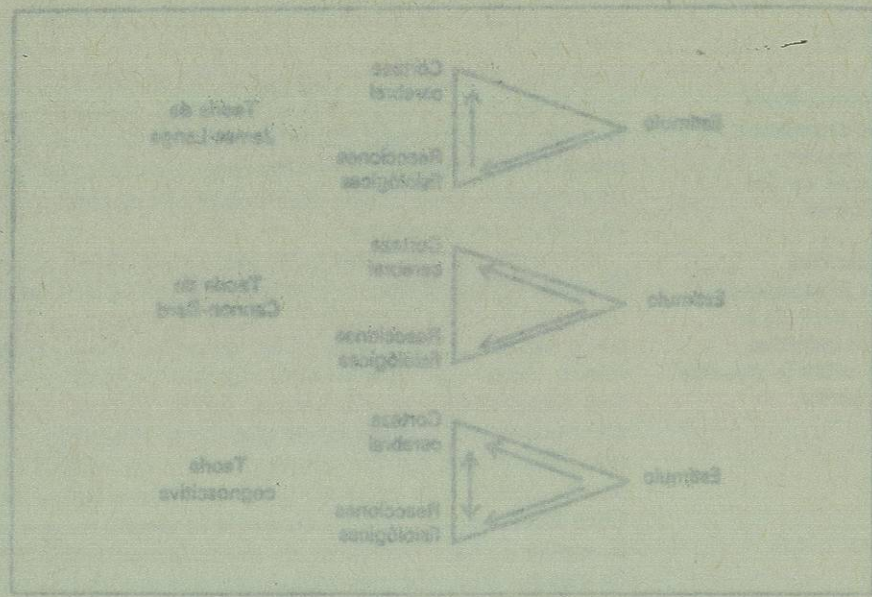


Figura 2-3  
 distintos de las tres grandes  
 teorías de la emoción.  
 Contiene a la teoría de  
 James-Lange, el cuerpo  
 primero entre una reacción  
 fisiológica ante el estímulo  
 y luego la corteza cerebral  
 decide cuál emoción está  
 siendo experimentada. En  
 la teoría de Cannon-Bard,  
 los impulsos van  
 enviados simultáneamente  
 a la corteza cerebral y al  
 sistema nervioso periférico.  
 Así pues, la reacción es  
 simultánea y la emoción se  
 siente al mismo tiempo,  
 pero de modo  
 independiente. La teoría  
 cognoscitiva sostiene que la  
 corteza cerebral y el sistema  
 nervioso periférico actúan  
 conjuntamente para  
 determinar las emociones  
 que experimentamos.



emocionales. Ambos experimentadores dijeron a un grupo de sujetos que iban a recibir una inyección de "suproxin", vitamina B12 que afecta a la visión, y que se probarían los efectos de la sustancia. Dividieron a los sujetos en dos grupos. A un grupo le dieron un placebo que no produjo efecto fisiológico alguno. Después inyectaron al resto de los sujetos adrenaalina (epinefrina) que ocasiona una excitación fisiológica semejante a la de los estados emocionales intensos. A estos sujetos los dividieron en tres subgrupos. Al primero le comunicaron los efectos reales de la adrenaalina. Al segundo no le dieron nada. Y al tercero le dieron información falsa, explicándoles que debían esperar efectos secundarios que la adrenaalina en realidad no produce. Al grupo que recibió el placebo no se le dijo que habría efectos secundarios.

A continuación los experimentadores pusieron a cada sujeto en contacto con un cómplice de ellos, que fingía una conducta eufórica y amistosa o bien irritable y ofensiva. Los experimentadores observaron a los sujetos mediante un espejo que permitía ver en una dirección para averiguar en qué medida adoptaban el estado emocional del cómplice. Después, les administraron un cuestionario retrospectivo para averiguar su grado de enojo e irritación o de alegría y satisfacción.

Schachter y sus colegas descubrieron que los que desconocían los efectos de la adrenaalina —suproxin o que recibieron información falsa sobre ellos manifestaron la excitación emocional más profunda (o sea estaban más eufóricos o enojados) que los que sabían lo que el medicamento producía y sabían qué esperar. Los datos anteriores apoyan la hipótesis de Schachter de que si hay poca diferencia fisiológica entre los estados emocionales, las cogniciones (percepciones y expectativas) deben indicarles cuáles emociones sentir.

Más apoyo a la teoría de Schachter viene del hecho de que las personas tienen que aprender de otras las emociones que ocurrirán cuando se toman marihuana. En cierto modo, la marihuana se parece a la adrenaalina. Otra vez una excitación fisiológica vaga y difusa que los es difícil describir, quien la toma por primera vez. Los principales experimentos clásicos en sistemas fisiológicos como "placeres", "enfermedad", "enfermedad" e interpretaciones.

## El desarrollo de las emociones

¿Cómo nos convertimos en criaturas emotivas? El recién nacido parece sentir una sola emoción: un estado de excitación general. El lactante reaccionará con esta excitación difusa ante una vibración de cascabel, un perro enorme, un ruido fuerte o el pecho de la madre. La recién nacida sonríe y su feliz tía dirá: "¡Por Dios, qué alegre está la niña!" Quizá alguien que no sea un pariente se limite a decir con tono cortante: "Son sólo gases". En realidad, ninguna de las dos personas ha acertado, pues en los neonatos las sonrisas indican fluctuaciones en la actividad del sistema nervioso central (Ekman y Oster, 1979).

Muy pronto aparecen respuestas emocionales más específicas. En las primeras semanas de vida los niños comunican interés, sufrimiento y repulsión por medio de sus expresiones faciales. Mucho antes de que aprenda a hablar, ya han enriquecido su repertorio con otras emociones: alegría, enojo, sorpresa, timidez y miedo (Trotter, 1983). Se ha comprobado que todas ellas corresponden a expresiones faciales especiales, las cuales son reconocidas por los integrantes de todas las culturas (Izard, 1971). Tal universalidad revela que la expresión facial de esas emociones forma parte de la capacidad innata del sistema nervioso del hombre.

El orden en que emergen las emociones a medida que el lactante madura quizá también está programado por los genes. En opinión de Carroll Izard, una eminente autoridad en las emociones infantiles cuyo trabajo mencionaremos en este capítulo, el desarrollo de la emoción está gobernado por una especie de reloj biológico. Al lactante simplemente le es imposible manifestar algunas emociones mientras su sistema nervioso no haya alcanzado suficiente madurez. Por ejemplo, Izard observó que los niños de 2 meses tendían a reaccionar a una inoculación manifestando dolor o malestar físico. Cuando tenían 9 meses, habían adquirido ya la capacidad de expresar ira, que se manifestaba casi siempre junto con el dolor. Izard

piensa que la ira ayuda al niño a sortear la fuente del dolor con mayor agresividad y eficacia que el solo sufrimiento (Trotter, 1983).

Las emociones en lactantes y adultos son resultado de muchos procesos simultáneos, todos los cuales influyen en las emociones que se exteriorizan (Haith y Campos, 1977). Al ir creciendo el número de estímulos capaces de desencadenarlas, también aumenta la gama de emociones expresables por el niño. Gran parte de esto ocurre simplemente porque su capacidad de conectar las experiencias va en aumento constante. En la medida en que el pensamiento precede a determinada respuesta emocional, la capacidad del niño para expresarla se vincula al desarrollo de sus capacidades cognoscitivas. No obstante, algunas emociones entre las cuales se cuentan el sentimiento de culpabilidad quizá dependan de intrincadas representaciones mentales de las relaciones del pequeño con su ambiente social. Así pues, mientras el niño no adquiera la facultad de manipular bien los símbolos, quizá no logre sentir culpabilidad ni algunas otras emociones (Lazarus, 1982).

Un hito en el desarrollo emocional infantil lo constituye la capacidad de ocultar las emociones en ciertas circunstancias. El niño aprende que a veces es incorrecto exteriorizar la ira, la repugnancia u otras emociones que se sienten. A fin de ocultar una emoción, es preciso adquirir control sobre los músculos faciales. Algunos aprenden a hacer esto mejor que otros y, por lo mismo, son más diestros en el ocultamiento de sus sentimientos. Una teoría sostiene que el niño aprende el dominio de sus emociones al interactuar con un progenitor. Por ejemplo, las madres al inicio imitan las respuestas emocionales del niño, pero con el tiempo tienden a limitar esa imitación exclusivamente a una gama de emociones más adultas. Al imitar a la madre, el pequeño aprende cuáles respuestas emocionales se juzgan apropiadas (Goleman, 1981).

Una prueba sumamente interesante de la teoría cognoscitiva fue realizada por Spiesman (1965). A un grupo de personas les exhibió una película con escenas sangrientas, la cual suscitó fuertes respuestas emocionales, medidas por las reacciones autonómicas como la frecuencia cardíaca y la conductividad de la piel, que fueron comunicadas en las entrevistas.

Spiesman decidió explorar cómo las diversas clases de pistas sonoras afectarían al nivel de la respuesta emocional ante esta película productora de estrés, midiéndola por medio de la conductividad de la piel. Comparó

los efectos de excitación de la película original silenciosa y los de tres pistas sonoras. A la primer pista la llamó pista traumática. Esta pista se limitaba a narrar lo que sucedía en la pantalla. La segunda pista era intelectual. Su descripción era fría y clínica; permitía al espectador conservar la distancia emocional con lo que sucedía en la pantalla. La tercera pista era de negación. Tendía a comentar, negar o hablar en términos altisonantes acerca de lo que se describía.

Los sujetos fueron seleccionados de dos grupos: universitarios y ejecutivos de empresas. Cada persona veía sola la película, sentada en una butaca cómoda, con un aparato para medir la conductividad cutánea del que no se separaba durante la exhibición. Los resultados mostraron sin lugar a dudas que los diferentes ambientes verbales creados por cada pista sonora incidían en la respuesta emocional de los espectadores. Los que escucharon la pista traumática externaron una emotividad más profunda que los que vieron la película sin la narración. Los que oyeron las pistas intelectual y de negación expresaron una emotividad mucho menor. Los resultados precedentes revelan con mucha claridad que las respuestas emocionales reciben un influjo directo y neto de cómo se interpreta una situación.

C. E. Izard (1971) ideó una teoría que pone en tela de juicio algunas de las suposiciones de la teoría cognoscitiva. Esta sostiene que los lactantes no sienten emociones bien definidas por no haber aprendido todavía a interpretar la excitación fisiológica que las acompaña. Sin embargo, Izard piensa que los niños nacen con diez emociones básicas y diferenciadas, que se parecen mucho a las ocho emociones fundamentales de Plutchik. La capacidad de sentir las es innata y ha ido evolucionando a lo largo de las generaciones porque le ayudan al niño y al adulto a sobrevivir. Así, la repugnancia facilita extraer de la boca objetos potencialmente peligrosos.

En contra de la teoría cognoscitiva, Izard señala asimismo que las emociones pueden sentirse sin la intervención de la cognición. Desde su punto de vista, una situación como la separación o el dolor provoca un patrón peculiar de movimientos y posturas corporales. Esos patrones no son adquiridos, sino el resultado de la actividad del sistema nervioso que puede ser totalmente independiente del pensamiento consciente (Trotter, 1983). Cuando la información concerniente a las expresiones faciales y a la postura llega al cerebro, de manera automática sentimos la emoción correspondiente. Experimentos sorpresa, por ejemplo, una vez que un patrón complejo de actividades musculares (y especialmente faciales) le ha "dicho" al cerebro que sentimos sorpresa y no ira o vergüenza. Según Izard, la teoría de James-Lange fue correcta en lo esencial al señalar que la experiencia emocional nace de las reacciones corporales. Pero también recalca el carácter decisivo de la postura corporal y de rostro en esa experiencia, mientras que la teoría de James-Lange ponía de relieve las reacciones viscerales. Si Izard está en lo cierto, un elemento importante al determinar la experiencia emocional es el comportamiento expresivo, el cual es el siguiente y último tema del presente capítulo.

### Expresión de la emoción

Algunas veces tenemos una conciencia vaga de que alguien nos hace sentirnos incómodos. Cuando insisten en que seamos más específicos, podríamos decir: "Uno nunca sabe lo que realmente está pensando esa persona". Pero con ello no queremos decir que nunca conozcamos su opi-

Como nos convertimos en criaturas emocionales... El recién nacido parece sentir una sola emoción, un estado de excitación general. El lactante reacciona con esta excitación difusa ante una variedad de estímulos, un grito enorme, un ruido fuerte o el pecho de la madre. La reacción nacida con el grito de la madre: "Por Dios, que alegre está el niño!" Quizá alguien que no sea un pariente se limite a decir con tono condescendiente: "Bon niño gaza". En realidad, ninguna de las dos personas ha acertado, pues en los neonatos las sonajas indican funciones en la actividad del sistema nervioso central (Ekman y Oster, 1979).

Muy pronto aparecen respuestas emocionales más específicas. En las primeras semanas de vida los niños comunican interés, susto y repugnancia por medio de sus expresiones faciales. Mucho antes de que aprenda a hablar, ya ha adquirido su repertorio con otras emociones: alegría, enojo, sorpresa, timidez y miedo (Trotter, 1983). Se ha comprobado que todas ellas corresponden a expresiones faciales específicas, las cuales son reconocidas por los integrantes de todas las culturas (Izard, 1971). La universabilidad revela que la expresión facial de esas emociones forma parte de la capacidad innata del sistema nervioso del hombre.

El orden en que emergen las emociones a medida que el lactante madura quizá también esté programado por los genes. En opinión de Carroll Izard, una eminente autoridad en las emociones infantiles cuyo trabajo mencionaremos en este capítulo, el desarrollo de la emoción está gobernado por una especie de reloj biológico. Al lactante simplemente le es imposible manifestar algunas emociones mientras su sistema nervioso no haya alcanzado suficiente madurez. Por ejemplo, Izard observó que los niños de 2 meses tardan a reaccionar a una inyección manifestando dolor o molestia facial. Cuando tienen 9 meses, hablan adquiriendo ya la capacidad de expresar la molestia casi siempre junto con el dolor. Izard (1981) man...

Una prueba sumamente interesante de la teoría cognoscitiva fue realizada por Spitzman (1965). A un grupo de personas les exhibió una película con otros sentimientos, la cual suscitó fuertes respuestas emocionales, medidas por las reacciones autónomas como la frecuencia cardíaca y la conductividad de la piel, que fueron comunicadas en las entrevistas.

Spitzman decidió explorar como las diversas clases de pistas sonoras afectarían al nivel de la respuesta emocional ante esta película productora de estrés, midiéndola por medio de la conductividad de la piel. Comparó...