



LAS EMOCIONES: EPISTEMOLOGÍA, FILOSOFÍA Y EDUCACIÓN

Torres López Alexaivy

Universidad Pedagógica Experimental Libertador
Instituto Pedagógico de Barquisimeto, Venezuela
alexavatl@hotmail.com

ASA/EN 2019-03

Recibido: 02-01-2019

Aceptado: 05-11-2019

RESUMEN

Desde que el hombre comienza su proceso evolutivo, emprendió un viaje sin igual, donde las sensaciones y las emociones han sido determinantes y responsables de sus acciones. El presente ensayo, tiene como objetivo analizar la concepción de las emociones desde la epistemología científica racional, en contraste con las posturas teóricas que han marcado historia en la Filosofía occidental. Conociendo el contexto, desde ambas posturas, se establece entonces, un conjunto de aportes que conllevan a establecer la pertinencia del reconocimiento emocional, como elemento clave en la educación de un individuo integral, consciente y responsable de sus acciones propias y sociales.

Palabras Clave: Emociones, epistemología de las emociones, filosofía, educación emocional.



THE EMOTIONS: EPISTEMOLOGY, PHILOSOPHY AND EDUCATION

ABSTRAC

Since man began his evolutionary process, he undertook a journey like no other, where sensations and emotions have been determining and responsible for his actions. This essay aims to analyze the conception of emotions from rational scientific epistemology, in contrast to the theoretical positions that have marked history in Western philosophy. Knowing the context, from both positions, a set of contributions is established that lead to establishing the relevance of emotional recognition, as a key element in the education of an integral, conscious and responsible individual of their own social actions and actions.

Keywords: Emotions, epistemology of emotions, philosophy, emotional education.



PREÁMBULO

Desde que el hombre inicia su proceso evolutivo para mejorar sus condiciones como especie, ha mantenido una vida marcada de sensaciones, emociones, adrenalina, experiencias, desaciertos y un sinnúmero de procesos que marcaron la historia de la sociedad y del conocimiento. Comprenderse en sí mismo, se pudiese imaginar como un gigantesco reto para este homínido, debido a que el conocimiento era tan disminuido y la necesidad de respuesta tan evidente, ante la presencia de un mundo callado, sin sentido y anónimo.

No es difícil imaginar a ese homínido transitar por un mundo maravilloso, verde y frondoso; sorprenderse con la luz solar, sentir miedo con los truenos, el frío o la lluvia, presenciar la muerte de un hermano por el ataque de un depredador y posteriormente notar su ausencia, enterrar a sus cercanos, conocer el fuego y percibir su calor, sentir ira por alguna que otra razón. En fin, las emociones nacen con el hombre y son parte integral del

hombre; han marcado su vida y de ellas han aprendido, pudiéndose decir entonces que éstas y el conocimiento humano van tomadas de la mano como un todo.

Para Wenger, Jones y Jones (1962) "Casi todo el mundo piensa que sabe qué es una emoción hasta que intenta definirla. En ese momento prácticamente nadie afirma poder entenderla". Hoy en día, casi todos sabemos por experiencia propia qué son las emociones y la influencia que tienen en nuestras vidas, incluso para algunos personajes filosóficos de la historia, los seres humanos transitamos por la vida gracias a estas, de allí la frase "cogito ergo sum", traducido "Siento, luego existo" de René Descartes.

Las Emociones: mucho más que una palabra

Se define la emoción como, una experiencia corporal viva, veraz, situada y transitoria que impregna el flujo de conciencia de una persona, que es percibida en el interior de y recorriendo el cuerpo, y que, durante el trascurso de su vivencia, sume a la persona y a sus



acompañantes en una realidad nueva y transformada – la realidad de un mundo constituido por la experiencia emocional (Denzin, 1984, p. 66).

Para Maturana (2005), desde el punto de vista biológico, las emociones constituyen “disposiciones corporales que determinan o especifican dominios de acciones”. El autor, desde su obra, nos invita a cavilar sobre cómo estamos reconociendo nuestras propias emociones y las de nuestros semejantes; como una vía para diferenciar las distintas emociones y las acciones que su corporalidad connota.

En consonancia con las ideas anteriores, se visualiza a las emociones como un proceso que implica una serie de condiciones desencadenantes (estímulos relevantes), la existencia de experiencias subjetivas o sentimientos (interpretación subjetiva), diversos niveles de procesamiento cognitivo (procesos valorativos), cambios fisiológicos (activación), patrones expresivos de comunicación (expresión emocional), que tiene unos efectos motivadores

(movilización para la acción) y una finalidad: que es la adaptación a un entorno en continuo cambio. (Fernández, Jiménez y Martín, 2003, pp. 27).

La definición de estos autores permite visualizar a las emociones, como estímulos externos, capaces de generar serios procesos biológicos que se traducen en una respuesta, adaptada a una realidad social transformante. Para complementar este planteamiento, Bisquerra (2002) esquematiza la operatividad en la que ocurre una emoción, estableciendo que, inicialmente las informaciones sensoriales llegan a los centros emocionales del cerebro, lo que genera una respuesta neurofisiológica, que es interpretada en el neo córtex.

De acuerdo con este mecanismo, las emociones se generan como respuesta a un acontecimiento externo o interno, por lo que se pueden considerar como un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada.



Por su parte, Goleman (1995) utilizó el término emoción para referirse a un sentimiento y sus pensamientos característicos, así como las condiciones psicológicas y biológicas que lo determinan, y que generan una serie de tendencias a la acción. En fin, todas las emociones son esencialmente impulsos a la acción y cada una de ellas conduce a un cierto tipo de conducta.

Estas definiciones dejan ver a las emociones, como las respuestas a estímulos internos y externos en los que el individuo se mueve diariamente, y que generan en su biología un conjunto de reacciones químicas que se traducen en una acción. Este mecanismo se repite en todos los animales, estando el hombre entre ellos, más siendo para muchos el único que puede dar un consciente manejo de lo que ha percibido y hacer que sus respuestas sean las oportunas para cada situación.

Clasificación de emociones

Muchos autores han pretendido dividir a las emociones dentro de diversas tipologías, lo que se ha presentado como

una dificultad para llegar a un consenso, que ha dado origen a la existencia de diversas clasificaciones, siendo la más básica, como expone Vivas et al. (2007), la diferenciación entre emociones básicas y emociones complejas o secundarias. En esta clasificación, se consideran como básicas, aquellas que existen de forma innata, es decir, que no son aprendidas. A esta conclusión se llega por el hecho de que son capaces de identificarse por personas de diferentes culturas, clases, regiones geográficas, entre otros. Estas emociones innatas pueden ser la alegría, la aflicción, la tristeza, la ira, el miedo, la sorpresa y el asco, y se consideran universales o prefijadas genéticamente, pues hemos nacido sabiendo de qué manera expresarlas, lo que nos permite comprender qué siente otra persona, solo mirando sus expresiones faciales.

Al referirse a las emociones secundarias, se aportan elementos como la autovaloración de sí mismo, por lo que va a encontrar que están íntimamente relacionadas con el desarrollo social y cognitivo del individuo. Por tal razón, las



emociones secundarias son vistas desde la construcción social, relacionada con la adquisición de normas o valores propios de la sociedad. Entre ellas destacan la vergüenza, amenaza, envidia, indignación, enfado, entre otras.

También se habla de emociones negativas cuando nos referimos a la ansiedad, el enojo o ira, y la depresión, que generalmente son las experiencias emocionales desagradables. Por contraste, las emociones positivas se refieren a aquellos procesos emocionales que generan experiencias agradables, tales como la alegría, la felicidad o el amor.

Se puede hablar de emociones sociales, cuando nos referimos a aquellas experiencias que son producto de nuestras relaciones con los demás. En consecuencia, se trata de esas emociones que nacen de un contexto social determinado, que les otorga un significado y que, en oportunidades, necesitan de la evaluación de otros para poder entenderse apropiadamente. Debido a estas, nos enamoramos, sentimos celos de otra persona, sufrimos la envidia por lo

que otros tienen y sentimos empatía con las situaciones de la vida que afectan la vida de nuestros semejantes.

Esta clasificación nos permite ubicar cada una de las emociones que a diario percibimos en nuestro accionar, que es además una de las fases más importantes de la educación emocional, pues al conocerlas y determinar las reacciones biológicas que ocurren en nuestro organismo, se puede reconsiderar nuestra actitud de una manera más asertiva.

Las Emociones y la Filosofía

El análisis de las emociones, las sensaciones y las pasiones humanas han sido ampliamente tratadas en el campo de la Filosofía occidental; de aquí que la Psicología, rama descendiente de Filosofía, asuma, entre otros fenómenos y hechos, la indagación exhaustiva acerca de los sentimientos y las emociones, estudiando la postura de grandes filósofos y pensadores como fuente de inspiración para su desarrollo presente y futuro.

Al aproximarnos hacia algunos preceptos filosóficos sobre las emociones, Mora (1994) señala que, algunos



pensadores históricos han manifestado la necesidad de buscar la armonía y cultivar aquellas que causan alegría o placer; mientras que, para un buen grupo de pensadores filosóficos, éstas deben manejarse con moderación, descartando aquellas cuya presencia no es favorable. Estas aseveraciones hacen énfasis en el impacto que pudiesen tener las emociones en el desenvolvimiento del hombre, pues si éste es visualizado como un ser racional, debe poseer la habilidad de sentir las, conocerlas y evitar aquellas que perjudiquen su cotidianidad.

Ya en la Grecia clásica, Sócrates (470 a.C. -399 a.C.) aconsejaba a sus discípulos "conócete a ti mismo", para referirse a la identificación de sus emociones y sentimientos, como primer paso para articular la propia conducta. Este importante personaje de la historia filosófica, pensó al hombre como un alma preexistente, reencarnada y encerrada dentro de un cuerpo, tal cual, como una cárcel, propugnando que la tarea más noble del hombre, en cada una de sus encarnaciones, tenía que ver con la liberación de sus ataduras, apariencias e

ilusiones de lo sensible, lo que permitiría a éste finalmente elevarse, transportado por la razón, hacia la contemplación de los arquetipos de todas las cosas existentes en el mundo suprasensible. Para él, la vida era entonces, una oportunidad de aprendizaje y perfeccionamiento del alma misma.

Continuando con este viaje filosófico, se hace oportuno acotar que, las emociones, también son mencionadas en la República de Platón (428-347 a. C.) expresadas a través de términos como el dolor y el placer. Para este gran filósofo, la profusión de algunos de estos elementos afectaría de una manera compleja la razón del hombre, incitando a los grandes maestros o ancianos a mantener la enseñanza hacia los jóvenes sobre el manejo del placer sin exageración. Para Platón (1992), en su trilogía, razón, apetito y espíritu no es relevante la forma como piense el hombre, pues de seguro este no podrá jamás declinar a la felicidad, siendo la práctica de la justicia la senda más apropiada y segura. Ya se visualiza entonces, la gran influencia manifiesta de



las emociones en el quehacer del hombre, marcando muchas de sus acciones y definiendo su actitud hacia la vida.

Se podría asegurar entonces, que cuando el sujeto consigue remontar al universo de las ideas, siguiendo a su alma racional, no se genera rebelión alguna de las otras partes del alma. De esta manera, cada parte cumple su objetivo, al permitir que la razón oriente las tendencias y acciones del ser, como la única manera de ser justo. En este sentido, se puede disfrutar de los placeres, manifestándose el saber, el conocimiento de la realidad y la contemplación del verdadero ser, el principal placer humano.

Para Aristóteles (1999), el alma racional es intrínseca o endémica del ser humano y despliega en ellos el pensamiento. De esta manera, el objetivo está determinado por las exigencias de la propia racionalidad, centralizada tanto en la exploración del saber, como en la búsqueda de la felicidad, ambas, patrimonios del alma. En este sentido, las pasiones (llamadas por él, emociones) no deben ser prescindidas, pues el intelecto

debe ser educado para que sea competente de controlarlas al servicio de la plenitud o felicidad que virtuosamente el hombre debe buscar.

Es así como, a diferencia de Platón, Aristóteles, conceptualiza a la emoción como la reacción inmediata del ser humano ante un acontecimiento que le puede resultar favorable o desfavorable, que presupone una advertencia o situación de alarma que le permitirá enfrentar el hecho haciendo uso de los medios que tiene a su alcance.

Siguiendo una línea histórica de pensadores y su concepción ante las emociones, resulta relevante mencionar la visión de los estoicos, quienes distinguen cuatro emociones fundamentales, en anhelo por los bienes futuros, la alegría por los bienes presentes, así como el temor a los males futuros y la aflicción por los males presentes. Se hace evidente, la relación entre los bienes y la felicidad, y el temor a los males presentes y venideros. Para estos, las emociones constituyen enfermedades crónicas, capaces de generar aversión y deseo. El



hombre debe hacer uso de la razón para ser sabio y perfecto, en consecuencia, el mundo racional no podrá amenazar al sabio.

Como argumento adicional sobre estas ideas, se puede aseverar que, para este grupo histórico, las emociones constituyen juicios errados, vacíos y carentes de objetividad; en consecuencia, la aflicción o temor, el anhelo o la alegría, constituyen sentimientos excluidos por la razón, debido a que amenaza los estados de calma y equilibrio racional. Cabría preguntarse ¿Puede alejarse el hombre realmente de los sentimientos, pasiones y emociones y ser netamente racional? ¿Está allí el sentido de la vida y la sabiduría del conocimiento?

Tratando de dar respuesta a estas inquietudes, Descartes (1997) en "Las pasiones del alma", asegura que, las emociones constituyen modificaciones pasivas en el alma debido a la presencia y accionar de espíritus vitales o fuerzas mecánicas que se efectúan desde la glándula pineal, donde reside el alma y habitan las emociones. Para este gran

pensador, las emociones tienen la función de estimular al alma para permitir procesos que mejoren las condiciones humanas hasta alcanzar la perfección.

En este mismo sentido, Sartre (1999) conceptualiza a la emoción como la transformación del mundo. Para él, cuando el ser humano se encuentra ante un universo apremiante y difícil no puede dejar de actuar. En consecuencia, se establece un ser humano que intenta transformar el mundo a través de sus actos, y la emoción opera "en forma mágica" manipulando el mundo. De esta forma la conciencia cae en esa "estafa" o espejismo, y ejecuta sus reflexiones a partir de esa nueva realidad que no fue creada reflexivamente.

Se puede decir entonces que, a diferencia de los estoicos, Sartre (ob. Cit) concibe a las emociones, como una oportunidad para aprender y actuar, pues, es el mismo hombre el que ante tal situación comienza un proceso reflexivo que permite manipular al mundo. Para Husserl (1992) los sentimientos constituyen la respuesta a la problemática



del conocimiento, de allí que, su principal alcance haya sido establecer que los sentimientos son el camino para la verdad de nuestro conocimiento. Al respecto Heidegger (1999), discípulo de Husserl, con criterios diferentes en su postura fenomenológica, visualiza a las emociones no sólo como simples fenómenos que asisten al conocimiento y la voluntad, sino como modos de ser que constituyen su existencia en el mundo.

CONSIDERACIONES FINALES

Definir a las emociones es definitivamente una tarea difícil, pues dependiendo de los criterios de un investigador, se establecerán los patrones. Sin embargo, la Biología y la Neurociencia, permite vislumbrarlas como un proceso, donde intervienen los receptores sensoriales para recoger información, la misma que será analizada en las zonas cerebrales establecidas, y donde la educación o patrones culturales, tienen gran protagonismo.

El estudio profundo a nivel científico y psicológico, permite clasificarlas en primarias o secundarias, positivas o

negativas, de acuerdo a ciertos criterios específicos; la importancia de poder organizarlas, está en el hecho de que, al reconocerlas, el sujeto puede racionalizar hacia la manera, más adecuada de responder a ese estímulo, pues como ya se ha visto, las emociones tienen un gran poder sobre las acciones diarias que ejecute un individuo.

Ya se ha visto entonces, en este viaje filosófico que se ha emprendido para conocer a las emociones, proyectadas desde varios pensadores, como, a través de la historia y la domesticación del hombre se ha sentido la necesidad de explicar la influencia que pueden tener estas, a la hora de buscar un sentido a su existencia, e incluso, en lo concerniente a la capacidad de discernir, en aceptarlas o rechazarlas, para conseguir el conocimiento y aprendizaje, llegando a ser sabios aquellos que logran alcanzarlo. Bajo esta premisa, y llevándolo al campo educativo, se parte de la necesidad de formar un individuo no sólo con conocimientos racionales, lógicos o positivistas, sino un nuevo ser, capaz de usar las emociones efectivamente.



Se ratifica que la razón y la emoción son dos aspectos que coexisten simultáneamente en la mente del individuo; lo que determina una actuación conjunta, mezclados a los conocimientos adquiridos. De hecho, las emociones y sentimientos influyen en la adquisición del conocimiento, situación que demuestra, que todo lo que hacemos, pensamos, imaginamos o recordamos, es posible por cuanto las partes racional y emocional del cerebro trabajan al mismo tiempo, mostrando una simbiosis indisoluble (Martínez, 2009).

Todo esto conlleva a concluir que, "las actividades racionales van acompañadas de afectividad" (Morín, 2002, pp. 32). El autor, mantiene que la sabiduría, no puede someterse a razón, ya que eso involucraría una contradicción, pues, una vida meramente racional sería en el límite una ausencia de vida; en consecuencia, la cualidad de la vida se manifiesta en emoción, pasión y goce, entre otros escenarios.

Vemos entonces que, los estudios actuales sobre inteligencia y educación

emocional, hablan sobre la necesidad de reconocer los sentimientos, entenderlos y conceptualizarlos, como un elemento clave, que le permitirá al individuo, no precisamente negar lo que ocurre, sino interpretarlo y responder de la manera más adecuada.

Se hace necesario entonces que, la educación en todos los niveles, considere prioritario trabajar hacia la formación de un individuo integral, consciente de lo que siente, de las consecuencias de sus acciones, y sobre la necesidad de establecer relaciones sociales efectivas, que le permitan potenciar su creatividad, tomar decisiones con consciencia y contribuir con una mejor humanidad, incluso, en armonía con su entorno.

REFERENCIAS

- Aristóteles (1999). *Retórica*. Madrid: Gredos.
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Praxis: Barcelona.
- Denzin, N. K. (1970): *Sociological Methods: a Source Book*. Aldine Publishing Company. Chicago.



- Descartes, R. (1997). *Las pasiones del alma*. Madrid: Tecnos.
- Fernández, E., Jiménez, M., Martín M., (2003). *Emoción y Motivación: la adaptación humana*. Madrid: Centro de Estudios Ramón Areces.
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairós.
- Heidegger, M. (1999). *El ser y el tiempo*. Editorial universitaria: Chile
- Husserl, E. (1992). *Invitación a la fenomenología*. Barcelona – España: Ediciones Paidós.
- Martínez, M. (2009). *Comportamiento humano: Nuevos métodos de investigación*. México: Trillas.
- Maturana, H. (2005). *Emociones y lenguaje en Educación y política*. Santiago: JC Saez Editor.
- Mora, F. (1994). *Diccionario de Filosofía*. Barcelona: Ariel Referencias
- Morín, E. (2005). *Introducción al pensamiento complejo*. España: Editorial Gedisa.
- Platón (1992). *Diálogos*. VI Filebo. Madrid: Gredos.
- Sartre, J. (1999). *Bosquejo de una teoría de las emociones*. Madrid: Alianza.
- Vivas, M., Gallego, D. y González, B. (2007). *Educar las emociones*. Madrid: Dykinson
- Wenger, M., Jones, F. y Jones, M. (1962). *Emotional behaviour*. In D.K. Candland (Ed.): *Emotion: Bodily change*. Princeton, N.J.: van Nostrand.