D O S S I E R

el papel de las emociones en la vida psíquica, según Henri Wallon

ELENA HERRAN

Psicóloga y psicomotricista; doctora en Pedagogía y profesora del departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación de la Facultad de Filosofía y Ciencias de la Educación de la Universidad del País Vasco.

Una vez sentado que las emociones proceden de la actividad postural, queda por examinar el papel que le reservan a la vida psíquica. Abordamos la tarea desde la perspectiva psicogenética y dialéctica walloniana, asumiendo su rigor y complejidad, a la espera de una mejor comprensión de lo que vemos vivir y vivimos en la sala de psicomotricidad. Veámoslo.

El tono

El tono se diversifica según dos conjuntos de condiciones: el equilibrio dinámico de sus centros reguladores y las necesidades del movimiento y de la acción, tal y como apuntan la realidad clínica y su papel psicogenético. Así el tono, junto al equilibrio del cuerpo en cada una de sus partes y en su conjunto, asegura alternativa o simultáneamente el punto de apoyo necesario para la ejecución de cada movimiento, mantiene la progresión de éste etapa tras etapa mediante la actitud adecuada, dosifica su resistencia a los obstáculos y prepara su impulso para el momento propicio. Lo vemos más claro si imaginamos a un corredor saliendo tras prepararse para su carrera, o a un bailarín que se dispone a realizar una pirueta.

El tono no sólo se ha diferenciado del movimiento propiamente dicho para imprimirle más estabilidad, elasticidad, fuerza explosiva, diversidad y precisión, sino que al mismo tiempo, ha desarrollado la capacidad de oponerse a propio movimiento poniendo en su lugar una actitud; inmovilidad no pasiva sino eminentemente activa.

La patología lo confirma. En la catatonía esta disociación es muy evidente: el cuerpo conserva en ocasiones las más complicadas y deformadas actitudes, sin que el sujeto pretenda modificarlas. Incluso en estado normal una distracción súbita y total puede hacer que mantengamos durante algunos instantes una actitud previa, que en este momento ya ha perdido su objeto. Es decir, una actitud puede cerrar la vía a un acto diferente de ella misma como acontece en determinados casos de desagregación motriz –demencia precoz– o en ciertos estados de perplejidad.

En definitiva, es a través de una actitud adecuada de observación o de reflexión, cuando la reacción inmediata a un estímulo actual puede ser mantenida en suspenso para examinarla: el automatismo cede paso a la representación.

Actitud y representación

La formación de una representación es mucho más que el simple resultado de una actitud o la simple réplica de las impresiones recibidas por los sentidos. En esta formación colaboran, entre otros factores, nociones, técnicas como el lenguaje, que presuponen un cierto estadio de civilización y ante todo, la vida social. Proporcionan los escenarios en los que la acción es tan inevitable y constante que a menudo ignoramos su existencia. Por ejemplo, "rollito de primavera" puede ser una impecable metáfora infantil de la envoltura con tela y arrastre a la que con frecuencia recurrimos en la sala y que, más allá de las circunstancias de su emergencia –demanda, señalización, etc.– informa de ciertos hábitos y preferencias culinarias de la criatura que la utiliza.

En la infancia la percepción de las cosas comienza a operarse dependiendo de las actitudes que éstas suscitan en la misma criatura. La calidad de las correspondientes excitaciones será significativa, a la vez que lo serán igualmente, las necesidades y disposiciones de la propia criatura en el momento concreto. En principio, la criatura toma conciencia de las realidades exteriores a través de sus propias actitudes. Más adelante ya convertida en persona adulta, a menudo, debe insistir en una actitud para obligarse a realizar mentalmente una situación, de modo pueda tomar conciencia de ella, a la vez que de sí misma. Algo así como ponernos en "pause" mientras recuperamos el sentido de la situación y nos reubicamos en ella. Evidentemente este tipo de imágenes tiene una fuerte dosis de afectividad, que es precisamente lo que ha permitido a estas imágenes apoyarse en la vida psíquica y añadir su circuito al de los simples automatismos.

Las actitudes específicas de cada una de las emociones imprimen sus correspondientes formas diferenciadas en la propia afectividad, además de motivos de conciencia en la conducta. Es decir, al bienestar o malestar concreto inherente a la emoción determinada, asociamos su luz o sombra correspondiente en el plano conductual, condicionándolo. Las manifestaciones actitudinales son esencialmente expresivas. Resultan inexplicables si se vinculan a la vida de relación, ya que se oponen al desarrollo correcto de sus automatismos y sólo pueden desplegar sus efectos suspendiendo los de la actividad exterofectiva.

Las actitudes poseen un indudable valor plástico y demostrativo correspondiente a una función expresiva autónoma, hecha de una materia distinta a la de los actos de objeto exterior. Originariamente son el modelado del organismo por sus propias disposiciones; esencialmente actividad propioceptiva procedente de las funciones de postura. Las emociones son su realización mental al obtener de ellas impresiones de conciencia. Volviendo al ejemplo anterior, solicitar

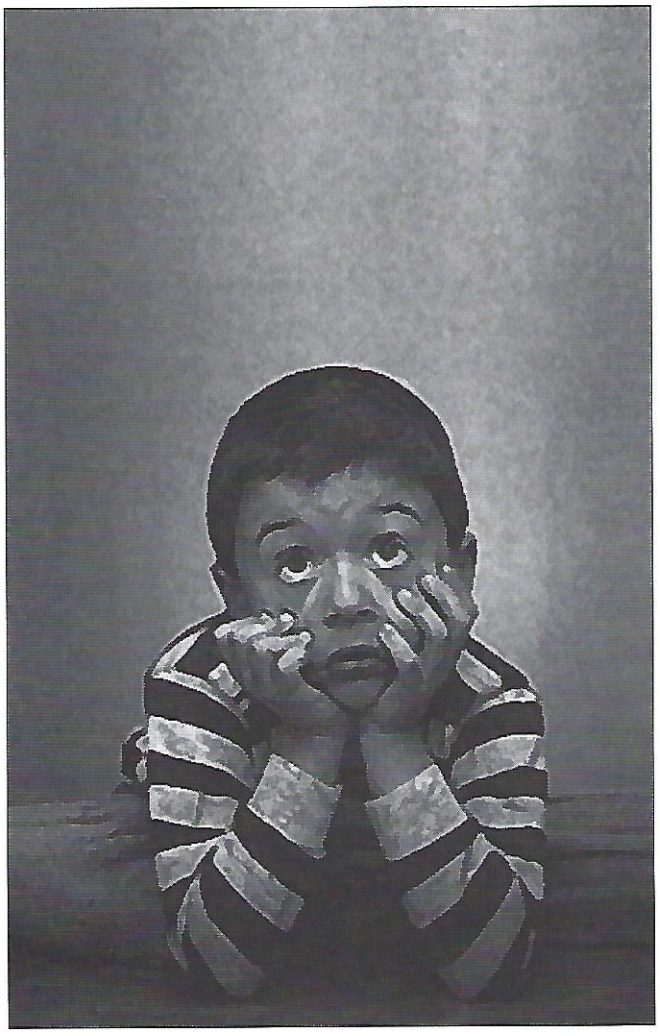
en la sala de psicomotricidad "rollito de primavera", además de conocimiento sobre la comida china, informa de la relación de similitud establecida entre la forma de ambas realidades y de su actitud favorable tanto hacia ese tipo de comida o a sus circunstancias, como a la actividad de arrastre que pretende actualizar al solicitar volver a jugarla.

La función de la emoción

Las emociones poseen en el aparato nervioso centros para coordinar sus efectos en los distintos sistemas, a la vez que son inoperantes o nocivos, incluso, sobre el mundo de las cosas. La razón es que corresponden a otro tipo de relaciones cuyo desarrollo en la especie humana ha llegado a asegurarle medios de acción privilegiados. La investigación neurocientífica actual así lo confirma: emocionarse es el comportamiento más humano de todos y el que ha dado lugar a todos los demás.

Mientras que a la diversidad de circunstancias debería bastarle como réplica la diversidad de los automatismos, las emociones han añadido la diversidad de las reacciones afectivas perfeccionando sus propios medios de expresión y aunque pertenecen a un medio distinto del puramente físico, despliegan sus efectos en otro plano, el psíquico. Su naturaleza arranca expresamente de su rasgo esencial: su extrema contagiosidad; implican relaciones interindividuales, dependen de relaciones colectivas y el medio que les corresponde es el de los seres vivos.

Las manifestaciones de estos sistemas expresivos presuponen desde el origen la capacidad de experimentar su significado. Esta relación inmediata del movimiento y de la sensibilidad es el rasgo esencial de la actividad tónica, que es la materia de la que están hechas las emociones. En ella se suscitan espasmo y sensación, y se alimentan mutuamente sin intermediarios mediante una especie de identidad y de reciprocidad iniciales.



La conciencia en sus comienzos se confunde con la acción a la vez como efecto y como estimulante y de este modo se convierte también en su objeto o finalidad más próxima. Al estar específicamente unida a la función postural, sigue todas las variaciones, aunque a la inversa, llega a ser su motivo y puede suscitarlas u orientarlas. Cualquier diferenciación de una entraña una diferenciación de la otra. Aunque sus manifestaciones se compliquen, no por ello deja de subsistir el nexo. El ejercicio agudiza su sensibilidad recíproca. De este modo se desarrollan reacciones bipolares que mantienen su íntima unidad aunque pertenezcan a series que se van diferenciando paulatinamente. De hecho, muchas veces no sabemos si estamos bien porque sonreímos o sonreímos porque estamos bien.

Ser fisiológico y ser psíquico

Las teorías intelectuales y periféricas muestran nuevamente su insuficiencia a la hora de explicar las emociones evolucionadas y diversificadas: apuntan una aparente dualidad del plano visceral y del mental, pero ante la realidad emocional resultan igualmente arbitrarias e ininteligibles. Esperemos que las neurociencias las reformulen. Las emociones, se manifiesten más imaginativa o más orgánicamente, solo existen a través de su constante oscilación entre lo físico y lo psíquico. Una modificación visceral sin repercusión afectiva no se parece en nada a una emoción. El factor afectivo implica efectos generalizados que se suscitan de un dominio al otro, por lo que una vez despierta la emoción se alimenta de sus propios efectos, olvidando a veces su origen.

Los arrebatos de la cólera, por ejemplo, no tardan en sustituir la noción de su motivo inicial por la simple conciencia de los diversos espasmos que les corresponden, de las actitudes más o menos dramáticas, de las imputaciones más o menos imaginarias que surgen de ellos, lo que puede tener según la fase de acceso, el doble efecto de llevarlos hasta el paroxismo o de provocar su resolución. A veces después del arrebato, nos cuesta desprendernos de la rabia o la ira, aunque mentalmente nos digamos lo contrario. Incluso, provocarnos una sacudida puede ayudarnos a cerrar el episodio. Incluso en las emociones más sinceras o en las más amargas, se observa una especie de complacencia en el padecimiento y en el desarrollo de sus manifestaciones como si se pretendiera vivirlas a modo de espectáculo. ¡Cuántas veces ante el espejo físico o el de los otros nos regodeamos interpretando nuestro drama particular!

Ese narcisismo emotivo también se observa cuando la intención se halla manifiestamente ausente y, además, aumenta cuando la conciencia se obnubila y obvia estar efectivamente unida al principio mismo de las emociones. Por ejemplo, las lamentaciones del dolor se mantienen exuberantes y matizadas cuando subsisten en exclusiva en la actividad psíquica o cuando las reacciones del sujeto no revelan más que una conciencia puramente vegetativa.

Esta autosensibilización explica que esos efectos diferenciados se conviertan en signos ante los que la persona reacciona cuando los ve aparecer en los demás, incluso sin querer, pero no puede explicar sus condiciones de existencia.

Así, se suele oponer todavía en tantas teorías psicológicas el individuo a la sociedad, como si en su estructura actual no fuera un producto de la vida social. Nada más lejos de la realidad. Ciertamente el ser humano fisiológico poseía un sistema funcional –la actividad de la postura– capaz de dar lugar al desarrollo de las emociones, pero ese sistema no hubiera encontrado la razón de superarse a sí mismo si el ser social no hubiera estado fundido con el ser fisiológico.

La existencia en grupo, la reacción simultánea a las mismas situaciones y los contactos recíprocos han confundido las sensibilidades entre sí gracias a las reacciones y a las manifestaciones comunes. Muy rápidamente esas reacciones, incluso suscitadas por el acontecimiento en un solo individuo, han adquirido la fuerza de provocar el correspondiente complejo afectivo-motriz en todos los individuos presentes gracias a una especie de contagio mimético.

Uniformidad de actitud y unidad de conciencia

Así las emociones, al asociar a varios participantes –alternativamente iniciadores y continuadores– llegaron a constituir un sistema de incitaciones interindividuales, que ha podido diversificarse con arreglo a las situaciones y a las circunstancias, a la vez que a las reacciones y la sensibilidad de cada participante. La mayor seguridad o la mayor potencia imprimidas al grupo por la coincidencia y la simultaneidad de las reacciones individuales han hecho que el factor utilidad jugara un rol cada vez más decisivo en esta evolución de las emociones. Han llegado a convertirse en una especie de institución.

Numerosas ceremonias de pueblos primitivos y no tan primitivos –desde el canto al sol o a la lluvia hasta los funerales, los mítines, el fútbol o los conciertos musicales– son conjuntos de simulacros cuya finalidad palmaria es suscitar en todos los participantes, mediante las mismas actitudes y los mismos gestos, la misma emoción, soldarlos a todos en una especie de individualidad superior, prepararlos para la misma acción. Y el resultado no ha podido ser otro que el de uniformizar en cada caso las manifestaciones individuales y diversificarlas según los casos, dando de este modo origen a sistemas coherentes de emociones.

En las emociones subsiste un cierto ritual que es fácil constatar cuando la ausencia de autocontrol las deja en una especie de disposición de regreso a su origen. Es lo que se produce en los individuos primarios o bajo la impresión de circunstancias desconcertantes. Los ritos emocionales no sólo subsisten, sino que incluso se han perfeccionado hasta límites insospechados en nuestra vida contemporánea. ¿Cuál es si no el secreto del éxito televisivo? Toda emoción que se exterioriza mantiene su poder de contagio. Ejemplo de ello son los miedos pánicos, así como el modo como se propaga la alegría o la cólera. Su contagiosidad es proporcional a su autenticidad.

Emociones y vida social

La cohesión de reacciones, de actitudes, de sentimientos, que las emociones son capaces de

realizar dentro de un grupo, explica el papel que han debido jugar en los primeros tiempos de las sociedades humanas.

Todavía hoy, las emociones son el factor que crea el público; algo que, a través de una especie de consentimiento general, escapa al control de cada cual y anima a la multitud. Suscitan arrebatos colectivos escandalosos para la razón individual. Tienen efectos instantáneos y totalitarios que contrarían la razón. Su terreno propicio son las situaciones en las que no hay relaciones organizadas, técnicas, conceptuales entre las personas. Son propias de las épocas en las que la acción colectiva y el ofrecimiento global de sus esfuerzos debían suplir la indigencia de los medios técnicos, de los instrumentos intelectuales o de las relaciones ideológicas, ante la inminencia de una situación.

La participación mutua que establecen entre todos es, sin duda, la primera forma de los intercambios psíquicos y la condición de las diversas relaciones de solidaridad que pueden instituirse entre los miembros de un grupo. Así es, por otro lado, como la criatura, totalmente desprovista de medios frente al mundo exterior, dispone al menos de reacciones expresivas propias para suscitar, con arreglo a sus necesidades, la asistencia de los demás.

Emociones y vida intelectual

La vida intelectual presupone la vida social. Sus instrumentos indispensables, entre los que cabe destacar el lenguaje en primer lugar, implican la existencia de un medio humano en el que ha sido necesario que se elaboraran para ser comunes a todos. La vida emocional figura entre sus condiciones iniciales, al ser el primer terreno de las relaciones interindividuales de conciencia. Con la emoción surge una actividad que ya no es respuesta directa del organismo a los estímulos del medio, sino configuración plástica del aparato psicomotor propiciada por situaciones exteriores.

En la medida en que la diversidad de las circunstancias conduce a la emoción a diferenciarse en sistemas de actitudes y en realizaciones mentales diversas, se halla en el punto de arranque de la actividad representativa, que no hay que confundir con la mera actividad de los sentidos. A ella superpone, en efecto, toda una serie de discriminaciones entre esquemas, símbolos, imágenes e ideas, cuyo principio es la necesidad de tomar posición frente a lo real. Aunque persistan momentos o situaciones difusas, la discriminación persiste aún unida a un elemento ajeno dando lugar a errores perceptivos o de conciencia, de ahí el abanico de interpretaciones de lo real.

A esta misma actividad de postura o de tono de la que surge la emoción cabe referir también lo que se ha convertido en el instrumento especializado del lenguaje: la palabra articulada. Las modulaciones de la voz, los sistemas implosivos y explosivos que corresponden a las consonantes procede manifiestamente de ella. Buena prueba de ello son las perturbaciones de elocución que entrañan las perturbaciones de las funciones de tono. ¿Acaso ha sido también la emoción la que

D O S S I E R

ha hecho de intermediario entre ellas y la palabra? ¿Se ha desprendido el grito de la mímica emocional para convertirse en el signo cada vez más autónomo del pensamiento?

Poco importa que se admita esta teoría entre todas las posibles. En realidad no es necesario presuponer una filiación unilineal. La emoción ha podido trasladar la actividad humana a otro plano en el que no es preciso que todo se explique partiendo de ella. Dado que tan pronto como ha surgido esta posibilidad, un nuevo modo de vida hasta el momento inexistente, pone en funcionamiento todo cuanto el medio o el organismo pueden ofrecerle en forma de otras condiciones que se han convertido de ahora en adelante en adecuadas. De forma que la realidad se va enriqueciendo de etapa en etapa, sin que cada una de ellas sea estrechamente reductible a las precedentes.

De hecho, las emociones, sistemas de expresión, están todavía muy lejos de constituir un lenguaje, un sistema de representación en sentido estricto. Las emociones en su acción arrastran la participación total del individuo, no dejan que subsista ni sentimiento ni pensamiento alguno que puedan serles ajenos, lo absorben y concentran en el interés del momento, anulan gradualmente todo lo que no pueden incorporar y terminan incluso, reduciéndose, en determinados casos de paroxismo, a la mera conciencia de su tumulto orgánico. De manera que ni son un sistema ni una actividad simbólica pura. En lugar de servir para evocarlas o para combinarlas, pueden limitar e incluso llegar a sofocar el juego de las representaciones, y a la inversa, concederles su sitio cuando no se imponen a ellas. Entre ambas –emoción y representación– hay antagonismo e incompatibilidad. ¿Qué mejor manera de relativizar una preocupación sincera que compartirla afortunadamente?

El mejor modo de reprimir una emoción es representarse con precisión sus motivos y su objeto, es contemplarla a modo de espectáculo o sencillamente sumirse en una meditación cualquiera. La emoción del miedo o de la cólera se disipa cuando el sujeto se esfuerza en definir sus causas. Un dolor físico que nos empeñamos en traducir en imágenes pierde parte de su aguijón orgánico. Cuando conseguimos hablar de un dolor moral, este deja de ser lancinante e intolerable. Hacer de un dolor una creación literaria, plástica, etc. es un medio de sustraerse a él, de ahí la locura del artista o, incluso, la eficacia terapéutica del arte.

Antes de terminar

Las emociones se sitúan entre los automatismos y la actividad intelectual, manteniendo con ambos una doble relación de filiación y oposición. Surgen de la actividad tónica o función muscular que se ha diferenciado del movimiento propiamente dicho para imprimirle mayor resistencia y precisión, aunque ocasionalmente también para oponerse a ella en forma de actitudes suspensivas. Han desarrollado sistemas de reacciones demostrativas que suplantan la acción directa sobre el mundo exterior o que comprometen su ejecución. Siendo, por otro lado, aquello que inicialmente ha sido capaz de realizar entre los individuos la unidad de actitud y de conciencia, de donde pudo surgir su comercio intelectual, posteriormente entran en conflicto con lo que las hizo posibles.

Sus manifestaciones son perturbadas o reprimidas por el control o por la simple actividad de la inteligencia y, recíprocamente, no pueden producirse sin alterar su funcionamiento. En la actualidad incluso han llegado a aparecer principalmente como una perturbación de la actividad, debido a la creciente preponderancia que han adquirido las operaciones intelectuales en nuestro medio social en el que todas las relaciones son reguladas por instituciones o técnicas. No por ello dejan de subsistir, en estado más o menos latente, como el necesario fundamento de las relaciones entre individuos. En consecuencia, la inteligencia no es que sea emocional, intuitiva, etc. sino que no puede dejar de serlo. A través de miles de indicios, de actitudes o de fisonomía, que es muy frecuente que escapen a la clara conciencia de las partes, mantienen y diversifican esa especie de comunión afectiva de la que surgen sus disposiciones recíprocas y dan color a la comunicación y a las acciones que de ella se desprenden.

Los autores que tradicionalmente se han ocupado de las emociones han encontrado divergencias y contradicciones que, sin lugar a dudas, tienen su equivalente en la realidad. Pero éstas van a mantenerse paradójicas e inexplicables si el análisis de la vida psíquica es estático; si lo que pretenden es buscar en su estructura una unidad de plan, y en sus manifestaciones, la mera resultante de efectos o de combinaciones propias de un determinado conjunto de funciones o de factores. Su explicación, por el contrario, se desprende admirablemente de su génesis, que se ha operado a través de etapas diferenciadas.

A pesar de que cada etapa encuentre su punto de arranque en la etapa precedente, con sus

diferencias aparece cada vez un modo de actividad específicamente distinto. Entre ellas no hay meramente sucesión, sino conflicto. A través de ese conflicto la vida psíquica logra alcanzar un nuevo equilibrio y reacciona con nuevos enriquecimientos.

Una lógica mecanicista, deductiva, unilineal no es capaz de explicarlo. Tropieza contra la diversidad y las pugnas de lo real, lo único que se le ocurre hacer es apartar la mirada de esas pugnas o declararlas anormales; el caso de las emociones es un ejemplo palpable de ello. Por el contrario, una explicación modelada sobre lo real comienza aceptando los antagonismos de la realidad e intenta desvelar tras los conflictos las fases de sus progresos anteriores, de su dinamismo actual. Así es como se llega a una concepción dialéctica y psicogenética de las cosas, imprescindible en el siglo que nos toca vivir.

Bibliografía

Wallon, H. (1979). Los orígenes del carácter en el niño. Los preludios del sentimiento de personalidad. Buenos Aires: Nueva Visión (Orig. 1934).

Wallon, H. (1980). Psicología del niño. Una comprensión dialéctica del desarrollo infantil. Madrid: Pablo del Río.

Wallon, H. (1984). La evolución psicológica del niño. Barcelona: Crítica (Orig. 1941).

Wallon, H. (1985). La vida mental. Barcelona: Crítica (Orig. 1938).

asociación profesional de psicomotricistas