

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

**FACULTAD DE PSICOLOGÍA
DIVISIÓN DE ESTUDIOS PROFESIONALES**

“AMOR, QUÉ SIENTO CUANDO PELEO CONTIGO”

TESIS

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

**PRESENTA
ERIKA BENITEZ CARILLO**

**DIRECTOR DE TESIS:
DRA. SOFÍA RIVERA ARAGÓN**

**REVISOR:
DR. ROLANDO DÍAZ-LOVING**

**SINODALES:
Mtra.LIDIA FERREIRA NUÑO
Mtra.MIRIAM CAMACHO VALLADARES
Lic.YOLANDA OLGUÍN GARCÍA.**

PROYECTO PAPIIT IN305706-3

MÉXICO, D.F.

2008



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

LA LUNA

La luna se puede tomar a cucharadas
o como una cápsula cada dos horas.
Es buena como hipnótico y sedante
y también alivia
a los que se han intoxicado de filosofía.
Un pedazo de luna en el bolsillo
es mejor amuleto que la pata de conejo:
sirve para encontrar a quien se ama,
para ser rico sin que lo sepa nadie
y para alejar a los médicos y las clínicas.
Se puede dar de postre a los niños
cuando no se han dormido,
y unas gotas de luna en los ojos de los ancianos
ayudan a bien morir.

Pon una hoja tierna de la luna
debajo de tu almohada
y mirarás lo que quieras ver.
Lleva siempre un frasquito del aire de la luna
para cuando te ahogues,
y dale la llave de la luna
a los presos y a los desencantados.
Para los condenados a muerte
y para los condenados a vida
no hay mejor estimulante que la luna
en dosis precisas y controladas.

Jaime Sabines

Agradecimientos

A las personas que me dieron la vida, que me han visto crecer, cambiar, a los que en ocasiones no comparten mis ideas pero las escuchan, a los que siempre han estado conmigo en las buenas y malas épocas, gracias por su constante apoyo, gracias por ser mis padres Alicia y Benjamín.

A mis hermanas Jesi, Edith y Hanni por su alegría, los momentos de compañía y de desvelo; por su incondicional constancia.

A Mar por su apoyo, por su confianza, por su constancia, por su amor, por compartir su vida conmigo.

A todo el cubículo de la bodeguita del medio por su compañerismo, los buenos recuerdos, los días de trabajo, las tardes de comida y la diversidad que le han dado a mi vida; por permitirme pertenecer a su grupo.

A mis super amigas del tocho “Bere-bere” y “Jen catcha todo” por su ayuda, por su consuelo, por estar ahí cuando más necesitaba un amiga, por no dejarme sola y por su sinceridad que me ha dado un punto de vista que quizá sin ustedes no habría descubierto.

A “Meme” y Caro que me brindaron su confianza y un espacio en sus vidas en las cuales hemos aprendido muchas cosas.

Gracias a todas las personas que han aportado algo nuevo a mi vida, que me han permitido crecer, dándole a mi existencia un significado nuevo en cada momento, en pocas palabras por enriquecerme como persona... gracias por todos esas lecciones.

INDÍCE

INTRODUCCIÓN	5
CAPITULO I. ATRIBUCIÓN	8
El proceso de atribución	8
Teorías de la atribución	10
Funciones de la atribución	21
CAPÍTULO II. EMOCIONES	24
Conceptos y definiciones	24
Emociones básicas	28
CAPITULO III. MÉTODO	51
CAPITULO IV. RESULTADOS	64
CAPITULO V. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	69
REFERENCIAS	74
ANEXOS	78

INTRODUCCIÓN

Este trabajo presenta y da a conocer la relación que tienen las atribuciones con las emociones que se presentan durante el conflicto en una relación de pareja.

Es sabido que las emociones son fenómenos psicológicos que le dan a la vida su sabor y sus sinsabores, su energía y sentido, son elementos fundamentales de lo humano. Dirigen la atención, guían la toma de decisiones, estimulan el aprendizaje y disparan la conducta (Cacioppo, Gardner, Bernston, 1999, en Reidl, 2005).

También se puede definir la emoción como el constructo psicológico que une cuatro aspectos de la experiencia (subjetivo, fisiológico, funcional y social) que se suelen dar conjuntamente y que sirven un único propósito. En su conjunto las emociones implican a la persona en su totalidad- sus sentimientos y pensamientos, su fisiología, sus intenciones y propósitos, y conducta (Reeve, 1994).

Ramírez (2003) señala que las emociones son modificadas por el vínculo entre las gentes y las cosas. Si tomamos en cuenta que el ser humano desde su nacimiento establece vínculos con todo lo que le rodea, esto da lugar que al romper el vínculo se de un desequilibrio emocional.

De esta forma, se puede apreciar como las emociones se encuentran vinculadas a nuestras acciones, en la toma de decisiones, en la vida cotidiana, en el ir y venir de la interacción con otras personas. Así, como lo es en el caso de este estudio, donde la atribución se relaciona con una emoción cuando estas se entremezclan dentro del conflicto en la pareja. El impacto de los estados afectivos tiende a influir en los juicios y percepciones sociales. De manera que los estados positivos dan como resultado juicios más positivos de uno mismo, de otros y de objetos sociales. Crean, mantienen y disuelven las relaciones sociales. Las relaciones con otros seres humanos tienen que ver principalmente con las emociones que sentimos en, o como resultado de esas relaciones (Manstead, 1991).

Por otro lado las atribuciones son un intento de “saber” o de “dar sentido” a la conducta de otras personas. Las acciones nos dan información susceptible de ser empleada para atribuir intenciones y responsabilidades en la medida en que dichas acciones surgen en un contexto de elección” (Mann, 1993).

La teoría de la atribución tiene que ver con los procesos que hacen que las circunstancias diarias sean comprensibles, predecibles y controlables, y por lo tanto, los insights de la investigación de la atribución son aplicables a una amplia variedad de dominios tales como el logro, el amor, la salud, la amistad y la patología (Försterling, 2001).

La atribución es el medio por el cual explicamos los acontecimientos que llegan a romper el equilibrio que se tienen con el medio o consigo mismo (en este caso nos referimos al conflicto); se busca una posible causa del evento inesperado. Las atribuciones hechas con respecto a esa posible causa, influyen a las emociones y a la conducta posterior (Einsberg, Losoya y Guthrie, 1997).

Así si conocemos la relación que hay entre emoción y atribución y los involucramos con la relación de pareja, donde se puede ver como éstos matizan de distintas formas; ya sea para mantener, modificar o restaurar nuestra interpretación del mundo y por ende de nuestra pareja.

A partir de esta propuesta, en el primer capítulo de esta tesis se hace una revisión teórica de las teorías principales de la atribución. De igual manera, una revisión del error fundamental que se presenta en la atribución, las funciones que se aprecian, finalmente las consecuencias que conllevan las atribuciones erróneas.

En el segundo capítulo, se revisa la teoría referente a las emociones, los tipos de emociones; también las formas o maneras en que se expresan. Así mismo, una distinción entre emociones y sentimientos, y la distinción de tres aspectos en los cuales se reflejan las emociones. De igual modo, se realizó la revisión de los modelos teóricos de las emociones. Finalmente, se vinculó la emoción con la atribución dentro de la revisión teórica.

El tercer capítulo es la exposición de la metodología que se llevó a cabo en este estudio, así, como la descripción de la muestra estudiada, la descripción de las variables empleadas y la explicación del instrumento utilizado para obtener las relaciones entre la atribución y las emociones.

Por último en el cuarto capítulo se presentan los resultados obtenidos en el estudio, las correlaciones entre las variables estudiadas y posteriormente se obtuvieron las

diferencias entre los sexos. Se encontró que el locus de causalidad es el que aparece en forma más frecuente vinculado a las emociones y el enojo es la emoción predominante en ambos sexos.

Finalmente en el quinto y último capítulo se discuten los resultados y se explican a partir de los planteamientos teóricos revisados. Donde se reafirman las teorías que encajan en el comportamiento de las parejas, de acuerdo a las variables estudiadas. Donde se confirma que en general interpretamos el mundo de acuerdo a nuestro entorno. Y que las emociones vinculadas al conflicto son en general negativas y se tornan en una escala que genera un deterioro en la relación.

CAPITULO I

ATRIBUCIÓN

“Explicar aquello que desconozco me dará paz o me confundirá aún más...”

La atribución se refiere a los procesos mediante los cuales los individuos construyen explicaciones causales para las conductas y eventos que encuentran en las interacciones sociales cotidianas (Orvis, Kelley, Butler, 1976).

Para poder explicar todo aquello que nos pasa o el porque nos sentimos de esta manera, el porque la otra persona se comporta de tal manera o el porque estoy en esta situación. Es comenzar con la atribución, ya que en ella encontraremos distintas formas de explicación alrededor de los acontecimientos que a diario vivimos o experimentamos.

En este capitulo se examinará la explicación que las personas hacen de los eventos de su vida y cómo las personas ante una misma experiencia tienen diferentes atribuciones que a su vez dan lugar a estados emocionales y cognitivos.

El proceso de atribución

El proceso de hacer atribuciones parece ser activado cuando ocurre un evento inesperado. Primero, se busca una posible causa del evento inesperado. Las atribuciones hechas con respecto a esa posible causa, influyen a las emociones y a la conducta posterior (Einsberg, Losoya y Guthrie, 1997).

Mann (1975, pág.135) explica que el proceso de atribución es esencialmente un intento de “saber” o de “dar sentido” a la conducta de otras personas. Las acciones nos dan información susceptible de ser empleada para atribuir intenciones y responsabilidades en la medida en que dichas acciones surgen en un contexto de elección. Así mismo para Kimble, Hirt, Díaz-Loving, Lucker y Zarate (2002, pág.104) la atribución es un proceso en virtud del cual la mayoría de la gente decide por qué ocurrieron ciertos hechos o por qué algunas personas se comportan en cierta forma.

El deseo de saber por qué ocurren las cosas y por qué la gente hace las cosas que hace, parece ser una parte esencial del ser humano. Si pretendemos desarrollar nuestras actividades e interactuar con otras personas, debemos extraer significados de los datos que bombardean nuestros órganos sensoriales. Necesitamos sacar conclusiones acerca de las características y propiedades de las personas y situaciones con las que entramos en contacto. A éstas actividades cognoscitivas los psicólogos sociales las llaman *atribución* (Morales, F., Korbilit, A., Paez, D., Asún, D. (2002).

En los últimos años el interés se ha centrado en el estudio de los mecanismos de atribución, es decir, la inferencia de intenciones y rasgos que proporcionan información sobre las disposiciones del sujeto y las causas de la conducta. La búsqueda de las causas (reales o supuestas) permite construir posteriormente un sistema cognoscitivo para predecir la conducta.

Kelley (1967, en Salazar, 1979) ha distinguido dos tipos de causas que corresponden a formas de atribución: las externas, cuando la causa se percibe en el ambiente; y las internas, cuando se supone que la acción es causada por características del sujeto. Kruglansky (1975 en Hewstone, 1992) puso en tela de juicio la validez de la distinción entre causas externas e internas intentó sustituirla por endógenas y exógenas. Las primeras se refieren a las situaciones en las cuales la acción juzgada constituye un fin en sí mismo, mientras que la segunda señala una acción que es un medio para llegar a un fin posterior. Se trata de una clasificación basada en el concepto de medios y fines. Según este autor, el proceso de inferencia incluye dos etapas: asignación causal (identificación de las causas) y explicación causal (obtener conclusiones sobre el efecto una vez que se han identificado las causas).

Se realizan inferencias de dos tipos: funcionales y deductivas. Las primeras se apoyan en los datos obtenidos mediante la experiencia donde se identifica la relación causa-efecto; las deductivas, en cambio, suponen inferencias elaboradas teóricamente, a nivel puramente conceptual. Kruglansky (1975) también distingue entre acontecimientos y acciones, según sean voluntarios o no. Las acciones suponen un proceso de decisión dependiente de la voluntad del sujeto; los acontecimientos cambian la conducta sin que el sujeto se lo proponga. Propone un sistema de postulados donde relaciona las causas endógenas y exógenas con las metas y las situaciones. Señala que las acciones endógenas covarían con la meta pero no con la persona. La exógena covaría con la meta

y la situación. La acción endógena supone un efecto positivo por parte del sujeto; la exógena, por el contrario, no necesariamente implica afecto negativo. A mayor atribución endógena mayor implicación atributiva al respecto a la libertad subjetiva; la atribución exógena supone por el contrario un efecto de compulsión sobre el sujeto. Las acciones endógenas permiten identificar, por su contenido, las metas del sujeto; las exógenas no (en Hewstone, 1992).

Los procesos de atribución tratan de identificar las causas de la conducta; ello es posible mediante un mecanismo de comparación en el cual se utilizan diferentes marcos de referencia, por ejemplo la comparación con la conducta de otras personas (consenso), la persistencia del rasgo en diferentes situaciones (distintividad) o en el tiempo (consistencia) (Michote, 1946 en Moscovici).

Un aspecto importante en el mecanismo de atribución lo constituye la asignación de causas entre actores y observadores. Los actores tienden a atribuir su conducta a las causas externas, mientras que los observadores enfatizan en las internas. Este fenómeno se ha interpretado mediante dos hipótesis: la dificultad del sujeto para observar su propia conducta o la diferencia de información entre el sujeto y el observador en relación a factores tales como la conducta pasada y expectativas.

Teorías de la atribución

La teoría de la atribución es el estudio científico del por qué de las preguntas. Los teóricos de la atribución asumen en general que la gente actúa como los científicos, tratando constantemente de dar sentido a sus mundos, formando teorías acerca de por qué las cosas suceden como lo hacen. Las atribuciones causales son las respuestas a estas preguntas. Sirven como mediadores entre todos los estímulos que se encuentran en el mundo –las cosas que se ven, se oyen y se tocan- y las respuestas que se dan a estos estímulos. Estas respuestas incluyen pensamientos y sentimientos, así como las acciones. Por tanto no se responde directamente a los acontecimientos que nos rodean. Más bien se responde al significado e interpretación que da a los acontecimientos, los cuales son provistos en parte por las atribuciones que se forman de ellos (Perlman y Cozby, 1985).

La teoría de la atribución propone que la gente hace atribuciones sobre el carácter de los demás basada en aspectos como el mostrar consistentemente una conducta o si que cierta conducta sea específica a una persona o situación. De este modo, de acuerdo con la teoría hacemos un análisis cuantitativo en mayor o menor grado sobre estos aspectos para decidir si una persona posee un rasgo específico (Hala, 1997)

La teoría de la atribución tiene que ver con las preguntas de tipo “¿por qué?”. Es una teoría (o más bien un grupo de teorías) sobre la forma en que opera el sentido común, o en otras palabras, sobre como el “hombre (o mujer) de la calle” explica los eventos y las consecuencias psicológicas de dichas explicaciones (Kelley, 1992, en Försterling, 2001).

La teorías de la atribución son teorías (científicas) que tratan acerca de teorías ingenuas, lo que quiere decir que son metateorías; las teorías de la atribución no tienen que ver (o sólo indirectamente) con las causas reales del comportamiento, sino que más bien se enfocan en las causas percibidas del mismo. Para ilustrar lo anterior, se puede poner el ejemplo de que la pregunta de investigación sobre cómo la inteligencia influye en el desempeño de una persona en un examen, no caería dentro del campo de la teoría de la atribución. Sin embargo, la pregunta clásica de la investigación sobre la atribución, es bajo qué circunstancias los individuos (subjektivamente) creen que su desempeño en el examen fue causado debido a su inteligencia (o a la falta de ésta) (Försterling, 2001).

Al decir que la teoría de la atribución está vinculada con teorías psicológicas ingenuas, esto es, cómo el “hombre de la calle” explica su propio comportamiento o el de otras personas; por lo tanto, la teoría de la atribución hace de la “psicología ingenua” su tema.

A pesar de que los investigadores de la atribución se han preguntado ocasionalmente cómo los individuos explican los eventos en el dominio de lo físico (la aceleración o el movimiento de los objetos), o responden a preguntas como “¿por qué mi auto no arranca?” (concerniente a la “mecánica inocente”), el punto central ha estado en el análisis de las explicaciones psicológicas inocentes (como “¿por qué fallé en esta tarea?”). Por lo tanto, la investigación en la atribución está muy relacionada con la “psicología inocente” y no tanto con la “física inocente”. Sin embargo, las “teorías inocentes científicas” se han vuelto un campo popular en el desarrollo de la psicología (Försterling, 2001).

El hecho de que las teorías de la atribución estén relacionadas con fenómenos del sentido común, implica que la investigación de la atribución no es concerniente a fenómenos cuya validez contextual sea cuestionable y que sólo puedan ocurrir en raras situaciones de laboratorio o en grupos clínicos selectos. En contraste, la teoría de la atribución tiene que ver con los procesos que hacen que las circunstancias diarias sean comprensibles, predecibles y controlables, y por lo tanto, los insights de la investigación de la atribución son aplicables a una amplia variedad de dominios tales como el logro, el amor, la salud, la amistad y la patología (Försterling, 2001).

El estudio de la atribución, o la forma en que la gente explica su propia conducta y la de otras personas, se concentra en cuándo y por qué la gente interpreta la conducta como reflejo de rasgos personales o situaciones sociales (Morris y Maisto, 2005).

En la interacción social abundan las ocasiones que nos invitan a hacer juicios acerca de las causas de la conducta. Los psicólogos sociales han descubierto que realizamos este proceso de evaluación de maneras predecibles. Sus hallazgos y los principios derivados de ellos forman la base de la teoría de la atribución (Morris y Maisto, 2005).

Heider (1958, en Morris y Maisto, 2005) argumentaba que una explicación simple o ingenua de cierta conducta la atribuye a causas internas o externas, pero no a ambas.

Kelley (1967, en Morris y Maisto, 2005) plantea que confiamos en tres tipos de información acerca de la conducta al determinar su causa: distintividad (inusual), consistencia (regularmente = alta consistencia; primera vez = baja consistencia; con la conducta previa) y consenso (¿qué consenso tiene con la conducta similar de otros?).

Cuando hacemos una atribución, estamos conjeturando acerca de las verdaderas causas de una acción particular. La investigación demuestra que esas conjeturas son vulnerables a diversos sesgos. El error fundamental de la atribución es la tendencia a atribuir la conducta de los demás a causas internas. De manera más general, el error fundamental de atribución es parte del efecto actor-observador, es decir, la tendencia a explicar la conducta de los otros como causada por factores internos y la tendencia correspondiente a atribuir la conducta propia a fuerzas externas (Fiske y Taylor, 1991, en Morris y Maisto, 2005).

Una clase relacionada de sesgo se denomina atribución defensiva. Esos tipos de atribuciones ocurren cuando estamos motivados a dar una buena imagen, ya sea para impresionar a los demás o para sentirnos bien acerca de nosotros mismos. Un ejemplo es el sesgo hacia el interés personal, que es la tendencia a atribuir el fracaso personal a factores externos y el éxito personal a factores internos (Schlenker y Weigold, 1992, en Morris y Maisto, 2005).

La investigación sobre la teoría de la atribución se ha hecho en su mayor parte en culturas occidentales, y parece ser que los principios básicos de la atribución no siempre se aplican a personas de otras culturas. En general es más probable que los asiáticos del Este atribuyan su conducta y la de otra gente a factores externos o situacionales, más que a disposiciones internas. De la misma forma, en algunas culturas, el error fundamental de la atribución es menos común que en otras (Choi, Nisbett y Norenzayan, 1999, en Morris y Maisto, 2005).

Moscovici (1986) explica cuatro teorías principales de la atribución. Estas teorías constituyen las principales contribuciones teóricas en este campo. Cada una aborda y analiza un aspecto algo diferente de la percepción social, pero los intereses compartidos coinciden entre sí, lo que era previsible, ya que el análisis teórico de Heider (1958, en Moscovici, 1986) ha proporcionado los fundamentos de las tres teorías restantes.

La teoría de Heider (1958) del “Análisis ingenuo de la acción”

La “psicología ingenua” de Heider intentó formular los procesos a través de los cuales un observador desprovisto de formación o un psicólogo ingenuo comprende el sentido de las acciones de otra persona. El análisis ingenuo de la acción trata de las relaciones entre el comportamiento observable y las causas que no pueden ser observadas. Heider sostiene que es una actividad humana fundamental que permite que los individuos creen una organización a partir del caos y establezcan relaciones entre estímulos que cambian continuamente y las propiedades estables del entorno. Esto conduce a su vez a la distinción entre causas externas e internas. Las causas internas son factores situados en el interior de la persona (por ejemplo, el esfuerzo, la capacidad, la intención), mientras que los factores externos se hallan en el exterior de la persona (por ejemplo, la dificultad de la tarea y de la suerte) (Moscovici 1986).

Esta actividad, fundamental para un análisis fundamental de la acción, da entrada a la segunda aportación importante de Heider, la distinción crucial entre causas personales y causas situacionales, distinción ilustrada por este autor en un pasaje que se cita:

En la psicología del sentido común (como en la psicología científica), se sabe que el resultado de una acción depende de dos conjuntos de condiciones, concretamente de los factores propios de la persona y de los factores propios del entorno, pero la psicología ingenua dispone de términos propios para expresar las contribuciones de dichos factores. Pensemos en una persona que cruza un lago remando en su bote. Las expresiones que siguen valen como ejemplos de las que se usan para referirse a factores significativos en el resultado de la acción. Decimos: "Intenta cruzar el lago remando en su bote", "Quiere cruzar el lago remando en su bote", "Es capaz de cruzar el lago remando en su bote", "Sabe cruzar el lago remando en su bote", "Es difícil cruzar el lago remando en su bote", "Hoy tiene una buena oportunidad de cruzar el lago remando en su bote", "Sería una suerte que consiguiera cruzar el lago remando en su bote". Todas son afirmaciones descriptivas que hacen referencia, por un lado, a factores personales, y por otro a factores ambientales (Heider, 1958, pág.82).

La tercera aportación de Heider (1958) se considera una afinación de la dicotomía personal-situacional. Heider sugería que las disposiciones personales se deducen con más facilidad de acciones intencionales que de acciones no intencionales, y expuso tres criterios para realizar deducciones sobre intencionalidad: *equifinalidad* (o acción no centra en los medios sino orientada a los fines), *causalidad local* (las personas se contemplan como agentes de la acción y no como receptores pasivos de fuerzas ambientales), y *esfuerzo* (se presume que las personas se esfuerzan más por lograr sus efectos o fines propios).

La capacidad y la dificultad de la tarea por ejemplo están relacionadas dentro del concepto ingenuo de "poder". Y algunos factores tampoco actúan solos sobre el comportamiento. El esfuerzo y la intención se combinan con la capacidad no es capaz de conducir a la acción, según el sentido común, sino se añade el esfuerzo.

La cuarta idea nuclear de Heider fue su respuesta a la cuestión de por qué unas veces atribuimos los efectos a la persona, otras al objeto, e incluso otras a las condiciones mediadoras. Identificó tres elementos importantes de la información atributiva –factores

propios del perceptor, propiedades del objeto y condiciones mediadoras. Las ideas presentadas por Heider han tenido una enorme influencia sobre las investigaciones posteriores en el campo de la atribución (Hewstone, 1992).

Heider (1958) dice que todo comportamiento se considera que será determinado por factores internos o externos:

- **Atribución externa:** la causalidad se asigna a un factor, a un agente o a una fuerza exterior. Los factores externos se salen fuera de control. Usted percibe que no tiene ninguna opción. Entonces su comportamiento está influenciado, limitado o aún totalmente determinado por influencias fuera de su control. Por lo tanto, usted se siente como no responsable por su comportamiento. Un ejemplo genérico es el tiempo. También se le conoce como: **Atribución circunstancial**.
- **Atribución interna:** la causalidad se asigna a un factor, a un agente o a una fuerza interior. Los factores interiores caen dentro de su propio control. Usted puede elegir comportarse de una manera particular o no. Su comportamiento no es influenciado, limitado o totalmente determinado por influencias fuera de su control. Por lo tanto, usted se siente responsable. Un ejemplo típico es su propia inteligencia. También se le conoce como: **Atribución Disposicional**.

Pasos en La Teoría de la atribución (**heider, 1958**).

Hay tres estadíos en el proceso subyacente de la Atribución:

1. **Percepción.** Observe. La persona debe percibir u observar el comportamiento.
2. **Juicio.** Determine la intencionalidad. La persona debe creer que el comportamiento fue realizado intencionalmente.
3. **Atributo.** La persona debe determinar si cree que forzaron a la otra persona para que tenga un determinado comportamiento (en cuyo caso la causa es atribuida a la situación) o sino cree (en este caso la causa se atribuye a la otra persona).

Para Kimble et al., (2002), a menudo las personas utilizan esta distinción entre causa interna y externa en los juicios ordinarios. ¿Obtuvo buenas calificaciones el alumno por ser hábil (causa interna) o por tratarse de una tarea fácil (causa externa)? ¿Dijo el cliente que su familia lo odia porque es paranoide (causa interna) o porque lo tratan mal (causa externa)?, tales decisiones tienen muchas consecuencias en la forma en que sentimos y nos comportamos.

La teoría de la “Inferencia Correspondiente” de Jones y Davis (1965)

El criterio de intencionalidad resulta decisivo en la causalidad personal y la teoría de Jones y Davis (1965, en Moscovici, 1986) representa una tentativa de conceptualizar como los individuos realizan inferencias sobre las intenciones de una persona y, alternativamente sobre sus rasgos de carácter. El concepto central de la teoría, inferencia correspondiente, está relacionado con el juicio del observador consistente en creer que el comportamiento del actor es causado por un rasgo particular o correspondiente a dicho rasgo. De esta forma las disposiciones subyacentes se expresan de forma directa en el comportamiento. En suma, el trabajo de Jones y Davis constituye una exposición de las condiciones que facilitan la construcción de inferencias correspondientes. Primero, el principio de “los efectos no comunes” propone que la disposición, o la intención que gobierna la acción es indicada por aquellas de sus consecuencias que no comparte con las acciones alternativas; cuanto menor sea el número de estos efectos no comunes, menos ambigua será la atribución. De esta forma, la teoría supone que los efectos comunes de dos campos de elección no pueden explicar por qué se ha elegido un término de la alternativa y no otro. Estos autores afirmaban que los actos de la persona más poderosa son más relevantes hedonísticamente (se refiere a los efectos positivos y negativos que las elecciones del actor ejercen sobre el perceptor), y que en las relaciones íntimas, uno, no sólo encuentra atribuciones extremas, sino atribuciones que pueden derivar en consecuencias extremas.

Así Davis y Jones (Moscovici, 1986) aportan una serie de proposiciones sobre cómo un observador busca la causa de la intención en el carácter. Estos autores intentan saber cómo los observadores dan el salto que les permite inferir “las disposiciones en base a los actos”. Por ejemplo cuando va por la calle el niño con su madre y este le hace un

berrinche para que le compre algo, ella accede de inmediato, se puede inferir que el niño manipula a su madre para satisfacer sus caprichos.

Las teorías de la “Covarianza y de la configuración” de Kelly (1967)

Al describir la atribución en el caso de la covarianza, Kelly (1967, en Moscovici 1986) utilizó una versión ingenua del “método de las inferencias”, se atribuye un efecto a una condición que está presente cuando el efecto también lo está, y que está ausente cuando también lo está el efecto. La lógica subyacente de la covarianza, sostiene Kelly, es parecida a la técnica estadística conocida con el nombre de análisis de varianza (ANOVA), la cual examina los cambios en una variable dependiente (el efecto) cuando se manipulan variables independientes (las condiciones). Kelly reconoce que el modelo ANOVA ha sido idealizado y que existen circunstancias en el que el observador carece de información, motivación y el tiempo necesarios para examinar observaciones múltiples. En estos casos de datos incompletos, las atribuciones se realizan en base a una observación única, empleando esquemas causales. Estos esquemas constituyen creencias relacionadas con la forma de interacción de ciertas especies de causas para obtener una especie específica de efecto y pueden ser ilustrados mediante dos principios. El primero “principio de sustracción” enuncia que el papel de una causa determinada en la producción de un efecto determinado es sustraído si están presentes otras causas plausibles. El segundo “principio del aumento” tiene relación con la idea común que, si se conoce que existen coacciones, costos, sacrificios o riesgos implicados en una acción que debe llevarse a cabo, se atribuye en mayor medida la acción al actor que en otras situaciones.

El modelo ANOVA de la atribución de Kelly presenta una construcción que permite poner a prueba con gran claridad un buen número de hipótesis. Este modelo ha conducido a la proliferación de estudios y ha engendrado nuevas ideas, pero también ha producido una cierta miopía relativa a la atribución en contextos más sociales y realistas. Por ejemplo, imagine que un mercadólogo se enferma la semana antes de una presentación muy importante y que no puede prepararla bastante. De todos modos asiste y realiza la presentación, sintiéndose muy mal e impreparado, pero aún así obtiene la venta requerida. ¿Cuál sería su atribución en este caso? Probablemente se cree que el mercadólogo es muy inteligente y que logra un buen desempeño aún en condiciones

adversas. Se atribuye un mayor impacto causal a un factor facilitador cuando intervienen fuerzas inhibitoras, pues debe ser potente para poder superar los efectos de los factores inhibidores.

Factores de la atribución de Kelley (1967): Kelley profundizó sobre la teoría de Heider agregando hipótesis sobre los factores que afectan la formación de las atribuciones:

- **Consistencia de la información.** El grado en el cual el agente adopta el mismo comportamiento ante un evento en diferentes oportunidades.
- **Distinción de la información.** El grado en el cual el agente adopta diversos comportamientos ante diversos eventos.
- **Información concensuada.** El grado en el cual otros agentes adoptan el mismo comportamiento ante el mismo evento.

La teoría de las atribuciones para “el éxito y el fracaso” Weiner (1979)

La teoría avanzada de Weiner (1979, en Moscovici, 1986) trata sobre las atribuciones en un contexto relacionado con la realización de una tarea y se preocupa particularmente de las explicaciones que se han dado del éxito y del fracaso. Esta teoría, al igual que las otras estudió las atribuciones de la realización en el contexto de la distinción entre la atribución a la persona y al medio (por ejemplo, atribuir el fracaso a la falta de capacidad o la dificultad de la tarea) describió los conceptos de poder, intentar, fortuna y dificultad en su análisis ingenuo de la acción. Weiner (1979, en Moscovici, 1986) propone que estos cuatro factores son empleados por los individuos para predecir y explicar el desenlace de los acontecimientos en terrenos relacionados con la realización de una tarea. Los individuos hacen su propio nivel de capacidad (o nivel de un ejecutante), de la cantidad de esfuerzo aplicada, de la dificultad de la tarea y de la fuerza o dirección de la fortuna. Bajo estos factores se halla un esquema de clasificación en tres direcciones, según el cual las causas son clasificadas en función de su estabilidad (estable-inestable), del lugar de control (interno-externo) y de la posibilidad de control (controlable-incontrolable).

El éxito se puede atribuir por lo menos a cuatro cosas:

1. **Esfuerzo.** Un factor interno e inestable sobre el que podemos ejercitar mucho control.
2. **Capacidad.** Un factor relativamente interno y estable sobre el cual no ejercitamos mucho control directo.
3. **Nivel de dificultad de la tarea.** Un factor externo y estable que está en gran parte más allá de nuestro control.
4. **Suerte.** Un factor externo e inestable sobre el cual ejercitamos muy pequeño control.

Por supuesto, la información utilizada en este esquema debe ser recogida en el medio social de una u otra manera. La capacidad percibida se basa en el grado de éxito anterior en una tarea específica o en tareas similares y la consistencia en la realización hace que se atribuya una capacidad. La dificultad de la tarea se deduce de su realización por partes de otras personas; si muchas personas han tenido éxito, es considerada difícil. Por ejemplo en el caso de violencia en la pareja, este fenómeno se da en muchos casos lo que hace que las personas que están padeciendo este problema lo consideren como algo normal para su relación.

Tendencias confirmatorias

Siguiendo la explicación de Morales (1994), a diferencia de la concepción del sujeto que realiza juicios atribucionales tratando de hallar los elementos causales más objetivos posibles, existe evidencia del que el tipo de información que se recaba para emitir tales juicios es sesgada.

Para lo anterior, Morales (1994) explica que Snyder encontró que las personas cuando tienen que emitir un juicio causal o formarse la idea de otra persona, tiende a seleccionar preguntas que o recabar información que confirmen sus hipótesis previas. Esta tendencia

confirmatoria de las expectativas antepuestas pueden realizarse a través de diferentes estrategias: a) buscando información relevante para la hipótesis en consideración; b) reuniendo información y sesgando su interpretación de forma que la hipótesis parezca cierta; c) preguntando y buscando información que conduzca a pensar que probablemente la hipótesis previa es verdadera en mayor medida de lo que realmente lo es.

El error fundamental

Este término supone sobreestimar la importancia de los factores disposicionales y subestimar la importancia de los factores situacionales o ambientales a la hora de explicar una conducta. Esta simple afirmación se ha reducido habitualmente a la predicción de que la atribución personal será más fuerte que la atribución situacional.

El error fundamental podría considerarse como un error general dentro del cual se incluiría un tipo particular de error fundamental que es el sesgo del mundo justo: “los individuos necesitan creer que viven en un mundo donde la gente obtiene aquello que se merece. La creencia de que el mundo es justo permite a los individuos confrontarse con su ambiente físico y social como si fuese estable y ordenado. Sin tales creencias, sería difícil para ellos explicarse el logro de metas a largo plazo e incluso en la conducta social regulada de la vida cotidiana. Ya que la creencia de que el mundo es justo sirve como una función adaptativa para el hombre. Lerner y Miller (en Morales 1994)”.

¿Qué causa el error fundamental de la atribución? Una explicación es que la conducta del actor resulta con frecuencia, más saliente que la situación. Como señaló Heider (en Morales, 1994), el actor y el acto forman una “unidad causal”; el perceptor se centra en la otra persona, no en la situación, por lo que aquella termina siendo evaluada como excesivamente importante desde un punto de vista causal.

Existen circunstancias en las que las personas tienden a atribuir en exceso la conducta de otra persona a factores situacionales: muy especialmente cuando la conducta es inconsciente con las expectativas previas y cuando la atención se centra en los factores situacionales que podrían haber propiciado la conducta de una persona (Morales, 1994).

Las atribuciones pueden ser concebidas como síntomas, indicadores de creencias o representaciones sociales subyacentes. La influencia de estas concepciones ideológicas en los procesos cognitivos de atribución causal y locus de control ha sido resaltada por diversos autores. Entre otros, Feather (en Morales, 1994) señaló que los sujetos que han interiorizado en mayor medida los valores de ética realizan atribuciones más internas y poseen creencias más internas sobre su capacidad para controlar el medio. Este patrón cognoscitivo es definido por Beauvois y Bubeis (en Morales, 1994) como norma de internalidad, y consiste en la “valoración social de las explicaciones de las causas de la conducta (atribuciones) y de los resultados (locus de control) que enfatiza el papel causal del actor”.

Funciones de la atribución

Las funciones nos muestran las aplicaciones comunes de las atribuciones; es decir, en donde generalmente se emplean por las personas. Así como se tienen teorías para su explicación de la misma forma contienen una finalidad.

Función de control

Esta función de la atribución nos dice que se requiere un cierto grado de control sobre el mundo físico y social que permitiese entender especialmente las causas de los comportamientos y de los acontecimientos.

Kelley (1972, pág. 22) los procesos atributivos deben entenderse no sólo como medios de impulsar y mantener un ejercicio eficaz de control de dicho mundo. La finalidad del análisis causal- de la función que cumple para la especie y para el individuo- es la de un control eficaz.

Así es como las explicaciones de sentido común permiten el control cognitivo de acontecimientos pasados y presentes, al tiempo que anticipan sucesos futuros, pero es la función controladora de la atribución la que nos ayuda a entender una amplia gama de fenómenos atributivos contraintuitivos.

De tal manera ayuda a entender un suceso que de otro modo hubiera resultado inexplicable, y trasmite la implicación de que la persona podría impedir que tales hechos volvieran a ocurrir (Bains, 1983; Langer, 1975; Wortman, 1976).

Función de autoestima

Las atribuciones atienden a una función de autoestima, hasta el extremo de que (en general) son relativamente internas en lo referente al éxito, y relativamente externas en cuanto al fracaso (Weary, 1981; Zuckerman, 1978).

Función de autopresentación

El individuo puede controlar potencialmente la visión que otros tienen de él, comunicando atribuciones planeadas para ganarse la aprobación pública y evitar toda turbación (Baumeister, 1982; Tedeschi y Riess, 1981).

Consecuencias de la atribución

Consecuencia cognitivo-enjuiciadora

Esta consecuencia se puede apreciar en la memoria de información social, en la que el efecto que el hecho de realizar una atribución ejerce sobre nuestra memoria del evento que la provocara, constituye una cuestión de interés general. Wells (1982) llegó a la conclusión de que la memoria únicamente se ve afectada cuando se hace una atribución causal inequívoca (es decir, a la persona o la situación). Las memorizaciones no son necesariamente más precisas inmediatamente después de una atribución, sino incluye inferencias basadas en las atribuciones del perceptor, de modo tal que parecen reconstruirse usando atribuciones.

Las atribuciones causales también presentan una influencia en la persistencia de las convicciones. Anderson y colaboradores (1980) afirman que las convicciones se atribuyen a organizar la información social, pero que pueden independizarse de los datos en que se basan originalmente.

Las atribuciones igualmente pueden influir en los juicios o en las decisiones. Carroll y Payne (1976) afirmaron que los hechos atribuidos a factores (controlables) internos y/o intencionados pueden provocar una clificación y un castigo más severos que el de aquellos hechos atribuidos a causas (no controlables) externas y/o internas.

Consecuencias conductuales

Los trabajos de Zinder versaban sobre la confirmación conductual, es decir, sobre la idea de que nuestras convicciones acerca de otra persona pueden influir tanto en la interacción social como en el hecho de dar lugar a que el comportamiento de esa otra persona confirme nuestras convicciones previas. Del mismo modo, la confirmación conductual se generalizaba, o persistía, más allá de la interacción originaria.

Podría pensarse que estas consecuencias dinámicas clasificación-atribución-comportamiento son características esenciales de las atribuciones en situaciones reales, interpersonales.

Consecuencias afectivas

Weiner (1979, 1982, 1983, 1986 y 1986) ha sostenido que el modo en que adscribimos las causas puede influir en el modo en que sentimos, pero también que se pueden provocar ciertas emociones son necesidad de proceso de pensamiento. Los sentimientos vinculados a la atribución, por el contrario, aparecen influidos por la atribución cual específica de un resultado. Según Weiner tanto las atribuciones causales (capacidad, esfuerzo) como sus propiedades causales subyacentes (lugar, estabilidad y controlabilidad) generan sentimientos más diferenciados (como la sorpresa).

Russell y McAuley (1986) sugieren que en ambientes de logro, las atribuciones son fundamentalmente las que determinan las consecuencias afectivas, aun cuando los resultados varíen en función de factores tales como la tarea en sí misma.

CAPÍTULO II

EMOCIONES

Hablar de emociones es como indagar en las profundidades del mar porque puedes encontrar cosas inesperadas o ver las cosas que ya te imaginabas encontrar; menciono el mar porque es una combinación de distintos elementos influenciado por factores que le dan esos matices de misticismo. De igual manera los encontramos en las emociones, ya que estas en primer lugar son una parte importante en la vida de las personas pues éstas se encuentran presentes en todo momento de manera psicológica, biológica, social y espiritual. Estas son algunas de las definiciones que se pueden encontrar para esta manifestación humana que nos caracteriza de manera singular entre todos los seres vivos. En este capítulo hablaremos de las emociones definiciones, conceptos, tipos, factores y aspectos que la conforman.

Conceptos y definiciones

“Las emociones son una constante inspiración”

El término emoción deriva del latín moverse (mover) y del prefijo “e”, que implica alejarse, lo que sugiere que en toda emoción hay implícita una tendencia a actuar.

Darwin (1872) define a las emociones como patrones conductuales instintivos elegidos por presiones de la selección natural, orientando generalmente una conducta hacia la adaptación.

Las emociones son fenómenos psicológicos que le dan a la vida su sabor y sus sinsabores, su energía y sentido, son elementos fundamentales de lo humano. Dirigen la atención, guían la toma de decisiones, estimulan el aprendizaje y disparan la conducta (Cacioppo, Gardner, Bernston, 1999, en Reidl, 2005)

Frijda, (1992, en Reidl, 2005) considera que las emociones son afectos que llevan a la preparación para la acción que son los principales constituyentes de la conciencia emocional.

Las emociones son fenómenos multidimensionales. Son estados afectivos subjetivos; hacen que nos sintamos de una manera en concreto. También son respuestas biológicas, reacciones fisiológicas que preparan al cuerpo para la acción adaptativa; son fenómenos sociales que producen expresiones faciales y corporales características que comunican nuestra experiencia emocional interna a los demás (Reeve, 1994).

De esta forma, las emociones son manifestaciones de un estado interno individual, el cual nos lleva a observar nuestro alrededor diferente, a cada instante de acuerdo con el momento en que nos encontremos o la emoción que estamos experimentando. En las definiciones anteriores se aprecia como la emoción se presenta principalmente en los actos, como una energía que obliga al movimiento, es decir, te llevan a un punto en el cual es inevitable no reaccionar ante los impulsos que provoca, ya sea desplazándote de un lugar a otro o produciendo un gesto facial.

Reeve (1994) define la emoción como el constructo psicológico que une cuatro aspectos de la experiencia (subjetivo, fisiológico, funcional y social) que se suelen dar conjuntamente y que sirven un único propósito. En su conjunto las emociones implican a la persona en su totalidad- sus sentimientos y pensamientos, su fisiología, sus intenciones y propósitos, y conducta.

La vivencia de la emoción es la percepción de un patrón de activación corporal por lo que la secuencia de acontecimientos sería: estímulo-reacción fisiológica-emoción (James, 1980)

Para Schacher, (1964) la emoción es el resultado de la interacción entre la activación fisiológica y la evaluación cognoscitiva de la situación. Por otra parte nos encontramos con Mandler (1984) quien define a la emoción como situaciones interpretadas de manera comitiva que llevan a la experiencia emocional correspondiente provocadas por interrupciones.

Por su parte Ekman (1994) dice que las emociones son breves, tienen una expresión facial particular asociadas; se puede recordar el evento particular que las suscitó – algo en el ambiente, un recuerdo, o algo imaginado.

Las emociones implican a las personas en su totalidad; sus sentimientos y pensamientos, su fisiología, sus intenciones y propósitos y su conducta. Los involucran en un mundo lleno de sensaciones que se reviven o se experimentan por primera vez. Donde a las emociones se les da un peso social de acuerdo con los autores anteriores, los cuales las describen como situaciones aprendidas que se manifiestan ante una asociación o interpretación de un estímulo presentado en el ambiente.

La emoción ha sido considerada como una conducta compleja dado su origen, causas y forma de controlarla, mediante el pensamiento, es decir, que la emoción es la forma sublime del pensamiento y que éste a su vez está lleno de prejuicios y evaluaciones que conllevan a reprimir y no aceptar su manifestación, generando un daño en la integridad del ser humano. Esto provoca que la persona no tenga un manejo adecuado en la manifestación de sus emociones, lo que da lugar a perturbaciones emocionales y psicológicas como resultado de sus pensamientos, es decir, da más fuerza a cosas desagradables que agradables. Esto es consecuencia de la naturaleza del ser humano, que marca a la emoción como una tendencia de considerar algo como afectivamente bueno o malo.

Toda emoción da origen a un hecho de conciencia, esto es darse cuenta de que se expresa, ya que la emoción tiene su punto de partida en la representación. Una representación es la percepción actual que tenemos de una idea o recuerdo de una situación a la que atribuimos cierta importancia dando como resultado la generación de un estado afectivo. Partiendo del supuesto de que las emociones surgen como resultado de la manera como las situaciones que las originan son elaboradas por el que las experimenta, donde las condiciones desencadenantes de las emociones incorporan las representaciones cognitivas que resultan de tales interpretaciones (Ortony, Clore y Collins, 1996).

Ramírez (2003) señala que las emociones son modificadas por el vínculo entre las gentes y las cosas. Si tomamos en cuenta que el ser humano desde su nacimiento establece vínculos con todo lo que le rodea, esto da lugar que al romper el vínculo se de un desequilibrio emocional.

Mientras que los instintos básicos de sexo, hambre, sueño y temor son diencefálicos, la gran mayoría de las emociones humanas como la compasión, tristeza, vergüenza, arrepentimiento, esperanza, curiosidad, culpabilidad y temor, son elaboraciones corticales de dichos instintos. Algunas de las emociones se derivan de la urgencia cortical de animar el descanso mediante los juegos, como el disfrute de las artes, los hobbies, los deportes, pero sin duda las más numerosas son las elaboraciones corticales del temor (Goleman, 1995).

Las emociones son estados anímicos, que manifiestan una gran actividad orgánica, que se refleja a veces como un torbellino de comportamientos externos e internos y otros con estados anímicos permanentes. También se conciben como un comportamiento que puede ser originado por causas externas o internas. Estas causas son dadas por las atribuciones que las personas hacen para explicar resultados sorprendentes (Weiner, 1980)

Las emociones como los motivos pueden generar una cadena compleja de conducta que va más allá de la simple aproximación o evitación. También pueden agruparse, en términos generales, de acuerdo a la forma en como afectan nuestra conducta: si nos motivan a aproximarse o evitar algo. Por lo que han sido consideradas algunas emociones básicas como bases de las demás emociones que presentan los seres humanos. Donde Averill (1975) postula que las emociones compuestas son basadas en otras más elementales; en el que, el término compuesto es la que los elementos emocionales más básicos no serán observables, sino que lo será únicamente el estado compuesto resultante.

Por eso se ha considerado un concepto multidimensional, es decir marca una dirección (positiva o negativa), manifiesta una intensidad (débil o fuerte), una expresión (fisiológica, corporal, cognitiva y social). Todo esto conlleva a un impacto, teniendo una función motivadora, adaptativa, informativa y social.

Emociones básicas

“Hay demasiadas emociones como para que sean todas diferentes e igualmente básicas”

Las emociones básicas son aquellas con las siguientes características (Ekman y Davidson, 1994):

- Son innatas más que adquiridas.
- Surgen en las mismas circunstancias para toda la gente (una pérdida personal hace que todos se sientan tristes, sin importar la edad, cultura, etcétera).
- Se expresan de manera exclusiva y distintiva (por ejemplo a través de la expresión facial).
- Evocan un patrón de respuesta fisiológica distintivo.

Es cierto que las emociones se desarrollan y cambian a lo largo de la vida. Sin embargo, a pesar las diferencias en la experiencia personal y las exigencias culturales, se comparte una comunidad emocional de dichas emociones básicas.

En la figura1 se muestra una diversidad en la propuesta respecto a qué emociones son básicas de acuerdo a Ortony, Clore y Collins (1996):

Autor	Emociones fundamentales	Referencia
Arnold, M.B.	Amor, aversión, desaliento, deseo, desesperación, esperanza, ira, miedo, odio, tristeza, valor	Arnold (1960)
Ekman, P.	Ira, júbilo, miedo, repugnancia, sorpresa, tristeza	Ekman, Friesen y Ellsworth (1982)
Fridja, N.	Aversión, congoja, deseo, desprecio, ira, júbilo, miedo, orgullo, sorpresa, vergüenza	Fridja (1986 y comunicaciones personales)
Gray, J.	Ansiedad, ira/terror, júbilo	Gray (1982)
Izard, C.E.	Congoja, culpa, desprecio, interés, ira, júbilo, miedo, repugnancia, sorpresa, vergüenza	Izard (1971)
James, W.	Amor, duelo, furia, miedo	James (1884)
McDougall, W.	Asombro, euforia, ira, miedo, repugnancia, sometimiento, ternura	McDougall (1926)
Mowrer, O.H.	Dolor, placer	Mowrer (1960)
Oatley, K. y Jonson-Laird, P.N.	Felicidad, ira, miedo, repugnancia, tristeza	Oatley y Jonson-Laird (1987)
Panksepp, J.	Expectación, furia, miedo, pánico	Panksepp (1982)
Plutchik, R.	Aceptación, anticipación, ira, júbilo, miedo, repugnancia, sorpresa, tristeza	Plutchik (1980)
Tomkins, S.S.	Congoja, desprecio, interés, ira, júbilo, miedo, repugnancia, sorpresa, vergüenza	Tomkins (1984)
Watson, J.B.	Amor, furia, miedo	Watson (1930)
Weiner, B.	Felicidad, tristeza	Weiner y Graham (1984)

Figura 1. Diferentes propuestas de emociones fundamentales o básicas. Ortony, Clore y Collins (1996)

Nota. No todos los teóricos en esta tabla abogan con la misma fuerza por la idea de las emociones básicas. Para unos es unanición crucial (Izard (1977), Panksepp (1982), Plutchik (1980), Tomkins (1984)), mientras que otros esta idea tiene un interés solamente periférico y los análisis que hacen de las emociones básicas son limitados (Mowrer (1969), Weiner y Graham (1984))

Aunque no se ha manifestado concretamente que emociones pueden considerarse primarias, es a partir de ellas que surgen las combinaciones (Goleman, 1995).

Tipos de emociones

Los tipos de emociones, nos permiten entender de que forma la persona responde ante determinada situación y que tipo de repercusiones surgen de manera externa e interna.

Plutchik (1980, en Gross, 1998) ha propuesto la rueda de las emociones (figura 2) en la que 8 emociones básicas, forman 4 pares compuestos que se muestran dentro del

círculo con otras 8 emociones complejas en la parte externa, las diferentes emociones se pueden combinar para producir un rango de experiencias aún más amplio. Es decir, la esperanza y la alegría combinadas se convierten en optimismo; la alegría y la aceptación nos hacen sentir amor; la decepción es una mezcla de sorpresa y tristeza.

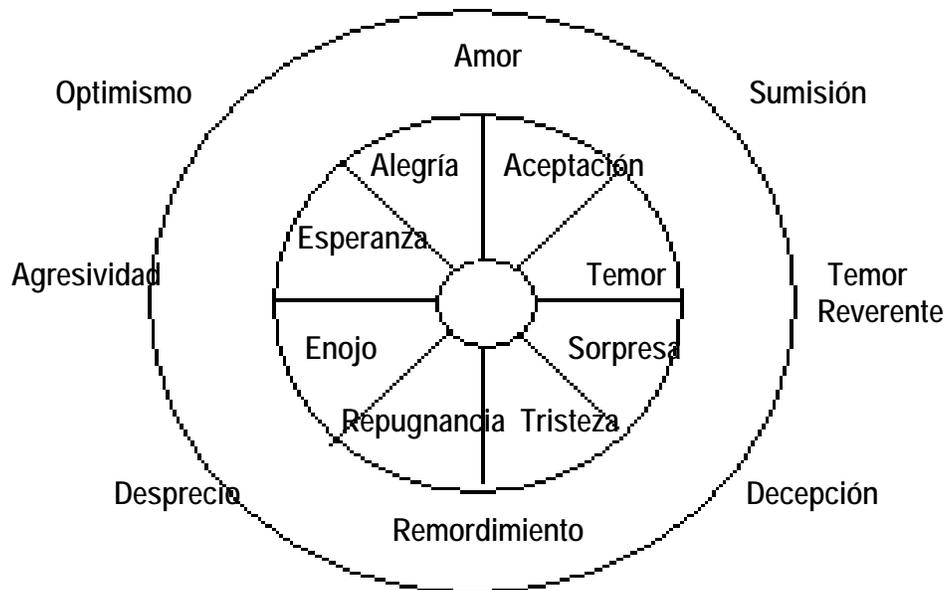


Figura 2. La rueda de las emociones. El modelo de Plutchik (1980) ordena 8 emociones básicas dentro del círculo de opuestos. Los pares de estas emociones primarias, las combina para formar emociones más complejas anotadas en la periferia del círculo, de donde surgen las emociones secundarias.

Existen diferentes tipos de emociones y, a este respecto, Robert Plutchik en 1980, identifica y clasifica las emociones, y propone que los animales y los seres humanos experimentan ocho categorías básicas de emociones que motivan varias clases de conducta aprobada: temor, sorpresa, tristeza, disgusto, ira, esperanza, alegría y aceptación; y que cada una de éstas nos ayudan a adaptarnos a las demandas de nuestro ambiente, aunque de diferentes maneras.

Para Harport (1990) la emoción es un proceso complejo de desadaptación y de readaptación que experimenta el ser humano, desarrollado en dos partes:

1. Emoción de choque o emociones desagradables: trastorno o perturbación, constituida por las emociones desagradables como el odio, el rencor, la ira o el dolor.
2. Emoción de sentimiento o emociones agradables: que es un estado afectivo caracterizado según sean las circunstancias o los individuos por emociones agradables como la alegría y el amor.

Por su parte Bisquera (en Saturnino, 2003) agrupa a las emociones en cuatro grupos:

1. Emociones negativas: ira, miedo, ansiedad, tristeza, vergüenza, aversión.
2. Emociones positivas: alegría, humor, amor, felicidad.
3. Emociones ambiguas: sorpresa, esperanza, compasión.
4. Emociones estéticas: admiración y complacencia artística.

También señala que las emociones pueden formar pares, es decir, temor y cólera; amor y odio, de acuerdo al comportamiento de la persona.

Berner (en Mendoza, 1999) clasifica las emociones en dos categorías:

- a) Emociones auténticas (propias del niño natural): innatas de la persona.
- b) Emociones sustituidas o rebusques (del niño adaptado): adquiridas por la persona.

La diferenciación que hizo Berner (en Mendoza, 1999) está vinculada con los marcos de referencia y creencias familiares y culturales. Además de variar en intensidad y duración, él observó que la educación modifica las emociones también cualitativamente, esto es, cuando una emoción es inaceptada, prohibida o ignorada en un marco familiar ésta es sustituida por otra que si es aceptada o al menos reconocida. Al origen de esta emoción que surge como consecuencia de la no aceptación de la emoción auténtica o natural, es lo que él llamó emoción sustitutiva o “rebusque”, definida así por inadecuada, fomentada por los padres o estilos parentales de la infancia, que reemplazan a la emoción auténtica, ignorada o prohibida por éstos. Es decir, no se tiene permiso para expresar lo que siente y es por eso que se da el rebusque o sentimiento sustituto, que son ideas o imposiciones sociales.

La adquisición de estos rebusques son incorporados en las personas de cuatro modos diferentes:

1. Modelo por los padres: aprendido por los padres, donde el sentimiento jamás es aceptado, un modelo a imitar y con el cual es identificado.
2. Descalificación de la emoción auténtica: cuando los padres ignoran o descalifican manifestaciones adecuadas.
3. Acariciando: cuando los padres refuerzan el rebusque con una caricia, tras haber ignorado la emoción auténtica.
4. Ordenes expresas: a instancias sociales y culturales siguiendo las pautas familiares y del entorno de modo expreso. Como los hombres no deben llorar.

Incluso en ocasiones el ser humano trae en su mente una situación o algún recuerdo que en el pasado enfrentó, y de esa forma las emociones tienen que emerger nuevamente su vida en el momento presente. Por lo que, se requiere que él mismo se de cuenta de esto y pueda tener otra actitud o cambio de pensamiento que le permitan expresar y manejar sus emociones de forma adecuada y no que le afecten.

Ante una emoción es necesario mostrar una conducta, si ésta es adecuada a la emoción, le permitirá a la persona poder expresarla, sentirla y aceptarla. Tal es el caso de:

- *Amor*: aceptarlo, retribuirlo y compartirlo (reacción de sociabilidad)
- *Alegría*: aprobarla y compartirla (reacción expresiva)
- *Poder*: acariciar, dar caricias y atribuirles (reacción asertiva)
- *Miedo*: proteger, ayudar, aceptar y tocar (reacción de alarma)
- *Tristeza*: permitir y facilitar la expresión (reacción en el duelo)
- *Rabia*: permitir su expresión analizar que la provoca (reacción de rebeldía)

Cada emoción tiene su forma de manifestarse o expresarse ante determinadas personas o situaciones, que va teniendo en el transcurso de toda su vida.

Formas de expresión de las emociones.

Algunos autores han contribuido a definir la forma de expresión de las emociones. Según Ortiz (1998), las expresiones comunican los estados internos e influyen en el comportamiento de otras personas. Tanto la persona como el ambiente determinan las emociones y la capacidad personal para expresarlas.

A este respecto De la Torre (2003) señala que a veces se pueden interrumpir las emociones del otro, para protegernos de las nuestras. Pero el sentir y el expresar el dolor, la tristeza, la rabia, el miedo, entre otras, es el único camino que existe para cerrar y curar la herida por la pérdida.

Gómez (2001) apoya la idea de Berner (en Mendoza, 1999) en manifestar la importancia del cambio de una emoción auténtica, a una emoción sustituta. Señala que el contexto social y el familiar ejercen sobre la persona una determinada influencia, en ciertas ocasiones, esto es producto de lo que el otro dice o piensa de ella desde la primera infancia y que repercute hasta la edad adulta. Pero que si logra la persona tener una comunicación interna, comienza un período de valoración y muestra adecuada y asertivamente sus emociones las repercusiones del contexto social sobre ella serán mínimas.

Sin embargo, como ambos autores lo han enfatizado, la sociedad actual “educa” las emociones y dice el momento en que éstas son “aceptadas” y cuando “no”, es decir, enseña a minimizar ciertas emociones, a exagerar otra, a reemplazarlas o reprimirlas.

Cabe mencionar que esto tiene una larga historia y una fuerte reacción en las sociedades que buscan tener el control y el poder del ser humano limitando su libertad y el derecho a la expresión de sus sentimientos, ideas y pensamientos.

Rivas (2001) menciona, que las expresiones emotivas deben comunicarse a los demás mediante palabras o acciones, si han de convertirse en parte del mundo interpersonal. Lo que ocasiona que se distorsione o se modifique la expresión del sentimiento emotivo. La manera en que la persona describe sus emociones, revela la experiencia que han tenido.

La manera en que la persona manifiesta sus emociones se encuentra determinada por el temperamento que posee genéticamente y, por la interacción que tiene en la infancia con las personas que forman parte de su entorno social. Pero, para poder exteriorizar algo o expresar una emoción, es necesario nombrar lo que la persona está sintiendo y de esta manera poder reconocerlo y aceptarlo, para que pueda ser expresado lo que se desea.

En un estudio realizado en la Universidad de Oklahoma, Calin (en Navarro, 1999), menciona que la mayoría de las personas se fijan en las expresiones faciales de la parte superior del rostro que pueden delatar las verdaderas emociones de una persona, dejando de poner atención a la parte inferior del rostro. Además señala que la parte izquierda del cerebro se dedica a procesar las emociones y comportamientos sociales aprendidos, estos son la parte inferior del rostro, manejando la lógica, la razón y lo relacionado con ella. Esto significa que las manifestaciones de la emoción pueden ser de naturaleza neurofisiológica, corporal, psicológica y social. La parte derecha se ocupa de las emociones primarias innatas, esto es la parte superior del rostro. Ésta es llevada a cabo con la emoción y con los sentimientos negativos como los miedos, las culpas y los resentimientos, es decir la intuición, lo que se siente y no se explica la razón.

Por lo que surge el interés por conocer la diferencia entre la emoción y el sentimiento, pues ambos forman parte del individuo y generan diferentes reacciones ante la forma de enfrentar la vida.

Emoción y sentimientos

La emoción se usa a menudo como equivalente de sentimiento. Existe un número infinito de sentimientos, de alegría, afecto, odio, satisfacción, vergüenza, preocupación, decepción, pánico, rabia, entre otras. Sin embargo, una emoción es más expresiva y momentánea en cambio un sentimiento es más intenso y permanece por más tiempo.

La emoción describe dos fenómenos psíquicos completamente diferentes, dos formas de sentimientos: instinto y emoción:

El Instinto: es un impulso antiguo que se genera en el diencéfalo (región central del cerebro) debido a una combinación de estímulos sensoriales y hormonales.

La emoción: es la elaboración consciente y subconsciente de un instinto diencefálico por el proceso cortical de la memoria, la asociación y el razonamiento (Viamonte, 1993).

Todos tenemos sentimientos no resueltos aunque no seamos conscientes de ello, estos sentimientos pueden asumir muchas formas: odiarnos a nosotros mismos, ataques de ansiedad, repentinos cambios de humor, encontrar el lado negativo de las situaciones y sentirnos impotentes.

Estos sentimientos son conocidos como sentimientos elásticos, es decir, viejos sentimientos despertados por una situación actual que tiene algún punto de unión con otra ocurrida hace tiempo y no resuelta adecuadamente, y es por ello que genera una situación inconclusa que quedó archivada y que ahora surge por conexión con algo que la hace aparecer, recobrando su intensidad al reconectarse y activarse ante la situación presente del individuo.

Según Goleman (1995) basándose en el investigador de las emociones, Ekman señala que al igual que, el espectro de colores básicos existen emociones básicas y que mezcladas originan toda la variedad de emociones dando como resultado a las ocho emociones básicas. Lo que apoya la idea de Stavemann (1995) a partir de los sentimientos básicos que se desarrollan; lo cual se muestra la figura 3.

Emociones según Goleman	Emociones según Stavemann	Emociones según Plutchik
Cólera	Enfado	Ira
Tristeza	Tristeza	Tristeza
Temor	Miedo	Temor
Felicidad	Alegría	Gozo
Amor	Afecto	Aceptación
Asombro	Repulsión	Disgusto
Vergüenza/culpa	Depresión	Sorpresa
		Anticipación

Figura 3. Clasificación de las emociones según Goleman, Stavemann y Plutchik.

Según estos autores muchas emociones se originan al mezclar estas emociones básicas (los celos como mezcla del afecto, miedo y enfado).

Cuando se trata de dar forma a las decisiones y acciones, los sentimientos cuentan en el pensamiento mientras más intenso es el sentimiento, más dominante se vuelve la mente emocional y más ineficaz la racional. Cuanto más abiertos estemos a nuestras emociones, la persona tendrá más habilidades para interpretar los sentimientos de uno mismo y de sus semejantes.

Mangi (1999) define el sentimiento como un momento de la vida interior perteneciente al mundo de los afectos y emociones. Por lo que se le ha considerado al sentimiento como la expresión psicológica de la emoción.

Las emociones y los sentimientos están dentro de las posesiones más valiosas de las personas, es decir, dan las máximas recompensas y penalidades humanas. Ya que los sentimientos se mueven en extremos opuestos (placer-dolor), son profundos y superficiales y perdurables en el tiempo; son de estimación propia o egocéntrica (orgullo) y también de estimación ajena (simpatía). A diferencia de esto las emociones son de gran intensidad y momentáneas, es un estado de ánimo caracterizado por una conmoción orgánica consiguiente a impresiones de los sentidos y vive acompañada de una respuesta afectiva de gran intensidad.

Intensidad de las Emociones.

Las emociones varían en intensidad, la ira por ejemplo, es menos intensa que la furia, y el enfado es aún menos intenso que la ira. Entre más intensa sea la emoción, más motivada es la conducta.

Las emociones varían según la intensidad dentro de cada categoría y este hecho amplía mucho el rango de emociones que experimentamos. La intensidad emocional varía de un individuo a otro. En un extremo se encuentran las personas que experimentan una intensa alegría y en el otro extremo están los que parecen carecer de sentimientos, incluso en las circunstancias más difíciles.

Lo que se ve involucrado en la intensidad de las emociones son los componentes que la forman, ya que son éstos los que se ven reflejados en su expresión y manifestación.

Componentes de las Emociones

Por las definiciones variables de la emoción, los psicólogos han estudiado un amplio rango de respuestas. Algunos se han concentrado en el papel de los procesos neurofisiológicos como las actividades del cerebro, el sistema endocrino y el sistema nervioso autónomo. Pero la mayoría de los investigadores se atienden a informes verbales sobre experiencias emocionales proporcionados por el sujeto mismo. Dentro de los componentes que intervienen en las emociones se tiene el “neurofisiológico”, ya que se ha llegado a considerar que los diversos sistemas fisiológicos podrían ser el sitio de las emociones. Tales descubrimientos sugieren que las emociones son controladas por muchas partes del cerebro, las cuales interactúan entre sí, y no solo por un “centro emocional” (Ang, 1996).

Gross (1998), señala los siguientes componentes de las emociones:

1. La experiencia subjetiva
2. los cambios fisiológicos y
3. La conducta asociada con la emoción en particular.

Por tal motivo las emociones se caracterizan por una serie de trastornos fisiológicos y psicológicos que tienen repercusiones sociales, en el individuo y en su ambiente.

Aspectos fisiológicos de las emociones.

Se ha llegado a considerar que una emoción, consiste en una percepción de cambios corporales internos, por lo que las emociones van siempre acompañadas de reacciones somáticas. Son muchas las reacciones somáticas que presenta el organismo, pero las más importantes son: alteraciones en la circulación, cambios respiratorios y las secreciones glandulares.

El encargado de regular los aspectos fisiológicos de las emociones, es el Sistema Nervioso Autónomo, el que acelera y desacelera los órganos a través del simpático y parasimpático; la corteza cerebral puede ejercer una gran influencia inhibitoria de las

reacciones fisiológicas; de este modo algunas personas con entrenamiento logran dominar estas reacciones y llegan a mostrar un autocontrol casi perfecto.

Goleman (1995) menciona, que dentro del repertorio emocional, cada emoción tiene un papel singular por sus características biológicas. Además, dentro de los estudios del cuerpo y el cerebro se han descubierto que cada emoción prepara al organismo para un tipo diferente de respuesta, lo cual se expresa de la siguiente manera:

- ✿ Con la ira: la sangre fluye a las manos y así resulta más fácil tomar un objeto o golpear, el ritmo cardíaco se eleva y aumenta la adrenalina generando una acción fuerte.
- ✿ Con el miedo: la sangre se va a los músculos esqueléticos y es más fácil huir, el rostro se pone pálido, el cuerpo se congela hasta que se tome la decisión de huir o esconderse.
- ✿ La felicidad: se caracteriza por el aumento de actividad en los centros nerviosos que impide los sentimientos negativos y aumenta la energía, ofreciendo a la persona disposición y entusiasmo ante cualquier situación.
- ✿ El amor: da lugar a una respuesta de relajación, generando calma, satisfacción y cooperación.
- ✿ La sorpresa: levantamiento de cejas para distinguir lo que ocurre e idear un plan de acción.
- ✿ El disgusto: torcer el labio superior y fruncir la nariz.
- ✿ La tristeza: caída de energía y produce llanto.

El efecto biológico está relacionado con el aspecto psicológico, ya que la persona muestra preocupación por su deterioro físico, reflejo de tristeza, frustración, enojo, depresión e inquietud. Esto significa que todas las reacciones están acompañadas por alteraciones fisiológicas momentáneas.

Aspectos sociales de las emociones.

Las funciones sociales de las emociones se refieren a que permiten apoyar y sostener sistemas culturales de creencias, valores y comportamientos. El impacto de los estados

afectivos tiende a influir en los juicios y percepciones sociales: De manera que los estados positivos dan como resultado juicios más positivos de uno mismo, de otros y de objetos sociales. Crean, mantienen y disuelven las relaciones sociales. Las relaciones con otros seres humanos tienen que ver principalmente con las emociones que sentimos en, o como resultado de, esas relaciones (Manstead, 1991).

Las emociones van acompañadas de diversas expresiones del cuerpo, existen una serie de reacciones emocionales que pueden ser llamadas sociales, porque en la producción de las mismas intervienen personas o situaciones sociales. Como son entre otras:

- * Cólera: se produce por la frustración de no obtener lo que necesitamos o deseamos.
- ** Temor: se produce como reacción de la llegada rápida, intensa e inesperada de una situación que perpetua nuestra costumbre.
- ** Emociones agradables: existen una serie de emociones sociales que tienen el carácter de ser agradables y liberadoras de tensión y excitación en las personas.

Los estados emocionales, es decir, los sentimientos dependen tanto de la actividad fisiológica, como el estado cognoscitivo del sujeto ante la activación.

Existen emociones que no tienen función individual, sino que son puramente sentimientos particulares. Por ejemplo la vanidad y la envidia, son por excelencia los sentimientos de identificación con la particularidad. Todas las emociones pueden operar como sentimiento individual incluso en sus contenidos, esto vale para sentimientos como el amor propio.

Manghi (1999) señala que, existen emociones hablantes y emociones habladas, es decir, que podemos hablar de amor con amor, de amor con odio, con resentimiento o simplemente con la fría pasión del desapego.

No se puede mandar a las emociones que sigan nuestros actos o nuestras palabras, pues cuando éstas se manifiestan se separa la mente y la razón. Es por ello que las palabras están precedidas por las emociones, es decir, que hay cosas del hombre o del ser humano que la razón no entiende y desconoce.

La influencia social de la emoción, tiene una gran repercusión tanto interna como externa, conlleva a muchas manifestaciones emocionales ante una situación. Además de que la interacción social, elabora emociones más complejas y es un factor fundamental en cuanto a la formación de un sentimiento o una emoción.

El entorno social modela no sólo la expresión de la emoción sino, también la experiencia emocional es decir, nuestra sociedad tiende a potenciar o inhibir la expresión de las emociones. Lo que tiene grandes repercusiones en el aspecto psicológico de la persona.

Aspectos psicológicos de las emociones.

La emoción es uno de los procesos básicos dentro de la psicología. Pues en el funcionamiento humano existen tres aspectos psicológicos principales (Reeve, 2003):

- ⊗ Pensamientos
- ⊗ Sentimientos
- ⊗ Conductas

Dentro de estos aspectos psicológicos se ven reflejadas las emociones. Ante cada situación existe una gran diversidad de manifestaciones de un sentimiento o emoción. Por ejemplo la frustración aparece cuando hay una barrera o interferencia invencible en la consecución de una meta o motivación.

La frustración y los conflictos son un quehacer ordinario de nuestras vidas. Ellos no solo interactúan entre sí, sino que vienen a ser una de las fuentes más importantes del comportamiento humano. Y de tal modo, que la manera que el individuo los resuelva dependerá, en gran medida su salud mental. Es otra forma de decir que la motivación y la emoción existen como dos caras de la misma moneda (Buck, 1988 en Reeve, 2003).

En primer lugar, tenemos las frustraciones de origen externo, que pueden ser “físicas”, como la posibilidad de encender el carro antes de salir del trabajo, y “sociales” como la falta de dinero para llevar a una fiesta una amiga, o las negativas de la misma a acompañarnos.

En segundo lugar, tenemos frustraciones de origen interno: que son, entre otras, la inadaptación emocional y la falta de tolerancia a las mismas. De este modo el logro y el fracaso, así como la dependencia e independencia, son las principales fuentes internas de frustración y de acción. La repetición tiende a desarrollar la distancia entre su casa y la reacción; puede llegar el momento en que se ha perdido la noción del origen de la frustración.

Si el conflicto es grave y prolongado puede acabar creando en nosotros no sólo una gran tensión, sino también puede quebrar o trastornar nuestra salud mental.

Con relación a los conflictos pueden considerarse de cuatro tipos.

- a. Cuando la elección debe ser hecha entre varias alternativas agradables, como la elección de carrera.
- b. Cuando la elección debe hacerse ante un solo camino, cuyo recorrido deseamos o no deseamos.
- c. Un tercer tipo de conflictos se da cuando se presentan dos metas a elegir, pero una de ellas no es descartada del todo.
- d. Existe un cuarto tipo de conflicto, que sucede cuando debe hacerse una elección entre dos cosas malas.

Los organismos humanos tienen que experimentar emociones para poder vivir psicológicamente. Y en todos los casos se produce un dolor emocional muy grande; recibir la noticia de algo que pone en peligro la integridad física, representa un impacto a la estabilidad emocional de cualquier ser humano, las reacciones del ser humano pueden oscilar desde el ajuste con angustia, propia de cualquier proceso adaptativo, hasta problemas de mayor gravedad que incluso requieren de atención psicológica específica.

La impotencia ante lo irremediable, la pérdida de funcionalidad física y social, el deterioro en la autoimagen y los sentimientos de culpa, implican un cúmulo de reacciones emocionales intensas y difíciles de afrontar. Esto es vivido como una reacción de duelo en el aspecto psicológico individual.

Las emociones que se experimentan en una situación, en especial ante una pérdida, incluye la experiencia como una forma de estar del cuerpo, es decir la tensión cuando se trata de agredir o huir, la relajación cuando estamos tristes, la excitación cuando estamos alegres o amamos, entre otras manifestaciones que el cuerpo manifiesta ante una emoción. Esto no indica que las emociones sean solamente corporales, ni tampoco mentales, sino que tanto el aspecto mental como las sensaciones físicas van unidos.

Ramírez (2003) enfatiza que a nivel emocional la mayoría de las personas que sufren un desequilibrio emocional, son incapaces de identificar y manejar sus emociones, pues permiten de cierta manera que el temor, la ira, la tristeza, el disgusto, el placer y la vergüenza los domine.

Modelos Teóricos sobre las emociones.

Dentro del campo de la psicología algunos autores han estudiado las emociones y se han postulado las siguientes teorías. Cabe mencionar que las teorías de las emociones se originaron a partir de la expresión de las emociones en el hombre y los animales de Darwin, que se considera el primer intento formal por estudiar las emociones.

TEORÍA DE JAMES-LANGE

En 1880, William James formuló la primera teoría moderna de la emoción; casi al mismo tiempo un psicólogo danés, Carls Lange, llegó a las mismas conclusiones. Según la teoría de James-Lange, los estímulos provocan cambios fisiológicos en nuestro cuerpo y las emociones son resultado de estos cambios. Donde el factor más importante es la realimentación.

James expuso por primera vez su teoría en un artículo titulado "What is an emotion", 1984, en el que sostuvo lo siguiente: "afirmo que los cambios corporales siguen inmediatamente la percepción del hecho excitante, y que la conciencia que tenemos de estos cambios, a medida que se producen, es la emoción (Gross, 1998)". A su vez señala que las fases del proceso emotivo se producen en el siguiente orden:

1. Situación emotiva,
2. Percepción de la misma por el sujeto,
3. Reacciones orgánicas y
4. Emoción propiamente dicha.

Cabe mencionar que ni James, ni Lange, niegan que la emoción tenga un punto de partida en la percepción de un estímulo. Lo que ellos afirman es que el acto perceptivo, no produce la emoción más que por el intermediario de las reacciones orgánicas que desata.

Gross (1998) dice que, consiste en que algo sucede y es lo que produce en la persona cambios corporales y/o conductuales. Esto significa que nuestra experiencia emocional es el resultado y no la causa de los cambios corporales percibidos.

TEORÍA TALÉMICA DE CANNON (1927)

Desde fines del siglo XIX algunos fisiólogos se habían fijado en que son frecuentes los casos en que una persona no puede inhibir las expresiones emocionales, por más esfuerzos que hagan.

Cannon propuso que en el hombre normal, la emoción se produce como resultado de la interacción del tálamo y la corteza. La teoría de Cannon-Board, propuso que las emociones y las respuestas corporales ocurren simultáneamente, no una después de la otra. Esto señala un aspecto muy importante: lo que ve (escucha o en todo caso lo que percibe) desempeña un papel importante en la determinación de la experiencia emocional que tiene.

Es decir, que las emociones y las respuestas corporales ocurren simultáneamente. Este modelo señala una cosa importante: lo que vemos, lo que oímos o percibimos con otro sentido, interviene de manera importante en la determinación de la experiencia emocional (Morris, 1990).

Por su parte Barón (1996) sugiere que los diversos eventos indicadores de la emoción, producen simultáneamente reacciones subjetivas, etiquetadas como emociones y

activaciones fisiológicas. Es decir, la excitación fisiológica no es factor para producir las emociones.

TEORÍA GLANDULAR PANKSEPP (1982)

Esta teoría insiste en la influencia del sistema endocrino en la producción del fenómeno emotivo. Bajo este modelo se ha señalado los casos de hipersecreción de adrenalina por las glándulas suprarrenales que acompañan a toda emoción violenta, la maduración de las glándulas sexuales, que determinan una transformación profunda del carácter de la época de la pubertad; muchos suponen que hasta el amor maternal está en relación con estas secreciones.

El merito de la teoría glandular es el de hacer hincapié en este factor, de gran importancia en la producción del fenómeno emotivo.

TEORÍA COGNOSITIVA DE SHACHTER Y SINGER (1962)

Es una de las teorías mas recientes acerca de la emoción, que llega a la conclusión de que la excitación fisiológica generalizada es característica de los estados emocionales; además, expone su hipótesis de que la persona interpreta e identifica este estado de conmoción según las características de la situación desencadenante, y según las experiencias pasadas del sujeto.

Sugiere que un estado emocional puede ser considerado como una función de un estado de alerta fisiológica, y de una cognición apropiada a este estado de alerta (Morris, 1990).

Barón (1996) menciona que está teoría, sugiere que nuestros estados emocionales subjetivos, son determinados por las etiquetas cognoscitivas que asignamos a los sentimientos que los activan.

Las últimas dos o tres décadas se ha tenido un incremento en la investigación sobre emociones, principalmente referida al impacto de la cognición sobre la emoción. (Lazarus, Coyne, Folkman, Gilligan, Bower, Zajonc, 1984)

TEORÍA DE IZARD (1977)

Izard, señala que las emociones pueden sentirse sin la intervención de la cognición. Desde un punto de vista, una situación como el dolor o la separación 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.

Según Izard, la teoría de James-Lange fue correcta en lo esencial, al señalar que la experiencia emocional nace de las relaciones corporales.

TEORÍA DE LA COMUNICACIÓN (2001)

Esta teoría supone que aunque los componentes fisiológicos, conductuales y cognitivos son importantes, la emoción se da en una relación interpersonal eminentemente social, en donde el intercambio de mensajes incluye tanto el lenguaje verbal como el no verbal y que también responde a las convenciones sociales de la comunicación (Rivas, 2001).

TEORÍA SOCIAL DE LAS EMOCIONES

Manghi (2003) señala en esta teoría, que la palabra emoción puede evocarse en las comunicaciones, en las dinámicas y en los procesos que tienen lugar en el interior del cuerpo o de la psique individual, pero al mismo tiempo en el interior de los contextos interactivos y comunicacionales, es decir, en lo social.

La frase que caracteriza esta propuesta social para el estudio de las emociones es "Siento, luego podríamos..." Pues una cosa es la emoción representada en la palabra y otra distinta la emoción vivida, que precede a la palabra y que aunque precede, no es un dato natural y originario, sino algo que emerge en la relación, en la interacción, siempre en un contexto social. Donde la experiencia emocional, está siempre constituida por la mediación de los otros. Cada cultura posee normas y reglas sobre cómo y cuándo se deben de controlar o expresar abiertamente las emociones. Posiblemente, sea en el

aspecto expresivo en donde se observan las principales diferencias entre cultura (Páez y Casullo, 2000 en Palmero, Fernández-Abascal, Martínez y Chóliz, 2004)

Los cambios de percepción de uno mismo y de los eventos que se presentan, afectan el bienestar físico, sexual, individual y familiar del individuo, produciendo una diversidad de efectos emocionales.

En esta teoría las variables de género han sido estudiadas, mostrando la existencia de diferencias en la manera en que se experimentan y expresan las emociones. Roberts y Pennebaker (1995, en Palmero, Fernández-Abascal, Martínez y Chóliz, 2004) propusieron que en lo referente a la dificultad para distinguir entre sentimientos y sensaciones corporales, afirman que las mujeres presentan un déficit importante, mientras que los hombres detectarían los cambios fisiológicos de forma más acertada que las mujeres y utilizan los síntomas fisiológicos internos para determinar como se sienten.

Por otra parte los hombres presentan un mayor déficit que las mujeres en la expresión pública de las emociones (por ejemplo, las mujeres presentan una mayor tendencia para comunicar sentimientos y revelarlos) (Rimé, Philippot, Boca y Mesquita, 1992; Martínez-Sánchez, Páez, Pennebaker y Rimé, 2001, en Palmero, Fernández-Abascal, Martínez y Chóliz, 2004)

Emociones y Atribución

TEORIA DE LA EVALUACIÓN PRIMARIA I DE ARNOLD (1960)

Según Arnold (1960, 1970) se producían importantes percepciones y evaluaciones cognoscitivas inmediatamente después del encuentro con un objeto ambiental que sospechaba eran factores determinantes de la experiencia emocional. Pues la emoción no se daba sin antes haberse producido una evaluación (cognición) del acontecimiento-estímulo. Ya que, la evaluación inicial del estímulo como bueno o malo era el mecanismo cognoscitivo clave que conducía tanto el arousal fisiológico como a la experiencia emocional subsiguiente.

De esta manera, Arnold decía que la emoción se da sólo después de que un estímulo-acontecimiento haya sido percibido y evaluado. La evaluación de un estímulo como bueno o malo produce una tendencia sentida (o actividad fisiológica) que hace que la persona o se aproxime a o evite el acontecimiento-estímulo. Por lo tanto, definió la emoción como una tendencia sentida hacia algo evaluado como bueno o la evitación de algo evaluado como malo (Arnold, 1960).

Arnold propone tres cuestiones de vital importancia para la explicación de cómo se percibe una emoción a través de la atribución:

- * Cómo la percepción de un objeto ambiental produce una evaluación buena/mala.
- * Cómo la percepción buena/mala produce la emoción.
- * Cómo la emoción sentida se manifiesta en la expresión y la acción.

De la percepción a la evaluación

La percepción inicial de un estímulo-acontecimiento provoca una evaluación preliminar. La mayoría de los estímulos son evaluados correctamente sólo cuando se los compara con otros estímulos similares y la manera en que estos estímulos han afectado a la persona en el pasado. Igualmente, las evaluaciones cognoscitivas dependen de la estimulación sensorial y también de la memoria.

De la evaluación a la emoción sentida

De acuerdo con Arnold, una vez que se ha evaluado un objeto-estímulo como bueno o como malo, sigue inmediatamente y automáticamente la experiencia de gustar o no gustar.

De la emoción a la acción

Mientras evalúa, la persona hace uso de la memoria y de la imaginación para elegir la respuesta conductual adecuada al objeto ambiental.

TEORIA DE LA EVALUACIÓN PRIMARIA II DE LAZARUS (1966)

La idea de Lazarus (1966, 1968, 1982) era que la evaluación producía una reacción emocional en forma de un impulso a la acción según eso a la experiencia emocional y a la

conducta. Para Lazarus cada emoción implica un tipo de evolución. Las personas no sólo evalúan objetos del ambiente como malo (o bueno) sino que también lo evalúan como un cierto tipo de malo –como amenazante, repulsivo, frustrante, etcétera. Este tipo de evaluaciones más específicas producen emociones igualmente específicas.

Cada emoción tiene su propio tipo de evaluación, su propia tendencia a la acción (por ejemplo, tendencia a la aproximación, el ataque, la evitación) y su propia expresión. Esta distinción en tres partes es importante en cuanto que le permitía a Lazarus hablar de cómo distintas evaluaciones de las situaciones producían distintas emociones. Las reacciones emocionales pueden ser condicionadas por el tipo de evaluación. Por lo tanto, las evaluaciones de amenaza conducen al miedo, las de repulsión al asco, las de curiosidad al interés y así sucesivamente.

Categorías de emoción

Presumiblemente el tope de emociones que se pueden distinguir se encuentra limitado únicamente por el conocimiento emocional de la persona (Shaver, Schwartz, Kirson y O'Connor, 1987 en Reeve, 2003). Las personas a través de la vivencia de sus emociones en distintas situaciones construyen el conocimiento emocional de forma cognoscitiva.

Desde una perspectiva cognoscitiva el conocimiento emocional es tan diverso debido a que las personas evalúan sus circunstancias de muy diversas maneras (Ellsworth y Smith, 1988 en Reeve, 2003).

TEORÍA DE ATRIBUCIÓN DE WEINER (1980)

Según Weiner (1980) las personas hacen dos y no sólo una evaluación –una antes de interactuar con el estímulo y otra después del resultado que se produce en el ambiente. Dicho de otro modo, las personas no sólo evalúan lo que ven y oyen sino que además evalúan el por qué (resultados).

Un postulado principal de la teoría es que las personas buscan y rápidamente encuentran explicaciones para las cosas tanto favorables como desfavorables que les ocurren. De acuerdo con ésta la secuencia de acontecimientos es la siguiente: estímulo-resultado-atribución-emoción. La atribución que explica por qué se produjo un resultado en particular es el mecanismo que produce la emoción.

Las personas hacen atribuciones después de resultados sorprendentes. La atribución ayuda a explicar el resultado sorprendente y gran parte del deseo de hacer una atribución de resultado se debe a la necesidad de aliviar el efecto que produce la sorpresa (Pettit, 1981 en Reeve, 2003).

Weiner se refiere a esta respuesta emocional en función del resultado como una evaluación primaria del resultado. Básicamente se interpreta si el resultado es beneficioso o perjudicial, bueno o malo y las emociones que surgen como consecuencias serían las esperables -es decir, felicidad o tristeza.

Existen tres dimensiones de causalidad para explicar un resultado, estas son:

1. *foco* (interno-externo)
2. *controlabilidad* (controlable-incontrolable)
3. *estabilidad* (estable-inestable)

De acuerdo, a estas dimensiones explica las bases de las atribuciones de tres emociones que se producen después de un resultado positivo (orgullo, agradecimiento y esperanza) y cuatro emociones que se producen después de un resultado negativo (rabia, compasión, vergüenza y culpabilidad) (1986 en Reeve, 2003). Como se puede apreciar en la figura 4.

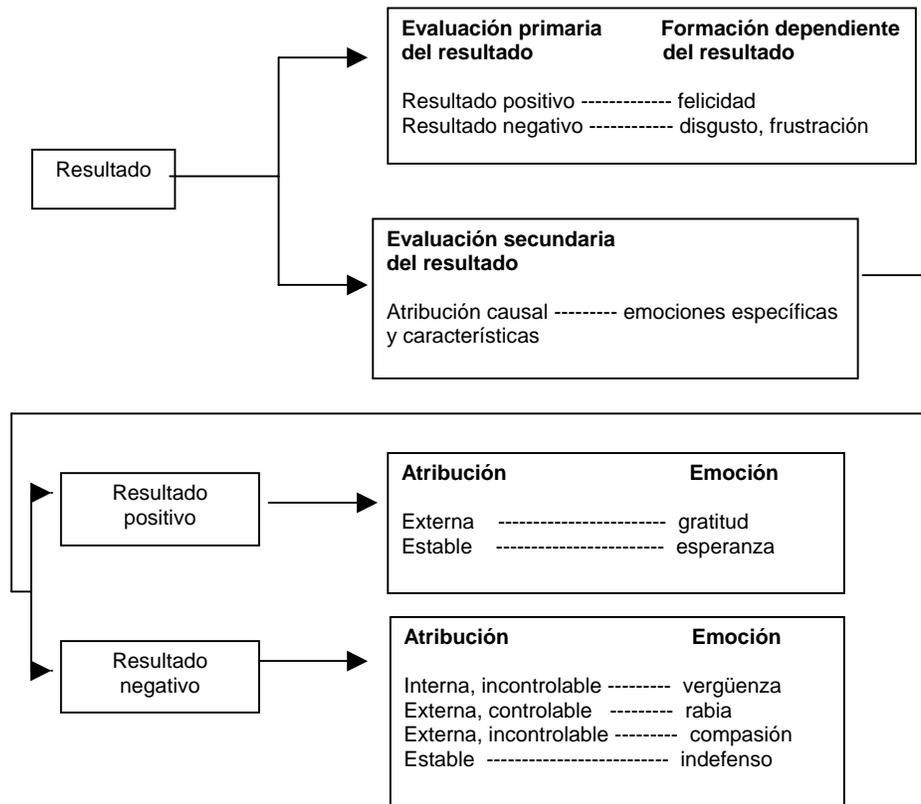


Figura 4. Proceso cognición-emoción de acuerdo con la teoría de la atribución de Weiner (1986)

CAPITULO III

MÉTODO

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

JUSTIFICACIÓN

Las atribuciones son importantes en las relaciones íntimas. Las personas tienen frecuentemente ocasión de preguntarse por las causas de lo que sucede en su relación, de por qué no es mas satisfactoria su vida amorosa, de por qué su compañero/a está tan influido/a por su familia, o de si un gesto hiriente fue intencionado o accidental. En una relación íntima es frecuente que expliquemos nuestros actos a nuestro/a compañero/a; también lo es, que le digamos por qué él/ella actuó de un modo concreto (Kelley, 1977).

De esta manera, podemos apreciar cómo las atribuciones se relacionan con las emociones, ya que las personas con su naturaleza de descifrar las cosas se ven influenciados por las emociones que están en el momento de explicar una situación, ya que éstas se manejan de acuerdo a la persona o a la acción concreta, dando como resultado la emoción que se experimenta vinculada a la atribución.

La teoría de atribución esta basada en la premisa de la causalidad asentada en la emoción que influencia y en la importancia de las consecuencias de la acción (Weiner, 1986). Las variables que predominan durante el conflicto son: la especificación, el locus, la estabilidad y el control visto como las causas generales de éstos.

El conocer las atribuciones y las emociones pueden darnos un panorama de cómo el hombre se mueve en el mundo y como es influenciado por las personas, por las situaciones y por otros factores. También la importancia que le dan a las emociones presentes en sus atribuciones o como éstas matizan sus visiones de la realidad.

PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

- ❖ ¿Cuáles son las emociones predominantes en las relaciones de parejas cuando se presenta un conflicto entre ambos?
- ❖ ¿Cuando se presenta un conflicto en la pareja a qué se le atribuye el problema a factores externos (causales) o internos (personales)?
- ❖ ¿Cuál es la relación entre las emociones y la atribución a un conflicto en la pareja?
- ❖ ¿Existen diferencias en las emociones y la atribución ante un conflicto entre hombres y mujeres?

CAPITULO IV

RESULTADOS

Para reportar los resultados se iniciará describiendo el instrumento en sus dos áreas, la atribución y las emociones para posteriormente reportar la correlación entre las emociones y la atribución y finalmente comparar las escalas por sexos.

A) Valores Descriptivos de las escalas

Con respecto al área de atribución, se observa que los hombres atribuyen el conflicto en gran parte a las acciones derivadas del contexto (locus de causalidad) seguido de si el evento se presenta esporádicamente (estabilidad) ubicado en el tiempo; por otra parte se presenta la atribución en menor grado si el evento ocurre en un momento determinado (globalidad) y si el evento es intencional (intencionalidad). Por otro lado, el control del evento no es un factor al cual se le atribuya el conflicto. Esto quiere decir que los hombres atribuyen más los conflictos al locus de causalidad y a la estabilidad (Ver tabla 1).

Tabla 1. Estadísticas descriptivas de la escala de atribución al conflicto para hombres.

Factores	Rango mínimo	Rango máximo	Media teórica	Media	Desviación estándar
Locus de causalidad	1.00	7.00	4.00	4.6981	1.48921
Estabilidad	1.00	7.00	4.00	4.3291	1.51217
Globalidad	1.00	7.00	4.00	3.7917	1.01119
Intencionalidad	1.00	7.00	4.00	3.4632	1.66527
Controlabilidad	1.00	9.67	4.00	2.5636	1.66382

Al igual que en los hombres, las mujeres atribuyen el conflicto al locus de causalidad pero en mayor grado; también la estabilidad se encuentra relacionada a las atribuciones en este grupo. Así mismo se atribuyen el conflicto, a la generalización del evento (globalidad) y la intencionalidad del mismo, las cuales se encuentran dentro de los factores a los cuales se les atribuye el conflicto en una proporción menor que los antes mencionados. Al factor que menos se le atribuye un conflicto es el control del evento (controlabilidad). Así se puede apreciar que el locus de causalidad es el factor al cual las mujeres atribuyen con una media más alta el conflicto (Ver tabla 2).

Tabla 2. Estadísticas descriptivas de la escala de atribución al conflicto para mujeres.

Factores	Rango mínimo	Rango máximo	Media teórica	Media	Desviación estándar
Locus de causalidad	1.00	7.00	4.00	5.0564	1.36625
Estabilidad	1.00	7.00	4.00	4.5528	1.51693
Globalidad	1.00	7.00	4.00	3.6991	1.04403
Intencionalidad	1.00	7.00	4.00	3.6069	1.76522
Controlabilidad	1.00	7.00	4.00	2.6424	1.62879

En los hombres la emoción que se presenta más durante el conflicto es el enojo, en un mayor grado que la empatía (Ver tabla 3).

Tabla 3. Estadísticas descriptivas de la escala de emoción al conflicto para hombres.

Emoción	Rango mínimo	Rango máximo	Media	Media teórica	Desviación estándar
enojo	1.00	7.00	4.1773	4.00	1.59091
empatía	1.00	7.00	2.5938	4.00	1.41642

Igualmente que en los hombres las mujeres presentan enojo durante el conflicto pero éstas lo muestran con una media mayor; la empatía es una emoción poco

frecuente en el conflicto pero es sobresaliente en mayor grado que en los hombres (Ver tabla 4).

Tabla 4. Estadísticas descriptivas de la escala de emoción al conflicto para mujeres.

Emoción	Rango mínimo	Rango máximo	Media	Media teórica	Desviación estándar
enojo	1.00	7.00	4.3961	4.00	1.70143
empatía	1.00	7.00	2.3913	4.00	1.49051

Indistintamente entre hombres y mujeres el enojo es la emoción que se presenta con mayor grado durante el conflicto.

B) Correlación entre atribución y emociones por sexo

Se empleo la prueba de correlación de Pearson con la finalidad de obtener la relación entre las variables estudiadas. Se encontró que a mayor enojo durante la atribución, los hombres perciben mayor intencionalidad durante el conflicto; su enojo aumenta si el evento se muestra controlable (controlabilidad); cuando la situación es atribuida a la conducta interna el enojo aumenta (locus de control); si la atribución es en relación a la temporalidad del evento el enojo aumenta si esta no es estable; por otra parte en cuanto a la empatía solo se encuentra relacionada con un solo factor de la atribución, así se observa mayor controlabilidad a mayor compasión ante el conflicto. Por otra parte se puede apreciar que el enojo es la emoción que se presenta más relacionada con las atribuciones hacia el conflicto en los hombres (Ver tabla 5).

Tabla 5. Relación entre emociones y atribución para hombres.

Factores	enojo	empatía
Intencionalidad	.273**	.044
Controlabilidad	.156**	.104*
Locus de causalidad	.258**	-.024
Estabilidad	.144**	-.011
Globalidad	-.091	-.023

** $p \leq 0.01$ * $p \leq 0.05$

Por otra parte, en la correlación en el caso de las mujeres, se encontró al igual que en los hombres que a mayor enojo, perciben mayor intención en el conflicto (intencionalidad) pero en menor grado que los hombres. De la misma forma el enojo incrementa cuando hay un control interno del evento. Por otra parte al percibirse de forma global el evento el enojo disminuye. La empatía se presenta cuando las atribuciones son hechas en relación al evento si este se puede controlar o no y si este es estable. Es decir hay mayor compasión cuando se percibe que el conflicto es controlable y estable (Ver tabla 6).

Tabla 6. Relación entre emociones y atribución para mujeres.

Factores	enojo	empatía
Intencionalidad	.138**	.030
Controlabilidad	.008	.267**
Locus de causalidad	.141**	-.015
Estabilidad	.108*	.095*
Globalidad	-.138**	-.010

** $p \leq 0.01$ * $p \leq 0.05$

C) Diferencias por sexo

A partir de los resultados obtenidos de la prueba *t* se puede observar las diferencias que hay en las atribuciones entre los hombres y las mujeres; donde en general los hombres y las mujeres no presentan diferencias significativas excepto en el locus de causalidad donde las mujeres presentan un puntaje más alto. Esto quiere decir que las mujeres centran sus atribuciones en eventos que ocurren en el contexto con una frecuencia más alta que los hombres. Por otra parte se observan diferencias en la estabilidad del evento donde las mujeres muestran un puntaje significativamente alto en relación con los hombres.

Tabla 7. Diferencias en las atribuciones entre hombres y mujeres.

Factor	Medias		Media teórica	t	p
	hombres	mujeres			
Intencionalidad	3.46	3.60	4	-1.28	.20
Controlabilidad	2.56	2.64	4	-.73	.46
Locus de causalidad	4.69	5.05	4	-3.84	.00**
Estabilidad	4.32	4.55	4	-2.27	.02**

Globalidad	3.79	3.69	4	1.38	1.16
------------	------	------	---	------	------

** $p \leq 0.01$ * $p \leq 0.05$

En las emociones no se encontraron diferencias tan marcadas como en el caso de la atribución, no obstante estas si fueron significativas. Esto indica que las mujeres durante el conflicto experimentan el enojo en un grado mayor que los hombres. Éstos por su parte presentaron una empatía más alta en comparación con las mujeres.

Tabla 8. Diferencias en las emociones entre hombres y mujeres.

Emoción	Medias		Media teórica	t	p
	hombres	mujeres			
enojo	4.17	4.39	4	-2.05	.04*
empatía	2.59	2.39	4	2.15	.03*

** $p \leq 0.01$ * $p \leq 0.05$

CAPITULO V

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

A continuación se ahondara en los hallazgos reportados por los participantes. Se encontró que la naturaleza del hombre es insaciable, por ello, siempre busca una respuesta para todo lo que le ocurre y en este caso no podía quedarse atrás; por esta razón surge la *atribución*. Se refiere a los procesos mediante los cuales los individuos construyen explicaciones causales para las conductas y eventos que encuentran en las interacciones sociales cotidianas (Orvis, Kelley, Butler, 1976).

Dentro del campo de las atribuciones se pudo observar que indiferentemente del sexo las personas realizan sus juicios a través del locus de causalidad, donde se atribuye el conflicto a situaciones dentro del contexto; es decir que los hombres y las mujeres realizan sus atribuciones a eventos que ocurren en su entorno. Ya que los sucesos ocurridos se presentan en situaciones extremas (conflicto) las personas tienden a realizar sus atribuciones a factores externos influenciados por las emociones presentes durante el conflicto; también se puede explicar a través del error fundamental de atribución que es parte del efecto actor-observador, es decir, la tendencia a explicar la conducta de los otros como causada por factores internos y la tendencia correspondiente a atribuir la conducta propia a fuerzas externas (Fiske y Taylor, 1991, en Morris y Maisto, 2005). Así mismo la gente tiende a aplicar combinaciones de atribuciones internas y externas en determinadas situaciones: cuando se esfuerzan por conseguir precisión atributiva (Kassin y Hochreich, 1977) y cuando explican sucesos extremos (Cunningham y Kelley, 1975) o bien sucesos complejos interpersonales (Bradbury y Finham, en prensa). Así mismo quizá es más fácil culpar a la situación o a otros de nuestros actos, quizá con la finalidad de evadir la culpa, o de no asumir la responsabilidad y las consecuencias de nuestros actos.

Dentro de las atribuciones causales (locus de causalidad) Buss (1978, en Hewstone 1992) definía una causa como “aquello que ocasiona un cambio” y una razón como “aquello por lo que se ocasiona un cambio”; cuando estos se presentan en las relaciones de pareja. Lo podemos ver en este estudio, donde la muestra busca explicaciones a los conflictos en su entorno y no de forma personal, esto quiere decir que se deslindan de la responsabilidad con respecto a sus acciones buscando justificaciones.

Por otra parte en el estudio se encontró que la estabilidad es otro factor al cual se le atribuyen los conflictos, pues éste se refiere a las causas que provocan el evento, si éstas son temporales y/o transitorias. Aquí las personas realizan una asignación causal (identificación de las causas) y posteriormente la explicación causal (obtener conclusiones sobre el efecto una vez que se han identificado las causas) (Kruglansky, 1975, en Hewstone, 1992). De la misma manera en una investigación hecha por Orvis (1976, en Hewston, 1992), encuentra que curiosamente las parejas tendían a ver la acción concreta como parte integrante de una pauta de comportamiento más general, y sus atribuciones implicaban una relativa estabilidad, mientras que los actores la contemplaban como un incidente aislado explicado por causas inestables.

En cuanto a la globalidad, intencionalidad y control del evento son factores a los cuales se les atribuye en menor grado, ya que en la globalidad nos referimos a la generalización de la causa donde retomando la teoría donde Langer (1978) afirma que la gente es capaz de percibir el mundo en términos de causa-efecto, pero no con qué frecuencia y en que circunstancias lo hace; entonces, se puede decir que las personas interpretan las situaciones de distintas maneras aunque estas se presenten de manera similar en momentos distintos, por eso no se presta tanta atención a la repetición del evento sino al modo en que se interpreta en cada ocasión (es decir, la atribución que se realiza).

En pocas ocasiones se atribuye a la intención (motivación) de la persona a realizar una acción que pueda dañar la estructura de la relación; por esta razón es un factor que se presentó en este estudio con una frecuencia baja. Pues para que las personas puedan inferir que la acción es intencionada, el perceptor debe creer que el actor conoce las consecuencias de la acción, así como que posee la capacidad para realizarla (Jones y Davis, 1965). Y si este cree que fue intencionada y consciente, entonces el daño y la reacción que provoca aun sería mayor. Por ende es muy difícil que las personas piensen que los conflictos son generados con una intención particular; más aún cuando se establece un vínculo amoroso.

El grado de control que una persona puede tener sobre una causa (controlabilidad) es un factor al cual se recurre con poca frecuencia en este estudio. De acuerdo a la teoría de Kelley (1967) se atribuye un efecto a una condición que está presente cuando el efecto también lo está y que está ausente cuando también lo está el efecto; ya que al controlar

el evento se previene una situación en donde surja un conflicto que pueda dañar la relación. De acuerdo a las teorías de atribución, la mayoría de las personas sienten que los eventos no son predecibles y por ende son incontrolables. Por tanto los resultados que muestra esta investigación apoya esta presunción.

Se puede apreciar por los resultados que la emoción mas frecuente en estos casos es el enojo y más aun cuando la atribución se hace al locus de causalidad. Donde la emoción proviene de un resultado negativo, ya que se considera una perturbación a su entorno pues se reacciona de forma innata para preservar el equilibrio emocional ante una situación desagradable (conflicto). El enojo se presenta con mayor frecuencia en las mujeres como lo podemos apreciar en la muestra. Al respecto se puede decir que existen personas que como norma habitual suponen intenciones negativas de los demás. Quienes entienden el mundo desde la perspectiva de la hostilidad tienen visión amenazante de la vida y son mucho más propensos a establecer relaciones interpersonales de rivalidad, de desconfianza o de defensa. Esto los situará en una incomoda posición de alerta incompatible con el más elemental sosiego, y su vida es mucho más tensa (Varela, 2002).

Autores como Lutin, Ralph y Mineka (1997, en Barlow, 2002), reportaron que una vulnerabilidad psicológica generalizada (como la representada por un estilo pesimista de atribución que refleja un sentimiento de incontrolabilidad), puede llevar inicialmente a la ansiedad, seguida por depresión.

Por otro lado, el estudio de la ansiedad parece aportar datos interesantes a los estudios de género. Puede que los efectos de eventos negativos, incontrolabilidad y estilo atribucional expliquen en parte la preponderancia de mujeres entre las personas con ansiedad o desórdenes depresivos. (Barlow, 1988, en Barlow, 2002). Este argumento se sostiene en que, comparadas con los niños, las niñas pueden estar sujetas a un número más grande de eventos negativos a lo largo de su infancia y adolescencia. Las niñas entonces pueden aprender que sus comportamientos tienen menor impacto en su ambiente. Se piensa que estos dos factores pueden contribuir a un sentimiento de incontrolabilidad en las niñas y fomentar el desarrollo de estilos de atribución pesimistas. Como se puede ver las mujeres presentan una susceptibilidad más alta en cuanto a sus emociones que los hombres, ya que éstos últimos presentan empatía en mayor grado que

las mujeres, pues esta emoción es considerada como adaptativa. Pero en este caso la empatía se maneja como compasión, pues se convierte en una emoción compleja; de acuerdo a la teoría de Plutchik (1980, en Gross, 1998) en la cual 8 emociones básicas toman parte, forman 4 pares compuestos que se muestran dentro del círculo con otras 8 emociones complejas en la parte externa, las diferentes emociones se pueden combinar para producir un rango de experiencias aún más amplio. Donde la compasión es una emoción negativa ya que la persona no se pone en el lugar del otro ; esto lo podemos explicar con la teoría de Berne (en Mendoza, 1999) que dice que las emociones sustituidas o rebusques (del niño adaptado) son adquiridas por la persona. Al origen de esta emoción que surge como consecuencia de la no aceptación de la emoción auténtica o natural, es lo que él llamó emoción sustitutiva o “rebusque”, definida así por inadecuada, fomentada por los padres o estilos parentales de la infancia, que reemplazan a la emoción auténtica, ignorada o prohibida por éstos.

En base a esta teoría, se puede decir que las mujeres al presentar el enojo tan alto nos indica que ellas aceptan la emoción que sienten en el momento indicado, ya que pueden expresarlo cuando se requiere; como lo ilustra Manghi (2003) diciendo que la emoción puede evocarse en las comunicaciones, en las dinámicas y en los procesos que tienen lugar en el interior del cuerpo o de la psique individual, pero al mismo tiempo en el interior de los contextos interactivos y comunicacionales (en este caso el conflicto en la pareja).

Las emociones son conocidas como sentimientos elásticos, es decir, viejos sentimientos despertados por una situación actual que tiene algún punto de unión con otra ocurrida hace tiempo y no resuelta adecuadamente, y es por ello que genera una situación inconclusa que quedó archivada y que ahora surge por conexión con algo que la hace aparecer, recobrando su intensidad al reconectarse y activarse ante la situación presente del individuo. Pues en este estudio se hace hincapié en la atribución, la cual desata la emoción presente durante el conflicto y que en general se torna negativa.

En relación a las diferencias que se observaron entre hombres y mujeres en las atribuciones no es tan significativa como en las emociones, ya que en las atribuciones ambos presentan una atribución alta al locus de causalidad en el que se deslindan de responsabilidad creyendo que la situación es la que provoca el evento, la causalidad se

asigna a un factor, a un agente o a una fuerza exterior (Heider, 1958). Esto implica que sin importar si se es hombre o mujer se atribuye el conflicto a situaciones externas.

Dentro del campo de las emociones se observó una diferencia significativa donde las mujeres presentaban un enojo mayor al realizar la atribución a los factores del locus de causalidad; mientras que los hombres empleaban una mayor empatía durante el conflicto, pero se presenta de forma negativa, ya que el hombre al realizar su atribución, disfraza la emoción percibida en una positiva cuando ésta en realidad es negativa, donde puede demostrar a la mujer que lo que siente es lo adecuado cuando en realidad no lo es; esto se puede explicar con la teoría de Lazarus, (1966) en la que plantea que la evaluación produce una reacción emocional en forma de un impulso a la acción según eso a la experiencia emocional y a la conducta.

En conclusión se puede decir que las mujeres presentan atribuciones referidas a su entorno principalmente, las cuales les producen la emoción de enojo durante el conflicto; por su parte los hombres presentan en mayor grado la empatía que las mujeres durante el conflicto porque no asumen las emociones que presentan durante este por la experiencia personal o por el aprendizaje que obtuvieron durante su infancia, si tomamos en cuenta que en nuestra sociedad al hombre se le enseña que el debe tener el control de las situaciones por ser el protector y abastecedor en la relación, creando así un manejo inadecuado de las emociones (encubriéndolas).

REFERENCIAS

- Anderson, C., Lapper, M. & Ross, L. (1980). Perseverance of social theories: The role of explanation in the persistence information. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 1037-1049.
- Bains, G. (1983). Explanations and the need for control. En M. Hewstone (comp.), *Attribution theory: Social and functional extensions*. Oxford: Basil Blackwell.
- Barlow, H. D. (2002). *Anxiety and its disorders, the nature and treatment of anxiety and panic*. The Guilford Press: New York
- Baumeister, R. (1982). A self-presentational view of social phenomena. *Psychological Bulletin*, 91, 3-26.
- Carroll, J. & Payne, J. (1976). The psychology of the parole decision process: A joint application of attribution theory and information processing psychology. En J. Carroll & J. Payne (comps), *Cognition and social behaviour*. Hillsdale, N. J.: Erlbaum.
- De Catazaro, D. (1999). *Motivación y emoción*. México, Prentice Hall.
- Einsberg, N., Losoya, S., Guthrie & Ivanna K. (1997). Social Cognition and Prosocial Development. En *The development of social cognition*, Hala (Ed). Inglaterra: Psychology Press.
- Ekman, P. (1994). Strong evidence for universal in facial expressions: A reply to Russell's mistaken critique. *Psychological Bulletin*, 15, 268-287.
- Försterling, F. (2001). *Attribution, an introduction to Theories, Research and Applications*. Psychology Press: Philadelphia.
- Goleman, D. (1995). *La inteligencia emocional*. Bogotá: Colombia.
- Hala, S. (1997). Introduction. En *The development of social cognition*, Hala (Ed). Inglaterra: Psychology Press.
- Heider, F. (1958). *The psychology of the interpersonal relations*. Nueva York, Wiley.
- Hewstone, M. (1992). *La atribución causal: del proceso cognitivo a las creencias colectivas*. España, Paidós.
- Jones, E. & Davis, K. (1965). From acts to dispositions: the attribution process in person perception. En L. Berkowitz (comp.), *Advances in experimental social psychology*. 2, Nueva York: Academic Press.
- Kelley, H. (1967). Attribution theory in social psychology. En D. Levine (comp.), *Nebraska symposium on motivations*. 15, Lincoln: University of Nebraska Press.

- Kelley, H. (1972). Causal schemata an the attribution process. En E. E. Jones, D. E. Kanouse, H. H. Kelley, R.E. Nisbett, S. Valins & B. Weiner (comps.), *Attribution: Perceiving the causes of behaviour*. Morristown, N. J.: General Learning Press.
- Kimble, C., Hirt, E., Díaz-Loving, R., Hosch, H., Lucker, G. y Zarate, M. (2002). *Psicología social de las Americas*. México, Pearson Educación.
- Langer, E. (1975). The illusion of control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 32, 311-328.
- Mann, L. (1993). *Elementos de psicología social*. México, Limusa.
- Morales, J., Huici, C., Moya, M., Gaviria, E., López-Saez, M. y Nouvilas, E. (1994). *Psicología Social*. España, McGraw Hill.
- Morris, G. y Maisto, A. (2005). *Introducción a la psicología*. Pearson: México.
- Moscovici, S. (1986). *Psicología social II*. España, Paidós.
- Orvis, B., Kelley, H. & Butler, D. (1976). *Attributional conflicts in young couples*.
- Palmero, F., Fernández-Abascal, E., Martínez, F. y Chóliz, M. (2004). *Psicología de la motivación y la emoción*. McGraw Hill/ Interamericana de España.
- Perlman, D. y Cozby, P. (1985). *Psicología social*. México, Nueva Editorial Interamericana.
- Ramírez, R. (2003). *El problema en el niño como un factor predominante para el trastorno emocional en el adulto*. Tesis de Licenciatura UNAM ENEPI.
- Reeve, J. (1994). *Motivación y Emoción*. McGraw Hill, Interamericana.
- Reeve, J. (2003). *Motivación y Emoción*. McGraw Hill, Interamericana, 3ª edición.
- Reidl, L. (2005). *Celos y envidia: emociones humanas*. México, Universidad Nacional Autónoma de México.
- Russell, D. & McAuley, E. (1986). Causal attributions, causal dimensions, and affective reactions to success and failure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 1174-1185.
- Salazar, J., Montero, M., Muñoz, C., Sánchez, E., Santero, E. y Villegas, J. (1979). *Psicología social*. México, Trillas.
- Snyder, M. (1984). When belief creates reality. En L. Berkowitz (comp.), *Advances in experimental social psychology*.18, Nueva York: Academic Press.
- Tedeschi, J. & Riess, M. (1981). Verbal strategies in impresión management. En C. Antaki (comp.), *The Psychology of ordinary explanations of social behaviour*. Londres: Academic Press.

- Varela, M. P. (2002). *Ansiosamente: Claves para reconocer y desafiar la ansiedad*. La esfera de los libros: Madrid.
- Weary, G (1981). Role of cognitive, affective and social factors in attribution biases. En J. H. Harvey (comp), *Cognition, social behavior and environment*. Hillsdale, N. J.: Erlbaum.
- Weiner, B. (1979). A theory of motivation for some classroom experiences. *Journal of Educational Psychology*, 71, 3-25.
- Wells, G. (1982). Attribution and reconstructive memory. *Journal of Experimental Social Psychology*, 18, 447-463.
- Wortman, C. (1976). Causal attributions and personal control. En J. H. Harvey, W. J. Ickes & R. F. Kidd (comps.) *New directions in attribution research*. 1, Hillsdale, N. J.: Erlbaum.
- Zuckerman, M. (1982). Actions and occurrences in Kelley's cube. *Journal of Personality and social Psychology*, 36, 647-656.

Anexos

INTRODUCCIÓN

El siguiente cuestionario es parte de un estudio que se lleva a cabo en la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México para conocer la forma en la cual se relacionan las parejas, con el objetivo de crear programas de intervención que proporcionen alternativas para mejorar y /o fortalecer este aspecto.

La información que usted pueda proporcionarnos será tratada con absoluta confidencialidad, en forma anónima y procesada estadísticamente, por ello se le pide que conteste en forma honesta y sincera, ya que de sus respuestas depende que tan exitosos sean estos programas.

Por favor haga un esfuerzo por contestar todas las afirmaciones, recuerde que no hay respuestas correctas e incorrectas, sólo nos interesa saber como percibe su relación de pareja en general.

AGRADECEMOS DE ANTEMANO SU COOPERACIÓN.

Nota: Para esta sección, por favor ignore los cuadritos, pues serán utilizados para codificar la información que usted nos proporcione.

FOLIO
CELDA

Datos personales:

Sexo: Masculino (1) Femenino (2) **Edad:** ____ años

Escolaridad: Primaria (1) Secundaria (2) Técnico (3) Preparatoria (4)
Licenciatura (5) Posgrado (6) Doctorado (7)

Estado Civil: Soltero (1) Casado (2) Unión Libre (3) Divorciado (4)
Separado (5)

*Número de hijos: __ Edades: Mayor ____; ____; ____; ____; ____; ____; ____;
____ menor

Ocupación: _____ **Trabaja fuera de casa:** Si (1) No (2)

Datos de mi pareja:

Edad: ____ años **Ocupación:** _____

Trabaja fuera de casa: Si (1) No (2)

¿Cuanto tiempo lleva en su relación de pareja? ____ años ____ meses.

6. ¿Piensa que esta acción o conducta fue algo en lo que su pareja pudo influir?

1.....2.....3.....4.....5.....6
7

No podía influir del todo *Definitivamente podía influir*

7. ¿Piensa que su pareja tenía el control de sus acciones / conducta?

1.....2.....3.....4.....5.....6
7

No del todo tenía el control *Definitivamente tenía el control*

8. ¿Piensa que su pareja podía haber hecho algo para evitarlo?

1.....2.....3.....4.....5.....6
7

No podía haber hecho haber nada para evitarlo algo para evitarlo *Definitivamente podía hecho*

9. ¿Piensa que la acción fue influenciada por otra(s) persona(s)

1.....2.....3.....4.....5.....6
7

No del todo fue influenciada por otros *Definitivamente fue influenciada por otros*

Indique en quién estaba pensando cuando se le preguntó por otra(s) persona(s)

 --

10. ¿Piensa que otra(s) persona(s) controlaba (n) las acciones de su pareja?

1.....2.....3.....4.....5.....
6.....7

Otras personas no otras tenían el control control *Definitivamente personas si tenían el control*

Indique en quién estaba pensando cuando se le preguntó por otra(s) persona(s)

11. ¿Piensa que había algo que otra(s) persona(s) pudo (pudieron) hacer para evitar la acción?

1.....2.....3.....4.....5.....6
7

Otros no pudieron haber hecho algo

Definitivamente otros pudieron haber hecho algo

Indique en quién estaba pensando cuando se le preguntó por otra(s)

persona(s) _____
— —

En su opinión ¿porqué su pareja hizo esto? (En el siguiente espacio, por favor, escriba lo que usted cree que fue la causa o razón por la cual la persona realizó esta acción o conducta que le causó daño)

tomando en cuenta lo que escribió sobre la causa...

12. ¿Esta causa fue algo interno de su pareja?

1.....2.....3.....4.....5.....6
.....7

No del todo fue algo interno

Definitivamente fue algo interno

13. ¿Esta causa fue algo de la situación o circunstancia?

1.....2.....3.....4.....5.....6
.....7

No del todo fue algo de la situación

Definitivamente fue algo de la situación

14. ¿Esta causa fue de su pareja?

1.....2.....3.....4.....5.....6
.....7

No del todo fue de mi pareja

Definitivamente fue de mi pareja

15. ¿Esta causa fue algo externo a su pareja?

1.....2.....3.....4.....5.....6
.....7

*No del todo fue algo externo
externo a mi pareja*

*Definitivamente fue algo
a mi pareja*

16. ¿Esta causa era algo que su pareja pudo influenciar?

1.....2.....3.....4.....5.....6
.....7

*No pudo influenciarla
influenciarla*

Definitivamente pudo

17. ¿Su pareja podía controlar la causa?

1.....2.....3.....4.....5.....6
.....7

*No podía controlarla
controlarla*

Definitivamente podía

18. ¿Había algo que su pareja podía haber hecho sobre esta causa?

1.....2.....3.....4.....5.....6
.....7

*No podía hacer nada
algo*

Definitivamente podía hacer

19. ¿Esta causa fue algo en lo que otra(s) persona(s) podían influir?

1.....2.....3.....4.....5.....6
.....7

*No, otras personas
no podían influir*

personas

*Si, otras
definitivamente podían influir*

**Indique en quién estaba pensando cuando se le preguntó por otra(s)
persona(s)** -----
--

20. ¿Otras personas podían tener control sobre la causa?

1.....2.....3.....4.....5.....6
.....7

*No, otras personas
no la podían controlar
controlar*

*Definitivamente,
personas la podían*

Indique en quién estaba pensando cuando se le preguntó por otra (s) persona (s) _____

— —

21. ¿Hubo algo que otras personas pudieron haber hecho con respecto a la causa?

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7

*No hubo nada que otras personas
pudieron haber hecho*

*Definitivamente hubo algo que otras
personas pudieron haber hecho*

Indique en quién estaba pensando cuando se le preguntó por otra (s) persona (s) _____

— —

22. ¿Esta causa es algo temporal?

1.....2.....3.....4.....5.....6
.....7

*No es temporal
temporal*

Definitivamente es

23. ¿Esta causa es estable en el tiempo?

1.....2.....3.....4.....5.....6
.....7

*No del todo es estable
estable*

Definitivamente es

24. Esta causa es algo que puede cambiar en el futuro?

1.....2.....3.....4.....5.....6
.....7

No puede cambiar

Definitivamente puede cambiar

Por favor, piense que sintió hacia su pareja como resultado del incidente

1. ¿Sintió comprensión hacia su pareja?

1.....2.....3.....4.....5.....6
.....7

No del todo

Mucha

2. ¿Sintió compasión por su pareja?

1.....2.....3.....4.....5.....6
.....7

No del todo

Mucha

3. ¿Sintió lástima por su pareja?

1.....2.....3.....4.....5.....6
.....7

No del todo

Mucha

4. ¿Sintió pena por su pareja?

1.....2.....3.....4.....5.....6
.....7

No del todo

Mucha

5. ¿Se sintió molesto (a) con su pareja?

1.....2.....3.....4.....5.....6
.....7

No del todo

Mucho

6. ¿Se sintió enojado (a) con su pareja?

1.....2.....3.....4.....5.....6
.....7

No del todo

Mucho

7. ¿Se sintió furioso (a) con su pareja?

1.....2.....3.....4.....5.....6
.....7

No del todo

Mucho

Por favor, indique que tanto experimentó las siguientes emociones

8. ¿Preocupación?

1.....2.....3.....4.....5.....6
.....7

No del todo

Mucho

9. ¿Ansiedad?

1.....2.....3.....4.....5.....6
.....7

No del todo

Mucho

10. ¿Miedo?

1.....2.....3.....4.....5.....6
.....7

No del todo

Mucho

11. ¿Vergüenza?

1.....2.....3.....4.....5.....6
.....7

No del todo

Mucho

12. ¿Pena?

1.....2.....3.....4.....5.....6
.....7

No del todo

Mucho

13. ¿Culpa?

1.....2.....3.....4.....5.....6
.....7

No del todo

Mucho

14. ¿Orgullo?

1.....2.....3.....4.....5.....6
.....7

No del todo

Mucho

15. ¿Felicidad?

1.....2.....3.....4.....5.....6
.....7

No del todo

Mucho

16. ¿Tristeza?

1.....2.....3.....4.....5.....6
.....7

No del todo

Mucho

Gracias por su participación