



**Nombre del alumno: Indra Jarumi  
Vazquez Salazar**

**Nombre del profesor: María del  
Carmen Cordero Gordillo**

**Nombre del trabajo: Influencia de las  
emociones negativas**

**Materia: Taller de elaboración de  
Tesis**

**Grado: 9**

**Grupo: B**



## **Agradecimientos**

# **INDICE**

## **CAPITULO I**

### Protocolo de Investigación

#### 1.1 Planteamiento del problema

#### 1.2 Preguntas de investigación

#### 1.3 Objetivos

##### 1.3.1 Objetivo general

##### 1.3.2 Objetivos específicos

#### 1.4 Justificación

#### 1.5 Hipótesis

##### 1.5.1 Variables

#### 1.6 Metodología

##### 1.6.1 Método

##### 1.6.2 Enfoque metodológico

##### 1.6.3 Técnicas de investigación

##### 1.6.4 Corriente

##### 1.6.5 Ubicación

#### 1.7 Bibliografía

## **CAPITULO II**

### Origen y Evolución de las Emociones en el Ser Humano

#### 2.1 Concepto de emoción

#### 2.2 Las emociones a lo largo de la historia

##### 2.2.1 Antecedentes filosóficos

##### 2.2.2 Racionalismo

##### 2.2.3 Surgimiento del mecanicismo, hedonismo y empirismo en el estudio de las emociones

##### 2.2.4 El renacimiento

2.2.5 Darwin y la expresión de las emociones

2.2.6 El avance del siglo XIX

### CAPITULO III

3. Terapia racional emotiva conductual (Albert Ellis)

3.1 La personalidad neurótica (Karen Horney)

3.2 Teoría evolutiva de las emociones (Manel Troya)

## Introducción

El presente trabajo de tesis tiene como principal objetivo analizar y conocer cómo la influencia de las emociones negativas puede llegar a afectar la salud física de los seres humanos, centrándonos en las personas mayores de 18 años de edad. La importancia de estudiar este tema en particular radica en que las emociones negativas son un problema muy común en la vida diaria de las personas y en algún momento todos nos vemos afectados por ellas, esto puede presentarse en circunstancias tan comunes como lo son en el trabajo, en la escuela, en casa con la familia o en reuniones sociales con amigos y puede presentarse en situaciones muy diversas sin importar el rol social que ejerce una persona. Una emoción negativa por más leve que sea puede afectar nuestra salud física ya que la ira, la tristeza, la ansiedad o la culpa, por mencionar algunos ejemplos, pueden provocar fatiga, cansancio, dolor de cabeza y en casos más graves, cuando la emoción es más profunda y se presenta con mayor constancia puede provocar en la persona desmayos, dolores físicos muy fuertes, náuseas, migraña, disnea o hasta alguna enfermedad psicosomática que con el tiempo puede llegar a desarrollarse con una enfermedad degenerativa o un trastorno mental, dependiendo de lo profunda y constante que puede ser la emoción. Estas emociones se encuentran sujetas también a la manera en que una persona reacciona ante una circunstancia y como permitimos que esta nos afecte de manera emocional. En el capítulo I hablaremos un poco más sobre porque las emociones negativas son un problema de gran relevancia ya que todos podemos encontrarnos expuestos ante este padecimiento y conocer un poco sobre cómo puede afectar nuestra salud nos ayudara a conocer y comprender porque deberíamos cuidar nuestra emociones y sentimientos de hacer que se conviertan no en algo emocional sino en algo físico, analizaremos las preguntas de investigación en las cuales se plantea el rumbo de la investigación en este trabajo, a continuación hablaremos de los objetivos que se pretende alcanzar y la justificación de esta tesis, porque estudiar este tema en particular y la manera tan particular en que se relaciona lo emocional y lo físico así como también analizar como se encuentran relacionadas entre sí y la metodología que se aplicara en este trabajo de investigación. En el capítulo II nos centraremos un

poco más en la historia de las emociones a lo largo del tiempo, analizar que es una emoción de forma concreta y cuál es el impacto que las emociones negativas tienen en la salud mental y física en el ser humano. En el capítulo III hablaremos sobre las diferentes teorías y teóricos que hablan sobre la influencia que tienen las emociones y la relación entre la salud mental y física con estas, brindando una explicación clara y concisa sobre estas teorías dando a conocer la interpretación general y como nos ayudaran fundamentar las ideas expresadas en este trabajo. En este trabajo se pretende analizar cómo estas situaciones que provocan preocupación, estrés o fatiga en las personas llegan a ser perjudiciales para la salud, distinguir cuando una emoción comienza a afectar el bienestar integral del ser humano y determinar que podemos hacer para evitar que las emociones negativas se conviertan en un problema mayor. La hipótesis sobre la que se trabajara es, como el tener una actitud negativa puede tener una afectación a la salud física, conocer la relación entre la salud emocional y física nos ayudara no solo a mejorar nuestro bienestar sino también a mejorar nuestras relaciones con otras personas y a sentirnos mejor con nosotros mismos, reconocer la importancia de estas en la salud del ser humano puede hacer que las personas comiencen a percibir de manera diferente los padecimientos o molestias físicas de manera diferente y a darle la importancia necesaria a cada una de ellas ya que el cansancio y el dolor de cabeza puede deberse a un problema que a una persona le genere preocupación y confundirlo con un no haber dormido lo suficiente en la noche o no haber desayunado, o caer en problemas más graves como automedicarse, lo cual como conocemos es algo que se debe evitar hacer ya que puede afectar nuestra salud de forma potencial, por lo que reconocer y aceptar nuestras emociones y ser conscientes de nuestro propio cuerpo nos ayudara a mejorar nuestra salud y nuestras relaciones con los demás. Esta investigación se llevara cabo en la ciudad de Comitán de Domínguez Chiapas y será llevada a la práctica analizando a 15 adultos mayores de 18 años de edad, de ambos sexos, sin tomar en cuenta alguna característica específica con la intención de recopilar datos relevantes sobre si las emociones negativas influyen en su vida, como le afectan las situaciones a las que se encuentran expuestos ya sea por problemas

laborales, personales o sociales, que tan frecuentemente suelen padecer de alguna dolencia o malestar físico, que tanta importancia suelen darle a estos síntomas y que hacen para tratar de aliviar o superar estas emociones y padecimientos.

# CAPÍTULO I

## PROTOCOLO DE INVESTIGACIÓN

### 1.1 Planteamiento del problema

Las emociones negativas han demostrado ser un grave problema en la salud que va desde lo mental a lo físico y la manera en que se relacionan entre sí, una emoción negativa como lo son la tristeza, la ira, el miedo, la envidia, la ansiedad, los celos, el apego, las adicciones, la autoestima, la soberbia o la culpa. Pueden llegar a causar daños orgánicos graves en la vida de las personas, la cuales pueden llegar a convertirse en enfermedades leves como dolores de cabeza, fatiga, cansancio o irritabilidad, como en enfermedades de origen más graves como el desarrollo de un trastorno mental. El estudio de las emociones o la manera en que se relacionan con la salud física pueden no ser tratadas de la manera correcta y muchas personas dejan pasar los síntomas presentados por el hecho de no verlo como algo que requiera atención.

“La relación entre procesos mentales y orgánicos es una cuestión presente no solo en los orígenes de la psicología, sino también en el inicio de la medicina. Desde que Hipócrates estableciera una tipología que relacionaba temperamento con enfermedad, la relación entre procesos psicológicos y reacciones fisiológicas (mente-cuerpo, psique-soma) ha sido uno de los problemas conceptuales de mayor envergadura. Podemos afirmar que se trata de las cuestiones filosóficas que todavía quedan sin resolver en la actual psicología experimental. A pesar que se trate de una cuestión tan antigua como la propia medicina, solo muy recientemente se ha abordado su estudio de forma experimental. No, obstante desde el acta funcional de la Psicología de la Salud en la American Psychological Association en 1978 (División 38 del APA), los avances en este ámbito han sido ciertamente notorios. De entre todos los procesos psicológicos que inciden en la salud y enfermedad, las emociones son, sin duda, uno de los más relevantes (Adler y Matthews, 1994). La investigación sobre la relación entre emoción y salud se ha centrado, entre otros, en dos grandes aspectos. En primer lugar, en

establecer la etiopatogenia emocional de ciertas enfermedades, intentando relacionar la aparición de determinadas emociones (ansiedad, ira, depresión, etc.) con trastornos psicofisiológicos específicos (trastornos coronarios, alteraciones gastrointestinales, o del sistema inmunológico, por ejemplo). En segundo lugar, en el papel que ejerce la expresión o inhibición de las emociones en la salud y en el enfermar”. (Mariano Chóliz, 2005, p.33)

Habiendo mencionado esto podemos notar que las emociones son muy importantes y poco relevantes más cuando se trata de identificar los síntomas correspondientes. Los síntomas en personas adultas (mayores de 18 años) suelen ser más comunes y se desencadenan generalmente por problemas cotidianos como el trabajo, las relaciones sociales, la familia, etc. Generalmente al ser problemas “que no necesitan atención medica”, o al verse implicados en los problemas de la vida cotidiana “no tienen tiempo para tratarse” es cuando suelen dejar pasar los síntomas, o auto medicarse, sin conocer realmente cual es el problema y el no tratar este problema pueden dejar avanzar una enfermedad la cual resulta ser un problema mayor. Lo cual afecta en gran manera la calidad de vida de las personas ya que no les permite desarrollar su vida o sus actividades diarias en base al problema presentado, puede afectar su vida social, laboral, amorosa o su forma de percibir la realidad.

## 1.2 Preguntas de Investigación

- ¿Por qué las emociones negativas pueden afectar la salud física de los adultos?
- ¿Cómo distinguir cuando nuestras emociones afectan nuestra salud?
- ¿Qué podemos hacer para evitar estas situaciones?
- ¿Pueden las emociones negativas convertirse en un problema mayor (trastornos mentales, enfermedades de índole agresivo)?
- ¿Por qué tener una actitud negativa puede ser contraproducente para nuestra salud?

## 1.3 Objetivos

### 1.3.1 Objetivo General

Analizar las razones en que una actitud negativa puede ser contraproducente para nuestra salud

### 1.3.2 Objetivos Específicos

- Identificar la manera en que las emociones negativas pueden afectar la salud física de los adultos
- Distinguir el momento en que nuestras emociones pueden afectar nuestro bienestar físico
- Indicar las acciones que podemos realizar para evitar estas situaciones
- Determinar si las emociones negativas pueden convertirse en un problema mayor (trastornos mentales, enfermedades de índole agresivo)

## 1.4 Justificación

La influencia de las emociones de índole negativo en las personas me parece un tema de suma importancia el cual me intriga conocer, ya que no se tiene el conocimiento certero de lo que puede ocasionar en el organismo humano, la presencia de estos de una forma cotidiana. Y el cómo puede dañar la salud en los casos más graves de forma indefinida ya que la presencia de los síntomas pueden no ser muy graves como para buscar atención médica como (dolores de cabeza, cansancio físico, olvidar algunas cosas, sentimientos de frustración, enojo o tristeza, sentir que no se puede respirar, etc.), sin embargo estos y muchos otros síntomas presentes de una manera leve con el tiempo puede causar daños importantes en la salud física, las causas más comunes que llevan a experimentar estas emociones son el estrés que puede causarse por medio de situaciones frustrantes ya sea en el trabajo, problemas con personas de manera intrapersonal, problemas familiares, o cosas que puedan afectar a una persona un sin ser

accidentalmente, las personas que guardan rencor o tienden a albergar sentimientos negativos suelen estar afectadas también y en algunas ocasiones las causas pueden ser desconocidas. Lo primero es reconocer y creer que las emociones tienen un gran poder en nuestra vida y nos pueden afectar de forma psicológica y fisiológica el cual requiere de un gran esfuerzo para aprender a controlar nuestras emociones y sentimientos, dependiendo de la situación, es necesario hacer algunos cambios de hábito que nos proporcionen un poco de espacio personal al día el cual nos ayude a relajar, cuando se trata de casos leves o problemas ocasionales, cuando es problema se vuelve mayor y se empieza a desarrollar alguna enfermedad degenerativa o que afecte de gran manera en la vida cotidiana de una persona es necesario tratarse con urgencia por un especialista. Sin embargo, al tener conocimiento sobre este problema se puede tratar y ayudar a la persona sin necesidad de una intervención médica haciendo conciencia y tomando responsabilidad del propio bienestar y así evitar futuros padecimientos y la persona podrá llevar una vida más tranquila, feliz y alegre ya que con el cambio de pensamiento y la realización de actividades específicas se pueden lograr grandes resultados.

## 1.5 Hipótesis

¿Por qué tener una actitud negativa puede ser contraproducente para nuestra salud?

Tener una actitud negativa puede tener una afectación a la salud física.

### 1.5.1 Variables

- Variable independiente: actitud negativa.
- Variable dependiente: afectación a la salud física.

## 1.6 Metodología

La presente investigación se realizara utilizando el método científico lo cual entendemos como: “La investigación científica se concibe como un conjunto de procesos sistemáticos y empíricos que se aplican al estudio de

un fenómeno; es dinámica, cambiante y evolutiva. Se puede manifestar de tres formas: cuantitativa, cualitativa y mixta. Esta última implica combinar las dos primeras. Cada una es importante, valiosa y respetable por igual". (Sampieri, 2014)

#### 1.6.1 Tipo de método: Analítico deductivo

- El método analítico es un camino para llegar a un resultado mediante la descomposición de un fenómeno en sus elementos constitutivos. (Echavarría, 2010, p.18)
- Método deductivo: permite organizar las premisas en silogismos que proporcionan la prueba decisiva para la validez de una conclusión; generalmente se suele decir ante una situación no entendida "Deduzca", sin embargo, el razonamiento deductivo tiene limitaciones. Es necesario empezar con premisas verdaderas para llegar a conclusiones válidas. (Newman, 2006, p.184)

#### 1.6.2 Enfoque metodológico: El tipo de enfoque a emplear en esta investigación será cualitativo

- El enfoque cualitativo también se guía por áreas o temas significativos de investigación. Sin embargo, en lugar de que la claridad sobre las preguntas de investigación e hipótesis preceda a la recolección y el análisis de los datos (como en la mayoría de los estudios cuantitativos), los estudios cualitativos pueden desarrollar preguntas e hipótesis antes, durante o después de la recolección y el análisis de los datos. (Sampieri, 2014, p.7)

#### 1.6.3 Técnicas de investigación: Recopilación de información documental, trabajo de campo, encuesta.

#### 1.6.4 Corriente: Humanista, Conductismo.

- La Psicología humanista-existencial es un movimiento programático, surgido en Norteamérica en la década de los sesenta, orientado a promover una psicología más interesada por los problemas humanos, que sea: “una ciencia del hombre y para el hombre” (B. Smith, 1969). Michel Fourcade (1982) la define como: “un acercamiento al hombre y a la experiencia humana en su globalidad. Un movimiento científico y filosófico que comprende la psicología en sus dimensiones dinámica y social, basada en una visión holística del hombre, redescubriendo así formas tradicionales occidentales y orientales de conocimiento” (Villegas, 1986, p. 11).
- Conductismo: El conductismo es la filosofía de la ciencia del comportamiento (análisis del comportamiento). Antes que cualquier hallazgo empírico, la postura conductista dicta los cánones acerca de qué tipo de preguntas psicológicas son válidas y que métodos son aceptables en la búsqueda de sus respuestas. Hace, además, explícitos los criterios para la adecuación de una explicación científica. (Camilo, 2006)

1.6.5 Ubicación: La siguiente investigación se llevara a cabo en el centro histórico de la ciudad de Comitán de Domínguez, Chiapas, se aplicara a 15 adultos de entre 18-40 años, en un tiempo de dos meses.

## **CAPITULO II**

# **ORIGEN Y EVOLUCIÓN DE LAS EMOCIONES EN EL SER HUMANO**

### **2.1 CONCEPTO DE EMOCION**

Las emociones son un proceso que se activa a partir de un acontecimiento como por ejemplo cuando el organismo detecta algún peligro, amenaza o una sorpresa hace uso de los recursos a su alcance para controlar y estabilizar la situación. Por lo tanto, las emociones son mecanismos que nos ayudan a reaccionar con rapidez ante acontecimientos inesperados que funcionan de manera automática, son impulsos para actuar. Cada emoción prepara al organismo para una clase distinta de respuesta; por ejemplo, el miedo provoca un aumento del latido cardiaco que hace que llegue más sangre a los músculos favoreciendo la respuesta de huida. Cada persona experimenta una emoción de forma particular, dependiendo de sus experiencias anteriores, su aprendizaje y de la situación concreta. Nos ayudan a mantenernos alerta, detectando situaciones de peligro a nuestro alrededor que hacen que nos alejemos de zonas o cosas que pueden ser perjudiciales para nuestro bienestar así como también reconocer un ambiente agradable, seguro o divertido lo cual nos incita a acercarnos. Como podemos notar las emociones forman una parte esencial en nuestra vida diaria, nuestras relaciones sociales y el medio ambiente que nos rodea, no solo son emociones que experimentamos ante una situación de enojo, de alegría o de entusiasmo sino que también nos ayudan a analizar y a mantenernos alerta ante situaciones que pueden ser contraproducentes, a interpretar acontecimientos y situaciones en los que nos llegamos a ver involucrados así como también a regularlas.

“En los inicios de la Psicología científica, William James en 1884 se preguntó: “¿Qué es una emoción?”, pregunta para la que hoy tenemos cientos de contestaciones y, que como indicador de la complejidad de este proceso, ninguna de ellas es considerada como una definición aceptada y consensuada para la mayoría de los investigadores en el área (Ekman y Davidson, 1994;

Oatley y Jenkins, 1996). Ciertamente, “casi todo el mundo piensa que sabe lo que es una emoción, hasta que intenta definirla. En ese momento prácticamente nadie afirma poder entenderla” (Wenger, Jones y Jones, 1962, pág. 3)”. Hoy en día el hablar de las emociones puede verse como algo fácil o común aunque si se analiza de manera minuciosa podemos darnos cuenta de que definir las emociones es algo que resulta complicado y difícil de explicar, por lo que en este capítulo nos centraremos en analizar que son las emociones de manera general y el origen de las emociones desde antecedentes históricos, analizando teorías y personajes históricos que se encargaron de estudiar y analizar las emociones.

## 2.2 LAS EMOCIONES A LO LARGO DE LA HISTORIA

### 2.2.1 ANTECEDENTES FILOSÓFICOS

Nuestra cultura occidental remite a Grecia y sus pensadores dan las primeras concepciones, de las que se tiene constancia, sobre la naturaleza humana, considerándolas como precursoras de lo que hoy, más allá del ámbito de la especulación, constituye el quehacer en el ámbito de la ciencia. En la historia del pensamiento se han dado diversas concepciones sobre la naturaleza humana y algunas incompatibles entre sí. Se concibe al hombre como esencialmente racional, un ser que escoge y quiere, un ser que conoce las fuentes de su comportamiento, y que es consciente de las razones que a este comportamiento concreto le empujan, y por ello plenamente responsable del mismo. O se sostiene a veces que el hombre es por naturaleza un ser irracional que se ve empujado y arrastrado por las fuerzas de su propia constitución y las tensiones que le rodean y, por tanto, en gran medida, inconsciente en lo que a las fuentes de su acción se refiere (Cofer, 1972).

Durante las primeras ideas y especulaciones que se formaban en la antigüedad el hombre tenía la inquietud de conocer aquello que era desconocido y lo cual quería llegar a comprender pero aún se tenían ideas

ambiguas sobre que son las emociones la cual aún no se determinaban de una manera en concreto si no que se conocían como” instintos o pasiones” y se pensaba que el hombre se regía por estas y su juicio.

### 2.2.2 RACIONALISMO

El racionalismo es la concepción que prevaleció a lo largo de siglos en los grandes sistemas filosóficos y religiosos que dominaron el pensamiento occidental, y que se remonta a Platón (428-348 a.c.) quien” presento la primera teoría acerca de las emociones en el Filebo contraponiendo en el dialogo entre Sócrates y Protarco el dolor y el placer. Dividió la mente o el alma en los dominios cognitivo, afectivo y apetitivo, la trilogía básica de Platón es razón, apetito y espíritu, que en actualidad se corresponde en psicología con la cognición, motivación y emoción. Platón utiliza la metáfora del auriga que representa el componente racional, y los dos caballos que este debe conducir, simbolizan los componentes afectivo y apetitivo. Un caballo es bueno (componente afectivo) mientras que el otro es malo (el aspecto apetitivo).” (Casado, 2006, p.2).

Y Aristóteles (348-323 a.c.). Para quien la emoción es toda la afección del alma acompañada de placer o dolor, y en la que el placer y el dolor son la advertencia del valor que tiene para la vida el hecho o la situación a la que se refiere la afección misma. Así las emociones pueden considerarse como la reacción inmediata del ser vivo a una situación que le es favorable o desfavorable; inmediata en el sentido de que esta condensada y, por así decirlo, resumida en la tonalidad sentimental, placentera o dolorosa, la cual basta para poner en alarma al ser vivo y disponerlo para afrontar la situación con los medios a su alcance. (Casado, 2006, p.2). La concepción presentada por Aristóteles es la más completa para su época, ya que hace mención de como las situaciones que se presentan en la vida diaria del ser humano pueden causar emociones profundas ya sean sentimientos, alegres, dolorosos, tristes, de sorpresa, entre otros.

En la concepción racionalista del comportamiento los factores emocionales no ocupan apenas lugar, toda vez que según ésta es la razón humana el factor predominante en la determinación de lo que el hombre hace. Su voluntad es libre de elegir lo que la razón le dicta. Como hombre no está determinado en su comportamiento ni por las condiciones externas ni por los impulsos irracionales internos (como emociones o pasiones). Esta teoría de que el hombre es libre en su pensamiento y en su acción y, por tanto, responsable, tuvo una influencia extraordinaria durante muchos siglos, influencia que se deja sentir todavía hoy en la doctrina moral teológica y en los textos legislativos (Bolles, 1967; Cofer y Apply, 1964) (Abascal, s/f, p.22). Este tipo de concepción se centra en darle al hombre una posición más idealizada ya que el hombre tiene la capacidad en base a su nivel de razonamiento y percepción, a decidir y saber diferenciar, lo que está bien y lo que está mal, eligiendo siempre las acciones más convenientes y correctas antes cualquier ámbito.

Bajo el presupuesto racionalista de que el hombre tiene la capacidad de razonar, las emociones tendrían poco que ver con la conducta humana, pues éstas quedarían sometidas a la capacidad de razonar.. Este presupuesto implica, además, que el hombre es capaz de elegir sus acciones. Dicha metáfora determina dos características, ampliamente asumidas por la filosofía, que han permanecido casi inalteradas hasta nuestros días. Primero, la emoción representa un papel jerárquicamente inferior con relación a la razón (es más primitiva, menos inteligente, más animal y, por tanto, más peligrosa que la razón), por lo que debe ser controlada por la razón. Segundo, la distinción razón-emoción responde a la existencia de las distintas naturalezas que las componen, dos facetas antagónicas del alma (Abascal, s/f, p.22).

### 2.2.3 SURGIMIENTO DEL MECANICISMO, HEDONISMO Y EMPIRISMO EN EL ESTUDIO DE LAS EMOCIONES

Con el empirismo inglés se rompe con el pasado. La importancia dada al asociacionismo y el hedonismo fueron los instrumentos que marcaron esa ruptura patente en las obras de Hobbes, Locke, Hume, Mill y tantos otros. Así,

para Thomas Hobbes (1588-1579), las emociones están regidas por principios hedonistas; que según Tafur, J. (2016) quien hace mención sobre Epicuro, quien” fue el primero en pensar el placer como principio para una teoría moral, la cual puede denominarse hedonismo. El hedonismo es una doctrina filosófica, cuya tesis principal radica en la búsqueda del placer y en evitar el dolor. Epicuro en su Carta a Meneceo enuncia lo siguiente: Los seres humanos y los animales buscan el placer y evitan el dolor determinando lo placentero como bueno y lo doloroso como malo. Por eso decimos que el placer es el principio y fin del vivir feliz. Pues lo hemos reconocido como bien primero y connatural, y a partir de él hacemos cualquier elección o rechazo, y en él concluimos cuando juzgamos acerca del bien, teniendo la sensación como norma o criterio (Epicuro, 2002: 4)” (p.64).

Tomando en cuenta lo mencionado anteriormente y teniendo una definición clara del hedonismo, se puede decir, que la conducta está motivada por la búsqueda del placer y la evitación del dolor, aquellas cosas que dan placer al ser humano son correctas y aceptables en comparación con aquellas que le infringen dolor, las cuales por su naturaleza son evitativas y desechables. El asociacionismo defendido por John Locke (1632-1704), considerado el fundador del empirismo, instituye uno de los principales axiomas de la psicología, ya que la asociación entre estímulos, o entre estímulos y respuestas, son la base del aprendizaje y de muchas respuestas emocionales. David Hume (1711-1776), un escéptico de la escuela empirista escocesa, realiza un análisis de las emociones que entra en conflicto con la posición comúnmente aceptada: “el origen y juego de las pasiones están sometidos a un mecanismo regular; y de esta manera son tan susceptibles de un análisis exacto como lo son las leyes del movimiento” (Hume, 1739, pág. 7). En la obra de Hume, ideas y creencias representan un destacado papel en la génesis de la emoción, que es entendida como un tipo de sensación caracterizada por la agitación física, que él denominó “impresión”, causada por la agitación de los “espíritus animales”. Estas impresiones pueden ser plácidas como los sentimientos morales, o bien agitadas como la ira. Por consiguiente, al

entender que éstas pueden derivarse tanto del dolor como del placer causado por acontecimientos presentes y directos; mientras que otra categoría se produciría de manera “indirecta” por dolor o placer con el concurso de ciertas creencias sobre el objeto que las causa. De este modo, Hume añade, junto a la dimensión fisiológica (agitación física) de la emoción, una dimensión cognitiva. (Abascal, s/f, p.24). Según la teoría de Hume las emociones se presentan en el ser humano de manera directa o indirecta y podían darse de manera espontánea sin importar el origen de esta, podían clasificarse o dividirse en base a la agitación que presentaban y algunas de estas basándose en la emoción podían ser definibles y confiables, mientras que a otras, las definía como emociones ciegas e irracionales. Basándose en la profundidad de la emoción que se causaba de manera física, dando reconocimiento a las diferentes emociones que el ser humano puede expresar y las diferentes emociones que se pueden percibir de manera física, las cuales pueden hacer que una persona sienta alegría y felicidad lo cual le causara una sensación de tranquilidad y calma, o emociones como la preocupación o la tristeza que pueden llegar a infligir algún tipo de dolor como reacción física.

#### 2.2.4 EL RENACIMIENTO

Especial repercusión tuvo la obra de Descartes (1596-1650), cuyo dualismo mente-cuerpo ha impregnado el pensamiento occidental hasta nuestros días. Para Descartes, la conducta humana es el resultado del alma racional, así como de los procesos irracionales del cuerpo; por el contrario, la conducta animal es automática y carente de alma. Cuerpo y alma interactúan a través de la glándula pineal y podía influir sobre el movimiento de los espíritus en los nervios. Según Cofer y Apley (1971), la concepción cartesiana sobre la conducta animal era mecanicista, influencia debida al comienzo de la moderna era científica y los grandes descubrimientos en la física y la astronomía. En el dualismo de Descartes los animales, que no tienen alma racional, son puros autómatas, dependiendo su conducta de las fuerzas externas e internas que actúan sobre ellos; en el hombre, en cambio, interviene el pensamiento,

determinando su conducta. Descartes aborda detenidamente las emociones en su obra “Las Pasiones del Alma”, entendidas como el fruto de la interacción entre alma y cuerpo. El alma, al interactuar con el cuerpo, produce la agitación de los llamados “espíritus animales” –pequeñas partículas sanguíneas– que podían mover los músculos y producir las emociones, y sus manifestaciones físicas. Es la percepción de la activación del organismo, debida a esos espíritus animales, lo que da lugar a la emoción. (Abascal, s/f, p.24).

Según la teoría propuesta por Descartes, el alma y el cuerpo son dos organismos diferentes, en las cuales el alma racional ayudaba a los seres humanos a guiarse o comportarse de manera adecuada ante la sociedad, teniendo la capacidad de raciocinio, pensamiento, moral y comportamiento adecuando presentes en base a la situación, a diferencia de la conducta animal la cual para Descartes hacían referencia a aquellos seres humanos que carecían de alma, por lo cual, se dejaban llevar en base a la interacción, las conductas y comportamientos del medio ambiente que los rodeara. Las emociones cumplen con la función de provocar al alma, una vez que el alma y el cuerpo interactúan entre sí, crean una respuesta corporal en el ser humano y es entonces donde se presentan aquellos estímulos que le permitan conservar al cuerpo.

A juicio de Solomon (1993), 250 años después, William James y René Decartes comparten muchos presupuestos teóricos.

Por su parte, en el siglo XIX, el influyente filósofo y psicólogo William James definió las emociones como reacciones fisiológicas (James 1884), con lo cual descartaba las teorías que abarcaban un concepto de la emoción como una forma más o menos inteligente. En su teoría, señala que si las emociones prescindieran de sensaciones como la agitación, la viscosidad, el temblor o el rubor, no serían otra cosa que una percepción intelectual; así, alguien podría tener una percepción de peligro, pero sin un sentimiento real de temor (James 1884). De acuerdo con Solomon, esta teoría dominó la definición de la emoción a finales del siglo XIX y comienzos del XX. En últimas, en ella se afirma que las emociones son irracionales, duran un período determinado y pueden tener una

ubicación definida en el cuerpo: el disgusto en el estómago, el temor en los latidos del corazón (Solomon 1989)". (Bolaños, 2016, p.180)

#### 2.2.5 DARWIN Y LA EXPRESION DE LAS EMOCIONES

La obra de Charles R. Darwin, "El origen de las especies" (Darwin, 1859), supuso un cambio decisivo en la investigación del comportamiento. La orientación de Darwin centrada en el hecho de que los animales sobrevivían y se reproducían porque ciertas estructuras permitían a las especies adaptarse al medio ambiente, supuso que dentro de la biología, el interés se desplazará de la clasificación de los organismos a la especulación sobre cómo habían aparecido las diversas estructuras en los organismos y cómo funcionaban para sobrevivir. Los planteamientos evolucionistas sobre la negación de una diferencia específica entre el hombre y los animales influyeron en la psicología, de tal manera que su interés sobre la mente derivó en explicar para qué sirve la mente, al tiempo que se abrieron interrogantes sobre la "conducta inteligente de los animales" y la "conducta instintiva del hombre". Aunque Darwin había presentado un apoyo convincente a favor de la evolución biológica, el ámbito científico del momento necesitaba pruebas sobre cómo la mente había evolucionado. La respuesta de Darwin a este reto se dio en "La expresión de las emociones en el hombre y los animales" (Darwin, 1872) cuya tesis esencial es que la emoción es una manifestación de la mente y que, puesto que tanto los animales como el hombre expresan emociones de naturaleza semejante en situaciones semejantes, este hecho debería probar la continuidad evolutiva de las expresiones emocionales desde las especies inferiores al hombre. En su obra "La expresión de las emociones en el hombre y los animales", Darwin ofrece tres principios a manera de interpretaciones comprensivas de las expresiones emocionales, que son considerados vigentes en la actualidad. Su primer principio "hábitos útiles asociados" reconoce en la expresión emocional su función adaptativa, desarrollada inicialmente por aprendizaje, para convertirse finalmente en un rasgo heredado y transmitido de generación en generación. Su segundo principio, de "antítesis", entiende la expresión

conformada por categorías expresivas morfológicamente opuestas (así la expresión de alegría se caracteriza, entre otros rasgos por la elevación de la comisura de los labios, mientras que la tristeza muestra un patrón expresivo antitético, descenso de las comisuras labiales); por último, el principio de “acción directa del sistema nervioso”, se refiere a la coordinación de los principios anteriormente expuestos, así como una asociación a marcados cambios fisiológicos que posibilitan la secuencia adaptativa-expresiva. Las formulaciones de Darwin supusieron, por tanto, un incremento en el interés por el estudio de la emoción. (Abascal, s/f, p.25).

Las investigaciones y teorías propuestas por Darwin, crearon un mayor interés en las personas por el estudio de las emociones, las cuales fueron de gran ayuda en la investigación de algunos campos emocionales específicos, basándose en el hecho de que la conducta emocional es algo heredado de generación en generación, puede ser adaptativa en base a la situación presente y que las emociones pueden ser universales, ya que para él, se encuentran presentes tanto en el hombre como en los animales. Presentando la idea general de que el origen y las funciones de la expresión facial y corporal son la base para el análisis de la emoción.

#### 2.2.6 EL AVANCE DEL SIGLO XIX

La literatura de vanguardia puso a la orden del día el tema de las emociones dentro de los círculos burgueses. Autores como Marcel Proust, Émile Zola y Oscar Wilde reconocieron tempranamente el carácter social de los sentimientos y el contexto histórico en el que tienen lugar las conductas de los individuos. En sus relatos, los celos, la venganza y el amor no se consideran impulsos irresistibles o naturales, sino más bien “logros domésticos que había que aprenderse, como se aprende a tocar el piano o un idioma extranjero”.

(Gay 1992 [1984], 100). (Bolaños, 2015, p.180) Durante este siglo, el análisis de las emociones era un tema de interés para el público en general, ya que mediante la literatura las personas comenzaron a interesarse por aprender más sobre este tema, aunque se tenía una percepción diferente a la esperada ya

que para ellos era más importante aprender sobre las emociones y así poder expresarlas o suprimirlas en base al contexto social de una forma que pareciera adecuada en base al sexo, la posición social, el empleo, entre otras; y no por comprender principalmente que es una emoción o a que se deriva un sentimiento.

La literatura, antes que el psicoanálisis, contempló el estudio de la vida psíquica como una vía de acceso a los ideales de una época o sociedad (Gay 1992 [1984], 73). En el mismo momento en el que tuvo lugar el movimiento romántico, las ciencias adscritas al positivismo, en su afán de clasificación, marcaron la escisión entre objetividad y subjetividad, lo público y lo privado, lo activo y lo pasivo, lo cambiante y lo inmutable, lo femenino y lo masculino y lo racional y lo sentimental. Esta mirada monotética ubicó a las mujeres como sujetos tradicionalmente emocionales, a quienes se les adjudicó cierto grado de irracionalidad en razón de su condición sentimental (Bolufer 2007) (Bolaños, 2015, p.180). A pesar del avance e interés comprendido en esta época, las ideas principales sobre las emociones se orientaban en que estas eran irracionales, de las cuales no se tenían control por lo cual eran algo a lo cual se debía aprender a controlar de manera explícita ya que la persona que se dejaba guiar por estas podía ser vista como impertinente, atrevido, indecente o mal educado, lo cual era una falta de respeto para las personas.

De hecho, a finales del siglo XVIII y principios del XIX, la liberación indisciplinada de los sentimientos como atributo femenino tuvo su correlato en el autocontrol de los impulsos como cualidad asociada a la construcción de la masculinidad. De acuerdo con George Mosse, el inicio de la sociedad moderna fue el momento en el que esta escisión desempeñó un papel fundamental no sólo al crear ideas sobre la nación y una sociedad sana, sino al influir en el funcionamiento de la sociedad moderna (Mosse 2000). Con el avance de la profesionalización de las Ciencias Sociales y de la percepción histórica de la realidad social desde una mirada objetiva, el siglo XIX confinó las emociones y los sentimientos en el tren de los humanismos (la filosofía humana y la psicología) y de la literatura sentimental de vanguardia. Al privilegiarse el

estudio de la razón, la teoría social —impregnada del positivismo de la época— se interesó por las “ideas claras” de personajes masculinos, quienes fueron desprovistos de cualquier grado de emocionalidad y sensibilidad (Chartier 1992; Mosse 1969; Trepp 1994). No obstante a lo largo del siglo XX las disposiciones psicológicas de los individuos, y con ello la vida afectiva, adquirieron un interés progresivo para las Ciencias Sociales (Bolaños, 2015, p.181).

## 1.7 Bibliografía

Mariano Chóliz Montañés. (2005). PSICOLOGÍA DE LA EMOCIÓN: EL PROCESO EMOCIONAL. Valencia: Universidad de Valencia  
<https://www.uv.es/choliz/Proceso%20emocional.pdf>

JOSÉ PIQUERAS, VICTORIANO RAMOS, AGUSTÍN MARTÍNEZ, LUIS OBLITAS. (2010). EMOCIONES NEGATIVAS Y SALUD. n/a: Universidad Miguel Hernández de Elche.  
<http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2010/joseantoniopiqueras.pdf>

Dr. Roberto Hernández Sampieri. (2014). Metodología de la investigación - Sexta Edición. México D.F: McGRAW-HILL / INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.  
<https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>

Lopera Echavarría, Juan Diego; Ramírez Gómez, Carlos Arturo; Zuluaga Aristazábal, Marda Ucaris; Ortiz Vanegas, Jennifer. (2010). EL MÉTODO ANALÍTICO COMO MÉTODO NATURAL. Roma, Italia: Nómadas. Critical Journal of Social and Juridical Sciences.  
<https://www.redalyc.org/pdf/181/18112179017.pdf>

Hurtado Camilo. (2006). El conductismo y algunas implicaciones de lo que significa ser conductista hoy. Bogotá, Colombia: Diversitas: Perspectivas en Psicología.  
<https://www.redalyc.org/pdf/679/67920211.pdf>

Marta Cecilia Henao Osorio. (2012). DEL SURGIMIENTO DE LA PSICOLOGÍA HUMANÍSTICA A LA PSICOLOGÍA HUMANISTA-EXISTENCIAL DE HOY. Colombia: Revista Colombiana de Ciencias Sociales  
[www.Dialnet-DelSurgimientoDeLaPsicologiaHumanisticaALaPsicolog-5123812.pdf](http://www.Dialnet-DelSurgimientoDeLaPsicologiaHumanisticaALaPsicolog-5123812.pdf)

Gladys Dávila Newman. (2006). El razonamiento inductivo y deductivo dentro del proceso investigativo en ciencias experimentales y sociales. Caracas, Venezuela: Laurus 12(Ext). <https://www.redalyc.org/pdf/761/76109911.pdf>

Enrique G. Fernández-Abascal y María Pilar Jiménez Sánchez. (s/f). PSICOLOGÍA DE LA EMOCIÓN. <https://www.cerasa.es/media/areces/files/book-attachment-2986.pdf>

Leidy Paola Bolaños Florido. (2015). El estudio socio-histórico de las emociones y los sentimientos en las Ciencias Sociales del siglo XX <http://www.scielo.org.co/pdf/res/n55/n55a15.pdf>

Tafur, J. (2016). Hedonismo y Normatividad: Discusión entre Freud y Marcuse. Disertaciones (5) 2, 63-73 <file:///C:/Users/indra/Downloads/Dialnet-HedonismoYNormatividad-5891590.pdf>

Cristina Casado y Ricardo Colomo. (2006). Un breve recorrido por la concepción de las emociones en la Filosofía Occidental. Madrid: Universidad Complutense de Madrid y Universidad Carlos III de Madrid. <http://serbal.pntic.mec.es/~cmunoz11/casado47.pdf>

Javier Moscoso. (2015). La historia de las emociones, ¿de qué es historia? : Centro de Ciencias Humanas y Sociales, CSIC <file:///C:/Users/indra/Downloads/147-674-2-PB.pdf>

Jan Plamper. (2014). Historia de las emociones: caminos y retos. Goldsmiths, University of London: n/a. <file:///C:/Users/indra/Downloads/46680-Texto%20del%20art%C3%ADculo-76040-2-10-20141119.pdf>

Rafael Bisquerra Alzina . (s/a). Psicopedagogía de las emociones. Vallehermoso, 34. 28015 Madrid: Editorial Síntesis. <http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Psicopedagogia%20de%20las%20emociones%20-%20Rafael%20Bisquerra%20Alzina-1.pdf>