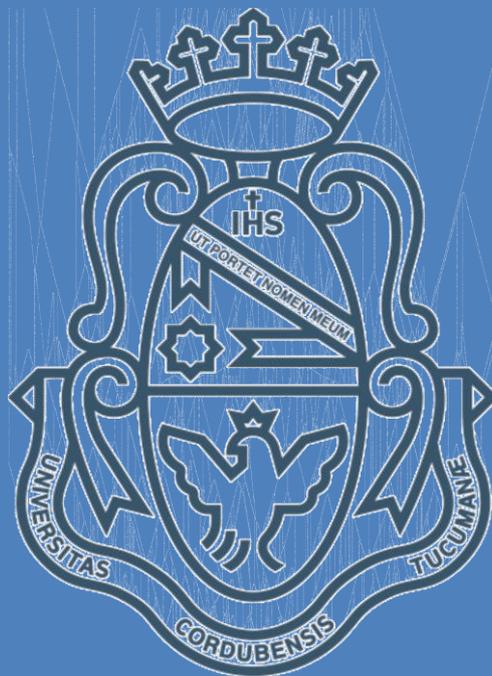


# EPISTEMOLOGÍA E HISTORIA DE LA CIENCIA

SELECCIÓN DE TRABAJOS DE LAS XX JORNADAS  
VOLUMEN 16 (2010)

Pío García  
Alba Massolo

Editores



ÁREA LOGICO-EPISTEMOLÓGICA DE LA ESCUELA DE FILOSOFÍA  
CENTRO DE INVESTIGACIONES DE LA FACULTAD DE FILOSOFÍA Y HUMANIDADES  
UNIVERSIDAD NACIONAL DE CÓRDOBA



Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons atribución NoComercial-SinDerivadas 2.5 Argentina



## La teoría de las emociones de W. James: una teoría fisiológica y evaluativa

Laura Inés García\*

*La pasión amorosa ... transforma el valor de la criatura amada como la salida del sol transforma el Mont-Blanc de un gris cadavérico en un rosa fascinante.*

W. James, 1994, p. 120

Las emociones han sido concebidas frecuentemente como “fuerzas ciegas” o como “fuerzas irreflexivas” que empujan al hombre a actuar, sin tener en cuenta cómo éste percibe o concibe al mundo. Por ello las emociones fueron comparadas recurrentemente con la imagen de un “fuego que se siente” (en las vísceras, en el corazón, etc.) Esta imagen denota dos características asociadas con esta concepción de las emociones: por un lado, su ardor o violencia, por otro lado, la pasividad de los sujetos frente a las mismas.

De este modo, las emociones fueron concebidas, no sólo por el sentido común, sino también por varios filósofos, como movimientos irreflexivos irracionales que carecen de cualquier tipo de contenido cognitivo-evaluador. Para sostener esta idea se argumentó de diversos modos. Uno de ellos, presente en la historia de la filosofía, es el cartesiano. Descartes sostiene que: i) la cualidad distintiva de los seres humanos radica en la *res pensante*, ii) las capacidades mentales son sólo la razón y la voluntad, iii) la *res extensa* es aquello que compartimos con los animales (irracionales) y iv) que una de las capacidades corporales son las pasiones, pues Descartes las define como estados causados, sostenidos y fortificados por el cuerpo, específicamente por los espíritus animales. A partir de estas premisas, Descartes concluye desacreditando las emociones y sobrevalorando la razón, pues ésta -y no aquellas- es la que nos hace esencialmente humanos.

Esta concepción cartesiana tuvo dos impactos importantes en las teorías de las emociones contemporáneas. Algunos filósofos sostuvieron que el estudio de las emociones debe ir acompañado del estudio de los cambios fisiológicos y neurofisiológicos que el sujeto experimenta en su cuerpo y su cerebro, pues tener emociones es, en gran medida, tener cambios corporales. En este sentido, resulta interesante comparar las explicaciones fisiológicas de las emociones dadas por Descartes en *Las pasiones del alma* (1985) con las explicaciones de William James dadas en *Principios de Psicología* (1945). La segunda consecuencia fue que las emociones fueron concebidas como un otro-yo o, en posturas más extremas, como un no-yo, que “arrastra”, “quebra” o “desgarra” al yo (racional) de la persona. En este sentido, en la literatura filosófica es posible

---

\*UNC - CONICET

encontrar una larga tradición que concibe las emociones como no-cognitivas y no-rationales, pues entienden que “*las emociones nos sobrecogen. Son intrusas no invitadas y fastidiosas, que nos distraen de llevar a cabo nuestras mejores intenciones, frustrando una visión «objetiva» de las cosas y obligándonos a portarnos en formas lamentables, o por lo menos irracionales*” (Calhoun & Solomon, 1989, págs. 14-15). Como consecuencia de la concepción cartesiana de las emociones resultó común considerar que una teoría fisiológica de las emociones se encuentra necesariamente relacionada con la tesis de que las mismas son movimientos irreflexivos e irracionales.

En este trabajo argumento a favor de la siguiente tesis. la teoría de W. James es una teoría fisiológica de las emociones que concibe que las mismas no son movimientos irracionales, sino que más bien son movimientos que evalúan el entorno y que permiten al individuo adaptarse al mismo. En este sentido, mostraré que una teoría fisiológica de las emociones no se encuentra necesariamente relacionada con una concepción de las mismas como fenómenos que quebran al yo-razional de la persona. Para ello, en primera instancia, siguiendo el planteo de A. Damasio (2006) reconstruyo cuál es la noción de teoría evaluativa que considero en este trabajo; en segunda instancia, planteo cuáles son los núcleos centrales de la teoría de las emociones de W. James y, en tercer lugar, argumento a favor de la clasificación de la misma como una teoría evaluativa de las emociones.

### A. Una concepción evaluativa de las emociones

Las teorías evaluativas de las emociones sostienen que cuando sentimos miedo, aversión o rechazo frente a una persona determinada, entonces estas emociones están indicando cuál es el valor (*negativo* en este caso) que le damos a esa persona. Las teorías evaluativas de las emociones son diversas pues el término “evaluación” fue entendido en diferentes sentidos. En este trabajo seguiré el planteo de Damasio (2006) e interpretaré este concepto como “percepción de valor”, es decir, consideraré que las emociones son percepciones análogas, en algún sentido, a las percepciones sensoriales verídicas. Esta analogía se basa en el hecho de que ambos fenómenos están constituidos por un objeto en su origen y por una construcción interna que el cerebro hace del objeto. Si bien las emociones comparten esta característica con las percepciones sensoriales verídicas, difieren en los siguientes puntos.

a) en las percepciones de valor el objeto percibido es interno, es el propio cuerpo el que se percibe, mientras que en las percepciones sensoriales verídicas lo percibido es un objeto externo.

Respecto de las percepciones de valor Damasio introduce algunas precisiones sobre el objeto percibido. Sostiene que el *origen* de las percepciones de las emociones es el cuerpo y las cartografías del mismo y especifica que el *contenido* de dichas percepciones son los diversos

estados corporales representados por los mapas somatosensoriales<sup>1</sup>. A su vez, Damasio sostiene que las emociones y sentimientos no sólo perciben el mapa somatosensorial, sino también un determinado modo de pensar y pensamientos con temas particulares. Por ello, dice Damasio, a todos nos resulta familiar que. *“sentirse triste no tiene sólo que ver con una enfermedad en el cuerpo o con una falta de energía para continuar. A menudo tiene que ver con un modo de pensar ineficiente que se atasca alrededor de un número limitado de ideas de pérdida”* (Damasio, 2006, pág. 90)<sup>2</sup>.

b) las percepciones de valor además de tener un objeto real en el origen (el propio cuerpo), tienen un objeto emocionalmente competente constituido por el objeto externo que ha iniciado los cambios corporales; en cambio, en las percepciones sensoriales verídicas el objeto real coincide con el objeto sensorialmente competente (Damasio, 2006, pág. 91).

En las percepciones de valor el objeto emocionalmente competente puede ser una persona conocida que se acerca sonriente a nosotros, mientras que el objeto real consiste en la aceleración del ritmo cardíaco, la sudoración de las manos, cosquillas en el estómago, etc. Al percibir estos estados del cuerpo es posible ser conciente de la emoción de alegría, simpatía, cariño que siente hacia esa persona.

c) en las percepciones de valor no sólo el objeto real puede alterar el cerebro, sino también éste último puede actuar directamente sobre el objeto real, modificándolo o alterándolo; en cambio, en las percepciones sensoriales el objeto real modifica el cerebro, pero éste no puede modificar al objeto externo.

El cerebro actúa directamente sobre el objeto real porque éste se encuentra al interior del cuerpo. El cerebro puede modificar el estado del objeto o puede alterar las transmisiones de señales del objeto. Mientras que en las percepciones sensoriales el cerebro no puede modificar el objeto externo percibido. Uno puede mirar una pintura todo el tiempo que quiera, tan intensamente como pueda, tan emocionalmente como desee, pero a la pintura no le ocurrirá nada (Damasio, 2006, pág. 91).

Al iniciar este apartado sostuve que las emociones son percepciones que muestran cuál es el valor que tienen los objetos externos en relación con una persona. Si las emociones son percepciones del estado interno del cuerpo, ¿cómo es posible que ellas evalúen los objetos del entorno? En primera instancia, es necesario recordar la vinculación establecida entre el objeto real y el objeto emocionalmente competente, para comprender que las emociones pueden ser valoraciones de los objetos externos. En segunda instancia, es preciso recordar que cuando se perciben los mapas somatosensoriales, el contenido de dichos mapas son los estados corporales

que se suscitan frente a un objeto emocionalmente competente. Es un hecho fisiológico bien establecido que estas reacciones pueden ser de dos tipos: a) el organismo puede reaccionar con dificultad o esfuerzo para alcanzar nuevamente su equilibrio vital, debido a que se encuentra fuera de control, b) el organismo puede reaccionar con facilidad o fluidez debido a que el objeto emocionalmente competente ha generado procesos que permiten una regulación del equilibrio vital más óptima, eficiente y fácil. Normalmente cuando percibimos emociones asociadas a estados corporales en los que recuperar el equilibrio vital resulta dificultoso, calificamos a los objetos emocionalmente competentes como *negativos*. En cambio, cuando percibimos emociones asociadas a estados corporales en los que se alcanza el equilibrio vital de manera fluida, calificamos a los objetos emocionalmente competentes como *positivos*. Por ejemplo, si el objeto emocionalmente competente es una persona desconocida que nos persigue, la emoción que normalmente se genera es el miedo, es decir, nuestro estado corporal será el de una contracción en el estómago, aceleración de los latidos del corazón, sensación de frío en manos y pies, sequedad en la boca, vista nublada, etc. A partir de la percepción de este estado corporal, calificamos como *negativa* a la persona desconocida que nos persigue.

## B. La concepción de las emociones de W. James

W. James afirma que las emociones son resultado de los procesos fisiológicos<sup>3</sup>, por lo que sostiene que es imposible imaginar qué es una emoción sin los cambios corporales que ésta genera. En este sentido se pregunta:

¿Es posible figurarse el estado de rabia sin agitación interior, coloración del rostro, dilatación de las narices, el rechinar de los dientes, la impulsión de una acción vigorosa y, en vez de todo esto, los músculos flojos, una respiración calmada y un rostro tranquilo? El autor de estas líneas se considera incapaz de ello. Si yo perdiese la facultad corporal de sentir, me encontraría excluido de la vida afectiva tierna o fuerte, y arrastraría una existencia puramente cognoscitiva o intelectual (James, 1945, pág. 1015).

A raíz de esto James propone el abandono del punto de vista común de su época, el cual sustentaba la idea de que la relación causal entre las emociones y los cambios corporales tenía el siguiente orden: la percepción mental de un hecho (ver a una persona) produce una afección mental (alegría) y ésta da lugar a expresiones corporales (sonreír). James argumenta que este orden es equivocado, pues "*los cambios corporales siguen directamente a la percepción del hecho existente, y... nuestro sentimiento de esos cambios a medida que ocurren es la emoción*" (Calhoun & Solomon, 1989, pág. 143). Siguiendo el ejemplo anterior, James sostendrá que ver a una persona provoca sonreír y sentir este cambio corporal es la emoción de la alegría.<sup>4</sup> LeDoux (1999) explica que el acierto de

la teoría de las emociones de James es que supone que las emociones son respuestas físicas, que pueden percibirse en el interior del cuerpo, al igual que se percibe lo que sucede en el exterior.

La teoría de James defendió la idea de que las emociones son *efectos reflejos* que todo ser humano posee como respuesta adaptativa al mundo.<sup>5</sup> Al ser respuestas reflejas se suscitan antes que el individuo haya pensado cómo debe reaccionar ante una situación particular. Por ello, dice James. *“si venos de improvviso una sombra oscura que se muere en un bosque, [inmediatamente] nuestro corazón deja de latir, y nos quedamos sin aliento antes de que pueda surgir cualquier idea articulada de peligro”* (Calhoun & Solomon, 1989, pág. 150). James especifica que las emociones, consideradas en tanto respuestas reflejas, nos permiten percibir las situaciones como positivas o negativas:

imaginaos, si podéis, privados súbitamente de todas las emociones que ahora os inspira el mundo, e intentad imaginarlo tal como es, puramente, solo, sin vuestro comentario favorable o desfavorable... Casi os será imposible percibir tal situación de negatividad y muerte, ninguna parcela del universo tendría entonces mayor importancia que la otra, y las cosas sagradas y los acontecimientos diversos carecerían de importancia, carácter, expresión o perspectiva (James, 1994, pág. 120)

Por último, James consideró que las emociones pueden generarse voluntariamente. Este autor sostuvo que si bien no es posible que ningún razonamiento genere por sí solo una emoción particular<sup>6</sup>, sí es posible causarla reproduciendo los movimientos corporales y/o las manifestaciones externas típicas de las mismas. En este sentido, James sostiene que funciona *“silbar para envalentonarse”* (James, 1945, pág. 1024). La tesis explicativa de estos hechos es que en el cerebro se produce un aprendizaje asociativo en el cual las emociones resultan relacionadas con determinados tipos de movimientos corporales, sentimientos y pensamientos. En particular, cuando una emoción se produce involuntariamente deja en el cerebro un “camino”, el cual puede ser recorrido nuevamente a partir de un movimiento corporal voluntario, siendo así posible generar una emoción (James, 1945, págs. 1123-1124).

### C. La teoría fisiológica de James como una teoría evaluativa de las emociones

Tomando los puntos expuestos en el primer apartado como características definitorias de las teorías evaluativas de las emociones y a la luz de lo expuesto en el segundo apartado, presentaré cuáles son las razones que me llevan a sostener que la teoría fisiológica jamesiana es un caso de teoría evaluativa de las emociones.

En primer lugar, es posible ver que la teoría jamesiana de las emociones concibe que las mismas son percepciones internas del estado del cuerpo, pues James sostiene que es imposible reconocer qué es una emoción sin los cambios corporales que ésta genera. Recuérdense el ejemplo de James

en el que sostiene que si se despoja a la emoción de rabia de la agitación interior, coloración del rostro, dilatación de las narices, etc., entonces sólo queda una comprensión puramente intelectual de las situaciones. En este sentido, es posible afirmar que James reconoce como objeto real de las emociones a los estados corporales.

En segundo lugar, James concibe que las emociones son percepciones del estado interno del cuerpo, pero que los mismos son suscitados por objetos externos, es decir, utilizando la terminología del primer apartado, es posible reconocer en la teoría de James un objeto real de las emociones y un objeto emocionalmente competente. Para justificar esta afirmación es posible analizar dos pasajes ya citados de este autor. En el primero James afirma que: “*los cambios corporales [objeto real] siguen directamente a la percepción del hecho existente [objeto emocionalmente competente], y... nuestro sentimiento de esos cambios a medida que ocurren es la emoción*”<sup>7</sup> (Calhoun & Solomon, 1989, pág. 143). En el segundo pasaje James sostiene que: “*si vemos de improviso una sombra oscura [objeto emocionalmente competente] que se mueve en un bosque, nuestro corazón deja de latir, y nos quedamos sin aliento [objeto real] antes de que pueda surgir cualquier idea articulada de peligro*”<sup>8</sup> (Calhoun & Solomon, 1989, pág. 150).

En tercer lugar, si bien James no sostuvo explícitamente que el objeto real puede ser modificado por el cerebro, considero que en algunos pasajes de *Principios de Psicología* es posible encontrar algunos argumentos a favor de esta idea. El primer argumento al cual me refiero está relacionado con su concepción sobre la educación de la voluntad. Si bien James no acepta que el cerebro modifica el objeto real, sí acepta en cambio que el alma puede modificar los movimientos impulsivos, pues ella puede reforzar algunos y suprimir otros (James, 1945, pág. 1127). Como consecuencia de esto James sostiene que la actividad cerebral no puede ser descrita en términos puramente mecánicos y deterministas, sino que debe involucrar descripciones de fenómenos psicofísicos. Interpreto que este argumento apoya la idea de que el cerebro (o el alma, según James) puede modificar o alterar los estados corporales de las emociones. El segundo argumento a favor de esta idea se encuentra relacionado con lo que James afirmó acerca de la generación voluntaria de las emociones. En ese punto he mostrado que una emoción puede suscitarse por la reactivación de ciertos movimientos corporales asociados con ella. Considero que si James acepta esta idea, entonces puede aceptar la modificación o alteración de un estado corporal propio de una emoción pues para ello simplemente bastaría con suscitarse voluntariamente otros movimientos corporales.

Por último, claramente James sostiene que las emociones son reacciones reflejas que ayudan al organismo a adaptarse a su entorno. En este sentido, los estados corporales de una emoción particular, mostrarán cuál es la dificultad o la facilidad que tiene ese organismo en una situación particular. Por esta razón es posible decir que James sostiene que las emociones nos permiten

percibir las situaciones del mundo como positivas o negativas, es decir, las emociones son como un “comentario” favorable o desfavorable de las situaciones y nos expresan cuál es la importancia que tienen las cosas del mundo para cada uno de nosotros. En apoyo de esta idea quiero citar el epígrafe con el que inicie este trabajo. “*La pasión amorosa ... transforma el valor de la criatura amada como la salida del sol transforma el Mont-Blanc de un gris cadavérico en un rosa fasanante*” (James, 1994, pág. 120)

De este modo, creo haber expuesto cuáles son las razones para que la teoría fisiológica de las emociones de W. James sea calificada como una teoría evaluativa, en el sentido de que las emociones pueden ser concebidas como percepciones de valor de los objetos del entorno. Bajo esta concepción, las emociones son fenómenos ajustados y adecuados al mundo que permiten que el organismo pueda sobrevivir y vivir en él. En este sentido, considero que existe, por lo menos, una posibilidad (teórica) para abandonar la idea de que las emociones son un otro-yo o un no-yo que quebran al yo-racional de la persona.

## Notas

1 La palabra “somatosensorial” se refiere al cuerpo (*soma* en griego) y a las sensaciones, incluidas las viscerales. El sistema somatosensorial tiene la función de emitir señales sensoriales desde cualquier parte del cuerpo al sistema nervioso central informando las modificaciones que ocurren en el organismo. El sistema somatosensorial puede recibir señales. a) exteroceptivas, es decir, señales del mundo externo y b) señales interoceptivas, del mundo interno del cuerpo (Damasio, 2006, pág. 105 y 314)

2 De modo más preciso Damasio explica que en estados de euforia. “[el] modo cognitivo que acompaña es la generación veloz de múltiples imágenes, de manera que los procesos asociativos son más ricos, y se efectúan asociaciones a una mayor variedad de indicaciones disponibles en las imágenes bajo escrutinio. No se presta atención por mucho tiempo a las imágenes. La riqueza resultante promueve una mayor facilidad de inferencia, que puede ser en exceso incluyente. La modalidad cognitiva se acompaña de una potenciación de eficiencia motora e incluso de desinhibición, así como un aumento del apetito y conductas exploratorias” (Damasio, 1994, págs. 189-190)

3 Dice James. “cada emoción es la resultante de una suma de elementos, y cada elemento tiene por causa un *proceso fisiológico* de una naturaleza bien conocida. Los elementos son todos cambios orgánicos y cada uno de ellos es el efecto reflejo del objeto excitante” [los subrayados son míos] (James, 1945, pág. 1016)

4 Frente a quienes sostiene que no es posible sentir cuáles son los cambios corporales que suscita una emoción, James afirma que: “Hay que notar que *cada uno de los cambios corporales, cualquiera que sea, es sentido de una manera viva o de una manera obscura en el momento mismo en que se produce*. Si el lector no se ha fijado nunca, sabrá con sorpresa y con interés el número de sensaciones locales corporales características de estas diversas disposiciones emocionales que puede descubrir en sí mismo. Sería quizás esperar demasiado de él, pedirle que detenga el curso de una pasión vehemente cualquiera, a fin de que pueda consagrarse a su análisis, pero puede observar estados más tranquilos y puede presumirse que lo que es verdad de los más débiles debe serlo también de los más fuertes. Se trata de un esfuerzo especulativo” (James, 1945, págs. 1014-1015)

5 Véase nota 3

6 Dice James. “No existe conexión alguna deducible racionalmente entre cualquier hecho exterior y los sentimientos que pueda provocar; éstos tienen su fuente en otra esfera de la existencia, en la región instintiva y espiritual del ser

humano La pasión amorosa es el ejemplo más extremo y familiar de este hecho. si ocurre, ocurre, y si no ocurre ningún proceso de razonamiento puede suscitarla" [el subrayado es mío] (James, 1994, pág. 120)

7 Los añadidos son míos con objeto de analizar la cita del autor.

8 Los añadidos son míos con objeto de analizar la cita del autor.

### **Bibliografía:**

Calhoun, C., & Solomon, R. C. (1989) *¿Qué es una emoción? Lecturas clásicas de psicología filosófica.* (M. Caso, Trad.) México: F.C.E.

Damasio, A. (1994) *El Error de Descartes. La razón de las emociones.* (J. Pierre, Trad.) Santiago de Chile: Andrés Bello.

Damasio, A. (2006) *En busca de Spinoza. Neurobiología de la emoción y los sentimientos.* (J. Ros, Trad.) Barcelona: Crítica.

James, W. (1994) *Las variedades de la experiencia religiosa.* (J. F. Yvars, Trad.) Buenos Aires: Planeta-Agostini.

James, W. (1945) *Principios de Psicología.* (D. Barnes, Trad.) Buenos Aires: Glem.

LeDoux, J. (1999) *El cerebro emocional.* (M. Abdala, Trad.) Buenos Aires: Ariel-Planeta.

LeDoux, J. (2000). La influencia de las emociones. En R. Conlan, *Estados de ánimo. Cómo nuestro cerebro nos hace ser como somos.* (B. Lienas Massor, Trad., págs. 119-141) Barcelona: Paidós.