

EMOCIONES Y CONSTRUCCIÓN DEL SIGNIFICADO: IMPLICACIONES TERAPÉUTICAS DE LA CONCEPCIÓN CONSTRUCTIVISTA DE LOS PROCESOS EMOCIONALES

Luis Botella
Universitat Ramon Llull

The constructivist approach to emotion as a part of the process of meaning making is reviewed. The main contemporary approaches to emotion are discussed, particularly Personal Construct Psychology (PCP). Some psychotherapeutic implications of the aforementioned are elaborated.

La aceptación acrítica de la tríada clásica “cognición/emoción/conducta” en psicología en general y psicoterapia en particular ha llevado a considerar esos tres aspectos de la experiencia humana como fenómenos independientes que operan según dinámicas propias. En este sentido, los diferentes modelos psicoterapéuticos predominantes se han especializado en uno u otro de los componentes de la tríada, aceptando implícita o explícitamente que los otros dos son subsidiarios al elegido.

Las terapias conductuales, por ejemplo, parten del presupuesto del predominio de la conducta sobre la cognición y la emoción. De hecho, el conductismo ortodoxo ni siquiera cree necesario considerar cognición y emoción como áreas dignas de interés científico, reduciendo el objeto de la psicología a lo observable y medible. Las versiones menos radicales, sin embargo, aceptan algunas variables intrapsíquicas como mediadoras entre estímulo (E) y respuesta (R), pero mantienen la premisa de que la meta primordial del cambio terapéutico es la modificación de las secuencias conductuales E-R.

Las terapias humanistas y las psicodinámicas incorporan como foco del tratamiento los aspectos emocionales de la experiencia de sus clientes/pacientes. Dada la hipótesis freudiana de la vinculación entre el origen del sufrimiento neurótico y la represión de experiencias inaceptables, la curación psicoanalítica

clásica pasa por el acceso a la conciencia de ese material reprimido, con la consecuente producción de emociones ciertamente intensas. También la mayoría de enfoques humanistas se han centrado tradicionalmente en el fomento de la vivencia plena de las emociones del cliente, sea mediante la aceptación incondicional del terapeuta o mediante ejercicios corporales o de dramatización que permitan acceder y explorar dichas experiencias emocionales en un entorno protegido.

Las terapias cognitivas, por su parte, se centran en la clarificación y modificación del pensamiento del cliente como forma de ganar acceso al control emocional y conductual. La premisa de que parten es la de que dichos pensamientos determinan tanto la emoción como la conducta y, por tanto, modificar la evaluación de una determinada experiencia generará una nueva reacción emocional ante ella.

Si bien los enfoques anteriores resultan sugerentes y dignos de interés, todos ellos reifican la visión mecanicista/cartesiana del ser humano como dividido naturalmente en una parte que piensa y otra que siente. En este artículo se explora la consideración de las emociones desde una perspectiva no-reduccionista, propia de los enfoques constructivistas en general y de la Psicología de los Constructos Personales (PCP; Kelly, 1955/1991) en particular. La finalidad última de tales enfoques—y del artículo en sí—es facilitar la comprensión de los aspectos emocionales y afectivos de la experiencia humana como vinculados al proceso de atribución de significado al mundo y a uno mismo, proceso que se considera consustancial a la propia vida humana en sus aspectos psicológicos.

Emociones y Constructos Personales

La PCP ha sido repetidamente calificada de teoría “cognitiva” de la personalidad (e.g., Patterson, 1973; Pervin, 1970). Un análisis de tal calificativo permite concluir que, en la mayoría de los casos, su polo opuesto es “afectiva” o “emocional”. De esta forma, dado el énfasis de la PCP en los procesos de construcción de la experiencia, la utilización de la metáfora del ser humano como científico y las nociones de origen matemático tales como “constructo”, “corolarios”, “rango”, “ámbito”, “subordinado”, etc., se presupone que se trata de una teoría apta para explicar los procesos “cognitivos” del ser humano, pero no los “afectivos”. Tal concepción resulta fundamentalmente desorientada.

El motivo básico de dicha desorientación es el intento de hacer “encajar” a la PCP en categorías (constructos) diseñadas para otras teorías epistemológicamente incompatibles con ella. Tales teorías suelen confundir el fenómeno a explicar (el territorio) con la naturaleza de la explicación (el mapa). Así, para abordar la cognición elaboran explicaciones en términos lógico-matemáticos, términos que se consideran inoperantes para explicar la emoción, recurriendo a otros de naturaleza “afectiva”. El resultado son dos formas de explicación generalmente incompatibles entre sí; una que prima la lógica y la racionalidad del ser humano y otra que se basa en su emotividad y supuesta “irracionalidad” profunda.

Kelly (cf., 1977) no aceptó que para explicar las manifestaciones emocionales de los procesos de construcción de la experiencia fuese necesario recurrir a un sistema de explicación diferente del utilizado para explicar sus manifestaciones cognitivas. De hecho, el constructo “cognitivo vs. emocional” no se aplica cómodamente a la teoría de Kelly, pues en ella se conciben los procesos psicológicos de forma más comprensiva y abstracta, incluyendo la tríada clásica cognición/emoción/conducta. La manifestación “cognitiva” del proceso de construcción (anticipación) va seguida de su contraste conductual y, tras su validación o invalidación, de las emociones consiguientes. Según Kelly (1969):

“La dificultad para comprender la teoría de los constructos personales como una teoría no cognitiva radica en la presuposición de que toda discriminación, así como todo nuestro sentido de identidad, es de naturaleza esencialmente cognitiva. Pero las discriminaciones humanas pueden también tener lugar a los niveles que se han denominado “fisiológicos” o “emocionales”. La discriminación no es un proceso necesariamente verbal. El ser humano discrimina incluso a un nivel primitivo y conductual. Por ejemplo, asustarse en dos ocasiones diferentes sugiere que, de una u otra forma, ambas se han vinculado constructivamente como constitutivas de un mismo objeto de peligro”. (p. 219).

Kelly (1955/1991) equiparó la emoción a la conciencia de las transiciones del sistema de constructos (validaciones o invalidaciones), definiendo cuatro emociones relevantes para la práctica clínica en términos de dicho proceso (amenaza, miedo, culpabilidad y ansiedad). McCoy (1977) elaboró el mismo tipo de explicación propuesto por Kelly (1955/1991), extendiendo su definición a trece emociones más, según las siguientes dimensiones: (a) cambio en la estructura nuclear, (b) cambio en la estructura no nuclear, (c) validación de la estructura nuclear, (d) validación de la estructura no nuclear, (e) invalidación de las implicaciones de la estructura nuclear, (f) adecuación del *self* a la estructura nuclear, (g) adecuación entre la propia estructura nuclear y la de otro y (h) reconocimiento de la funcionalidad del sistema de constructos. En la Tabla 1 se recogen las definiciones constructivistas de las cuatro emociones descritas por Kelly (1955/1991) y las trece propuestas por McCoy (1977).

Como ejemplo de la aplicabilidad de este tipo de enfoque, consideremos la definición de la amenaza según la PCP: conciencia de un cambio comprensivo inminente en la propia estructura nuclear. Los constructos nucleares, según Kelly (1955/1991), son “aquéllos que gobiernan los procesos de mantenimiento de la persona—aquéllos mediante los que mantiene su identidad y su existencia” (p. 356). La anticipación de la inminencia de un cambio significativo en dichos constructos provoca el sentimiento de amenaza, como en el caso de alguien cuya estructura nuclear consista en la construcción de sí mismo como “fuerte”, “independiente”, “libre”, “aventurero” y “autosuficiente” y se sienta amenazado por la creciente dependencia afectiva que generan sus relaciones de pareja.

Tabla 1. Definiciones constructivistas de determinadas emociones.

<p>Amenaza Conciencia de un cambio inminente y comprehensivo en la propia estructura nuclear (Kelly, 1955/1991)</p>
<p>Miedo Conciencia de un cambio inminente e incidental en la propia estructura nuclear (Kelly, 1955/1991)</p>
<p>Culpabilidad Conciencia del desplazamiento del <i>self</i> respecto a la propia estructura nuclear (Kelly, 1955/1991)</p>
<p>Ansiedad Conciencia de que los acontecimientos a los que uno se enfrenta caen fuera del ámbito de conveniencia del sistema de constructos (Kelly, 1955/1991)</p>
<p>Desconcierto Conciencia de un cambio inminente y comprehensivo en la estructura no-nuclear (McCoy, 1977)</p>
<p>Duda Conciencia de un cambio inminente e incidental en la estructura no-nuclear (McCoy, 1977)</p>
<p>Amor Conciencia de la validación de la propia estructura nuclear (McCoy, 1977)</p>
<p>Felicidad Conciencia de la validación de una porción de la propia estructura nuclear (McCoy, 1977)</p>
<p>Satisfacción Conciencia de la validación de la estructura no-nuclear (McCoy, 1977)</p>
<p>Complacencia Conciencia de la validación de una pequeña porción de alguna estructura no-nuclear (McCoy, 1977)</p>
<p>Tristeza Conciencia de la invalidación de las <i>implicaciones</i> de una porción de la estructura nuclear (McCoy, 1977)</p>
<p>Auto-confianza Conciencia de la idoneidad del ajuste entre el <i>self</i> y la propia estructura nuclear (McCoy, 1977)</p>
<p>Vergüenza Conciencia del desplazamiento del <i>self</i> respecto a la construcción de otra persona del propio rol (McCoy, 1977)</p>
<p>Desprecio (o disgusto) Conciencia de que el rol nuclear de otra persona es comprehensivamente diferente del propio y/o no satisface las normas de expectativa social (McCoy, 1977)</p>
<p>Alegría Conciencia de que los acontecimientos a los que uno se enfrenta caen dentro del ámbito de conveniencia de su sistema de constructos (McCoy, 1977)</p>
<p>Sobresalto (o sorpresa) Conciencia repentina de la necesidad de construir los acontecimientos (McCoy, 1977)</p>
<p>Rabia Conciencia de la invalidación de los constructos que conducen a la hostilidad (McCoy, 1977)</p>

Sin embargo, como destaca Fisher (1990), esta formulación original es susceptible de una considerable elaboración. Como ejemplo de estas elaboraciones, basadas en una concepción unitaria de los procesos psicológicos, a continuación se discuten dos de los enfoques recientes de la emoción desde la PCP.

El primero de ellos es el del propio Fisher (1990), quien propone un modelo basado en la consideración de ciertas emociones como “constructos primitivos” (p. 186). Constructos primitivos, según él (Fisher, 1990) son aquéllos que forman parte de la dotación genética del organismo, y cuya importancia filogenética radica en que el éxito de la relación reproductiva de una especie depende de su capacidad para establecer similitudes y diferencias (Maturana y Varela, 1987). Los constructos primitivos consisten en las polaridades atracción-evitación, *arousal*-relajación, apego-pérdida del apego, e intensidad-relajación.

La intersección entre estos constructos primitivos y los dominios del *self*, la cultura y la interacción social explican la complejidad interindividual de la experiencia emocional. La implicación de aspectos del *self* en el hecho construido emocionalmente lo convierte en relevante para la definición de la propia identidad. Por su parte, la cultura, entendida como marco compartido de construcción de la experiencia emocional, constituye una expresión de las posibilidades de ésta.

En síntesis, el modelo propuesto por Fisher (1990) parte de la consideración de cuatro dimensiones innatas y primitivas de construcción de la experiencia emocional, entendidas como fundamento biológico al que se superpone la creciente complejidad del *self* y las relaciones interpersonales, incrementando así la variedad de la experiencia emocional posible.

Mascolo y Mancuso (1990, 1992) parten de una base diferente, dado que consideran que las emociones no pueden reducirse a sus componentes biológicos (aunque no se discuta que los tienen). Según estos autores (Mascolo y Mancuso, 1992), determinadas sensaciones físicas (e.g., frío, hambre, cansancio) se fundamentan en un componente fisiológico pero no constituyen emociones; para que así sea es necesaria la existencia de un objeto al que dirigir las. La existencia de un objeto sugiere la importancia del proceso de evaluación de su significado, siendo la principal finalidad de los procesos psicológicos la de preservar el equilibrio adaptativo entre la evaluación y la jerarquía personal de constructos o normas internas (Mascolo y Mancuso, 1992).

El enfoque de Mascolo y Mancuso concibe los *estados emocionales* como la movilización fisiológica procedente de la discrepancia entre las normas y la construcción del acontecimiento, así como las tendencias a la acción resultantes de ésta. Por su parte, las *experiencias emocionales* consisten en el aspecto consciente de los estados emocionales.

Consideremos como ejemplo la génesis de los estados y experiencias de culpabilidad. Los estados de culpabilidad, según Mascolo y Mancuso (1990) se generan típicamente a partir de la evaluación de situaciones que implican la

violación de una norma moral interna. Dichos estados conllevan la tendencia activa a corregir la desviación, sea mediante una actitud de sumisión, de autocastigo, de humillación, de negación... La experiencia emocional de la culpabilidad consiste en la conciencia (a) del objeto o evento evaluado, (b) de su evaluación y (c) de la tendencia a la acción.

En el ejemplo de la persona que se siente amenazada por la dependencia generada en sus relaciones de pareja, podríamos concebir que escogiese romper dichas relaciones como forma de maximizar el poder predictivo de su subsistema de constructos referidos al *self*, pues el polo “independiente” aplicado a sí mismo tiene más implicaciones que el polo “dependiente”. Sin embargo, si posee una norma moral (i.e., un constructo nuclear) por la que se define como alguien “incapaz de herir a los demás”, se sentirá culpable cuando su pareja le acuse de haberla herido. La tendencia a la acción consistirá en intentar paliar el daño y, dependiendo de la nuclearidad relativa de los dos constructos (“incapaz de herir” e “independiente”), quizá llegue incluso a abandonar la idea de romper la relación con tal de no tener que invalidar el primer constructo. Este proceso constituirá su estado emocional, e irá acompañado de una serie de movilizaciones psicofisiológicas (e.g., sudoración, irritabilidad, ritmo cardíaco acelerado, rubor, hiperventilación). En la medida que el estado emocional sea accesible a su percatamiento consciente mediante la introspección, constituirá una experiencia emocional propiamente dicha.

Cuando el evento evaluado es el propio *self*, las emociones producidas son de carácter autoevaluativo (e.g., culpabilidad, vergüenza y orgullo). Estas emociones dependen del desarrollo cognitivo y social, dado que el proceso evolutivo provoca cambios en la propia capacidad de autoevaluación. Estos cambios consisten, básicamente, en:

- a) El desarrollo de un autoconcepto referencial,
- b) la capacidad de atribuir la causalidad de un resultado al *self*, y
- c) la construcción de normas con finalidades de autoevaluación. (Mascolo y Mancuso, 1992, p. 32).

El enfoque de Mascolo y Mancuso es una extensión natural de la consideración de las emociones como ciclos de transición (Kelly, 1955/1991; McCoy, 1977), pero la enriquece en dos sentidos. Al incluir la noción de (auto)evaluación abre la puerta a la consideración (i) del rol de la interacción social en las formas de construcción de la experiencia y (ii) al estudio evolutivo de los procesos implícitos en dicha autoevaluación.

Los planteamientos alternativos de Fisher (1990) y Mascolo y Mancuso (1990, 1992) reflejan la diversidad de enfoques característica del estudio de la emoción en general.

Por una parte, un primer grupo de autores (e.g., Izard, 1982; Leventhal, 1982) proponen un modelo de naturaleza somática, que mantiene que las emociones se encuentran representadas en las porciones evolutivamente más antiguas del cere-

bro, al igual que las sensaciones o las conductas motoras, y que no resultan del todo accesibles a la actividad cortical que habitualmente denominamos cognición. Esta postura se corresponde en líneas generales a la de Fisher y su noción de constructos primitivos.

Por otra, algunos investigadores (e.g., Berscheid, 1982; Fiske, 1982; Linville, 1982; Mandler, 1982) conciben la experiencia emocional como la evaluación cognitiva del *arousal* del sistema nervioso autónomo, y las diferencias entre emociones concretas como producto de sus distintas interpretaciones. Esta concepción se corresponde básicamente a la propuesta por Mascolo y Mancuso.

Hoy en día existe evidencia empírica en favor de ambas posturas, si bien la explicación de un mismo fenómeno varía de una a otra. Por ejemplo, el incremento del control emocional a lo largo del ciclo vital se puede explicar desde ambos modelos teóricos.

Según el modelo somático, las personas aprenden a controlar sus emociones a lo largo de su desarrollo porque cada vez son capaces de predecir con mayor acierto cómo responderán ante diferentes situaciones ambientales. Así, manteniendo la hipótesis de la autonomía de emoción y cognición, el control emocional creciente se cifra en que la capacidad de predecir la propia conducta produce una experiencia emocional de naturaleza más deliberada. Leventhal (1982) asume una postura más moderada y propone la consideración de la emoción como un proceso psicológico no independiente de la cognición, y susceptible de ser integrado con ésta.

Desde el modelo cognitivo-afectivo, Mandler (1982) propone que la tonalidad positiva o negativa de las emociones depende del propio conocimiento del mundo. En las situaciones ante las que uno sabe cómo responder, las emociones correspondientes tenderán a ser positivas y de intensidad relativamente moderada. Sin embargo, si el conocimiento de la situación es insuficiente se produce una incongruencia respecto a los patrones de respuesta, y la emoción resultante puede ser positiva o negativa dependiendo de si la acomodación correspondiente tiene éxito o no lo tiene.

La formulación de Mandler es marcadamente similar a la constructivista de Kelly (1955/1991), McCoy (1977), y Mascolo y Mancuso (1990, 1992), según la cual las emociones dependen de la validación o invalidación de las propias anticipaciones. Linville (1982) ha demostrado que las personas con mayor complejidad cognitiva en el dominio del *self* (i.e., con un autoconcepto multidimensional) muestran menos cambios de estado de ánimo que aquéllas con autoconceptos más simples y unidimensionales. Linville atribuye este resultado a que las personas con mayor complejidad cognitiva tienen una mayor capacidad para afrontar la invalidación de un área de su autoconcepto sin que ésta se transfiera a las demás (e.g., son capaces de aceptar que no son tan eficientes en su trabajo como creían sin que eso se transfiera a su concepto de sí mismos en tanto que padres, vecinos, amigos, miembros de la comunidad, esposos, etc.).

A nuestro juicio, ambos modelos son coherentes con la formulación original de Kelly (1955/1991) y potencialmente integrables, dado que su discrepancia se reduce a la cuestión de si el *arousal* original es de naturaleza indiferenciada o diferenciada. En el primer caso, como proponen Mascolo y Mancuso (1992), las discriminaciones entre diferentes tipos de emoción (e.g., ansiedad, amenaza, satisfacción, cólera) son fruto de la construcción social y personal del estado de activación del sistema nervioso autónomo. En el segundo, como propone Fisher (1990), el *arousal* inicial procede de sistemas neuroendocrinos que operan con independencia mutua y que definen dimensiones generales de activación emocional—lo que permite explicar la universalidad de determinadas emociones básicas.

Desarrollo Emocional

La falta de consenso general sobre la naturaleza de las emociones, ha resultado en una relativa escasez de literatura sobre desarrollo emocional.

Mahoney (1991) propone que las emociones pueden explicarse evolutivamente como diferenciaciones e integraciones progresivas de dos estados emocionales básicos (placer y dolor) presentes desde el nacimiento. Así, del primero derivarían, progresivamente, la sorpresa, la alegría, el júbilo, el amor, el orgullo, la autoestima y el altruismo. Del segundo se seguirían evolutivamente la cólera, el miedo, la ansiedad, la vergüenza/culpabilidad, el autorrechazo y la tristeza. Esta última, por ejemplo, reviste una complejidad considerablemente superior a la cólera, pues se fundamenta en el desarrollo de la identidad, la socialización y los procesos simbólicos (Mahoney, 1991). (La perspectiva de Mascolo y Macuso, discutida en el apartado anterior, es similar a la de Mahoney).

Una de las áreas más abordadas por las no muy abundantes investigaciones en este área es la del control emocional. Esta perspectiva, típica de la psicología norteamericana, equipara la emocionalidad intensa a un fenómeno indeseable, y considera que la meta del desarrollo óptimo es la consecución del autocontrol sobre las emociones. Independientemente de que el constructivismo no comparta la visión racionalista de la emoción como problema (cf. Neimeyer, 1993), uno de los resultados interesantes de esta línea de investigación es el de que la complejidad en la construcción del autoconcepto favorece la estabilidad emocional (Linville, 1982, 1987). Las personas con autoconceptos más complejos muestran menos cambios de estado de ánimo, y menos intensos, que aquéllas con autoconceptos simples. En dicha investigación, la complejidad del autoconcepto se operacionalizó como el número de roles claramente distinguibles desempeñados por la persona. Linville sugiere que la complejidad del autoconcepto tiene un efecto estabilizador sobre la experiencia emocional, dado que reduce la posibilidad de que un acontecimiento negativo (invalidación) en un área se transfiera a otra. En su minuciosa réplica de los trabajos de Linville, Kalthoff y Neimeyer (1993) encontraron los mismos resultados sólo cuando la complejidad del autoconcepto se evaluaba mediante la

medida original. Dicha medida, desde la perspectiva de la PCP, ofrece el inconveniente de su excesiva generalidad, pues no tiene en cuenta la probable jerarquización de los roles, es decir, que para una persona concreta puede ser más importante el rol de padre que el de vecino. A pesar de que la hipótesis original de Linville es coherente y atractiva, según Kalthoff y Neimeyer (1993, p. 347):

“Si se añadiese una medida significativa de importancia del rol a la tarea utilizada por Linville el resultado sería una medida más completa y útil de la complejidad de la estructura del autoconcepto individual, y tal vez una demostración más clara de que funciona como protector frente al estrés emocional”.

Desde una perspectiva evolutiva, la complejidad parece incrementarse a lo largo de la vida adulta y hasta la vejez, cuando la pérdida de roles debida a la muerte, jubilación o enfermedades puede forzar a la persona a vivir de una forma más elemental y menos compleja (cosa que explicaría la mayor labilidad emocional frecuente en la senectud). En este sentido, Viney (1986)—en línea con el modelo dialéctico de Erickson (1959)—ha destacado como la meta del desarrollo óptimo en la vejez sería equiparable a la consecución de un sentido de autotranscendencia que permitiese enfrentarse activamente a las pérdidas personales e interpersonales sin que éstas invalidaran aspectos nucleares de la construcción del *self*.

La noción constructivista de cognición y emoción como fases alternativas del ciclo de construcción de la experiencia lleva naturalmente a la consideración de la integración y coordinación de ambos procesos como meta evolutiva y, por tanto, psicoterapéutica.

Cognición y Emoción: La Integración Como Meta Evolutiva

El interés creciente por los procesos evolutivos durante la etapa adulta del ciclo vital ha puesto en evidencia la dificultad, anticipada por Kelly (1955/1991) de aislar los procesos cognitivos de los afectivos. Así, un número significativo de autores en esta línea (cf., Basseches, 1984; Haviland y Kramer, 1991; Kramer, 1990; Kramer y Haviland, 1989; Labouvie-Vief et al., 1989; Malatesta e Izard, 1984; Rybash, Hoyer, y Roodin, 1986) han destacado como característica del desarrollo adulto la integración de cognición y emoción.

La característica común a la mayoría de dichos autores es su compromiso con premisas metateóricas organicistas y constructivistas que enfatizan la naturaleza integral y evolutiva de todo fenómeno, así como la visión del ser humano como constructor (pro)activo de significado (Kramer, 1990). Desde la metateoría organicista, pues, carece de sentido plantearse si la emoción prima sobre la cognición o viceversa. Se asume que ambos procesos mantienen una relación constitutiva (Basseches, 1984) en la que la definición de cada uno de ellos depende de la del otro. Por tanto, como discuten Rybash, Hoyer, y Roodin (1986), los eventos de la vida cotidiana resultan en la activación simultánea de esquemas cognitivos y afectivos, y su solución efectiva depende de la integración de ambos en la estrategia

de afrontamiento empleada.

Sin embargo, esta integración no resulta sencilla dado que, debido al sesgo racionalista de gran parte de nuestra sociedad, métodos educativos e incluso teorías evolutivas (cf. Kramer, 1990; Labouvie-Vief, 1989), es probable que el adolescente llegue a un estado de fragmentación del *self*: por una parte un *self* “racional” y socialmente aceptable, y por otra un *self* “irracional” caracterizado por sentimientos profundos y aparentemente indeseables. Según Kramer (1990), esta división se evidencia en el mecanismo de proyección de los aspectos no aceptables del *self* en los otros; “la persona no consigue ver la emoción reprimida en sí misma pero sí en los demás” (p. 294).

La necesidad de integrar estos aspectos fragmentados del *self* en procesos de coordinación cognición/emoción viene activada por las dificultades que plantean en la comprensión de la conducta propia y ajena; por ejemplo, la incapacidad de separar las propias necesidades de las de los demás imposibilita la adopción de puntos de vista ajenos y, por tanto, la comprensión empática necesaria para la formación de relaciones de intimidad. En palabras de Kramer (1990): “Paradójicamente, las dificultades en la experiencia afectiva interpersonal que resultan de tales proyecciones servirá como ímpetu en el desarrollo del pensamiento relativista si la persona está dispuesta a correr el riesgo de confrontar sus propias proyecciones y crecer” (p. 295).

El desarrollo, pues, procederá de la invalidación de las construcciones poco adaptativas, habitualmente en situaciones, relaciones y experiencias emocionales problemáticas. El fruto de la reconstrucción serial consiguiente será la capacidad cognitiva y emocional de reconocer la propia subjetividad y la interdependencia de los límites entre el *self* y los demás (integración) y de trascender esta limitación intentando separar las necesidades propias de las ajenas (diferenciación). Labouvie-Vief (1982) denomina a este proceso “pensamiento autónomo” y lo equipara a la etapa más elevada del desarrollo adulto. Paradójicamente es el reconocimiento de la propia subjetividad lo que permite superarla (Labouvie-Vief, 1982; Scarf, 1987). A pesar de que la superación última sea inalcanzable, como nos recuerda la imposibilidad de separar observador y observado postulada por el constructivismo, sí es posible incrementar progresivamente el nivel de conciencia de las propias construcciones para poder revisarlas constantemente y convertir la teoría personal en más predictiva e internamente coherente.

Las investigaciones de Kramer y su equipo (cf. Kramer, Goldston, y Kahlbaugh, 1989; Kramer, Melchior, y Levine, 1989) sugieren que esta integración no está relacionada directamente con la edad, y que sólo es alcanzada por una proporción de adultos, mientras que otros reaccionan ante la conciencia de la diversidad regresando a posturas absolutistas o fluctuando inconsistentemente entre el relativismo y el absolutismo (Kramer, 1990). En otro trabajo relacionado con el tema (Botella y Gallifa, 1993, Julio), proponíamos una explicación constructivista

del fenómeno de la detención del desarrollo, evidenciado también por Perry (1970).

Según la elaboración de McCoy (1977) del trabajo original de Kelly (1955/1991) es probable que emerjan emociones negativas como resultado de los procesos de construcción insatisfactorios (desconfirmación de la anticipación o invalidación de la hipótesis). Así, emociones tales como la amenaza, el miedo, la culpabilidad y la ansiedad están implícitas en el proceso de desarrollo si éste se considera como la revisión constructiva de la teoría personal. La emergencia de emociones negativas explica el fenómeno de detención del desarrollo, descrito por Perry (1970) e insatisfactoriamente explicado por la teoría piagetiana (cf. Rybash, Hoyer, y Roodin, 1986). Según Perry (1970, p. 177), “en cualquiera de las posiciones de la línea general de desarrollo, una persona puede suspender, anular o incluso invertir el proceso de crecimiento”. Este fenómeno puede considerarse, desde la perspectiva de la PCP, un intento de evitar la desconfirmación de la propia teoría mediante la negación de la naturaleza invalidante de la experiencia. Algunas de las estrategias de dicha negación serían: (a) ausencia de implicación en el resultado de la experiencia, por ejemplo mediante la constricción del campo fenoménico, alienación, evitación de la responsabilidad personal sobre los propios valores y creencias, y (b) reducción de problemas mal definidos a otros bien definidos, es decir, intentos de distorsionar la evidencia invalidante para hacerla encajar con la teoría previa.

La consecuencia a largo plazo de esta negación activa a elaborar el propio sistema es probable que sea un trastorno psicológico, definido por Kelly (1955/1991, p. 831) como “cualquier construcción personal que se emplea repetidamente a pesar de su invalidación consistente”. Por tanto, el desarrollo óptimo vendrá determinado por la sucesión satisfactoria de ciclos de experiencia consecutivos. Por otra parte, la detención del desarrollo implicará una adhesión hostil a una teoría personal “degenerativa” (Lakatos, 1970).

En último extremo, la capacidad de mantener la experimentación personal a pesar de las emociones negativas procedentes de la invalidación provendrá de la estructura del propio sistema de constructos. Los sistemas monolíticos (i.e., muy integrados pero poco diferenciados) o caóticos (i.e., muy diferenciados pero poco integrados) resultan especialmente desadaptativos; en el primer caso porque incrementan la posibilidad de una invalidación masiva, y en el segundo porque conducen constantemente a predicciones inferencialmente incompatibles entre sí.

Un ejemplo de las consecuencias patológicas de la detención del desarrollo debida a las características estructurales del sistema de constructos es el de Vivienne, una adolescente suicida cuyo diario analizaron Kramer y Haviland (1989). Vivienne no fue capaz de integrar los aspectos emocionales y cognitivos de su *self* fragmentado. Se tornó cada vez más incapaz de acceder a sus propios sentimientos y, en lugar de utilizar el pensamiento como forma de reconstruir su experiencia, lo utilizaba para negar sus emociones mediante un distanciamiento afectivo que el psicoanálisis calificaría de racionalización. El resultado fue el

colapso de todo desarrollo—tanto emocional como cognitivo—y el suicidio final como forma extrema de validar un polo de su *self* fragmentado reduciendo el otro a la no existencia (cf. Kramer y Haviland, 1989).

En resumen, Kramer (1990) sintetiza la postura organicista sobre la relación cognición/emoción como sigue: “*Los sistemas cognitivo y afectivo evolucionan con el tiempo via el interjuego de la contradicción (i.e., de los obstáculos encontrados en la propia experiencia) y su resolución. En términos de la relación mutua de los sistemas cognitivo y afectivo, éstos se encuentran relativamente indiferenciados en la infancia y se diferencian con el tiempo para integrarse jerárquicamente de forma progresiva. Su funcionamiento integrado y coordinado será especialmente crucial a partir de la adolescencia*”. (p. 307).

En el párrafo anterior se evidencia la noción de que la línea evolutiva global procede de sistemas indiferenciados y poco integrados (i.e., simples) a otros más diferenciados e integrados jerárquicamente (i.e., complejos). En el próximo apartado se elaboran las implicaciones terapéuticas de esta noción y del resto de las discutidas a lo largo de las páginas anteriores.

Implicaciones Psicoterapéuticas

De las elaboraciones presentadas en este artículo se derivan una serie de implicaciones para la práctica clínica dignas de consideración.

(i) En primer lugar, plantear las emociones como indicadores de transición en el sistema de constructos personales nos lleva a la consideración de la psicoterapia como un proceso inevitablemente emocional, pues toda psicoterapia efectiva implica cambios—i.e., transiciones—en el cliente (y en la relación entre éste y el terapeuta). Es más, dado que muchas psicoterapias se centran en los cambios en aspectos relativamente nucleares de dicho sistema, los episodios de emocionalidad intensa pueden llegar a ser frecuentes.

Por tanto, es esencial que el terapeuta se sienta cómodo con las manifestaciones emocionales de sus clientes, y sea capaz de aceptarlas sin transmitir el mensaje implícito de que se trata de fenómenos socialmente inaceptables. El entorno protegido que configura la relación terapéutica habría de derivar en una “base segura” (Bowlby, 1988) desde la que el cliente pudiese explorar el significado de dichas emociones sintiéndose plenamente aceptado en lo referente a su vivencia. Las psicoterapias humanistas, y en especial el enfoque rogeriano, han destacado tradicionalmente la importancia de la aceptación incondicional del cliente, así como el fomento de la vivencia plena de la emoción como meta terapéutica en sí misma. Sin embargo, a nuestro juicio dicha aceptación es necesaria pero no suficiente, pues la consideración de la emoción como “transmisora de significado” nos lleva inevitablemente a sus aspectos semánticos.

(ii) Como se discutía en apartados anteriores, la mayoría de enfoques contemporáneos de la emoción están de acuerdo en considerar su emergencia como

resultado de la (in)validación de las expectativas respecto al curso probable de los acontecimientos. En este sentido, las emociones ofrecen oportunidades privilegiadas para advertir qué áreas del sistema de constructos personales son las menos predictivas y determinar las estrategias terapéuticas en consecuencia. Este proceso requiere, como comentábamos en el punto anterior, la vivencia plena de la emoción—y, por tanto, el fomento y aceptación acrítica de su expresión. Sin embargo, la finalidad última de dicha vivencia no serán sus aspectos catárticos o energéticos (como en determinadas terapias humanistas), sino la transformación de los estados emocionales en experiencias emocionales propiamente dichas.

Por ejemplo, Antonio, un cliente en psicoterapia, rehuía el círculo de amistades de su pareja (Ana) y prefería estar a solas con ella en todo momento. Esta preferencia empezaba a perjudicar a la relación entre ambos debido a que Ana no consideraba justo tener que renunciar a sus amigos a cambio de mantener su relación de pareja. La exploración mediante entrevista y dramatizaciones *ad hoc* de dichas situaciones acabó revelando que Antonio se sentía avergonzado de su falta de “sofisticación cultural” en los círculos relativamente elitistas que frecuentaba Ana. En una de dichas dramatizaciones, Antonio fue capaz de expresar—imaginariamente—su resentimiento contra Ana por “ponerle constantemente en ridículo” e imponerle la compañía de personas que él consideraba “pomposas y despreciables”. El terapeuta se centró en el sentimiento de vergüenza de Antonio (su estado emocional), partiendo de la hipótesis de que dicha vergüenza implicaba la conciencia de que su *self* se estaba apartando progresivamente de la construcción de Ana del rol de Antonio en tales situaciones (McCoy, 1977). Mediante ejercicios de introspección e imaginación dirigida, Antonio llegó a la conclusión de que se sentía avergonzado porque “sabía” que Ana esperaba de él que estuviese a la altura de sus sofisticadas amistades, y que lo despreciaba por no estarlo (la conciencia del significado de los estados emocionales constituye la experiencia emocional propiamente dicha). A partir de este punto, terapeuta y cliente coincidieron en la necesidad de asegurarse de que las expectativas de Ana eran realmente esas (cosa que Antonio, sorprendentemente, no había hecho nunca antes). El resultado fue una conversación entre Ana y Antonio en la que ella le desmintió que esperase de él una conducta sofisticada, reafirmando que se sentía muy satisfecha con la “sinceridad, espontaneidad y naturalidad” de Antonio, tan infrecuente entre sus amigos. La nueva perspectiva facilitó a Antonio el control del sentimiento de vergüenza, al proporcionarle un nuevo marco de atribución de significado a la experiencia de sus compromisos sociales.

(iii) El anterior ejemplo clínico pone en evidencia la tercera y última implicación terapéutica de la concepción constructivista de las emociones que discutiremos.

Los enfoques constructivistas evolutivos destacan como meta del desarrollo óptimo el incremento de la complejidad del sistema de atribución de significado a la experiencia. Dicha complejidad reviste, al menos teóricamente, dos dimensiones

ortogonales: diferenciación e integración (Werner, 1957).

El incremento de la diferenciación en el autoconcepto se ha demostrado adaptativo en las investigaciones de Linville (1982, 1987) comentadas con anterioridad. En el mismo sentido, es predecible que la capacidad para discriminar diferentes tipos de emociones—con diferentes significados—facilite una mayor versatilidad en cuanto a las estrategias de afrontamiento en las situaciones de invalidación. Un ejemplo de los riesgos potenciales de la simplicidad emocional es el de Marcos, otro cliente en psicoterapia, que utilizaba una sola dimensión supraordenada y sumamente permeable para dar sentido a todas sus emociones e incluso sensaciones físicas: “control vs. descontrol”. La aplicación de dicho constructo en términos de blanco y negro llevaba a Marcos a considerar como única alternativa posible a un control rígido e inflexible del entorno y de sí mismo la pérdida absoluta de éste, con las consiguientes fantasías de locura, conducta antisocial e incluso muerte. Una de las consecuencias directas de esta extrema simplicidad emocional—la que le llevó a solicitar terapia—fue la eyaculación precoz: Marcos se concentraba tanto en no perder el control sobre su fisiología que eso alteraba las respuestas autónomas normales—“no controlables” por definición. De hecho, la cualidad de “blanco y negro” de su sistema se revelaba con especial virulencia en este terreno; bastaba el mero estímulo visual y en un entorno cotidiano de una joven atractiva para que Marcos eyaculara—incluso sin erección previa. La estrategia terapéutica en este caso consistió en facilitar una mayor diferenciación en el subsistema de construcción de las emociones del cliente. Las técnicas para conseguir dicha estrategia podrían haber sido varias, pero optamos por la administración de una rejilla de constructos personales utilizando como elementos situaciones de significación emocional (e.g., escuchar música, ver una película, recibir una mala noticia). La utilización de la rejilla como forma de intervención (en lugar de evaluación) ha recibido poca atención en la literatura, pero este caso demuestra su utilidad potencial, pues Marcos fue progresivamente capaz de discriminar aspectos más sutiles de su experiencia emocional a través del proceso de elicitación de los constructos personales.

De forma simultánea al incremento de la diferenciación del sistema, el aumento de la capacidad de integración de éste deriva en una mayor complejidad y en una estructura óptima—i.e., un elevado nivel de diferenciación e integración. Por tanto, el fomento de la capacidad integradora del sistema constituye otra meta terapéutica en sí misma, especialmente en sus aspectos de coordinación emoción/cognición/conducta. Sólo mediante la orquestación armoniosa de estas tres manifestaciones del proceso de construcción es posible completar el ciclo de experiencia y refinar progresivamente la propia teoría sobre el mundo, los demás y uno mismo.

Un ejemplo de las consecuencias desadaptativas de la baja integración entre aspectos fragmentados del sistema de construcción de las emociones es el de Rosa, que acudió a terapia afirmando estar deprimida por haber llegado a la conclusión de

que estaba “muerta por dentro”. La exploración del significado de este constructo reveló que Rosa se sentía culpable por “no haber sentido nada después de la muerte de su madre”, sucedida hacía tres años. Rosa interpretaba esta ausencia de emoción como evidencia de que no podía sentir nada por nadie, y de que probablemente su amor por su marido y sus hijos era “falso”. El análisis biográfico durante las sesiones terapéuticas permitió concluir que el origen de este bloqueo del proceso de duelo se debía probablemente a una relación temprana con su madre marcada por una fuerte crítica de ésta a todas las iniciativas de Rosa. La elección elaborativa de Rosa durante su adolescencia había sido “no sentir nada” por su madre, como forma de minimizar los efectos invalidadores de sus críticas y poder explorar libremente con identidades alternativas sin consecuencias irreversibles, proceso habitual durante esa etapa del ciclo vital. Por tanto, Rosa había llegado a fragmentar su sistema de construcción en un “*self* que siente” y un “*self* que piensa”. La estrategia terapéutica consistió en intentar coordinar ambos aspectos fragmentados del *self* en un ciclo de experiencia completo, en el que lo cognitivo se integrase con lo emocional y conductual. Centrándose en el proceso de duelo por su madre, el terapeuta fue capaz de facilitar que Rosa reconociese aspectos de sí misma profundamente influenciados por la relación con ella—por ejemplo, el gran interés de ambas hacia todo lo intelectual. El reconocimiento de aspectos propios ligados evolutivamente a la relación con su madre fomentó en Rosa una sensación real de pérdida, por primera vez desde la muerte de ésta. Rosa lloró repetidamente en varias sesiones, e incluso trajo fotografías de su infancia como forma espontánea de elaborar el duelo en sus aspectos más positivos y de crecimiento personal. De este modo, cognición, emoción y conducta quedaban integradas y coordinadas en el proceso de revisión constructiva de la forma de atribuir significado a la relación con su madre y la pérdida de ésta.

En resumen, el incremento de la complejidad en la forma de construir las emociones y la coordinación entre todos los aspectos de dicho proceso de construcción facilita la experimentación continua con la propia experiencia, meta final de la psicoterapia basada en la PCP y en enfoques constructivistas compatibles.

En este artículo se revisa la concepción constructivista de la emoción como parte del proceso de atribución de significado a la experiencia. Se discuten los principales enfoques contemporáneos de la emoción, y en especial el de la Psicología de los Constructos Personales (PCP). Por último, se elaboran algunas de las implicaciones de lo antedicho para la psicoterapia.

Referencias Bibliográficas

- BASSECHES, M.A. (1984). *Dialectical thinking and adult development*. Norwood, NJ: Ablex.
- BERSCHIED, E. (1982). Attraction and emotion in interpersonal relations. In M.S. Clark & S.T. Fiske (Eds.), *Affect and cognition*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- BOTELLA, L. & GALLIFA, J. (1993, July). *Toward a constructivist model of adult development*. Paper presented at the Tenth International Congress on Personal Construct Psychology, Townsville, Australia.
- BOWLBY, J. (1988). *A secure base: clinical applications of attachment theory*. London: Routledge.
- ERICKSON, E. (1959). *Identity and the life cycle*. New York: International Universities Press.
- FISHER, D.V. (1990). Emotional construing: A psychobiological model. *International Journal of Personal Construct Psychology*, 2, 183-204.
- FISKE, S.T. (1982). Schema-triggered affect: Applications to social perception. In M.S. Clark & S.T. Fiske (Eds.), *Affect and cognition*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- HAVILAND, J.M., & KRAMER, D.A. (1991). Affect-cognition relationships in adolescent diaries: The case of Anne Frank. *Human Development*, 34, 143-159.
- IZARD, C.E. (1982). Comments on emotion and cognition: Can there be a working relationship? In M.S. Clark & S.T. Fiske (Eds.), *Affect and cognition*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- KALTHOFF, R.A., & NEIMEYER, R.A. (1993). Self-complexity and psychological distress: A test of the buffering model. *International Journal of Personal Construct Psychology*, 4, 327-349.
- KELLY, G.A. (1955/1991). *The psychology of personal constructs*. London: Routledge
- KELLY, G.A. (1969). The psychotherapeutic relationship. In B.A. Maher (Ed.), *Clinical psychology and personality: The selected papers of George Kelly* (pp. 216-223). New York: Krieger.
- KELLY, G.A. (1977). The psychology of the unknown. In D. Bannister (Ed.), *New perspectives in personal construct theory* (pp. 1-20). London: Academic.
- KRAMER, D.A. (1990). Conceptualizing wisdom: The primacy of affect-cognition relations. In R.J. Sternberg (Ed.), *Wisdom: Its nature, origins, and development* (pp. 279-317). Cambridge: Cambridge University Press.
- KRAMER, D.A., GOLDSTON, R.B., & KAHLBAUGH, P.E. (1989). *Age, affect intensity, and dialectical beliefs*. Submitted manuscript.
- KRAMER, D.A., & HAVILAND, J.M. (1989). *Affect-cognition relations in an adolescent diary: The case of Vivienne*. Submitted manuscript.
- KRAMER, D.A., MELCHIOR, J., & LEVINE, C. (1989). *Age-relevance of content material and reasoning about interpersonal dilemmas*. Submitted manuscript.
- LABOUVIE-VIEF, G. (1982). Dynamic development and mature autonomy. *Human Development*, 25, 161-191.
- LABOUVIE-VIEF, G. (1989). Modes of knowledge and the organization of development. In M.L. Commons, J.D. Sinnott, F.A. Richards, and C. Armon (Eds.), *Adult development (Vol. 1): Comparisons and applications of developmental models*. New York: Praeger.
- LABOUVIE-VIEF, G., HAKIM-LARSON, J., DEVOE, M., & SCHOEBERLEIN, S. (1989). Emotions and self-regulation: a life span view. *Human Development*, 32, 279-299.
- LAKATOS, I. (1970). Falsification and the methodology of scientific research programmes. In I. Lakatos & A. Musgrave (Eds.), *Criticism and the growth of knowledge* (pp. 91-196). Cambridge: Cambridge University Press.
- LEVENTHAL, H. (1982). The integration of emotion and cognition: A view from the perceptual-motor theory of emotion. In M.S. Clark & S.T. Fiske (Eds.), *Affect and cognition*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- LINVILLE, P.W. (1982). Affective consequences of complexity regarding the self and others. In M.S. Clark & S.T. Fiske (Eds.), *Affect and cognition*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- LINVILLE, P.W. (1987). Self-complexity as a cognitive buffer against stress-related illness and depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35, 63-78.
- MAHONEY, M.J. (1991). *Human change processes*. New York: Basic Books.
- MALATESTA, C.Z., & Izard, C.E. (Eds.) (1984). *Emotion in adult development*. Beverly Hills, CA: Sage.
- MANDLER, G. (1982). The structure of value: Accounting for taste. In M.S. Clark & S.T. Fiske (Eds.), *Affect and cognition*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- MASCOLO, M.F., & Mancuso, J.C. (1990). Functioning of epigenetically evolved emotion systems: A constructive analysis. *International Journal of Personal Construct Psychology*, 2, 205-222.

- MASCOLO, M.F., & MANCUSO, J.C. (1992). Constructive processes in self-evaluative emotional development. In R.A. Neimeyer & G.J. Neimeyer (Eds.), *Advances in personal construct psychology* (Vol. 2, pp. 27-56). Greenwich, CT: JAI Press.
- MATURANA, H.R., & VARELA, F.J. (1987). *The tree of knowledge: The biological roots of human understanding*. Boston: Shambhala.
- McCOY, M.M. (1977). A reconstruction of emotion. In D. Bannister (Ed.), *New perspectives in personal construct theory* (pp. 93-124). London: Academic Press.
- NEIMEYER, R.A. (1993). An appraisal of constructivist psychotherapies. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 61*, 221-234.
- PATTERSON, C.H. (1973). *Theories of counseling and psychotherapy*. New York: Harper and Row.
- PERRY, W.G. (1970). *Forms of intellectual and ethical development in the college years: A scheme*. New York: Rinehart & Winston.
- PERVIN, L.A. (1970). *Personality: Theory, assessment, and research*. New York: John Wiley and sons.
- RYBASH, J.M., HOYER, W.J., & ROODIN, P.A. (1986). *Adult cognition and aging*. New York: Pergamon Press.
- SCARF, M. (1987). *Intimate partners: Patterns in love and marriage*. New York: Random House.
- VINEY, L. (1986). *The development and evaluation of short-term psychotherapy programmes for the elderly: Report to the Australian Institute of Health*. Wollongong: University of Wollongong.
- WERNER, H. (1957). The concept of development from a comparative and organismic point of view. In D.B. Harris (Ed.), *The concept of development* (pp. 125-148). Minneapolis: University of Minnesota Press.