

TEMA 1: naturaleza de las emociones

1872 es la fecha de inicio de las emociones desde el punto de vista biológico, con la obra de Darwin *La expresión de las emociones en los animales y en el hombre*. Naturalista (en conexión con la biología evolucionista), Darwin, plantea una manera de estudiar la biología y la psicología completamente nueva. Por primera vez, estudio de fenómenos relacionados con la mente humana, se conectan con la biología. Es una biología general, concretamente de tipo evolucionista. Todos los libros de Darwin presentan un giro radical respecto a planteamientos anteriores como el de Descartes quien consideraba una diferencia enorme entre animales y seres humanos, cuya mente era muy especial y funcionaba de acuerdo a la respuesta de una serie de principios inobservables en animales. Según el punto de vista de Descartes, los animales no tienen mente pero sí comportamientos que parecen ser inteligentes, que sin embargo, no son más que falsas impresiones pues no tienen alma ni espíritu por lo que no se les puede aplicar ninguna propiedad de la mente humana. Para Descartes los animales sólo tienen reflejos y así explicaba toda la actividad animal (de manera mecánica y gobernada por leyes naturales, no por la inteligencia ni la voluntad)

Voluntad = motivación

Inteligencia = cognición

Sentimiento = emoción PROPIO DE LA MENTE HUMANA.

LIBRE ALBEDRÍO

El comportamiento animal está determinado por factores externos. Todo lo que hace un animal puede explicarse de manera mecánica. El alma humana por espíritu tiene una serie de propiedades que sólo existen en nosotros.

En realidad sí que tenemos algo animal, EL CUERPO, que funciona de manera mecánica. El funcionamiento de nuestro cuerpo se explica pues por leyes fisicoquímicas que rigen el comportamiento animal. Como tenemos un cuerpo también tenemos algún tipo de actividad animal (que se explica de manera mecánica) y no es más que todo el conjunto de conductas que podemos llamar involuntarias. Ej: los reflejos funcionamiento mecánico del cuerpo comportamiento animal. Un agente externo (estímulo), actúa sobre el cuerpo y este origina una respuesta. E-R (CAUSA-EFECTO), es una reacción involuntaria.

Esta división tan tajante no se pudo mantener a partir del siglo XIX, debido a los descubrimientos de Darwin que reemplazaron las ideas de Descartes. Antes de 1872, Darwin escribió otro libro que dio lugar al comienzo del evolucionismo: *El origen de las especies* (1859), en el que se plantea una manera de estudiar la evolución que acabó siendo la que casi todo el mundo acepta. Ahí planteó por primera vez la Teoría de la Selección Natural para explicar como cambian los seres vivos a lo largo de la historia y cómo las especies aparecen, cambian y desaparecen. Para aceptar esta teoría, debemos primero aceptar que existe el cambio y que no hay estabilidad total (idea que defiende el creacionismo: no hay cambios, todo ha sido creado por dios)

Antes del siglo XIX, había evolucionistas que sí pensaban que los seres humanos cambian. Aceptado que existe el cambio (como prueba los fósiles), Darwin intentó explicar los cambios de una manera convincente y para ello utilizó el concepto de selección natural. En 1859 el punto de vista de Darwin no era tan convincente.

Selección natural: la mejor manera de entender este concepto es comparándolo con la selección artificial. La selección natural es el resultado inevitable de una serie de fenómenos que ocurren sin motivación alguna, sin que nadie los dirija. La selección artificial ocurre en condiciones artificiales.

¿Cómo ocurre el proceso selectivo?

En condiciones artificiales: En primer lugar se seleccionan parejas adecuadas a partir de las cuales se selecciona un rasgo biológico. Seleccionar tiene el sentido de potenciar ese rasgo biológico. Cualquier rasgo corporal tiene una base hereditaria, es producto de unos genes determinados y tiene por tanto una base genética. Todos los rasgos biológicos tienen una característica, la variabilidad (requisito imprescindible para que haya selección). No hay dos individuos que sean exactamente iguales (ni aunque pertenezcan a la misma especie), esto implica que si en una población de la misma especie, medimos por ejemplo la altura, veremos que varía (puntuaciones extremas, pocas) (puntuaciones intermedias, muchas). Puesto que depende de la herencia, seleccionando a los extremos (tienen la capacidad muy desarrollada) veremos que las próximas generaciones tendrán dicha capacidad genética muy desarrollada. El rasgo ha sido seleccionado en una población de animales tras haberlo potenciado.

En condiciones naturales: el proceso de selección es muy parecido aunque ya no hay ningún agente que selecciona. Existen una serie de condiciones objetivas, externas, que actúan como selectores, a estas características se les denomina presiones selectivas. Ej:

	Nº de ovejas	P. selectiva	Replicación
Pelo corto	1000	500 (50%)	1500
Pelo largo	100	80 (20%)	240

El rasgo de pelo largo, es seleccionado, al cabo de muchas generaciones, persistirá y desaparecerá el rasgo de pelo corto.

Una característica de la presión selectiva tiene que ver con la adaptación. Recordemos que la variación es heredada, sino se perdería con la muerte del individuo. Si los rasgos son adquiridos por la experiencia del individuo, no son heredables.

Variaciones somáticas (corporales) Valor adaptativo

genéticas cambios en la morfología del cuerpo, (aumentan la supervi-

son también llamadas FENOTÍPICAS vencia)

pues afectan al genotipo. Valor desadaptativo

(disminuye la supervi-

vencia)

Que aumente el valor adaptativo, implica mayor posibilidad de supervivencia y por tanto mayor ÉXITO REPRODUCTIVO.

No basta con que un rasgo sea adaptativo para complementar el proceso selectivo. Lo fundamental es lo que se llama éxito reproductivo (el número de descendientes que puede producir a lo largo de toda su vida). Más descendientes, mayor éxito reproductivo.

La producción de descendientes es fundamental. No todos los individuos tienen las mismas posibilidades de sobrevivir ni de reproducirse. Las variaciones genéticas pasan a la siguiente generación en un número que es proporcional al número de hijos. El número de hijos, implica a su vez, mayor copia de los genes de los progenitores. En una población, los individuos se puede pensar que compiten entre si para producir la mayor descendencia posible puesto que ello conducirá a una representación más notable en la sociedad.

Volviendo a la Expresión de las emociones (1872), Darwin se proponía demostrar que existe una continuidad no sólo física sino que también hay continuidad mental en el sentido de que todos los procesos mentales que podemos considerar humanos, tienen una historia evolutiva (han existido en especies anteriores). Todos esas características se han potenciado con lo que en las siguientes generaciones, estarán más desarrolladas (también existen en otros organismos animales). Las características mentales han sido sometidas al mismo proceso de selección que características corporales, es decir, en especies anteriores tenían valor adaptativo. En relación con las emociones humanas éstas tienen un precedente en especies anteriores y las podemos observar en multitud de animales. Las reacciones animales inicialmente fueron reacciones instintivas (provienen de esa base histórica) o sea que nuestras emociones son derivación de reacciones instintivas. Las emociones fundamentalmente las heredamos. Ej: amor, rabia... TIENEN BASE HEREDITARIA.

Darwin, no intentó estudiar la estructura de la emoción. Lo que le interesa es lo que se ve desde fuera, no la introspección. Observaba, es decir, utilizaba el método observacional por ser más fiable.

Visto desde fuera, vio sólo un conjunto de expresiones emocionales. No sabemos cómo lo siente pero si como lo expresa. De ahí el título.

Al igual, con los seres humanos precisa del método introspectivo y del E. objetivo.

A un animal no se le puede preguntar qué es lo que siente. El estudio comparado de las emociones (muchos individuos), es tarea inevitable para conseguir pruebas a favor de la tesis sobre la existencia de una continuidad mental a lo largo de la evolución.

Los humanos y otras especies de primates, presentan la misma expresión de la emoción. Todos los individuos de la misma especie evolutiva presentan también las mismas emociones, fruto de la herencia (aparecían ya en primates). La expresión de las emociones está muy ligada a un *valor, función* en el sentido de que es adaptativo; es una conducta intuitiva; refleja. En conclusión, si un rasgo tiene un valor fundamental, podrá ser sometido a selección natural o habrá sido sometido con anterioridad, lo que implica que han existido presiones selectivas.

Darwin pensaba que la expresión podía aumentar la supervivencia del individuo de la siguiente manera:

–Engañando al enemigo (como en el caso de los gatos quienes se salvan del depredador gracias a un rasgo adaptativo que tiene valor de supervivencia– selección natural). Existirá selección, si el animal tiene probabilidad de salvar la vida. Estas son expresiones innatas en el sentido de que son reacciones instintivas.

Instintiva quiere decir que el animal no tiene que pensar para llevar a cabo la acción, es una reacción automática, natural..

Las emociones básicas para los seres humanos también son hereditarias, innatas e instintivas; prueba de ello es por ejemplo que las emociones humanas tienen propiedades o características similares a las de otros animales.

En los niños pequeños las emociones son más o menos iguales que en los adultos. En todas las sociedades, las emociones básicas son las mismas.

Esto no quita que algunas expresiones sean aprendidas, hay gestos emocionales que son aprendidos.... Para Darwin, un beso, es una conducta aprendida.

En este libro, Darwin, aplica por primera vez el pensamiento evolucionista a la especie humana y se utilizan explicaciones evolucionistas que no son propiamente Darwinistas. Recurre a mecanismos evolutivos. Ej: no se remite a la selección natural, no lo aplica sistemáticamente a la evolución de la mente aunque inicialmente lo

aplicó a la evolución de los rasgos básicos del cuerpo pero para la mente prefería otras explicaciones.

Un mecanismo evolutivo anterior a la selección natural: hábitos útiles hereditarios o mecanismo de LAMARCK. Su teoría fue muy interesante y parecía dar una explicación complementaria a las ideas de Darwin. Ambos mecanismos parecían que podían explicar la evolución. La teoría de Lamarck se centraba en las modificaciones corporales que van surgiendo a lo largo de la vida del individuo y que pueden ser heredadas (pueden transmitirse a los descendientes). Si esto fuera verdad, se podría producir la evolución de algunos cambios a una gran velocidad (algo que no ocurre en la selección natural). Ej: humanos que migran a África, sufrirán presiones selectivas diferentes y por tanto adaptaciones que pueden ser beneficiosas. Lamarck: el sol... provocará que la piel humana deba defenderse aumentando la producción de melanina. Los individuos acabarán siendo más morenos, si estos cambios son heredados, los individuos tendrán también piel más morena nueva raza a gran velocidad.

Esta explicación estaría muy bien si fuera correcta, pero es falsa. Este mecanismo es imposible, irreal. Para que fuera verdad tendría que ocurrir que los cambios corporales produjeran también cambios en los genes.

Según el Dogma central de la genética (el genotipo determina el fenotipo pero no al revés), lo explicado no puede ser.

A nivel molecular es lo mismo que decir que los genes (ADN) informan como construir el cuerpo pero una proteína no informa sobre como hacer ADN.

Aún así en el siglo XIX esta idea parecía muy interesante. El Lamarckismo sirvió para explicar la evolución de instintos: los instintos según Darwin fueron hábitos útiles que fueron heredados, es decir, aprendizajes que en el pasado eran no instintos sino aprendizajes que fueron desarrollados por una población. Estos hábitos fueron útiles y se convirtieron en hereditarios. Esta posibilidad quedó excluida, eliminada a principios del siglo XX. El Lamarckismo siempre tuvo atracción por parte de los psicólogos debido al enfoque que hace de la mente y por la importancia otorgada al comportamiento.

En la actualidad la explicación posible es la siguiente: los instintos nacen por selección natural.

Darwin introduce otra idea muy importante, otro tipo de selección: la selección sexual, relacionada con el medio social y más concretamente con la reproducción sexual. Su objetivo se centraba en explicar porque han evolucionado características corporales que por selección natural nunca habrían sido seleccionadas (a primera vista parecían perjudiciales, no beneficiosas ni adaptativas). Ej: la cornamenta de los ciervos machos.

La selección sexual consta de dos partes:

que tienen que ver con la competición entre los machos para conseguir recursos. Las cornamentas entonces tienen sentido y conllevan ventajas.

de las hembras (elección de la pareja de reproducción). Las hembras se han comportado como cuidadores de los hombres en ciertos aspectos. Aparecen rasgos inútiles en los hombres, que podemos llamar adornos y que no tienen ningún sentido adaptativo. En los animales existe un rasgo estético que además tiene un efecto.

Tras los trabajos de Darwin, aparecen evolucionistas importantes como SPENCER.

Las ideas de Darwin se extendieron a otros países, algunos de estos autores a partir de los trabajos de Darwin desarrollaron teorías de las emociones denominadas: teoría de los rudimentos o teoría de los residuos. Nuestras emociones son los vestigios de las reacciones instintivas de los animales. Los movimientos expresivos en los humanos que acompañan estados emocionales son residuos de una conducta instintiva en un animal, a medida que el desarrollo mental avanza, se retrae el desarrollo emocional. El desarrollo es por tanto

avance de la razón y retroceso de la emoción. Si esto continuase las emociones desaparecerían.

La inteligencia nova quitando terreno a las emociones sino que éstas se transforman. Por muy racional que sea una persona, al contrario de lo que pensaban los autores evolucionistas, existe y existirá un rasgo emocional.

Estas ideas afectarán también a autores de EE.UU como W. JAMES, quien trabajó un tipo de psicología denominada funcional (Escuela Funcionalista) cuya base es la teoría de la evolución. W. James desarrolló una teoría particular de las emociones. Trabajó en todos los aspectos de la psicología, en relación con las emociones, desarrolló una teoría novedosa: teoría de James– Langue (según estos dos autores la secuencia clásica que sirve para explicar la activación de un estado emocional se puede invertir)

tradicional, clásica:

Percepción de un objeto emoción respuesta corporal (externa o interna)

estado mental

de James:

Percepción de un objeto reacciones orgánicas en emoción o sentimiento

el cuerpo (vegetativas). conciencia de la mente de

Básicamente son reacciones de la mente de esas

vegetales. reacciones corporales.

La interpretación de James fue una visión aceptada por muchos científicos puesto que para ellos (sobre todo para las personas que tienen un enfoque materialista) era una base natural para nuestras emociones, y así se apartaban las emociones del reino del espíritu, colocándose en un mundo material dentro del cuerpo; y donde podrían explicarse de manera biológica. La teoría de James fue también bien vista por evolucionistas por ser una explicación que encajaba con la teoría de los rudimentos.

¿Por qué si las emociones son herencia, residuos del pasado animal, no desaparecieron? Esto se contestaba gracias a James: las emociones que no sirven, que son residuos del pasado, existen debido a que están muy ligadas a la actividad de nuestros órganos internos que todavía son lo que fueron hace miles de años.

Ej:

Visión tradicional: percepción del objeto – miedo – temblamos

James: percepción – temblamos – miedo. (primero las reacciones en el cuerpo).

En el fondo, es una teoría idealista, no materialista. Es un apoyo al dualismo: división aparente entre mente y cuerpo pues en la teoría de James, queda muy bien explicitada la división entre funciones superiores e inferiores y correlativamente entre emociones superiores e inferiores.

–Emociones inferiores: miedo, rabia, ira (emociones básicas). DEL CUERPO

–Emociones superiores: sentimiento estético, sentimiento amoroso, religioso.. DE LA MENTE.

Aplicaba a su teoría, las emociones inferiores, las superiores quedaban fuera por no poder ser explicadas. Esta

postura idealista y es problemática para el enfoque evolutivo ya que imposibilita hacer una conexión entre las emociones inferiores y superiores (no hay conexión entre animales inferiores y superiores). NO CONECTA CON LA POSTURA EVOLUCIONISTA. No explica de donde surgen las emociones superiores.

Cannon es uno de los filósofos más importantes, sus trabajos parecían apoyar las ideas de James, sin embargo, más tarde se observó justamente lo contrario: destruían la teoría de James.

Dos premisas de la teoría de James:

&Los estados emocionales son el reflejo en la conciencia de las reacciones viscerales.

estados fisiológicos del cuerpo son propios de cada emoción:

A emoción A'

B emoción B'

A principios del siglo XX, Cannon comenzó a hacer experimentos con animales: extirpaciones, intoxicaciones, análisis bioquímicos de las raciones al provocarles ciertas emociones... Siempre que hay activación emocional hay muchas reacciones fisiológicas en el cuerpo. En todas las emociones que era capaz de provocar experimentalmente:

SNC: sistema nervioso central.

SNA: sistema nervioso que controla todas las emociones. Sistema nervioso autónomo del que salen fibras que van a las glándulas suprarrenales (sobre el timo), que generan adrenalina y noradrenalina (tienen diferentes efectos pero ambas elevan la tensión arterial para facilitar la presión sanguínea). La adrenalina una vez producida y desencadenada a la sangre, llega hasta otra glándula del cerebro: la hipófisis que produce ACTH, la cual, se libera y actúa sobre las glándulas suprarrenales para que produzcan otra clase de hormonas: corticoesteroides, corticoides; cuya función es aumentar la excitabilidad de las neuronas. Al influir en dicha excitabilidad, hacen que el sistema nervioso esté más atento a los estímulos que se presentan.

E SNC SNA

S.S hipófisis

Glándulas suprarrenales

ATCH

Adrenalina, noradrenalina.

Corticoides (corticosteroides cortisona, cortisol)

médula

SNC: sistema nervioso central

cerebro

neuronas sensoriales.

sistema somático

SNP: sistema nervioso periférico neuronas motoras

SNA División simpática

Sistema parasimpático

No tiene fibras sensoriales, sólo motoras. Desde la médulas hasta diferentes órganos

–Neuronas sensoriales: se transmiten sensaciones.

–Neuronas motoras: se transmiten los impulsos nerviosos que van desde el cerebro hasta los músculos motores. (músculos esquilados)

El SNA, inerva músculos lisos y glándulas (salivares, sudoríparas, digestivas, glándulas de las arterias, del intestino, del páncreas, de la vejiga...). La innervación siempre es doble: a un órgano le llegan dos fibras, una del sistema simpático y otra del sistema parasimpático. Razón de que la innervación sea doble:

efectos de las dos partes del sistema son opuestos: si el sistema simpático activa a un órgano, el parasimpático lo desactiva y viceversa. De esta manera se complementa.

- Sist. Simpático: incrementa la tasa cardíaca, inhibe las glándulas digestivas.
- Sist. Parasimpático: disminuye la tasa cardíaca, activa las glándulas digestivas.

El funcionamiento normal de ambas partes del SNA, permite mantener la homeostasis (equilibrio del cuerpo).

Conclusión: diferentes estados emocionales provocan reacciones similares (CANNON), lo cual, es un problema para la tesis de James.

Cannon hizo un trabajo con gatas, las operaciones fueron llamadas simpatectomías (extirpación de los nervios del sistema simpático), luego comparaba la reacción en animales operados con animales no operados cuando ambos se exponían a una situación de peligro.

Estudiaba la emoción que aparecía:

Animales operados: los cambios hormonales fruto de la activación del SNA quedarían eliminados.

Animales no operados: todo de modo normal.

¿Qué emociones presentan pues los operados? Para la sorpresa de Cannon, la misma reacción externa que los no operados.

Cambios internos emoción LAS IDEAS DE JAMES SON FALSAS.

Todos estos cambios en las vísceras, acompañan los estados emocionales pero no son causa de la emoción. Otros experimentos de Cannon con personas inyectándoles sustancias para provocar una emoción de manera artificial (ej: adrenalina), producen en el sujeto una emoción X. Algunas personas desarrollaban una emoción particular (cuando se les preguntaba por qué sentían eso, tenían un motivo previo y la adrenalina sólo facilita la expresión de ese estado de ánimo que ya existía). En la mayoría de los casos, no se encontró la aparición de un estado emocional claro, sentían cambios pero la reacción como tal no aparecía (nueva prueba en contra a las ideas de James).

Cannon: visto que los cambios fisiológicos acompañan a estados emocionales, ¿función de los cambios orgánicos? ¿cuál es? Toda esa serie de cambios orgánicos que acompañan a una emoción pueden potenciar las reacciones emocionales y sirven para poner en marcha al organismo, para hacer una acción inmediata e intensa. Todo este tipo de cambios hormonales.. preparan al sistema nervioso y a los músculos puesto que tras la emoción se origina una actividad. Todos los cambios orgánicos implican pues preparación del cuerpo cambios adaptativos (favorecen la supervivencia).

Las gatas operadas sentían miedo pero al tener bloqueado el SNA, ante una situación de peligro huirán pero cansarán antes ya que el cuerpo no está preparado.

Los trabajos de Cannon, vuelven a plantear la situación de una manera diferente (al revés): el centro de las emociones cerebro (base natural) (no las vísceras del cuerpo).

Sistema periférico– acompaña a las emociones–.

La psicología de la motivación se refiere al estudio de factores que tienen efecto sobre la conducta en el sentido de que sirven para que los organismos realicen una conducta. Tradicionalmente estos factores se han visto como internos o endógenos, en contraposición a factores externos que se equiparan al eventos externos, se denominan estímulos y son también factores causales del comportamiento. Para la psicología biológica, los factores internos son biológicos aunque son más bien mentales (fisiológicos) (mecanismos fisiológicos del sistema nervioso y endocrino que motivan al organismo). Esos factores biológicos cuentan con:

- Circuitos cerebrales.

Factores internos

- Hormonas.

Uno de los factores internos en la motivación es el instinto. Un organismo hace tal comportamiento debido al instinto (aunque tiene componentes externos e internos, principalmente su base material es un conjunto de circuitos genéticamente programados para funcionar de una determinada manera).

Un concepto que se usa como sinónimo de instinto: pulsión o impulso. Todas se refieren a factores internos que motivan un comportamiento. Ej de pulsión: el hambre que implica buscar comida y comer.

De una manera más general se habla de tendencia (tendencia innata a... INSTINTIVA). Con la palabra tendencia se quiere decir que es probable que se realice cierta conducta. Para la conducta humana, los biólogos, utilizan la palabra tendencia innata (inevitable, no es fruto de la experiencia sino de nuestra historia biológica). Ej: comer azúcar es una tendencia innata ya que nos agrada nada más que nacemos.

Dulce– agradable.

Conexiones innatas.

Amargo–desagradable.

Estas conexiones entre dulce–agradable, son de tipo adaptativo ya que se asocia con calorías, vitaminas... Está bien que los organismos rechacen las sustancias amargas ya que contienen toxinas y así, eliminan la posibilidad de envenenarse. Inicialmente observamos conexiones de este tipo, sin embargo, pueden existir experiencias a lo largo de la vida; que las alteran.

El innatismo, da mucha fuerza a los factores heredados en el control del comportamiento; a ello se oponen los

ambientalistas, quienes, consideran más importante la estimulación externa. Una escuela clásica ambientalista es el conductismo.

A principios del siglo XIX, hasta mediados, toda la psicología experimental estaba dominada por el conductismo. Conceptos como instinto quedaron marginados, algunos autores pretendían desterrar completamente el concepto de instinto por considerarlo muy ambiguo (el concepto aparecía disfrazado con otros términos).

En los años 30-40, la Etología, reivindica la utilización de conceptos explicativos como instinto... no es raro pensando que los etólogos eran biólogos que se enfrentaban a estudios con animales de campo... y necesitaban explicar instintos de caza.

En los años 70, aparece un nuevo enfoque con un libro de sociobiología creado por Wilson (1975). Desarrolló el estudio adaptativo, el comportamiento como forma de adaptación biológica.

El interés de los sociobiólogos estaba en el origen biológico de la conducta social. Estos biólogos empezaron a hacer sus estudios al margen de las condiciones inmediatas (enfoque que si interesaba a la etología y a la psicología experimental).

Causas inmediatas del comportamiento son por ej: ¿actividad X ¿qué estímulo provoca?

EFFECTO CAUSA

Modelo tradicional de explicación causal: E-R

¿Por qué canta un pájaro?

- Factor externo: la luz del día.
- Factor interno: aumento de hormonas. Explicación analítica (fisiológico)
- Causas inmediatas.

Enfoque funcional:

Hablamos de causas finales o factores remotos en lugar de causas inmediatas. Buscamos la función biológica de un comportamiento. ¿por qué canta así? Porque consigue una pareja, busca incrementar su éxito reproductivo...

Los sociobiólogos buscan las presiones selectivas con las que trabaja la selección natural, explicar los factores evolutivos que dieron lugar a que el comportamiento sea lo que es (comportamiento como rasgo biológico más sometido a la selección natural). Aunque no hacen énfasis en el estudio causal, hacen suposiciones sobre cuales son las causas del comportamiento (favorecen un punto de vista innatista) (explicaciones causales).

–Manera de usar el Darwinismo para explicar el comportamiento.

–Fuertemente innatistas

Sociología –Buscan el estudio de la adaptación. Conducta como adaptación

–Dan explicaciones generalistas que aplican a una gran cantidad de especies,

incluidos los humanos.

La sociología ha crecido a gran velocidad e inicialmente está centrada en la conducta animal, es inevitable dar el paso hacia la conducta humana. Los conceptos elaborados para animales, con el paso del tiempo pasan a humanos, lo cual, es complicado para psicólogos y no es justificable para estos. La sociología ha sido criticada por ello, sobre todo en los años 80, muchos sociólogos fueron acusados de defender posturas innatistas que parecían ser racistas... A pesar de ello la sociología sigue creciendo principalmente en animales y ha dado explicaciones importantes sobre la conducta animal. Como deterministas, el mecanismo que proponen de evolución es la selección natural, con lo que quedan fuera todas las explicaciones larmarkistas. Amplían el concepto de selección natural de manera interesante.

El comportamiento altruista (tanto en animales como en humanos) es un desafío para la teoría de la selección natural. Entendemos por comportamiento altruista aquel que realiza un individuo hacia otro teniendo en cuenta que el individuo que realiza la conducta altruista incurre un costo que es mayor que el beneficio que recibe. El individuo A, ayuda al individuo B y no recibe nada pero el coste es grade. Este tipo de conductas no pueden ser explicadas por selección natural (según ella deberían haber sido eliminadas por suponer un perjuicio para el individuo que las realizar). Es un rasgo desadaptativo.

Siempre se plantea un problema de tipo altruista respecto al comportamiento. Según este, los costes son muy altos y los beneficios muy pequeños, de modo que $B - C < 0$. Cualquier clase de ayuda es un pequeño comportamiento altruista. La ayuda, a veces, es tan grande que puede poner en peligro la vida del sujeto. Un máximo altruista sería también aquel caso donde un organismo renuncia a reproducirse y ayuda a reproducirse a otro. Esto no es muy frecuente pero existe en los insectos sociales como las hormigas o las ovejas.

La sociobiología ha empleado la idea de éxito reproductivo llamándolo ÉXITO INCLUSIVO. Ahora se tiene en cuenta el éxito reproductivo más la reproducción de sus parientes.

Hijos de un individuo + Hijos de sus parientes = éxito inclusivo.

A cada individuo le interesa la reproducción de sus parientes porque poseen sus genes. Los hijos que crean mis parientes llevan una proporción de mis genes. El comportamiento altruista sería por tanto una forma de favorecer la reproducción de mis parientes aunque en el fondo tenga su parte egoísta. Será mayor respecto a hermanos que respecto a primos.

También hay casos de conductas altruistas en animales dirigidas a no parientes. Se denomina ALTRUISMO RECÍPROCO. Según esta idea A ayuda a B siempre y cuando B ayude a A.

Ayudar a alguien desconocido puede tener un gran coste, a diferencia de ayudar a un miembro de tu grupo, pues ello es más beneficioso. Todo esto requiere memoria para recordar las ayudas y no ayudas por parte de los demás.

Altruismo:

- Ayuda a parientes.
- Ayuda a no parientes.
- Altruismo recíproco.

La consecuencia final es el éxito reproductivo. Parece que el éxito de un individuo puede estar enfrentado al éxito reproductivo de otro, por ejemplo, compitiendo por una pareja reproductiva. Entre cualquier par de individuos existe conflicto reproductivo, incluso entre parientes.

Los intereses reproductivos de machos y hembras no son iguales, esto causa conflicto. También hay lugar para el conflicto entre padres e hijos. La existencia de estos conflictos ha dado lugar a estrategias reproductivas. Para los machos, la producción de espermatozoides en un número muy elevado, es muy barata, sólo tienen un

problema: acceder a una hembra (cuantas más hembras, mejor). La reproducción en las hembras es más lenta, los óvulos se dan en menor número y más lentamente, lo cual limita su éxito reproductivo, además, les requiere un gran coste criar a sus hijos. En la mayoría de los machos el coste de la crianza es igual a 0. El interés de los machos es la poligamia, ya que así aumenta su éxito reproductivo.

En los mamíferos, los machos tienen acceso a varias hembras y sin embargo, las hembras sólo suelen tener un macho.

En las aves, parece que domina la monogamia. La posibilidad de que surja infidelidad es grande. El éxito reproductivo de una hembra infiel no aumenta porque produce pocos huevos pero en el macho aumenta (el doble). La hembra busca un macho para tener hijos de alta calidad, el mejor método que tiene el macho para aumentar su éxito reproductivo es tener mayor número de hembras, lo cual no es válido para ellos.

A algunas hembras lo que les interesa es buscar machos con buenos genes, es decir, machos de alta calidad. Lo que busca es buenos genes para sus hijos, un macho viable.

Darwin creía que a las hembras les gustaban los pavos reales con colores llamativos por el gusto estético de las hembras. No se trata de un gusto caprichoso, sino de buscar machos saludables ya que deben estar sanos para tener colores llamativos. La selección sexual funciona así.

En los seres humanos las atracciones sexuales funcionan de manera similar a los animales. Estamos programados para que nos gusten determinadas cosas. Por ejemplo: nos gustan los colores de piel tostados, los rasgos juveniles y biológicamente nos interesa la fertilidad, el grado de simetría (a mayor grado de simetría, más atractiva la persona).

La inversión parental debe ser equitativa con los hijos debido a que hay la misma relación genética padre – hijo.

Desde la perspectiva de los hijos podemos pensar que cada uno de ellos intentará potenciar su beneficio personal a expensas de los padres y en competencia con los hermanos. Por tanto, se pueden esperar así comportamientos egoístas. Los hijos quieren más recursos de los que a los padres les interesa dar.

Una cría también está interesada en que la madre produzca más hermanos. El valor de los hijos puede cambiar para los padres debido a ciertos recursos, por ej: dependiendo del ciclo vital en el que se encuentre la madre, el valor de los hijos variará. El valor será mayor cuanto más adulta sea la madre y viceversa. Esto se debe a que para una madre vieja su expectativa es muy corta y la cría que tenga puede ser la última, sin embargo, si la madre es joven y una cría muere; la pérdida no es tan grave ya que tiene toda la vida para tener más descendencia.

El comportamiento maternal variará a lo largo de la vida. Las madres jóvenes tienen menos motivación para criar a sus hijos que las adultas. El valor de las crías también cambia según su calidad y por tanto el nivel de inversión maternal va a ser distinto según la calidad de sus crías. Las madres decidirán invertir menos en crías que nazcan con un deterioro físico o alguna enfermedad que les impida sobrevivir. Esto puede llegar a una situación límite llamada infanticidio (matar a las crías). El infanticidio existe ya que la madre no quiere perder recursos, ocurre en la mayoría de las especies incluido el ser humano. Un ejemplo de infanticidio se da en China. Hay ocasiones en las que el infanticidio no es cometido por la madre, sino por el macho, en este caso, los machos intentan matar a las crías que no son suyas. Este infanticidio por parte de los machos se ha visto en monos de la India que viven en bandadas, en leones... En este caso las hembras en este caso siempre defienden a las crías. Resulta que para los machos, matar a las crías, es una estrategia adaptativa: cuando la cría desaparece, desaparece la estimulación que la madre recibe y, por tanto, la pulsión maternal. Así, la madre deja de producir leche y comienza de nuevo la ovulación hasta ahora bloqueada por la lactancia nuevo ciclo reproductivo. La hembra sale perdiendo porque todo lo que invirtió en la cría se perdió. El macho gana

ya que tiene la posibilidad de ser los padres de las nuevas crías.

Si la mujer tiene hijos, y se casa de nuevo, aparece la figura del padrastro. Los malos tratos hacia los hijos son más frecuentes que ocurran por parte del padrastro que por parte de un padre biológico. Los malos tratos causados por padrastros, son frecuentes en niños muy pequeños, en bebés, lo cual recuerda a la estrategia de infanticidio en animales.

El infanticidio visto desde el enfoque sociobiológico, parece ser que tiene un valor adaptativo; ¿cuáles son las causas inmediatas del infanticidio? Desde la perspectiva sociobiológica, las causas son innatas, instintivas. Dar esta respuesta es muy simplista. Una causa NO instintiva puede ser la siguiente: todos los padres desarrollarán vínculos hacia sus hijos y viceversa, la formación de estos vínculos podemos pensar que se debe a factores ambientales, tiempo de exposición a la cría, interacción con la ella.. Puede ser que la formación del vínculo sea una especie de mecanismo que controle la agresividad de los machos (la agresividad de puede inhibir). Visto de esta manera la cuestión ya es más complicada de cómo la plante la sociobiología.

Concepto de instinto: el instinto en los animales es uno de los factores más importantes de los comportamientos motivacionales. La idea de instinto más popular está ligada al ámbito de la etología, a Lorenz, Tinbergen.; parecía muy convincente y duró años y años. En Europa en los años 30, los biólogos volvieron a reivindicar el concepto de instinto. La conducta instintiva se ajusta perfectamente a algo que el organismo necesita, es decir, es una conducta adaptativa que surge para conseguir un fin biológico. Es universal, es decir, todos los individuos de una misma especie tienen los mismos instintos y la conducta instintiva es producto de la herencia. Esto contrasta con las conductas aprendidas o inteligentes, ya que éstas son variables y pueden ser aprendidas de diferentes maneras, no son heredables. Hay que distinguir claramente conducta instintiva y conducta inteligente.

CONDUCTA INSTINTIVA

- Muy mecánica.
- Persigue un fin, pero el animal no tiene porque ser consciente de ello.
- Heredable.
- Causada por estímulos concretos (estímulos claves). E-R-CONSECUENCIA BIOLÓGICA.

CONDUCTA INTELIGENTE.

- Variable.
- Consciente del fin que persigue.
- No heredable, se adquiere por aprendizaje.

En el esquema conductista (E-R), el guión que conecta E con R es una conexión aprendida y, si se aplica al instinto diremos que es una conexión innata. La idea de que el instinto es igual al reflejo la mantienen muchos autores (sin embargo, parece que los instintos son cadenas de reflejos).

A pesar de que los instintos son similares a los reflejos, los etólogos sostienen que los instintos son más

complejos. Coinciden en que los dos son innatos, tanto los instintos como los reflejos. La diferencia es que la conducta instintiva es mucho más complicada. El estímulo de un reflejo es simple y el reflejo también es muy simple. El instinto necesita, una percepción más compleja y la respuesta instintiva no es tan simple. En la acción refleja solo se pone en marcha un músculo y en una reacción instintiva se pone en marcha todo el cuerpo. Las repuestas instintivas son estereotipadas, tienen una pauta muy rígida de conducta. La conducta aprendida, inteligente, es más flexible. La conducta instintiva, además está activada por una pulsión. La pulsión se activa cuando ocurren ciertas condiciones fisiológicas determinadas. En el reflejo, sin embargo, no existe pulsión.

Muchas especies animales fueron sometidas a investigación para estudiar los instintos.

- Psicología comparada: estudio de muchas especies.
- Psicología experimental: estudio con una sola especie (conductistas).

Los conductistas, creían que las leyes fundamentales eran similares en todas las especies. Generalizan a todas las especies a partir de estudios sólo con ratas.

Los etólogos prefieren para sus estudios unos peces de río que se pueden mantener fácilmente en el laboratorio. Tienen reacciones instintivas muy complejas. Los machos reaccionan con agresividad ante la presencia de otro macho. Estas respuestas de ataque son instintivas, universales, estereotipadas, causadas por una pulsión. La pulsión está ligada a un instinto sexual, reproductor. Esta pulsión está desencadenada como consecuencia de la producción de hormonas, es decir, la pulsión cobra fuerza a partir de la producción de hormonas. Sin la pulsión el ataque no existe.

–Adaptativas

–Universales

CONDUCTAS INSTINTIVAS –Provocadas por E–R

–Estereotipadas.

–Activadas por pulsiones.

Los pollos de gaviota pican el pico de su padrea para pedirle comida. Esto es a su vez un estímulo para que el padre reaccione con su instinto paternal y regurgite la comida.

PULSIÓN = HAMBRE

ESTÍMULO = MANCHA ROJA DEL PICO DE LA MADRE (o simplemente la cabeza).

La mancha roja del padre en su pico es el estímulo que desencadena el picoteo de los pollos. Los pollos, inicialmente, responden a modelos muy diferentes, es decir, parece que los pollos al principio se guiaban por unos pocos estímulos. Los procesos de aprendizaje van a complicar la situación.

No es fácil saber lo que es innato y lo que es resultado de determinados aprendizajes. La respuesta de picar suele ser una respuesta condicionada.

Respuesta – reforzador

Picar comida

La conducta de picar que antes era involuntaria y refleja, ahora es voluntaria y operante. La ley que está detrás del comportamiento operante es la ley del efecto de Thorndike: lo que se manifiesta es cómo se forma la conexión E-R: cualquier respuesta inmediata que sea seguida de un estado agradable para el organismo, verá potenciada su conexión con la situación estimular (estímulos presentes en el momento de la acción). Otra manera de formar esta conexión es por la continuidad E-R (filosofía empirista). Dos cosas pueden ser asociadas en nuestra mente si suceden al mismo tiempo (ley de la continuidad). La ley del efecto es más compleja ya que se necesita un estímulo, una respuesta y unas consecuencias agradables para el organismo. Efectos positivos = estímulos placenteros. Estos estímulos apetitivos potencian la respuesta y se denominan también REFORZADORES.

E R REFORZADORES (consecuencias agradables)

Conexión más importante según Thorndike.

Las teorías posteriores potencian la conexión entre respuestas y reforzadores.

Thorndike metía gatos en una caja y observaba como salían:

R1

R2

R3 abre la caja salir (reforzador)

R4

Según Thorndike los estímulos presentes se conectan con la respuesta que da lugar al éxito, esto se repite durante varios ensayos lo que implica la conexión que la conexión E-R sea más fuerte. Llegará un momento en que el animal al encerrarlo automáticamente aprenderá un hábito.

Se selecciona R3 y se conecta con el estímulo. Toda la situación estimular se socia con R. Los gatos no son inteligentes sino que asocian estímulos de una manera elemental muy simple. Nosotros solucionamos el problema entendiendo la situación (al contrario que los gatos).

La respuesta eficaz puede convertirse en respuesta operante que lleva al reforzamiento.

¿Cómo demostrar que la respuesta eficaz se convierte en operante?

La prueba está en aplicar la ley del efecto. El condicionamiento se mantiene mientras el efecto positivo exista, sino la conducta no tendría sentido.

Ej: R- PICAR - COMIDA.

Si eliminamos la comida, disminuye la probabilidad de que pique lo que nos lleva a la extinción de la respuesta. Entonces podemos decir que la conducta está controlada por los efectos. Si todo fuera condicionamiento ¿por qué se restringe la respuesta?

En las conductas instintivas, los estímulos claves no son dados innatamente sino que en ocasiones, se forman mediante la experiencia como es el caso de los comportamientos adultos de tipo sexual: se sabe que hay ciertos estímulos que provocan actos que no son innatos. Elección del objeto sexual: la identificación es producto de la experiencia que ocurre en una edad temprana, hay experiencias que no se pueden categorizar como de tipo sexual pero que influyen en la conducta instintiva adulta. Ello es debido a la improntación.

Las crías no reconocen de manera innata los rasgos de su especie: el contacto con los padres hace que los reconozcan individualmente y que aprendan la especie a la que pertenecen. Este conocimiento les sirve para dirigir su conducta reproductiva hacia miembros de la misma especie, lo cual, tiene gran transcendencia puesto que sino la reproducción no sería viable. Si las crías son criadas por otra especie se reconocen como miembros de tal especie. Los comportamientos sexuales no son instintivos, hay muchos elementos producto del aprendizaje.

El concepto de pulsión, está muy ligado al de instinto. Fue usado, sobre todo, por la psicología experimental de tipo conductista. Es un concepto del que no se puede prescindir a causa de que ha servido para explicar múltiples fenómenos. En situaciones de reflejo simple (invariables), si no ocurriese un reflejo tendríamos que hablar de enfermedad del sistema nervioso. La mayor parte de la conducta no ocurre de manera tan invariable como los reflejos. En presencia de un estímulo que provoca una reacción, a veces, el organismo no responde y no se debe a ningún trastorno.

Ej: no siempre la rata comerá al ofrecerle alimento, que lo haga depende del tiempo de privación de alimento...

Es para explicar casos como el del ejemplo cuando se necesita el concepto de pulsión. La variabilidad de formas de conducta que son el resultado de estados del organismo, dan lugar a la PULSIÓN. Cuando una pulsión se provoca, se crea una tendencia del organismo a comportarse una determinada manera que puede ser más o menos predecible.

Las conductas consumatorias de alimento son potenciadas por la pulsión: a mayor pulsión, mayor conducta consumatoria (si tienen mucha hambre comen de manera discriminada lo que nos lleva a mayor pulsión y menos discriminación de la comida que satisface la pulsión). El sujeto de todos los comportamientos que puede hacer su preferencia será comer. Haría un gran esfuerzo por conseguir comida (para la consecución de estímulos que satisfagan una determinada pulsión, se puede llevar a cabo un gran esfuerzo).

En resumen:

consumadora aumenta

menor del alimento

esa conducta a otra

conducta instrumental puede ser potenciada. Una conducta operante cuyo resultado es la consecución de comida, puede ser potenciada.

Dos sujetos privados de comida durante 24 horas, tendrán el mismo nivel de pulsión (de hambre); en presencia de comida tras las 24 horas puede ocurrir que la conducta de comer no se produzca. Ello se debe a que debemos tener en cuenta como el animal percibe la comida:

- si se trata de comida familiar para él.
- Si el alimento contiene quinina (sustancia amarga) no comerá, o comerá en menor cantidad.

Lo que varía son las propiedades sensoriales (gustativas).

La comida es el reforzador, incentivo (de un modo más general) o estímulo.

Conclusión: la motivación para comer depende de factores internos y externos, del hambre y del valor de los incentivos relacionados con este estado.

El conjunto de influencias relacionadas con los incentivos (factores externos), no es más que la motivación de incentivo.

La pulsión del hambre no es la única fuerza que motiva el comportamiento de comer, el hambre es el resultado de una serie de cambios físicos, orgánicos.. que tienen que ver con la disminución de energía (serie de cambios que son detectados en el cerebro, concretamente en el hipotálamo). Nosotros, como conciencia, no tenemos acceso directo a por ejemplo, la cantidad de azúcar que hay en la sangre, pero si hay partes del cerebro que cuentan con ese acceso. A nivel fisiológico no hay hambre, sino cambios que a nivel psicológico nos causan la sensación de hambre. El hambre como estimulación dolorosa, es un buen invento de la naturaleza ya que funciona como una especie de agijón para el organismo: sensación que no desaparece hasta que se ingiere energía (alimento) y será entonces cuando desaparezca la pulsión.

El cuerpo puede autoregularse mediante numerosos mecanismos , sin embargo, el cuerpo no puede conseguir energía en cantidades suficientes para sobrevivir: el cuerpo tiene almacenes de energía, si no hay comida, echa mano de la grasa para convertirlas en calorías, una vez que se agotan las grasas, convierte las proteínas en calorías hasta que el cuerpo no consigue más energía y precisa de comida.

La naturaleza ha inventado el hambre como un castigo que nos ponga en movimiento, por ello es una hablamos de necesidad motivacional. Sino sintiésemos hambre, nada nos haría ponernos en marcha y comer, se trata de una tendencia natural. El sistema es igual para todos pero debemos tener en cuenta que por ejemplo los animales no pueden huelga de hambre.

Hay contextos donde los términos de motivación y proposición coinciden en psicología humana. Los seres humanos y algunos animales tenemos comportamientos prosopóticos. El conductismo radical, no habla de propósitos.

Propósitos: comportamientos dirigidos hacia un fin que es consciente para el sujeto, no biológico. Todos los comportamientos que son para.... La meta que perseguimos dirige nuestro comportamiento. El comportamiento está controlado o se dirige hacia la consecución de un estado que deseamos.

Según el conductismo radical: hablar de propósitos implica que hay algo en el futuro que determina el presente y esto no puede ser porque el futuro no existe. Estos estados son causas de la conducta presente (el pasado también puede influir en la conducta).

Sin embargo, muchos comportamientos no son reflejos sino propositivos, si hablamos de propositivo no nos referimos a que el futuro influya en el presente sino de que nos hacemos una idea de cómo será el futuro.

Animales y humanos desarrollan expectativas de lo que ocurrirá en cierto día basándonos en experiencias pasadas.

¿Cómo se combina la propositividad en un experimento de condicionamiento simple?

Caja de meta

–Laberinto T

–Caja de salida izquierda: comida

–Caja de meta derecha: nada

–Rata hambrienta que debe Caja de salida

moverse en el laberinto para

conseguir comida.

Tras varios ensayos: la rata irá siempre y rápidamente a la izquierda.

¿Cómo interpretamos esto?

Explicación simple: precisa de la historia de reforzamientos donde el animal fue recompensado con comida al ir a la izquierda, al contrario de si se dirigía a la derecha.

Explicación según los principios operantes: asociación del estímulo con el lado izquierdo (en la derecha no hay reforzamiento). Ley del efecto: se formará la conexión E-R(izquierdo)

El animal está motivado a correr, la conducta de correr está motivada por la expectativa de encontrar la comida. La motivación tiene que ver con la expectativa (constructo mental). Con todo ello se forma un hábito rígido: E-R (izqda) conducta estereotipada. Teoría de Kurt.

Caja de salida

Ahora la comida está en el lado izquierdo

meta

Interpretación basada en el constructo cognitivo: el animal se guía por estímulos, la expectativa debería llevarle a la derecha ya que los estímulos ajustan el comportamiento. Su respuesta cambia según la nueva posición

El animal es más flexible de lo que pensaba Kurt. Pueden ocurrir varias cosas según las condiciones. En el sistema de Kurt, la idea de pulsión se combina con aprendizaje para explicar el condicionamiento operante (para explicar la conducta voluntaria). Según Kurt el condicionamiento asociativo precisa de:

–Que se mantenga la ley de contigüidad (emparejamiento en el tiempo de los elementos que se asocian). Concretamente la asociación importante que se forma es E-R.

–Reducción de una necesidad biológica (es eliminada por el reforzador). Siempre que haya cercanía temporal, el reforzador que va detrás de una respuesta hace que se forme el esquema E-R.

–La reducción de una pulsión llevará a la reducción de una necesidad biológica.

–La fuerza de una asociación E-R es lo que Kurt llamó HÁBITO.

–La fuerza del hábito crece según avanza un entrenamiento y depende del número de reforzamientos que se dan en la asociación E-R. A mayor número de reforzamientos, mayor Fuerza del hábito.

La fuerza del hábito crece según una curva negativamente

acelerada . En los primeros ensayos crece muy deprisa y a

continuación crece más lentamente. A partir de varios ensayos:

A= 0 (incremento) llegamos a la asíntota de la curva (ya no

puede crecer más).

En el eje de las x: el número de reforzamientos.

En el eje de las y: la fuerza del hábito.

Kurt pensó que la pulsión cumple la misión de energizar una conducta (dar fuerza a una conducta). Para Kurt, sólo existe una pulsión ya que todas las necesidades de un organismo pueden sumarse. Esa pulsión (conjunto de necesidades) no puede dar dirección a un comportamiento (la dirección la da el hábito). Una vez que el hábito se forma, se produce un camino estable en el cerebro pero ese hábito se da con más o menos fuerza dependiendo de la pulsión. Ello implica que al observar un comportamiento debemos tener en cuenta el hábito y la pulsión.

La ejecución de una conducta puede darse con más o menos fuerza cambiando los valores de la pulsión (P).

Ha Privación = 22h

Resistencia a la extinción Motivación alta

Hb Privación = 3h

Motivación baja

n° de reforzamientos

Resistencia a la extinción (o nivel de intensidad de una respuesta condicionada): la fuerza que tiene una respuesta condicionada en un momento de extinción.

La respuesta será mas fuerte cuanto más resista en condiciones de extinción y será entonces mejor aprendida.

La curva de arriba: en función del número de reforzamientos mayor nivel de la respuesta condicionada.

En un punto: Ha = Hb El hábito que se forma es el mismo pero la magnitud es diferente debido a la pulsión.

Según Kurt, la intensidad de una respuesta condicionada, se puede expresar como el resultado del hábito multiplicado por la pulsión.

$$R = H \cdot P$$

Respuesta operante. La multiplicación se debe a que pensaba que debía ser una reacción multiplicativa no sumativa ya que si H o P = 0, no puede darse R.

H se mide por el número de reforzamientos. P se calcula a partir de la privación.

Esta fórmula ha dirigido muchísimos experimentos pero es falsa y más complicada de lo que parece. Kurt se da cuenta de que en relación con su teoría, entre la investigación del reforzador y la infracción (eliminación) de la necesidad, puede pasar bastante tiempo (problema para la contigüidad). Al cabo de los años Kurt cambió el enfoque y en vez de dar tanta importancia a la pulsión se fijó en la eliminación o reducción de los estímulos asociados en la pulsión. Los estímulos que van junto a una pulsión y que el sujeto percibe. Después de desaparecer los estímulos asociados a la pulsión, desaparece la necesidad.

Sediento- izquierda No es necesario un estímulo externo (se basa

Hambriento– derecha. en los estímulos internos)

En un experimento, Kurt usó un perro operado de fístulas en un laberinto.

comer sin reducir el hambre

salida

reducir el hambre sin comer

Primero siempre al a derecha durante ocho días, a continuación siempre a la izquierda. Según Kurt es más importante reducir el hambre aunque no se coma.

¿Por qué tardo tanto (ocho días)?

- Por el hábito que ya está formado, se guió por su experiencia pasada durante esos ocho días. El hábito se restringía a desaparecer.
- La estimulación placentera del comer.

Teóricos del reforzamiento: lo más importante para un comportamiento es la ejecución o realización de la respuesta condicionada (de la respuesta consumatoria) = respuesta final de una cadena intuitiva. Señalan como esencial:

- Ejecución de la respuesta
- Estímulos placenteros que aparecen cuando se realiza la respuesta consumatoria.

Dos experimentos posteriores: se engaña a los animales quitándoles comida e introduciéndosela en el estómago directamente. Los animales tenían problemas para aprender respuestas operantes. La comida cuando se come es una respuesta más reforzadora. Kurt estaba sometiendo a extinción la conducta de comer.

La idea de Kurt de reducción de la pulsión, no es una ley universal, hay muchas situaciones de reforzamiento en donde no hay reducción de la pulsión, ej: la ingestión de comida que no tiene energía como la sacarina (ausencia de reducción de pulsión). Hay otros fenómenos como la conducta de exploración que no tienen pulsión en el sentido de necesidad biológica.

Teorías aparte de la de Kurt, empezaron a recalcar la ejecución de respuestas consumatorias donde hay dos cosas implicadas: conducta motora y conducta sensorial. En muchas respuestas consumatorias se da una contrapartida subjetiva y es que el sujeto las experimenta como una forma de placer (una especie de recompensa). Otros teóricos después de Kurt dieron más importancia a los incentivos que a la pulsión, según este punto de vista todos los fenómenos giran entorno al incentivo, al valor del mismo. Cambios de motivación pueden ser cambios en el valor del incentivo, cuanto más valor, más motivación por parte del sujeto.

Kurt, ya daba mucha importancia al incentivo.

Magnitud de una respuesta condicionada = $H \cdot P \cdot K$

K = valor del incentivo.

Hay factores que inhiben la fuerza de la conducta por lo que esta fórmula contaba con más parámetros para tener en cuenta tal inhibición.

¿Por qué es importante el incentivo?

Supongamos que en un laberinto diferentes ratas obtienen diferentes reforzamientos:

A más reforzamiento correrás más y por tanto a menos reforzamiento correrán menos. Cuando ya se haya formado el hábito, cambias el nivel del reforzador, obteniendo todas el mismo nivel de comida: las que antes obtenían más reforzamiento ahora correrán menos. Esto se explicaría generalmente con los cambios en el hábito pero como los cambios ocurren de repente, se entiende que se debe al incentivo.

El valor del incentivo en general depende de tres factores:

una parte de la cantidad o cualidad del incentivo. +valor +cantidad y +cualidad.

tiempo de privación del incentivo. A mayor tiempo de privación, mayor valor del incentivo. Para la motivación social ocurre lo mismo, cuanto más tiempo sin alguien, más valor le damos a esa persona. Con esta regla, los teóricos del incentivo saltan por encima de la pulsión (dejan de lado el concepto); por lo menos el concepto clásico de pulsión ya que según esta forma de explicar la motivación ya no es necesario dicho concepto. Lo que aumenta con el tiempo de privación no es la pulsión sino el incentivo (más fácil de medir).

individuales: en cualquier especie, los sujetos presentan grandes diferencias en cuanto a las cosas que valoran más o menos.

Hay otro tipo de fenómenos de reforzamiento que son difíciles de explicar según la teoría de Kurt. En los años 50, se descubrió un nuevo fenómeno de reforzamiento trabajando con estimulación eléctrica cerebral: en zonas del hipotálamo se implantaban los electrodos y se daban descargas eléctricas para activar las neuronas, de esta manera las neuronas disparaban impulsos eléctricos. Se observó una relación de contingencia entre la respuesta operante y la estimulación cerebral. Desde la teoría de Kurt es difícil explicar donde está la pulsión que es eliminada con el reforzamiento.

Manera de explicar estos fenómenos: conseguir vía artificial para algo que ocurre de manera natural. Las zonas del hipotálamo se activan de manera natural cuando se dan respuestas consumatorias o cuando sentimos placer.

De manera artificial: estimulando el cerebro desde fuera con una corriente eléctrica.

Algunos autores considera que así no se elimina una pulsión sino que se crea.

Las pulsiones primarias biológicas como el hambre... son muy importantes para la economía del organismo pero hay otro grupo de pulsiones llamado pulsiones adquiridas o secundarias, éstas, fueron introducidas en las investigaciones para dar cuenta de fenómenos que no se explican por motivación primaria. Las pulsiones adquiridas son aprendidas y tienen como base la pulsión primaria.

Fenómenos que se adaptan a la idea de pulsión secundaria o pulsión adquirida: estados de frustración. Para aplicarle esta característica de pulsión secundaria tiene que ajustarse a una serie de atributos:

- Energización: la situación tiene que dar energía a un comportamiento.
- Los efectos ligados al reforzamiento.

Los estados de frustración cumplen estas dos condiciones, lo cual, se ve muy bien cuando comienza un proceso de extinción en el que se retira un reforzamiento, la respuesta operante pierde fuerza. Cuando comienza un proceso de extinción la fuerza de la respuesta operante aumenta en comparación con lo que ocurría en el reforzamiento.

Situación aversiva: tiene que ver con el displacer. Los estímulos aversivos con una respuesta operante: la conducta operante pierde fuerza hasta que desaparece.

CONDUCTA OPERANTE E AVERSIVO

Desaparece

Según se explica la conducta aversiva ésta llega a tener efectos de reforzamiento. Si el sujeto realiza una determinada conducta y sirve para escapar del estímulo aversivo, dicha conducta se sigue realizando. La eliminación de la pulsión implica un estado de reforzamiento.

El miedo puede verse como una pulsión adquirida. Un estado de miedo puede ser la reacción innata hacia un estímulo. Puede dar energía a una conducta y también puede tener efectos de reforzamiento: aprendizaje de escape y evitación.

negro blanco

Rejillas electrificadas, las ratas reciben descargas eléctricas, escapan de la estimulación aversiva si pasan a la zona negra.

En una segunda parte del experimento se eliminan las descargas eléctricas y se obliga al animal a aprender una respuesta operante para abrir la puerta y pasar a la zona negra (movimiento de una rueda). Aprenden rápidamente.

¿Qué motiva a aprender la respuesta operante si ya no hay descarga eléctrica? El miedo. Se ha asociado el blanco con la descarga eléctrica y por tanto la conducta de escape hacia el lado negro pero para ello deben saber mover la rueda.

Teoría de SOLOMON o teoría el proceso oponente: en el cerebro existen sistemas de autorregulación emocional, hay una tendencia al equilibrio (homeostasis afectiva o hedónica) de tal manera que si existe desequilibrio, se ponen en marcha mecanismos de corrección de forma automática. Estos mecanismos operan para reducir la intensidad de la emoción, se ponen en marcha con estimulación de la naturaleza que sea (situaciones agradables o desagradables, estímulos apetitivos o aversivos). La reducción del estado emocional que provoca un estímulo determinado, se produce por la operación de lo que Solomon llama un proceso oponente (proceso que es contrario a la reacción emocional primaria que provoca el estímulo). El proceso oponente es contrario a la reacción primaria. Proceso inicial reacción apetitiva proceso oponente reacción aversiva.

El proceso oponente es la abreviación de un conjunto de mecanismos fisiológicos hipotéticos. Visto de esta manera, placer y displacer van intrínsecamente juntos (coordinados entre si según una dinámica). El proceso oponente tiene una serie de características:

–Fuerza variable. La fuerza cambia según el uso y desuso: a más uso, más fuerza, la intensidad aumenta con el uso y se debilita con el desuso. Como el proceso oponente está ligado a la reacción emocional primaria, este uso y desuso está relacionado con ella. El proceso oponente es esclavo a la reacción emocional pues no existe de manera independiente.

Es un buen modelo de motivación adquirida, explica con presupuestos muy simples la motivación. Tiene que ver con el aprendizaje de mecanismos no asociativos como la sensibilización y la habituación. No es un modelo de acondicionamiento. En uno de sus primeros trabajos, Solomon ponía el ejemplo de una mujer que descubre una mañana un bulto en el pecho, ello le lleva a pensar que tiene un tumor y por tanto sentirá displacer, terror, pánico, ansiedad...concierta una cita con el médico para por la tarde (a la tarde el estado

emocional aversivo es de la misma naturaleza pero de diferente intensidad), el médico le dice que no se trata de un tumor con lo cual se producirá el estado emocional contrario, apetitivo, alegre.... unas horas después ESTADO DE EQUILIBRIO.

Todo este tipo de dinámica tiene un patrón estándar caracterizado por una reacción primaria de gran intensidad (pica de gran I). ESCALA HEDÓNICA:

+100 nivel estable o asíndota de la emoción

I, del efecto primario

pica de la postreacción

E

I, de la postreacción inactivado

activado

-100

E/TIEMPO

La reacción primaria desaparece con la desaparición del estímulo. La postreacción desaparece sola con el paso del tiempo sin ningún evento que la elimine.

Deportes de alto riesgo implican un estado de gran emoción, terror, ansiedad...al desaparecer el estímulo, aparece la corrección: euforia, relajación... EQUILIBRIO. La dinámica cambia según se va repitiendo la situación que provoca la estimulación. No es lo mismo lo que ocurre la primera vez que a la décima, lo que cambia es la corrección que cada vez tiene más fuerza. Con la repetición de una emoción:

Reacción primaria (menos fuerza que antes)

La postreacción tiene más intensidad que antes, se fortalece.

Otro ejemplo al que aplicó Solomon este modelo empírico de motivación adquirida, es al uso de opiáceos (la heroína...). inicialmente provocan una reacción placentera de alta intensidad (mientras la sustancia está en el organismo se mantiene tal emoción). Cuando se metaboliza la sustancia, el sujeto experimenta malestar: LA POSTREACCIÓN. Con el uso continuo de la sustancia, la dinámica cambia: la inyección de la sustancia provoca placer en menos intensidad (a esto lo llamamos tolerancia a una droga), para igualar el placer al obtenido en la primera toma debemos aumentar la dosis. Sin embargo, la postreacción se va haciendo más fuerte, el malestar cada vez es mayor: SÍNDROME DE ABSTINENCIA.

El consumo de opiáceos, sirve como un modelo ideal de motivación adquirida. La manera de escapar de la postreacción es:

- Inyectando más sustancia para eliminar el malestar que produce la abstinencia (proceso de escape del estado aversivo).
- Todas las correcciones desaparecen solas con el simple paso del tiempo.

La fuerza de la postreacción crece con el uso y disminuye con el desuso. Con la repetición:

- Cambios en la postreacción.
- La postreacción tiene mayor latencia (aparece más rápido).
- Mayor intensidad de la postreacción.
- Mayor duración de la postreacción.

Hay sustancias que crean microadicción en el sentido de que después de una pequeña dosis, aumenta el deseo de aumentarla. La postreacción en este caso es muy limitada. También hay otros fenómenos de motivación que parecen muy diferentes a la inferencia de sustancias pero a los que se puede aplicar dicho modelo. Ej:

La vinculación social: formación de una pareja, vínculo madre – hijo, el sexo... (son macroadicciones). Cuando se forma una pareja, el estado inicial (estado A) es de alegría... el alejamiento del estímulo provoca la postreacción: malestar.. estado aversivo (estado B). Esto ocurre en el comienzo de la vinculación pero cuando la vinculación se ha repetido, el estado A tiene menor intensidad y la postreacción mayor intensidad. SÍNDROME DE SEPARACIÓN, así lo llama Solomon al estado de depresión, ruptura...

Solomon pensó que todo este tipo de fenómenos se pueden postular como un conjunto de procesos psicológicos que son subyacentes a su teoría.

Los procesos A, aparecen con el estímulo, el nivel de fuerza es estable al igual que la intensidad.

El proceso B, aparece menos rápido que el A, existe ya en presencia del estímulo pero no es manifiesta por estar enmascarado por el proceso A. Desaparece poco después de que desaparezca el estímulo. B quita fuerza a A con lo que disminuye la primera pica:

A

a-b

B

Los procesos subyacentes no se observan directamente.

a

a no cambia. b, aparece más pronto, con más intensidad y más duración

b

Con este modelo de Solomon llegamos a una serie de conclusiones de sentido común:

placer y el displacer están más íntimamente ligados de lo que podría parecer en un principio.

placer acaba provocando displacer.

displacer acaba provocando placer.

varias situaciones aversivas se acaba consiguiendo placer de esa situación peor es posible provocar daños psicológicos.

aparición de formas de comportamiento masoquistas se pueden entender por este modelo. El dolor acaba produciendo placer.

estado de placer tras el dolor, irá aumentando con las repeticiones y esto debe tener algún coste que no sabemos.

Es difícil explicar con este modelo, el comienzo, cómo explicar el inmenso dolor que se mantiene. Una explicación sería que las personas se meten en este ciclo por motivación social.

También hay que tener en cuenta las diferentes personalidades.

La teoría de Solomon es de tipo no asociativo, porque no intervienen procesos asociativos (de condicionamiento). Los procesos son elementales, se basa en procesos simples de aprendizaje como la habituación y la sensibilización. Esto no significa que no puedan intervenir procesos asociativos como los procesos pavlovianos.

La fuerza del modelo es más potente entonces porque se puede aplicar a más casos. Intervienen procesos asociativos cuando los estados A y B, pueden caer bajo el control de estímulos neutrales a través de un proceso pavloviano. Estos estímulos se convierten en estímulos condicionados que son capaces de provocar reacciones A o B.

E neutral estado A y B

E. condicionado reacción A y B.

Luz descarga estado A (aversivo)

Estímulo condicionado

produce

Luz desaparición de la descarga estado B (placer)

Estímulo condicionado

produce

Ejemplos	Estado A (E.presente)	Estado B (E. ausente)	Repeticiones de. Estado A' (E.presente)	Estimulaciones del Estado B' (E. Ausente)
paracaidistas	temor	aturdimientos	ansiedad	Euforia
Perros sometidos a descargas	temor	Sigilo, inactividad	ansiedad	Euforia, actividad social.
Uso de opiáceos	euforia	Ansiedad de corta duración	Euforia de menos intensidad	Ansiedad intensa
Vinculación social	Excitación euforia	soledad	Confort, satisfacción	depresión

Hay situaciones de desequilibrio afectivo que tienen mecanismos de corrección mediante procesos oponentes pero hay algunos desequilibrios que no se resuelven de este modo. Son por ejemplo la Marihuana que contrariamente a los opiáceos, no tiene los efectos ya nombrados debido a que en el estado A, no hay pica de gran intensidad y sobre todo no hay postreacción por falta de la consumición (no hay estado B). Ej de estado aversivo que no tiene proceso oponente: las nauseas.

Entre los sistemas que si tienen procesos oponentes, la intensidad y la duración del proceso es muy diferente, hay gran variabilidad.

TEMA 2: Interpretaciones psicodinámicas de la motivación

Las teorías psicodinámicas, son divisiones que vienen de diferentes tradiciones: perspectivas del psicoanálisis, psicología social, psicolingüistas.. y sobre todo lo esencial está en el psicoanálisis de Freud y sus sucesores.

¿Cuáles son las causas y motivos de las emociones?

(las emociones tienen base biológica, sentimiento es un término más general más amplio). Asumimos que siempre estamos experimentando alguna clase de estado afectivo por mínimo que sea, de tal forma, que todos nuestros actos influyen desde el principio en algún sentimiento. Cuando percibimos objetos de la realidad, ello nos lleva a algún estado afectivo. Objeto entonces es algo material o inmaterial. Mientras tengamos algún nivel de conciencia estamos experimentando algún estado afectivo, cuando se reduce el nivel de conciencia, nuestra relación con los objetos de la realidad es la misma (mismos sentimientos con el objeto de la realidad a pesar de la reducción del estímulo de conciencia).

Psicosis tóxicas: son psicosis transitorias debido a una intoxicación (alteración de la conciencia del sujeto que ahora se encuentra incapacitado para mantener contacto con algo o alguien pero puede experimentar con sus alucinaciones, emociones muy intensas). Cuando percibimos un estímulo de cualquier objeto que nos rodea, tenemos que prestar atención, cuanto más nos interesa el objeto, más atención. El interés es una forma emocional, un sentimiento.

Muchos objetos cotidianos, pasan por nuestro campo perceptivo sin que les demos importancia (indiferencia). En esta indiferencia también hay algo de estado afectivo. Cuando percibimos influye: la forma, el movimiento... todo ello lleva al reconocimiento del objeto que se basa en la información sensorial junto con la memoria de la persona. La percepción del estímulo nos provoca inmediatamente alguna clase de placer o displacer.

Nuestra percepción no es similar a la de un robot (en ellos no hay estado emocional). El sentimiento inicial que nos produce un objeto puede ir cambiando según va cambiando el objeto. Para nosotros lo importante del objeto es lo que significa para nosotros, si existe el objeto en sí, nosotros no podemos saberlo todo de él. Cuando percibimos, hacemos actos denotativos y connotativos:

–Denotativos: sentido de observación. (general). Interpretar. Valorar.

–Connotativos: categorización más objetiva. También tiene algo de sentido de interpretación. (actitudes del objeto en particular)

los estados mentales de alguien no podemos percibirlos directamente pero si interpretar, conjeturar... Sólo podemos llegar a conocer a una persona interpretando. Las imágenes que nos produce un objeto son múltiples, y a medida que tenemos más experiencias con el objeto, vamos modificando dichas imágenes.

Toda realidad externa a nosotros siempre nos produce alguna forma de reacción afectiva pero no tenemos tiempo para analizar todos los sentimientos que nos produce dicha realidad. Sólo analizamos lo que nos interesa especialmente.

Concluimos: hay sentimientos que son inmotivados (ej: las depresiones).

Desde la psicodinámica, todo tiene motivo o motivos. Detrás de cada emoción podemos averiguar cual es su motivo, sin embargo, no siempre se quiere saber. Hay desconocimientos sobre sentimientos que son

motivados (no losé, porque no lo quiero saber). El no saber es un acto motivado. El caso de no saber cual es el motivo. Ocurre en aquellas emociones que nos resultan complicadas de aceptar (analizar esos sentimientos nos lleva a sentirnos mal). A esto lo denominamos clásicamente: resistencia. ¿por qué se da la resistencia? La motivación más poderosa es que si el sujeto no tiene que comunicar públicamente el sentimiento, se encuentra sólo, cómo no está obligado a confesarse, la resistencia está en la propia estructura del sujeto (en su intimidad) (tiene miedo a su propia reacción). Esto es así porque sentimientos perturbadores entran en conflicto con sus normas morales, no son capaces de aceptarlos ya que contradicen a una parte del sistema. Ello obliga al sujeto a tener que aceptar la situación o a cambiar sus normas morales (sea como sea implica cambio, y los cambios siempre se ven como peligrosos). Una persona a lo largo de toda su vida, se va adaptando a una personalidad que tiende a la estabilidad, al final, los esquemas que se mantienen en equilibrio, ofrecen al sujeto seguridad (nos sentimos seguros con lo que siempre es igual). En ocasiones, se acepta la existencia de un sentimiento perturbador con una operación de autoengaño que podemos llamar: mecanismo de defensa mediante el cual, el sujeto puede hacer una operación de proyección con lo que dirige las causas de lo que siente no hacia si mismo sino hacia el objeto con lo que si el objeto produce la causa, el sujeto no es responsable, lo es el objeto.

Funciones de los sentimientos:

- Vinculación
- Expresión-comunicación
- Organizaciones axiológicas de la realidad: se refiere a la formación de los valores morales, éticos... en definitiva la formación de un sistema de valores: sistema moral.

respecto a la **vinculación**, gracias a los sentimientos podemos formar lazos con los objetos que nos rodean (sino tuviéramos sentimientos no podríamos unir, ligar a nada). Sin emociones seríamos autosuficientes y por lo tanto no conoceríamos a los objetos que nos rodean. En palabras del psicólogo existencialista, KIERKEGAAR: no hay emociones sin objeto que las provoque pero tampoco hay objeto sin sentimientos. Objeto y sentimientos son dos hermanos gemelos que nacen juntos.

Los sentimientos como forma de deseos básicos son instrumentos con los que se vale el sujeto para interesarse por la realidad y forma vinculaciones con ella. El afecto hace que el sujeto se enganche a un objeto. Mediante esta vinculación, lo que el sujeto sufre como consecuencia es la posesión del objeto (este es el deseo último que mueve la vinculación). La posesión de un objeto por parte del sujeto (ya sea completa o parcial), nos lleva a una imagen mental de dicho objeto, se trata de una vinculación virtual, psicológica, no física.

La lógica que mueve esta vinculación psicológica es la posesión. Las vinculaciones que deseamos nos resultan agradables pero también hay vinculaciones en contra de nuestra voluntad: vinculaciones negativas (ocurre con las emociones que rechazamos).

Las vinculaciones negativas se producen al interiorizar un objeto que odiamos. El odio no es por tanto una renuncia: mientras la odio es parte de mí.

La vinculación positiva inicial es de dos tipos:

porque el sujeto humano recién nacido se vincula al objeto para satisfacer sus necesidades sin dar nada a cambio.

la vinculación al comenzar la socialización. Los niveles de reciprocidad van en aumento. El sujeto se vincula al objeto dando y recibiendo.

A B

DOBLE VINCULACIÓN ESTABLE

expresivo–comunicativa de los animales es importante porque remite a la función de la vinculación, es por tanto necesaria para la vinculación ya que sino no existiría. Nuestros sentimientos no tendrían una dimensión pública. La vinculación tiene a ser doble: el sujeto busca la reciprocidad (A B), tiende a desarrollar una estrategia inteligente con el otro; administra la vinculación. A no puede pretender que B se vincule con ella, si A no puede expresar sus emociones (las otras personas tienen que saber cuales son nuestros proyectos de vinculación).

Fracasos en la expresión, acaban siendo fracasos de la función vinculativa y ese fracaso crea en el sujeto metasentimientos (sentimientos que se elaboran a partir de otros sentimientos).

Ej: sentimiento de autodesprecio.

Lo frecuente es que esos fracasos lleven a odio hacia el objeto (desprecio...). la vinculación que se quiere conseguir con otra persona, suele ser de la misma clase que se le ofrece a uno mismo. Si A quiere a B, querrá que B quiera a A en el mismo tipo de sentimiento: simetría. Con el curso de la interacción se pasa de la simetría a la asimetría.

En ocasiones una persona adopta el papel de débil y el otro de fuerte: asimetría. Se debe esto a las compensaciones: uno fuerte y tonto y el otro débil e inteligente. Lo curioso de la asimetría es que se mantiene durante mucho tiempo pero las relaciones tienen que ser siempre confirmadas (tendemos a la repetición) (la continuación se lleva a cabo mediante la expresión de los sentimientos): si los individuos de la pareja se separan de manera que la confirmación no se produce, cuando se vuelvan a encontrar tenderán a adoptar el role de antes de la separación y en otras ocasiones el del status inferior, ya no acepta dicha posición. Redefinir el significado de los miembros de una relación es muy difícil, el cambio puede llevar muchísimo tiempo.

Ej: dos amigos que se separan (relación asimétrica), se produce el reencuentro y uno intenta redefinir (el de estatus inferior) su posición en la relación. Al juntarse lo más probable es que se de la imposibilidad de redefinir la relación y la ruptura de la misma.

Las relaciones sujeto–objeto que más nos interesan suelen ser estables duraderas.. con lo que es necesario para ello, la expresión de sentimientos (la confirmación). Esto es así porque los sentimientos son variables (nuestra visión de los objetos cambia).

Cuando hay una separación de largo tiempo, el reencuentro se caracteriza por gran expresión y aceptación. Esta contradicción se debe a lo que siente el sujeto ya que nos interesa manifestar nuestros sentimientos peor al mismo tiempo, debido a la separación no sabemos ya bien quien es esa persona. (tenemos dudas: ¿y si cambió?). todo ello nos lleva a la ambigüedad, las expresiones emocionales básicas que son biológicas tienen una manifestación muy clara y muy compleja y por lo tanto, más difícil de entender. La otra persona debe interpretarlas ya que no vemos los estados mentales del otro. Debemos interpretar, conjeturar, a partir de lo que vemos. También hay que tener en cuenta que en ocasiones el sujeto no se expresa claramente y que las personas respecto a sus sentimientos pueden engañar al otro.

Si aplicamos táctica de engaño, reducimos, aumentamos o cambiamos el sentimiento que sentimos. De cualquier manera el engaño siempre es la forma de intentar manipular al otro. Con la edad, las expresiones cada vez se hacen más rígidas y más estables (si aparecen sentimientos nuevos los adaptamos a los antiguos) (son muy difíciles de cambiar). Así por ejemplo una persona que desarrolla una personalidad de severidad y con ello indica que no admite bromas (la severidad se muestra en la expresión facial igual que cualquier otro tipo de personalidad).

Un aspecto muy importante de la expresión de las emociones es que es controlable en cantidad, lugar de expresión, modo.. (aunque no en todas ocasiones). Esto es importante por el autocontrol: una persona tiene dominio de si mismo cuando controla sus emociones y esto es fundamental para la vida social. La operación

de la represión de las emociones es también muy importante, en el control de los sentimientos lo único que podemos hacer en relación a los sentimientos es controlar su expresión pero la emergencia en nuestra conciencia de un sentimiento cualquiera es incontrolable (surge un sentimiento en la conciencia pero no sabemos de donde surge ese sentimiento y tampoco lo podemos evitar). Podemos evitar expresarlo pero no sentirlo.

Lo importante de la función expresiva se ven en el sentimiento de desasosiego que provoca en nosotros la no existencia de la expresión del sentimiento.

El caso contrario : la sobre-expresión o sobre-actuación (expresión exagerada de una emoción). Esto es propio de las personalidades histéricas (el fin es llamar la atención de otra persona). Resulta difícil responder a situaciones así, ya que visto desde fuera, estas conductas parecen engañosas. La exageración de una expresión también ocurre en situaciones de apelación extrema donde el sujeto no tiene control sobre la expresión que está haciendo (ocurre sin intermediarios, tal y como se siente se expresa).

Las necesidades del niño, las demanda con un sentido de urgencia (inmediatez). Cuando el deseo se satisface la expresión desaparece. Con el paso del tiempo estas necesidades tan urgentes, deben no satisfacerse inmediatamente: los niños deben aprender a postponer la satisfacción del deseo. Algo muy importante para el proceso de socialización e postponer la satisfacción durante un tiempo (dos años de vida). La función apelativa tiende a desaparecer: comunicación menos egoísta y más transaccional. En los adultos ocurre también la apelación inmediata, esto es una rasgo de egoísmo porque para poder ser atendida la demanda, el sujeto se salta las reglas sociales (no cuenta con la opinión de los demás). Estos son ejemplos de regresión , ya que son propios de la naturaleza infantil.

En situaciones más excepcionales se permiten las apelaciones en los adultos. Ej.

–Demencia senil: se desorganiza el aparato psíquico del sujeto y también la organización emocional (expresiones muy exageradas, gritos, lloros....).

–Situaciones límites (de gran peligro).

–Simulación de desvalimiento: engaño sobre el desvalimiento: una persona victimista demanda atención de esta manera.

axiológica de la realidad o lo que es lo mismo: los sentimientos también están en la base de la formación del sistema de valores (nuestros valores estéticos se hacen a partir de sentimientos estéticos o nuestros valores morales se hacen a partir de sentimientos morales). Los valores son sentimientos racionalizados (intentamos racionalizarlos) por eso los valores de las cosas parten de nuestra experiencia (los sentimientos que nos provocan a lo largo de la vida). Parece entonces complicado hablar de valores en abstracta porque siempre remiten a objetos concretos, están ligados a los objetos que hay que valorar.

Los niños pequeños que son en primer lugar guiados por el deseo de posesión de todo (placer en la boca)

Retención objetos míos: buenos

Deseo de posesión

Rechazo objetos no míos: malo

Desde los primeros días de vida, se va dividiendo y clasificando la realidad (gracias a los sentimientos y a los deseos). Comienza así la lógica de clases. Las cosas son buenas o malas según me satisfagan o no. Mediante la clasificación inicial se desarrollan nuestras primeras preferencias por las cosas: una jerarquía u orientación

preferencial que inicialmente es de tipo bipolar y se rige por la ley del todo o nada. Estaría bien tanto para el niño como para el adulto que sólo existiesen objetos buenos y no hubiera que rechazar ningún objeto, pero la existencia de la dicotomía inicial puede ser positiva para el desarrollo del yo: si el niño fuese capaz de satisfacer sus deseos con cualquier objeto, todos los objetos suyos, quizá no podría establecer el límite entre el yo y el no yo. Con el tiempo también a medida que crece se va a enfrentar a una situación que luego será también propia de los adultos: la ambivalencia (un mismo objeto que es amado puede ser también odiado), a esto también lo denominamos: división de un objeto entre partes buenas y malas. La ambivalencia de los objetos se aprende desde muy pronto al igual que la cuantificación del deseo (hay objetos a los que queremos más y otros a los que queremos menos). La posesión no se rige por la ley del todo o nada sino que hay una gradación en los deseos (se van estableciendo matices). La cuantificación del deseo emocional se va a expresar con palabras. De manera más general, hablar de los sentimientos que nos provoca un objeto, equivale a conferirles un valor. Los atributos que conferimos a un objetos, son nuestros valores del mismo. Los atributos nunca son neutros y en el lenguaje los expresamos mediante adjetivos. En la valoración de los objetos tendemos a la bipolarización extrema (ver los deseos como blancos o negros) pero si reflexionamos vamos introduciendo matizaciones (gradación).

Las estimaciones que hacen diferentes personas, con el tiempo se ponen en común, lo que nos lleva al consenso; valores consensuados, lo cual, hace posible la vida social.

¿Cómo se puede utilizar un análisis lingüístico en las emociones?

Los sentimientos complejos, tienen una difícil expresividad (difícil de captar), por ello se busca otro tipo de análisis de tales sentimientos con el que poder ir más allá. Los enfoques de tipo lingüístico que están basados especialmente en la semiótica (ciencia de los signos) y la teoría de la comunicación (muy importante para la expresión de sentimientos), nos lleva a realizar la siguiente división:

- Actos inconductuales (físicos)
- Actos conductuales (no físicos).

Los actos inconductuales, como bostezar.... son signos naturales porque forman parte del referente. La referencia del signo es inevitable. Este tipo de actos no pretenden establecer relación con ningún objeto, simplemente el reequilibrio de un estado físico, lo cual, es un síntoma natural. Síntomas en relación al sujeto son aquellos que dicen algo del sujeto.

Los actos conductuales, son también signos, más concretamente símbolos (Se refieren al organismo) pero no son naturales. El lingüista Bühler de principios del siglo XX, estableció la teoría del signo referida a las palabras, lo mismo que el aplicó a las palabras lo podemos aplicar a cualquier acto de conducta. Hay un aspecto del lenguaje: el uso que los hablantes hacen del mismo, que interesa a la psicología. El lenguaje hablado es objeto de estudio de la psicología porque forma parte de la conducta, ¿qué se puede saber de una persona a partir de lo que habla? Bühler dice en su teoría del signo que cualquier signo lingüístico tiene varias dimensiones. Ej: una palabra como signo lingüístico tiene la función expresiva porque es síntoma del sujeto que dice la palabra, al mismo tiempo, un signo lingüístico tiene señal (función apelativa): un sujeto tiene la intención de comunicarse con un receptor (señal dirigida al receptor). Otra función es la referencial (la palabra es un símbolo, remite a un significado que va más allá de la estructura física de la palabra).

Síntoma f.referencial.

síntoma señal

SUJETO signo lingüístico RECEPTOR

f.expresiva f.apelativa

sistema de signos

Un signo no está aislado, entra en relación con un sistema de signos. Este esquema se aplica al comportamiento. Nuestra conducta tiene significado, y los demás interpretan dicha conducta (nuestra conducta es un sistema de signos).

Antipático = es símbolo, señal dirigida a un receptor.

Esta función expresiva es realmente especial para la psicología. Cualquier cosa que se habla siempre tiene un aspecto que habla del sujeto (esta función siempre está presente). De lo que oímos del mensaje, obtenemos connotaciones de la persona que está hablando (aunque no hable de si misma, aunque se trate de un discurso lógico abstracto). Podemos saber gracias a una conversación: el sexo, la edad, el país y la ciudad de origen, su forma de ser, grupos sociales de referencia, clase social, modelos ideales (tengamos en cuenta que copiamos los modelos que nos interesan).... del emisor.

Digamos lo que digamos, hablamos de nosotros o decimos, damos a entender algo de nosotros, pero para que eso se entienda es necesario la interpretación (las cosas no son exactas, son conjeturables).

Tests proyectivos: pruebas que se aplican como estudio de la personalidad. Al sujeto se le pide que hable de un estímulo o un objeto que se le presenta. Lo importante no es la descripción sino lo que se puede saber de él a partir de lo que está diciendo. (test de Rocha).

Los actos físicos son actos NO INTENCIONALES.

Brentano ya defendía que actos intencionales eran lo de la conducta y distinguía también actos no intencionales. La intencionalidad es una característica esencial de la conducta.

Si toda conducta significa algo, todo acto de conducta es una forma de lenguaje.

Dos tipos de lenguaje en los seres humanos:

- Lenguaje verbal
- Lenguaje extraverbal (analógico) (gestos). Es más apropiado para indicar la emoción.

El lenguaje verbal es el que utilizamos para la comunicación simbólica porque gracias a él nos referimos a elementos sin que estos estén presentes. Transmiten información. Sirve para la transmisión de información pero no sirve para transmitir la relación que hay entre dos hablantes (sirve mal para transmitir las emociones implicadas en el acto de habla). El otro lenguaje, el extraverbal, no es adecuado para transmitir información pero sí para transmitir la actitud que mantenemos con la persona con la que interaccionamos.

Ambos lenguajes se pueden dar en el mismo acto de habla, además de las palabras, seleccionamos también el gesto que indica nuestro estado afectivo. Son importantes claves como el tono, la entonación, el ritmo (la música que asociamos al mensaje verbal o lo que es lo mismo, la PROSODIA DEL LENGUAJE – el mensaje gestual-).

Lenguaje extraverbal (gestual) es aquel que expresa la relación afectiva. El mensaje gestual no son sólo los gestos de las manos o de la cara, también la acentuación... El lenguaje gestual es altamente redundante respecto a los sentimientos que expresa, por eso aquellas personas que quieren controlar bien la expresión de sus sentimientos, deben revestirse de una coraza gestual (no hacer gestos) (coraza física que hace a la persona inexpresable). También de manera paradójica este extremo de autocontrol comunica algo (no existe la no comunicación, siempre hay comunicación; no hay no conducta a no ser los actos reflejos puros), ¿qué comunica? Comunica que no quiere comunicar. Algunas veces se hacen sustituciones del lenguaje verbal o

extraverbal, cuando no se puede verbalizar se puede recurrir al lenguaje gestual y viceversa (verbalizar los gestos).

El modelo funcional psicodinámico que hemos visto permite explicar sentimientos anormales pero ¿qué son los sentimientos anormales? Todo el mundo utiliza en el lenguaje coloquial estos adjetivos para referirse a comportamientos...

En psicología, la diferencia: normal – anormal; no está clara ya que es difícil encontrar criterios para hacer tal clasificación.

Tradicionalmente se habla de criterios fenomenológicos para describir sentimientos normales y anormales. Tales criterios son de dos tipos:

- Teniendo en cuenta el tipo de sentimiento
- Teniendo en cuenta la intensidad del sentimiento.

Atendiendo al tipo:

- sentimientos normales: amor
- sentimientos anormales: odio

Atendiendo a la intensidad. Tengamos en cuenta que esta es difícil de medir y que porque un sentimiento tenga poca intensidad no tiene porque ser anormal.

En ocasiones se diferencia entre normal y anormal en función del objeto que provoca el sentimiento. Ej: cómo se puede querer a alguien si ese alguien es aborrecible. Quien quiera a una persona aborrecible tiene un sentimiento anormal (el sentimiento es excepcional pero esto no es igual que anormal).

Objetos que provoquen sentimientos deseables en una persona, para otra puede que sean agradables y por ello no debemos considerar un sentimiento como anormal.

Esta división está muy ligada a la organización axiológica que tenga el experto que determina que algo es normal o anormal (en función de su sistema de valores y al final estas discusiones acaban siendo discusiones de sistemas de valores). La psicología tendría que centrarse en la neutralidad, la discusión es propio de la ética. Generalmente:

Anormal = inmoral.

Normal = moral.

Desde un punto de vista dinámico – funcional, se busca una salida a este problema de discusión de valores para centrarse en la dinámica del sujeto independientemente de lo que le rodea.

En medicina física, se considera anormal en la economía del organismo, una función que no consigue mantener el equilibrio (homeostasis) y algo así podríamos defender también en los sentimientos. La triple función: vinculativa, comunicativa y axiológica; si se cumple, ello implica que el sentimiento es normal. Sentimiento anormal será el no funcional (no cumplen la triple función).

Si no sirve para la triple función ello implica un fracaso puesto que el sujeto no consigue la satisfacción de deseos asociados con ese sentimiento.

Amor: será sentimiento anormal si el sujeto que tiene tal emoción no llega a la vinculación. Ej: amor no

correspondido.

Odio anormal: el sujeto no puede alejarse del sujeto odiado (no se satisface el deseo).

Los sentimientos normales, acaban consiguiendo la función a la cual están sometidos y producen la homeostasis en el sujeto (lo que no ocurre con el sentimiento anormal). El deseo que se crea con el origen del sentimiento anormal no puede ser resuelto porque no llega al fin.

Los sentimientos anormales llevan a la creación de metasentimientos que complican la situación (ej: frustración). También a consecuencia del fracaso, el sujeto puede autolimitarse en sus futuros sentimientos de tal manera, que por ejemplo tras una frustración de tipo amoroso el sujeto puede autolimitarse para establecer nuevas relaciones (auto – inhibición). El odio frustrado acaba produciendo un odio generalizado: ya no sólo se odia a A, también se odia a otras personas asociadas con A.

Desde el punto de vista del sujeto, los sentimientos que le benefician y que son útiles son los normales; los anormales son inútiles y le perjudican. Para poder satisfacer un sentimiento se precisa de tres condiciones:

- Condiciones relativas al sujeto.
- Condiciones relativas al objeto.
- Condiciones relativas al contexto.

Lo primero es que el sujeto acepte el sentimiento que está experimentando porque sino el sujeto intentaría reprimirlo (rehacerlo) de tal manera que nunca va a ser realizado (el rechazo lleva a la inhibición). Ej: una persona que rechaza el sobrepeso que tiene va a inhibir relaciones sociales o relaciones donde su cuerpo podría ser criticado.

Otra condición necesaria para la satisfacción es el objeto dado a que todo sentimiento es dirigido (todo sentimiento es producido por un objeto). La satisfacción sólo puede darse si el objeto está de acuerdo con el sentimiento (reciprocidad). No tiene sentido desear objetos inalcanzables en adultos (a no ser por la fuerza pero aún así no habrá vinculación recíproca). El contexto también plantea una serie de reglas que el sujeto tiene que respetar para satisfacer los deseos.

En definitiva la satisfacción del deseo en adultos sólo es posible si el sujeto tiene en cuenta las condiciones de la realidad. El sujeto tiene que hacer un proyecto realista (adecuado a la realidad) no fantástico.

Los sentimientos anormales, implican descontrol en el sujeto y cuando los sentimientos no se controlan, se crea en el sujeto impulsividad, estados de descontrol (el deseo se impone al sujeto) y ello lleva a la desinhibición o inhibición. Por tanto, los sentimientos anormales en realidad, si atendemos al tipo o cantidad del deseo, vemos que no difieren demasiado del sentimiento normal, donde si difieren es en que se intentan satisfacer de una manera no realista y es difícil imponer los deseos y transgredir las reglas; prueba de ello es que a veces las transgresiones de las reglas se facilitan con drogas como el alcohol que disminuyen el juicio de realidad del sujeto.

Los sentimientos anormales plantean un problema interesante con los fenómenos de regresión. Regresión = cuando funcionamos con una dinámica propia de estados anteriores. En último extrema la regresión última sería comportarse de manera infantil.

Una de las características de la regresión es disminuir el juicio de realidad, entonces, en aquellos sujetos con sentimientos anormales podemos pensar que si estos sentimientos no cumplen la triple función, el sujeto fracasa (el sujeto cosechará toda una serie de fracasos que en último término serán fracasos de vinculación). Estamos irremediabilmente atrapados por nuestra historia de fracasos y de éxitos. Nuestra historia de fracasos y éxitos es imprescindible para entender el comportamiento humano.

Una historia repetitiva de fracasos, conlleva problemas emocionales, REGRESIÓN (no nos permiten avanzar, perjudican la maduración emocional).

Los éxitos por el contrario, permiten la maduración emocional (no hay regresión). La dialéctica entre fracasos y éxitos es muy importante en el desarrollo psicológico de la persona (con los padres primero y luego con los demás). No podemos obviar, que los fracasos causan problemas de adaptación al medio.

Características de las personas con sentimientos anormales: la fantasía es diferente a las de las personas con sentimientos normales (no cumple el mismo papel). Aunque en la realidad no se pueda satisfacer un deseo, en la fantasía si (tiene un papel sustitutivo de satisfacción de deseos). Esto ocurre en personas con sentimientos anormales. En sentimientos normales, la fantasía no tiene tanta importancia (no es suficiente satisfacer los deseos en pensamiento).

A la mayoría de las cosas que nos rodean, no les prestamos demasiado atención; seleccionamos los objetos que más nos interesan. El universo emocional de cada persona está hecho de una gran intimidad de estímulos (la experiencia cognitiva favorece el desarrollo de la inteligencia, la experimentación de diferentes emociones favorece la maduración de las emociones). Esta selección que hacemos de los objetos puede ser muy extrema (puede llevarnos a rechazar muchos objetos), el deseo por algo puede ser tan fuerte que rechaza el resto de los estímulos. Al limitar la percepción renunciamos pues a deseos que podrían ser satisfactorios.

Formas de renuncia:

–Extrema: la seguida por una vía de ascetismo: sólo hay un objetivo por encima de todos (los demás pueden entorpecer al principal – podemos prescindir de ellos–) la vinculación personal con un solo objeto que en este caso es dios.

–Artistas, deportistas, científicos con un proyecto único. Para cumplir dicho proyecto se producen auténticas privaciones emocionales (la satisfacción del deseo primario quita de satisfacer los secundarios)

–Usar la renuncia como una excusa para enmascarar carencias personales que impiden satisfacer deseos.

Sentimientos patológicos: (diferentes a los anormales). Los sentimientos presentes en una psicopatología. Definir los sentimientos patológicos es complicado, son sentimientos cuya condición necesaria y suficiente para que aparezcan en la presencia de un trastorno (el sentimiento no aparecerá sin el trastorno). La clave del sentimiento no deriva del contenido sólo de que esté asociado con una patología. El problema para caracterizar sentimientos patológicos es que no siempre está claro que existe una enfermedad mental. Ej: caso de un esquizofrénico que sufría estados de exaltación provocado por delirios (hablaba con dios). No es complicado entender el estado de exaltación y hay un estado emocional de euforia en condiciones normales que en ocasiones se clasifica como hipomanía si hay por medio un trastorno maniaco – depresivo.

Hay por tanto sentimientos que clasificamos como patológicos y que tanto por su intensidad como por su cualidad podrían ser vistos como sentimientos normales sino supiéramos la relación con la enfermedad. Los sentimientos patológicos se entienden como anormales (porque no cumplen una función) pero no todos los sentimientos anormales son patológicos. Si hay una patología o un trastorno, lo primero es tratarlo. Sin patología, los sentimientos serán producto de la dinámica sujeto – objeto y en ese caso se deberán estudiar las relaciones del sujeto con la realidad.

En psicopatología no hay enfermedad que no esté asociada a una alteración emocional. La teoría de los síndromes diferencia entre síntomas nucleares o primarios (basa esencial del trastorno) y secundarios o derivados. En los cuadros patológicos hay ocasiones en que los síntomas emocionales son la base central y los cognitivos, derivados (y viceversa). Ej: la demencia senil: alteraciones o deficiencias de tipo cognitivo (Central), afectivo (derivado).

Ej: maniaco– depresivo: afectivo (central), cognitivo (derivado).

Un sentimiento dominante en la depresión es la melancolía (estos estados disminuyen la vinculación afectiva , incluso se producen desvinculaciones de uno mismo). Casi nada les conmueve (anestesia afectiva). Los estados melancólicos depresivos están relacionados con el sentimiento de culpa: angustia por el mal que han hecho y se creen merecedores de castigos divinos o eternos. En el caso de la manía, si ocurre la desvinculación, el sujeto se muestra hiperactivo (disfruta de muchas cosas, no se cansa... está dispuesto a buscar la satisfacción de deseos de cualquier manera).

Hay trastornos como la psicosis maniaco depresiva donde está alterada la dimensión afectiva, en otros trastornos, como los duelos patológicos (duelo = proceso que ocurre tras la pérdida de un objeto estimado, son procesos en los que se dan estados depresivos cuyo sentimiento primordial es la pena; son procesos normales, sentimientos normales, a no ser que lleguen a la patología).

En los estados depresivos la situación se complica pues aparecen metasentimientos: el sentimiento de culpa (en relación con el objeto perdido). Todo el grupo de neurosis cuenta con un sentimiento que caracteriza al grupo y que es la angustia. La diferencia fundamental entre neurosis y psicosis es que la neurosis no produce la pérdida del sentimiento de realidad (son trastornos más leves). Consideramos diferentes clases de neurosis según a donde se dirige la angustia: neurosis fóbica, obsesiva...

También hay numerosos cuadros de psicosis: psicosis maniaco – depresiva, tóxicas y las más graves: esquizofrenia.

En relación con la angustia que caracteriza a la neurosis, algunos autores la llaman: angustia flotante, por ser indeterminada en un principio, a continuación se concreta. La definición de angustia es la siguiente: miedo sin objeto provocado, no hay ningún estímulo que provoque ese miedo. Es una definición bastante cuestionable puesto que no hay sentimiento sin objeto, así que podemos considerar la opción de que no exista un objeto externo que cause la angustia pero si UN OBJETO INTERNO.

Cuando la angustia se va concretando, a su vez, se va justificando (sucesos realistas que causan la angustia). La angustia seguramente tiene objetos que la causan y que movilizan la sensación que presenta el individuo. El objeto es diferente para cada persona (a cada uno le produce un significado). Si la angustia surge como una reacción a un objeto interno, eso es indicativo de una idea planteada por Freud: la génesis de la angustia: la angustia surge de la conciencia del sujeto de su impotencia frente al objeto. Para argumentar esta idea, Freud dice que ante los objetos con los que nos sentimos seguros, no sentimos miedo (no hay angustia). Cuando no estamos seguros de nuestra capacidad, potencia... frente al objeto: ANGUSTIA. La importancia frente al objeto se refiere a cualquier dimensión del sujeto (una persona puede sentirse impotente de manejar las pulsiones). La angustia tiene un carácter finalista: avisar de un riesgo, o peligro (plantear la necesidad de que el sujeto se parte del objeto peligroso).

Desde la perspectiva de la psicología del self (yo mismo) (identidad personal). La angustia se ve de la siguiente manera: estado que aparece ante cualquier situación que el sujeto perciba como crisis del self (se crea inseguridad en el sujeto, ya no sólo impotencia CRISIS DE IDENTIDAD).

Algunas de estas formas neuróticas como la fobia, se focaliza en un objeto externo concreto.... Así que en este caso de manera general podríamos ver las fobias como angustia que aparece ante la inseguridad de dañarse a causa del objeto amenazante. El sujeto elabora estrategias que lo alejen del objeto peligroso. Estas conductas de evitación acaban interfiriendo en otras relaciones con otros objetos.

Freud, psicoanalíticamente, utiliza el desplazamiento para explicar la angustia que va de : un objeto uno a un objeto dos. (ya que por ejemplo es más llevadero hacia el objeto dos que hacia el objeto uno).

OBJETO 1 OBJETO 2

muy peligroso

El miedo al objeto uno es más perturbador que el miedo al objeto dos. Ej clásico de Freud: caso Juanito:

PADRE CABALLO

Hay diferentes interpretaciones de las fobias como las conductistas (más simples): la conducta aversiva da lugar a formas de escape y evitación (así se puede explicar como se genera una fobia). Ej: una experiencia traumática (EI) ESTÍMULOS (EC)

respuesta incondicionada de ansiedad respuestas de miedo

explicaciones de este tipo tienen un problema: en muchos casos neuróticos no hay experiencia traumática previa con el objeto que causa la ansiedad. El esquema conductista es más adecuado para explicar los miedos condicionados (producto del aprendizaje). Pero esto no es una fobia: en sentido clínico son más complicadas ya que la fobia produce un cambio en el comportamiento del sujeto.

Hay que tener en cuenta más que la fobia, la neurosis (el estado de desequilibrio) (la fobia es secundaria).

Es importante la facilidad con que el sujeto deja de presentar la neurosis, transformándola a otro cuadro neurótico: ej: de neurosis fóbica a neurosis obsesiva. Todo ello implica que las fobias no son sentimientos condicionados. En las neurosis obsesivas: se utilizan mecanismos defensivos diferentes como la repetición constante de un acto (también existen mecanismos parecidos de desplazamientos pero de un objeto interno a otro).

Psicosis paranoide: forma de psicosis menos complicada que la esquizofrenia y que se caracteriza por los delirios. Este tipo de trastorno es un buen ejemplo de una organización axiológica de la realidad, es decir, un sistema de valores enormemente rígido. El delirio q aparece en estas personas es una especie de ortopedia del sujeto que el mismo construye para subsanar o incluso resolver un profundo rechazo de si mismo que no puede tolerar. El delirante comienza el delirio negando la realidad sobre si mismo, y avanza para construir una realidad inventada.

- soy A
- no quiero ser A
- deseo ser B y fantaseo con ello
- soy B y me comporto como tal.

Con la nueva imagen inventada, el sujeto se presenta a los demás, quienes confirmaran o no, su nueva imagen.

Delirio de persecución: es uno de los delirios típicos de la psicosis paranoide.

Si los demás no aceptan la nueva imagen, el sujeto distorsiona aún más la realidad y considera a los otros como perseguidores, hostiles... (por rechazar su nueva imagen).

Otro delirio típico es el de los celos.

En la esquizofrenia dominan también los delirios, alucinaciones (percepción de algo que no existe, como objeto externo, se perciben pues objetos internos contruidos por el sujeto). Además de delirios esta enfermedad avanza hacia la desorganización del yo (el trastorno desorganiza al sujeto en su totalidad). Un brote agudo de esquizofrenia (aparece a los 20 años más o menos) es el de perplejidad, extrañeza.. por cosas

que nunca le habían pasado hasta ahora (ej: escuchar voces, pensar que alguien le manipula el pensamiento..); el sujeto busca significado a lo que le ocurre y llega a la conclusión de que algo o alguien quiere perjudicarlo. Los sentimientos iniciales podemos pensarlos como provocados por objetos internos (debido a las alucinaciones) que movilizan las razones del sujeto para sentir lo que siento (profundo rechazo de si mismo por una característica de su cuerpo que no soporta) (se puede ver también rechazo a sentimientos o a un rasgo de su carácter).

De este modo se avanza hacia la fantasía llegando al delirio, se observa en esquizofrénicos todo un avance evolutivo desde la juventud: incapaces de experimentar los placeres que provoca el trato con los demás. Al mismo tiempo se crea un estado de ánimo que podemos llamar de humor delirante donde el sujeto se encuentra nervioso y ambulante de un lugar a otro intentando saber que le ocurre.

Hay un paralelismo considerable, entre la provocación de sentimientos por alucinaciones que por objetos externos.

En cuanto a los sentimientos asociados con los delirios: la interpretación delirante lleva a que los sentimientos no sean tan absurdo, si se muestra por ejemplo agresivo a causa de que oye voces amenazantes hacia el al pasar frente a alguien. Lo extraño está en el error de interpretación. Si la esquizofrenia avanza y no se corta con medicamentos, el sujeto se va desorganizando cada vez más, mayor desorganización de las emociones hasta caer en un vacío afectivo por lo que algunos autores como Kraepelin llama a esta enfermedad demencia precoz para resaltar que aparece tempranamente frente a otras demencias que aparecen en la vejez (pérdida de funciones cognitivas). Otros autores la denominan demencia afectiva para resaltar el deterioro de los afectos mayor que el deterioro cognitivo porque además este puede no destruirse completamente. El vacío afectivo que se produce acaba produciendo un deterioro emocional (autismo emocional), se retrotraen en ellos mismos. Los objetos de la realidad, no se valoran ni sirven para provocar ninguna clase de relación, es decir, al final se llega a un estado de idiotez total.

Para el bien de nuestro equilibrio psicológico nos debemos de gustar a nosotros mismos (regla sencilla pero difícil de cumplir). Si no te gustas a ti mismo, no hay nada de la realidad externa que te guste, lo verás todo inaceptable.

Alteraciones de un transmisor del cerebro como la dopamina (conecta neuronas), provoca alteraciones. Ej : drogas como el LSA. Si esto es así, no podemos ver las alteraciones en la dopamina como la causa (a no ser a nivel biológico); habrá que buscar la razón de la alteración. Ej: los cambios en la dopamina si lo vemos sólo como causa biológica: ¿por qué ese cambio? Al final siempre acaba siendo un gen por el que provoca la alteración.....

También se ha especulado sobre genes asociados a la esquizofrenia. TODO ESTO ES DEMASIADO ESPECULATIVO.

Si fuera así: gen A: esquizofrenia. Lo único que podemos saber es que existe una correlación entre la existencia de un gen y la presencia de la esquizofrenia pero se da un error estadístico al decir que la correlación es igual a la causa (esto no es así).

Las correlaciones sólo indican que dos cosas están asociadas:

C (causa)

A B

(efectos)

Hay un tercer factor que es la causa de tales efectos.

Podemos especular con otra explicación: el gen A, no tiene nada que ver con la enfermedad y supongamos que hay genes que provocan la inhibición (al sujeto le costará trabajo mantener relaciones interpersonales). Podría ser que debido a esto se fomentase el aislamiento social y que ello provoque la enfermedad.

GEN A INHIBICIÓN ESQUIZOFRENIA

EL GEN NO ES EXACTAMENTE EL CAUSANTE DE LA ENFERMEDAD.

Las explicaciones biológicas también consideran que el cerebro determina los estados mentales. También podemos pensar que los estados mentales son causa de alteraciones en el cerebro. Ej: una persona que toque el piano tiene un cerebro diferente que el que no lo toca debido a la especialización de diferentes células del cerebro.

El hipocampo, es una zona del cerebro central implicado en la memoria espacial. El tamaño de esta estructura cambia según las personas ejercen más o menos la función espacial (también puede cambiar la estructura). La actividad cambia las bases cerebrales.

Lectura complementaria: Introducción a la psiquiatría

Tema 3

La motivación en cuatro teorías psicodinámicas, estas tipologías son enfoques diferentes de la teoría psicodinámica y son: (orden cronológico)

- Teoría de las pulsiones
- Teoría del yo
- Teoría de las relaciones objetales que en el fondo son relaciones interpersonales.
- Teoría del self

Cada una mantiene sus propios planteamientos pero en todas ellas se conserva una serie de premisas de la teoría freudiana:

Todos están de acuerdo en la existencia de un determinismo psíquico.

Existencia del inconsciente que lleva a plantear la existencia de una forma de pensamiento llamado proceso primario (no se ajusta al proceso de la realidad).

Importancia a los factores que tienen que ver con el desarrollo psicológico.

La teoría pulsional nació con Freud cuando este abandonó la teoría de la seducción para explicar la histeria. Lo esencial de la teoría de las pulsiones son las fuerzas motivacionales de tipo pulsional sobre todo en la libido (la pulsión sexual) y la pulsión agresiva. Seguramente no es accidental que la primera teoría freudiana tenga que ver con los instintos básicos por las siguientes razones: el clima intelectual en que se formó Freud era newtoniano, mecanicista, y en el que para explicar fenómenos físicos se postulaban fenómenos de fuerza y contra fuerza; lo que Freud consideró adecuado para explicar los mecanismos de defensa.

Por otra parte, Freud se crió en un ambiente familiar propio de la clase media del siglo XIX, con formas de entender la sexualidad poco liberales (fruto del pensamiento victoriano); se creó un clima de desconfianza.... Freud trató los problemas asociados con la represión sexual, se había criado en una familia normal y no vio en ella ni en sus pacientes fallos o déficit en el desarrollo del yo ni en las relaciones objetales primarias. Escogía

pacientes con síndromes neuróticos y no trataba a las personas con fallos en el desarrollo del yo ya que al aplicarles la asociación libre se producía una desorganización aún peor de la que ya tenían. El yo como personalidad es fundamental para la adaptación del individuo al entorno. La capacidad adaptativa y creativa va al margen de los problemas pulsionales. La influencia en la formación de la psicología del yo se achaca a Anna Freud, quien trabajaba con niños,.

Los problemas en el individuo son sólo debidos a la pulsión y a las relaciones interpersonales. Esto llevó a la teoría de las relaciones objetales (menos importancia a lo que ocurre en la realidad y más a las relaciones del sujeto en cuanto que representación mental – elementos intrapsíquicos–).

Klein y Fairbairn, este último acuñó el término de teoría de las relaciones objetales y fue uno de los teóricos que desarrolló esta teoría pero se alejó de Freud en puntos de la naturaleza de las pulsiones como por ejemplo al suponer que la naturaleza de la libido no es la búsqueda de placer sino la búsqueda de un objeto.

La naturaleza exacta del objeto también cambió, hasta ese momento podía ser cualquier cosa pero a partir de Fairbairn; el objeto sólo podía ser un ser humano. En los trabajos de los clínicos también se iba viendo la importancia de las relaciones interpersonales. En trabajos con esquizofrénicos, se creía que la base de la enfermedad serían las relaciones objetales iniciales con la madre especialmente. Otra área clínica que se desarrolla en los 70: psicología del self (Kohut, 1973), esta psicología está basada en datos clínicos. A partir del estudio de trastornos en la personalidad se llega a la teoría del self.

Desde el punto de vista de la psicología de las relaciones objetales cada individuo se ve como un representante de una novela interna que deriva de su infancia (se fija en la memoria consciente o inconsciente) y en la que el sujeto representa varios papeles. Estos guiones se forman a partir de las relaciones iniciales objetales con quien vive el sujeto. Una idea muy importante de este enfoque es pensar que existe una tendencia universal omnipotente a la repetición de relaciones objetales ya pasadas, es decir, que en la vida psicológica adulta nuestras relaciones de apego se mantienen en la memoria y pueden ser repetidas. En la formación de relaciones objetales adultas, el esquema de funcionamiento que existe no es completamente nuevo (en funcionamiento del apego en la edad adulta tiene elementos que son repetidos de relaciones anteriores). Hay varios conceptos freudianos que aparecen en las teorías objetales, tengamos en cuenta que el complejo de edipo presenta relaciones interpersonales (también está claro en el edipo que las relaciones objetales tienen un papel formativo en el desarrollo del yo). Otro ejemplo sería el concepto de transferencia de Freud (la relación afectiva que se establece entre un paciente y el terapeuta), una relación afectiva que se podría describir como resultado de las pulsiones o según las relaciones objetales: una forma más de la tendencia universal a la repetición de las relaciones objetales primarias y esto es así ya que en una relación terapeuta – paciente, en alguna medida:

Terapeuta = padre.

Paciente = niño indefenso.

Hay otra idea de Freud también muy importante: la identificación: proceso mediante el cual el sujeto asimila atributos, formas de comportamiento, sistemas de valores... la identificación explica como somos lo que somos, tiene un papel fundamental en la formación del yo a través de la interacción con los demás (somos lo que somos porque copiamos a otras personas pero como copiamos de tanta gente, cada sujeto es único – copiamos a conocidos y a desconocidos–).

Tendencia a la repetición: concepto de la psicología de las relaciones objetales y es una fuerza de motivación presente al repetirse las relaciones objetales primarias (tendemos a repetirlas). Esta idea tiene su precedente en Freud, sobre todo en relación con traumas. (Freud: tendencia a repetir los traumas mentalmente, en el recuerdo). La razón que dio Freud es la siguiente: los traumas se repiten mentalmente para dominarlos, controlarlos; esto sería así porque cuando tenemos un trauma el sujeto está indefenso (situación pasiva ante el

trauma). Con la repetición mental el sujeto consigue cambiar su papel en la experiencia y llegar a una posición más activa hacia el trauma. Todo ello tiene una gran importancia en la asimilación del trauma (la persona cada vez estará menos aceptada por la experiencia traumática). El hecho de que el trauma tienda a repetirse es muy evidente, la tendencia a la repetición de las relaciones objetales significativas de la infancia tendría como fuente motivacional:

traumas (la acumulación de experiencias negativas) y el objetivo de la repetición es conseguir la posición activa en el trauma .

búsqueda de placer, el placer que supone que esas relaciones fueron las primeras con los padres. Las relaciones primarias con el padre y la madre se convierten en presentes. La psicología de las relaciones objetales es precursora de otras teorías más actuales diferentes al psicoanálisis: la teoría del apego de Bowlby (no es una teoría analítica pero tiene puntos de vista parecidos a la teoría de las relaciones objetales). El apego es una relación objetal. Hay un concepto de la teoría del apego que Bowlby llama working model. En el apego tenemos: conductas observables de apego y las experiencias subjetivas mentales del niño. Utilizaba el concepto working model, para referirse al esquema mental que el niño forma con esa relación y tales esquemas mentales sirven para regular las conductas y las emociones relativas a los apegos con la figura original y luego con otras figuras posteriores. Al mismo tiempo que el niño va desarrollando este esquema también avanza el desarrollo del self y ambos influyen uno sobre otro (están interrelacionados). La representación que hace de la madre es importante para conocerla ¿quién es? ¿cómo se localiza?... y de manera similar un aspecto clave de la representación de sí mismo que se va formando el niño: hasta que punto es aceptable o inaceptable lo visto por los ojos de la madre. Se va formando un esquema del self que se percibe como valioso y competente cuando la figura de apego se percibe como disponible, y se forma un esquema de sí mismo poco valioso o inaceptable cuando los padres son percibidos como rechazantes de la autonomía del niño. Bowlby utiliza el término apego seguro para describir la confianza que tiene el sujeto de que una figura de apego (protectora por tanto) está siempre disponible, a su alcance, y es así si el sujeto es un bebé, un niño como una persona adulta. Durante el desarrollo de la infancia, estos modelos operativos cada vez sirven más para permitir la proximidad física de la figura a la figura de apego ; con el paso del tiempo, el niño cada vez será más tolerable a la separación física de la madre (ya no necesita a la madre para sentirse seguro). Estos modelos operativos de las primeras figuras de apego tienen efectos también a largo plazo (sobre la edad adulta). Por eso Bowlby dice que los modelos operativos filtran nuestras percepciones de otras figuras de apego (diferentes a la madre) y sesgan también nuestras expectativas y comportamientos con otras figuras de apego. Modos de actuar y pensar que alguna vez fueron deliberados se convierten en inconscientes, de manera que en el futuro reaccionamos ante situaciones de forma inconsciente según modelos de apego primarios. Esta visión de Bowlby es similar a la que podían defender teóricos de las relaciones objetales. La conducta de apego distingue entre sistema y conducta de apego.

Sistema de apego: sistema motivacional, de base biológica, que según Bowlby, es autónomo , independiente.. de otros sistemas emocionales o motivacionales. Es una necesidad biológica autónoma.

Conducta de apego: conductas observables correspondientes al sistema de apego. Principalmente está la conducta de búsqueda de la proximidad con la figura de apego. Todas tienen el objetivo de mantener la proximidad con la madre.

Bowlby pretendía relacionar la conducta de apego con la conducta en otros animales y para ello habló de una conducta de antidepredación : conducta de los organismos para evitar a los depredadores.

El apego más que tener una sola función, debe verse como una multifunción , ya que asegura la satisfacción de necesidades alimenticias, seguridad, control de temperatura, protección y ayuda en diferentes ocasiones...

En función de la diferente interacción con la figura de apego hay que tener en cuenta varios tipos de apego (test de la situación extraña, así se vieron los diferentes apegos a una edad temprana como son los doce

meses):

- Seguro
- Inseguro o evitador
- Resistente – ambivalente
- Desorganizado

Los niños con apego seguro activan las conductas de apego, y la dirigen hacia la madre, quien calma la ansiedad del niño que activa la conducta exploratoria y desactiva la conducta de apego.

En el apego evitador, las conductas de apego no se activan, es decir, el niño no precisa de la madre, no hay conducta de apego.

La situación extraña tiene como objetivo la activación de la conducta de apego (conducta de aproximación y mantenimiento de necesidades). La conducta de apego, sólo se expresa en algunas ocasiones, se activan en ciertos momentos. Los niños pequeños están en balance entre conductas exploratorias y de apego (se activan cuando el niño está en peligro o tiene una necesidad).

En el apego resistente, las conductas de apego están sobre- expresadas (exageradas), las madres tenían dificultades para conseguir la relajación del niño.

En el apego desorganizado, los sujetos muestran una pauta diferente: falta de focalización sobre algo en concreto (acercarse y alejarse de la madre, expresiones de trance, movimientos raros y aparecían sin ninguna estrategia ante las diferentes situaciones).

Evitador– juguete

Resistente – madre

Este tipo de estrategias muestra como comienzan a funcionar los mecanismos de defensa ante la ansiedad que experimentan los niños. Puede que exista en ellos distorsión de la percepción de la realidad. Ej: los evitadores se sienten miedo y no lo expresan, están utilizando mecanismos de defensa (se sabe que tienen miedo porque los índices fisiológicos lo muestran). Los resistentes con su exageración de la conducta de apego recuerdan a lo que ocurre en la histeria (emociones exageradas) en relación a los mecanismos de defensa.

Desde el punto de vista psicopatológico, los que provocarían una patología son los niños con apego desorganizado. Estas pautas de comportamiento son tal y como se aprecia en el test de la situación extraña, no en casa de los sujetos. Ej: en casa los evitadores, se muestran enormemente estresados cuando no se encuentra la madre (son los que tienen mayor tanto por ciento de enfados con la madre).

El origen de cada conducta de apego es la relación mantenida durante meses con la madre, de la interacción temprana con los padres, más que de los genes.

Las madres que crean vínculos seguros con sus hijos, son sensibles y accesibles y además favorecen la libertad de movimiento y la autonomía. Por el contrario, las madres de los evitadores tienen un patrón de comportamiento también evitador (el contacto físico con el bebé no es agradable); son madres que se mantienen a distancia del bebé.

Las madres de niños resistentes, tienen una conducta impredecible, a veces son muy sensibles a las llamadas de su hijo a diferente de otras ocasiones. No favorecen la libertad de movimiento.

Los padres de niños con apego desorganizado, son maltratadores físicos o con trastornos (no cuidan

adecuadamente a sus hijos).

Los bebés que desarrollan este tipo de apego desorganizado, están en una situación de la que no pueden escapar: la conducta de apego se activa por la figura de apego, pero si son castigados, la conducta de apego no se dirigirá a la figura de apego por ser la causante del peligro; esto implica una situación paradójica (no pueden alejarse, de ahí su desorganización).

A veces el pánico en el bebé no sólo lo crea la madre o el padre amenazante, sino también un padre con expresión amenazante.

Los apegos que aparecen a partir de los doce meses tienen gran estabilidad (se observa al estudiarlos con el tiempo, si hay estabilidad podemos hacer predicciones).

La importancia que tiene el estilo con que actúa la figura de apego se ve en la diferente relación del niño con el padre y con la madre (el estilo de apego no depende de la genética). Bowlby pensaba que el desarrollo del apego se une al desarrollo del self, lo cual se ven, en estudios con niños de cinco o seis años en la escuela ¿cómo forman vínculos? Se ha visto que los que entran en la escuela con apego seguro, establecen fácilmente apego con sus compañeros y tienen tolerancia a la frustración (se mide por tests) (resistencia a la frustración, autocontrol..) en ellos priman las emociones positivas. En cambio los de tipo inseguro son menos sociables, puntúan menos en las pruebas de maduración del yo, y las emociones son positivas y negativas. En caso de apego evitador, destaca en ellos el alto nivel de agresividad. Los resistentes, aparecen como más débiles e indefensos.

En la edad adulta, los estudios de apego, contemplan el desarrollo de modelos operativos de apego (modelos internos respecto a los primeros apegos) (modelos internos = estado o representación mental en el presente del pasado).

Una manera de medir los estados mentales es mediante encuestas, gracias a las cuales, se sabe como fue el apego infantil.

Estudios con madres jóvenes e hijos de aproximadamente un año, midiendo a las madres el estado mental mediante entrevistas (antes de que naciera el hijo), se predijo con alto nivel de seguridad como sería el apego cuando el niño tuviera un año.

Estas entrevistas estandarizadas, dan lugar a una clasificación:

–Los sujetos pueden responder de manera coherente y colaboradora, lo cual, es propio de sujetos con apego seguro

–Los sujetos pueden responder de manera incoherente respecto a la narración de su pasado y no colaborar, ya que expresan resistencia a contestar con verosimilitud. Dan información muy escasa, hacen como que no recuerdan algo...

–Apego desorganizado: siguen con su estilo desorganizado. En la narración se muestra tal desorganización, con lapsus, tiempos muertos...

En las entrevistas, a los sujetos se les califica por su apego y por las descripciones que dan respecto a sus experiencias tempranas y curiosamente los de apego evitador, recuerdan experiencias positivas, muy buenas, una madre ejemplar... en definitiva se ve que distorsionan la realidad. Los sujetos adultos que en este tipo de pruebas cuentan una experiencia infantil traumática y por tanto no representante de apego seguro, y tal experiencia es contada de manera coherente, organizada... significa que en la edad adulta han establecido apego seguro. Esto ocurre en ciertos casos pero se cree que la tendencia general es a la repetición. La

repetición transmisión transgeneracional del apego. (el tipo de apego se repite).

Transmisión intergeneracional (de los tipos de apego). Esto explica cosas como el ciclo de abuso: tendencia por parte de niños maltratados a ser maltratadores. La repetición de los apegos iniciales es una probabilidad pero no es inevitable.

Si se compara la proporción de niños maltratados y no maltratados que se convierten en maltratadores: los maltratados tienen mayor probabilidad de serlo.

Psicología del self : es una de las escuelas psicodinámicas más influyentes e importantes. En relación con la motivación, como fuerza de motivación señalan (al igual que la psicología del yo) los equilibrios u organización del self entendiendo que la búsqueda de la homeostasis (equilibrio) es natural (fuerza de tipo general). Cuando el sujeto se encuentra en desequilibrio, rápidamente se ponen en marcha mecanismos que resuelven tal desequilibrio y llevan al equilibrio. La psicología del self podemos verla como una ampliación de la psicología del yo:

Ps. del yo: adaptación al medio. Conciencia que permite la adaptación del organismo al medio.

Ps. del self: autorreflexión sobre uno mismo.

Para algunos el concepto del self tiene relación con el concepto de rol (manera con que nos comportamos en una situación determinada) (se utiliza el concepto del rol en psicología social principalmente). El self sería la integración de todos los roles que un individuo puede realizar.

El self: conocimiento de nosotros mismos y formación de una imagen para presentarnos a la sociedad. La conciencia de uno mismo, tiene una dimensión importante y es que el self se elabora en diferentes facetas y aparte del conocimiento que elaboramos; hacemos también operaciones de valoración del self, según lo cual, nos sentiremos mejor o peor (la valoración es un proceso afectivo que aumentará o no nuestra autoestima).

El equilibrio existirá siempre y cuando la valoración sea positiva. Formamos pues una representación de nosotros mismos y la mostramos con más o menos cambios, dicha imagen, tiene que superar la prueba del contraste con la realidad (siendo la realidad la interacción con los otros). Los demás aprobarán o no nuestra imagen: si presentamos la nueva imagen a alguien que nos conoce muy bien, puede que hagamos el ridículo.

La realidad que importa para el sujeto no es sólo la de la gente, también como se relaciona con cosas o animales. Según la habilidad que tenga una persona frente a una máquina reforzará su identidad o no.

El sujeto va conformando su carácter o personalidad (repetición de patrones de comportamiento). El patrón de agresión sumisa se repite numerosas veces, pero cuando repetimos un comportamiento, los demás ya desarrollan la expectativa de nuestro comportamiento, y esperan que nos comportemos según tales expectativas. De todas las relaciones interpersonales, obtenemos una confirmación o una desacreditación de lo que somos. En cada relación, ponemos a prueba nuestra identidad así como la posibilidad de que ese self sea cuestionado (la posibilidad de que el self sea cuestionado es una posibilidad real).

El cuestionamiento de la identidad de cada cual, lleva automáticamente a una desvalorización del self. El cuestionamiento sólo se da cuando hay valoración negativa del otro hacia mi self (el cuestionamiento siempre es negativo).

Podemos hablar de diferentes áreas de identidad que conforman la identidad global. Un área importante es la sexual, así que podemos hablar de un:

&self sexual (valores masculinos versus femeninos).

Masculino – femenino: distinción por género, identidad psicológica. Es una identidad construida o aprendida.

Macho – hembra: distinción biológica.

La identidad es un producto del desarrollo durante la infancia y la adolescencia y probablemente se deba a las actividades a las que se implica el sujeto.

Un sujeto que se implica en actividades masculinas: identidad masculina. (lo importante son los actos).

A parte de estas actividades, está también el reforzamiento social de las identidades. Los padres refuerzan una identidad bien masculina o femenina. Ese comportamiento parental puede ser consciente o inconsciente.

Una de las características del self sexual, es que no necesita ser contrastado en público, sino que los comportamientos de este tipo suelen ser verificados en privado, por tanto, siempre se puede exhibir un self excitado que compense el verdadero self que existe en la intimidad.

corporal: aquellas vivencias relacionadas con el propio cuerpo. Tiene autonomía pero puede estar al servicio del anterior. Comprende tres áreas o tres tipos:

- Área fisiológica: las vivencias de salud – enfermedad–
- Área energética: vivencias de fortaleza – debilidad.
- Área estética: vivencias de hermosura – fealdad.

Los ancianos, por ejemplo, entran en crisis al pasar de una identidad sana a una identidad enferma.

actitudinal: comprende varias áreas. Se refiere a las diferentes actitudes que tiene el sujeto.

- Área pática: simpático–antipático: de cómo sea depende del éxito de las primeras relaciones con los demás. Decide la aceptación o rechazo por parte de los demás.
- Área ética : moral – inmoral. Decide que los demás nos vean de una manera u otra. Tendremos un nivel de confianza mayor o menor según lo anterior.
- Área estética: bueno–malo (feo). Tendremos mal gusto o buen gusto.
- Área dominación – sumisión.

intelectual: se refiere a la dimensión inteligente o torpe. Se puede ser inteligente o hábil para un tipo de tareas y no muy inteligente para otro.

La dimensión del self se va cambiando según la interacción sea de éxito o de fracaso. Si se tiene éxito, los factores que llevan al éxito se refuerzan y los que llevan al fracaso tienden a anularse. En el fracaso, en una determinada área, el sujeto puede superar el fracaso mediante una compensación en otra área. Ej: grandes logros intelectuales pueden ser fruto de grandes fracasos en áreas de interacción con los demás. Los sentimientos que el sujeto elabora sobre las distintas áreas, son decisivos para su equilibrio mental, por ello, hay que tener una buena valoración de las diferentes áreas. Sin embargo, puede haber fallos que nos lleven a la desvaloración en un área determinada ; para evitar tal desvaloración podemos ocultar tales fallos (mecanismo de defensa). Esto, es una tendencia normal (ocultar nuestros puntos débiles) porque al dejar nuestros fallos al descubierto, los demás los conocerán y los podrían utilizar de manera hostil contra nosotros. Públicamente lo que interesa es la elaboración de identidades que sean valoradas positivamente y así nos presentamos en sociedad con una imagen retocada o maquillada con el objetivo de que nuestras relaciones tengan éxito. El yo no se presenta en público desnudo, por tanto, es un pequeño o gran engaño a lo que somos. Ej: si nos sentimos tristes podemos mostrarnos más tristes, menos tristes u ocultar totalmente ese sentimiento. Si esto se produce repetidamente, acaba produciendo una expresión emocional exagerada. Ej: un maquillaje del self sexual dará lugar a dos actitudes:

- en el género femenino a coquetería
- en el género masculino a actitudes de adulación.

En el self ético, en aquellas personas que son perfectas moralmente, ello produce cursilería en el área estética. En el self corporal, en el sexo masculino produce vigorexia (exaltación de la fuerza física) y en el sexo femenino fragilidad extrema. En el área estética, la ocultación de la edad, la cirugía estética... y en el self intelectual lleva a la pedantería (exhibición exagerada del conocimiento). Las diferentes áreas son intercambiables y la valoración global depende de todas las áreas. Cualquier ataque externo a un área, al final acaba siendo un ataque a todo que puede poner en peligro al sujeto en su totalidad. Ej: grandes bloqueos de tipo intelectual no tienen porque tener origen en un ataque al self intelectual.

Al presentarnos ante los demás, éstos pueden responder de tres maneras:

- Mediante la conformación. Este comportamiento es el más adecuado pues equilibra mentalmente al sujeto.
- Mediante rechazo. Si esto se prolonga durante largos periodos de tiempo puede producir problemas mentales en el sujeto.
- Mediante la descalificación: es una forma de rechazo pero aquí mediante la ignorancia. Cuando la identidad del sujeto no se tiene en cuenta. Es una forma de anulación social. La descalificación es más peligrosa que el rechazo, ya que el otro es un don nadie. Se trata de un ataque total y contundente, no parece que sea hostil pero desequilibra al sujeto. Este tipo de fenómenos, a veces son frecuentes en ciertas situaciones como en desplazamientos (inmigrantes...) o los niños cuando cambian de colegio (pueden ser ignorados).

Crisis del self: (cuestionamiento de la identidad del sujeto) las diferentes crisis del self adoptan diferentes formas según el área afectada pero acaban afectando al sujeto en su totalidad. El sujeto experimenta ansiedad, estados depresivos... La ansiedad también aparece cuando el sujeto tiene la expectativa de que puede ocurrir tal crisis.

Visto de esta manera, la angustia puede verse como una señal de peligro. Freud pensaba que la fuerza de una pulsión perturbadora creaba ansiedad (ansiedad con interpretación biológica). Sin embargo, la psicología del self, considera la ansiedad como un problema cognitivo, no biológico.

La ansiedad en diferentes áreas da lugar a diferentes clases de ansiedad:

- En el área corporal: ansiedades de tipo hipocondríaco.
- Self actitudinal: ansiedad de culpa (ansiedad social) (también en el área ética).

La culpa conocida públicamente, es más difícil de soportar, aunque una culpa no conocida también provoca sufrimiento ya que el sujeto interioriza normas y al observar discrepancias entre estas y lo que le ocurre, aparece la ansiedad.

- Self intelectual: ansiedad por el miedo a volverse loco.

Como anticipación a la crisis del self el sujeto desarrolla mecanismos defensivos que intentan protegerle: mecanismos defensivos del self que son los mismos que en la psicología del yo (Freud).

Debemos considerar también la fantasía como medio de protección del yo.

Para defenderse contra las perturbaciones, el sujeto pondrá en marcha tales mecanismos que son inconscientes:

el sujeto excluye contenidos perturbadores de su conciencia.

n: un sentimiento censurable se transforma en el sentimiento contrario. Ej: hostilidad en amor....

operación mediante la cual el sujeto intenta igualarse con otra persona que le sirve de modelo.

Los primeros trabajos psicoanalíticos tratan la identificación dando énfasis a la identificación con un modelo agresivo, es decir, con una figura negativa. En este sentido, es clásica la identificación con el agresor, la víctima se identifica con el verdugo, – síndrome de Estocolmo–). Freud utilizaba esto para explicar el complejo de Edipo (la rivalidad entre el niño y el padre concretamente). El miedo es lo que moviliza la identificación.

el sujeto se relaciona con otra persona de una manera más primitiva de lo que sería propio según su edad (utiliza emociones de tipo infantil). Ej: la pasividad extrema, la sumisión, placeres orales.

conflictos de origen psicológico acaban siendo transformados en problemas corporales o físicos.

el sujeto atribuye estados mentales propios a otra persona (tanto con contenidos positivos como negativos). La proyección no es un mecanismo patológico, es un proceso normal.

pseudoexplicación mediante la cual el sujeto intenta explicar una situación en su propio beneficio.

En definitiva, estos mecanismos son formas de estabilización del yo, al igual que la fantasía.

La necesidad de atenerse al principio de la realidad tal y como es, hace que multitud de nuestros deseos nunca puedan ser expresados ni realizados, ya que la realidad no lo permite. Para paliar esta situación recurrimos a la fantasía, así el sujeto puede realizar mentalmente sus deseos.

En la fantasía podemos realizar cualquiera de nuestras aspiraciones (no hay límites). La actividad fantástica demuestra la omnipotencia del sujeto para realizar sus sueños en la realidad. La fantasía es sobre objetos reales, se genera automáticamente tras un episodio frustración (tiene por tanto función reparadora).

Hay relación entre la fantasía y el sueño: cuanta más fantasía menos sueño (pues los sueños también tienen función reparadora, también son fantasía). A su vez, la fantasía sirve de freno ante el delirio.

La fantasía remite al pensamiento infantil: es una forma de compensación. En la edad infantil también es muy importante la fantasía, teniendo la misma función que en los adultos (aparece una vez más a causa de la frustración en muchos casos). El contenido de los sueños infantiles, lleva a la realización de deseos (Freud) incluso cuando los sueños sean negativos (pesadillas).

La identificación, va más allá que un simple mecanismo de defensa, cuando sirve para controlar la ansiedad es mecanismo de defensa pero cuando no tiene fines defensivos sino función de construcción, formación.. del self no es mecanismo de defensa. (Deseo del individuo de homologarse psicológicamente con otro individuo). Visto de esta manera la motivación está dominada por la atracción, admiración...

Si la identificación tiene éxito, no sólo se queda en un deseo, si es muy fuerte puede llegar a la imitación.

Hay dos fuentes de motivación que crean la identificación (proceso afectivo de tipo interpersonal):

- Temor (Freud): Anna Freud ponía el ejemplo de una niña que tenía miedo a los fantasmas pero jugaba a ser fantasma (la niña reducía el miedo con la identificación) porque un fantasma es un ser con poderes antinaturales como el poder de atemorizar, identificándose con el fantasma, la niña intentaba

tener ese poder. Si consigue causar miedo, podrá causar miedo también al fantasma (aumenta su poder y reduce por tanto el miedo).

- Admiración.

En la identificación existe una relación asimétrica entre el sujeto y el modelo ya que la base motivación de la identificación es que el sujeto se identifique con un ser con características atractivas (hay características atractivas siempre y cuando el sujeto perciba que el modelo posee objetos deseados que le gratificará poseer). El modelo tiene pues objetos, capacidades.. gratificadoras que el sujeto pretende hacer suyas. Debemos tener en cuenta que no sólo nos identificamos con un modelo, sino que podemos hacerlo con varios y que los imitamos haciendo pasar los rasgos del modelo a características propias.

Los primeros trabajos psicoanalíticos, recalcaron la parte inconsciente pero no es así siempre, también puede ocurrir la identificación consciente (el sujeto dirige el proceso hacia una meta). La identificación tiene gran importancia en todas las etapas de la vida pero especialmente en la infancia ya que en este caso tiene un rol formativo: hay imitaciones temporales pero hay otras más permanentes. Las consecuencias del rol formativo son bastante estables en la infancia. Un niño observará selfs poderosos con los que igualarse, inicialmente será la madre y el padre porque para el niño los progenitores controlan objetos que el no puede controlar (tienen un status superior, son una fuente poderosa de gratificación para el niño).

En la infancia también otros familiares son importantes, como por ejemplo los hermanos sobre todo los mayores. Si yo me identifico con mi hermano, si este es gratificado por mis padres, también yo sentiré gratificación por identificarme con él.

El self actitudinal: algunas actividades son copiadas durante la infancia.

El self sexual: el varón, se va a identificar con el padre y la niña con la madre. La importancia de la madre o el padre en la construcción sexual dependerá de cual de los dos son más dominantes. Si la madre es más dominante, los niños y niñas se identificarán con la madre.

Si un niño es criado por mujeres, será más femenino debido a la identificación al igual que una niña con numerosos hermanos (hombres). la identificación ocurre por un proceso reforzado por sucesos externos, presiones... que potenciarán la identificación. Ej: los juicios que hacen los demás sobre a quien se parece más el niño o la niña (¿al padre o a la madre?), así se potencia la igualdad que el sujeto siente hacia el padre o madre. La búsqueda y percepción de similitud con el modelo es lo importante para la identificación. Recordemos que los estados emocionales del modelo afectan al individuo.

Un factor importante en la identificación es la proximidad física al modelo porque es más fácil de percibir, de copiar.. que un modelo lejano que no se percibe constantemente.

También se puede pensar que hay formas de identificación importantes que resultan ser temporales, se forman y, se degradan cuando el modelo no resulta atractivo.

TEMA 4: Estudio exhaustivo de sentimientos y emociones. Análisis de emociones fundamentales

Sentimiento de pena: es un sentimiento fácil de describir que aparece en circunstancias de pérdida de un objeto estimado. En este caso de pérdida surge el sentimiento de pena. (El objeto puede ser una persona, un animal, una cosa..)

Cuando ocurre la pena, aparece también el duelo que comienza con la pérdida y termina con la recuperación del sujeto. En los momentos de pérdida el sujeto se retrotrae sobre si mismo porque en ese momento nada es tan importante como el objeto perdido. El sujeto se desvincula de las otras cosas y ello lleva a que se concentre mental y únicamente en lo perdido. Quiere estar en presencia continua con el objeto que ha

desaparecido aunque sólo sea en el recuerdo (mientras piense en él, algo existe todavía de él objeto y cuando deja de pensar en él, desaparecerá física y psíquicamente).

Si la pérdida es de una persona, el sujeto comienza a revivir lo agradable de la persona que perdió. Se recuerdan incluso detalles mínimos. Hay ocasiones en que la pérdida se niega al perder el juicio de realidad, lo cual, pasa en muy pocas ocasiones.

A medida que pasa el tiempo, la persona comienza a interesarse otra vez por la realidad. Esta salida del duelo está acompañada por estados de depresión ya que el sujeto es consciente de la pérdida total, del olvido. Comienzan a aflorar recuerdos con connotaciones negativas del objeto. De alguna manera, este tipo de recuerdos es una señal de que la pena y por tanto el duelo están desapareciendo. Un dolor excesivamente largo sería una pérdida para la economía afectiva para el sujeto, con lo que este comienza a desvincularse de la imagen del objeto perdido.

El sentimiento de pena se acompaña de actividades como la pérdida de apetito (también tiene esto una interpretación simbólica pero –hay interés por las cosas externas–).

Durante la presencia de este sentimiento se duerme más y se sueña más. Hay una expresividad peculiar de ese sentimiento como tapar los ojos con la mano... una serie de señales que muestra que esa persona no quiere saber nada de nadie, por eso, en tal situación son fastidiosas las personas que pretenden sacar al sujeto de casa.. en cambio, resultan agradables las personas que con sus comentarios favorecen el recuerdo del objeto perdido.

El recuerdo no es incompatible con la necesidad de comunicar sus sentimientos con los demás y lo hace recurriendo a la conducta de llorar. Con el llanto, se muestra la indefensión que provocará el consuelo por parte de los demás adoptando un rol paternal (lo tratan como a un niño). Con el llanto, damos a entender la necesidad de consuelo, damos permiso. El dolor y el sufrimiento o se refiere sólo a la pena por la pérdida sino también por el estado de gran pobreza en que queda el sujeto al perder el objeto (sufre por el objeto y por el).

Alegría – euforia: en la alegría el sujeto entra en un estado de extrema expansión, la comunicación con el resto de la gente está especialmente facilitada. La alegría aparece como consecuencia de la posesión del objeto deseado. La expansividad que se muestra en este estado, seguramente tiene que ver con el hecho de que el resto de objetos pierden importancia, con lo que podemos desprendernos de ellos con facilidad y darlas a los demás (generosidad). El sujeto también pretende que los demás tengan el mismo nivel de euforia al darles objetos. La alegría aparece en el momento de la consumación de la posesión y va desapareciendo cuando la posesión ya se ha cumplido. Antes de poseer un objeto, sólo podemos tener una visión muy parcial del mismo, con lo que hay pie para que se genere gran cantidad de fantasía con el objeto. El deseo con un objeto, la fuerza de deseo.. está en relación con el valor que damos al objeto: más valor, más fuerza de deseo.

En el momento de la posesión del objeto, la alegría nace con una forma de fantasía narcisista, en el sentido de que si el objeto es muy valioso, una vez que el sujeto lo posee, este se sentirá muy valioso. Un objeto valorado o sobrevalorado, lleva a la hiperrevalorización del self.

Esta exaltación del yo continua hasta que el sujeto va desvalorizando el objeto a que antes sobrevaloraba. El objeto pierde valor con la posesión, entonces desfantaseado el objeto, se desfantasea el self. Volvemos a percibirnos con la valoración normal.

La consecución de ser generosos, hace que se creen ritos sociales donde se celebra socialmente los logros conseguidos por el sujeto, ej: una boda...

En todo este tipo de ceremonias, el sujeto protagonista intenta hacer partícipe a todos su alegría, con lo que aparece una discrepancia entre el sujeto y los invitados ya que el sujeto tiene motivos para estar alegre pero

los demás no. Para ello, para que los invitados estén alegres, se utilizan modos artificiales como las drogas.. También hay un modo natural para que el invitado esté alegre en una fiesta de este tipo: gracias a que el invitado puede utilizar el mecanismo de identificación (el éxito de mi deportista favorito me causa alegría a mi también).

Con el pasado del tiempo, el sujeto se encuentra con dos posibilidades:

- Queda satisfecho por la posesión del objeto por considerarlo aún valioso. Estará autosatisfecho.
- El sujeto una vez poseído no responde a las expectativas creadas con lo que el sujeto queda frustrado.

La melancolía: sentimiento parecido a la pena en que una persona melancólica también se inhibe y pierde interés por las cosas externas.

Hay una característica que los diferencia (Freud): en los melancólicos aparece un profundo autodesprecio, es decir, que el melancólico experimenta continuas autocomplicaciones y por lo tanto, esta característica es esencial en la melancolía. En la melancolía no existe una clara pérdida de un objeto con lo que en el estado de melancolía se puede entrar de manera espontánea. Algunos autores piensan en una explicación biológica a la melancolía pero según Freud si que existiría una pérdida del objeto pero en el pasado y la pérdida del objeto acabaría siendo pérdida del yo (en el sentido de pérdida de la valoración del yo).

El sujeto se culpa de la pérdida, el sujeto, piensa que podía haber evitado la pérdida. En todos los estados de melancolía hay un sentimiento de agresividad hacia si mismo e incluso hacia los demás y que puede derivar en el suicidio.

De los estados de melancolía se puede llegar a un estado crónico con el que la persona acaba teniendo la melancolía como rasgo de personalidad. Se sale de la melancolía cuando el sujeto acepta lo que es, deja de aspirar a muchas cosas.. así evita el riesgo de caer en frustraciones por deseos no cumplidos. El sujeto sustituye el sentimiento anterior por la manía y se siente omnipotente.

Amor – odio: son sentimientos básicos en el ser humano porque de ellos derivan muchos sentimientos. En una relación sujeto – objeto se habla de una relación amorosa cuando se establece una dinámica de incorporaciones...

En una primera etapa el sujeto se identifica con una parte del objeto que es incorporada a si mismo. La proyección que hacemos de objeto es la posesión de la imagen del objeto y en esa posesión hacemos una distorsión de tal manera que sólo incorporamos algunos aspectos concretos. Otros elementos del objeto que no nos resultan atractivos, por supuesto, no los incorporamos. Esta distorsión, falta de objetividad, ocurre por el enamoramiento que es un proceso emocional de tipo regresivo e infantil. El deseo básico es la posesión del objeto en el amor y el rechazo en el odio. Hay un sentimiento relacionado con la capacidad de amar, a partir del cual derivar muchos sentimientos como son la seguridad en uno mismo.... El sentimiento de aburrimiento está relacionado con la capacidad de amar algo, de formar un vínculo con él. El aburrimiento se suele justificar con que el objeto no provoca en nosotros interés. La situación, en realidad, es al revés: ningún objeto es aburrido por sí mismo, con lo cuál, la falta de interés es un problema del sujeto porque no puede interesarse por él.

Cuando son muchos los objetos que producen desinterés, aparece un aburrimiento crónico que se traduce en no poder identificarse e incorporar cosas nuevas. Mucha gente cae en ese aburrimiento crónico, hace esfuerzos por salir, pero no lo consigue.

En el caso del odio, la dinámica es más complicada. No se trata de una falta de interés hacia un objeto, sino que es un sentimiento activo, positivo porque se produce un rechazo directo de un objeto. Así, lo que se pretende es el alejamiento del objeto que nos produce desagrado o aversión.

Un mismo objeto puede provocar las dos sensaciones, con lo que se produce ambivalencia. Podemos identificarnos con unos rasgos y rechazar otros. En el odio se produce una relación especial objeto-sujeto. El objeto odiado es casi siempre una persona y, en el caso de que no sea una persona, es un objeto al cuál humanizamos. Se establece una relación visual entre él y el objeto odiado, de modo que el sujeto hace un trabajo de odio que consiste en intentar destruir el objeto odiado. En principio, estos trabajos ocurren en la fantasía, no en la realidad, pues el sujeto casi siempre se ajusta al sentido de la realidad. Cuando se fantasea con la destrucción de una persona, se fantasea con la imagen de ese objeto.

¿Por qué se odia? El odio surge de manera espontánea cuando el sujeto percibe en otra persona una amenaza auténtica para la integridad del self. El yo intuiría un peligro para el yo y toda su extensión, todas sus pertenencias (familia, bienes...) que son símbolos nuestros. El ataque a esos símbolos es un ataque a nosotros mismos. El objeto odiado se ve como una serie amenaza para nuestra integridad. Por eso lo ideal, es apartar ese objeto y, en último término, la destrucción del mismo, pues así se acabaría la amenaza.

Hay muchas situaciones que para nosotros son amenazantes, y en ocasiones basta con alejarnos de ellas para que la amenaza desaparezca. Hablaremos aquí de otra emoción, el miedo.

El miedo: su función adaptativa es alejarnos de las situaciones peligrosas. Pero miedo y odio son cosas diferentes. Podemos tener miedo de un animal, pero no podemos decir que nos produce odio. Sí tiene sentido para algunos decir que odian al animal; es el odio lo que provoca aversión, pero no porque nos produzca miedo, sino por otras causas, como por ejemplo: un pastor que cuida ovejas puede odiar al lobo porque le come las ovejas, pues el pastor siente una ofensa o ataque en su self.

¿Para qué se odia? Sirve para salvaguardar la identidad del self y ponerlo a salvo de un objeto que le amenaza.

Aunque no se suele reconocer, cuando se odia se sufre un tipo de impotencia frente al objeto que se odia.

La relación que se establece en cuanto a superioridad o inferioridad es: objeto está en un plano superior pues tiene capacidad de hacernos daño, y el sujeto está en un plano inferior. Nunca se puede odiar a una persona al que el sujeto considera como inferior, a quien uno tiene poder sobre nosotros.

La potencia del objeto odiado revela la importancia del sujeto y los fallos y deficiencias del self del sujeto. Este es uno de los motivos más fuertes para crear el odio. De esta forma, hay una serie de condiciones en el sujeto que hacen que el odio pueda emerger como algún tipo de deficiencia no admitida por el sujeto (provocan sufrimiento porque no se asumen).

Un sujeto que esté totalmente satisfecho con sí mismo no puede odiar, pues no hay nadie que pueda ser una amenaza para ella. De la misma forma, alguien muy seguro de sí mismo no puede sentir miedo. Así, puede existir un odio de baja intensidad, pero no un odio como pasión, pues no se percibe a nadie como un obstáculo insalvable para nuestra integridad.

Dados ciertas condiciones externas e internas, el odio de aparecer de manera espontánea. También hay una socialización del odio: los demás pueden incluírnos a sentir este sentimiento, porque en muchos grupos sociales el odio es un rito de paso. Si un sujeto quiere pertenecer a ese grupo, debe aceptar tanto los amores como los odios de ese grupo, ya que el amor y el odio crean fuertes vínculos sociales. Esto es lo que ocurre en los grupos racistas o en las fans de grupos deportivos... Algunos odios tienen un carácter patológico ya que no cumplen con la función que deben cumplir. A veces, el odio desaparece con la destrucción del objeto odiado, porque permanece en imagen, lo que puede provocar odios incurables.

Otros odios se van con el tiempo, sobre todo cuando el sujeto va consiguiendo éxitos que reafirman su seguridad. Desde la auto-satisfacción no es más fácil perdonar y menos fácil crear amigos.

Una buena solución para el odio es que el odio se convirtiera en un sentimiento cada vez menos intenso. Otra solución sería la sobrecompensación o formación reactiva que consiste en transformar el odio en su sentimiento contrario. En otras situaciones, disminuye con el tiempo, gracias a la autosatisfacción: cuando disminuye el sentimiento de amenaza, desaparece el miedo.

Las formas atenuadas de amor y odio son la simpatía y la antipatía. La rapidez con la que el sujeto posee unas características que nos recuerdan a otras personas que catalogamos como positivas o negativas.

Cada persona nos puede provocar simpatía mediante diversas formas porque le vemos ingenuo, lo cual nos permite establecer con él una relación protectora; porque es una persona seria lo cuál nos permite establecer con ella una relación de confianza.... Esa característica de la persona agradable no es muy importante ya que no solemos dar el paso de establecer una relación de amor con ella. Pasa lo mismo con la antipatía. La persona tiene alguna característica del objeto odiado pero no todas.

La envidia: se establece entre el sujeto y otra persona. Es una relación de asimetría: la persona envidiada está en un plano superior. El que está en el plano inferior, acepta la situación en la que está, la posición inferior no siempre produce rechazo... ¿por qué? Pues porque esa situación de dependencia puede ser útil: se libra de responsabilidades. En ocasiones, sin embargo, la situación de inferioridad resulta inaceptable y el sujeto acaba negando la situación en la que está.

Las personas envidiadas muy pocas veces reconocen su estatus de inferioridad y lo justifican el mundo es injusto, premia a quien no lo merece.

En esta relación asimétrica el envidioso necesita del envidiado, ya que mediante las manifestaciones ataque verbal, el envidioso recibe el beneficio de sentirse superior. El objetivo del envidioso es destruir la imagen pública de la persona envidiada, por ello, los ataques son difamaciones. Quieres destruir la imagen pública de la persona envidiada y convertirla en una imagen negativa. Así, los demás acabarán sintiendo antipatía por la persona odiada.

Una característica de la conducta envidiosa es que siempre aparece disfrazada, ya que es un sentimiento difícilmente aceptable por el sujeto que la padece y por las demás personas. Además, suele ser un sentimiento connotativo propio de personas con doblez, maldad.. Además, demuestra que carencia tiene el sujeto para mantener ese sentimiento de envidia.

Como todo sentimiento fuerte, la envidia acaba descubriéndose. Suele salir a la luz en una conversación normal...

El discurso suele estar muy bien organizado y disfrazado y lleno de detalles sobre la vida de la persona envidiosa. Todo lo que el sujeto sabe de la persona envidiada lo utiliza para destruir su fama.

La imagen de la persona envidiada es importante para el envidioso ya que en la construcción de nuestro self hay que tener en cuenta cómo los demás nos califican o descalifican. Así, podremos saber cómo los demás nos colocan respecto a otras personas ¿nos colocan por encima de los demás, por debajo en un plano de igualdad? Si se le coloca por debajo, la persona normalmente sufre. Sin embargo, el envidioso no tiene nada que ver con la posición en la que está, son los demás los que le colocan. El envidiado, en ocasiones, ni siquiera sabe que alguien le envidia.

Algunas personas se inventan que alguien les envidia, ya que así, se sienten importantes.

¿Cuál es la característica de una persona envidada? La envidia es la tristeza por el bien ajeno. Esta no es una definición correcta ya que, la tristeza es la consecuencia de la envidia y no su causa. Además, la envidia no se dirige hacia un bien ajeno sino que, en realidad, no es el bien lo importante sino que lo que se envidia es a la

otra persona por ser quien es. Lo que se envidia es su self, ya que posee unas características atractivas, por ejemplo, no se envidia a la persona a la que le toa la lotería, sino a la persona que consigue muchos bienes trabajando. Por ello, los bienes de la otra persona son símbolos de su self.

El envidioso se identifica con la persona envidiada en una identificación de tipo ambivalente: amor y odio. La persona envidiada es vista con admiración, pero esto el envidioso nunca lo reconoce y acaba convirtiendo la admiración y el amor en odio hacia esa persona (hacia la persona envidiada) por ser quien es y sobre todo odio hacia si mismo.

De una persona envidiosa muy difícilmente se cae en la psicosis, en el delirio. Aunque no se gusta a él mucho no renuncia a ser quien es del todo.

Una persona envidiosa cesa el sentimiento cuando la persona envidiada cae en desgracia, es decir, cuando su imagen positiva se destruye. Una persona que ha perdido su buena imagen no puede ser persona odiada porque ya está por debajo del otro (son inferiores).

Cuando se habla de superior–inferior no se refiere a cualidades más o menos lo que importa es que la otra persona puede ser superior en potencia para hacer daño por ejemplo en el caso de Alemanes – Indios.

Desde un punto de vista psicodinámico la naturaleza no cambia pero el control si.

Sentimientos relacionados con el self: (como la culpa y la vergüenza) son emociones básicas para el funcionamiento de la mente humana, sin importantes por representar la vivencia emocional de valoración o desvaloración del self.

El sentimiento de culpa ocurre cuando el sujeto valora un acto de forma negativa (trasgresión de una regla), encuentra que hay un fallo en sí mismo y experimenta una situación aversiva que es la vergüenza, esta también puede ser inducida desde fuera cuando alguien nos recrimina alguna acción. Nos hacen sentir avergonzados siempre que estemos de acuerdo con la otra persona. Los sentimientos de culpa son los más asociados al self al igual que la envidia, la empatía... La vergüenza y la culpa desde la línea teórica de la psicología del self son fundamentales para la vida psíquica, para la interacción con los demás.... (a parte del amor y el odio son los más importantes, incluso más que las pulsiones psicológicas y biológicas). (La vergüenza y la culpa son sentimientos cognitivos y biológicos).

La pulsión sexual es importante por como se vive: con vergüenza, culpa, odio... son tan importantes estos sentimientos porque están sometidos a los mismos procesos que pesaba Freud para las pulsiones:

- Transformación
- Negación
- Represión

Y también tienen un papel importante en la producción de sistemas neuróticos o de trastornos psicológicos.

Otra manera de llamar a estas emociones es: emociones secundarias o autoevaluativas porque en todas ellas el sujeto, el yo se autoevalúa frente a las emociones primarias que no necesitan autoevaluarse. Todo esto tiene sentido adaptativo y en todos ellos un proceso de introspección.

Entre las emociones primarias y secundarias hay una gran diferenciación: el proceso de introspección.

Un animal no tiene sentimiento de culpa. En el proceso de autoevaluación que ocurre en la vergüenza el sujeto hace una autoevaluación que ocurre en la vergüenza el sujeto hace una autoevaluación global e interna porque atribuye el fallo a si mismo (atribución interna) sería externa cuando uno atribuye el fallo a circunstancias

externas.

- En la vergüenza se llega a: no soy bueno.
- En la culpa: eso está mal.

¿Cómo se crea este sentimiento de vergüenza que en principio no existe? Se crea hacia los doce meses, tan sólo se observa timidez.. la vergüenza como tal no aparece hasta los tres años cuando el niño ya conoce que su comportamiento tiene que estar controlado por reglas morales.

Antes de los tres años, los niños tienen muchas reglas. Si en el primer año el niño está sometido a simbiosis con la madre, a los dos años estará sometido a la negación, prohibición de comportamientos... comienza la socialización. Estas son reglas exteriores, externas que no ve como propios pero le obliga a hacerlo. Al cabo del tiempo, cuando se desarrolla la conciencia moral, las reglas se van interiorizando. Cuando ha conseguido realizar este proceso, será capaz de autocompensarse y de crear el sentimiento de valorización del self como son el orgullo y la autoestima y por el contrario también será capaz de autocastigarse y con el autocastigo nace el sentimiento de vergüenza o el sentimiento de culpa (el desarrollo se desvaroliza).

Niños de dos años y medio que no podían abrir la caja, la abrían y al hacerlo se observaba que se sentían mal.

El sentimiento de vergüenza como todos los sentimientos está sometido a la socialización (las transgresiones siempre son de reglas sociales). Los padres son los encargados de introducir al niño en ese sistema de valores, en esas reglas.. hay diferencias respecto al sexo del niño en la educación de tales reglas, al igual que en el tipo de atribuciones cuando el niño realiza un comportamiento: atribuciones globales (en todo el self), parciales (en parte del self).

Las atribuciones son pues diferentes según sean niños y niñas y según sean padres o madres. Por regla general el padre hace más atribuciones parciales y más con niños que con niñas. La madre hace más atribuciones globales y más con las hijas que con los hijos. En conclusión si esto se hace de manera consistente las niñas estarían más predispuestas al sentimiento de vergüenza al hacer más atribuciones internas que los niños.

Si esto es así, parece que los hombres se libran más de la vergüenza que las mujeres. El caso es que de adultos se encuentra esta diferencia. En general las mujeres adultas ante un fallo tienden a hacer atribuciones internas globales (en los hombres no suele ocurrir).

Los hombres tienden a exteriorizar las culpas fuera de ellos (atribuciones externas). Ante los éxitos, las mujeres tienen menos tendencia a hacer una atribución interna del éxito.

El sentimiento de vergüenza es intenso y de tipo aversivo, y tiene que ver con el autocontrol y es tan intenso que el sujeto una vez que lo experimenta necesita deshacerse de él y una vez experimentado hay dos caminos:

- Lo reconoce y lo vive de manera consciente.
- No lo reconoce (mediante una maniobra mental).

La vergüenza no reconocida, puede ser transformada y dar lugar a ciertas complicaciones mentales. A su vez esta vergüenza no reconocida, negada o reprimida acaba dando lugar a un fenómeno denominado situación emocional (que acaba siendo transformado en otro). No es muy difícil entender el paso a tristeza, el sujeto se autoengaña del sentimiento que tiene y localiza esto en la tristeza que tiene un tono afectivo negativo y aversivo como la vergüenza lo que hace fácil la sustitución. En el caso de la cólera también es fácil la sustitución ya que al sentir vergüenza el sujeto experimenta alguna clase de dolor (causa física o social) y la emoción adecuada para tratar con una causa que nos produce dolor es justamente la cólera. Todo esto es una forma de defensa ya que la tristeza o la cólera son más fáciles de llevar que el sentimiento inicial (que la vergüenza). La contrapartida es que con la sustitución el sujeto pierde objetividad lo que lleva a problemas

interpersonales.. por no reconocer bien el sentimiento en el que se encuentra. Ej: si hay tres sujetos:

- A: daña a B.
- B: vergüenza, rechaza a C (no reconoce lo que este hace).
- C: intenta consolar a B.

Los sentimientos no reconocidos pueden crear problemas.

Si se reconoce el sentimiento, intenta eliminarse mediante:

- El paso del tiempo que reduce el estado aversivo.
- Olvidarlo.
- Humor, mediante el humor el self se aleja de lo ocurrido. Mediante la identificación con el observador el estado desaparece (se distancia de ello). La risa como estado fisiológico es totalmente compatible con la vergüenza.
- Confesión: la han utilizado muchas religiones y psicoterapias. Es eficaz por estar dirigida hacia una persona vista como autoridad y esa persona capaz de perdonar al sujeto, al hacerlo, revaloriza el self del sujeto. Durante la confesión, esta en marcha una relación que remite a relaciones autoritarias.

Cuando el sentimiento se prolonga en el tiempo (vergüenza prolongada) la sustitución emocional es más complicada.

- De la tristeza a estados depresivos.
- De la cólera a la ira.

La cólera es más fácil de controlar en cambio la ira está a un paso de comportamientos violentos, de respuestas agresivas.

En los niños pequeños se ha visto que hay diferencias claras entre vergüenza y depresión. Ej: pérdida de un padre o un padre con una grave deficiencia. Estas situaciones favorecen la vergüenza en el niño. Cualquier característica que socialmente se vea como un estigma tanto en padres como en hermanos, hace que el niño sea especialmente vulnerable a la vergüenza ya que el estigma se extiende al resto de familiares.

Cuando un padre muere existe el proceso de duelo que puede ser más o menos intenso dependiendo de si el niño vive la muerte con un sentimiento de responsabilidad. Si se crean sentimientos de vergüenza o culpa tras la pérdida, el estado de pena se intensifica y el niño puede pasar a un estado depresivo del que es más difícil salir.

Los sentimientos de vergüenza y de culpa, aparecen también con alguna clase de enfermedad de los familiares:

- Por ver la enfermedad como un estigma.
- Por pensar que tienen alguna responsabilidad.

En adultos también es una salida muy frecuente el paso de tristeza a depresión.. cuando los sujetos se culpabilizan gravemente por algo. Esto podemos verlo en algunos cuadros depresivos como un método defensivo para evitar una mayor desorganización, de modo, que si esto no fuera así, el sujeto podría avanzar a la psicosis. Resulta que estados de vergüenza prolongados y reconocidos, al ser repetitivos, no pueden ser conscientes de ninguna manera (SOLO LOS PSICÓTICOS SON CONSCIENTES DE ESTADOS PROLONGADOS DE VERGÜENZA).

VERGÜENZA

IRA AGRESIÓN MÁS VERGÜENZA

HUMILLACIÓN

Esta conexión entre la vergüenza y la agresividad crea una espiral que acaba convirtiéndose en un ciclo vicioso. La agresividad provoca más vergüenza y ello más rabia. Esto pasa en casos de padres abusadores, todo comienza con un episodio de vergüenza. Hay niños pequeños especialmente irritables (siempre llorando...), ello provoca tensión en los progenitores que ponen en duda su self actitudinal, lo que les lleva a la vergüenza, a la culpa y a continuación a la agresividad. Esta conexión entre vergüenza y agresividad explica muy bien la lógica de lo que se llama crimen pasional: el asesino mata a su víctima ensañándose con ella. El ensañamiento es propio del crimen pasional porque es seguro que la víctima sabiéndolo o no humilló profundamente al asesino (tiempo antes de que se produjera el crimen). EL ASESINO CONOCÍA A LA VÍCTIMA.

El mismo encadenamiento explica la delincuencia juvenil porque también encontramos estados de humillación... hay que tener en cuenta que la mayor parte de la delincuencia proviene de la acumulación de frustraciones. Los delincuentes han sufrido durante toda la infancia fracaso escolar, esto les causa rabia y cólera y si entran en grupos en los que se incrementa la violencia, se produce la delincuencia.

La violencia, la agresividad son comportamientos autoreforzantes porque el sujeto que lo realiza obtiene placer. Ser violento produce placer para mucha gente y es lógico entender porque es así, porque la posibilidad de imponerse a alguien es una manera de demostrar poder sobre los demás. Si antes se sentían inferiores (escolarmente) ahora es todo lo contrario. Placer de dominar.

Es fácil de entender porque ocurre la violencia, la valoración del yo aumenta lo que compensa estados de humillación y frustración anteriores.

Esta cadena sería fácil de controlar pero en la práctica es muy difícil. En teoría los medios más efectivos serían medios de castigos pero esto no ataca al comportamiento. El procedimiento ideal sería darle a estas personas medios alternativos para favorecer la autoestima sin recurrir a comportamientos violentos.

Hay proyectos educativos que intentan esto, el éxito es completamente efectivo si se hace con bastante rapidez, es decir, antes de la adolescencia. Pasada la adolescencia los errores de personalidad se estabilizan y son más difíciles de corregir.

La vergüenza puede ser socialmente inducida por la estigmatización: un grupo social estigmatiza a una persona por una característica y esto puede llevar a la vergüenza del estigmatizado. La estigmatización es tan eficaz para causar vergüenza pues se basa en una atribución global interna y negativa.

Global: se refiere a la persona en su totalidad.

Interna: responsabilizan a la persona por esa característica.

Negativo: juicios peyorativos.

Ej: es un niño retrasado. Atribución global, se define a la persona por el estigma.

Para sentir vergüenza además de esto es necesario que el sujeto se haga la misma clase de atribución.

Sobre el sentimiento de culpa:

Se interpreta una acción como no correcta en relación con un sistema de valores (que no son suyos sino de su

comunidad social) que el sujeto ha interiorizado y que para él tienen sentido moral. Es imposible vivir sin reglas, y sin valores, para sentir la culpa es necesario que el esté sujeto socializado con concepto de responsabilidad, idea de intencionalidad. El niño tiene que aprender los efectos de su comportamiento (positivos, buenos; negativos, malos). Tiene que poder predecir su comportamiento. Esto es importante para nuestros comportamientos morales porque la previsión del futuro no es nada fácil y eso hace que muchos actos dañinos podrían ser evitados si el sujeto tuviera la conciencia clara de lo que le espera como castigo, que puede ser tan terrible que no compensa el acto violento..

Muchas personas que cometen actos delictivos se pueden arrepentir pero es que la previsión del futuro es muy ambigua teniendo en cuenta que el futuro no existe.

La trasgresión genera que lo que se crea es la amenaza de alejamiento o ruptura con el grupo. El sujeto que la transgrede dejará de pertenecer al grupo (sentimiento de pena por perder la relación con el grupo de referencia). La trasgresión produce entonces distanciamiento y ningún ser humano soporta la soledad, casi siempre se prefiere sacrificar la libertad por la necesidad de pertenecer a un grupo con reglas fundamentales que no pueden incumplirse. En situaciones mínimas ya se ve la ruptura de la identificación como por ejemplo en la situación de distanciamiento que puede ser causada por la discrepancia prolongada con el grupo, por ello, discrepar es algo que se hace con moderación. Cuando alguien discrepa necesariamente está haciendo de manera implícita un juicio comparativo entre él y los otros. En el acto de discrepancia el sujeto inferioriza a los otros y los otros pueden responder de manera agresiva a esta interiorización (distanciamiento entre las personas que discrepan). El sentimiento de pesar que existe en la culpa tiene la función de apelación a los otros para que no se produzca la ruptura tan temida. La culpa se expresa de manera especial ante los demás, al mismo tiempo que se expresa la culpa se expresa el arrepentimiento. Se solicita el perdón.

La mejor manera de salir de un estado de culpa es con arrepentimiento y con la confesión del acto culpable porque la mejor manera de recuperar la integración con el grupo es la confesión y el propósito de enmienda (no volverlo a hacer). El sujeto confiesa la acción y emprende una acción recuperadora pero esto no es fácil de hacer si tenemos en cuenta que la confesión es pública y puede que no le perdonen. Esto implica una situación de conflicto entre dejar de ser culpable y el miedo a que los demás sepan lo que hizo. Los sentimientos de culpa pueden ser negados, reprimidos o transformados de manera que el sujeto acaba olvidando la acción.

La persona puede entrar en un estado disociativo, se rompe la unidad intencional del sujeto (quiere dos cosas contradictorias). A veces, la ocasión ocurre como una crisis aguda, la persona no puede soportar más la culpa. En otras ocasiones, ocurre que un delincuente va dejando pistas de manera inconsciente por lo que a la policía le resulta tremendamente fácil encontrarlo, en psicoanálisis se dice que existe una necesidad de castigo inconsciente.