PRISMA ODS
REVISTA MULTIDISCIPLINARIA
SOBRE DESARROLLO SOSTENIBLE
ISSN: 3072-8452

EL DIÁLOGO EMPÁTICO COMO ESTRATEGIA METODOLÓGICA EN PSICÓLOGOS EN FORMACIÓN

EMPATHIC DIALOGUE AS A METHODOLOGICAL STRATEGY FOR PSYCHOLOGY STUDENTS

AUTORES/AS

CYNTHIA MARIANA GARCÍA PANTOJA
INVESTIGADORA INDEPENDIENTE
MÉXICO

ANGEL CORCHADO VARGAS
UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
MÉXICO

LEONARDO DAVID HERNÁNDEZ HERNÁNDEZ
UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
MÉXICO

EVELYN NAOMI MENDÍAS MOLINA
INVESTIGADORA INDEPENDIENTE
MÉXICO

doi 10.65011

Volumen 5 - Número 6
2026

Redilat
Red de Investigadores Latinoamericanos
PRISMA ODS
REVISTA MULTIDISCIPLINARIA SOBRE DESARROLLO SOSTENIBLE
LATINDES
INSTITUTO LATINOAMERICANO EN DESARROLLO SOSTENIBLE

El Diálogo Empático como Estrategia Metodológica en Psicólogos en Formación[1]

Empathic Dialogue as a Methodological Strategy for Psychology Students

Cynthia Mariana García Pantoja
mariana2garcia5@gmail.com
https://orcid.org/0009-0002-2178-3609
Investigadora independiente
Tlalnepantla de Baz – México

Leonardo David Hernández Hernández
leonardo.hdz@iztacala.unam.mx
https://orcid.org/0000-0002-9870-6284
Universidad Nacional Autónoma de México
Tlalnepantla de Baz – México

Angel Corchado Vargas[2]
angel.corchado@iztacala.unam.mx
https://orcid.org/0000-0002-4436-6237
Universidad Nacional Autónoma de México
Tlalnepantla de Baz – México

Evelyn Naomi Mendías Molina
evelynnaomimm@gmail.com
https://orcid.org/0009-0000-1620-9907
Investigadora independiente
Tlalnepantla de Baz – México

Artículo recibido: 16/10/2026
Aceptado para publicación: 16/11/2026
Conflictos de Intereses: Ninguno que declarar

[1] La presente investigación formó parte del Proyecto PAPIME PE300926 de la Universidad Nacional Autónoma de México. Se agradece a la Dirección General de Asuntos del Personal Académico el auspicio correspondiente.
[2] Autor de correspondencia.

RESUMEN

En el presente artículo se reflexiona sobre el papel de la empatía como estrategia metodológica en psicólogos en formación, construido por experiencias, relatos y vivencias en estudiantes universitarios. Se realizó un taller investigativo con 26 estudiantes de psicología de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala, en el cual se realizaron actividades individuales y grupales donde reconocían sus emociones y sensaciones corporales al igual que la comprensión de las experiencias del otro. En la metodología se incluyó el uso de una silueta en blanco, triadas con los elementos de habla, escucha y observación, recursos artísticos y experiencias escritas, el contenido se analizó mediante categorías como contexto situacional, reacción emocional, sensación corporal, estrategias de afrontamiento y empatía. Los resultados mostraron que la escucha en las experiencias del otro generan respuestas emocionales y sensaciones corporales que están vinculadas con las vivencias propias. Las personas participantes destacaron la importancia en el tema de autoconocimiento y autorregulación emocional para poder acompañar al otro de manera genuina. El diálogo empático se relaciona con la confianza, apertura y la co-construcción de significados. Se concluye que la empatía es la base para un vínculo entre el conocimiento teórico y la experiencia del día a día, con una formación integral donde se reconozca al otro mediante la escucha y la comprensión.

Palabras clave: diálogo empático, empatía corporal, sensación corporal, formación integral

ABSTRACT

This article reflects on the role of empathy as a methodological strategy in the training of psychologists, as constructed through the experiences, narratives, and lived realities of university students. A research workshop was conducted with 26 psychology students from the Faculty of Higher Studies Iztacala (FES Iztacala), National Autonomous University of Mexico (UNAM), in which participants engaged in individual and group activities aimed at recognizing their emotions and bodily sensations, as well as understanding the experiences of others. The methodology included the use of a blank body silhouette, triadic exercises involving speaking, listening, and observation, artistic resources, and written experiential accounts. The content was analyzed through categories such as situational context, emotional reaction, bodily sensation, coping strategies, and empathy. The results showed that listening to others' experiences generates emotional responses and bodily sensations that are closely linked to one's own lived experiences. Participants emphasized the importance of self-awareness and emotional self-regulation as essential conditions for genuinely accompanying others. Empathic dialogue was found to be associated with trust, openness, and the co-construction of meaning. It is concluded that empathy serves as a bridge between theoretical knowledge and everyday experience, fostering a holistic education in which others are recognized through listening and understanding.

Keywords: empathic dialogue, embodied empathy, bodily sensation, holistic education.

INTRODUCCIÓN

El fenómeno educativo y el proceso de enseñanza aprendizaje han sido ya cuestionados y estudiados desde distintas vertientes que proponen reconocer el papel activo que cobra el estudiantado y una mirada integrativa, que reconoce un despliegue de habilidades blandas y duras en el aprendizaje significativo, transitando de una mirada bancaria, donde el sujeto pasivo de aprendizaje recibe y memoriza información a pedagogías más críticas que reconocen elementos de creación y reflexión intersubjetiva en los saberes (Freire, 2023; Huamanttupa, 2023; Varona, 2020).

El estudio de estas últimas ha promovido una proliferación de investigaciones que desarrollan las conexiones entre habilidades metacognitivas (Piña y Alfonzo, 2019), de inteligencia emocional (Flores, 2023), de autorregulación (Gaxiola, García y Calixto, 2026) y el proceso de aprendizaje, particularmente desde las áreas de psicología y filosofía se ha investigado el papel que la empatía juega en el proceso educativo (Sánchez, 2021; Bui, Ha, Hoang y Nguyen, 2026).

El concepto de empatía para el estudiantado de psicología cobra relevancia en dos vertientes en ese sentido, como recurso personal desplegado en su proceso de formación y como recurso profesional, al momento de ejercer atenciones con la población a quienes ofrece sus servicios, ya sea desde el ámbito clínico, social, educativo, u otros (Rogers, 1961).

En particular, desde la tradición existencial humanista la ontología de la persona opta por una visión integral, procesal y construida en relación, de manera que su experiencia subjetiva, incluyendo su percepción y decisiones académicas, estarán siempre mediadas tanto por su circunstancia como por su libertad (Rogers, 1961; González-Salas, 2023).

Siguiendo esa misma línea, la identidad, el sentido de la vida, el bienestar integral y la formación profesional son co-construídas en relaciones dialógicas donde otro me reconoce como persona, configurando lo que Buber (Citado en Huarte, 2017) conceptualiza como relación Yo-Tu.

Una manera en que estas se configuran en el diálogo son los relatos existenciales de juventudes universitarias, entendidos de acuerdo con Meza (2009) como aquellas experiencias vividas por alguien en circunstancias particulares, decantadas en una narrativa que, una vez puesta en escena, es decir, narrada o verbalizada, se carga de sentido desde el entramado de significados compartidos.

Esto último explicita el carácter intersubjetivo, es decir tanto autor como lector, son impactados por dicho relato, a pesar de evocar más particularmente en el autor, una experiencia de subjetividad y transformación (Larrosa, 2006 citado en Meza). De manera que merece la pena considerar que, si deseamos acercarnos a sus significaciones, la vía dialógica puede ser un punto de partida pertinente.

Considerando entonces que el genuino encuentro con el otro en un espacio terapéutico o de acompañamiento va más allá de una aplicación de técnicas, pues implica una disposición genuina para tratar de comprender su experiencia sin perder nuestro propio marco de referencia (Rogers, 1961) la formación de psicólogos representa un espacio que favorece el desarrollo de relaciones genuinas, en donde se permite construir encuentros auténticos.

Es por eso que el profesorado del estudiantado de psicología puede favorecerse de la promoción de experiencias formativas que fortalezcan la escucha, la presencia y la comprensión del otro. Desde esta perspectiva, el diálogo empático constituye una estrategia que favorece la reflexión, el reconocimiento mutuo y la construcción compartida del conocimiento (Sánchez, 2021; Bui, Ha, Hoang y Nguyen, 2026).

El diálogo empático permite favorecer procesos en los que el psicólogo en formación no sólo adquiere conocimientos teóricos, sino que desarrolla una actitud abierta hacia la experiencia del otro. El aprendizaje surge a partir del intercambio de experiencias, la reflexión colectiva y la construcción conjunta de significados.

Siguiendo la afirmación de la pertinencia de la empatía ante procesos de aprendizaje, crecimiento y praxis terapéutica, recuperamos la propuesta de Martínez (2017) quien señala que la presencia auténtica del terapeuta es un elemento central del proceso de acompañamiento terapéutico, además de una herramienta fundamental para los psicólogos en formación.

Ya desde 1989 Stein planteaba a la empatía como la base de la intersubjetividad, permitiendo reconocer al otro como persona sin perder la propia identidad, lo que a la vez construye procesos y significados que ninguno de los integrantes del encuentro podría haber desarrollado de la misma manera en singularidad, lo cual nos propone un panorama donde los diferentes elementos que se necesitan para establecer una relación auténtica y genuina entran en acción en favor del crecimiento y la comprensión mutua, incluso fuera de los espacios académicos o terapéuticos formales.

Corolario, Friedman (1982) destaca la importancia de las relaciones Yo-Tú como un encuentro auténtico entre personas, mencionando que el diálogo es la base de toda relación de crecimiento y por tanto terapéutica instándonos a desarrollar vínculos reales y significativos en el trabajo terapéutico, trascendiendo aproximaciones donde la relación sea entendida meramente como una técnica de *rapport*, hacia una visión ontológica más que una estrategia metodológica de intervención. De manera complementaria, Schmid y Mearns (2006) propone una comprensión de la empatía sustentada en la presencia, la apertura y el diálogo, que son aspectos que favorecen una relación terapéutica auténtica.

Si bien, para estructurar una propuesta de enseñanza-aprendizaje sobre las habilidades empáticas que un estudiantado de psicología habría de sostener en su quehacer educativo y praxis terapéutica, contamos con algunas propuestas que descomponen el constructo en elementos más tangibles, tales como la descripción merlaupontiana, la mirada epistemológica contemporánea aportada por Schmid y Mearns (2006) o la Evaluación del Conocimiénto Estético Relacional (ARKS) de Spagnuolo (2023), estos a la fecha no se ha traducido en una propuesta instruccional explicita integrada.

Podemos ubicar más bien lecturas periféricas que lleven a reflexionar y teorizar sobre los alcances y pertinencia de la experiencia empática en la praxis (Schmid y Mearns, 2006) o ejercicios empíricos donde se conceptualiza a la empatía más bien como un esquema de respuestas con distintos grados de sofisticación (Egan, 1981).

Si bien reconocemos que la empatía desde esta mirada puede ser reconocida tanto como epistemología, metodología y actitud, la intención específica del presente artículo fue conocer

- ¿Cuál es la importancia que tiene el diálogo empático para los psicólogos en formación como una estrategia metodológica?

METODOLOGÍA

Al tratarse de un taller sobre empatía basado principalmente en el intercambio del diálogo entre los participantes naturalmente el carácter relevante que toman las experiencias subjetivas permite emplear una metodología cualitativa porque con esta es posible conocer y abordar la profundidad de las experiencias que según Sànchez (2021) son enriquecidas por la interacción social entre personas que comulgan un mismo lenguaje o simplemente signos y símbolos de este y que en algún punto se convierten en cultura. De tal forma que las experiencias subjetivas particulares son el eje central de este trabajo

Ahora bien, el enfoque cualitativo resulta pertinente porque, como señalan Zumba, Verdesoto, Lozano y Vera (2026), la empatía es una vía para comprender las relaciones interpersonales desde la experiencia vivida, favoreciendo la comunicación asertiva y la escucha activa. Este tipo de aproximación permite atender a los matices emocionales y simbólicos que configuran el fenómeno, más allá de los datos cuantificables.

Se utilizó una metodología cualitativa y transversal, en un estudio de caso, ya que permite mirar con exhaustividad una situación concreta y reconocer en ella la singularidad de los procesos humanos. El estudio de caso abre una vía experiencial e interdisciplinaria donde la vivencia y la reflexión se entrelazan como fuentes legítimas de conocimiento. En este sentido, el caso se convierte en un espacio de diálogo entre teoría y práctica, entre la palabra y el gesto, entre lo que se dice y lo que se siente (Stincer, Aveleyra e Izquierdo, 2026).

La elección de este método responde a la necesidad de comprender los fenómenos humanos desde la experiencia vivida, reconociendo la subjetividad como parte esencial del proceso. Esta técnica ofrece una comprensión situada del comportamiento y la comunicación, permite captar las dinámicas naturales sin alterar su curso (Piza, Amaiquema y Beltrán, 2019). El estudio de caso se desarrolla como una estrategia que posibilita el análisis detallado de un contexto específico en este caso, el taller, donde las interacciones y los discursos se interpretan desde la perspectiva de quienes los protagonizan. Este método permite observar cómo el diálogo empático se manifiesta en la práctica y cómo contribuye a la construcción de vínculos y aprendizajes compartidos.

La elección de este diseño responde a la necesidad de comprender los procesos humanos en su complejidad, atendiendo a las emociones, gestos y silencios que acompañan la comunicación interpersonal, las metodologías cualitativas y participativas se sostienen en la escucha profunda y la acción relacional, donde el conocimiento se coproduce a través de la interacción y la reflexión compartida.

Por otro lado, el taller investigativo responde a un espacio formado por un grupo de participantes donde el objetivo principal es que exista una interacción social a partir de un interés en común y donde se abren espacios al intercambio de experiencias y vivencias facilitando por medio de la reflexión el aprendizaje colectivo y la transformación tanto del grupo como de los individuos González (1987).

Este espacio se convierte en un lugar de trabajo compartido (Sánchez, Fernández y Diaz, 2021) y esta estrategia es muy funcional cuando el investigador se quiere involucrar integral y

activamente en el proceso, es importante mencionar que este mantiene una postura horizontal con los demás participantes del taller. Por lo descrito anteriormente es posible que a través de las experiencias compartidas y la sensibilización producto del taller, las personas logren empatizar con la humanidad de los demás, así como profundizar sus propias emociones y esto a su vez permite una investigación cualitativa fenomenológicamente más completa y profunda.

El análisis se realizó a través de una lectura interpretativa y categorial, buscando reconocer temas recurrentes, significados compartidos y transformaciones personales o grupales. Las categorías emergen del propio material, en coherencia con el enfoque existencial humanista que guía el estudio. Se atendió a los conceptos de autenticidad, autocomprensión y diálogo empático como ejes para interpretar las narrativas y los gestos que surgieron en el proceso.

En conjunto, esta metodología se sostiene en la convicción de que comprender la experiencia humana exige una aproximación sensible y ética. Al ejecutar este tipo de intervenciones investigativas desde la mirada cualitativa la palabra, la observación y la escritura se entrelazan para revelar la amplitud de la vivencia del fenómeno. Investigar, en este sentido, es escuchar y acompañar, es permitir que el conocimiento surja del diálogo entre las subjetividades y que cada gesto, cada silencio y cada reflexión se conviertan en parte de una comprensión más humana y significativa del mundo.

El taller se desarrolló en tres ejes, un primer momento exploratorio para comprender las nociones generales del estudiantado sobre el concepto de empatía, un segundo bloque educativo donde se describieron distintas nociones de empatía desde la mirada de Stein (1989), Giorgi (2009), Rogers (1961) y Merleau-Ponty (2012), para posteriormente realizar el tercer bloque de ejercicios experienciales.

Dentro de dichos ejercicios se configuró una situación dialógica donde en triadas tendrían que ejercitar la escucha y observar las cualidades emotivas desplegadas en conversación. El segundo implicó la ilustración de una silueta corporal donde habrían de representar las sensaciones sentidas al recuperar una experiencia significativamente emotiva a nivel personal o compartida por otra persona. Por último, la presentación de cuatro expresiones artísticas, recordando que la experiencia empática es precedida por una experiencia estética (Spagnuolo, 2023), invitando a sensibilizarse sobre la resonancia al espectar dichas obras. Al cierre se proporcionó un breve cuestionario de cierre.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

A partir de las actividades que se realizaron en el taller, pudimos identificar 5 categorías, las cuales fueron: contexto situacional, reacción emocional, sensación corporal, estrategia de afrontamiento y empatía, con estas categorías se organizaron los relatos, experiencias y vivencias de los participantes, para poder reconocer y hacer consciencia sobre cómo se relacionan las situaciones con las emociones y sensaciones corporales.

Análisis descriptivo: Silueta corporal.

En la actividad "La silueta corporal", los participantes recordaron alguna situación significativamente emotiva a nivel personal o compartida por otra persona, para posteriormente representar las sensaciones sentidas, ilustrando y describiendo en prosa su experiencia reflexiva.

La categoría de ***Contexto situacional*** describe situaciones significativas, pudiendo ser personales, familiares, escolares, laborales y de pareja. En dichas experiencias se identificaron problemas interpersonales, en exposiciones, con sus familiares, alguna pérdida y circunstancias de la vida cotidiana:

"Me encontraba en Tecolutla, había salido con mi familia a caminar…recibí una llamada de mi hermano, me dijo que la abuela materna de mi prima había fallecido" (Anónimo 1).

Figura 1. Silueta de Anónimo 1



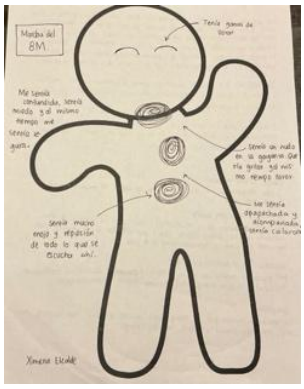
Estas situaciones tienen diferentes significados para cada participante, donde se involucraba su experiencia y su marco de referencia interno que dependía de su historia personal y del vínculo con la persona, el cual se involucró en la manera en cómo cada persona lo interpreta y lo experimenta. Comprender la empatía como una experiencia mediante la cual se reconoce la vivencia de otra persona como una experiencia ajena, sin confundirla con la propia (Stein, 1989).

Esto sirvió como un punto de partida para comprender la reacción emocional y corporal que fueron identificadas.

En la categoría de *Reacción emocional* se identificaron emociones que surgieron a partir de la experiencia que recordaron. Entre las emociones que expresaron se encontraron tristeza, enojo, miedo, ansiedad, alegría, vergüenza y tranquilidad:

"en la marcha del 8M, esta era mi primera marcha y no estaba tan convencida de ir por toda la desinformación, en el lugar tenía pena, sentía vergüenza de gritar y de escuchar como todos gritaban, poco a poco la vergüenza se convirtió en coraje, comencé a sentirme identificada en los carteles que veía con lo que escuchaba de las mujeres a mi alrededor. En ocasiones, ese coraje se sentía como impotencia, tristeza y ganas de llorar. Me identificaba con mis compañeras y podía sentir su dolor y desesperación." (Anónima, 2).

Figura 2. Silueta de Anónima 2



Una misma situación podía desencadenar un conjunto de emociones, pues estas no aparecen de forma aisladas, sino que están relacionadas con el significado que cada persona le dé, se reconoció como es que podían experimentar distintas emociones al volver a recordar la situación. Esta diversidad de respuestas puede comprenderse desde la perspectiva de Rogers (1961), quien destaca la importancia de comprender el marco de referencia interno de la otra persona para aproximarse a su experiencia subjetiva.

Con la categoría de *Sensación Corporal* se pudo localizar la parte en la cual los participantes sentían la empatía. Las sensaciones descritas fueron presión en el pecho, nudos en la garganta, hormigueo en las extremidades, temblores y taquicardia.

"En ese momento mi corazón, latía hiper rápido, sudaba y neta quería desaparecer y en ese momento sentía un vacío muy fuerte en el estómago como una sensación profunda muy fuerte, también me temblaban las manos" (Anónima 3).

Figura 3. Silueta de Anónima 3



Los participantes reconocieron las distintas sensaciones relacionadas con las emociones y la corporeidad tuvo un papel muy importante. Esta comprensión encuentra relación con los planteamientos de Merleau-Ponty (2012), quien propone comprender el cuerpo como una dimensión fundamental de nuestra experiencia y relación con el mundo. Desde esta perspectiva, las sensaciones corporales identificadas durante el taller no constituyen elementos aislados, sino manifestaciones de la manera en que las personas experimentan y significan sus vivencias.

La categoría de Estrategia de afrontamiento abarca las diferentes formas que tienen los participantes para afrontar una situación significativa para ellos, pueden ser acciones o pensamientos, puede ser desde mantener la calma hasta buscar compañía.

Pero, por otro lado, hubo muchos participantes que mencionaron no saber qué hacer en esa situación o sentirse rebasados emocionalmente, lo cual es importante reconocer que no siempre se cuentan con estas herramientas. En este sentido, Rogers (1961) permite destacar la importancia de una relación caracterizada por la comprensión empática, la aceptación y la escucha de la experiencia subjetiva, aspectos relevantes para generar espacios de acompañamiento y reflexión.

Y en la categoría de *Empatía* hubo respuestas emocionales y corporales al escuchar el relato del otro, esto lo pudimos observar en la actividad 1 y 2, donde experimentaron algo similar en las sensaciones corporales y en las emociones al recordarlo nuevamente. El reconocimiento de

la experiencia del otro puede generar respuestas emocionales y corporales en quien escucha y observa.

La empatía no se limita a identificar conceptual o teóricamente lo que siente el otro, sino de una escucha activa, reconocer la experiencia del otro y observar las respuestas que se tienen. Desde una perspectiva fenomenológica, Stein (1989) permite profundizar en esta comprensión al considerar que la experiencia del otro se reconoce precisamente como una vivencia que pertenece a otra persona.

Análisis descriptivo: La triada empática.

En la segunda actividad “La triada empática” cada participante se llevó un rol que fueron los de escuchar, hablar y observar, en cada uno hubo distintas respuestas las cuales compartir grupalmente, algunos participantes experimentaron nerviosismo al principio de la actividad, otras donde se manifestaban reacciones corporales y otros donde las emociones cambiaban al volver a contar la situación en comparación a lo que sintieron la primera vez.

Durante este ejercicio se observó como al acompañar al otro y escucharlo se modificó la forma en cómo vivían el momento, se logró reconocer a nivel experiencial la importancia de un espacio seguro para poder compartirla sin sentirse juzgada.

Análisis descriptivo: Experiencia Estética de obras artísticas.

En la tercera actividad conforme iban observando las obras artísticas presentadas, distintas reacciones emocionales y corporales se hacían presentes, ya fuera por experiencias pasadas o por una primera impresión subjetiva, desde su marco de referencia interno.

Estos recursos causaron reacciones diferentes en cada uno de los participantes, por ejemplo, en las *reacciones emocionales* con la pintura uno de los participantes escribió que le generaba "miedo, sensación de no querer ver más, de voltearme, pero a la vez curiosidad" (Anónimo 4), mientras que otro participante ante la misma pintura escribió “No sentí mucho más allá que incomodidad” (Anónimo 5), sin embargo, las emociones que expresaron fueron de asombro, intriga y rechazo.

Durante la melodía descubrimos sentimientos de tristeza, desesperación, pesadez o por el otro lado sentimientos de tranquilidad, calma y paz, “Sentí tranquilidad y mucha calma, era más consciente de mi respiración” (Anónimo 6), “Es un sentimiento de tristeza y desesperación, pero intensos y sentí un dolor en la cabeza y mucha intranquilidad, como si me quisiera mover

de donde estoy" (Anónimo 7) lo que ilustra un espectro bastante ambivalente, donde la escucha se ve atravesada profundamente por la subjetividad de cada participante.

La *corporeidad* se hizo presente al ver los recursos gráficos, teniendo una sensación corporal como "Sudor, calor, frío" (Anónimo 8), "las manos se sintieran inquietas, como que ya no podía controlar tenerlas quietas y quería moverlas mucho" (Anónimo 9), esto en respuesta de lo que estaban observando o escuchando.

CONCLUSIONES

Los resultados de este taller permitieron reconocer que la empatía es una experiencia que se relaciona con las diferentes situaciones de la persona. El principal hallazgo fue reconocer que la empatía genera respuestas emocionales y corporales al escuchar la experiencia del otro.

La empatía no es sentir lo que experimenta exactamente lo que siente el otro, sino como un acercamiento y reconocimiento de la experiencia ajena, la cual es importante para los psicólogos en formación al momento de reflexionar cómo las experiencias personales intervienen en el encuentro con el otro.

En las actividades se observó como en los registros de las siluetas y en las triadas, las situaciones cotidianas que se enfrentan día con día generan un impacto emocional y físico. Esto quiere decir que con el cuerpo se puede lograr una sintonía y entendimiento con el otro.

La empatía no solo fue un concepto teórico, sino que fue un ejercicio para reconocer su propia experiencia y la del otro al poder crear un espacio seguro y un vínculo genuino. El relato de una experiencia ajena es un acontecimiento significativo para quien lo está escuchando, generando una respuesta única en cada persona, lo cual en momentos alcanzó un nivel de comprensión intersubjetiva profunda mientras que en otros (Ejercicio de representaciones artísticas) elucidó interpretaciones personales bastante heterogéneas.

Esto último no siendo necesariamente un desacierto sino un importante ejercicio de práctica para el acercamiento a expresiones significativas/emotivas ajenas, pues solo a través de la sensibilización progresiva en términos estéticos podremos desarrollar una robusta y auténtica actitud empática.

Los recursos gráficos permitieron observar que cada participante interpreta y procesa la realidad desde su propio marco de referencia interno, pues se puede entender más desde la experiencia de uno mismo, lo cual puede ser un buen escalón inicial para ejercitar la empatía,

mas es insuficiente para comprender experiencias sin que estas sean atravesadas por filtros subjetivos de juicio o expectativa.

El desarrollo de la empatía no se reduce a un concepto o a un ejercicio, sino que requiere de espacios seguros, de vínculos genuinos y experiencias que preparen al psicólogo en formación para sostener el vínculo y la escucha sin juicios, valorando la importancia de la empatía como estrategia metodológica en los psicólogos en formación.

Pudo notarse que las cinco categorías identificadas en la información recolectada no funcionan de manera independiente, sino que están vinculadas, ya que la empatía propicia una sensación corporal y emocional a partir de la experiencia del otro. Estas interrelaciones nos demuestran que la empatía funciona como un eje en la vida de un psicólogo, es importante explorar lo que los participantes comprenden de esa experiencia y lo que reconocen de sí mismos al escuchar.

El diálogo empático como estrategia metodológica es fundamental para los psicólogos en formación, repercute a nivel emocional y corporal. En el taller que se impartió hubo actividades que ayudaron a complementarlo, por ejemplo, en la actividad 1 “La silueta corporal” la cual permitió localizar sensaciones físicas y describir cómo las sentían, en la actividad 2 “Las triadas empáticas” se hizo la distinción entre hablar, escuchar y observar, donde todo se complementa para un encuentro genuino y la actividad 3 “Recursos gráficos” donde en cada recurso sentían emociones y sensaciones diferentes, hubo mucha diversidad en las respuestas de los participantes.

Existe la empatía entre quien habla y quien escucha, en un lugar seguro y con un encuentro genuino. La escucha va acompañada de emociones o sensaciones corporales que aparecen dependiendo de la historia y el contexto de cada persona. Por eso, la empatía requiere apertura al relato ajeno, sin juicios y con atención a las reacciones de uno mismo.

REFERENCIAS

Bui, H, Ha, T., Hoang, P., & Nguyen, H. (2026). The role of empathy in teaching and implications for pedagogy. Multidisciplinary Science Journal, 8, e2026388. https://doi.org/10.31893/multiscience.2026388

Egan, G. (1981). El orientador experto: Un modelo para la ayuda sistemática y la relación interpersonal. Grupo Editorial Iberoamérica.

Flores Valencia, M. T. (2023). La inteligencia emocional en la práctica pedagógica. Horizontes Revista de Investigación en Ciencias de la Educación, 7(29), 1246-1260. https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v7i29.588

Freire, P. (2023, junio). La concepción "bancaria" de la educación (J. Mellado, Trad.). Revista de la Universidad de México. *https://www.revistadelauniversidad.mx/articles/b7c0262d-0470-4c5f-b63d-74fff82223a3/la-concepcion-bancaria-de-la-educacion*

Friedman, M. (1982). Buber and dialogical therapy: Healing through meeting. En P. Keller (Ed.), Healing through meeting: Martin Buber's therapeutic dialogue (pp. 3–25). Brunner/Mazel.

Gaxiola, M. del R., García, T. C., & Calixto, P. (2026). Dimensiones de la autorregulación del aprendizaje en estudiantes de psicología, trabajo social y nutrición de la Universidad Autónoma de Tamaulipas. Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, 10(1), 1987-2006. *https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v10i1.22340*

González-Salas, J. (2023). Empatía, verdad y reconocimiento. Fundamentos fenomenológicos de la dignidad y lo político en Edith Stein. *https://revistas.ucsc.cl/index.php/inmanere/article/view/3658/2346*

González, M. (1987). El taller de los talleres. Siglo XXI Editores.

Giorgi, A. (2009). The descriptive phenomenological method in psychology: A modified Husserlian approach. Duquesne University Press.

Huamanttupa Mamani, K. (2023). La inteligencia emocional y el aprendizaje significativo. Horizontes Revista de Investigación en Ciencias de la Educación, 7(27), 454-467. *https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v7i27.529*

Huarte, R. (2017). "Señalar el camino" en la filosofía buberiana: educar a partir de la relación Yo-Tú. *https://www.revistas.unam.mx/index.php/murmullos/article/view/59476/52450*

Martínez, Y. A. (2017). Terapia existencial: Teoría y práctica relacional para un mundo post-cartesiano. Círculo de Estudios en Psicoterapia Existencial.

Merleau-Ponty, M. (2012). Phenomenology of perception (D. A. Landes, Trad.). Routledge. (Obra original publicada en 1945).

Meza Rueda, J. L. (2009). Pedagogy narrative. Approaches to its epistemology, its method and its use in school.https://hdl.handle.net/20.500.14625/38747

Piña Reyes, R., & Alfonzo Villegas, N. (2019). La metacognición en la educación universitaria. Un caso de estudio. Revista Electrónica de Psicología Iztacala, 22(2), 2255-2277. https://revistas.unam.mx/index.php/repi/article/view/70659

Piza Burgos, N. D., Amaiquema Márquez, F. A., & Beltrán Baquerizo, G. E. (2019). Métodos y técnicas en la investigación cualitativa. Algunas precisiones necesarias. Revista Conrado, 15(70), 455–459. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442019000500455

Rogers, C. (1961). El proceso de convertirse en persona y el aprendizaje experiencial. https://proassets.planetadelibros.com/usuaris/libros_contenido/arxius/53/52745_El_proceso_of_convertirse_en_persona.pdf

Sánchez, R. (2021). Intersubjetividad, empatía y educación: Una aproximación fenomenológica. Areté. Revista de Filosofía, XXXIII (2), 337–365.https://doi.org/10.18800/arete.202102.007

Sánchez, M. Fernández, M., & Díaz, J. (2021). Técnicas e instrumentos de recolección de información: análisis y procesamiento realizado por el investigador cualitativo. Revista Científica UISRAEL, 8(1), 107–121. https://doi.org/10.35290/rcui.v8n1.2021.400

Schmid, P. F., & Mearns, D. (2006). Estar con y estar contra: Psicoterapia centrada en la persona como un proceso de personalización co-creativo en profundidad. Person-Centered & Experiential Psychotherapies, 5(3), 174–190.https://doi.org/10.1080/14779757.2006.9688408

Spagnuolo Lobb, M., Sciacca, F., Iacono Isidoro, S., & Hichy, Z. (2023). A measure for psychotherapist's intuition: Construction, development, and pilot study of the Aesthetic Relational Knowledge Scale (ARKS). The Humanistic Psychologist, 51(1), 36–55. https://doi.org/10.1037/hum0000278

Stincer, D., Aveleyra, E., & Izquierdo, I. (Coords.). (2026). Investigación cualitativa: reflexiones teóricas e interdisciplinares desde la experiencia misma. Universidad Autónoma del Estado de Morelos.

Stein, E. (1989). On the problem of empathy (W. Stein, Trad.; 3.ª ed.). ICS Publications.

Varona Domínguez, F. (2020). Ideas educacionales de Paulo Freire. Reflexiones desde la educación superior. MediSur,18(2), 233-243. http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=180063279012

Zumba Vera, I. Y., Verdesoto Galeas, J. del R., Lozano Chaguay, S. del C., & Vera Zapata, J. A. (2026). Empatía como fundamento de las relaciones interpersonales: un estudio cualitativo en la comunidad La Macarena. Revista Conrado, 22(109). https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/5243

© Los autores. Este artículo se publica en Prisma ODS bajo la Licencia Creative Commons Atribución 4.0 Internacional (CC BY 4.0). Esto permite el uso, distribución y reproducción en cualquier medio, incluidos fines comerciales, siempre que se otorgue la atribución adecuada a los autores y a la fuente original.

: https://doi.org/10.65011/prismaods.v5.i6.425

Cómo citar este artículo (APA 7ª edición):

García Pantoja, C. M., Hernández Hernández, L. D., Corchado Vargas, A., & Mendías Molina, E. N. (2026). El Diálogo Empático como Estrategia Metodológica en Psicólogos en Formación. *Prisma ODS: Revista Multidisciplinaria Sobre Desarrollo Sostenible*, *5*(6), 279-295. https://doi.org/10.65011/prismaods.v5.i6.425