

# Investigación psicológica sobre altruismo y conductas de ayuda

José Eduardo Moreno

*“El que encuentra su vida, la perderá;  
y el que pierde su vida por mí, la encontrará”.*

Mateo 10:39

**E**l texto evangélico hace referencia a la paradoja de la persona humana que, cuanto más se considera a sí misma, cuanto más importancia se otorga, más se escapa de sí y más difícil le resulta alcanzar su propia realización. Pero si se olvida de sí, se abre al otro, entonces es cuando empieza a ser ella misma.

Romano Guardini afirma que el que se aparta de sí mismo abiertamente en la amistad, sin intenciones, se eleva desde adentro y, de acuerdo consigo mismo, crece su auténtico yo llamando al otro.

El altruismo genera ese espacio personal de libertad que permite al yo ser más fuerte y más pleno. Por lo tanto, el estudio del altruismo es una temática central de la psicología evolutiva, social y de la personalidad.

En este artículo examino algunas contribuciones de la investigación psicológica del altruismo a la comprensión de las conductas sociales, la personalidad y la naturaleza humana.

## La aproximación psicosocial

Las conductas de ayuda, la filantropía y el altruismo han sido objeto de estudio desde el nacimiento de la psicología social.

El enfoque predominante hasta hace algunos años se centraba en el estudio de los determinantes situacionales de las conductas de ayuda, prevaleciendo la postura que considera al altruismo como una conducta que al ser analizada revela motivos egoístas subyacentes. La conducta altruista es, por lo tanto, una respuesta instrumental (egoísmo social).

El Lic. José Eduardo Moreno es psicólogo clínico, investigador adjunto del CIIPME - CONICET y profesor de Psicología del Desarrollo I en la Universidad Católica Argentina.

El altruismo, para la psicología social clásica, aparenta constituir una excepción del principio que sostiene que la conducta está controlada por premios y castigos y que se orienta por motivos esencialmente egoístas. De este modo dirigieron todos sus esfuerzos en demostrar que en toda conducta de ayuda existe un interés último de beneficio propio.

El modelo darwiniano ha tenido una gran influencia en la psicología social. Conceptos evolucionistas como “sobrevivencia del más apto” o “selección natural”, dejan poco espacio a la noción de altruismo; prevalece la idea de que cada individuo debe luchar con los demás y la selección natural premia las motivaciones egoístas de las conductas de autopreservación.

Desde esta visión del altruismo se llega a definiciones extremas; por ejemplo E. O. Wilson (1975) afirma que: “es una conducta autodestructiva realizada para beneficiar a otros”.

A pesar de esta perspectiva negativa del altruismo por parte de darwinistas y sociobiólogos, es interesante mencionar que en la actualidad comenzó un replanteo del abordaje de esta problemática.

Las posturas neoevolucionistas critican el individualismo del modelo clásico y valoran la cooperación socio-grupal en particular. Así consideran que la selección natural favorece características que benefician a un grupo o especie como un todo. Es decir que, con frecuencia los individuos actúan no buscando su propio interés, sino contribuyendo a la sobrevivencia del grupo. Esto explica las conductas de autosacrificio por defender al grupo de los predadores. El altruismo por reciprocidad es sostenido por diversos autores, como por ejemplo R. L. Trivers (1971) quien afirma que la selección natural favorece el altruismo, incluso entre individuos sin relación de parentesco porque benefician en el largo plazo al organismo.

Estas posturas neoevolucionistas afirman que la sobrevivencia requiere tanto de altruismo como de egoísmo y que las estructuras físicas y genéticas necesarias para el altruismo fueron seleccionadas e incorporadas al organismo humano durante su evolución.

La visión egoísta social también está implícita en muchas de las innumerables teorías del sí mismo (self) que fueron formuladas durante las décadas del 70 y del 80, la llamada “me generation”. Así, por ejemplo, las teorías de Wicklund (1975) del descubrimiento de sí mismo (“self-awareness”) o de Steele y Liu (1983) de

la autoafirmación (“self-affirmation”) y varias de las teorías de la autoestima. Todas afirman que las motivaciones humanas tienen la finalidad última de mantener o mejorar la imagen de sí mismo y que el encuentro interpersonal es fundamentalmente una búsqueda de valoración individual.

Refiriéndose a estas teorías Daniel Batson dice que aceptan que el hombre puede ser social en cuanto al pensamiento y la acción, pero en cuanto a la motivación sólo es capaz de preocuparse de sí mismo.

Autores como C. D. Batson (1990) y H. L. Hoffman (1981) han reconsiderado estos modelos egoístas del actuar altruista.

Los temas centrales de este replanteo de la problemática del altruismo en la psicología social y de la personalidad son:

1. La distinción entre motivos egoístas y altruistas.
2. La empatía como mediadora de la respuesta altruista.
3. La existencia de un verdadero altruismo que forma parte de la naturaleza humana.

Al respecto de este último tema es importante señalar que la noción de naturaleza humana era, hasta hace algunos años, un tema tabú para los investigadores psicosociales. Probablemente hayan tenido eco los sabios consejos de Gorgon W. Allport (1968) cuando afirmaba que la comprensión de la naturaleza social del hombre es el problema clave de la psicología social.

Veamos brevemente estos tres temas centrales.

### 1. Distinción entre motivos egoístas y altruistas

D. Krebs (1975) señala que los psicólogos han estudiado los antecedentes y los efectos de las conductas de ayuda, han medido varios de los correlatos de las acciones prosociales, pero han avanzado poco en examinar si estos actos están orientados hacia el bienestar del otro o tienden al beneficio propio. Para este autor lo que define a un acto como altruista es la capacidad de autosacrificio, la intención de beneficiar y la orientación hacia las necesidades del otro. Las personas pueden ayudar por una gran variedad de razones, algunas pueden ser altruistas, otras no.

Las diferencias en las definiciones del altruismo por parte de los psicólogos radica en el énfasis relativo dado a dos factores: la intención y el monto de beneficio o *costo* para el actor.

Quienes enfatizan el aspecto intencional o motivacional del altruismo están de acuerdo en considerar como conducta altruista a aquella que: beneficia a otra persona, surge libre y voluntariamente, es realizada intencionalmente, el beneficiar es la finalidad principal y se efectúa sin espera de recompensa (Bartal 1985, 1986).

Para C. D. Batson (1990) el problema central es distinguir los motivos egoístas de los altruistas, determinar si una conducta beneficia al otro, que es tomado como un fin instrumental en el camino por alcanzar algún beneficio propio que puedan tener las consecuencias de dicha acción.

Muchos psicólogos abandonaron la cuestión del altruismo por considerar que es imposible empíricamente distinguir cuáles es el fin último, si múltiples metas son alcanzadas por una misma conducta, es decir si la conducta de ayuda beneficia tanto a la persona que necesita como al que presta la ayuda.

Batson responde que estos autores olvidan tres principios básicos: primero, que nosotros no observamos los fines o intenciones de otra persona directamente sino que los inferimos de su conducta; segundo, que si se observa una sola conducta que posee varios fines últimos el verdadero fin último no puede distinguirse; y tercero, uno puede obtener inferencias razonables acerca de los fines últimos de la conducta de otros, si puede observar sus conductas en diferentes situaciones que impliquen cambios en la relación entre posibles fines últimos. La conducta siempre se orienta hacia los verdaderos fines últimos.

Para Batson son necesarios dos pasos para poder inferir de una conducta la naturaleza de la motivación personal. Hacer un análisis conceptual de los diversos fines alternativos posibles y luego observar sistemáticamente las conductas de una persona en diferentes circunstancias. En particular necesitamos variarlas tratando de desenredar la madeja de relaciones entre los fines últimos, haciendo posible a una persona el alcanzar una meta sin tener que alcanzar la otra.

Con este enfoque han realizado muchos experimentos para analizar las conductas de ayuda, la empatía y el altruismo.

## 2. La empatía como mediadora de la respuesta altruista

Un considerable número de investigadores (Coke, Batson y Mc Davis, 1978; Eisenberg y Miler, 1987; Krebs,

1975) sugieren que las personas son más propensas a ayudar a alguien necesitado cuando sienten por esa persona sentimientos de empatía, simpatía, compasión y ternura.

La relación conductas de ayuda - empatía parece suficientemente probada, aunque no sea la única fuente de las motivaciones altruistas, pero sí la principal. Es decir que, la capacidad de actuar altruista estaría limitada a aquellos por quienes sentimos empatía. Al respecto C. D. Batson señala que generalmente predominan las conductas de ayuda con fines instrumentales más que las que poseen fines terminales y que ayudamos con menor frecuencia a quienes nos suscitan menor empatía. Sin embargo, admite que existen otras fuentes de la conducta altruista como los valores prosociales internalizados (Schwartz y Howard, 1984), el razonamiento moral basado en principios (Kohlberg, 1976; Staub, 1974) e incluso la llamada personalidad altruista (Oliner, 1988; Staub, 1974)

La empatía es definida por la mayoría de estos autores como una capacidad de respuesta afectiva, congruente con la percepción del estado del otro. Si el otro ha sufrido una pérdida o padece un dolor nos provoca sentimientos de tristeza y compasión, y si por el contrario alcanzó un importante logro, nos produce alegría.

La percepción de semejanza facilita las respuestas afectivas empáticas, lo que muestra la interacción cognitivo-afectiva en la determinación de la conducta.

Finalmente podemos concluir con D. Krebs que los estudios muestran que no todas las conductas altruistas están mediadas por reacciones empáticas y que tampoco todas las conductas mediadas por la empatía son altruistas.

## 3. La existencia de un verdadero altruismo que forma parte de la naturaleza humana

Si el altruismo forma parte de la naturaleza humana, debería haber componentes hereditarios genéticos que predisponen al individuo a las conductas de ayuda. En este sentido hay que tener en cuenta los aportes de la psicología animal que muestran la existencia de tendencias altruistas en muchos animales. Así por ejemplo, pájaros que dan cantos de alarma frente a predadores, ratas madres que soportan intensos *shocks* eléctricos para rescatar a sus crías o babuinos que ayudan a sus compañeros cuando son atacados.

Desde el punto de vista neurobiológico a partir de los estudios de P. D. Mac Lean (1958, 1967) se descri-

ben las bases neurológicas de la emoción empática que facilita la aparición de las conductas altruistas.

Para Martin L. Hoffman (1981) existen evidencias psicológicas de una predisposición altruista, además de las evidencias biológicas señaladas por los neoevolucionistas que afirman la herencia tanto de tendencias egoístas como altruistas que favorecen la sobrevivencia de las especies.

M. L. Hoffman sostiene que esta disposición innata, esta tendencia humana general a ayudar a los que sufren, tiene características análogas a las motivaciones egoístas y se pone en acción con independencia de dichas motivaciones, conforma un sistema autónomo.

Si a veces la acción altruista refleja motivaciones psicofisiológicas heredadas, sería esperable encontrar cualidades automáticas en dichas acciones. Al respecto los estudios sobre frecuencia y velocidad de las respuestas de ayuda confirman esta conjetura. Piliavin (1972) encontró respuestas de ayuda en casi el 100 % de los sujetos y promedios de reacción de 5 y 10 segundos en dos experimentos en los que se observaban las conductas frente a una persona que caía al piso desmayada. Clark y Word (1972) encontró respuestas similares en experimentos con personas que lloraban o manifestaban dolores en la vía pública.

Otro de los argumentos de M. L. Hoffman sobre la disposición innata del altruismo, además de la automaticidad, es la universalidad de las conductas altruistas. Si bien no hay estudios transculturales suficientes es importante señalar que se observan estas conductas incluso en culturas profundamente individualistas.

En oposición a esta postura innatista se encuentran las teorías que sostienen que la valoración y la aprobación social son la fuente principal del altruismo. Las mismas han sido refutadas por las investigaciones de Darley y Latané (1968) y Latané y Rodin (1969) que muestran que normalmente las personas no ayudan con la finalidad de buscar aprobación social. Observaron que las personas que ayudan lo hacen más rápidamente en ausencia de testigos y que además las personas con necesidad de aprobación social no son especialmente aptas para ayudar. De lo cual se sigue que la necesidad de aprobación social no es la mayor fuente de altruismo y que éste deriva de un sistema de motivos independiente.

Finalmente M. L. Hoffman, como evidencia de la disposición innata al altruismo, señala que las personas de todas las edades tienden a ofrecer su ayuda bajo condiciones controladas en donde ellos son los únicos testigos presentes, y ya en niños de 8 a 10 años encuentra que lo hacen en más del 50 % de las ocasiones.

Concluyendo, estas investigaciones psicológicas pueden aportar valiosos elementos al debate sobre la naturaleza del hombre; y más allá de las críticas metodológicas que podamos hacer a estos autores, queremos rescatar el intento de dar respuesta a esta significativa cuestión.

## Bibliografía

- Allport, G. W. (1968). *The historical background of social psychology*. En G. Lindzey y E. Aronson. *The handbook of social psychology*. M. A: Addison-Wesley. Vol. 1, pp. 1-80.
- Bar - Tal, D. (1985-1986). Altruistic motivation to help; definition, utility and operationalization. *Humboldt S. Soc. Relat.* 13, 3-14.
- Batson, C. D. (1990). How social an animal? The human capacity for caring. *American Psychologist*. Vol. 45, 3, 336-346.
- Clark, R. D. y Word, L. E. (1972). Why don't bystanders help? Because of ambiguity? *Journal of Personality and Social Psychology*. 24, 392-400.
- Coke, S. S. Batson, C. D. y Mc Davis, K. (1978). Empathic mediation of helping: a two - stage model. *Journal of Personality and Social Psychology*. 36, 752-766.
- Darley, J. M. y Latané, B. (1968). Bystander intervention in emergencies: diffusion of responsibility. *Journal of Personality and Social Psychology*. 8, 377-383.
- Eisenberg, N. y Miller, P. (1987). Empathy and prosocial behavior. *Psychological Bulletin*. 101, 91-119.
- Hoffman, M. L. (1981). Is altruism part of human nature? *Journal of Personality and Social Psychology*. 40, 121-137.
- Krebs, D. (1975). Empathy and Altruism. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 32, Nº 6, 1134-1146.
- Kohlberg, L. (1976). *Moral stages and moralization: the cognitive-developmental approach*. En T. Lickona. *Moral development and behavior: theory, research and social issues*. N. York, Holt, Rinehart and Winston. pp. 31-53.
- Latané, B. y Rodin, J. (1969). A lady in distress: inhibiting effects of friends and strangers on bystander intervention. *Journal of Experimental Social Psychology*. 5, 189-202.
- Mac Lean, P. D. (1958). The limbic system with respect to self-preservation and the preservation of the species. *Journal of Nervous and Mental Disease*. 127, 1-11.
- Mac Lean, P. D. (1967). The brain in relation to empathy and medical education. *Journal of Nervous and Mental Disease*. 144, 374-382.
- Oliner, S. P. y Oliner P. M. (1988). *The altruistic personality: rescuers of Jews in Nazi Europe*. N. Y., Free Press.
- Piliavin, J. A. y Piliavin, I. (1972). The effect of blood on reactions to a victim. *Journal of Personality and Social Psychology*. 23, 353-361.
- Schwartz, S. H. y Howard J. A. (1984). *Internalized values as motivators of altruism*. En E. Staub, D. Bar-Tal, J. Reykowski. *Development and maintenance of prosocial behavior*. N. York, Plenum. pp. 229-255.
- Staub, E. (1974). *Helping a distressed person: social, personality and stimulus determinants*. En L. Berkowitz. *Adv. in exp. social psychology*. N. Y., Academic Press, Vol. 7, 293-341.
- Steele, C.M., y Liu, T. J. (1983). Dissonance processes as self-affirmation. *Journal of Personality and Social Psychology*. 45, 5-19.
- Trivers, R. L. (1971). The evolution of reciprocal altruism. *Quarterly Review of Biology*. 46: 35-37.
- Wicklund, R. A. (1975) *Objective self awareness*. En L. Berkowitz, *Advances in experimental social psychology*. N. York, Academic Press. Vol. 8, pp. 233-275.
- Wilson, E. O. (1975). *Sociobiology: The New Synthesis*. Cambridge, Mass., Harvard Univ. Press.