

ESCALA DE EJECUCION DEL PROCESO EMPÁTICO (EPE)

En este cuestionario se recogen distintos **pensamientos y sentimientos** que cada uno podemos tener ante distintas situaciones. Para conocer su capacidad empática desde un enfoque teórico humanista, **valore su grado de acuerdo con estas afirmaciones** de manera lo más honesta posible, es decir, para cada cuestión indique cómo le describe en su día a día, eligiendo la puntuación de 1 a 5 que más se ajuste:

<i>1= Nada de Acuerdo</i>	<i>2= Poco de Acuerdo</i>	<i>3 = Acuerdo medio</i>	<i>4 = Muy de Acuerdo</i>	<i>5 = Totalmente de acuerdo</i>
---------------------------	---------------------------	--------------------------	---------------------------	----------------------------------

	1	2	3	4	5
1. Intento tener en cuenta cada una de las partes (opiniones) en un conflicto antes de tomar una decisión	1	2	3	4	5
2. Pienso que hay dos partes para cada cuestión e intento tener en cuenta ambas partes	1	2	3	4	5
3. Cuando estoy disgustado con alguien normalmente intento ponerme en su lugar por un momento	1	2	3	4	5
4. Antes de criticar a alguien intento imaginar cómo me sentiría si estuviera en su lugar	1	2	3	4	5
5. Entender cómo se siente alguien cercano/a es algo muy fácil para mí	1	2	3	4	5
6. Me doy cuenta cuando las personas cercanas a mí están contentas, aunque no me hayan contado el motivo	1	2	3	4	5
7. Me doy cuenta cuando alguien cercano/a intenta esconder sus verdaderos sentimientos	1	2	3	4	5
8. Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	4	5
9. Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	1	2	3	4	5
10. A menudo pienso en mis sentimientos	1	2	3	4	5
11. Presto mucha atención a cómo me siento.	1	2	3	4	5
12. Tengo claros mis sentimientos	1	2	3	4	5
13. Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas	1	2	3	4	5
14. A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones	1	2	3	4	5
15. Siempre puedo decir cómo me siento.	1	2	3	4	5
16. Cuando la comida que me han servido en un restaurante no está hecha a mi gusto me quejo al camarero/a.	1	2	3	4	5
17. Cuando me dicen que haga algo, insisto en saber por qué.	1	2	3	4	5
18. Lucho, como la mayoría de la gente, por mantener mi posición	1	2	3	4	5

Para conocer la puntuación que ha obtenido, de la vuelta a la hoja.

Corrección:

Este cuestionario abarca las distintas fases del proceso empático definido desde el marco teórico humanista del counselling.

- La fase 1 de **identificación** incluye:
 - 4 ítems de Empatía Cognitiva: del 1 al 4
 - 3 ítems de Empatía Emocional: del 5 al 7
- La fase 2 de **repercusión e incorporación** se mide mediante:
 - 4 ítems de la subescala de Atención: del 8 al 11
 - 4 ítems de la escala de Claridad: del 12 al 15
- La fase 3 de **separación** se mide mediante 3 ítems de la escala de Asertividad: del 16 al 18

Para obtener sus puntuaciones en cada una de las fases, dimensiones y de la escala total solamente tiene que sumar los números de las respuestas dadas a cada ítem (ya que todos los ítems son directos).

En la siguiente tabla se detallan las puntuaciones mínimas y máximas que se pueden obtener:

Puntuaciones	Mínima	Máxima
Fase 1 de identificación:	7	35
Empatía Cognitiva:	4	20
Empatía Emocional:	3	15
Fase 2 de repercusión e incorporación:	8	40
Atención:	4	20
Claridad:	4	20
Fase 3 de separación (asertividad):	3	15
Puntuación total:	18	90

Para conocer más detalles sobre la escala y su significado puede consultar el artículo:

Villacieros, M., Olmos, R., & Bermejo, J. (2017). The empathic process and misconceptions that lead to burnout in healthcare professionals. *The Spanish Journal of Psychology*, 20, e68, 1–12. doi:10.1017/sjp.2017.66