

3.11

AYUDA



INTERCAMBIO SOCIAL Y NORMAS SOCIALES

el comportamiento asistencial beneficia al que ayuda al igual que al que recibe la ayuda.



La teoría del intercambio social no afirma que vigilemos de manera consciente los costos y recompensas



Según la teoría del intercambio social, tales cálculos sutiles anteceden las decisiones de ayudar o no hacerlo

Aumento de la emoción positiva Las recompensas que motivan la ayuda pueden ser externas o internas



En los experimentos, y en la vida cotidiana, la generosidad pública aumenta el propio estatus, mientras que la conducta egoísta puede conducir a un castigo

3.11

AYUDA



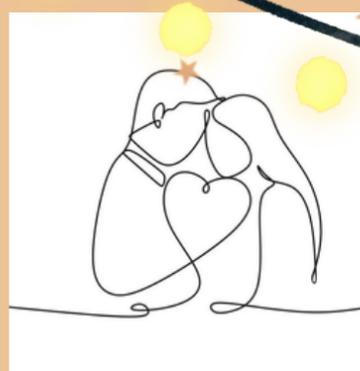
Incluso puede llevar al sexo: un estudio encontró que las personas altruistas, en particular los varones, tenían más parejas sexuales y relaciones sexuales más frecuentes con sus parejas

Es posible que las recompensas también sean internas, enfocadas a menudo en aumentar las emociones positivas.



Un estudio de un mes de duración con 85 parejas encontró que dar apoyo emocional a la pareja fue positivo para el dador, ya que elevó su estado de ánimo

Los cónyuges en proceso de duelo se recuperan más rápido de sus sentimientos depresivos cuando participan en ayudar a otros (Brown et al., 2008, 2009)..



Reducción de la emoción negativa

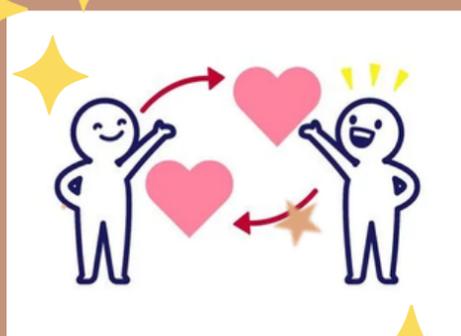
+ CREATIVIDAD
- EMOCIONES NEGATIVAS

Los beneficios de ayudar también incluyen reducir o evitar las emociones negativas. Cuando estamos cerca de alguien angustiado, es posible que sintamos angustia



NORMA DE RECIPROCIDAD

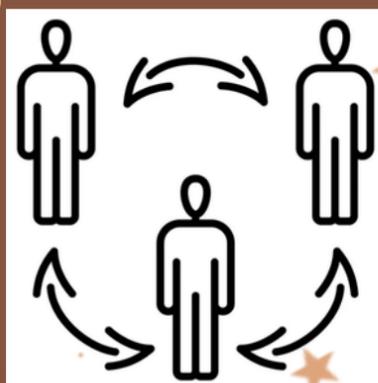
Un principio moral universal es la norma de reciprocidad: a aquellos que nos ayudan deberíamos retribuirles con ayuda, no con daño (Gouldner, 1960).



La norma de reciprocidad también aplica dentro del matrimonio. En ocasiones es posible dar más de lo que se recibe pero, a la larga, el intercambio debería equilibrarse.



La reciprocidad dentro de las redes formadas en una sociedad define al capital social (las conexiones de apoyo, el flujo de información, la confianza y los actos de cooperación) que mantienen sana a una comunidad



La norma opera de modo más eficiente a medida que la gente responde de forma pública a las acciones realizadas hacia ellos.



los encuentros pasajeros de una sola vez producen mayor egoísmo que las relaciones sostenidas.

