

# EVALUACIÓN COGNITIVA Y EMOCIÓN

Inmaculada León Santana. Universidad de La Laguna

## **1. Introducción**

La idea de que las emociones podrían ser abordadas en relación con los pensamientos fue sugerida en primer lugar por Aristóteles en *El Arte de la Retórica*. Sin embargo, esta perspectiva ha tenido escasa repercusión a lo largo de casi 2000 años. En este tiempo ha pesado mucho más el clásico enfrentamiento entre emoción y razón, lo cual explica el que las teorías formuladas hayan situado las causas de la emoción al margen de la mente cognitiva, sede de nuestra racionalidad.

Sin embargo, es muy difícil sin la intervención de la cognición mediadora explicar la diversidad y la riqueza de la emoción humana. Las personas en la mayor parte de las situaciones antes de sentir una emoción deben haber llevado a cabo algún tipo de evaluación, por rápida y automática que esta pudiera ser. A este proceso de evaluación es a lo que desde las teorías cognitivas de la emoción se ha dado en llamar *appraisal*. El appraisal supone una evaluación del ambiente en términos adaptativos. En este sentido no son las características *objetivas* del estímulo lo que es más determinante para la emoción, sino la valoración *subjetiva* del evento en relación con las metas, los objetivos de la persona y su capacidad de afrontamiento. En qué medida y de qué manera estos hechos están facilitando o dificultando nuestros intereses. De esta valoración depende el que emerja o no una emoción, así como el tipo de emoción. Para la Psicología cognitiva es en este proceso de appraisal donde radica el núcleo fundamental de explicación de la variabilidad emocional.

## **2. El concepto de «appraisal» y su papel en la evaluación de una situación**

Aunque fue Arnold (1960) la primera que puso de manifiesto la importancia del appraisal cognitivo en la elicitación de una emoción, sería no obstante la aportación de Lazarus (1966) la que resultaría definitiva para dar un estatus al concepto de appraisal. Sus desarrollos en torno a este concepto han dado lugar a una de las teorías cognitivas de la emoción más importantes (Lazarus, 1991).

En su primer trabajo experimental Lazarus (1966) intentó poner a prueba la hipótesis fundamental del appraisal, esto es, que no son las características objetivas de un evento las que producen una emoción, sino la valoración que de ellas haga la persona. Manipulando procesos de appraisal cognitivo, o más precisamente, manipulando factores situaciones, que se esperaba incidirían en crear distintas evaluaciones cognitivas, pretendía generar distintas emociones en los sujetos. En estos experimentos, a los sujetos se les mostraban dos series de diapositivas con imágenes desagradables: (a) El primer conjunto trataba de los ritos de pasaje al estado de adulto de una tribu australiana, y mostraba imágenes de operaciones rudas y dolorosas, (b) el segundo conjunto mostraba accidentes de trabajo reales, por ejemplo un trabajador que perdía un dedo. Ambas presentaciones carecían de sonido, lo que permitió a los investigadores crear dos narraciones auditivas para acompañar estas imágenes. Una de las narraciones describía lo doloroso y desagradable de las escenas mientras que la otra las presentaba en tono de humor. Según Lazarus, el tipo de narración debería llevar a los espectadores a distintas evaluaciones cognitivas de lo que habían visto y, consecuentemente, a distintas emociones.

En línea con estas previsiones, Lazarus observó que, tanto las reacciones fisiológicas como la valoración subjetiva del impacto producido, fueron distintas en los sujetos sometidos a una condición u otra. Ello demostraba, avalando la hipótesis del appraisal, que las emociones y los efectos del estrés no dependían directamente de las propiedades objetivas de los eventos estimulantes, sino de la evaluación que de éstos hacían los sujetos. Estas y otras aportaciones de Lazarus (Lazarus, 1966; Lazarus, Kanner y Folkman, 1980; Lazarus y Smith, 1988; Lazarus, 1991), resultaron decisivas para la incorporación del término appraisal al estudio de la emoción. Su intervención parecía incuestionable. Quedaban, no obstante, por definir algunas cuestiones, como por ejemplo determinar cuales eran sus características diferenciadoras con respecto a otros contenidos y procesos cognitivos. Esta es la cuestión fundamental que abordamos en esta presentación.

### ***2.1. Appraisal vs. conocimiento***

En primer lugar, habría que distinguir la información que se deriva de un proceso de appraisal y susceptible de generar una emoción, de otro tipo de información. Es evidente que tener un modelo de una situación, fundamentado en un conocimiento sin más de lo ocurrido, no tiene por qué hacer emerger una emoción. Algún elemento debe distinguir el appraisal del resto de *conocimiento* implicado en la representación del entorno, y que no es antecedente directo de la emoción. De acuerdo con Lazarus y cols. (Lazarus, 1991; Lazarus y Smith, 1988...), el conocimiento general da cuenta de la manera en que son las cosas y cómo funcionan, y es necesario para construir una representación o modelo bien desarrollado de las circunstancias. Pero para que se dé la emoción, se necesita, además, que los hechos representados en este modelo sean evaluados, con respecto a sus implicaciones para el bienestar personal. Para ello el appraisal debe sopesar dos

conjuntos de fuerzas, a menudo contradictorias: las metas y creencias del individuo y las circunstancias. Es decir, deber resolver cuestiones como: ¿me importa lo que está ocurriendo?, ¿de qué forma me afecta?, ¿es bueno o malo para mí?, ¿puedo hacer algo al respecto o tengo que aceptarlo?. Este tipo de evaluaciones son las que proveen el «corazón» de una emoción en una situación, y los autores se refieren a ellas como appraisal, para distinguirlas de las cogniciones más frías que juegan un rol más indirecto en la generación de la emoción (Lazarus y Smith, 1988)

### ***2.1.1. Sobre la distinción entre appraisal y atribución***

Un caso particular de cognición que se ha estudiado en relación con la emoción y que en muchos modelos se ha tratado como intercambiable con el appraisal es la atribución. Sin embargo, nosotros creemos, junto con Lazarus y cols., que distinguir entre appraisal y atribución, y determinar el rol que cada uno tiene en la emoción, supondría una importante vía de claridad teórica y empírica en la investigación sobre cognición y emoción (Lazarus y Smith, 1988; Smith, Haynes, Lazarus y Pope, 1993).

Para estos últimos autores, las atribuciones entrarían dentro de la categoría de *conocimiento* antes definida. Las atribuciones son relevantes a la emoción porque aportan datos que luego han de evaluarse con respecto a su significado adaptativo. Pero en sí mismas están orientadas a representar aspectos sobre los hechos, tales como quién, qué, dónde, cuándo, cómo y por qué; sin una intención evaluativa, como tendría el appraisal.

Con el fin de validar esta distinción estos autores llevaron a cabo una investigación, presentada no casualmente bajo el título de «In search of the 'hot' cognitions: attributions, appraisals, and their relation to emotion» (Smith y cols., 1993). Con ella pretendían probar su hipótesis de que el appraisal está más directamente relacionado con la emoción que las atribuciones. Es más, el appraisal era una variable mediadora entre los procesos atribucionales y las emociones.

En términos operativos esa hipótesis mediacional se traducía en obtener una mayor eficacia al añadir el appraisal como predictor de la emoción que al añadir la atribución. Los resultados de los dos estudios realizados, uno con experiencias recordadas y otro con imaginadas, fueron consistentes: al añadir las variables relevantes de appraisal a las puntuaciones de atribución, se daba una contribución estadística significativa a la explicación de la emoción (incremento de la varianza explicada en un 25%). En cambio, al añadir las puntuaciones atribucionales a las variables de appraisal sólo se incrementaba la varianza explicada en un 4%. Con ello parecía evidenciarse que el appraisal se mostraba más directamente relacionado con las emociones que las atribuciones.

También nosotros hemos encontrado pruebas de esa diferenciación entre emoción y atribución (León y Hernández, 1998). En dicha investigación tratábamos de comparar la capacidad predictiva de ambos conceptos, bajo distintas condiciones de implicación personal (historia autorreferida *vs.* referida a otros).

Nuestros resultados fueron también consistentes con la hipótesis de dos tipos distintos de cognición, al obtener niveles de predicción superiores sobre la emoción

por parte de las variables de appraisal. Por otra parte, el appraisal ganaba en poder de predicción cuando la evaluación se hacía sobre la historia autorreferida que cuando se hacía en referencia a otro protagonista. El appraisal se mostraba más efectivo cuando ejercía su verdadero rol, es decir, cuando se aplicaba en el contexto de valorar la implicación «personal» de los eventos. Las atribuciones, en cambio, al ser variables de conocimiento general, sin connotaciones evaluativo-personales, no diferían su predicción de la emoción entre los dos contextos.

En resumen, ambas investigaciones apoyan la distinción teórica entre atribución y appraisal. La de Smith y cols. (1993) demuestra que el appraisal está más fuertemente relacionado con la emoción que las atribuciones causales, teniendo un rol mediador entre ambas variables. La muestra además, que las variables de appraisal pueden ser afectadas en su predicción de las emociones por la implicación que tome el sujeto en los hechos, cuestión a la que no son sensibles las atribuciones, como variables que pertenecen a un nivel de conocimiento más general.

Más reveladores aun, sobre la diferencia entre conocer y sentir resultan los experimentos realizados por Damasio (1994) con pacientes lesionados en los lóbulos frontales, lugar donde este autor postula que se almacenan y realizan las evaluaciones emocionales. En dicho experimento se comparaba la respuesta psicogalvánica de estos pacientes con la de sujetos normales ante la visión de una serie de diapositivas que evidenciaban horror, dolor físico, etc. Sólo los sujetos normales mostraron respuesta electrodérmica ante la visión de estas diapositivas. Sin embargo, lo más sorprendente y lo realmente relevante para el punto que estamos tratando, es que los sujetos frontales aunque no tenían conductancia dérmica frente a las imágenes inquietantes, podían, sin embargo, comentar luego detalladamente el contenido de dichas diapositivas. Según lo describe Damasio «podían describir en palabras, el miedo, la repugnancia o la tristeza de las imágenes que habían visto, (...) sabían no sólo lo que representaban (por ejemplo, que había habido un homicidio), sino que también sabían que la manera en que el homicidio estaba representado tenía un componente de horror, o que uno debería sentir lástima por la víctima o lamentar que hubiera ocurrido una tal situación (...), pero a diferencia de los sujetos control, los pacientes con lesión frontal no habían provocado una respuesta de conductancia de la piel» (p. 197). Los pacientes manifestaban que a pesar de darse cuenta de que el contenido tenía que ser inquietante, ellos no se habían sentido perturbados. Parafraseando al mismo Damasio, y en apoyo de esta distinción, *saber no significa necesariamente sentir*.

### 3. Referencias bibliográficas

- M. B. Arnold, *Emotion and Personality*, Columbia University Press, New York, 1960.  
A. Damasio, *El error de Descartes*, Crítica, Barcelona, 1996.  
R. S. Lazarus, *Psychological stress and the coping process*, McGraw-Hill, New York, 1966.  
R. S. Lazarus, A. D. Kanner y S. Folkman, «Emotions: A cognitive-phenomenological analysis» en R. Plutchick y H. Kellermann (eds.), *Emotion. Theory, research, and experience*, Academic Press, New York, 1980, pp. 189-217.

R. S. Lazarus, C. A. Smith, «Knowledge and appraisal in the cognition-emotion relationship» en *Cognition and Emotion* 2, 1988, pp. 281-300.

R. S. Lazarus, *Emotion and adaptation*, Oxford University Press, New York, 1991.

I. León y J. A. Hernández, «Testing the role of attribution and appraisal in predicting own and other's emotions» en *Cognition and Emotion* 12, 1998, pp. 27-43.

C. A. Smith, K. N. Haynes, R. S. Lazarus y L. K. Pope, «In Search of the 'Hot' Cognitions: Attributions, Appraisals, and Their Relation to Emotion» en *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 1993, pp. 916-29.

\*\*\*

Inmaculada León  
Depto. de Filosofía  
Universidad de La Laguna  
Av. de la Universidad s/n  
Delgado Barreto s/n  
38207 La Laguna. Tenerife