

Test coeficiente de empatía (EQ)

Baron-Cohen y Wheelwright, S. (2004)

El coeficiente de empatía ha sido diseñado para un uso autoaplicado. No se debe considerar este test como un método definitivo para el diagnóstico de los Trastornos del Espectro Autista. Este cuestionario no reemplaza en ningún caso una evaluación formal a cargo de un profesional.

Marque con una X:

1. Totalmente de acuerdo
2. Parcialmente de acuerdo
3. Parcialmente en desacuerdo
4. Totalmente en desacuerdo

Test coeficiente de empatía (EQ)	1	2	3	4
1. Me doy cuenta con facilidad cuando alguien quiere entrar en una conversación.				
2. Prefiero a los animales antes que a las personas.				
3. Intento seguir la moda y las nuevas tendencias.				
4. Me resulta complicado explicar a otras personas cosas que yo comprendo con facilidad, cuando ellos no son capaces de entenderlas a la primera.				
5. Sueño casi todas las noches.				
6. Realmente me gusta cuidar de las otras personas.				
7. Intento solucionar mis propios problemas más que tratar de discutirlos con los demás.				
8. Me resulta difícil saber qué es lo que tengo que hacer en situaciones sociales.				
9. Mi rendimiento es mejor por las mañanas.				
10. La gente suele decir que voy muy lejos cuando intento defender mi punto de vista en una discusión.				
11. No me molesta mucho llegar tarde cuando quedo con un amigo.				
12. Las relaciones de amistad y de pareja son muy complicadas, por lo que intento no preocuparme mucho de ellas.				
13. Por muy pequeña que sea, nunca rompería una norma.				
14. Normalmente me resulta difícil saber si algo ha sido correcto o maleducado.				
15. En una conversación suelo centrarme en mis propios pensamientos más que en lo que la otra persona podría estar pensando.				
16. Prefiero los chistes prácticos antes que el humor basado en juegos de palabras.				
17. Vivo el presente, no el futuro.				
18. Cuando era pequeño me divertía cortando lombrices para averiguar qué les pasaba después.				
19. Detecto rápidamente cuando alguien dice una cosa pero en realidad quiere decir otra.				
20. Suelo tener opiniones muy arraigadas acerca de la moralidad.				

21. Me cuesta comprender por qué algunas cosas molestan tanto a la gente.				
22. Me resulta fácil ponerme en el punto de vista de otra persona.				
23. Creo que los buenos modales es la cosa más importante que un padre puede enseñarle a su hijo.				
24. Me gusta hacer cosas de improviso.				
25. Suelo predecir bastante los sentimientos que tendrá otra persona.				
26. Me suelo dar cuenta con bastante facilidad cuando en un grupo una persona se siente a disgusto o incómodo.				
27. Si digo algo que ofende a otra persona, pienso que es su problema, no el mío.				
28. Si alguien me pregunta que si me gusta su corte de pelo, contesto la verdad aunque no me guste.				
29. No siempre comprendo por qué alguien se siente ofendido con un comentario.				
30. Con frecuencia la gente me dice que soy muy imprevisible.				
31. Me gusta ser el centro de atención en las reuniones sociales.				
32. No me molesta ver a gente llorar.				
33. Me divierte tener discusiones sobre política.				
34. Soy muy directo y algunas personas interpretan eso como mala educación incluso cuando no lo hago de manera intencional.				
35. Las situaciones sociales no me resultan complicadas.				
36. La gente me dice que comprendo bien cómo se sienten y cómo piensan.				
37. Cuando hablo con otras personas, me gusta más conversar sobre sus experiencias que sobre las mías propias.				
38. Me molesta ver un animal sufriendo.				
39. Soy capaz de tomar mis propias decisiones sin dejarme influir por los sentimientos de los demás.				
40. No me puedo relajar hasta que no he terminado todo lo que me había propuesto hacer durante el día.				
41. Me doy cuenta con facilidad si la persona con la que hablo se está aburriendo o está interesado en lo que le estoy contando.				
42. Me afecta mucho ver en los telediarios a gente.				
43. Mis amigos me suelen contar sus problemas porque me consideran una persona muy comprensiva.				
44. Puedo notar cuándo me estoy entrometiendo en los asuntos de otra persona aunque ésta no me lo diga.				
45. Suelo probar aficiones nuevas pero me aburro rápido e intento otras cosas.				
46. A veces la gente me dice que me paso con mis bromas.				
47. Me pondría muy nervioso subir en una montaña rusa grande.				
48. La gente me suele decir que soy insensible, aunque yo no comprendo por qué me lo dicen.				

49. Cuando veo a un extraño en un grupo, normalmente pienso que debe hacer un esfuerzo por integrarse en él.				
50. Normalmente las películas no me afectan emocionalmente.				
51. En el día a día me gusta ser organizado y suelo hacerme listas de las tareas que tengo que hacer.				
52. Puedo «sintonizarme» rápidamente y de manera intuitiva con los sentimientos de otras personas.				
53. No me gusta correr riesgos.				
54. Me doy cuenta con facilidad de lo que otra persona quiere hablar.				
55. Detecto cuándo alguien está ocultando sus verdaderos sentimientos.				
56. Antes de tomar una decisión, siempre valoro los pros y los contras.				
57. Nunca reflexiono de manera consciente acerca de las reglas sociales.				
58. Se me da bien predecir lo que una persona va a hacer.				
59. Suelo implicarme emocionalmente en los problemas de mis amigos.				
60. Normalmente soy capaz de apreciar el punto de vista de otra persona aunque yo no lo comparta.				

¿Cómo calcular el coeficiente de empatía?

- Suma dos puntos cada vez que hayas respondido «totalmente de acuerdo» o un punto si has respondido «parcialmente de acuerdo» en las siguientes preguntas: 1, 6, 19, 22, 25, 26, 35, 36, 37, 38, 41, 42, 43, 44, 52, 54, 55, 57, 58, 59 y 60.
- Suma dos puntos cada vez que hayas respondido «totalmente en desacuerdo» o un punto si has respondido «parcialmente en desacuerdo» en las siguientes preguntas: 4, 8, 10, 11, 12, 14, 15, 18, 21, 27, 28, 29, 32, 34, 39, 46, 48, 49 y 50.
- Los siguientes elementos no puntúan: 2, 3, 5, 7, 9, 13, 16, 17, 20, 23, 24, 30, 31, 33, 40, 45, 47, 51, 53 y 56.
- Suma todos los puntos para obtener su coeficiente de empatía.

¿Cómo interpretar su resultado del coeficiente de empatía?

Simon Baron-Cohen sugiere las siguientes puntuaciones para interpretar los resultados obtenidos al completar el cuestionario:

Puntos de corte

0-19: Bajo

20-39: Media

40-50: Por encima de la media 51-80: Muy alto