



Asociación de Psicología de Puerto Rico

PO Box 363435 San Juan, Puerto Rico 00936-3435

Tel. 787.751.7100 Fax 787.758.6467

www.asppr.net E-mail: info@asppr.net

Revista Puertorriqueña de Psicología
Volumen 13, 2002

*¿Pensabas que Emocionarse era Sencillo?:
Las Emociones Como Fenómenos Biológicos,
Cognoscitivos y Sociales*

*Nelson Varas Díaz
Universidad de Puerto Rico
Irma Serrano-García
Universidad de Puerto Rico*

Abstract

Emotions are usually included as one of the many subject matters of psychology. This is true to the extent that society, in general, attributes to psychology the responsibility of understanding and even modifying emotions. Still, psychology's venture into the subject of emotion is far from complete. Debates regarding the definition of emotions and their functions are ongoing. Some theories have described emotions as biological phenomena intimately bound to our physiology. Others have explored their social dimensions understanding them as generators of meaning and collective cohesion. Other areas of study, such as the cognitive sciences, have avoided emotions almost entirely due to the complexity they entail. Recognizing the limitations of any unidimensional explanation of a phenomenon, a truly integrative perspective is needed to understand emotions. Only after this is developed, can we conclude that emotions possess biological, social, and cognitive dimensions.

¿Cómo se siente usted?, ¿Qué le sucede?, ¿Cuál es la causa de su pesar?, ¿Cómo cree que podamos resolverlo? Todas estas son preguntas que los psicólogos y psicólogas hacen cotidianamente. Todas ellas tienen que ver con estados emotivos o emociones. Esto no sorprendería a muchas personas que dirían: ¿acaso no trabajan todos los psicólogos y psicólogas con las emociones? La respuesta a esta pregunta es no.

La psicología en nuestros tiempos ha pasado por una especie de experiencia de humildad. Su conocimiento ha escapado las manos

de sus profesionales y se ha convertido en saber popular. La psicología de auto-ayuda, que se vende en tantos libros, ha trivializado el tema de las emociones al nivel de que muchas personas son expertas, pocas conocedoras. Sin embargo, hablarle de emociones a los psicólogos y psicólogas es como mencionar algo trivial o poco científico. Esto no es un fenómeno nuevo, aunque sus razones de ser surjan particularmente en las últimas décadas. Lo cierto es que la resistencia al estudio de las emociones siempre ha estado presente.

Existió una gran resistencia al estudio de las mismas hasta la década de los '60 (Lazarus, 1991). Esta se debió en parte al gran auge que tuvieron el conductismo y el positivismo lógico durante este tiempo. Sus exponentes negaban las emociones como parte legítima del quehacer psicológico. Según Lazarus (1991) aún cuando las teorías clínicas de la psicopatología se centran alrededor de las emociones, no trabajan con el gran espectro de emociones humanas sino que se concentran en la ansiedad. De la misma manera, cuando han prestado atención al tema han ignorado las emociones que generalmente se consideran positivas (Ej. felicidad, orgullo).

Otra de las posibles razones por las cuales no se ha trabajado con el tema de las emociones de forma abarcadora es por su estrecha relación al tema del género en nuestra sociedad. Las emociones se le atribuyen tradicionalmente a las mujeres como característica de debilidad o sensibilidad. Por otro lado, a los hombres se les enseña a reprimirlas; a ni siquiera reconocerlas cuando las experimentan. Por ejemplo, los hombres aprenden que no deben llorar o expresar cariño a otros hombres (Ortner, 1974). Reconociendo que las personas que hacen ciencia no han estado libres de dicho proceso de socialización, es de esperar la resistencia al tema en su escenario primordial (la academia) donde reina la razón. La glorificación del intelecto, la razón y la lógica como algo opuesto a las emociones contribuye a su desatención (Izard, 1991).

Reconociendo así su abandono, encontramos que uno de los debates centrales del tema de las emociones al día de hoy es uno de definición o explicación. Cuando examinamos el aspecto emotivo del ser humano encontramos una división entre quienes consideran dicho fenómeno como uno biológico, uno de corte cognoscitivo y quienes lo conceptualizan como uno social. Nuestro propósito en este trabajo es presentar una visión histórica y compendiada de algunos

de los diferentes enfoques hacia el estudio de las emociones y proponer los criterios para el desarrollo de una mirada alterna a las mismas.

Para lograr este objetivo, primero, presentaremos algunas teorías sobre las emociones que se preocuparon principalmente por sus bases biológicas; específicamente su relación con el cerebro (LeDoux, 1996; Rosenzweig & Leiman, 1992) y el abandono del tema por parte de las ciencias de la cognición. Debemos aclarar que al presentarlas no pretendemos explicar de forma total la manera en que el cuerpo y el cerebro producen emociones. Eso sería una tarea de la cual ni la ciencia actual podría dar cuenta de forma completa. Sin embargo, exponer dichas teorías servirá para evidenciar el enfoque biologicista atribuido a las emociones. Luego, a partir de dichas teorías, expondremos algunos trabajos de teóricos/as que proponen una visión de las emociones en la cual se evidencia su constitución social. Luego de exponer estas posturas, el lector/a tendrá una mejor idea de lo que son las emociones. Una vez evidenciado el debate en torno al tema de las emociones, propondremos la necesidad de desarrollar perspectivas integradoras para nuestro trabajo psicológico.

Desde una Perspectiva Biológica

Aunque hoy reconocemos que las emociones son eventos muy complejos que tienen que ver con aspectos corporales y psicológicos de nuestro ser, la preocupación científica por las emociones comenzó a partir de su expresión biológica, específicamente partiendo de las reacciones corporales que surgen de estados emotivos particulares. Una de las teorías que intentó explicar dicho fenómeno fue la de James-Lange.

William James fue un psicólogo estadounidense que ya desde 1884 exploró las emociones en el ser humano. A James se le ha caracterizado como el primer pensador de la nueva ciencia empírica de la psicología en los Estados Unidos y la persona que introdujo la psicología experimental en las universidades de ese país (Brennan, 1999). Casi al mismo tiempo un médico danés de nombre Carl Lange se daba a la misma tarea. Sus esfuerzos conjuntos hoy se conocen como la teoría James-Lange.

Para James y Lange las emociones eran estados que surgían a partir de la manera en que la persona percibía cambios corporales

ante un estímulo particular. Según esta teoría, sentir alegría es el efecto de cambios en el cuerpo dado un estímulo externo. En esta postura la emoción está ligada a los estímulos del ambiente pero sólo en un segundo orden, ya que lo que causa la emoción es la reacción corporal al mismo. Es decir, que es de mayor importancia la interpretación de la reacción corpórea que la del evento que sirvió como estímulo. Aquí el cuerpo y sus reacciones son el medio central de interpretación que da paso a las emociones mientras que el ambiente se reduce a un proveedor de estímulos.

La teoría de las emociones están subyugadas a la fisiología. Por ejemplo, no se tiembla por el miedo ni se llora por la tristeza; se tiene miedo porque se tiembla y se siente tristeza porque se llora. Las limitaciones son evidentes: ¿Qué pasa cuando lloramos de alegría? Según James esto sería imposible. Pese a sus limitaciones este esfuerzo no debe interpretarse como uno de escaso significado. Sus estudios y propuestas sobre las emociones causaron debates en la ciencia del siglo 20 que a su vez facilitaron que se diera mayor atención a las mismas (LeDoux, 1996).

Otra de las teorías que intentó dar cuenta de las emociones fue la del psicólogo Walter Cannon. Este fue un crítico ferviente de la teoría de James y Lange. Cannon entendía que las reacciones viscerales eran similares en diferentes tipos de emociones. Por lo tanto, era insuficiente decir que las emociones eran productos o interpretaciones de reacciones viscerales ya que estas podían ser idénticas en algunas situaciones aunque se experimentaran emociones diferentes. Su teoría, apoyada por Philip Bard, fue conocida como la teoría Cannon-Bard.

Cannon estaba interesado en la relación entre el sistema nervioso central² y las emociones. Entendía que las emociones eran reacciones al ambiente, sin embargo, planteó que la energía de dicha reacción evidenciaba la activación del componente simpático³ del sistema nervioso autónomo⁴. A esta idea le denominó reacción de emergencia (LeDoux, 1996). Según Cannon la activación del cuerpo y sus vísceras por el sistema simpático se debía a la acción de los estímulos emocionales sobre la corteza cerebral⁵. Este efecto desinhibe los mecanismos de control del tálamo⁶ y a la misma vez su activación produce la actividad cortical. En otras palabras, su teoría planteaba que las emociones y las reacciones fisiológicas ocurren

simultáneamente (Halonen & Santrock, 1996). Aunque Cannon, James y Lange podrían haber diferido sobre lo que distingue diferentes emociones, podrían haber estado de acuerdo en que las diferentes reacciones del cuerpo las distinguen de los estados no emocionales.

Otra de las interpretaciones biológicas sobre las emociones gira en torno a las funciones del cerebro y sus partes específicas. Aunque aquí no pretendemos dar cuenta de todas las reacciones cerebrales relacionadas a las emociones presentaremos algunas instancias tradicionalmente asociadas con las emociones.

La preocupación con las partes específicas del cerebro y sus funciones particulares nos revierten al fenómeno de la frenología⁷ (Halonen & Santrock, 1996). Desde la misma se intentaba explicar el funcionamiento cerebral y hasta de la personalidad estudiando las irregularidades de la superficie craneal que supuestamente revelaban las partes más desarrolladas del cerebro y la supremacía de sus funciones. Ya de forma más científica podemos ver cómo en la teoría de James y Lange las áreas sensoriales de la corteza cerebral perciben el estímulo, la corteza motora controla las respuestas físicas y las sensaciones de dicha respuesta se perciben nuevamente en la corteza cerebral. Esta percepción es la causa de las emociones. Además, según la teoría de Cannon los estímulos externos procesados por el tálamo se dirigen a la corteza cerebral y al hipotálamo⁸. El hipotálamo envía mensajes a los músculos, órganos, y a la corteza. La interacción de estos mensajes en la corteza cerebral arroja como resultado las emociones.

La propuesta de Cannon y Bard fue adoptada parcialmente por el anatomista James Papez en 1937. Papez al igual que Cannon aceptaba el rol del hipotálamo en la recepción de estímulos del tálamo, el control de respuestas corpóreas y el rol de la corteza cerebral en las emociones. Sin embargo, le interesaba la forma en que las emociones podían originarse en el cerebro por lo cual propuso una red de intercomunicación más compleja que la de Cannon. Para Papez el tálamo dividía la información sensorial entre dos canales que llamó de "sentimiento" y "pensamiento" (LeDoux, 1996). En el canal del pensamiento los estímulos pasan del tálamo a las áreas laterales de la corteza. Aquí las sensaciones se convierten en pensamientos o memorias. En el canal de los sentimientos, la información que llega al tálamo pasa directamente al hipotálamo generando emociones.

Para algunas personas las posturas de James-Lange y Cannon son sumamente limitadas. Ambas se centran en instancias viscerales o corpóreas para dar cuenta de las emociones. Estas posturas se enfrentaron a un ambiente científico cada vez más crítico de las posturas conductistas a la luz de los cuestionamientos del cognoscitismo. No debemos olvidar que, amparada por las limitaciones de las posturas conductistas, desde la llamada revolución cognoscitiva se propuso la incorporación de los procesos mentales al entendimiento del ser humano (Brennan, 1999; Gardner, 1985).

Las críticas de la revolución cognoscitiva al modelo estímulo-respuesta no se hicieron esperar. En 1960, un psicólogo social de la Universidad de Columbia, Stanley Schachter, cuestionó las posturas de James-Lange y Cannon (Rosenzweig & Leiman, 1992). Este planteó que era imposible entender las emociones sin que quien las experimenta interprete el estímulo que las evoca. Su propuesta fue de corte cognoscitivo ya que en ella la interpretación, experiencia y actitudes de la persona median las reacciones corporales de las emociones. Según Schachter, las emociones son interpretación del sustrato biológico. Esta propuesta no abandonó del todo las anteriores ya que la biología seguía siendo el elemento esencial del análisis, sin embargo, puso en escena la interpretación del individuo sobre lo que experimenta.

No debe sorprender al lector/a que aún cuando se mencione la cognición como parte importante en las emociones se revierta a sus bases biológicas. Después de todo, la revolución cognoscitiva no prestó mayor importancia al tema de las emociones. En una sociedad en la cual se glorifica la razón como algo superior y opuesto a la emoción, es de esperar que la ciencia científica no se aleje de dichas posturas. Específicamente las ciencias cognoscitivas, denominadas como ciencias de la mente, ignoraron el tema de las emociones como tema central a su trabajo. Este fenómeno lo encontramos en la misma definición de dicha disciplina. Gardner (1985) planteó una definición de las ciencias cognoscitivas. En ella documentó el abandono de las emociones:

La tercera característica de la ciencia cognoscitiva es la decisión deliberada de desenfatar ciertos factores que podrían ser importantes para el funcionamiento cognoscitivo pero cuya inclusión en este punto innecesariamente complicaría la ciencia científico-cognoscitiva. Estos factores incluyen la influencia de factores afectivos o emociones... (pág. 6)

En esta cita vemos que no se aborda el tema por las complicaciones que presenta y hasta se visualiza como un esfuerzo innecesario. Esta postura es visible a través de múltiples esfuerzos realizados desde las ciencias cognoscitivas.

La revolución cognoscitiva se presenta como un reto directo a los esfuerzos conductistas que no tomaban en cuenta lo no observable. Por lo tanto, la mente y sus procesos no eran escenarios estudiados. Sin embargo, los enfoques que surgieron de esa revolución sobre el funcionamiento de la mente y la cognición no facilitaron el abordaje del tema de las emociones. Una de las características de los esfuerzos iniciales de la ciencia cognoscitiva fue entender el proceso mediante el cual las personas procesan información a nivel mental. Para dicho esfuerzo la comparación de la mente humana con una máquina fue el eje central de la empresa. Plantearon que si las personas y las máquinas pueden resolver el mismo problema de forma indiscernible se evidencia el estudio de la mente y sus procesos como uno frío y calculado. La semejanza de los procesos del ser humano a las máquinas evidencia la limitación inherente para estudiar las emociones. Después de todo, las máquinas no sienten emociones.

Las ciencias de la cognición no abordaron el tema de las emociones de forma efectiva por dos razones primordiales (LeDoux, 1996): 1) la división entre mente y cuerpo, pensar y sentir, razón y emoción impulsada por la filosofía occidental y adoptada por las ciencias sociales colocó a la razón y a la lógica en el centro de la acción, dejando a las emociones rezagadas a instancias de menor importancia casi imposibles de abordar; y 2) la visión de las emociones como estados subjetivos de la conciencia no facilitó su abordaje. Sin embargo, es importante reconocer que al menos una de las disciplinas que compusieron las ciencias de la cognición hizo posteriores esfuerzos para rescatar el tema. Tal es el caso de la psicología cognitiva.

Desde la psicología cognitiva se han hecho aportaciones al entendimiento de las emociones y sus funciones que son de vital importancia para dar cuenta de lo que hoy conocemos sobre ellas. Algunas de estas incluyen la documentación de: 1) el rol de las emociones en la implementación de terapias cognitivas para el tratamiento de múltiples desórdenes (Beck & Weishaar, 1995), 2) su influencia en el desarrollo de juicios sociales sobre las situaciones que nos rodean (Forgas & Vargas, 2000), 3) su impacto sobre nuestra

memoria (Parrott & Spackman, 2000), y 4) el rol que juegan los significados que las personas dan a los eventos en la manifestación de las emociones (Smith & Pope, 1992). Subsiguientes aportaciones continúan haciéndose desde la psicología cognitiva al tema de las emociones.

Las teorías que hemos presentado hasta ahora dan cuenta de las experiencias emotivas primordialmente a través del cuerpo, aún cuando se ha propuesto la cognición como agente mediador. Como veremos al final de este trabajo dicho énfasis corporal no es equívoco, sino incompleto. Después de todo no podemos dar cuenta de las emociones sin mencionar que se aceleran las palpitations del corazón, sudamos y nos agitamos. Hoy, de forma diferente, aún se trabaja con partes específicas del cerebro a las cuales se le atribuyen funciones particulares. Se ha establecido que tanto la teoría de James-Lange como la de Cannon-Bard poseen elementos de veracidad (Halonen & Santrock, 1996). Sin embargo, se reconoce que las emociones no pueden entenderse en su totalidad únicamente a través de los cambios fisiológicos que suscitan y que es a través del cerebro como unidad, no mediante partes específicas del mismo, que se puede dar cuenta de las emociones (Averill, 1996). Es decir, que el cerebro y sus funciones trabajan como una red interconectada y no como lugares aislados con funciones únicas. Además, se ha encontrado poca evidencia que apoye la postura de que existen diferentes patrones fisiológicos que diferencien las emociones (Ginsburg & Harrington, 1996).

Debates como este, en torno a la localización de las emociones en partes específicas de cerebro, evidencian la necesidad de su continuo estudio. Tanto así, que las aportaciones en torno a las dimensiones biológicas de las emociones no han cesado; todo lo contrario, se encuentran en pleno apogeo. Estas se han hecho mediante la investigación en áreas como: 1) el rol de las expresiones faciales en el estudio de las emociones, incluyendo sus expresiones tanto de carácter universal como individuales (Keltner & Ekman, 2000), 2) la relación entre las emociones y las enfermedades físicas como los catarros y las enfermedades cardíacas (Leventhal & Patrick-Miller, 2000), y 3) la continua identificación de múltiples circuitos neurológicos que dan cuenta de las emociones humanas (Panksepp, 2000), entre otras. Sin duda, el futuro de las investigaciones sobre las dimensiones biológicas de las emociones está trazándose.

Sin embargo, se ha reconocido que para poder entender las emociones de forma más abarcadora es necesario un enfoque social que dé cuenta de este fenómeno. Algunas posturas han integrado lo social y lo biológico al estudiar las emociones. Veamos.

Un Paso de lo Biológico a lo Social

Lazarus (1991) defiende la postura de que las emociones son fenómenos complejos que incluyen en sí aspectos tanto sociales como fisiológicos. Según este autor, entender las emociones requiere de un análisis multidimensional ya que las mismas son conceptos psicobiológicos únicos que expresan el significado individual de lo que ocurre en los alrededores de la persona. Planteó además, que no podemos separar las emociones de la cognición, la motivación, la adaptación y la fisiología del individuo.

Según Lazarus (1991) la persona es el centro primordial en el cual ocurre la experiencia de las emociones, la sociedad impone los valores e instituciones que las regulan y lo biológico aporta la composición genética que les brinda forma. Sin embargo, el aspecto biológico de las emociones no debe confundirse con otros procesos biológicos de adaptación y supervivencia, como los reflejos e impulsos fisiológicos. Estos son mecanismos diferentes de adaptación al medio ambiente mediados completamente por procesos biológicos. Las emociones, aunque son también mecanismos adaptativos a lo que sucede en el medioambiente, son procesos más complejos que han requerido el desarrollo de conceptos interrelacionados como la inteligencia, el aprendizaje y el pensamiento evaluativo. A diferencia de los reflejos e impulsos, las emociones no se activan con simples estímulos ya que las percepciones de bienestar del individuo en su medioambiente las generan y controlan.

Esta distinción entre reflejos y emociones es muy parecida a la que debemos hacer entre sentimientos y emociones. Los sentimientos son percepciones sensoriales del cuerpo (Ej. dolor, placer) mientras que en las emociones existe un proceso evaluativo de posibles beneficios y daños. Algunas de las emociones identificadas en la literatura que sirven como ejemplo son: miedo, ansiedad, culpa, vergüenza, tristeza, envidia, celo, disgusto, alegría, orgullo, amor, afecto y alivio (Lazarus, 1991).

Lazarus (1991) entendía que la situación social en la que viven las personas es el elemento clave para entender lo que son las emociones y su influencia sobre las relaciones sociales:

Vivimos en medio de una compleja red de relaciones humanas, las cuales tienen el potencial de generar emociones. Estas van desde íntimos lazos familiares hasta relaciones sociales distantes incluyendo grupos religiosos y étnicos, comunidades locales, y naciones (pág. 349).

Izard (1991), también hizo una contribución al entendimiento de las emociones. Establece que estas se desarrollaron inicialmente para asegurar un enlace social entre el/la infante y la persona que le cuida (tradicionalmente la madre). Rebasando este propósito, las emociones evolucionaron para facilitar la comunicación entre las personas adultas. De esta forma, podemos entender que las emociones son lo que hace al ser humano, ser "humano". Visto desde un proceso evolutivo, las emociones emergieron para proveer nuevos tipos de motivación y tendencias de acción, que junto a diferentes comportamientos hacen posible el manejo de las demandas que el medio ambiente impone sobre la persona humana. Izard (1991) describe las emociones de la siguiente manera: "Una emoción se experimenta como un sentimiento que motiva, organiza, y guía la percepción, el pensamiento y la acción" (p. 14).

En esta definición podemos ver que la palabra emoción está entrelazada con el concepto de sentimiento, término que Lazarus (1991) consideraba diferente.

Izard (1991) reconoció que existen múltiples emociones y que las mismas son fenómenos sumamente complejos que típicamente activan procesos motores, cognoscitivos y neurales. Así, las presentó como una colaboración entre la mente y el cuerpo. En términos biológicos las emociones causan cambios electrofísicos en los músculos de la cara (Bellak & Sinclair, 1991), en la actividad eléctrica del cerebro, en el sistema circulatorio y en el sistema respiratorio. Todo el sistema neurofisiológico y otros subsistemas del cuerpo se involucran en las emociones. También, las emociones organizan la percepción, el pensamiento y las tendencias de acción del individuo. Las emociones influyen directamente en lo que percibimos a través de los sentidos y en la información que procesamos.

Como podemos ver, la conceptualización de Izard (1991) en relación a las emociones es más biologicista que la de Lazarus (1991). Aún cuando ambos reconocieron la combinación de aspectos biológicos y sociales, para la primera el aspecto biológico determina el aspecto social de las emociones y para el segundo, el proceso se da de forma inversa. Además, Izard (1991) estableció una división mente-cuerpo en su definición de las emociones que devela su conceptualización biológica de las mismas.

Otro de los intentos de integración entre lo biológico y lo social en el concepto de emoción es de Kaplan (1991), quién también lo presenta como un reto difícil. Define el concepto diferenciándolo de los estados de ánimo (*moods*) y distingue los efectos de ambos en el proceso de discernimiento social. Kaplan presenta los estados de ánimo como sentimientos generales que tienen efectos indiscriminados en el discernimiento social. Sin embargo, según él, las emociones son diferentes, tienen causas identificables, son de duración relativamente corta y tienen efectos específicos sobre el discernimiento. Al hacer esta diferenciación, Kaplan estableció una de las funciones de las emociones para el ser humano; son un factor determinante al momento de emitir juicios frente a personas o discernir sobre eventos específicos.

Los esfuerzos de Lazarus, Izard y Kaplan representan una transición de las posturas biologicistas presentadas anteriormente. Sin embargo, existen otros autores/as que entienden que el énfasis en el aspecto social de las emociones debe ser mayor. A continuación presentamos algunas de estas posturas.

La Supremacía de lo Social

Otros trabajos relacionados a la definición y desarrollo del concepto de emoción han incorporado posturas que enfatizan su aspecto social, como punto de origen y como elemento mediador de las relaciones sociales. Aún así, algunas personas han criticado los intentos de desarrollar teorías psicológicas con bases sociales por entender que parten de análisis biologicistas al relacionar las emociones con fenómenos sociales. Averill (1992) describió el problema de la siguiente manera:

Una de las particularidades impactantes de la mayoría de las teorías psico-sociales de las emociones es que son básicamente no-sociales. Una teoría psico-social, uno esperaría, pondría énfasis en la relación de las emociones con variables a un nivel de análisis social, esto es, a sistemas sociales de conducta, a organizaciones específicas en la sociedad, al "ethos" de una sociedad, a modas o movimientos temporeros, y/o al nivel de enajenación en una sociedad. Esto se ha hecho en alguna medida pero no con la frecuencia que se podría asumir. Cuando los psicólogos y psicólogas sociales cruzan niveles de análisis, atribuyen las emociones a principios biológicos de organización (p. 15).

Las limitaciones de las posturas psicosociales de las emociones se ven en el desarrollo de argumentos sobre las mismas. Gerrod y Harré (1996) han elaborado las complejidades que conlleva el estudio de las emociones. Sin embargo, enfrentaron el problema antes descrito ya que su primera interpretación es de corte biologicista, y es sólo posteriormente que desarrollan el aspecto social. Sobre las emociones escribieron: "Parecen tener profundas raíces evolutivas, sin embargo, entre los fenómenos humanos, varían culturalmente de forma notable en muchos de sus aspectos" (p. 1).

Es interesante su postura sobre las consecuencias sociales de las emociones. Para estos autores, algunas emociones (como el coraje y la vergüenza) sirven como método de control social que facilita establecer normas en las esferas sociales. Mediante un proceso de motivación, el control de estas emociones ayuda a establecer los hábitos individuales que pasan a formar parte de lo que socialmente se considera una persona de carácter virtuoso o deseable. Esta función social de las emociones es de gran envergadura para los procesos individuales y grupales, ya que de esta forma las emociones pueden convertirse en un mecanismo de represión individual o colectiva y de manipulación social. Por ejemplo, a través de la vergüenza se puede lograr que las personas se inhiban de participar en actividades que consideran inmorales o ilícitas. Por otro lado, el control sobre una emoción como el coraje sirve para facilitar el manejo de una sociedad en la cual se considera que este tipo de emoción tiene efectos negativos.

Gergen (1994) ha examinado las emociones desde el punto de vista del construccionismo social. Entiende que las emociones se

han visto tradicionalmente, y desde una visión occidental, como posesiones inherentes al individuo, definidas genéticamente, basadas en la biología y en la experiencia. Sin embargo, en su trabajo enfatizó el carácter social de las emociones al proponer que no tienen un impacto en lo social, sino que constituyen la vida social como tal. Estableció que como entender las emociones es un proceso complejo, no es realista establecer cuántas emociones existen ni cómo se experimentan. Su postura es clara y ejemplifica la del construccionismo social:

Desde la postura construccionista, preguntar cuántas emociones hay sería similar a pedirle a un crítico/a de teatro que enumere la cantidad de papeles que hay en el teatro; explorar la fisiología de las diferentes emociones sería comparar el nivel de los latidos del corazón, los aumentos en la adrenalina, o la actividad neurológica de los actores y actrices que interpretan a Hamlet a diferencia del Rey Lear. Las emociones no "tienen un impacto en la vida social"; ellas constituyen la vida social como tal (p. 222).

Otro de los argumentos que Gergen (1994) utilizó para desarrollar una postura construccionista de las emociones, es el contexto histórico en el cual se manifiestan. Partiendo del mismo, indicó que conceptos como la ansiedad, el quemazón (*burnout*) y el estrés no tenían significado hace un siglo, sin embargo, hoy forman parte de la jerga cotidiana de las personas. Aunque discrepemos sobre la novedad o antigüedad de estos conceptos, las variaciones sociohistóricas en su uso e interpretación son difícilmente compatibles con la noción de que las emociones tienen bases biológicas fijas e individualistas.

Fridja y Mesquita (1994) conceptualizan las emociones como fenómenos complejos con bases sólidas en los escenarios sociales. Las emociones, según estos autores, ocurren cuando un individuo evalúa un evento como pertinente a su persona. Esta postura enfatiza su rol social y su definición como modos de relacionarse con el medioambiente.

Las emociones son fenómenos complejos y estructurados. No son meramente estados de ánimo, esto es, estados intraindividuales de conocimiento conciente que podrían permanecer en los confines de la mente del individuo. Son partes

del proceso de interacción con el medioambiente. Son respuestas afectivas a lo que sucede en el medioambiente y representaciones cognoscitivas del significado del evento para el individuo. Son, primeramente, maneras de relacionarse con el medioambiente: estados de preparación para actuar, o no actuar, en interacción con ese medioambiente. Será difícil entender el rol social de las emociones si estas no se ven, desde el principio, como elementos estructurados en intercambios constantes y cambiantes dinámicamente, como los eventos externos y las actitudes y las acciones de los otros individuos involucrados (p. 51).

Además de desarrollarse en un contexto social, las emociones también se consideran eventos sociales en sí ya que tienden a ocurrir en un contexto de significados compartidos. Las emociones en sí mismas tienden a compartirse entre personas (Christophe & Rimé, 1997; Rimé, Mesquita, Philippot & Boca, 1991). Según Fridja y Mesquita (1994) las emociones son uno de los medios primarios que hacen posible la transmisión de los significados socialmente compartidos. Estos significados facilitan que alguna emoción específica parezca compartida por grupos de personas en relación a eventos o ideas específicas. El compartir emociones grupalmente, puede a su vez promover comportamientos sociales específicos.

Existe otro punto de encuentro entre las emociones y la interacción social (Fridja y Mesquita, 1994). Las personas, en gran cantidad de ocasiones, comunican a los miembros de la sociedad sus experiencias emotivas. Este tipo de interacción permite que las experiencias se conviertan en eventos socialmente compartidos. Así, eventos o conceptos sociales pueden compartirse socialmente ya que existe un consenso sobre la experiencia emotiva que se vive en relación a los mismos. Este tipo de experiencia social se convierte en un factor determinante de la cohesión social.

Finalmente, Fridja y Mesquita (1994), postularon que las emociones asumen diferentes roles sociales entre los que se encuentran los siguientes: 1) aseguran la transmisión social de las interpretaciones de eventos específicos, 2) tienden a guiar conductas que influyen a otras personas, 3) provocan reacciones de las demás personas frente a eventos o acciones y 4) mantienen definiciones socialmente compartidas sobre eventos o conceptos.

Hatfield, Cacioppo y Rapson (1994) contribuyeron al estudio del elemento social de las emociones cuando desarrollaron el término de "contagio emocional" (*emotional contagion*) para describir lo que sucede cuando las personas imitan las emociones expresadas por otras. Presentan ejemplos de cómo algunas emociones específicas generan expresiones faciales particulares. Un ejemplo podría ser la reacción facial de una persona al ver a otra con dolor. Es muy probable, que aunque no los sienta, su rostro se muestre parecido al de la persona que realmente siente los efectos del dolor. Este fenómeno de contagio social también se manifiesta en aspectos de las emociones que rebasan las expresiones faciales. De esta manera, en eventos sociales las emociones parecen contagiarse entre las personas que los experimentan y su interpretación ocurre entonces a nivel macrosocial.

Hacia un Futuro Biopsicosocial

Si analizamos las posturas que hemos resumido podemos ver que la psicología se encuentra ante un nuevo abordaje de las emociones como tema de estudio. Sin embargo, queda mucho por hacer. En nuestra opinión, las emociones tienen que interpretarse como eventos biológicos, cognoscitivos y sociales. Todas estas instancias dan cuenta del fenómeno emotivo. Explorarlas de forma individual e aislada es una empresa que no rendirá fruto. A pesar de que algunos autores y autoras se han embarcado en esta empresa biopsicosocial, queda mucho por hacer.

Si bien es cierto que las emociones ayudan a mantener la cohesión social, se contagian socialmente y constituyen la vida social, también es cierto que no podemos dar cuenta de ellas sin nuestra historia biológica o corpórea. Es necesario un acercamiento verdaderamente interdisciplinario para entender la vida emotiva. Quienes han hecho este esfuerzo se han acercado a lo biológico, lo cognoscitivo y a lo social de forma limitada. Es necesario generar trabajo multidisciplinario desde la biología, la fisiología, la psicología y la sociología, entre otras áreas del saber, para ofrecer una interpretación completa de lo que son las emociones. Algunos ejemplos de temas a investigar desde perspectivas multidisciplinarias son: 1) comparaciones de la atribución de significados sociales a las emociones a través de diferentes culturas, 2) las diferencias en las

manifestaciones biológicas de las emociones en diferentes sociedades, y 3) los universalismos e individualismos bio-sociales en la experiencia de las emociones.

Aceptar el reto para examinar las emociones tiene implicaciones para nuestro empresa psicológica tanto a nivel individual como social. Por ejemplo, las emociones son de vital importancia para el trabajo psicoterapéutico de naturaleza clínica y también están relacionadas con las dinámicas sociales a nivel comunitario y organizacional. Si tenemos la disposición para reconocer la importancia de las emociones en nuestro trabajo, nuestro posicionamiento ante el tema debe ser claro.

Entre las cosas que podemos hacer están:

1. Fomentar en nuestro trabajo académico e investigativo el estudio de las emociones como tema central,
2. Resaltar la importancia del tema dentro de la comunidad académica para hacer válido el estudio de este fenómeno, y
3. Reconocer las emociones como instancias biológicas, cognoscitivas y sociales constitutivas del individuo, sin las cuales sería imposible dar cuenta de la experiencia humana.

Este último y tercer punto es probablemente el más necesario, pero a su vez, el más difícil. Reconocerlo es hacer una invitación a la adopción de un modelo biopsicosocial que en pocas ocasiones se logra implementar de forma concreta debido a las dificultades que implica el trabajo interdisciplinario (Calderón, Nuñez & Serrano-García, Sometido). Sin embargo, proponemos los siguientes criterios para la adopción de un marco biopsicosocial:

1. La adopción de posturas en torno a las emociones que eviten reificar una de las dimensiones (biológicas, sociales, o cognitivas) por encima de las demás.
2. La creación de equipos de trabajo interdisciplinarios para poder dar cuenta de posicionamientos biopsicosociales. Estos equipos no deben sólo contener personas de preparaciones diversas, sino que estas deben estar comprometidas con la generación de visiones alternas que resulten de la integración de sus conocimientos. Se destaca así lo interdisciplinario de lo multidisciplinario.

3. La adquisición continúa de conocimientos básicos de múltiples áreas de estudio relacionadas a las emociones por parte de los/as profesionales para abordar efectivamente un marco biopsicosocial en torno a tema. Esto fomentará la interdiscipliniedad antes señalada.
4. La integración de conocimientos culturalmente adecuados que inserten el estudio de las emociones en sus contextos sociales, políticos y económicos.

El debate entre las posturas que intentan explicar las emociones sólo ha comenzado. Nuestra contribución, como sugerimos previamente, debe ser un acercamiento que preste igual importancia a los factores biológicos, cognoscitivos y sociales que las componen. Así, podremos entender las emociones como constructos verdaderamente bio-psico-sociales.

Referencias

- Averill, J.R. (1992). The structural bases of emotional behavior: A metatheoretical analysis. En M.S. Clark (Ed.), *Emotion* (pp. 1-24). Newbury Park, California: Sage.
- Averill, J.R. (1996). An analysis of psychophysiological symbolism and its influence on theories of emotion. En R. Harré, & W.G. Parrott (Eds.), *The Emotions: Social, Cultural & biological dimensions* (pp. 204-228). Londres, Inglaterra: Sage.
- Beck, A.T., & Weishaar, M. (1995). Cognitive therapy. En R.J. Corsini, & D. Wedding (Eds.) *Current psychotherapies* (págs. 229-261). Itasca, Illinois: F.E. Peacock Publishers.
- Bellak, L., & Sinclair, B. S. (1991). *Interpretación de rostros*. México D.F., México: Manual Moderno.
- Brennan, J. F. (1999). *Historia y sistemas de la psicología*. Naucalpan de Juárez, México: Prentice Hall.
- Calderón, J., Nuñez, J., & Serrano-García, I (Sometido para publicación). *Una reflexión sobre la educación interdisciplinaria: El PAIVS como un ejemplo*. Río Piedras, Puerto Rico: Asociación Puertorriqueña de Profesores Universitarios.
- Christophe, V., & Rimé, B. (1997). Exposure to the social sharing of emotion: Emotional impact, listener responses and secondary

- social sharing. *European Journal of Social Psychology*, 27, 37-54.
- Forgas, J.P., & Vargas, P. (2000). The effects of mood on social judgement and reasoning. En M. Lewis, & J.M. Haviland-Jones (Eds.) *Handbook of emotions* (pp. 350-367). Nueva York: The Guilford Press.
- Fridja, N.H., & Mesquita, B. (1994). The social roles and functions of emotions. En S. Kitayama, & H.R. Markus (Eds.), *Emotion and culture: Empirical studies of mutual influence* (pp. 51-87). Washington D.C.: American Psychological Association.
- Gardner, H. (1985). *The mind's new science*. Nueva York: Basic Books.
- Gergen, K. (1994). *Realities and relationships*. Cambridge, Mass: Harvard University Press.
- Gerrod Parrott, W., & Harré, R. (1996). Some complexities in the study of emotions. En R. Harré, & W. Gerrod Parrott (Eds.), *The emotions: Social, cultural and biological dimensions* (pp. 1-24). Londres: Sage.
- Ginsburg, G.P., & Harington, M.E. (1996). Bodily states and context in situated lines of action. En R. Harré, & W.G. Parrott (Eds.) *The emotions: Social, cultural & biological dimensions* (pp. 228-258). Londres: Sage.
- Halonen, J.S & Santrock, J.W. (1996). *Psychology: Contexts of behavior*. Dubuque, IA: Brown & Benchmark.
- Hatfield, E., Cacioppo, J.T., & Rapson, R.L. (1994). *Emotional contagion*. Cambridge, Mass: Cambridge University Press.
- Izard, C.E. (1991). *The psychology of emotions*. New York: Plenum Press.
- Kaplan, M.F. (1991). The joint effects of cognition and affect on social judgement. En J.P. Forgas (Ed.) *Emotion & Social judgement* (págs. 73-82). Oxford, Inglaterra: Pergamon Press.
- Keltner, D., & Ekman, P. (2000). Facial expression and emotion. En M. Lewis & J.M. Haviland-Jones (Eds.) *Handbook of emotions* (pp. 236-249). Nueva York: The Guilford Press.
- Lazarus, R.S. (1991). *Emotion & adaptation*. Oxford, Inglaterra: Oxford University Press.
- LeDoux, J. (1996). *The emotional brain: The mysterious underpinnings of emotional life*. New York, N.Y.: Touchstone.
- Leventhal, H., & Patrick-Miller, L. (2000). Emotions and physical illness: Causes and indicators of vulnerability. En M. Lewis, & J.M. Haviland-Jones (Eds.) *Handbook of emotions* (pp. 523-537). Nueva York, N.Y.: The Guilford Press.
- Ortner, S. (1974). Is female to male as nature is to culture? En M. Zionbalist & L. Lamphere (Eds.) *Woman, culture and society* (pp. 67-88). Stanford, CA: Stanford University Press.
- Panksepp, J. (2000). Emotions as natural kinds within the mammalian brain. En M. Lewis, & J.M. Haviland-Jones (Eds.) *Handbook of emotions* (pp. 137-156). Nueva York: The Guilford Press.
- Parrott, G.W., & Spackman, M.P. (2000). Emotion and memory. En M. Lewis, & J.M. Haviland-Jones (Eds.) *Handbook of emotions* (pp. 476-490). Nueva York: The Guilford Press.
- Rimé, B., Mesquita, B., Philippot, P., & Boca, S. (1991). Beyond the emotional event: Six studies on the social sharing of emotion. *Cognition and Emotion*, 5 (5-6), 435-465.
- Rosenzweig, M.R., & Leiman, A. (1992). *Psicología fisiológica*. Madrid, España: McGraw-Hill.
- Smith, C.A., & Pope, L.K. (1992). Appraisal and emotion: The interactional contributions of dispositional and situational factors. En M.S. Clark (Ed.) *Emotions and social behavior* (pp. 32-62). Londres, Inglaterra: Sage.

(Endnotes)

¹ Cualquier comunicación al autor debe ser dirigida a: Universidad de Puerto Rico, Centro Universitario de Servicios y Estudios Psicológicos, P.O. Box 23174, San Juan, P.R. 00931. También puede comunicarse por correo electrónico a nvaras@hotmail.com.

² Porción del sistema nervioso que incluye el encéfalo y la médula espinal. NOTA: Todas las definiciones en las notas al calce fueron tomadas de Rosenzweig & Leiman (1992).³

³ Parte del sistema nervioso central que controla la musculatura lisa de los órganos y de las paredes de los vasos sanguíneos.

⁴ Parte del sistema nervioso periférico (nervios fuera del encéfalo y la médula espinal) que sustenta las conexiones neurales con las glándulas y con los músculos lisos de los órganos internos.

⁵ Capa más externa de los hemisferios cerebrales que se compone de un gran número de cuerpos celulares nerviosos y sus ramificaciones.

⁶ Región encefálica que contiene varias agrupaciones distintas de células nerviosas que son distribuidoras de los insumos aferentes de la corteza

cerebral y constituyen relevos significativos en varias vías del control motor.
⁷ Creencia de que las elevaciones del cráneo reflejan agrandamientos de las regiones cerebrales responsables de facultades conductuales (Rosenzweig & Leiman, 1992)

⁸ Los diferentes núcleos del hipotálamo juegan papeles importantes en el metabolismo, glándulas endocrinas, emociones, sueño y temperatura, entre otros sistemas reguladores fisiológicos.

Satisfacción de Vida en Empleados Jóvenes, Empleados Envejecidos y Personas Jubiladas: Un Estudio Exploratorio

*Miguel E. Martínez Lugo,
Zahira González,
Luis Martínez y Maribel Acosta
Universidad Carlos Albizu*

Abstract

The purpose of this study was to compare the level of life satisfaction of three groups: young employees, aged employees, and retired persons. The Life Satisfaction Scale of Neugarten, Havighurst & Tobin (1961) was administered to a sample of 313 research participants. The statistical analyses detected statistical differences between the means scores of participants 40 years old and less and participants 50 years old and more, the first group obtaining a higher mean score. Also, statistical differences were found between male aged employees and female aged employees, obtaining the male group a higher mean score.

El bienestar subjetivo es una de las áreas de interés de la psicología, especialmente cuando se estudia el desarrollo del individuo. Este se define como la evaluación positiva que el individuo realiza de su propia vida y que está asociado a sentimientos positivos (Pinquart y Sörensen, 2001). En la literatura científica se ha evaluado dicho constructo con medidas de satisfacción de vida, felicidad y autoestima, entendiéndose que la satisfacción de vida y la autoestima miden el aspecto cognitivo mientras que la felicidad mide el aspecto subjetivo. De estos elementos, el constructo a estudiarse en esta investigación será la satisfacción de vida.

La satisfacción de vida es una de las variables que con mayor frecuencia se ausculta en la etapa de la adultez (Cribb, 2000). La misma es definida por Neugarten, Havighurst y Tobin (1961) a partir de una serie de criterios. Según estos autores, una persona satisfecha con su vida deriva satisfacción de sus actividades diarias; considera que su vida es significativa y se hace responsable de la misma; piensa