

Parte 1

La naturaleza
del desarrollo emocional

1

Una perspectiva de desarrollo sobre las emociones

La primera cuestión del desarrollo es, desde luego, la naturaleza de la transición de una etapa del desarrollo a otra: el surgimiento de formas nuevas. ¿De qué manera mantiene continuidad un sistema y, al mismo tiempo, produce manifestaciones discontinuas?

THELEN (1989)

Este libro se ocupa de la emoción humana, con la mira puesta en los primeros años. Los temas comprenden la expresión de emociones específicas (tales como la alegría, el miedo y el enojo), al igual que reacciones emocionales más complejas. También se analiza el lugar de la emoción en la organización y el flujo de la conducta, los lazos entre la emoción y otros aspectos del desempeño, como el conocimiento y el manejo o la regulación de la emoción por los individuos. Mientras que en otras épocas se ha abordado cada uno de estos temas de diversas formas, con frecuencia se les ha dado un tratamiento individual. Aquí se los aborda en conjunto y desde una perspectiva particular: la del desarrollo.

Un enfoque centrado en el desarrollo ofrece una ventaja considerable para comprender la conducta. Proporciona una visión dinámica, parecida a cuando se ven películas de un animal en movimiento, en contraposición a fotografías fijas del mismo animal en reposo. Saber qué fue lo que condujo a tal cosa, la red de transformaciones en las que se anida y sus manifestaciones brindan una perspectiva decisiva para la comprensión. Tal como veremos, la sonrisa del recién nacido es más significativa a causa de lo que presagia, y la risa del bebé de ocho meses es más comprensible debido a aquello que la ha antecedido.

Para aquel que reflexione sobre la expresión de la alegría u otros aspectos de la vida emocional de los humanos más jóvenes, una perspectiva centrada en el desarrollo significa varias cosas. Es, por lo menos, una manera peculiar de considerar los orígenes del surgimiento de la conducta, y también cómo evoluciona la conducta más primitiva hacia la subsecuente. Esto comprende no sólo de qué modo difiere una reacción emocional, a una edad, de otra a una edad diferente, sino también de qué manera la reacción posterior es un resultado de la anterior. Un simple interés en la edad durante la cual surge alguna reacción, con base en un criterio dado, no determina por sí mismo una posición centrada en el desarrollo (tal es el caso de Werner y Kaplan, 1963). Más allá de la simple cronología de los acontecimientos, hay un interés en el *proceso* es decir, la naturaleza del despliegue de estos acontecimientos. En una perspectiva de desarrollo, existe la inquietud por la convergencia, coordinación e integración de varios hilos del cambio conductual en el tiempo, al igual que a través de categorías e incluso de dominios de la conducta. Un enfoque centrado en el desarrollo implica atender a la forma en que se organiza la conducta en cierto momento, así como la reflexión tanto de las implicaciones para la organización conductual subsiguiente como la historia de organizaciones previas.

Una perspectiva de desarrollo implica también una forma peculiar de reparar en las diferencias individuales. Las diferencias de edad en la manifestación de alguna reacción emocional en particular constituyen sólo el punto de partida. Hay un interés especial en las diversas formas en que el proceso normativo del crecimiento emocional toma un camino sesgado. En consecuencia, al determinar la naturaleza de rasgos esenciales del proceso normativo, guiamos el estudio de las diferencias individuales. Por ejemplo, si un elemento clave del cambio normativo en la expresión emocional consistiera en la tolerancia o el manejo del estímulo o la excitación, se examinarían las diferencias individuales en las capacidades reguladoras.

Preguntas de desarrollo

Cuando alguien utiliza una perspectiva de desarrollo para estudiar las emociones tempranas, aflora un conjunto peculiar de interrogantes. Preguntamos, por ejemplo, *cuándo* surgen los afectos de determinada forma, pero también *cómo* surgen; en otras palabras, estamos interesados en la naturaleza del proceso de despliegue y en los precursores y las transformaciones subsiguientes de la reacción emocional de que se trate. Por otra parte, preguntamos acerca del lugar de las expresiones

emocionales en la organización total de la conducta. ¿Cómo cambia esto con el desarrollo? Al igual que otros investigadores, un desarrollista desearía explicar por qué ocurren las reacciones emocionales, por qué asumen tal forma y por qué están organizadas de ese modo con otra conducta. Pero tales cuestiones se abordan desde una perspectiva integradora.

El prominente etólogo Nico Tinbergen (1951) señaló hace años que la pregunta de por qué tiene todo animal una conducta peculiar encierra en realidad cuatro interrogantes distintas. Éstas también se aplican a las emociones en el niño pequeño y ayudan a determinar una perspectiva de desarrollo. La primera pregunta, la causa próxima, es ¿por qué presenta el animal dicha conducta precisamente en este momento? ¿Qué causó la reacción ahora? La segunda pregunta es ¿cómo creció el animal para responder de este modo? ¿Cuáles fueron los pasos que condujeron a tal conducta en el curso de la vida del animal? Tercero, ¿por qué esta clase de animal se comporta siempre así?; es decir, ¿cuál es la función de la conducta para él (pensando en fomentar la adaptación o la supervivencia de una especie en particular)? Por último, ¿cuáles son los orígenes evolutivos de la conducta, esto es, ¿cómo evolucionó filogenéticamente?

Aun cuando la segunda de estas cuestiones es la más específicamente de desarrollo, un punto de vista completo de desarrollo abarca cada uno de estos cuatro niveles de explicación. Por ejemplo, las causas próximas de las expresiones emocionales de los humanos no son estáticas, sino que cambian también con el desarrollo. El mismo acontecimiento suscita una reacción a cierta edad, y otra totalmente diferente a otra edad. Los bebés de tres meses sonríen a los extraños, pero después muestran expresiones neutrales, además de cautelosas. De igual manera, distintos sucesos pueden producir la misma emoción a edades diferentes. Los bebés sonríen cuando su pataleo da un giro móvil; los párvulos sonríen después de resolver un problema. Tales cosas son de mucho interés para el desarrollista, lo mismo que la edad a la que una única reacción dada ocurrió primero, o la edad a la que un acontecimiento produjo una reacción de algún tipo. Además, la misma conducta evidente puede desempeñar funciones distintas en contextos diferentes, y tanto las funciones como la sensibilidad al contexto cambian con el desarrollo. De este modo, las expresiones afectivas en bebés muy pequeños pueden despertar sentimientos de ternura o cuidados de parte de los adultos, y las expresiones similares posteriores pueden alentar o desalentar la interacción; por ejemplo, la sonrisa de un recién nacido dormido hace que quien lo cuida se sienta afectuosamente inclinada

hacia el niño, y después la risa incitará a la continuación de un juego. Ambas expresiones de emoción positiva desempeñan un papel en la adaptación del niño, pero de diferentes modos a edades distintas. Incluso el lugar de las emociones en el funcionamiento organizado del organismo, en comparación y en contraste con ciertas conductas un tanto parecidas de otros animales, se esclarece en un análisis de desarrollo (como al comparar gestos de amenaza y apaciguamiento en diversas especies).

Para ilustrar el alcance de un enfoque de desarrollo, considérese el ejemplo siguiente:

Un bebé de 12 meses juega con varios juguetes en el suelo del cuarto de juegos de un laboratorio. Su madre está sentada muy cerca. Mientras la niña examina diversos objetos frente a ella, una gran pieza de un rompecabezas (una zanahoria brillantemente colorida) captura su atención por un momento. Toma después la pieza con los ojos muy abiertos y, volviéndose con suaves movimientos, la extiende en dirección de su madre, sonriendo mucho y vocalizando. Ella le devuelve la sonrisa y le hace comentarios sobre la zanahoria.

Dada la presencia de la sonrisa en este episodio cotidiano, todos los observadores estarían de acuerdo en que ha ocurrido una reacción emocional. Pero qué significa la sonrisa, *por qué* se dio, son preguntas que podrían recibir varias interpretaciones. Desde una perspectiva de desarrollo, la comprensión cabal de esta reacción afectiva aparentemente simple requiere la consideración de los distintos niveles de explicación propuestos por Tinbergen.

En el momento de explicar por qué la bebé mostró el afecto positivo observado en ese momento —la pregunta de la causa próxima de Tinbergen—, podrían señalarse por lo menos tres cosas. En primer lugar, es evidente que hubo un proceso de reconocimiento un tanto avanzado, y que para la niña la pieza con la zanahoria tenía algún significado especial. Explicar éste exigiría desde luego muchas cosas, entre ellas, consideraciones cognitivas y experienciales (sentimientos), así como la historia de su experiencia con un objeto semejante. Con todo, podemos decir que el afecto fue “causado” por el reconocimiento que la niña hizo de la zanahoria. En segundo lugar, también registraríamos el lugar de la expresión afectiva en el flujo de la conducta. Tomaríamos en consideración el despliegue sistemático de la atención y la fuerte reacción de orientación que precedió al proceso de reconocimiento y de expresión afectiva. Ello comprendería el papel de maduración de los cambios fisiológicos y neurofisiológicos. Podríamos decir que la causa de la sonrisa fue dicha reacción psicofisiológica (aunque sería deseable definir la

reacción emocional completa incluyendo esa otra reacción). Por último, repararíamos en el contexto que respalda la conducta afectiva, especialmente la presencia de la persona que cuida al niño. Sin ésta como objeto participante, es dudoso que la reacción afectiva habría sido de la misma magnitud e incluso podría no haberse dado en absoluto. Así, la pregunta de por qué sonrió la niña encierra en este caso una complejidad considerable.

Si nos acercamos a la cuestión de cómo es que la pequeña llegó a mostrar esta conducta —es decir, el curso de desarrollo de dicha reacción observada—, tendríamos que ocuparnos nuevamente de varios problemas. ¿Qué es lo que la reacción de la niña retoma de sus primeros meses de vida, qué es lo que construye sobre ellos y, no obstante, de qué modo es cualitativamente distinta de lo que ya estaba presente desde antes? ¿De qué manera es esta reacción la misma, y a la vez diferente, que la reacción de niños más pequeños? En sus primeros seis meses de vida, los bebés muestran claramente sonrisas de reconocimiento. ¿No se refleja ningún desarrollo en la conducta de esta niña de 12 meses? Esto no puede ser. Notaríamos cambios en la sincronización (inmediatez), magnitud y especificidad de la reacción, a la que Thompson (1990) se refiere como la *dinámica* de la emoción. Cuando afloran por primera vez las sonrisas de reconocimiento en los primeros meses de vida, el niño ha realizado ya una inspección considerable (y a menudo la construcción gradual del entusiasmo) que precede a la sonrisa. Aquí la reacción es inmediata, a la vista. Esto indica un avance cualitativo hacia un significado categórico, basado en la memoria, donde los conceptos están coloreados afectivamente. Todo ello se encuentra respaldado por el desarrollo neurofisiológico. Por otro lado, registraríamos el lugar de la reacción afectiva en el flujo de la conducta y su organización con las otras conductas que ocurren al mismo tiempo y vienen después de ella. Hay cambios de desarrollo notables en el control y la modulación del afecto, así como en el modo en que éste marca el flujo de la conducta. Tal organización conductual integrada —observar, reconocer, luego volverse con automaticidad, sonreír, mostrar y vocalizar *simultáneamente*— no se vería en los primeros seis meses de vida; no obstante, un estudio cuidadoso mostraría que esta compleja reacción se basa en una integración de bloques de construcción, que ya estaban presentes meses atrás. También sería interesante averiguar qué pronostica para el desarrollo subsecuente tal pauta integrada de conducta. La conducta del niño apunta hacia el surgimiento de la emoción autogenerada y la autorregulación emocional. En fin, como quedó implícito, tendríamos que hacernos cargo de cómo se coordina

esta respuesta afectiva, integrada con otros desarrollos en los dominios cognitivos y sociales, incluidos el desarrollo de la conciencia, la anticipación, la intencionalidad, el concepto de objeto, la discriminación del yo y el otro, y la formación de apegos específicos.

La cuestión de la función, es decir, el modo en que esta reacción sirve para la adaptación y desarrollo del niño, tiene también múltiples facetas. Hay una función, que se ha analizado ampliamente, respecto del mundo situado al exterior del niño; específicamente, el valor comunicativo de tal conducta. Entre otros deseos, comunica los de bienestar o interacción a la persona que lo cuida, quien descifra y responde a esta "señal". Aparte de esto, deben considerarse funciones *para el niño*. En particular, ¿cuál es el papel de la conducta afectiva y expresiva para fomentar la participación del novedoso y estimulante entorno? Una cabal comprensión de la función abarca la consideración tanto del placer del niño (que él experimenta y comunica) como del proceso por el cual se maneja la excitación generada por la novedad. Hay que mencionar que la reacción afectivo-motora dio por terminado el breve periodo de aquietamiento conductual. Las reacciones afectivas vienen generalmente después de fuertes reacciones que orientan a situaciones novedosas, y ocurren al mismo tiempo, o bien, antes que la liberación de otras expresiones conductuales. El niño debe ser capaz de avanzar, así como de animar a sus compañeros sociales a que sigan con su parte en la estimulación novedosa. La capacidad de hacer partícipes a nuevos elementos del ambiente es un aspecto decisivo de la adaptación humana, como lo es también la capacidad de despertar cariño. La emoción puede respaldar y asimismo inhibir tal participación; es organizadora y también desorganizadora (Campos, Campos y Barrett, 1989; Schore, 1994; Thompson, 1990).

Hasta qué punto puede compararse la expresión emocional humana con la de otros animales (incluidos aspectos y funciones únicos de la emoción humana) arrojaría también luz sobre el significado de la sonrisa del niño. Por ejemplo, el que un perro mueva la cola al encontrarse con alguien desconocido puede tener alguna de estas mismas funciones. Otros han escrito acerca de los paralelos existentes en los gestos de comunicación facial de primates no humanos (Chevalier-Skolinkoff, 1973).

Este vistazo a una perspectiva de desarrollo se explicará en los capítulos subsecuentes y se esclarecerá continuamente con ejemplos. Una de las ideas rectoras de este libro ha consistido en definir y aclarar una perspectiva de desarrollo, centrándola en el complejo tema del desarrollo emocional. En lo que resta de este capítulo se presentarán los supuestos o principios que guiarán nuestro estudio del desarrollo emocional, después de lo cual se hará un breve bosquejo del plan del libro.

Supuestos guía

En esta obra son cuatro las propuestas principales que guían el examen del desarrollo emocional. Pueden delinearse de la manera que se detalla a continuación.

Existe orden en el desarrollo (principio ontogenético)

Aquello que llega a ser surge de una manera acorde con la ley, a partir de aquello que estaba ahí desde antes. Las cosas no están simplemente ahí siempre, y tampoco surgen de la nada. Aun la conducta postulada como innata o “genética” tiene un desarrollo. Una explicación satisfactoria de desarrollo rastrea un proceso, en el cual las condiciones iniciales representan prototipos (esto es, rasgos esenciales o centrales) para lo que ha de surgir mediante la transformación de desarrollo. Mientras que un conocimiento de las condiciones iniciales no permite la predicción específica de resultados, éstos se relacionan siempre con los orígenes de acuerdo con leyes. Poner al descubierto y describir el orden en el desarrollo emocional es la meta primordial, como en cualquier ciencia (Gould, 1989; Schore, 1994; Waldrop, 1992; Werner y Kaplan, 1963).

La emoción está unida al desarrollo en otros dominios

El desarrollo emocional debe estudiarse junto con el desarrollo cognitivo y social. Ésta es parcialmente la propuesta del holismo, o sea que el individuo funciona como una totalidad y ninguna parte puede entenderse por separado (Gottlieb, 1991; Magnusson, 1988; Werner y Kaplan, 1963). Como lo ha señalado Kuo (1967): “En cualquier respuesta del animal a su medio, ya sea interna o externa, y en cualquier etapa dada de su desarrollo, todo el organismo está comprometido” (p. 92). Si no se considera el crecimiento de la anticipación, la conciencia y la intencionalidad, y si no se toma en cuenta la matriz social en la que se despliega el desarrollo, la comprensión del desarrollo emocional será extremadamente limitada. El desarrollo es un proceso integrado, de modo que otros dominios suyos tienen profundas implicaciones para el desarrollo emocional, además de que el estudio de este último arroja luz sobre el desarrollo cognitivo y social (Fogel, 1982; Frijda, 1988; Schore, 1994; Thompson, 1990). El estudio del desarrollo emocional es por fuerza integrador. Como dijo Gerald Edelman (1992): “De los estados o

procesos mentales, las emociones pueden considerarse como los más complejos, en la medida en que se mezclan con todos los demás procesos” (p. 176).

Los dominios principales del desarrollo emocional (surgimiento de los afectos y regulación emocional) son parte del mismo todo

En la ontogénesis y expresión de las emociones o afectos específicos, hay indicios que permiten comprender el proceso de regulación emocional. Al explicar por qué se expresa un afecto más que otro, y las bases cambiantes para la expresión del afecto con la edad, se identificarán problemas centrales para comprender la regulación emocional. El surgimiento de los afectos es en gran parte una cuestión normativa, si bien se encuentran diferencias individuales con los cambios de la edad. Por otra parte, la regulación emocional es a menudo un campo para el estudio de las diferencias individuales, pese a que hay cambios normativos en las capacidades reguladoras. El estudio fructífero de las diferencias individuales se basa en la consideración de procesos normativos, y el estudio de los procesos normativos está animado por la consideración de las diferencias individuales (Sroufe, 1991).

La idoneidad de una consideración de desarrollo depende de la unificación

La idoneidad de una consideración de desarrollo depende del orden y la coherencia que aporte en conjunto al campo de estudio. No puede tener el respaldo de hechos aislados, aunque se basa en líneas convergentes a través de ambos campos y periodos de desarrollo. Tanto el proceso como el hecho de cambiar deben mostrarse, y deberían verse paralelos en el cambio a través de los campos de estudio. La idoneidad de la explicación se juzga por cuán bien se entienden los precursores y las transformaciones siguientes de una conducta dada, en función de la secuencia y el proceso. Una descripción adecuada debe ser aplicable a los subdominios —por ejemplo, ser paralela para los afectos principales, como la alegría, el enojo y el miedo. Además, la explicación general sería juzgada como más válida hasta el punto que el proceso descrito tiene implicaciones para otros dominios importantes del desarrollo (como el pensamiento y la conducta social) y está en armonía con la comprensión actual del desarrollo en tales dominios. Habría también mayor seguridad en la validez de la descripción si se armonizaran aspectos

importantes dentro del dominio del desarrollo emocional mismo; es decir, cuando la explicación del despliegue de los afectos específicos y del desarrollo de la capacidad de regulación emocional se basa en el mismo proceso esencial. Más que ser aspectos totalmente discordes de un estudio, el surgimiento de los afectos y la regulación emocional, el cambio normativo y el desarrollo de las diferencias individuales deberían unificarse mediante una descripción adecuada de desarrollo.

Plan del libro

En los capítulos introductorios que siguen consideraremos, en primer término, cuestiones teóricas que han sido dominantes en este campo de estudio. Ello proporcionará un marco para analizar los espinosos problemas de definición que abundan en esta disciplina. La resolución indicada se sustentará en la idea de que las emociones son constructos de desarrollo. Posteriormente vendrá una elaboración más amplia de lo que se quiere decir por la naturaleza y organización del desarrollo mismo.

En la siguiente sección importante exploraremos el despliegue de las emociones; es decir, el proceso de desarrollo por el cual emergen los afectos específicos, como la alegría y el miedo. Cada afecto específico emerge de procesos precursores que están presentes en los primeros meses de vida, de acuerdo con un proceso descriptible que implica transformación y cambio cualitativo, pese a que se conservan rasgos centrales esenciales. Por lo demás, veremos paralelos sorprendentes entre los afectos. Al mismo tiempo, ocurren cambios sistemáticos en las condiciones que producen reacciones afectivas en el niño, con una transición desde parámetros físicos de estimulación que en un principio son eficaces, hasta el papel central que desempeña el significado de un suceso para el niño.

La importancia y la naturaleza cambiante del significado de sucesos para los niños nos llevará a una reflexión sobre la influencia recíproca entre afecto y conocimiento. Se verá que las emociones surgen a través de un activo proceso por el cual los niños encuentran significado en sucesos ambientales. En el transcurso del desarrollo, tal significado se basa cada vez más tanto en la experiencia pasada del niño como en su sensibilidad al contexto en el que ocurren los sucesos. Hacia la segunda mitad de su primer año de vida, no son sólo los sucesos externos *per se*, sino además la “valoración” de éstos en contexto por parte del niño, las causas determinantes de la excitación y expresión afectivas.

Estas consideraciones nos llevan a un análisis más amplio del desarrollo emocional, que incluyen los temas de regulación emocional y diferencias individuales. Un proceso de regulación de la excitación, descubierto en el estudio de cada sistema afectivo, es un rasgo clave de las diferencias individuales. Los cambios de desarrollo en la regulación de la excitación son fundamentales en la dirección de los cambios, desde los afectos precursores como el placer hasta los afectos más maduros como la alegría, y la modulación de la excitación también sustenta el hecho de si se presentan reacciones emocionales positivas (como la alegría) o negativas (como el miedo) en una circunstancia determinada. El que un suceso, incluso en una circunstancia determinada, lleve a la alegría o el miedo depende de procesos internos del niño. De esta manera, se consideran decisivas las diferencias individuales en su relación con el análisis de significado y la modulación de la excitación.

Los aspectos sociales del desarrollo, que siempre son espinosos, se tratan específicamente. Se ve al niño inserto en relaciones sociales, y se considera que la relación de cuidado es preponderante por dos razones. En primer lugar, la seguridad del contexto es un rasgo primordial para el gobierno de las reacciones emocionales, y la persona conocida es una base relevante para la seguridad del niño en circunstancias novedosas. Con el tiempo, además, el niño consigue utilizar específicamente a quien lo cuida a través de sus acciones, que él mismo dirige para obtener confianza. En segundo lugar, las acciones de regulación emocional pueden lograrse primero en sociedad con la persona encargada de cuidarlo, antes de estar dentro de las capacidades individuales del niño. Dichas consideraciones son tan importantes que la relación de apego, que evoluciona, se concibe en función de los cambios progresivos en la regulación diádica de la emoción, teniendo el niño un papel crecientemente activo en cada fase.

En los capítulos finales del libro, el desarrollo de los afectos y la regulación emocional individual se proyectan hacia delante, hacia los periodos de párvulo y preescolar. Un tema especial es el crecimiento del autocontrol emocional.