mejorar la empatía de sus estudiantes.

Lo anterior justifica la necesidad de que la vida social y las relaciones que los estudiantes establecen en el aula sean temas de interés y formen parte del proceso formativo. Por lo tanto, el objetivo general es evaluar la efectividad de un programa lúdico basado en valores para mejorar la empatía en las estudiantes, siendo este un aporte de la metodología lúdica donde se genera espacios y tiempos de disfrute, goce, así como la actividad creatividad y el conocimiento. Los objetivos específicos fueron (1) Identificar el nivel de la empatía en las estudiantes antes y después de la aplicación del programa (2) Diseñar y aplicar un Programa Lúdico basado en valores para mejorar la capacidad empática y (3) Identificar la influencia del programa lúdico basado en valores en la mejora de la empatía en las estudiantes del tercer grado "E" de secundaria de una institución educativa femenina de Trujillo.

MATERIALES Y MÉTODOS

El estudio corresponde al enfoque cuantitativo, con alcance explicativo y diseño pre experimental con medidas repetidas, de un solo grupo con pre y post test. La población está constituida por 175 estudiantes regulares matriculadas en el tercer grado de educación secundaria de una institución educativa femenina, situado en el distrito de Trujillo (Perú). Entre las características que homogenizan a esta población son: Las edades de la población de estudio fluctúan entre los 13 y 16 años de edad, proviene

de hogares con escasos recursos económicos, son de sexo femenino y el nivel sociocultural es medio-bajo. De las cinco secciones se evidencia la problemática de las relaciones sociales y poca empatía en las estudiantes de la sección "E". Fue un estudio según el muestreo no probalístico, por conveniencia, siendo una muestra representada por 32 estudiantes de la sección "E", del tercer grado en el nivel secundario de la Educación Básica Regular de una Institución Educativa Pública de la ciudad de Trujillo.

El instrumento que se empleó fue el Índice de Reactividad Interpersonal (IRI), cuyo autor original fue Davis en 1980, quien fue adaptado a la versión español por Mestre, et al. (2004), y para el presente estudio fue adaptado por tres expertos, dos psicólogas y una psicopedagoga. IRI es una medida de autoevaluación de la empatía de rasgos, que consta de un total de veintiocho ítems de dos escalas: empatía emocional (1-2) y empatía cognitiva (3-4), con cuatro subescalas de siete ítems cada una, siendo estas: (1) preocupación empática, mide los sentimientos de compasión y simpatía; (2) angustia personal, mide respuestas emocionales aversivas en el observador (3) toma de perspectiva, examina la tendencia a pensar desde otra perspectiva; y (4) fantasía, examina habilidades para transponerse a situaciones ficticias. El formato de respuesta es de tipo likert con cinco opciones de respuesta (de 0 a 4), según el grado en que dicha afirmación le describa (No me describe bien, Me describe un poco, Me describe bien, Me describe bastante bien y Me describe muy bien). La escala ofrece un adecuado índice de consistencia interna, medida con el alpha de Cronbach de un 0.75. El tiempo aproximado de aplicación es de 12 a 15 minutos, está dirigido para adolescentes desde los 13 a 18 años.

El procedimiento a seguir en la investigación fue la siguiente ruta: Búsqueda de la información teórica, así como los respectivos trabajos previos en diferentes datos académicos, repositorios, revistas, entre otros. Luego el diseño del programa lúdico basado en valores para mejorar la empatía en los estudiantes, obteniendo el consentimiento informado para su libre participación. El programa Lúdico basado en valores está estructurado en tres talleres lúdicos con catorce sesiones con una duración de un total de veintiocho horas pedagógicas teórico-prácticas con contenidos, actividades, estrategias lúdicas y evaluación que dan cuerpo a la temática de la aplicación del programa. El tiempo de ejecución del programa abarcó tres meses y medio, con una duración de dos horas por semana, durante los que se propone el cumplimiento de las siguientes actividades lúdicas: (1) "Soy importante... y tú también" (2) "Acéptate tal y como eres" (3) "Aprendiendo

a mostrar nuestros sentimientos” (4) “Me fortalezco” (5) “Anuncio publicitario” (6) “Mi presente y mi futuro” (7) “Yo camino, tú caminas, él camina” (8) “Ponerse la piel del otro” (9) “Podemos ser rechazados porque somos diferentes” (10) “Aprendiendo a comunicarnos con asertividad” (11) “El lenguaje de mi cuerpo” (12) “Mis derechos personales” (13) “Aprendiendo a decir No” (14) “Dulces expresiones”.

Asimismo, se ha considerado de forma transversal los siguientes valores morales que se muestran en las actitudes de todos los talleres lúdicos; como: el respeto, es aceptar y comprender tal y como son las demás personas; la tolerancia, es una fortaleza interna que le permite a la persona enfrentar dificultades y disipar malos entendidos; la solidaridad, es unirnos para llevar adelante intereses comunes y asumir las mismas responsabilidades y la paz en donde se evitan los problemas y conflictos. Dicho programa estuvo dirigido por una docente con grado de magister en Psicología Educativa. Para cumplir con la programación se tomó en consideración la programación curricular oficial del tercer grado, elaborándose para el desarrollo del I trimestre, una programación específica que consideró un conjunto de actividades que se aplicarían a las sesiones de aprendizaje de las áreas de Persona, Familia y Relaciones Humanas, así como en Tutoría, de los estudiantes del Tercer grado “E”, permitiéndole así mejorar la empatía.

Después de realizar el pre y pos test se tomó las respectivas decisiones respecto a los análisis a realizar (pruebas estadísticas), la selección del programa de análisis con su respectiva ejecución para la manipulación de la matriz de datos en computadora (Hoja de Cálculo de Microsoft Office Excel) y el programa estadístico SPSS vs25, realizándose primero el análisis estadístico descriptivo, según su frecuencia y porcentajes y luego la obtención de los análisis para su interpretación. Para la comprobación de hipótesis se procesaron los datos según la prueba de distribución de ajuste de datos o prueba de normalidad, de acuerdo a Shapiro de Wilk, por ser una muestra pequeña, presenta una distribución normal, por lo tanto, se determina el uso de la T de Student y se consideró un nivel de significación de $p < 0.05$.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

En la figura 1, correspondiente a la situación ante de los niveles de empatía, se observa que antes de la aplicación del programa lúdico basado en valores, las adolescentes evidenciaron en el pre test un 53%, lo cual indica que se encoraban en un nivel bajo en el desarrollo de su empatía y después de aplicar el programa se evidencia un cambio, obteniendo un nivel alto con un 72% en el pos test.

Según los resultados aún existe un 28% de estudiantes que aún no logran desarrollar la habilidad empática para comprender los sentimientos, necesidades y aprecio sincero entre compañeras más el 82% de estudiantes han logrado modificar sus conductas empáticas, por lo que se puede precisar que el programa lúdico basado en valores logra mejorar el desarrollo de la empatía.

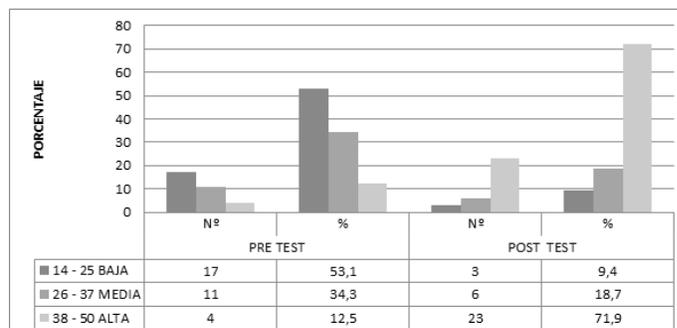


Figura 1. Comparación de los niveles obtenidos de empatía (pre y pos test).

Tabla 1. Medidas estadísticas obtenidas en el pre y post test de las adolescentes.

PRETEST	Media	28,375
	Mediana	27,000
	Desviación estándar	6,078
	Mínimo	16,00
	Máximo	42,00
	Rango	26,00
	Asimetría	,414
	Curtosis	-,281
POSTEST	Media	36,437
	Mediana	38,000
	Desviación estándar	9,435
	Mínimo	3,00
	Máximo	48,00
	Rango	45,00
	Asimetría	-1,537
	Curtosis	3,855

Se observa en la tabla 1 ciertas medidas descriptivas del puntaje de la evaluación antes y después de la aplicación de la técnica en las alumnas del tercer grado E. Para una muestra de 32 alumnas existe una diferencia de aumento notorio de puntuación en las medidas de la **Media** con un promedio de las puntuaciones de las alumnas siendo de 28,375 puntos en el Pre test y de 36,437 puntos en el Post test. La **Mediana** permite observar que el 50% o menos de las puntuaciones que obtuvieron las alumnas es de 27 en el Pre test y de 38 en el Post test. La **Desviación**

estándar permite verificar la variación de sus puntuaciones siendo de 6,07878 en el Pretest y de 9,43548 en el Post test.

Así mismo permite identificar que el máximo valor de puntuación es de 42 en el Pre test y de 48 en el Post test. Por lo tanto, la diferencia entre el máximo valor y el mínimo valor de sus puntuaciones de las alumnas, se obtuvo un rango de 26 en el pre test y en post test un rango de 45. En relación a la diferencia de disminución de puntuaciones en las medidas de formas de **Asimetría**, refiriendo al grado de alargamiento de sus colas en la distribución, presenta una curva asimétrica hacia la derecha por lo que es mayor a cero (Asimetría=0,414) en el Pre test y en el Post test presenta una curva asimétrica hacia la izquierda porque es menor que cero (asimetría =-1,537). Y en de acuerdo a la **Curtosis**, indica al grado de puntiagudez de la curva, en el Pre test presenta una curva platicúrtica por lo que es menor a 3(curtosis= -0,281) y el Post test presenta una curva leptocúrtica por lo que es mayor a 3(curtosis=3,855).

Comprobación de hipótesis

Análisis de significancia del programa lúdico basado en valores para mejorar la empatía (F1).

$$H_o : u_{post} - u_{pre} = 0$$

$$H_1 : u_{post} - u_{pre} > 0 \quad (F1)$$

Tabla 2. Resultado de la hipótesis estadística.

	PRETEST - POSTTEST
t	-7,283
P gl	31
p-valor	,000

En la tabla 2 se observa que la probabilidad del estadístico $p = 0.000$ es mucho menor a 0.05, por ende, se rechaza la hipótesis nula, aceptando la hipótesis alterna, con lo que se concluye que al determinar la aplicación del Programa Lúdico basado en valores genera significativamente el mejoramiento de la empatía de las estudiantes del tercer grado del nivel secundario.

La importancia de diseñar programas educativos y sobre todo que sean lúdicos, placenteros y que inherentemente se encuentre presente de forma transversal los valores como: el respeto, la tolerancia, la solidaridad y la paz, con la finalidad de desarrollar y mejorar la empatía que es una

pieza clave de las habilidades sociales y emocionales en las relaciones interpersonales de los adolescentes son muy favorables.

Es por lo cual, el objetivo general del presente estudio de investigación fue evaluar de qué manera un programa lúdico basado en valores mejora la empatía en las estudiantes adolescentes de una institución educativa en la ciudad de Trujillo en Perú. El resultado evidencia que la empatía mejora significativamente en las adolescentes, comprobándose la hipótesis de investigación del presente estudio.

Con los resultados obtenidos, en el pos test se puede identificar que presentan un nivel alto en el desarrollo de sus capacidades empáticas infiriendo sentimientos, opiniones y emociones entre ellas y al comparar con el pre test se evidencia que hubo diferencias estadísticamente significativas, observándose que aún el 28.1% de las adolescentes se resisten por cambiar, pero esto no significa que la intervención a través del programa no haya logrado su objetivo sino que los datos reflejan la necesidad de continuar con la aplicación y desarrollo de programas lúdicos ya que se evidencia como un excelente aporte para el mejoramiento de la empatía en estudiantes adolescentes.

Después de obtener los resultados se concluye que efectivamente, el programa lúdico basado en valores muestra cambios significativos en la mejora de la empatía de las estudiantes que participaron en presente estudio, confirmando la hipótesis de investigación.

Por ser un estudio en una población de sexo femenino, se puede afirmar que fue efectivo, positivo y significativo. Diversos estudios previos afirman que las mujeres desarrollan mejor capacidad empática que los varones, es decir un mayor comportamiento, razonamiento o juicio moral prosocial de empatía durante la etapa de la adolescencia siendo ellas las más afectuosas (Tur-Porcar, et al., 2016) sobre todo que responden de forma más afectiva y presentan una mayor puntuación en las dimensiones de fantasía, preocupación empática y malestar personal, además, de acuerdo a la edad, estas van aumentando de forma progresiva (Retuerpo, 2004; Garaigordobil, & Maganto, 2011). Es así que queda comprobado que las mujeres tienen una mayor disposición empática, resultados concordantes respecto a nuestra investigación.

Asimismo, los resultados del presente estudio coinciden con otros estudios previos cuyos hallazgos ratifican que las intervenciones a través de programas, talleres u otras actividades educativas promueven incrementos en el desarrollo de la capacidad empática (Inoñan & Sánchez,

2016; Corrales, et al., 2017; Calle, 2018; Moya, 2019; Rafael, 2019; Rico, 2019; Vásquez, 2019).

La explicación se evidencia en algunas perspectivas teóricas. El practicar habilidades de interacción social promueve el desarrollo cognitivo, al permitir predecir el comportamiento de los otros, saber lo que siente la otra persona juega un papel fundamental en las relaciones interpersonales, como: el poder comunicarse adecuadamente con otras personas, solucionar conflictos y aumentar la confianza entre los otros; estas relaciones contribuyen a conformar su personalidad futura donde adoptan conductas positivas, tanto en el campo interpersonal como en el campo de aprendizaje. Es así que en el presente estudio se evidencia que las adolescentes son capaces de gestionar y conocer las emociones para que puedan desarrollar la comprensión e interés por los demás. Por ello, los docentes deben aprovechar esta tendencia natural para promover en los alumnos valores como la ayuda, el respeto, la tolerancia, la solidaridad, la paz y la amistad entre compañeros.

Por lo tanto, el trabajo presente es novedoso en el hecho de diseñar y aplicar un programa lúdico basado en valores con la finalidad de desarrollar y mejorar las habilidades y capacidades empáticas de las estudiantes adolescentes, a través de sesiones de talleres con actividades lúdicas donde la metodología y procedimiento lúdica genera situaciones de disfrute (Motta, 1998), en el cual se aprende a convivir y a coexistir a partir de valores individuales y colectivos, aportando una transformación que va dando sentido a la vida (Paredes, 2017). Gracias a ello, permitió observar que las adolescentes logran percibir y comprender los estados emocionales de sus compañeras e identificando cambios en su forma de pensar, sentir y actuar.

CONCLUSIONES

Se concluye, que el programa lúdico basado en valores es recomendable para trabajar con los estudiantes adolescentes en las instituciones educativas porque no sólo mejoran la empatía sino sus relaciones sociales. El desarrollar la capacidad empática de poder experimentar lo que siente la otra persona y poder comprender lo que está viviendo identificando a quién le pertenece ayuda a ser tolerantes entre ellos, además incrementa la toma de la perspectiva de comprender a sus iguales y poder ponerse en lugar del otro estimulando sus valores de respeto entre unos y otros, siendo solidarios siendo pilares fundamentales para desarrollar un buen proyecto de vida de realización personal y social.

Es así que surge un reto a los futuros investigadores, es del trabajar con programas de intervención en estudiantes masculinos y elaborar instrumentos sobre la empatía para generar una eficaz transparencia en los resultados en programas de intervención en los contextos educativos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Calle, R. (2018). *Construyendo empatía en estudiantes observadores del acoso escolar en instituciones educativas de Santiago de Chile*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Pontificia Católica del Perú.
- Corrales, A., Quijano, N., & Góngora, E. (2017). Empatía, comunicación asertiva y seguimiento de normas. Un programa para desarrollar habilidades para la vida. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 22(1), 58-65.
- Decety, J., Norman, G., Berntson, G., & Cacciopo, J. (2012). A Neurobehavioral Evolutionary Perspective on the Mechanisms Underlying Empathy. *Progress in Neurobiology*, 98(1), 38-48.
- Fulleda, P. (2003). Lúdica por el desarrollo humano. (Ponencia). *III Simposio Nacional de Vivencias y Gestión*. Bogotá, Colombia.
- Garaigordobil, M., & Maganto, C. (2011). Empatía y resolución de conflictos durante la infancia y la adolescencia. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 43(2), 255-266.
- Inoñan, S., & Sánchez, R. (2016). *Programa didáctico lúdico para una convivencia saludable en el área de tutoría en los estudiantes del primer grado de educación secundaria de la I.E. "San Martín" de la provincia de Lambayeque-2016*. (Tesis de Maestría). Universidad César Vallejo.
- Jiménez, C. (2005) *La Inteligencia Lúdica. Juego y neuro-pedagogía en tiempos de transformación*. Bogotá, Colombia. Aula abierta, Magisterio.
- Mestre, V., Frías, M., & Samper, P. (2004). La medida de la empatía: análisis del Interpersonal Reactivity Index (IRI). *Psicothema* 16(2), 255-260
- Motta, J. (1998). La lúdica, procedimiento pedagógico. (Ponencia). *Primer Encuentro Nacional e Internacional de Lúdica*. Bogotá, Colombia
- Moya, L. (2019). *Educación en la empatía: el antídoto contra el bullying*. Plataforma activa.
- Moya-Albiol L., Herrero, N., & Bernal, M. (2010). Bases neuronales de la empatía. *Revista Neurol*, 50(2), 89-100.
- Paredes, J. (2017). *Juego, luego soy: Teoría de la actividad lúdica*. Wanceulen

- Perú. Ministerio de Educación. (2016) *Ley General de Educación N° 28044*. <https://www.spsd.org.pe/wp-content/uploads/2016/09/Ley-28044-Ley-General-de-Educaci%C3%B3n.pdf>
- Perú. Ministerio de Educación. (2020). *Proyecto Educativo Nacional del Perú (PEN)*. <https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/217492-aprueban-proyecto-educativo-nacional-al-2036>
- Rafael, E. (2019). *Programa psicopedagógico “Yo y el otro yo” para mejorar la empatía de los adolescentes de la academia “Orgullo sauselino” de la localidad de Sausal*. (Tesis de Maestría). Universidad Particular Antenor Orrego de Trujillo.
- Retuerpo, A. (2004). Diferencias en empatía en función de las variables género y edad. *Apuntes de psicología*, 22(3), 323-339.
- Rico, J. P. (2019). *Actividades para fomentar la empatía en clases sabatinas de francés con adolescentes en el Colegio Latino Francés de Bogotá*. (Tesis de Licenciatura). Universidad La Salle. _
- Tur-Porcar, A., Llorca, A., Malonda, E., Samper, P., & Mestre, M. (2016). Empatía en la adolescencia, relaciones con razonamiento moral prosocial, conducta prosocial y agresividad. *Acción Psicológica*, 3(2), 3-14.
- Vásquez, E. (2019). *Programa de juegos lúdicos en el clima social escolar en estudiantes del cuarto grado de secundaria de una institución educativa*. (Tesis de Maestría). Universidad César Vallejo.