

El efecto del Entrenamiento de la Inhibición de la Imitación en Habilidades Sociocognitivas y Afectivas

Juan Carlos Oliveros^{1,2}

Departamento de Psicología, Universidad Católica del Maule, 346000, Talca, Chile

Idalmis Santiesteban

Department of Psychology, University of Liverpool, Liverpool, L69 7ZA, United Kingdom

José Luis Ulloa

Programa de Investigación Asociativa (PIA) en Ciencias Cognitivas, Centro de Investigación en Ciencias Cognitivas (CICC), Facultad de Psicología, Universidad de Talca, 3460000, Talca, Chile

Ponencia Libre presentada en el IX Congreso Anual de la Sociedad Científica de Psicología de Chile, organizado por la Universidad Católica del Norte, Antofagasta, Chile, los días 16 y 17 de noviembre de 2023

Un equilibrio coherente entre el sentido del “yo” y de los “otros” es crucial para interactuar en nuestro entorno social. Estudios previos sugieren que es posible entrenar nuestra capacidad de distinción yo-otro, y que este entrenamiento puede tener un impacto positivo en otros aspectos socio-cognitivos, como la toma de perspectiva visual y la empatía. Sin embargo, la investigación empírica sobre el papel de la distinción yo-otro en la regulación emocional sigue siendo escasa. En este estudio investigamos si el entrenamiento de la distinción yo-otro a nivel motor (a través de un paradigma de imitación-inhibición) puede mejorar la regulación emocional, la empatía y la Teoría de la Mente (ToM). Se aplicaron distintas formas de entrenamiento a dos grupos experimentales (imitación-inhibición, $N = 51$ y tarea tipo Stroop, $N = 53$) y se midieron habilidades socio-cognitivas antes y después de los entrenamientos. Los resultados revelaron que en comparación con el grupo control (tarea tipo Stroop: control inhibitorio general) los participantes entrenados en la distinción yo-otro mostraron un aumento significativo en los niveles de regulación emocional después en comparación con antes del entrenamiento. Es decir, el entrenamiento en la distinción yo-otro facilitó el desarrollo de habilidades de regulación emocional. Por otro lado, ambas intervenciones de entrenamiento resultaron en una disminución de los puntajes en la escala de preocupación empática auto-reportada (escala IRI EC), mientras que solo el entrenamiento de control inhibitorio general condujo a una reducción de los puntajes en la escala de estrés personal por empatía (escala IRI PD). Además, ninguno de los tipos de entrenamiento tuvo un impacto en la toma de perspectiva auto-reportada (escala IRI PT) o en el rendimiento en una tarea de ToM (Faux Pas Test). Este estudio es uno de los primeros en demostrar empíricamente el impacto positivo del entrenamiento de la distinción yo-otro en la regulación emocional. Nuestros hallazgos ofrecen evidencia adicional a las ventajas del entrenamiento conductual como enfoque metodológico para estudiar habilidades socio-cognitivas.

Palabras clave: Cognición Social, Entrenamiento, Empatía, Regulación Emocional

¹ joliveros@ucm.cl

² Se reconoce el apoyo de la Agencia Nacional de Investigación y Desarrollo (ANID) de Chile (Beca Doctorado Nacional, Folio 21221921) y al Programa de Investigación Asociativa (PIA) en Ciencias Cognitivas (RU-158-2019), Centro de Investigación en Ciencias Cognitivas (CICC), Facultad de Psicología, Universidad de Talca, Chile.