

Empatía: La Clave para Mejorar la Convivencia Escolar



- La convivencia escolar no solo depende de normas, también de la empatía.

El estudio demuestra que los adolescentes que son capaces de comprender y gestionar las emociones de los demás tienen una mayor capacidad de adaptarse socialmente y cumplir las reglas dentro del aula.

- Comprender cómo se sienten los demás favorece que los estudiantes actúen con mayor responsabilidad social, mostrando actitudes como respeto, cooperación y solidaridad, esenciales para la vida en grupo.



- La investigación también propone un modelo más completo de la empatía: no basta con compartir emociones (contagio emocional), también es clave entenderlas (empatía cognitiva) y regular la propia reacción emocional (desconexión emocional) para no verse desbordado.

- Fortalecer la empatía es una vía para prevenir el bullying y la exclusión social

El estudio señala que los adolescentes con mayor desarrollo empático muestran menos conductas agresivas y más disposición para ayudar, lo que puede reducir situaciones de acoso y mejorar el clima escolar.



Educar en empatía es apostar por nuevas generaciones, más humanas y solidarias.

Fomentar el desarrollo de las tres dimensiones de la empatía no solo mejora las relaciones entre compañeros, sino que también fortalece la convivencia, previene conflictos y construye entornos escolares más respetuosos y emocionalmente saludables