

Las personas más analíticas son más empáticas

❌ Leer lo que otras personas están sintiendo es una habilidad importante que nos ayuda a navegar los conflictos, profundizar las relaciones y negociar con eficacia. Entonces, ¿cuál es la mejor manera de abordar esto?

Una investigación publicada en el Diario de Personalidad y Psicología Social asegura que la mayoría de nosotros creemos que el mejor enfoque es confiar en nuestros instintos. Christine Ma-Kellams de la Universidad de La Verne y Jennifer Lerner de Harvard demostraron lo contrario: la empatía proviene de operar deliberada y analíticamente.

¿Por qué la creencia popular está en desacuerdo con la realidad? Hay una fuerte asociación entre los conceptos de instinto y emoción en general, y la cultura popular a menudo representa a las personas racionales como individuos confundidos por las pantallas emocionales o que ponen barreras.

Además, en algunas condiciones, el instinto nos puede dar todo lo que necesitamos, como cuando una presentación emocional es muy pronunciada y desenmascarada. Pero más a menudo, lo que obtenemos es sutil o ambiguo, y puede tomar trabajo para leerlo. Si una sonrisa débil es un intento de calidez o una expresión de arrepentimiento depende de los detalles, y nos obliga a reunir las pistas disponibles. Después de todo, el reino de la emoción humana rara vez es un caso abierto y cerrado.

Fuente: muyinteresante.