

Emoción y psicología



Emoción

- Las discusiones psicológicas sobre la emoción comenzaron como una búsqueda de razones o explicaciones para los problemas psicológicos
- Histeria
- Las explicaciones deben incluir fenómenos normales y no normales
 - - Sanidad
 - Insanidad
 - Problemas autodestructivos



Freud

- ¿Qué tipos de mecanismos psicológicos regulan el comportamiento y las elecciones?
- Motivación y emoción son inseparables
- Yo
- Superego
- Ego



EMOCIÓN

- **Emoción** - Una respuesta subjetiva, acompañada de un cambio fisiológico, que es interpretada de una manera particular por el individuo y a menudo conduce a un cambio en el comportamiento.
- **Reglas de exhibición:** las reglas que rigen la exhibición de emociones , que varían según la edad, la cultura y el sexo , creando así grandes diferencias en la expresión emocional.



TEORÍAS DE LA EMOCIÓN

- Teorías fisiológicas
- Teoría evolutiva
- Teorías cognitivas



TEORÍAS FISIOLÓGICAS DE LA EMOCIÓN

- Teoría de James-Lange: las personas experimentan cambios fisiológicos y luego los interpretan como estados emocionales.
 - Las personas no experimentan una emoción hasta que sus cuerpos se excitan y empiezan a responder con cambios fisiológicos.
 - Ejemplo: La gente no corre porque tenga miedo, siente miedo después de empezar a correr.
 - **Hipótesis de la retroalimentación facial:** sugiere que las sensaciones de la cara proporcionan señales al cerebro que actúan como retroalimentación para ayudar a una persona a determinar una respuesta emocional.
 - Ejemplo: Poner una cara feliz, puede hacer a una persona más feliz



TEORÍAS FISIOLÓGICAS DE LA EMOCIÓN

- Teoría Cannon-Bard
 - Excitación indiferenciada: las reacciones fisiológicas subyacentes a la respuesta de "lucha o huida" son las mismas que las de todas las emociones.
 - Los sentimientos emocionales acompañan a los cambios fisiológicos en lugar de producirlos o ser consecuencia de ellos.
- El córtex del cerebro participa en la integración de la información que interviene en la experiencia de la emoción



TEORÍA EVOLUTIVA DE LA EMOCIÓN

- Las respuestas emocionales surgen de los circuitos neuronales del cerebro, y los sentimientos subjetivos les siguen.
- Las respuestas de miedo se producen automáticamente sin pensar y tienen ventajas adaptativas que hicieron que estas secuencias de comportamiento pasaran a formar parte de la biología humana
- La evolución ha preparado a los humanos para responder de ciertas maneras emocionales básicas a algunos estímulos
 - - El cerebro humano ha evolucionado para ser muy sensible a las situaciones que provocan miedo y responder rápidamente para evitar cualquier peligro.



TEORÍA EVOLUTIVA DE LA EMOCIÓN

- - LeDoux (1995) -
 - Primero se producen cambios fisiológicos en la amígdala y otras estructuras cerebrales
 - La interpretación subjetiva está mediada por una vía diferente y más lenta en el cerebro
 - La situación puede afectar a una emoción estimulando los recuerdos y la interpretación
- Cosmides y Tooby (2000)
 - El cerebro contiene una serie de programas especializados para las emociones básicas
 - La cognición sigue las reacciones del cerebro y el cuerpo
 - Una situación determinada da lugar a los programas adecuados



TEORÍAS COGNITIVAS DE LA EMOCIÓN

- Centrarse en la interpretación mental y en la fisiología
- Schachter y Singer (1962) - la excitación fisiológica requiere una interpretación cognitiva antes de ser experimentada como una emoción
 - Las etiquetas cognitivas determinan la experiencia de la emoción
 - La situación es un factor determinante de la emoción
- Lazarus (1991) - la reacción fisiológica es menos importante que la cognición
 - **Valoración:** evaluación que hace una persona de la importancia de una situación o un acontecimiento para su bienestar.
 - - La cognición afecta a la emoción a través de la valoración de la situación
 - La situación debe evaluarse antes de que una persona experimente emociones



¿PODEMOS CONTROLAR LAS EMOCIONES?

- Controlar la parte fisiológica de la emoción es muy difícil.
- Cambiar la forma de pensar sobre una situación debería producir alteraciones en la emoción que uno siente
- Las reacciones emocionales pueden controlarse.
 - La incapacidad para controlar las emociones puede deberse más a la falta de voluntad que a la incapacidad para hacerlo.



Emoción y prueba del polígrafo

- La teoría emocional no puede explicar
 - Eficacia de las preguntas del DLC
 - Prueba de eficacia con psicópatas
- Eficacia de la prueba del polígrafo con psicópatas
- Los instrumentos poligráficos no pueden distinguir diferentes emociones (miedo, ira, asco)
- La teoría del polígrafo no se limita a las emociones

