

Empatía y perdón: fortalezas que protegen los vínculos

Empathy and forgiveness: strengths of character which protect affective bonds

Empatia e perdão: pontos fortes que protegem vínculos

Franco Morales

RESUMEN: Mientras en el pasado en la investigación del envejecimiento óptimo el foco estaba puesto en aspectos funcionales y biológicos, en la actualidad se involucran otras variables que han mostrado ser tan relevantes como las primeras en sus efectos sobre el buen envejecer. Una de esas variables son los vínculos cercanos y sociales. Generar, mantener y optimizar las relaciones interpersonales ha mostrado traer beneficios concretos tanto para el adulto mayor como para su entorno. En este marco la empatía, como proceso psicológico que permite comprender y experimentar los pensamientos y emociones de otros, es un medio que facilita y promueve la posibilidad de vinculación interpersonal. Sin embargo, ninguna relación interpersonal se encuentra exenta de conflictos. Es por ello que la capacidad para perdonar, como fortaleza humana, facilita el proceso de restitución de relaciones por medio del abandono de emociones negativas luego de una ofensa. En el presente trabajo se presenta un marco teórico integrador que permite incluir estos dos procesos psicológicos y sus relaciones en el estudio del envejecimiento óptimo. Se reseñan antecedentes teóricos, empíricos y metodológicos, al mismo tiempo que se proponen futuras líneas de investigación e intervención.

Palabras clave: Empatía; Perdón; Fortalezas del Carácter.

ABSTRACT: *While in the past, the focus on successful aging research was on functional and biological aspects, currently other variables are considered as relevant as the former ones in their effect on good aging. Some of those variables are close and social affective bonds. Creating, managing and optimizing relationships have been proven to provide concrete benefits for the elderly and for their environment. In this context, empathy as a psychological process allows us to understand and experience the thoughts and emotions of others, facilitating and fostering the possibility of interpersonal bonding. However, no interpersonal relationship is free of conflict. That is why the ability to forgive, as a human strength, facilitates the process of restoring relations by stopping negative emotions after an offense. In this paper, we present an integrative theoretical framework to include these two psychological processes and their relationships in the study of optimal aging. Not only theoretical, empirical and methodological backgrounds are outlined, but also future lines for research and intervention are proposed.*

Keywords: *Empathy; Forgiveness; Character of Strength.*

RESUMO: *Embora no passado, nas pesquisas sobre um envelhecimento ideal, o foco incidia sobre os aspectos funcionais e biológicos, hoje em dia outras variáveis têm sido mostradas por serem tão relevantes quanto os primeiros que estão envolvidos, por seus efeitos a um bom envelhecer. Uma dessas variáveis é quanto a laços próximos e sociais. Criar, manter e otimizar o relacionamento mostrou trazer benefícios concretos para os idosos e seu ambiente. Nesse contexto a empatia, como um processo psicológico que nos permite compreender e experimentar os pensamentos e as emoções dos outros, é um meio que facilita e promove a possibilidade de ligação interpessoal. No entanto, nenhuma relação interpessoal é sem conflito. É por isso que a capacidade de perdoar, como a força humana, facilita o processo de restabelecimento das relações através do abandono de emoções negativas, após uma ofensa. Neste artigo, um quadro teórico integrativo para incluir estes dois processos psicológicos e suas relações no estudo do envelhecimento ótimo ocorre, com base delineada teórica, empírica e metodológica, enquanto uma futura investigação e intervenção são propostas.*

Palavras-chave: *Empatia; Perdão; Força de caráter.*

Introducción

Los cambios demográficos sucedidos en las últimas décadas dan cuenta de un proceso gradual pero sostenido hacia un mayor envejecimiento poblacional. Dicha tendencia se ha orientado a estudiar las pérdidas, favoreciendo así una visión decremental de la última etapa de la vida (Iacub, 2011; Lombardo, 2013). Sin embargo, esta perspectiva ha encontrado su contra punto en una tendencia reciente que intenta abrir un punto de vista complementario, el cual intenta estudiar cómo las personas mayores son capaces de evitar pérdidas y aún acumular ganancias. En este cuadro de situación la Psicología Positiva y sus estudios acerca de las fortalezas y el potencial humano convergen en gran medida con los avances de la Psicogerontología Positiva (Arias, & Iacub, 2013), convergiendo en cambios teóricos y metodológicos para el estudio del desarrollo con una fuerte base empírica (Ballesteros 2007; Baltes, & Freund, 2007; Hill, 2011; Lombardo, 2013).

El área vincular se constituye como un factor salugénico de vital importancia a lo largo de la vida y en especial en la vejez. En el presente artículo se presentan dos fortalezas del carácter que se orientan a reparar, proteger y potenciar las relaciones interpersonales: la Empatía y el Perdón. Al mismo tiempo, se presenta el marco conceptual sobre el que se basan estas dos fortalezas, los beneficios salugénicos que las mismas acarrearán, las diferentes metodologías y técnicas con las que se los ha abordado en su investigación tanto a nivel internacional, como local para evaluar su comportamiento en la vejez.

Fortalezas del carácter

En las últimas décadas se ha podido observar la aparición de una nueva corriente de investigación en Psicología, tanto a nivel práctico como teórico, denominada Psicología Positiva. Este paraguas de investigación (Gancedo, 2008) ha tenido como principal objetivo el estudio sobre el bienestar de los individuos, cuáles son sus causas y cómo mantenerlo o potenciarlo. Para ello se han propuesto tres grandes líneas de indagación (Seligman, & Csikszentmihalyi, 2000): las experiencias subjetivas positivas, los rasgos individuales positivos, y las instituciones y comunidades positivas. Park, y Peterson (2009) han propuesto que el área individual, a saber, el estudio de los rasgos positivos, tiene preeminencia sobre las otras dos por su efecto en ellas.

La variable que más frecuentemente se ha examinado en su relación con las fortalezas del carácter es la satisfacción con la vida. Todos los hallazgos han demostrado relaciones positivas entre ambos constructos (Park, Peterson & Seligman, 2004; West, 2007). Sin embargo, muchos estudios proponen que las fortalezas específicas de Curiosidad, Gratitud, Esperanza, Amor y Vitalidad contribuyen de manera significativa y especial en el bienestar de las personas (Berman, 2007; Park, & Peterson, 2006). Desde que estas cinco fortalezas fueron asociadas con la satisfacción vital de forma consistente en diferentes estudios, fueron categorizadas por los psicólogos positivos informalmente como "Key Strengths" (Shimai, *et al.*, 2006).

Como se observa, el desarrollo de fortalezas del carácter tiene un rol fundamental en la satisfacción con la vida; comprender su cambio a lo largo del curso vital permitirá conceptualizar mejor el proceso de envejecimiento óptimo (Arias, Soliverez, Morales & Dottori, 2014; Morales, 2014b). Al focalizar especialmente en la vejez, dos líneas conceptuales convergentes nos permiten pensar los potenciales beneficios de estas indagaciones. Por un lado Robert Hill (2005) desde el modelo de "Positive Aging" sostiene poder identificar las fortalezas adquiridas por la experiencia de vida a lo largo del curso vital, lo cual permitiría resaltar protectores frente a los declives propios del envejecimiento. Por otro lado, Feliciano Villar (2013) aporta desde el modelo de "Envejecimiento Generativo" la idea de articular dos tipos de desarrollos, el Individual y el Social, permitiendo así dar vía a una capitalización social y comunitaria de las fortalezas individuales en la vejez.

El valor de los vínculos

Desde el momento del nacimiento hasta la última etapa de la vida los vínculos juegan un rol fundamental en el bienestar y el desarrollo del individuo. En cada etapa, diferentes vínculos generarán diferentes efectos en el devenir de la personalidad, la identidad y el bienestar personal.

Tempranos estudios sobre diferencias entre grupos de edad, entendidos como procesos sociales, encontraron que los adultos mayores tienen menores redes sociales (Cumming, & Henry, 1961). La explicación en aquel entonces pareció obvia, los adultos mayores son quienes se encuentran más propensos a quedar viudos, a experimentar la muerte de sus amigos y familiares, y en consecuencia, a vivir solos.

Sin embargo, Laura Carstensen desde el Stanford Center of Longevity (Carstensen, 1992) ha encontrado que si bien sus redes son menores, los adultos mayores reportan mayor satisfacción con sus vínculos que los más jóvenes (Landsford, Sherman & Antonucci, 1998). Asimismo, los adultos mayores muestran un mayor número de emociones positivas cuando interactúan con sus vínculos que los adultos jóvenes (Charles & Piazza, 2007). También se ha encontrado que los adultos mayores continúan incorporando vínculos, al igual que en el resto de las etapas de la vida (Arias, 2014). En términos generales los adultos mayores presentan mayor cantidad de vínculos positivos y menos ambivalentes (Fingerman, 2004) que los adultos de mediana edad y jóvenes (Fingerman, Hay, & Birditt, 2004; Rook, 2003). Aún en situaciones de conflicto interpersonal los adultos mayores tienden a expresar más emociones positivas y afecto (Levenson, Carstensen, & Gottman, 1994), así como a percibir con mayor valencia las emociones y conductas positivas tanto propias como de los otros.

Loung, Charles, y Fingerman (2011) sostienen que estos cambios positivos en la vejez se dan por dos procesos relacionados: 1). Los adultos mayores desarrollan estrategias que optimizan las relaciones interpersonales positivas y minimizan las negativas. 2) Las personas que rodean al adulto mayor actúan de forma recíproca tratándolo de forma más positiva y con mayor sensibilidad que a los adultos jóvenes.

En el presente trabajo se pretende dar cuenta de los recursos que los mismos adultos mayores ponen en práctica para mejorar sus vínculos. Carstensen y su grupo de investigación sostienen que los adultos mayores están más ocupados en metas emocionales y en la adquisición de experiencias emocionales positivas que en metas relacionadas con la búsqueda de información (Carstensen, Fung, & Charles, 2003). Es por ello que se encuentran motivados naturalmente a priorizar aspectos de la vida que sean emocionalmente significativos, mientras que los jóvenes se ven más bien motivados a adquirir nuevas informaciones, expandir horizontes y conseguir metas (Fredrickson, & Carstensen, 1990). Al mismo tiempo, y en consonancia con ello, muestran un sesgo perceptivo-atencional hacia estímulos positivos en la vejez (Carstensen, & Mikels, 2005).

También se ha encontrado que los adultos mayores reportan mayor experticia social que los adultos jóvenes (Hess, 2005) y una mejor capacidad para juzgar a las personas con las que se vinculan (Hess, Bolstad, Woodburn, & Auman, 1999). En este sentido, las personas con la edad adquieren experiencia con vínculos problemáticos y aprenden a identificar y evitar dichos vínculos para regular sus experiencias socioemocionales (Hess, Osowski, & Leclerc, 2005; Lombardo, Sabatini, Morales, & Jensen, 2013).

Estas investigaciones permitirían explicar por qué aún frente a situaciones conflictivas, que existen en cualquier relación interpersonal, los adultos mayores tienden a contemplar aspectos positivos propios y de la persona con la que interactúan.

Habiendo revisado la evidencia hasta la fecha nos detendremos en dos estrategias específicas que han mostrado correlatos positivos, tanto a nivel interpersonal como intrapersonal: la Empatía y el Perdón (Morales, & Arias, 2014a).

Empatía

Durante gran parte del siglo XX los teóricos de la Empatía han centrado su interés en aspectos cognitivos o afectivos de forma diferenciada; hasta la década del 80 las propuestas teóricas se erigieron en estas dos grandes líneas. Actualmente se sostiene que ambos aspectos se implican en un todo integrado. Se ha llegado de este modo a una definición de empatía que la entiende como una disposición que facilita la experimentación de las pensamientos y emociones de forma más congruente con la situación de otra persona que con la propia (Decety, & Lamm, 2006)

Mark Davis (1980) es quien comenzó a sostener que la Empatía es un constructo multidimensional; en lo que respecta a lo cognitivo, sostiene que habría dos grandes dimensiones, “Toma de Perspectiva” y “Fantasía”. La primera de ellas, sería aquella que contempla la tendencia a comprender el punto de vista de la otra persona de forma intencional; la segunda es la tendencia a identificarse con personajes de ficción, es decir, la capacidad imaginativa del sujeto para ponerse en situaciones ficticias. En cuanto a lo afectivo, Davis hace una distinción entre “Preocupación Empática” y “Estrés Empático”. La primera se refiere a la tendencia a sentir compasión, ternura y preocupación por aquellos que experimentan situaciones negativas; y la segunda a la tendencia a sentir malestar y ansiedad ante dichas experiencias.

Se han realizado grandes esfuerzos científicos indagando los correlatos positivos de este constructo, tanto con uno mismo como con otras personas. Por ejemplo, quienes registran altos niveles de empatía también registran altos niveles de satisfacción con la vida, inteligencia emocional y autoestima (Mayer, Caruso, & Salovey, 2000).

En lo que respecta a lo interpersonal, tienen redes sociales más ricas, reportan niveles menores de agresividad y mayores niveles de voluntariado, caridad y conductas de ayuda (Wilhelm, & Bekkers, 2010). Asimismo, la investigación registrada hasta la actualidad sugiere que las respuestas empáticas y prosociales se asocian con beneficios tanto psicológicos como físicos (Konrath, & Brown, 2012; Morales, 2013).

Perdón

Podría pensarse que las heridas son una parte inherente a las relaciones humanas. La vida cotidiana supone enfrentarse a situaciones constantes de agresión, maltrato, engaños, infidelidades u otras ofensas. Una de las posibles reacciones frente a estos malos tratos, aunque no la única, es el Perdón.

El autor que ha realizado un mayor recorrido en investigaciones sobre Perdón es Robert Enright. Él lo ha definido como la intención de abandonar el derecho propio a estar resentido, a tener un juicio negativo y una conducta indiferente hacia la persona que injustificadamente nos hirió, mientras que se cultivan las cualidades no merecidas de compasión, generosidad e incluso amor hacia el otro (Enright, Freedman, & Rique, 1998). Para este teórico es crucial que la persona que perdona pueda desarrollar una visión benevolente hacia la persona transgresora; su enfoque está centrado en el cambio de los sentimientos, pensamientos y conductas sobre la persona que hirió. En definitiva, el modelo de Enright intenta describir y explicar la reducción que se observa en el afecto negativo y aumentar el positivo, mediante cambios conductuales. Asimismo propone una línea interventiva esperando que la persona consiga alivio y paz, ya que dichas conductas modulan sus pensamientos y sus sentimientos (Enright, 2001).

Por su parte, Michael McCullough, investigador del departamento de Psicología Evolucionista de la Universidad de Miami, entiende que el Perdón refleja un aumento de actitudes prosociales con respecto a otra persona; lo conceptualiza como un set de cambios motivacionales facilitados por una predisposición empática en donde quien perdona: a) disminuye su interés en actuar en términos de represalias, b) maximiza los niveles de extrañamiento con el ofensor, c) aumenta la motivación para reconciliarse con el ofensor (McCullough, & Hoyt, 2002).

McCullough y sus colaboradores (McCullough, Worthington, & Rachal, 1997) sostienen que la empatía hacia el ofensor es central para facilitar las condiciones que llevan hacia el perdón, ya que ubican a este concepto dentro de una variedad de fenómenos prosociales tales como la cooperación, el altruismo y la inhibición de la agresión, las cuales requieren de la empatía para poder desarrollarse.

Este autor se ha preocupado también por evaluar las características afectivas relacionadas con el perdón (McCullough, 2000). Él y sus colegas han asumido que los dos estados afectivos negativos que caracterizan a las relaciones interpersonales luego de haber sido heridas son: 1) los sentimientos de daño percibido con su correspondiente motivación a evitar todo contacto personal o psicológico con el ofensor; 2) los sentimientos de indignación con su correspondiente motivación a buscar venganza o a observar al ofensor siendo ofendido. En este sentido, el autor plantea que cuando una persona ofendida no perdona a su ofensor, aunque sea una relación cercana, se incrementan estos dos afectos negativos con sus correlatos conductuales (evitación o venganza), estimulando de esta forma conductas destructivas para con el ofensor. En cambio, cuando el ofendido ha perdonado sus percepciones de la ofensa y del ofensor no crean motivaciones para evitarlo o buscar venganza sino, por el contrario que se transforman de modo constructivo.

El problema de la evaluación

El abordaje instrumental de la Empatía se muestra como un punto problemático en su estudio por la dificultad de hacer operativa una gran heterogeneidad de modelos teóricos que la conceptualizan. Las primeras escalas que se han construido para su medición han sido las de Dyamond (1949), y Hogan (1969), desde la perspectiva de la empatía cognitiva; a ellas siguió la creación de las escalas de Merhabian, y Epstein (1972) y la de Caruso, y Mayer (1998), desde la visión de la empatía afectiva. En simultáneo con el desarrollo de estas escalas, desde la década de los 80 se ha comenzado a trabajar en la creación y estandarización de medidas de empatía desde una visión integrada; ejemplos de tales esfuerzos son la escala de reactividad interpersonal (IRI) (Davis, 1980), el cociente de empatía (EQ) (Baron-Cohen, & Weelwright, 2004) y el test de empatía cognitiva y afectiva (TECA) (López-Pérez, Fernandez-Pinto, & Abad, 2008). También se han diseñado instrumentos para evaluar la empatía situacional (Eisenberg, & Fabes, 1990; Igartúa, & Paez, 1998).

En las últimas décadas se han desarrollado pruebas de desempeño (Performance-based tasks) donde se intenta evaluar la capacidad real para poder generar empatía efectiva (Richter, & Kunzmann, 2011). Estas técnicas generalmente se proponen medir: 1) la habilidad para percibir la emoción y/o intención de otra persona; 2) la capacidad para compartir emociones con otros; y 3) la habilidad para expresar la empatía en una situación particular. Si bien estos estudios muestran una mayor validez ecológica, se alejan de lo que tradicionalmente se conceptualizó como empatía, a saber, una disposición de personalidad.

McCullough, Hoyt, y Rachal (2000) clasificaron las diferentes técnicas para evaluar perdón en una taxonomía de 3 x 2 x 4. El primer nivel de la taxonomía implica la especificidad de la medida, a saber: perdón frente a una ofensa específica, perdón diádico o perdón disposicional. El segundo nivel de taxonomía implica la dirección del perdón, es decir si se evalúa al ofensor o al ofendido. Por último, el perdón puede ser evaluado usando una gran cantidad de métodos ordenados a través de las nociones de autoinforme, informe de un par, informe de un observador externo y examen de las conductas constructivas y destructivas hacia el ofensor.

En este sentido, tanto en lo que hace al perdón como a la empatía, nos encontramos frente a una gran variedad de operaciones y técnicas de evaluación que a su vez, no se encuentran adecuadamente adaptadas al medio local (Morales, 2014a).

¿Qué características toman estos constructos en la vejez?

Diferentes autores provenientes de la Psicología del Desarrollo han estudiado la empatía especialmente en niños y adolescentes registrando un gran aumento de la capacidad empática a medida que los niños llegan a la adolescencia (Eisenberg, & Fabes, 1990). Algunos autores desde la perspectiva del ciclo vital han postulado que la empatía se incrementa en la mitad de la vida y más aún en la vejez, si bien no sigue el mismo patrón lineal que en los jóvenes (McAdams, & Olson, 2010).

Evaluando diferencias entre distintas etapas del curso de vida, Gilet, Mella, Studer, Grünh, y Labouvie-Vief (2013) encontraron que los adultos jóvenes presentan niveles superiores a los adultos mayores en las dimensiones de Fantasía y Malestar personal. Pérez y Fernandez (2010) encontraron que los componentes afectivos de la empatía no se ven afectados por la edad, pero sí lo están los componentes Cognitivos, cuyos niveles son menores en los grupos de mayor edad que en aquellos más jóvenes. Sze, Gyurak, Goodkind, y Levenson (2012) encontraron un aumento significativo relacionado con la edad en la dimensión de Preocupación Empática, no así en el Malestar Personal. Otros dos estudios longitudinales registraron que las medidas de autoinforme se mantienen estables en el tiempo (Diehl, Coyle, & Labouvie-Vief, 1996; Eysenck, Pearson, Easting, & Allsopp, 1985), mientras que otros encontraron un descenso en la capacidad empática a medida que se produce el proceso de envejecimiento (Grünh, Rebucal, Diehl, Lumley, & Labouvie-Vief, 2008; Schieman, & van Gundy, 2000).

Los estudios que evalúan la empatía con pruebas de desempeño han encontrado una disminución significativa en la capacidad para reconocer diferentes emociones en las últimas etapas del curso de la vida (Duval, Piolino, Bejanin, Eustache, & Desgranges, 2010), con la excepción de algunos estudios sobre el reconocimiento de expresiones faciales de asco, disgusto o tristeza (Seider, Shiota, Whalen, & Levenson, 2011).

Labouvie-Vief, Grünh, y Studer (2010) desde la teoría de la Integración dinámica (DIT), una de las teorías más prominentes del desarrollo a lo largo de todo el ciclo vital, definen la empatía como una emoción compleja y que, en tanto tal, mostraría un patrón progresivo con la forma de “U” inversa a lo largo del ciclo vital. Se sugiere (Labouvie-Vief, 2009) que las representaciones emocionales se soportan sobre representaciones cognitivas, explicando cómo en las primeras etapas del ciclo vital se encuentra un crecimiento progresivo de la capacidad para representarnos emociones de otras personas, en la mediana edad llega a su punto máximo, por el gran número de experiencias atravesadas, y en la vejez los retrocesos en las funciones biológicas y cognitivas desafiarían la capacidad para generar representaciones emocionales adecuadas, proveyendo sólo representaciones simples sobre los estados mentales de otras personas.

Una segunda teoría relevante para explicar las diferencias en la Empatía por grupos de edad en la vejez es la Selectividad Socioemocional (SST) (Carstensen, Isaacowitz, & Charles, 1999).

Como mencionamos más arriba, esta teoría propone que se registran cambios en las prioridades con respecto a las metas sociales a lo largo de la vida en función del acotamiento del horizonte temporal futuro, movilizándolo a los adultos mayores a invertir más tiempo y energía en la regulación de sus emociones y en la optimización de sus relaciones sociales íntimas. En este sentido la SST permite suponer una estabilidad, incluso un aumento en la empatía, en especial en sus facetas emocionales.

En la ciudad de Mar del Plata hemos realizado dos estudios en los que se compararon las puntuaciones en escalas de autoinforme de Empatía en diferentes grupos etarios (Soliveréz, & Morales, 2013; Morales, & Arias, 2014c). En ambos estudios no se han encontrado diferencias en las dimensiones cognitivas de la Empatía, pero sí en una de las afectivas en cada estudio. En el primero se relevó que los adultos mayores jóvenes (60 a 70 años) puntuaron significativamente más alto en la escala de Preocupación Empática, es decir, en la tendencia a compadecer con otros y movilizarse a ayudarlos, siendo esta dimensión la más prosocial de la empatía. En el segundo, en el que se ha utilizado una escala diferente aunque con una metodología similar, se encontró que nuevamente los adultos mayores jóvenes (60 a 70 años) han puntuado más alto en otra dimensión afectiva, la Alegría Empática, que implica sintonizar con las emociones positivas de otros. En ambos casos, se trata de los correlatos más salugénicos de la Empatía.

En lo que respecta al Perdón, tanto las teorizaciones como la investigación empírica indican que existen diferencias en la tendencia a perdonar según la edad. Los adultos mayores se muestran más predispuestos a perdonar a otras personas que los adultos de mediana edad, los adultos jóvenes, los adolescentes y los niños (Allemand, 2008; Girard, & Mullet, 1997). En un estudio realizado en Estados Unidos (Toussaint, Williams, Musick, & Everson, 2001) los adultos mayores (65 años en adelante) reportaron una mayor predisposición a perdonar que los adultos de mediana edad (45 a 64 años); asimismo estos últimos mostraron resultados superiores que los adultos jóvenes (18 a 44 años). Lawler-Row, y Piferi (2006) también encontraron diferencias en un estudio sobre adultos de entre 50 y 95 años, donde los adultos mayores se describían a sí mismos como más predispuestos a perdonar que los adultos de mediana edad.

Estas diferencias en la Capacidad de Perdón de acuerdo con la edad genera la siguiente pregunta ¿Qué fenómenos o procesos psicológicos son responsables de dichas diferencias?

Romero, y Mitchell (2008) afirman que las creencias y los valores personales y sociales que sostienen los adultos mayores predisponen a perdonar más que los adultos jóvenes. Otra explicación posible es la que hace referencia a las diferencias que se presentan en función de la edad en las preferencias sobre las metas sociales propuesta por la teoría de la selección socioemocional (Carstensen, Isaacowitz, & Charles, 1999). Esta teoría asume que la regulación de las emociones recibe una prioridad primaria en las personas mayores dado el acortamiento de los tiempos vitales; por lo tanto, el perdonar podría convertirse en un recurso muy útil y en una estrategia provechosa para las personas en el transcurso de sus últimos años. También sugiere que los adultos mayores, a fin de mejorar sus experiencias sociales positivas y minimizar las negativas, utilizan estrategias que se orientan a evitar conflictos, mientras que los adultos jóvenes se comportan de forma más confrontativa cuando sienten ira. En la misma línea, Cheng, y Yim (2008) muestran que percibir el tiempo futuro como un recurso limitado dada la cercanía con la muerte, influye en la predisposición de las personas a perdonar conflictos interpersonales hipotéticos, permitiendo así explicar algunas de las diferencias encontradas por edad. Por su parte Steiner, Allemand, y McCullough (2012) indican que la Agradabilidad y el Neuroticismo, como rasgos de personalidad, explican, en parte, las diferencias por grupo de edad.

Por último, un punto saliente en la investigación del perdón y las diferencias por edad es su relación con el constructo religiosidad; al igual que el perdón, la religiosidad tiende a incrementarse con la edad. Las personas religiosas y/o con intereses espirituales tienden a afirmar estar más predispuestos a perdonar y menos a vengarse que los que no son religiosos, ni tienen intereses espirituales (Bono, 2005). Girard, y Mullet (1997) han encontrado que las personas que sostienen una predisponían al perdón incondicional, fundando su respuesta en una filosofía personal muy ligada a valores religiosos, son en mayor porcentaje adultos mayores. El estudio realizado por Maganto, y Garaigordobil (2010) relevó que las personas mayores afirman con más frecuencia que los más jóvenes que las creencias religiosas ayudan al perdón. Asimismo estas autoras han encontrado que un mayor porcentaje de adultos considera que un ser superior determina lo que les ocurre, mientras que los jóvenes, en cambio, reportan que el destino les va a dar a cada uno lo que se merece, por lo cual se advierte una resistencia a la resignación, entendida como una actitud para aceptar lo sucedido.

En Mar del Plata (Morales, & Arias, 2014b) se ha indagado mediante una escala de autoinforme (Casullo, & Liporace, 2005) qué percepción tienen personas de diferentes grupos de edad sobre su capacidad para perdonarse a sí mismos, a otros y a situaciones de la vida, al mismo tiempo que se indagaban las creencias que determinan el perdón. Los resultados muestran diferencias con los antecedentes relevados. Contrariamente a lo encontrado en gran parte de ellos (Allemand, 2008; Girard, & Mullet, 1997; Lawler-Row, & Piferi, 2006; Toussaint, Williams, Musicl, & Everson, 2001), no se han registrado en el presente estudio diferencias significativas en tres de las cuatro dimensiones donde el Perdón puede expresarse (a uno mismo, a otros y a situaciones) entre ninguno de los cuatro grupos de edad. Sin embargo, sí se han encontrado diferencias significativas en las puntuaciones de la dimensión que hace referencia a las Creencias que Determinan el Perdón en favor de los dos grupos de mayor edad. Estos resultados nos indican que, más allá de que esta capacidad no parece aumentar en las últimas etapas de la vida en el ámbito local, los adultos mayores recurren a sus sistemas de creencias más que los jóvenes para perdonar.

Relaciones entre Perdón y Empatía

Más allá de las diferentes posturas teóricas en torno a ambos conceptos, existe en la literatura un consenso acerca del lugar que tiene la empatía en el proceso de perdón (Greenberg, Warwar, & Malcolm, 2010). A estas propuestas teóricas, se suma un fuerte apoyo empírico (Moreno, & Fernandez, 2010; Paleari, Regalia, & Fincham, 2005). Esta relación también tiene fuertes derivaciones prácticas. En el trabajo terapéutico la empatía ha mostrado ser una variable de peso ineludible en el desarrollo del perdón; se ha relevado su importancia en el trabajo con relaciones interpersonales cercanas, parejas y situaciones de infidelidad (Fincham, Paleari, & Regalia, 2002; Greenberg, Warwar, & Malcolm, 2010; McCullough, Worthington, & Rachal, 1997). Por ejemplo, en el modelo de Enright, y Fitzgibbon (2000), la empatía es el tercer paso de un modelo de cuatro en el que la toma de perspectiva, la empatía y la compasión son un nexo necesario para dar base emocional al desarrollo del perdón.

Si bien hay grandes avances realizados en el estudio de la intensidad y el modo en que ambos constructos se relacionan, son pocos los trabajos que exploren las relaciones de ambos en diferentes grupos de edad.

En dos estudios locales (Morales, 2014c; Morales, & Arias, 2014c) se ha encontrado que la relación entre ambos constructos disminuye en la medida en que la evaluamos en grupos de mayor edad. En este sentido, el perdón puede ser pensado como una disposición que se pone en marcha sin requerir de la empatía para poder ser desarrollado. Estos resultados permiten pensar en dos consecuencias, una práctica y otra teórica. En un sentido práctico, gran parte de las propuestas de intervención para el desarrollo del perdón se basan en la empatía; los resultados compelen a revisar estas técnicas si se las quiere adaptar a esta etapa de la vida. En el plano teórico, sería de interés la realización de estudios que brinden mayor información acerca de los motivos para perdonar, y al mismo tiempo, qué otros recursos diferenciales utilizan los adultos mayores que les permite perdonar tanto o más que los jóvenes.

Conclusiones

La Psicología Positiva ha brindado a la Gerontología una nueva línea de acción e investigación al aportar categorías conceptuales y recursos técnicos, tanto para registrar aspectos positivos en el proceso de envejecimiento, como para potenciarlos. Dado que los vínculos constituyen una de las fuentes de mayor satisfacción en la vejez, se ha focalizado en la Empatía y el Perdón en tanto fortalezas específicas que protegen y mejoran las relaciones interpersonales. En este sentido, ambos constructos se muestran en la última etapa de la vida como un reservorio de capital humano para el sostenimiento y mejora de las relaciones cercanas, lejanas y comunitarias.

Al encarar el análisis de estas dos fortalezas se persigue como objetivo hacer visible el relevamiento de disposiciones psicológicas que se mantienen y/o aumentan en las últimas etapas del desarrollo humano; con lo cual se fomenta un cambio en la representación social del envejecimiento, promoviendo un cambio del paradigma decremental a uno más amplio, complejo y contextualizado. Si bien quedan pendientes respuestas en función al comportamiento de estos constructos en situaciones específicas y los efectos reales sobre el bienestar y la calidad de vida del adulto mayor y de su entorno se espera que el presente trabajo motive nuevos desarrollos en esta línea.

Referencias

- Allemand, M. (2008). Age differences in forgivingness: The role of future time perspective. *Journal of Research in Personality, 42*, 1137-1147.
- Arias, C. J. (2014). *Los vínculos en la vejez ¿Cuáles nos dan apoyo, alegría y satisfacción?* Conferencia presentada en el II Congreso Nacional de Gerontología Comunitaria, 30 y 31 de octubre y 1 de noviembre, 2014, San Salvador de Jujuy.
- Arias, C. J., & Iacub, R. (2013). ¿Por qué investigar aspectos positivos en la vejez?. Contribuciones para un cambio de paradigma. *Publicatio UEPG: Ciências Humanas, Linguística, Letras e Artes, 21(2)*, 271.
- Arias, C. J., Soliverez, V. C., Morales, F., & Dottori, K. V. (2014). Evaluación de las fortalezas de carácter: su aplicación en adultos mayores. En: Silberstein, F., & Colacci, R. (Coords.). *Ponencias del XVIII Congreso Nacional de Psicodiagnóstico y de las XXV Jornadas Nacionales de ADEIP*, 202-209. Mar del Plata, Argentina: ADEIP.
- Ballesteros, R. F. (2007). Luces y sombras en la psicología del potencial humano: el ejemplo de la psicogerontología. En: Staudinger, U. M., & Aspinwall, L. G. (Eds.). *Psicología del potencial humano: cuestiones fundamentales y normas para una psicología positiva*, 183-204. Madrid, España: Gedisa.
- Baltes, P. B., & Freund, A. M. (2007). El potencial humano como orquestación de la sabiduría y la optimización selectiva con compensaciones. En: Staudinger, U. M. & Aspinwall, L. G. (Eds.), *Psicología del potencial humano: cuestiones fundamentales y normas para una psicología positiva*, 45-62. Madrid, España: Gedisa.
- Baron-Cohen, S., & Weelwright, S. (2004). The Empathy Quotient: An Investigation of Adults with Asperger Syndrome or High Functioning Autism, and Normal Sex Differences. *Journal of Autism and Developmental Disorders, 34(2)* 163-175.
- Berman, J. S. (2007). *Character strengths, self-schemas and psychological well-being: A multi-method approach*. Unpublished PhD Dissertation, University of Texas Southwestern Medical Center at Dallas, Dallas, Texas.
- Bono, G. (2005). Commonplace forgiveness: From healthy relationships to healthy society. *Humboldt Journal of Social Relations, 29(2)*, 82-110.
- Carstensen, L. L., & Mikels, J. A. (2005). At the intersection of emotion and cognition: Aging and the positivity effect. *Current Directions in Psychological Science, 14*, 117-121.
- Carstensen, L. L. (1993). Motivation for social contact across the life span: A theory of socioemotional selectivity. En: Jacobs, J. E. (Ed.). *Nebraska Symposium on Motivation: 1992, Developmental Perspectives on Motivation, 40*, 209-254. Lincoln: University of Nebraska Press.
- Carstensen, L. L., Fung, H. H., & Charles, S. T. (2003). Socioemotional Selectivity Theory and the regulation of emotion in the second half of life. *Motivation and Emotion, 27*, 103-123.
- Carstensen, L. L., Isaacowitz, D. M., & Charles, S. T. (1999). Taking time seriously. *American Psychologist, 54(3)*, 165-181.
- Caruso, D. R., & Mayer, J. D. (1998). *Emotional empathy scale. A measure of emotional empathy*. (Unpublished manuscript). University of New Hampshire.

- Casullo, M. (2005). La capacidad para perdonar desde una perspectiva psicológica. *Revista de Psicología de la PU-CP*, 23(1), 39-64.
- Casullo, M. M., & Liporace, M. (2005). Evaluación de la capacidad de perdonar. Desarrollo y validación de una escala. *Acta Psiquiátrica y Psicológica de América latina*, 51(1), 14-20.
- Charles, S. T., & Piazza, J. R. (2007). Memories of social interactions: age differences in emotional intensity. *Psychology and Aging*, 22(2), 300-309.
- Cheng, S. T., & Yim, Y. K. (2008). Age differences in forgiveness: The role of future time perspective. *Psychology and aging*, 23(3), 676-680.
- Cosentino, A. C. (2009). Evaluación de las Virtudes y Fortalezas Humanas en Población de Habla Hispana. *Psicodebate, Psicología, Cultura y Sociedad*, 10, 53-71.
- Cumming, E., & Henry, W. E. (1961). *Growing Old*. Nueva York, EUA: Basic Books.
- Davis, M. H. (1980). A multidimensional approach to individual differences in empathy. *Catalog of Selected Documents in Psychology*, 10(85), 01-17.
- Decety, J., & Lamm, C. (2006). Human empathy through the lens of social neuroscience. *The Scientific World Journal*, 6, 1146-1163.
- Diehl, M., Coyle, N., & Labouvie-Vief, G. (1996). Age and sex differences in strategies of coping and defense across the life span. *Psychology and Aging*, 11, 127-139.
- Duval, C., Piolino, P., Bejanin, A., Eustache, F., & Desgranges, B. (2011). Age effects on different components of theory of mind. *Consciousness and Cognition*, 20(3), 627-642.
- Dyament, R. R. (1949). A scale for the measurement of empathy ability. *Journal of Consulting Psychology*, 43(3), 261-274.
- Eisenberg, N., & Fabes, R. A. (1990). Empathy: Conceptualization, measurement, and relation to prosocial behavior. *Motivation and Emotion*, 14, 131-149.
- Enright, R. D. (2001). *Forgiveness is a choice: A step-by-step process for resolving anger and restoring hope*. Washington, D. C: American Psychological Association.
- Enright, R. D., & Fitzgibbons, R. P. (2000). *Helping clients forgive: An empirical guide for resolving anger and restoring*
- Enright, R. D., Freedman, S., & Rique, J. (1998). The psychology of interpersonal forgiveness. En: Enright, R. D. & North, J. (Eds.). *Exploring forgiveness*, 46-62. Madison: University of Wisconsin Press.
- Ertel, K. A., Glymour, M. M., & Berkman, L.F. (2009). Social networks and health: A life course perspective integrating observational and experimental evidence. *Journal of Social and Personal Relationships*, 26, 73-92.
- Eysenck, S. B., Pearson, P. R., Easting, G., & Allsopp, J. (1985). Age norms for impulsiveness, venturesomeness and empathy in adults. *Personality and Individual Differences*, 6, 613-619.
- Fincham, F. D., Paleari, F. G., & Regalia, C. (2002). Forgiveness in marriage: The role of relationship quality, attributions, and empathy. *Personal Relationships*, 9(1), 27.
- Fingerman, K. L. (2004). The Role of Offspring and In-Laws in Grandparents' Ties to Their Grandchildren. *Journal of Family Issues*, 25(8), 1026-1049.

- Fingerman, K. L., Hay, E. L., & Birditt, K. S. (2004). The best of ties, the worst of ties: Close, problematic, and ambivalent social relationships. *Journal of Marriage and Family*, 66(3), 792-808.
- Fredrickson, B. L., & Carstensen, L. L. (1990). Choosing social partners - How old-age and anticipated endings make people more selective. *Psychology and Aging*, 5, 335-347.
- Gancedo, M. (2008). Historia de la Psicología Positiva. Antecedentes, aportes y proyecciones. *Prácticas en psicología positiva*, 11-38.
- Gilet, A. L., Mella, N., Studer, J., Grühn, D., & Labouvie-Vief, G. (2013). Assessing dispositional empathy in adults: A French validation of the Interpersonal Reactivity Index (IRI). *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue Canadienne des Sciences du Comportement*, 45(1), 42-48.
- Girard, M., & Mullet, E. (1997). Forgiveness in adolescents, young, middle-aged, and older adults. *Journal of Adult Development*, 4, 209-220.
- Greenberg, L., Warwar, S., & Malcolm, W. (2010). Emotion-Focused Couples Therapy and the Facilitation of Forgiveness. *Journal of Marital and Family Therapy*, 36(1), 28-42.
- Grühn, D., Rebucal, K., Diehl, M., Lumley, M. A., & Labouvie-Vief, G. (2008). Empathy across the adult lifespan: Longitudinal and experience sampling findings. *Emotion*, 8, 753-765.
- Hess, T. M. (2005). Memory and aging in context. *Psychological bulletin*, 131(3), 383-406.
- Hess, T. M., Bolstad, C. A., Woodburn, S. M., & Auman, C. (1999). Trait diagnosticity versus behavioral consistency as determinants of impression change in adulthood. *Psychology and Aging*, 14(1), 77.
- Hess, T. M., Osowski, N. L., & Leclerc, C. M. (2005). Age and experience influences on the complexity of social inferences. *Psychology and aging*, 20(3), 447-459.
- Hill, R. D. (2011). A Positive aging framework for guiding geropsychology interventions. *Behavior Therapy*, 4, 66-77.
- Hogan, R. (1969). Development of an Empathy Scale. *Counseling and Clinical Psychology*, 33, 307-316.
- Iacob, R. (2011). *Identidad y envejecimiento*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Igartua, J. J., & Páez, R. D. (1998). Validez y Fiabilidad de una escala de empatía e identificación con los personajes. *Psicothema*, 10(2), 423-436.
- Konrath, S., & Brown, S. (2013). The effects of giving on givers. En N. Roberts & M. Newman (Eds.). *Handbook of health and social relationships*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Labouvie-Vief, G. (2009). Cognition and equilibrium regulation in development and aging. *Restorative Neurology and Neuroscience*, 27, 551-565.
- Labouvie-Vief, G., Gruhn, D., & Studer, J. (2010). Dynamic integration of emotion and cognition: Equilibrium regulation in development and aging. En: Lerner, R. M., Lamb, M. E., & Freund, A. M. (Eds.). *The handbook of life-span development*. (2nd ed., 79-115). Hoboken, NJ: Wiley.

- Lansford, J. E., Sherman, A. M., & Antonucci, T. C. (1998). Satisfaction with social networks: an examination of socioemotional selectivity theory across cohorts. *Psychology and aging, 13*(4), 544-552.
- Lawler-Row, K. A., & Piferi, R. L. (2006). The forgiving personality: Describing a life well lived? *Personality and Individual Differences, 41*(6), 1009-1020.
- Levenson, R. W., Carstensen, L. L., & Gottman, J. M. (1994). Influence of age and gender on affect, physiology, and their interrelations: A study of long-term marriages. *Journal of personality and social psychology, 67*(1), 56-68.
- Lombardo, E. (2013). Psicología positiva y psicología de la vejez. Intersecciones teóricas. *Psicodebate, 13*, 47-60.
- Lombardo, E., Sabatini, M.B., Morales, F. & Jensen, A. (2013). Selección de situaciones. *Revista Temática Kairós Gerontología, 16*(N.º Especial 16, "Las Emociones a través del curso vital y la Vejez), 143-169. <http://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/17606>.
- López-Pérez, B., Fernández-Pinto, I., & Abad, F. J. (2008). *TECA. Test de Empatía Cognitiva y Afectiva*. Madrid, España: Tea Ediciones.
- Luong, G., Charles, S. T., & Fingerman, K. L. (2011). Better With Age: Social Relationships Across Adulthood. *Journal of social and personal relationships, 28*(1), 09-23.
- Maganto, C., & Garaigordobil, M. (2010). Evaluación del perdón: Diferencias generacionales y diferencias de sexo. *Revista Latinoamericana de Psicología, 42*(3), 391-403.
- Mayer, J. D., Caruso, D. R., & Salovey, P. (2000). Selecting a measure of emotional intelligence: The case for ability scales. En: Bar-On, R., & Parker, J. D. A. (Eds.). *The handbook of emotional intelligence*, 320-342. New York, EUA: Jossey-Bass.
- McAdams, D. P., & Olson, B. D. (2010). Personality development: Continuity and change over the life course. *Annual Review of Psychology, 61*, 517-542.
- McCullough, M. E. (2000). Forgiveness as human strength: theory, measurement and links to well-being. *Journal of Social and Clinical Psychology, 19, 1*, 43-45.
- McCullough, M. E., & Hoyt, W. T. (2002). Transgression-related motivational dispositions: Personality substrates of forgiveness and their links to the Big Five. *Personality and Social Psychology Bulletin, 28*, 1556-1573.
- McCullough, M. E., Worthington, E. L., & Rachal, K. C. (1997). Interpersonal Forgiving in Close Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 73*(2), 321-336.
- Mehrabian, A., & Epstein, N. (1972). A measure of Emotional Empathy. *Journal of Personality, 40*, 525-543.
- Morales, F. & Arias, C. J. (2014a, en prensa). *El cuidado de los vínculos cercanos como actividad salugénica en la vejez. La importancia de la Empatía y el Perdón*. Seminario Internacional LARNA Seminario Diversidad Cultural y Envejecimiento: la familia y la comunidad.
- Morales, F. & Arias, C. J. (2014c). Relaciones entre virtudes y fortalezas del carácter y empatía. Un estudio comparativo en adultos jóvenes, adultos de mediana edad y adultos mayores. *Anuario de Proyectos e Informes de Becarios de Investigación, 11*, 704-709.

Morales, F. (2013). *Prosocialidad en la Vejez*. Conferencia presentada en el Segundo Congreso Latinoamericano de Gerontología Comunitaria e Institucional. 14, 15 y 16 de Noviembre, Buenos Aires.

Morales, F. (2014a). Evaluación de Empatía y Capacidad para Perdonar. Un análisis de confiabilidad de dos escalas: IRI y CAPER. En: Silberstein, F., & Colacci, R. (Coords.). *Ponencias del XVIII Congreso Nacional de Psicodiagnóstico y de las XXV Jornadas Nacionales de ADEIP*, 32-40. Mar del Plata, Argentina: ADEIP.

Morales, F. (2014b). *Las fortalezas y las virtudes a lo largo del ciclo vital. Una revisión de antecedentes*. Conferencia presentada en el VI Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología; XXI Jornadas de Investigación; Décimo Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR, 26 al 29 de noviembre 2014, Buenos Aires, Argentina.

Morales, F. (2014c). Tomando mayor perspectiva con el paso del tiempo. Diferencias y similitudes en las relaciones entre empatía y perdón en diferentes grupos de edad. *PSIENCIA. Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 7(1), 213. (doi: 10.5872/psiencia/7.1.030503).

Morales, F., & Arias, C. J. (2014b). El perdón como motivador prosocial en la vejez. *Neurama*, 1(2), 31-43.

Paleari, F. G., Regalia, C., & Fincham, F. (2005). Marital quality, forgiveness, empathy, and rumination: A longitudinal analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(3), 368-378.

Park, N., & Peterson, C. (2009). Strengths of character in schools. En: Gilman, R., Huebner, E.S., & Furlong, M.J. (Eds.). *Handbook of Positive Psychology in schools*, 65-76. NY, EUA: Routledge.

Pérez, B. L., & Fernández, I. (2010). Diferencias de edad en empatía: desde la adolescencia hasta la tercera edad. *Ansiedad y estrés*, 16(2), 139-150.

Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Washington, DC, EE.UU: American Psychological Association; Oxford University Press.

Richter, D., & Kunzmann, U. (2011). Age Differences in Three Facets of Empathy: Performance-Based Evidence. *Psychology and Aging*, 26(1), 60-70.

Romero, C., & Mitchell, D. B. (2008). Forgiveness of interpersonal offenses in younger and older roman catholic women. *Journal of Adult Development*, 15, 55-61.

Schieman, S., & van Gundy, K. (2000). The personal and social links between age and self-reported empathy. *Social Psychology Quarterly*, 63, 152-174.

Seider, B. H., Shiota, M. N., Whalen, P., & Levenson, R. W. (2011). Greater sadness reactivity in late life. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 6(2), 186-194.

Seligman, M., & Csikszentmihalyi, M. (2002). Positive Psychology: An Introduction. *American Psychologist*, 55, 05-14.

Shimai, S., Otake, K., Park, N., Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2006). Convergence of character strengths in American and Japanese young adults. *Journal of Happiness Studies*, 7(3), 311-322.

- Soliveréz, V. C., & Morales, F. (2013). *La empatía en diferentes grupos de edad de Mar del Plata. Resultados preliminares*. Conferencia presentada en el III congreso de Psicología del Tucumán 12, 13 y 14 de Septiembre 2014, San Miguel del Tucumán.
- Steiner, M., Allemand, M., & McCullough, M. E. (2012). Do Agreeableness and Neuroticism Explain Age Differences in the Tendency to Forgive Others? *Personality and Social Psychology Bulletin*, 38(4), 441-453.
- Sze, J. A., Gyurak, A., Goodkind, M. S., & Levenson, R. W. (2012). Greater Emotional Empathy and Prosocial Behavior in Late Life. *Emotion-APA*, 12(5), 1129-1140.
- Toussaint, L. L., Williams, D. R., Musick, M. A., & Everson, S. A. (2001). Forgiveness and health: Age differences in a US probability sample. *Journal of Adult Development*, 8, 249-257.
- Vázquez, C., & Hervás, G. (2008). *Psicología positiva aplicada*. Descleé De Brouwer, Bilbao.
- Villar, F. (2013). Hacerse bien haciendo el bien: la contribución de la generatividad al estudio del buen envejecer. *Informacio Psicológica*, 104, 39-56.
- West, N. M. (2007). The relationship among personality traits, character strengths, and life satisfaction in college students. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering*, 67(10-B), 6107.
- Wilhelm, M. O., & Bekkers, R. (2010). Helping behavior, dispositional empathic concern, and the principle of care. *Social Psychology Quarterly*, 73, 11-32.

Recibido el 17/12/2015

Aceptado el 30/12/2015

Franco Morales – Docente investigador en la Facultad de Psicología de la UNMDP e integrante del grupo de investigación en Evaluación Psicológica. Facultad de Psicología, Universidad de Mar del Plata, Argentina.

E-mail: moralesfranco@live.com