

## EMOCION

Skinner, B.F. (1971). Emoción. En *Ciencia y Conducta Humana*. Cp. 10 Pg 165-174. Edit. Fontanella

### ¿QUÉ ES UNA EMOCION?

Las “emociones” constituyen excelentes ejemplos de las causas imaginarias a las que comúnmente atribuimos la conducta. Escapamos a causa del “miedo” y pegamos a causa de la “ira”, nos sentimos paralizados por la “rabia” y deprimidos por el “dolor”. Estas causas son, a su vez, atribuidas a hechos de nuestro pasado o a circunstancias presentes – a las cosas que nos asustan, enfurecen, encolerizan o nos entristecen-. La conducta, la emoción y el acontecimiento externo precedente son los tres eslabones de nuestra conocida cadena causal. El eslabón intermedio puede ser considerado psíquico, se argumenta que una circunstancia externa es la culpable de que un sujeto se *emocione* y que este sentimiento le mueve a realizar la acción apropiada. La famosa teoría de James Lange –desarrollada por el psicólogo americano William James y el médico danés C.G. Lange- afirmaba, sin embargo, que el individuo no siente la causa interna de la emoción, sino simplemente una parte de la propia conducta emotiva. James formuló este aserto de manera clásica diciendo “que estamos tristes porque lloramos, airados porque pegamos, asustados porque temblamos y no como podría creerse, que lloramos, pegamos o temblamos porque estamos tristes, airados o temerosos”. Esta teoría dio importancia al estudio de los cambios fisiológicos que “sentimos” en la emoción y, en cierta medida, identificó el eslabón psíquico intermedio con el fisiológico. Los cambios mas evidentes que tienen lugar cuando el profano dice que “siente una emoción”, consisten en respuestas de los músculos de fibra lisa y de las glándulas – como por ejemplo, ruborizarse, palidecer, llorar, sudar, salivar y contraer los pequeños músculos de la piel que producen la “carne de gallina” en el hombre y en el erizado del pelo en los animales-. Muchos de estos cambios nos son familiares en la forma registrada por el “detector de mentiras”, que no detecta la deshonestidad, sino las respuestas emotivas generadas cuando el individuo mantiene una conducta por la cual ha sido castigado previamente.

A pesar de las numerosas investigaciones llevadas a cabo, no ha sido posible demostrar que cada emoción se distinga de las demás por un modelo particular de respuestas de glándulas y músculos de fibra lisa. Aunque existen unos pocos modelos característicos de tales respuestas, a menudo las diferencias entre las emociones no son muy grandes ni se adaptan a las distinciones acostumbradas. Tampoco dichas respuestas constituyen un diagnóstico de la emoción en general

ya que también aparecen en otras circunstancias; por ejemplo, después de un ejercicio pesado o bajo un viento helado.

Se dice normalmente que ciertas respuestas proporcionadas por los músculos faciales y posturales “expresan” emoción. Reír, refunfuñar, gruñir, crujir los dientes y las respuestas musculares que acompañan la secreción de lágrimas son ejemplo de ello. Los organismos inferiores tienen, en general, un repertorio de esta clase más amplio. Las expresiones emotivas pueden ser imitadas por conducta operante, como en el teatro, y son frecuentemente modificadas por el medio ambiente social para adaptarse a las normas culturales. En cierta medida, una cultura determinada tiene su propia manera de reír, de manifestar su dolor, etc. No ha sido posible hasta la fecha, especificar grupos concretos de respuestas expresivas como característicos de emociones determinadas, y, en cualquier caso, nunca se afirma que tales respuestas *sean* la emoción.

En la investigación de lo que sucede “en la emoción” el científico se ha encontrado en una peculiar situación de desventaja. Allí donde el profano identifica y clasifica emociones no solamente con facilidad, sino también con un grado de seguridad considerable, el científico, al concentrar su atención en respuestas de glándulas y músculos de fibra lisa, y en conductas significativas, no ha estado seguro de poder establecer diferencia alguna, incluso entre emociones relativamente tan poco matizadas como la ira y el miedo. Parece que se ha prestado poca atención a algunos de los medios de identificación que suele utilizar el profano. El profano no afirma que alguien está enfadado simplemente porque los pequeños vasos sanguíneos se dilatan y por tanto enrojece, o porque su pulso se acelera, o porque ciertos músculos se ponen su mandíbula y labios en una posición que recuerda el gruñido de un animal primitivo. Todo esto puede suceder “sin emoción” y el profano juzga, frecuentemente, que alguien está enfadado aunque no tenga conocimiento de ninguna de estas respuestas; por ejemplo, cuando dice que el que escribió una carta debía estar enfadado al hacerlo. Sabe que su acompañante tiene miedo cuando atraviesan una calle oscura, aunque no vea como empalidece, ni sepa que se ha detenido la secreción de sus jugos digestivos o que su pulso se ha acelerado. Todo esto podría también suceder en otras circunstancias en las que él no consideraría en absoluto asustado a su acompañante.

## **LA EMOCION COMO PREDISPOSICION**

Cuando el hombre de la calle dice que alguien tiene miedo, está enfadado o enamorado, habla en general de predisposiciones a actuar de maneras determinadas. El sujeto “iracundo” muestra una probabilidad incrementada de pegar, insultar o infligir otra clase de injurias, y una probabilidad disminuida de ayudar, favorecer, confortar o hacer el amor. El “enamorado” muestra una tendencia incrementada a ayudar, favorecer, acompañar, acariciar, y una tendencia disminuida a herir, de cualquier forma que sea. Alguien “que tiene miedo” tiende a reducir o a evitar el contacto con estímulos específicos –huyendo,

escondiéndose, o tapándose los ojos y los oídos; al mismo tiempo es menos probable que avance hacia un terreno desconocido-. Estos son hechos útiles, y , en el análisis científico, existe algo parecido al modo de clasificar del profano.

Los nombres de las llamadas emociones sirven para clasificar la conducta con respecto a diversas circunstancias que afectan su probabilidad. Lo más adecuado es mantener la forma adjetiva. Del a misma forma que el organismo hambriento puede ser descrito sin demasiada dificultad mientras que la definición de “hambre” presenta muchos problemas, al describir la conducta como temerosa, afectuosa, tímida, etc, no nos vemos obligados a definir unas cosas llamadas emociones. Las expresiones comunes “enamorado”, “miedoso” e “iracundo” sugieren una definición de emoción como un estado conceptual en el que una respuesta determinada se da en función de las circunstancias de la historia del individuo. En el lenguaje habitual, y para muchos fines científicos, es a menudo deseable utilizar una forma como ésta para referirnos a la intensidad en términos de variables de las cuales el función. Pero así definida, una emoción, como un *drive*, no debe ser identificada como circunstancias fisiológicas o psíquicas.

## **REPUESTAS QUE VARIAN CONJUNTAMENTE EN LA EMOCION**

No podemos garantizar que, al realizar un estudio científico, el vocabulario del profano se mantenga sin cambios. Sin embargo, en el exámen que vamos a realizar a continuación utilizaremos términos tomados de la conversación corriente para referirnos a observaciones conocidas y para señalar algunos problemas esenciales.

Algunas emociones –como por ejemplo, la alegría y la tristeza- implican el repertorio entero del organismo. Reconocemos este hechos al decir que una emoción es excitante o depresiva. Algunas emociones implican el repertorio completo pero de maneras más específicas. Probablemente, ninguna conducta se mantiene inalterable cuando el organismo tiene miedo o se enfurece, pero quedan afectadas especialmente las respuestas relacionadas con características determinadas del medio ambiente (el “objeto” del miedo o de la ira). Algunas de las emociones más tenues como la turbación, simpatía o diversión, pueden localizarse de manera más precisa en pequeñas subdivisiones de un repertorio.

Las respuestas que varían conjuntamente en una emoción lo hacen, en parte, a causa de una consecuencia común. En la ira, las respuestas que se intensifican ocasionan daños en personas y objetos. Este proceso es a menudo biológicamente útil cuando un organismo compite con otros organismos o lucha con el mundo inanimado. La agrupación de respuestas que definen a la ira depende así, en parte, del condicionamiento. Durante la ira la conducta que produce daños se ve reforzada y, por consiguiente, se encuentra controlada por las circunstancias que controlan la ira. De la misma forma que la comida constituye un refuerzo para un organismo hambriento, el daño infligido a otro constituye un refuerzo para un organismo airado. Al igual que un hombre

hambriento, exclama “¡Bien!” cuando recibe comida, también el hombre enfurecido exclama “¡Bien!” cuando su oponente es dañado de algún modo.

Sin embargo, alguna de las conductas implicadas en la emoción es aparentemente incondicionada y, en este caso, la agrupación debe explicarse en términos de consecuencias evolutivas. Por ejemplo, en algunas especies, el morder, golpear y arañar parecen intensificarse durante la ira, antes de que el condicionamiento haya podido tener lugar. Estas respuestas originan gritos de dolor y otras manifestaciones de daño que entonces refuerzan otras respuestas incluyéndolas dentro de la categoría de “conducta airada”. Por ejemplo, si un niño enfadado ataca, muerde y pega a otro niño –todo ello sin condicionamiento previo- y si el otro niño llora y escapa, entonces estas mismas consecuencias pueden reforzar otra conducta del niño enfadado que difícilmente puede ser innata –por ejemplo, importunar al otro niño, quitarle los juguetes, destruir lo que ha hecho o insultarle-. El adulto posee un repertorio completo de respuestas verbales hirientes evidentemente condicionadas, todas las cuales se intensifican durante la “ira” y covarían con la conducta incondicionada como una función de las mismas variables.

## **PROCESOS EMOTIVOS**

Descubrimos las variables de las cuales son función los estados emocionales – de la misma forma que descubrimos cualquier variable-, buscándolas. Muchos ejemplos nos son familiares. Un ruido fuerte inesperado a menudo produce “miedo”. Una limitación física continua u otra interferencia con la conducta puede generar “enojo”. El hecho de no recibir un refuerzo habitual es un caso especial de limitación que genera un tipo de enojo llamado “frustración”. La conducta que ha sido castigada a menudo puede ser emitida de una forma que llamamos “tímida” o “aturdida”. Sin embargo, no debemos esperar mucho en términos de la conversación diaria. Han surgido a partir de circunstancias que ponen de relieve una definición precisa. Incluso una emoción aparentemente bien definida como la ira puede no ser reducible a una sola clase de respuestas o atribuible a un único grupo de procesos. La ira producida por una circunstancia puede no ser la misma que la producida por otra. Es decir, la interrupción de una secuencia de respuestas previamente establecida tiene generalmente un efecto emotivo, pero cuando alguien no puede escribir una carta porque ha perdido la pluma, no puede abrir una puerta porque está cerrada por el otro lado o no puede conversar con otra persona completamente sorda o que no habla el mismo idioma, los efectos resultantes pueden ser distintos en tantos aspectos como difieran las circunstancias. Agruparlas todas bajo la etiqueta de “condiciones frustrantes” y describir todos los cambios experimentados en la conducta como “enojo”, es una simplificación engañosa. El reconocimiento de emociones confusas sugiere que la clasificación usual hace distinciones que no siempre corresponden a los hechos.

Las emociones sutiles son todavía más difíciles de analizar. La situación a la que el profano llama soledad, por ejemplo, parece ser una forma leve de frustración

debida a la interrupción de una secuencia establecida de respuestas que han sido reforzadas positivamente por el ambiente social. El hombre que se siente solo no tiene a nadie con quien hablar. Donde quiera se dirija, su conducta no tiene ninguna posibilidad de ser efectiva. La soledad debida a la ausencia de una sola persona que ha producido refuerzo en forma de afecto, puede ser muy profunda, tal como lo demuestra el individuo que ha sufrido un desengaño amoroso. La soledad del hombre afable que debe vivir en un país extranjero durante mucho tiempo tiene un carácter distinto. Un niño que se pierde entre la muchedumbre sufre todavía de una forma distinta: toda la conducta que previamente se había visto reforzada por la aparición de su madre o de su padre, ahora fracasa; mira a su alrededor pero no los ve; grita y llora, pero no responden. Dependiendo de una gran variedad de circunstancias el resultado puede estar más cerca del miedo, la ira o la tristeza. En la actualidad no parece que exista ninguna clasificación que lo incluya todo y que sea aplicable a todos estos ejemplos.

Hemos advertido que los campos de la motivación y la emoción están muy cercanos. Pueden, desde luego, sobreponerse. Cualquier privación externa actúa probablemente como mecanismo emotivo. El hombre que está muriendo de hambre se encuentra casi necesariamente, frustrado y temeroso. La nostalgia incluye tanto un *drive* como una emoción. Si separamos a un hombre del ambiente que le rodea, una gran parte de su conducta social no puede ser emitida y puede, por tanto, convertirse cada vez en más probable: volverá a su antiguo ambiente en cuanto le sea posible y, cuando lo haga, se mostrará particularmente "sociable". Otras partes de su conducta se intensifican porque quedan automáticamente reforzadas bajo la privación reinante; hablará, a quien quiera escucharle, de su antiguo ambiente, de sus amigos y de lo que solía hacer. Todo ello es resultado de la privación. Pero la nostalgia es también una circunstancia emocional en la cual existe un debilitamiento general de otras formas de conducta –una "depresión" que puede ser bastante profunda-. No podemos clasificar este fenómeno como el resultado de una privación porque la conducta así afectada no se ha visto específicamente restringida. Las distinciones de este tipo pueden parecer un poco forzadas, pero vale la pena hacerlas siempre que estemos interesados en comprender o alterar tales circunstancias.

## **LA EMOCION TOTAL**

Definimos una emoción – en la medida en que deseamos hacerlo- como un estado particular de fuerza o debilidad de una o más respuestas, inducido por cualquier procedimiento de una clase determinada. Aunque podemos hacer tantas distinciones como queramos entre diferentes emociones, ese intento agota a sí mismo en el interminable número de distinciones que en realidad son posibles. Disponemos de métodos y prácticas adecuados para examinar los efectos de cualquier procedimiento concreto en el que podamos estar interesados, y una proposición acerca de la relación entre ambos parece no dejar nada importante para descubrir. Por otra parte, las respuestas reflejas que acompañan a muchos de estos estados intensos no deben ser del todo marginadas. Puede que no nos

sirvan de ayuda para perfilar nuestras distinciones, pero añaden detalles característicos al cuadro final que presenta el efecto de una circunstancia emocional dada. Al describir el hecho de que la crítica de su trabajo “pone furioso a un empleado”, por ejemplo, podemos decir: 1) que enrojece, que le sudan las palmas de las manos y, si resulta evidente, que se le “corta la digestión”; 2) que su cara adopta una “expresión” característica de furia; y 3) que tiende a cerrar las puertas de golpe, a dar puntapiés al gato, a hablar lacónicamente a sus compañeros de trabajo, a tomar parte activa en una pelea, y a observar con especial interés una lucha callejero o un combate de boxeo. La conducta operante señalada en 3) parece mantenerse agrupada con respecto a una consecuencia común: que alguien o algo es dañado. Podemos considerar que la “emoción total” –caso de que tenga algún interés averiguarla- es el efecto total producido por la crítica de su trabajo sobre su conducta.

Las llamadas fobias proporcionan ejemplos extremos. Las fobias reciben generalmente su denominación de acuerdo con las circunstancias que dan lugar a la condición emocional: en la claustrofobia, por ejemplo, un cambio positivamente violento en la conducta tiene lugar cuando se confina a un organismo a un espacio reducido; en la agarofobia un efecto similar se consigue situando al organismo en un gran espacio abierto. Muchas fobias son generadas por circunstancias más específicas: alguien con una conducta perfectamente normal en otros aspectos puede mostrar un miedo excesivo a los pájaros muertos, por ejemplo. ¿Cómo deberíamos describir esta última “emoción”? Probablemente podríamos demostrar que la visión inesperada de un pájaro muerto provoca respuestas reflejas considerables –palidecer, sudar, cambiar el ritmo del pulso, etc. -, así como diversas expresiones causadas por los músculos de la cara y el cuerpo. Si éste fuera el alcance de la fobia podríamos dar una descripción completa de la misma como un conjunto de reflejos condicionales provocado por la visión de un pájaro muerto, pero es posible señalar otros efectos importantes. La conducta de escapar será muy poderosa. Parte de esta conducta – como volverse o huir- puede ser incondicionada o debida a un condicionamiento muy temprano en la historia del organismo. Parte de ella, sin embargo, -como llamar a alguien para que quite el pájaro, por ejemplo - , tiene evidentemente un origen posterior. El resto del repertorio experimenta un cambio general. Si nuestro sujeto estaba cenando en aquel momento, observamos que cesa de comer o como más lentamente. Si estaba haciendo alguna otra cosa, observamos un cambio que podríamos describir como “pérdida de interés”. Vemos que se encuentra más dispuesto a sobresaltarse ante ruidos imprevistos y a mirar a su alrededor con cautela después de entrar en un terreno desconocido. Estará menos dispuesto a conversar con naturalidad, reír, contar chiste, etc. Estará predispuesto a “ver” un pájaro muerto en lugar de un viejo sombrero tirado en el suelo, en el sentido de que este estímulo, que hasta cierto punto se parece a un pájaro muerto, puede restablecer todas las circunstancias emocionales que hemos descrito. Estos cambios pueden persistir durante un periodo de tiempo considerable después de que el estímulo haya desaparecido. Una descripción completa de la fobia necesitaría referirse a todos ellos, lo que requeriría, evidentemente, una descripción completa del repertorio de conductas del individuo.

## LAS EMOCIONES NO SON CAUSAS

Mientras concibamos el problema de la emoción como un estado interno, no es probable que hagamos avanzar una tecnología práctica. En la resolución de un problema práctico no sirve de gran ayuda que nos digan que algún rasgo de la conducta de alguien se debe a la frustración o a la ansiedad; necesitamos también que nos digan cómo se han producido la frustración u la ansiedad u cómo podemos cambiar el rasgo. En última instancia, nos encontramos con dos hechos – la conducta emotiva y las circunstancias manipulables de las que la conducta es función – que engloban el adecuado objeto de estudio de la emoción.

Existen ciertos casos en los que pueden indentificarse tres etapas separadas. Una circunstancia emocional crónica conduce, a veces, a ciertas formas de enfermedad. Por ejemplo, alguien a quien le va mal en los negocios puede estar sometido a una larga serie de circunstancias que generan una condición crónica de frustración o ansiedad. Parte de la emoción total puede estar constituida por respuestas reflejas en el campo de la alimentación, que dan como resultado que el hombre pueda ponerse físicamente enfermo – aparición de una úlcera, por ejemplo - . En este caso, está justificado atribuir la causa de la enfermedad a una “emoción”, porque definimos la emoción como un modelo de conducta. Podríamos de la misma forma atribuir a la emoción un cráneo partido, si la herida fue el resultado de una conducta temeraria. Pero esto es algo muy distinto que decir que la conducta emocional es debida a una emoción. Un hombre no descuida sus negocios *a causa* de la ansiedad o la tristeza. Tal afirmación es, como máximo, una forma de clasificar un determinado tipo de negligencia. La única causa válida es la condición externa de la cual la conducta negligente, como parte de un modelo emocional conocido como ansiedad o preocupación, puede demostrarse que está en función. Un descuido similar que podría ser atribuido a un amor imposible no es “debido a una emoción diferente”, sino simplemente al efecto de un conjunto distinto de circunstancias. Para remediar la conducta negligente, en uno u otro caso, debemos atacar las circunstancias externas que son responsables de ella.

La conducta observada durante una emoción no debe confundirse con la emoción como “estado” hipotético, lo mismo que comer no debe confundirse con hambre. Un hombre furioso, al igual que un hambriento, muestra una disposición a actuar de una manera determinada. Puede que nunca actúe de esta manera, pero de todas formas podemos considerar la probabilidad de que lo haga. Del mismo modo que deducimos, a partir de una historia de privación, que un hombre se encuentra probablemente hambriento aunque sea incapaz de comer, también deducimos que probablemente está furioso si generalmente se comporta de manera airada en ocasiones semejantes. Al igual que deducimos que alguien tiene hambre, a partir de sus expresiones faciales, ante el escaparte de un restaurante, también deducimos que está furioso a partir de respuestas relativamente poco importantes que covarian con esa emoción. En ninguno de

estos casos necesita nuestro sujeto emitir la conducta final importante a la cual está predispuesto.

El profano hace una distinción adicional entre una emoción y una predisposición hacia la emoción. Habla de ésta última como de un *humor* cuando el estado es temporal ("Está de buen humor") y como una disposición cuando es de mayor duración ("Tiene poca disposición"). Humor y disposición representan un tipo de probabilidad de segundo orden – la probabilidad de que una circunstancia dada ocasione la probabilidad de una respuesta dada -.

## EL USO PRÁCTICO DE LA EMOCIÓN

La conducta emotiva y las circunstancias que la originan pueden analizarse con mayor facilidad cuando se ponen en práctica. A veces, deseamos provocar los *reflejos* que comúnmente se producen en la emoción. Sin embargo, los reflejos, como hemos visto, no pueden aflorar, de acuerdo con nuestros deseos, como "conducta voluntaria". El poeta que exclama "¡Oh lloremos por Adonais!" no espera realmente que el lector responda de esta forma. No existe ninguna relación interpersonal que permita a una persona provocar una conducta emocional en otra de acuerdo con esta fórmula. La única posibilidad es utilizar un estímulo incondicionado o condicionado que provoque el reflejo. El "serial", como hemos señalado, es una pieza literaria pensada exclusivamente para provocar la secreción de lágrimas. Otros repertorios verbales van destinados a provocar la risa. El uso de estímulos condicionados para provocar, de esta forma. Respuestas emotivas tiene gran importancia práctica para los locutores profesionales.

Cuando queremos eliminar respuestas de este tipo adoptamos procedimientos adecuados al reflejo condicional. Cuando controlamos la tendencia de un compañero a reirse en una ocasión solemne distrayendo su atención de una hecho gracioso, simplemente eliminamos el estímulo que provoca su risa. Cuando conseguimos el mismo efecto golpeándole en la espinilla, simplemente presentamos un estímulo que provoca una respuesta incompatible. En la práctica, se utilizan también ciertas drogas que inducen o eliminan reacciones emotivas. Por ejemplo, en el terreno militar puede indudablemente tener gran valor una droga que reduzca las respuestas características de la ansiedad y el miedo en el campo de batalla.

Frecuentemente, es también deseable cambiar las *predisposiciones* emocionales. En su arenga a los jugadores de rugby antes del partido, el entrenador puede sacar ventaja del hecho que los jugadores muestren más agresividad contra sus adversarios si se les ha hecho enfadar. El interrogador hábil puede utilizar el mismo procedimiento para obligar al testigo a emitir las respuestas verbales que de otra forma no serían dadas. Los soldados y la población civil son inducidos a adoptar conductas agresivas con historias de atrocidades, recuerdos de injurias presentes o pasadas, etc. Desde el momento en que hay implicadas historias individuales, los procedimientos eficaces han de encontrarse, no en un análisis

teórico, sino en el estudio de cada caso, cuando éste surja; sin embargo, una comprensión clara de lo que está sucediendo puede hacer tales prácticas más eficaces.

Una predisposición emocional especialmente importante es aquella en la que el individuo *favorece* a alguien en particular, a un grupo o a un estado de cosas. Es difícil definir las consecuencias particulares de una conducta “favorable”, pero, a menudo, puede descubrirse un efecto bastante concreto. Un político puede organizar reuniones políticas, besar a los niños, publicar detalles autobiográficos favorables, etc., solamente para fortalecer una respuesta muy específica por parte del electorado – que le voten a él - . Un escritor o autor teatral origina respuestas favorables hacia sus personajes presentándolos en situaciones en las cuales fortalecen tal conducta o en las que contrarrestan una conducta opuesta o desfavorable, y de esta forma aumenta las probabilidades de que su libro o pieza “gusten”; pero la conducta final puede que se reduzca a la compra de libros o a la difusión de opiniones favorables. En este caso, parte del efecto puede ser clasificado como refuerzo, pero podemos también distinguir un tipo de proceso que debe clasificarse como emocional. El anunciante interesado en suscitar “buena disposición” hacia su producto emplea los mismos procedimientos; en ellos, la conducta final específica consisten en la compra del producto.