
DE CIERTAS RELACIONES EN PSICOLOGÍA DE LA MOTIVACIÓN Y LA EMOCIÓN*

FRANCESC PALMERO,
CONSOLACIÓN GÓMEZ,
AMPARO CARPI,
Y JOSÉ LUIS DÍEZ
Hospital General de Castellón
RAÚL MARTÍNEZ
Y CRISTINA GUERRERO
Universitat Jaume I de Castellón

e-mail: palmero@psb.uji.es

RESUMEN

A la hora de establecer relaciones entre Motivación y Emoción múltiples son las opciones que se nos presenta en la literatura especializada, entre ellas la inclusión de otros procesos, como por ejemplo la Cognición. Así, en ocasiones se ha sugerido que una puede ser precursora de la otra, e igualmente encontramos teorías más actuales que las consideran inseparables para poder entender la conducta de los organismos superiores, y que dependiendo de la situación situarían a una como precursora de la otra. Con el presente artículo pretendemos realizar una revisión teórica respecto a la interrelación que existe entre estos tres procesos. Posteriormente, toman-

ABSTRACT

When establishing relationships between Motivation and Emotion, multiple options that we are presented in the specialized literature, among them the inclusion of other processes, for example the Cognitive process. This way, in occasions it has been suggested that one can be precursor of the other one, and equally we find more current theories that consider them inseparable to be able to understand the behavior of the superior organisms, and that depending on the situation would locate one as precursor of the other one. With the present article we seek to carry out a theoretical review regarding the interrelationship that exists among these three processes. Later on, taking the

* La realización del presente trabajo ha sido posible gracias a la ayuda P1-1B2000-20, concedida por la Fundació Caixa Castelló-Bancaixa.

do la indefensión aprendida como paradigma de trabajo se ofrece una revisión conceptual de cómo cognición y motivación se relacionan. Podemos considerar que la cognición es el proceso previo a la conducta motivada, y que a su vez forma parte del proceso motivacional. Igualmente podemos observar que aunque exista cognición, no necesariamente tiene que darse la conducta motivada, sería la diferencia entre querer y desear. Y que las expectativas y creencias aprendidas, que también son cogniciones, implican y modulan la conducta motivada del sujeto, además de dotarla de un tono emocional concreto. En la última parte del texto se realiza una revisión a la relación Emoción-Cognición, y más concretamente a la bidireccionalidad de esta relación. Centrándonos en primera instancia en la relación Cognición-Afecto, y de cómo el procesamiento cognitivo se encuentra en la base de las experiencias afectivas en general. Y por último observando la relación inversa Afecto-Cognición, observando como la influencia del estado afectivo influye en el funcionamiento cognitivo; memoria, atención, etc.

PALABRAS CLAVE

Afecto, emoción, motivación, cognición, revisión

indefension learned as paradigm of work to offers a conceptual review of how cognitivon and motivation are related. We can consider that the cognition is the previous process to the motivated behavior, and that in turn it is part of the motivational process. Equally we can observe that although exists a cognitive process, it not necessarily has to be given the motivated behavior, it would be the difference between to want and to want. And that the expectations and learned beliefs that are also cognitions, imply and modulate the motivated behavior, besides endowing it of a concrete emotional tone. In the last part of the text we make a review to the relationship Emotion-Cognition, and more concretely to the bidirectionality of this relationship. Centering us in first instance in the relationship Cognition-affection, and the cognitive prosecution is in the base of the affective experiences in general of how. And lastly observing the relationship inverse Affection-knowledge, observing as the influence of the affective state influences in the cognitive operation; memory, attention, etc.

KEYWORDS

Affect, emotion, motivation, cognition, review

MOTIVACIÓN, EMOCIÓN Y COGNICIÓN

Cuando se trata de establecer las relaciones que existen entre Motivación y Emoción, así como las que se pueden proponer entre ambos procesos con otros, tales como la Cognición, son múltiples las facetas susceptibles de ser abordadas. En este orden de cosas, se ha sugerido que la emoción puede funcionar como una fuente importante de motivación (Izard, 1994); sin embargo, no siempre es así, no hay más que recordar la propia formulación de James (1890), para quien primero ocurre la actividad y luego se experimenta la emoción. Además, también parece claro que el resultado de una conducta motivada puede ser una emoción, aunque no necesariamente una sola emoción. Por ejemplo, cuando alguien siente hambre y experimenta la motivación para comer, el resultado puede implicar diferentes emociones, dependiendo del resultado de la actividad motivada.

Uno de los argumentos que se ha utilizado en muchas ocasiones ha sido considerar que la Motivación se encuentra relacionada con las tendencias de acción que son inducidas por los estados internos del organismo, mientras que la Emoción también podría ser considerada como una suerte de preparación para la acción, inducida en este caso por objetos o estímulos externos al organismo (Öhman, Flykt y Lundqvist, 2000). Es decir, habría una dimensión esencial que podría ser el denominador común para la Motivación y la Emoción: la aproximación-evitación.

Sin embargo, a pesar de las claras coincidencias y similitudes entre ambos procesos, son muchos los aspectos que se han considerado tratando de enfatizar las diferencias entre ellos. **Una de las características** muchas veces aludidas ha sido la de la relativa ciclicidad de algunos motivos básicos, frente a la dudosa ciclicidad de las emociones. Las emociones son respuestas a los eventuales estímulos que pueden aparecer, y el individuo no controla la aparición de dichos estímulos. En cambio, en los motivos, al menos en los motivos básicos, parece necesaria la activación de los mismos cada cierto periodo de tiempo, pues hay necesidades esenciales que se tienen que satisfacer. **Otro de los aspectos** frecuentemente considerados para proponer diferencias entre ambos procesos ha sido el de la duración. La Motivación es un proceso que puede perdurar en el tiempo, con incesantes actividades dirigidas a la obtención de un objetivo. Sin embargo, la emoción, por definición, es un proceso corto, puede que más intenso que el proceso motivacional, pero mucho más breve.

Tratando de establecer la similitud y las diferencias entre Motivación y Emoción, hace relativamente poco tiempo, algunos autores (Harris, 1995; Subbotsky, 1995) han propuesto que la motivación humana podría ser dividida en

dos grandes subtipos: motivación pragmática y motivación no pragmática. La motivación pragmática, enraizada en la tradición del *hombre-máquina*, se basa en las necesidades primarias de un individuo (tales como la alimentación y la preservación), siendo independiente de los valores sociales y culturales. La motivación no pragmática se basa en valores menos naturales o biológicos, tales como los sociales y culturales. Está mediada por características como la conciencia moral, la auto-estima, la empatía, y el afecto en general, pudiendo ser cultivada en la infancia mediante la inculcación de un sentido democrático, participativo y cooperativo.

Lo bien cierto es que, en los últimos tiempos, se está incrementando el estudio de la relación entre Motivación y Emoción, aunque, tal como se pone de relieve en las aportaciones de diversos autores (Deckers, 2001; Dreikurs, 2000; Lazarus, 1999), parece imprescindible plantear la interacción entre los procesos motivacionales, los procesos emocionales y los procesos cognitivos.

Como han propuesto recientemente Gollwitzer y Bargh (1996), para entender en su justa dimensión los procesos motivacionales y emocionales, es necesario ir más allá de las clásicas perspectivas que han considerado, como mucho, la relación o la interacción entre Motivación y Emoción. Hay que plantear la integración de la Motivación, la Emoción y la Cognición, ya que la Cognición no es un campo rival de la Motivación, ni de la Emoción. La conducta del ser humano se gesta en el seno de una interacción social, se dirige a la consecución de una meta determinada, implica la ejecución de análisis y valoraciones, se generan expectativas de éxito en función de la dificultad de la tarea y de los recursos disponibles, participan las emociones, o el afecto en general, influyendo de forma importante siempre, y en muchas ocasiones decisiva, a la hora de elegir la meta y a la hora de llevar a cabo todos los procesos cognitivos reseñados. Al final, surge la decisión motivacional de intentar la consecución de esa meta. Esta nueva forma de entender la relación entre Motivación, Emoción y Cognición podría ser perfectamente denominada **Psicología de la Acción** (Gollwitzer y Bargh, 1996).

En este marco de referencia, y de forma más concreta, Dalglish, Mathews y Wood (1999) están defendiendo que, probablemente, el ámbito más claro de la relación entre **Motivación**, **Emoción** y **Cognición** se sitúa en el estudio de la inhibición de la experiencia y de la expresión emocional. Para entender este tipo de relación, es preciso establecer una serie de criterios previos que agilicen la tarea.

Por una parte, hay que considerar las diferencias entre procesamiento controlado y procesamiento automático. Esta diferenciación es importante en todas

las manifestaciones conductuales en las que se produce una cierta actividad cognitiva, y de forma especial en aquellas formas de conducta en las que se produce una interacción entre afecto y cognición, o una interacción entre motivación y cognición. En el ámbito combinado de la Motivación y la Emoción, la dimensión cognitiva cobra una relevancia especial, ya que nos permite entender las diferencias entre inhibición motivada, voluntariamente controlada, y la inhibición automática. Por otra parte, hay que considerar las diferencias entre la inhibición de material o contenido emocional –que podría ser considerada como sinónimo de inhibición del conocimiento, o inhibición de la cognición–, y la inhibición de los sentimientos emocionales –que podría ser considerada como una forma de inhibición afectiva en general, o emocional en particular.

Al final, lo que se está proponiendo es la existencia de procesos de inhibición en la cognición y procesos de inhibición en la emoción. Es decir, lo importante es delimitar la naturaleza de lo que se está inhibiendo (material emocional o sentimiento emocional), y la forma de llevar a cabo dicha inhibición (controlada o automática). En cuanto a las diferencias entre procesamiento controlado y procesamiento automático, hay que recordar que una de las posiciones más arraigadas en la Psicología Cognitiva tiene que ver con la asunción de que un proceso cognitivo controlado tiene el potencial para convertirse en proceso cognitivo automático con la repetición continuada. Así, siguiendo los planteamientos propuestos en otros trabajos (Öhman, 1999; Schneider, Dumais y Schiffrrin, 1984), algunas de las diferencias relevantes entre procesamiento controlado y procesamiento automático para el tema que nos ocupa pueden ser resumidas del siguiente modo:

CARACTERÍSTICA	PROCESAMIENTO AUTOMÁTICO	PROCESAMIENTO CONTROLADO
<i>Recursos cognitivos</i>	Independiente	Muy dependiente
<i>Control intencional</i>	Incompleto	Completo
<i>Atención</i>	No requerida	Requerida
<i>Esfuerzo</i>	Poco	Mucho
<i>Dependencia serial-paralelo</i>	Paralelo	Serial
<i>Consciencia</i>	Baja, limitada	Alta
<i>Modificación</i>	Difícil	Fácil

Como señalan algunos autores (Erdelyi, 1990; Melchert, 1996; Power y Dalgleish, 1997), la supresión voluntaria de información emocional como primer paso para la consecución de la inhibición automática es un argumento que procede del Psicoanálisis. En efecto, desde la corriente cognitivista en Psicología se han reformulado las ideas clásicas psicodinámicas del Psicoanálisis, en las que se propone que la represión primaria, que se refiere a la inhibición inconsciente de las memorias distresantes, es el resultado de un periodo de supresión caracterizado por los esfuerzos deliberados para olvidar una información. El mismo tipo de argumentos se propone para entender cómo la supresión voluntaria, motivada, de los sentimientos emocionales, con el tiempo, llega a consolidar una inhibición automática de dichos sentimientos emocionales, incluso a conformar un estilo represivo de la experiencia subjetiva emocional (Cano y Miguel-Tobal, 1992; Cano, Sirgo y Díaz, 1999; Traue y Pennebaker, 1993). Es decir, los continuos intentos realizados para inhibir la experiencia y la expresión de la emoción llevan a la automatización de dicho proceso, observándose que, con el transcurso del tiempo, el individuo en cuestión es incapaz de experimentar una emoción, aunque se produzcan los elicitadores específicos para dicha emoción.

Así pues, vemos cómo la inhibición voluntaria, controlada, motivada, es un ámbito apropiado para entender cómo la motivación, la emoción y la cognición se encuentran íntimamente interrelacionadas. Es decir, vemos cómo la interacción entre estos tres procesos permite entender la no ejecución, la inhibición. Por otra parte, también es posible plantear la relación existente entre dichos procesos para entender la acción, la ejecución. En este orden de cosas, hay autores (Austin y Vancouver, 1996; MacLeod, 1999) que proponen lo que denominan *cogniciones prospectivas*, para referirse a las anticipaciones que realiza una persona acerca de lo que obtendrá en el futuro. Probablemente, uno de los argumentos pioneros en este tipo de acercamientos se encuentra en la ya clásica *tríada cognitiva*, propuesta por Beck (Beck, Rush, Shaw y Emery, 1979) al explicar los mecanismos implícitos en la depresión: visión negativa se sí mismo, del mundo y del futuro.

Cuando especificamos el contenido de esta relación, claramente aparecen las tres dimensiones en cuestión: la motivacional, en forma de *preparación para*, y de *intención de*, llevar a cabo las conductas y los procedimientos necesarios; la dimensión emocional, con las connotaciones de referencia afectiva positiva que busca conseguir el organismo con sus conductas y procedimientos; la cognitiva, que es la responsable de todos los juicios, análisis, creencias, valores, etc., que permiten decidir y concluir a la persona en cuestión si en esa situación cabe hablar de optimismo, esperanza, pesimismo, preocupación, dependiendo, en ese orden, de la mayor o menor probabilidad de obtener los resultados deseados. Para constatar empíricamente esta

relación, Strathman, Gleicher, Boninger y Edwards (1994) han desarrollado la *Escala de Consideración de Consecuencias Futuras*, destinada a establecer en qué medida una persona considera más lejanas o más próximas las consecuencias de su conducta. Los resultados que se obtienen con este tipo de aproximación enfatizan que, en el caso de la ansiedad intensa, las proyecciones cognitivas se encuentran asociadas con un incremento de las anticipaciones con connotaciones negativas, mientras que, en el caso de la depresión, las proyecciones cognitivas están asociadas con una disminución de las anticipaciones con connotaciones positivas.

Otro ámbito en el que se aprecia la relación entre Motivación, Emoción y Cognición tiene que ver con aquellas situaciones en las que se produce un miedo muy intenso. La persona en cuestión trata de romper una suerte de “*círculo vicioso*” –según la terminología de Clark (1997), con connotaciones de retroacción positiva–, en el que *el pánico provoca más pánico*. La explicación ofrecida por Clark se fundamenta en la interacción entre Motivación, Emoción y Cognición, que permite la búsqueda racional de las causas de ese miedo intenso, así como de las posibles soluciones; de hecho, propone el autor que la motivación para buscar soluciones se ve seriamente afectada por la interacción entre la cognición y la emoción. En última instancia, y de forma general, se puede hablar de relación entre Motivación, Emoción y Cognición en aquellas situaciones en las que se produce la activación de un proceso emocional por debajo de los umbrales de la consciencia. En este caso concreto, ocurre, en primer lugar, una percepción no consciente del estímulo; ocurre, a continuación, y también de forma no consciente, una evaluación-valoración de dicho estímulo; en tercer lugar, se produce una respuesta fisiológica congruente con el resultado de ese proceso de evaluación-valoración. La persona percibe esa activación fisiológica, pero no es capaz de establecer, de sentir, la existencia de una emoción. En ese momento, se inicia un proceso motivacional, que tiene como objetivo averiguar las causas de la situación actual –motivación basada en la atribución de causas–. En el proceso de atribución causal, los procesos cognitivos, basados en las creencias, los juicios, las expectativas, etc., son fundamentales. El objetivo último es encontrar la congruencia –en términos de homeostasis cognitiva, emocional, motivacional–, que se producirá cuando la persona sepa que esa respuesta fisiológica se encuentra relacionada con, y es la consecuencia de, un estímulo o situación particulares. Dependiendo de la relación que esa persona establezca entre la causa –el estímulo elicitor– y el efecto –la respuesta fisiológica–, a través de la ejecución de múltiples procesos cognitivos, podrá llegar a experimentar la dimensión subjetiva de una emoción: el sentimiento.

Otro ámbito que nos parece relevante para entender la relación entre Motivación, Emoción y Cognición ha sido propuesto por Buck (1988, 2000) para referirse a

la importancia de los mecanismos relacionados con la aparición, el desarrollo y el mantenimiento de las estrategias para adquirir conocimientos y adaptarse a una determinada situación social. La conceptualización unificada de la Motivación, la Emoción y la Cognición representa un acercamiento interaccionista del desarrollo, fundamentando su base en la práctica imposibilidad de describir o definir cualquiera de dichos procesos sin hacer referencia a los otros dos. En este sistema multifactorial o multinivel de estrategias de adaptación, se aprecia cómo, a medida que se asciende en la jerarquía de los niveles o estrategias, mayor es la relevancia de la interacción entre los tres procesos. Entre otras cosas, nos permite conocer en qué lugar de la escala filogenética se encuentra el individuo, y la especie a la que pertenece, según sea la estrategia preferentemente utilizada para intentar la adaptación.

El peldaño más bajo, el más primitivo, en el que lo más importante es una dimensión motivacional elemental, estaría referido a los *reflejos*, considerados como una pauta de conducta inmodificable, completamente innata e inflexible, estereotipada y adaptativa, dentro de los estrechos márgenes adaptativos que permite esta forma rudimentaria de conducta. En la estrategia del reflejo, la dimensión motivacional sería la más importante, no habiendo lugar para la dimensión cognitiva, y probablemente tampoco para la dimensión afectiva.

El siguiente peldaño en sentido ascendente estaría ocupado por los *instintos*, considerados como patrones de acción fija, con una flexibilidad ligeramente superior a la observada en los reflejos. Incluiría manifestaciones rígidas, específicas de la especie, prácticamente imposibles de modificar, al menos en la parte de la conducta instintiva que tiene que ver con el instinto propiamente dicho¹. En este tipo de estrategia, la dimensión más importante seguiría siendo la motivacional, aunque con una mayor versatilidad que en el caso de los reflejos. La dimensión cognitiva también estaría ausente, aunque la dimensión afectiva podría llegar a tener más relevancia que en el caso de los reflejos, teniendo connotaciones básicas de placer o displacer, dependiendo de si se han podido satisfacer o no las necesidades de ese organismo.

El tercer peldaño o nivel en esa jerarquía de estrategias de adaptación estaría ocupado por los *impulsos*, en los que ya se aprecia una interacción importan-

¹ Consideramos que es conveniente diferenciar entre la fase de aproximación y la fase consumatoria en toda conducta instintiva (y también en la conducta motivada), ya que, aunque ambas conforman la conducta instintiva, sólo la fase consumatoria puede ser denominada *instinto* propiamente dicho. Este argumento es esencial para entender cómo una conducta instintiva -innata- puede ser modificada por efecto de los factores de aprendizaje: realmente, sólo cabe la posibilidad de modificar dicha conducta instintiva en su fase de aproximación, y no en su fase consumatoria.

te entre las dimensiones motivacional y emocional, comenzando a vislumbrarse la incipiente implicación relevante de la dimensión cognitiva. En los impulsos, existe un estado de carencia en el organismo, que se manifiesta mediante ciertas señales, entre ellas las afectivas, tras lo cual el organismo lleva a cabo una conducta motivada, en la que la activación y la dirección permiten la eventual consecución del objetivo. En la ejecución de esa conducta se encuentra implicada también la dimensión cognitiva, permitiendo incrementar la probabilidad de conseguir el objetivo. Como es lógico, esta estrategia admite una mayor flexibilidad que las dos anteriores, lo que permite incrementar el éxito adaptativo, e incrementar la consecución de objetivos más allá de lo imprescindible para garantizar la supervivencia.

El siguiente nivel se refiere a los *afectos primarios*, que, aunque no influyen directamente en la conducta, sí que señalan un estado corporal particular en el organismo. Los afectos funcionan para flexibilizar y facilitar determinadas conductas, dirigidas, por una parte, a mantener el afecto primario, cuando éste es positivo, o a conseguirlo, cuando el afecto existente es negativo; y, por otra parte, a desprenderse del afecto negativo, cuando éste está presente, o a evitarlo, cuando existe un afecto positivo. En todos los casos, las conductas llevadas a cabo se caracterizan por una interacción constante y fluida entre las dimensiones motivacional y cognitiva, teniendo en cuenta que, en estas ocasiones, la finalidad no es la supervivencia, ni tan siquiera la obtención de objetivos materiales concretos, sino la consecución de un afecto positivo. Este nivel en la jerarquía de estrategias es el más desarrollado. Es característico del ser humano, y denota la máxima versatilidad adaptativa.

Para resumir en una frase la consideración del sistema multifactorial o multinivel de estrategias adaptativas formulado por Buck (2000), baste señalar que, para este autor, *la emoción es la manifestación externa del potencial motivacional, e implica, necesariamente, alguna forma de cognición.*

La *motivación* es definida como el potencial para la conducta, y la *emoción* como la manifestación o lectura hacia afuera (en “voz alta”) del potencial motivacional cuando es activado por un estímulo desencadenante. La relación entre motivación y emoción puede ser vista como la relación que se establece entre energía y materia en la física (la energía es un potencial que, en sí mismo, nunca se muestra; sólo lo hace cuando se manifiesta en una materia particular). Del mismo modo, la motivación es ese potencial que no es observable salvo cuando se manifiesta a través de la emoción. La motivación y la emoción pueden ser consideradas como dos caras de una misma moneda, o como dos aspectos de un fenómeno común: el sistema motivacional-emocional.

Es decir, la Motivación, la Emoción y la Cognición parecen procesos inseparables para entender con claridad la dinámica conductual de los organismos más evolucionados. Por una parte, la emoción y la cognición no son fenómenos o aspectos independientes, ya que la emoción siempre implica algún tipo de cognición, y, aunque probablemente de una forma más compleja y controvertida, la cognición siempre implica emoción (Buck, 1988; Buck y Ginsburg, 1997) –aunque sería más apropiado referirnos a cualquiera de las distintas formas de procesos afectivos, como el estado afectivo, el humor, o la propia emoción. Además, la emoción y la cognición siempre implican motivación, y la motivación siempre implica emoción y cognición. Estos razonamientos pueden ser verificados, dice Buck (2000), cuando la emoción se estudia desde el punto de vista de las neurociencias. En efecto, desde un planteamiento más aséptico, como puede ser el que se basa estrictamente en las aportaciones neurobiológicas, también se ha aludido recientemente a la necesaria consideración conjunta de la Motivación, la Emoción y la Cognición. Al respecto, como indican Lane, Nadel, Allen y Kaszniak (2000), es difícil entender la ocurrencia de cognición pura, ni la ocurrencia de emoción pura, ni la ocurrencia de motivación pura. Es muy poco probable localizar una estructura neuroanatómica que esté dedicada exclusivamente a la Emoción, o a la Cognición, o a la Motivación, sin que existan conexiones o interacciones con alguno de los otros dos procesos, o con ambos. Parece, en definitiva, que lo más pertinente es integrar los distintos componentes de la mente para conocer mejor su funcionamiento.

Otro ámbito en el que se pone de relieve la relación entre Motivación, Emoción y Cognición es el de la conducta prosocial. Concretamente, desde que Latané y Darley (1970) se preguntaran por qué se decide no prestar ayuda a alguien que lo necesita, hasta los más recientes resultados presentados por Isen (1999), se han realizado múltiples trabajos de interés. Las variables que se han estudiado tienen que ver con la Motivación –en forma de conducta prosocial o conducta de ayuda–, con la Emoción –concretamente el humor o estado afectivo–, y con la Cognición –el proceso de toma de decisiones–, siendo el objetivo más estudiado aquel que intenta delimitar los efectos del humor sobre la motivación y la cognición.

Una premisa de partida se refiere a la imposibilidad de considerar una única dimensión para referirse al afecto. El afecto negativo no es lo contrario que el afecto positivo. A partir de esta asunción, también el estado afectivo o el humor tienen que ser considerados como dimensiones independientes. Es más, como indica Isen (1999), las estructuras del afecto positivo y del afecto negativo no son similares, ya que existen al menos tres afectos negativos diferentes –relacionados con la ira, la tristeza y el miedo–, mientras que sólo podemos hablar de un estado positivo –el

que está relacionado con la alegría². También Watson, Clark y Tellegen (1988) se refieren a la peculiaridad del afecto, señalando la necesidad de aproximarse a su conocimiento considerando que el afecto positivo y el afecto negativo no son los dos extremos de un continuo afectivo. Los autores han construido un instrumento, el *Positive and Negative Affect Scales* (PANAS), que permite medir las dos dimensiones afectivas.

Así pues, en líneas generales, a partir de la investigación llevada a cabo, podemos sugerir que el afecto positivo tiene un efecto saludable, positivo, sobre el pensamiento y sobre la solución de problemas (Staw y Barsade, 1993) –incluso sobre la solución creativa e innovadora de problemas– (Estrada, Isen y Young, 1997; Isen, 1998; Isen, Ashby y Waldron, 1997); además, facilita la ejecución de conductas pro-sociales, la interacción social en general, ejerciendo el papel de motivador para llevar a cabo múltiples actividades sociales (Aspinwall y Taylor, 1997; Taylor y Aspinwall, 1996). Es decir, los resultados obtenidos son susceptibles de inclusión en el apartado correspondiente a la relación entre afecto y cognición³.

En el plano de la Motivación, el afecto positivo tiene una repercusión particular. Así, se puede demostrar que el afecto positivo repercute de forma clara en la motivación más elemental, relacionada con el mantenimiento de ese afecto positivo. Pero, también es conocido el efecto que tiene esta forma de estado afectivo o humor sobre la motivación para llevar a cabo conductas prosociales, conductas de ayuda, conductas humanitarias, conductas desinteresadas; es decir, influencia del afecto sobre la motivación intrínseca. En este último caso, se trata de tareas o actividades en las que la persona implicada obtiene poco beneficio material. Parece demostrado que el incremento en la probabilidad de llevar a cabo conductas prosociales se encuentra relacionado con el estado afectivo o humor que experimenta una persona. Como indican algunos autores (Carnevale e Isen, 1986; Estrada, Young e Isen, 1994; Isen, 1999), las personas con un afecto positivo son más amigables, más sonrientes, más abiertas y accesibles, y, consiguientemente, más dispuestas a prestar ayuda. Son personas en quienes se aprecia una especial agilidad en la búsqueda y localización de estrategias para enfrentarse a situaciones o tareas complejas.

² Seguimos defendiendo la necesidad de incluir también la esperanza entre las emociones positivas.

³ Al respecto, son dignos de mención los trabajos llevados a cabo por Bower (1981), y que serán abordados más adelante, en los que se constata la influencia del humor o estado afectivo sobre los procesos cognitivos, tanto en lo que se refiere a la adquisición de conocimientos o procesos de aprendizaje –mecanismo de entrada–, como en lo referente a la utilización de lo aprendido o procesos de memoria –mecanismos de salida–.

Ahora bien, como acaban de reseñar Adolphs y Damasio (2001), la relación clara que se aprecia entre Emoción y Motivación, esto es, entre afecto y conducta de ayuda, se encuentra modulada por la Cognición, por el proceso de toma de decisiones. Al final, se puede defender que la conducta de ayuda es el resultado de la influencia afectiva y cognitiva. Un sencillo ejemplo de lo que tratamos de exponer es el clásico paradigma de la persona caída. A la cuestión: *Usted va por la calle y descubre a una persona caída que pide ayuda: ¿qué haría usted?*, es muy fácil obtener como respuesta: *“Le ayudaría, por supuesto”*. Sin embargo, las cosas no suelen ser así. Existen variables y circunstancias que condicionan la decisión de ayudar o no a una persona necesitada. Es decir, existen variables, fundamentalmente cognitivas, que condicionan o modulan la relación existente entre Emoción y Motivación. Entre dichas variables se encuentran las siguientes: *el sexo y la edad de la persona que necesita ayuda* –se ayuda más y se ayuda antes a una mujer que a un hombre, a un anciano o a un niño que a una persona de mediana edad, independientemente del sexo–; *la atribución de responsabilidad que realizamos* –es más probable la conducta de ayuda cuando atribuimos una ausencia de responsabilidad a la persona necesitada–; *el afecto que provoca en nosotros la percepción y análisis de la situación* –en general, el afecto próximo a la lástima incrementa la probabilidad de que ocurra la conducta de ayuda, mientras que el afecto próximo a la ira disminuye dicha probabilidad.

La conducta de ayuda, como prototipo de la motivación secundaria, se encuentra íntimamente relacionada con los factores afectivos y cognitivos, de tal suerte que podemos establecer que en dicha conducta confluyen la Motivación, la Emoción y la Cognición.

También en el ámbito general de la relación entre Motivación, Emoción y Cognición, se ha estudiado el tema de la deprivación relativa, referida a la percepción de diferencias negativas entre uno mismo, o su grupo de pertenencia, con respecto a un referente en particular. Parece positivo que un individuo o un grupo establezcan puntos de referencia con respecto a otros grupos mejor situados social, económica y culturalmente. La eventual existencia de discrepancia en sentido negativo para el individuo o grupo que lleva a cabo la comparación es un aspecto con connotaciones motivacionales, ya que estimula el crecimiento personal y grupal.

En este marco de referencia, en uno de los trabajos más significativos (Olson y Hafer, 1996), se ha puesto de relieve que es imprescindible considerar la interacción entre procesos motivacionales, procesos afectivos y procesos cognitivos para entender las condiciones que llevan a la percepción de relativa deprivación, así como las consecuencias de la misma. Es decir, la deprivación relativa implica

la percepción de una discrepancia negativa respecto al referente, produciendo, además, un sentimiento relativamente intenso de malestar. El resultado es la activación de un estado motivacional tendente a reducir dicha discrepancia. Por lo tanto, parece pertinente considerar la deprivación relativa desde una aproximación en la que es importante la relación entre un *componente frío* –procesos cognitivos– y un *componente caliente* –procesos motivacionales y emocionales–.

MOTIVACIÓN Y COGNICIÓN

Probablemente, los inicios en este tipo de relación, por lo demás indispensable para entender la conducta motivada humana –probablemente también la de individuos de muchas especies inferiores–, pueden localizarse en los pioneros planteamientos de la Etología, la Psicología Comparada, la Psicología Animal, así como en las importantes aportaciones de Tolman (1948), cuando propone la existencia de mapas cognitivos, no sólo en el ser humano, sino también en especies inferiores. Esas aportaciones de Tolman, criticadas en su momento desde la corriente conductista ortodoxa, encuentran gran aceptación en nuestros días (Toates, 1995), pues cada vez parece más clara la existencia de “*funciones superiores*” en los individuos de especies inferiores. Conceptos como *meta*, *expectativa*, *mapa cognitivo*, *representación*, son susceptibles de ser utilizados para referirse también a la conducta de dichos individuos.

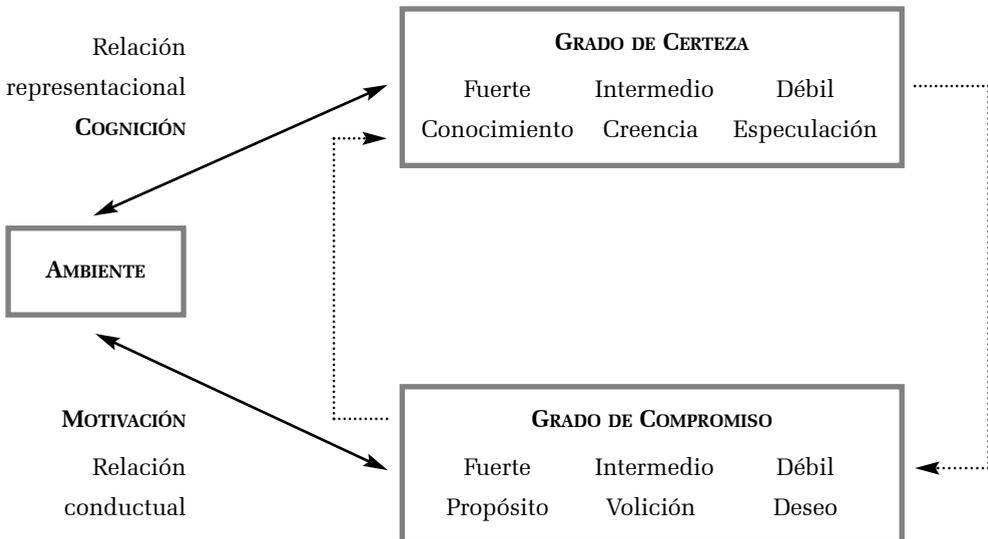
Parece pertinente destacar cómo la cognición es un proceso previo a la conducta motivada, y cómo dicho proceso cognitivo, a su vez, forma parte del propio proceso motivacional, ocupando un lugar destacado en el inicio de este último. Sin embargo, como señalan Karniol y Ross (1996), no todos los procesos cognitivos desencadenan una conducta motivada. En efecto, es posible establecer una diferencia sutil entre *querer* y *desear*. Querer lleva a la acción, mientras que desear puede que no conduzca a ninguna acción, quedándose tan sólo en una suerte de idea o fantasía que no necesita transformarse en acción. Es decir, se podría sugerir, como ya propusiera James (1890), la posibilidad de hablar de dos tipos de cogniciones: por una parte, aquellas que llevan a la acción, y, por otra parte, aquellas que no llevan a la acción.

Los determinantes de la preparación para la acción en un individuo, pasan por el tamiz de la evaluación que éste realiza acerca del esfuerzo que tiene que llevar a cabo. Así, como indica Wright (1996), la potencial motivación para implicarse en una determinada tarea depende de la necesidad de un individuo, del valor que posee el objetivo que dicho individuo intenta alcanzar, junto con el análisis de las eventuales conductas instrumentales que tiene que llevar a cabo. Es

decir, el tamiz cognitivo permite entender la preparación para la actividad motivada, junto con la eventual manifestación de dicha actividad.

Así pues, defender la existencia de una estrecha relación entre Motivación y Cognición parece una tarea fácil, ya que cada vez que un individuo se enfrenta a la tarea de llevar a cabo una conducta con la intención de conseguir algún objetivo, analiza los “pros” y “contras” de su eventual decisión. Es decir, este individuo analiza lo gratificante que puede ser la meta que intenta conseguir, analiza la dificultad que entraña esa tarea, analiza los recursos y habilidades con las que intentará la empresa, analiza el esfuerzo y el tiempo que tendrá que invertir, etc. Como se puede apreciar, se trata de procesos cognitivos en su más pura significación. La conexión Motivación-Cognición es evidente y necesaria.

Una de las orientaciones que mejor ha recogido la relevancia de la cognición, con su eventual influencia sobre la Motivación, ha sido la que proponen Sorrentino y Higgins (1986). Sin embargo, este énfasis ha llevado a que, en ocasiones, surja la controversia al considerar la Motivación y la Cognición como dos procesos alternativos a la hora de explicar la conducta. Lo importante es estudiar la interacción entre ambos procesos para entender la conducta. Pero, esta afirmación no significa que la cognición lleva a la motivación, ni que la motivación lleva a la cognición. No. Lo que defienden Sorrentino y Higgins es que ambos procesos se encuentran en interacción constante, actuando de forma sinérgica para producir la conducta. El esquema siguiente ilustra la idea de los autores.



Uno de los ámbitos interesantes en los que se pone de relieve la relación entre Motivación y Cognición, aunque también la emoción juega un cierto papel, es el de la *indefensión aprendida*. Es un hecho incontrovertible que, con repetidas exposiciones a un determinado acontecimiento, las personas aprenden en qué medida sus conductas influyen o no en los resultados obtenidos. Así, cuando se aprende que los resultados no dependen de las propias actividades voluntarias, el individuo en cuestión desarrolla una *indefensión aprendida*, que, a grandes rasgos, se refiere a un estado psicológico que resulta cuando una persona percibe que los acontecimientos que ocurren son incontrolables (Seligman, 1975).

Los trabajos actuales centrados en la indefensión aprendida pueden ser considerados como un campo propicio para estudiar las relaciones entre Motivación y Aprendizaje, aunque, como señalábamos en el párrafo anterior, también se podría proponer que existe una relación entre Aprendizaje, Motivación y Emoción. De hecho, la indefensión aprendida produce repercusiones en los planos motivacional, cognitivo y afectivo. El clásico experimento llevado a cabo por Seligman y Maier (1967) consistía en observar la conducta de sus sujetos experimentales –perros– en función de las distintas condiciones experimentales utilizadas: 1) descarga eléctrica incontrolable, 2) descarga eléctrica controlable, y 3) control –sin descarga eléctrica.

Los perros experimentalmente asignados a los dos grupos que recibían descargas eléctricas eran colocados en una especie de hamaca, donde recibían descargas eléctricas moderadas durante periodos de cinco segundos. Los perros de la condición de descarga inevitable no pudieron nunca detener la descarga mediante ninguna de las conductas que llevaron a cabo. Por el contrario, los perros de la condición de descarga evitable podían detener la descarga si pulsaban un botón situado frente a ellos. Esto es, en esta condición, los perros podían establecer una asociación entre una conducta ejecutada y el final de la descarga eléctrica. Los perros de la condición de control fueron ubicados también en la hamaca, aunque no recibieron ninguna descarga eléctrica.

Hubo una segunda parte en este experimento. Concretamente, transcurridas 24 horas, a los perros de las tres condiciones se les sometió a una situación parecida. Cada uno de los animales fue ubicado en una caja dividida en dos compartimentos, los cuales se encontraban separados por una pequeña barrera. Aunque ambos compartimentos eran del mismo tamaño, y bastante parecidos, en uno de ellos el suelo estaba conformado por una rejilla, a través de la cual se podían administrar descargas eléctricas. En cada prueba realizada, los perros eran introducidos en el compartimento con suelo de rejilla, donde se les administraba una descarga eléctrica. La descarga eléctrica era precedida por una señal –el oscurecimiento de

la luz de la habitación-, y, tras diez segundos, se producía la descarga eléctrica. Ahora bien, si el perro saltaba la pequeña barrera y pasaba al otro compartimento, evitaba la descarga eléctrica. Los perros que en la primera parte de la experimentación formaron parte del grupo de descarga evitable y del grupo control aprendieron pronto que, saltando al otro compartimento, evitaban la descarga eléctrica. Aprendieron con relativa rapidez que, cuando se iniciaba el oscurecimiento de la luz, había que huir al otro compartimento, pues se aproximaba una descarga eléctrica. Sin embargo, el grupo de perros que en la primera parte de la experimentación fueron asignados al grupo de descarga inevitable, aunque al principio de recibir la descarga comenzaban una serie de conductas parecidas a las que habían mostrado los restantes perros de las otras dos condiciones, terminaron por quedarse inmóviles, resistiendo la descarga. Se podía apreciar que lo que habían aprendido en la primera parte de la experimentación, esto es, que sus conductas no podían hacer nada para evitar las descargas, se ponía de relieve de nuevo en la segunda parte de la experimentación. Los perros percibieron que la posibilidad de suprimir la descarga eléctrica se encontraba fuera de sus posibilidades y de sus propias conductas.

Sin embargo, este descubrimiento, aunque interesante en sí mismo, había sido realizado utilizando animales inferiores. Parecía conveniente constatar si también se producía cuando los individuos investigados eran humanos. Los resultados observados pusieron de relieve que los efectos de la indefensión aprendida se refieren a los déficit motivacionales, cognitivos y emocionales. *En cuanto a las deficiencias motivacionales*, son fácilmente constatables a través de una disminución considerable de las conductas voluntarias. Por regla general, los individuos señalan que no merece la pena intentar ningún tipo de actividad, ya que el resultado siempre será el mismo: el fracaso. *En cuanto a las deficiencias cognitivas*, se encuentran asociadas al pesimismo que impregna cualquier tipo de actividad mental dirigida a la eventual solución de la situación. Los individuos afirman tener la creencia de que sus conductas no conseguirán objetivos positivos, ya que los resultados se encuentran fuera del control de sus propias acciones. Cuando un individuo constata que una situación se encuentra fuera de su control, tendrá muchas dificultades para aprender que en un futuro puede llegar a controlar dicha situación, observándose, además, que se produce una suerte de generalización de esas creencias a situaciones parecidas. *En cuanto a las deficiencias afectivas*, se manifiestan mediante la ocurrencia de dos emociones básicas: el miedo y la tristeza. La primera respuesta emocional básica tiene que ver con el miedo. Es evidente que, ante una situación que escapa a la posibilidad de control de un individuo, una de las primeras reacciones se refiere a la emoción de miedo, asociada a

la idea de lo que ese individuo puede perder. Sin embargo, es también muy probable que, con el paso del tiempo, el individuo descubra que el miedo no le ayuda a solucionar la situación; es muy probable que descubra que *nada se puede hacer*. En ese momento, se produce un cambio afectivo importante, ya que, como consecuencia de la expectativa de incontrolabilidad definitiva, se inicia un proceso emocional de tristeza –anticipando ya lo que se va a perder–, para dar lugar de forma casi inmediata a la depresión. Una de las manifestaciones más dramáticas de la imposibilidad de controlar una situación tiene que ver con lo que se ha denominado *muerte repentina*. Este cuadro drástico mortal, apreciado en ratas, tiene causas fisiológicas y psicológicas. Probablemente, esta reacción del organismo tenga funciones relacionadas con la evitación del sufrimiento, pues ocurre cuando el animal se encuentra inmovilizado, bien en las fauces de un depredador, bien en las *inocentes* manos de un experimentador. Como señalara Richter (1957) en su ya clásico trabajo, la probabilidad de ocurrencia de la muerte repentina es mayor cuando el animal percibe una fuerte amenaza a su vida, de tal suerte que, como consecuencia de esa percepción, el animal desiste en sus intentos de escapar de la situación, rindiéndose a su destino, y entrando en una fase caracterizada por un estado de depresión sostenida que es consecuencia de la desesperanza percibida. Richter pudo constatar sus propuestas al apreciar cómo las ratas que no habían pasado previamente por una situación de desesperanza aprendida eran capaces de nadar enérgicamente y durante bastante tiempo –aproximadamente, 60 horas–, hasta que se ahogaban como consecuencia del cansancio. Otras ratas, que sí que habían pasado previamente por una situación de desesperanza aprendida, consistente en la experiencia de inmovilidad en la mano del experimentador durante importantes lapsos de tiempo, también nadaban enérgicamente, aunque sólo durante unos minutos, abandonándose a continuación a su suerte, y pereciendo ahogadas. Un tercer grupo de ratas, a las que se había sometido previamente a un procedimiento de inmovilidad similar al que habían experimentado las ratas del segundo grupo, aunque teniendo la posibilidad de ser liberadas periódicamente de la mano del experimentador –de hecho, permanecían inmovilizadas durante muy breves espacios de tiempo–, llevaron a cabo una conducta natatoria similar a la que mostraban las ratas del primer grupo.

A partir de los experimentos de Ritcher se han abierto tendencias de investigación sumamente importantes. Entre ellas, por señalar alguna orientación de relevancia en la actualidad, cabe hablar de la asociación que se ha podido establecer entre indefensión aprendida, depresión y disminución del funcionamiento del sistema inmunitario (Eysenck, 1995; Garssen y Goodkin, 1999). De hecho, en los casos de indefensión, se ha podido encontrar un importante decremento en la

funcionalidad de algunos elementos del sistema inmunitario, como las células T, o las células *asesinas naturales*.

La indefensión es uno de los tópicos relevantes en los que se puede apreciar la relación entre Motivación y Cognición. Así, probablemente, el punto de origen se sitúa en la dimensión cognitiva, referida, como indican algunos autores (Steciuk, Kram, Kramer y Petty, 1999; Waikar y Craske, 1997), a la expectativa de una ausencia de control sobre los resultados futuros. A grandes rasgos, el proceso sería del siguiente modo:

1. La percepción de una situación ambigua, con incertidumbre, caracterizada por la gran probabilidad de que ocurran consecuencias negativas, aunque sin poder perfilar exactamente cuáles pueden ser dichas consecuencias, da lugar a la experiencia de ansiedad. Dicha percepción tiene connotaciones cognitivas, ya que el individuo evalúa la situación y valora las potenciales repercusiones que le reportará dicha situación.
2. Más tarde, cuando la incertidumbre desaparece, y el individuo constata que el daño y las consecuencias negativas son reales, la ansiedad se convierte en miedo, pues la ausencia de incertidumbre da paso a la constatación de una situación concreta en la que el individuo ya conoce cómo le repercutirá el estímulo o situación que le afecta. También en este caso son importantes los procesos cognitivos, ya que el individuo ha evaluado y valorado con mayor exhaustividad y claridad las características de la situación y sus consecuencias.
3. La constatación de la pérdida que se avecina produce en el individuo la emoción de miedo, como acabamos de indicar. Pero, además, desencadena una importante activación, que se manifiesta en los tres planos conocidos: *cortical* –que le permite buscar una apropiada relación entre las exigencias de la situación y los recursos disponibles para solucionar-la-, *fisiológica/autonómica* –que facilita la preparación interna del organismo para enfrentarse a dicha situación-, *motora/observable* –que le permite llevar a cabo aquellas conductas que, en principio, estima el individuo podrían ser apropiadas para solucionar la situación.
4. La aparición de la emoción de miedo no es óbice para que el individuo siga manteniendo una cierta esperanza de superar la situación. Dicha esperanza puede tener connotaciones internas o propias –*esperanza 1*–, centradas en la eventual manifestación de una conducta del individuo que permita solucionar la situación; pero, además, puede también tener connotaciones externas –*esperanza 2*–, centradas, en este caso, en la ocurrencia de algún evento que, de forma azarosa, solucione la situación;

incluso centradas en la participación de algún agente externo que medie, interceda, o resuelva el problema⁴.

5. Si con las conductas que el individuo lleva a cabo consigue superar la situación, ahí acabará la emoción de miedo y los distintos tipos de activación que han tenido lugar, produciéndose el efecto de generalización para el futuro: es muy probable que la conducta que ha resultado ser positiva para esa situación también lo sea en un futuro para esa misma situación, u otras parecidas. Si, por el contrario, el individuo descubre que no puede solucionar la situación, y que, agotadas las posibilidades conductuales para enfrentarse a la misma, no puede establecer ninguna relación o asociación entre una conducta y la desaparición del estímulo o situación que constituye la amenaza, se produce un cambio importante en el individuo, dando lugar a la impotencia o indefensión. En este momento, el individuo ha aprendido que sus respuestas no pueden hacer remitir la situación negativa; el individuo constata la incontrolabilidad de la situación, ya que con sus propias manifestaciones conductuales no puede hacer desaparecer la situación negativa.
6. La aparición de la indefensión produce efectos importantes. Desde un punto de vista afectivo, aunque el miedo sigue presente, comienza a experimentarse también la emoción de tristeza; desde un punto de vista conductual motor, el individuo deja de realizar actividades para evitar de forma activa la situación o estímulo, y trata de resistir los efectos negativos del mismo; desde un punto de vista cognitivo, el individuo constata que la esperanza 1, la que se fundamenta en la manifestación de una eventual conducta propia que solucione el problema, ha desaparecido. Sin embargo, todavía se aferra y mantiene la esperanza 2, aquella que consiste en la confianza de que todavía se pueda solucionar la situación por acción de agentes ajenos, o por azar.
7. La percepción de que nada ni nadie puede hacer cambiar la situación, y que de forma indefectible el final será negativo, hace que el individuo pierda también la esperanza 2, con lo cual se da paso a la aparición de la desesperanza. En estos momentos, la actividad conductual motora desaparece por completo, el miedo puede desaparecer, y la tristeza evoluciona negativamente para convertirse en depresión.

⁴ En este caso, cabría hablar de todo el conglomerado de creencias místicas, religiosas, basadas en la fe, etc. que permiten al individuo mantener ese halo de esperanza tan necesario en situaciones críticas.

A lo largo de todo el proceso, las atribuciones que va realizando el individuo son el factor clave para las distintas reacciones emocionales y motivacionales. Esto es, los factores cognitivos se convierten en el filtro por el que pasa la situación a la que se enfrenta el individuo, los recursos que éste posee, y la asociación entre sus conductas y los resultados que obtiene con ellas. El producto de ese análisis continuado va generando expectativas centradas en el presente –existencia o no de contingencias; esto es, relación o no entre las respuestas que ofrece y los resultados que obtiene–, y expectativas dirigidas al futuro –creencia de que dichas contingencias se mantendrán en sucesivas ocasiones.

Para entender la repercusión de los procesos atribucionales en la ocurrencia de la indefensión, es conveniente establecer las dimensiones en las que ocurren las consecuencias de la atribución. Así, se puede hablar de una dimensión denominada *interna-externa*, que hace referencia a la asignación de causalidad, bien a la propia persona o individuo que realiza las conductas, bien a cualesquiera otras personas o circunstancias ajenas al individuo. Se puede hablar, en segundo lugar, de una dimensión denominada *estable-inestable*, que hace referencia a la temporalidad de los efectos asociados a las conductas realizadas, y con la que se puede delimitar si las causas que originan esos resultados permanecen a lo largo del tiempo, o si, más bien, son específicas de un momento dado. Se puede hablar, en tercer lugar, de una dimensión denominada *global-específica*, que hace referencia a una suerte de estabilidad situacional, que permite establecer si las causas de los resultados son susceptibles de ser generalizadas a diversas situaciones, o si, por el contrario, son específicas para la situación concreta en la que se encuentra el individuo.

El estilo atribucional característico de la indefensión se refiere a la estabilidad y globalidad, mostrando una importante asociación con los parámetros cognitivos de la ansiedad, y siendo muy parecido al denominado *compuesto negativo*, que se caracteriza por un estilo atribucional interno, estable y global, y es el estilo atribucional típico que emplean los individuos que sufren la depresión por desesperanza (Camuñas, Pérez, Ferrándiz, Miguel-Tobal, Cano-Vindel e Iruarrizaga, 1999).

EMOCIÓN Y COGNICIÓN

Quizá uno de los aspectos importantes a la hora de entender las diversas y complejas relaciones entre los procesos en cuestión tenga que ver con la delimitación conceptual en el caso de los procesos afectivos. Una de las dificultades sistemáticamente encontradas se refiere a la utilización indiscriminada de términos como emoción, humor y afecto. Este matiz es importante, pues, dependiendo del tipo concreto de interacción, habrá que hacer referencia a una variable o a otra. De

forma genérica, utilizaremos el término afecto para referirnos a las distintas interacciones y relaciones, especificando, cuando sea el caso, si es más apropiado hablar de emoción, de humor o estado afectivo, o afecto en general.

La relación entre Afecto y Cognición es algo que en la actualidad pocos podrían negar. Aunque la existencia de esa interacción es intuitivamente atractiva, porque parece algo intrínseco a la propia dinámica conductual humana, es necesario llevar a cabo la investigación pertinente para que se torne evidente lo que parece evidente (Drevets y Raichle, 1998). Esta relación, amplia, continua, dinámica y, por lo general, adaptativa, ocurre en ambos sentidos. Es pertinente recordar que algunos de los planteamientos cognitivistas más atractivos del momento actual se centran en la planificación de investigaciones dirigidas a constatar la bidireccionalidad de influencias, que no es otra cosa que la interacción continua entre la Emoción (de forma genérica, el afecto) y la Cognición.

Así, se habla de relación entre Emoción y Cognición, aunque sería más preciso proponer que existe una relación compleja pero fundamental entre procesos afectivos y procesos cognitivos. Por esta razón, coincidimos con lo que sugiere Forgas (1995), para quien, aunque en el ámbito de la relación entre procesos afectivos y procesos cognitivos se pueden utilizar las tres variables afectivas reseñadas –afecto, humor y emoción–, la que más se ha utilizado en la investigación es el humor, o estado afectivo, ya que asegura una mayor estabilidad temporal –en términos de duración– que la emoción.

En este marco de referencia, parece sensato reseñar lo que recientemente han subrayado Adolphs y Damasio (2000) respecto a nuestro conocimiento acerca de la emoción. Concretamente, señalan los autores, la emoción ha sido considerada en el ámbito de estudio de la cognición sólo a partir de los últimos años, ya que el conductismo y el cognitivismo descartaron la relevancia de la emoción (también de la motivación) en el ámbito de sus investigaciones. Paradójicamente, fueron las investigaciones basadas en la simulación con ordenador las que primero pusieron de relieve la imposibilidad de estudiar la cognición si no se incluía también esa dimensión afectiva imprescindible. Una cosa es el funcionamiento aséptico de una máquina, y otra bien distinta el funcionamiento de un ser vivo, quien, más allá de cualquier tipo de operación mental, *siente*. La atención, la memoria, la toma de decisiones, etc., requieren de una cierta selectividad, y el sistema tiene que ser capaz de discernir lo que es más conveniente en cada ocasión. La dimensión afectiva proporcionaría esa guía en la decisión, siendo imprescindible para entender el funcionamiento de los organismos superiores.

Asumida y aceptada en la actualidad la íntima conexión entre afecto y cognición, los estudios diseñados para localizar dicha relación permiten la utilización

de planteamientos de investigación que admiten la bidireccional manipulativa. Esto es, cabe la posibilidad de considerar el afecto como variable independiente, para observar de qué modo repercute la manipulación que realizamos en ella sobre la variable dependiente, que en este caso es la cognición. Cabe, por otra parte, considerar la cognición como variable independiente, para observar los efectos de la manipulación que ejercemos en ella (o que la propia naturaleza biológica ejerció en su momento, en forma de lesión, accidente, etc.) sobre la variable dependiente, que, ahora, es la dimensión afectiva. En este orden de cosas, si bien es cierto que la Emoción ha sido muchas veces evaluada como variable dependiente, como respuesta a las diversas manipulaciones sobre las variables que afectan al sujeto, en diversos trabajos se está poniendo de relieve la importancia de la Emoción –en este caso, es más correcto hablar de humor o estado afectivo– como variable independiente, observando sus efectos sobre los procesos de memoria (Blaney, 1986), sobre la creatividad (Isen, 1990), sobre la conducta de ayuda (Salovey y Rosenhan, 1989), sobre los juicios sociales (Clark y Williamson, 1989; Forgas y Bower, 1988).

Por una parte, la cognición, o procesamiento cognitivo en general, tiene una influencia y repercusión sobre el estado afectivo en general. De modo particular, algunos procesos cognitivos, como los que tienen que ver con la atención, entendido dicho proceso como una forma esencial de priorización de procesamiento (Matthews y Wells, 1999; Van der Heijden, 1992), tienen una clara repercusión sobre algunas formas particulares de afecto, tales como las emociones de miedo y de tristeza, pudiendo llegar a aparecer determinados cuadros clínicos derivados de la disfuncionalidad de dichas emociones. Igualmente, también se ha aludido a la activación de esquemas cognitivos disfuncionales para entender la manifestación de ciertos cuadros clínicos con connotaciones afectivas concretas, como la ansiedad y la depresión.

Pero, por otra parte, el afecto en general también ejerce una influencia clara sobre el procesamiento cognitivo en general. De modo concreto, se ha podido constatar que el estado afectivo actual de una persona, o el humor que experimenta en un momento dado, son imprescindibles para entender cómo adquiere material esa persona, esto es, cómo codifica o aprende, y cómo recupera lo ya aprendido, esto es, cómo recuerda (Bower y Mayer, 1989; Ellis y Moore, 1999).

Influencia cognición-afecto

Por lo que respecta a la influencia de la cognición sobre la dimensión afectiva en general, son múltiples los trabajos en los que se pone de relieve que las peculiaridades, disfunciones o desvíos en el procesamiento cognitivo se encuen-

tran en la base de las experiencias afectivas en general, y emocionales en particular, pudiendo desencadenar, en ocasiones, trastornos de diversa índole, aunque con el denominador común de las perturbaciones emocionales (Beck, 1976; Eysenck, 1992; Mathews y MacLeod, 1994; Mogg y Bradley, 1999). Por regla general, los estudios que se han llevado a cabo se centran en emociones negativas, ya que permiten apreciar dos aspectos fundamentales: por una parte, la disminución en la cualidad y eficiencia del rendimiento, y, por otra parte, la priorización en el procesamiento de los estímulos con valencia negativa. En este orden de cosas, como señalábamos, las emociones que con más frecuencia se ven implicadas en este tipo de efectos cognitivos sobre el afecto son el miedo y la tristeza. Ahora bien, el miedo y la tristeza son dos emociones básicas, y, como tales, tienen funciones: son mecanismos relacionados con la adaptación y la supervivencia. Sin embargo, existen dos variables o manifestaciones relacionadas con ambas emociones que han servido para orientar gran parte de la investigación a la que nos referimos. Se trata de la ansiedad y de la depresión. Según el modelo cognitivista que trata de explicar la ocurrencia de la ansiedad y la depresión, estas dos manifestaciones ocurren porque existen esquemas cognitivos disfuncionales, los cuales se encuentran relacionados, bien con la amenaza o el peligro, lo que daría lugar a la ansiedad, bien con la pérdida o el fracaso, lo que daría lugar a la depresión. La aproximación nos parece correcta, lo que ocurre es que en este tipo de formulaciones no se establece la relación temporal entre las variables que intervienen. Hasta cierto punto, es comprensible que los autores que se desenvuelven en este tipo de trabajos no realicen incursiones conceptuales y teóricas, ya que lo que verdaderamente les interesa en sus trabajos es localizar la relación existente entre funcionamiento cognitivo y trastorno afectivo, para intentar paliar los efectos negativos de dicho funcionamiento cognitivo sobre la salud y la vida diaria de las personas que se ven implicadas en tales circunstancias. A nuestro modo de ver, creemos que es pertinente delimitar la relación temporal a la que nos referíamos anteriormente, ya que, por regla general, la ansiedad se produce *antes de la ocurrencia de un evento*, mientras que, también por regla general, la depresión se produce *después de la ocurrencia de un evento*.

En el caso de la ansiedad, la incertidumbre asociada a la situación da lugar a una suerte de miedo o temor difuso, generalizado, ambiguo, pues no se conocen con certeza, ni las características del eventual estímulo nocivo, ni el tipo de daño que dicho estímulo puede producir (en situaciones extremas, básicamente cuando se trata de trastornos de ansiedad, casi cualquier situación o estímulo es percibida, evaluada y valorada por la persona en cuestión como algo capaz de desequilibrar su integridad, como algo capaz de producir alguna forma de daño). El procesamiento de la infor-

mación se encuentra sesgado –o, por utilizar la terminología de Beck, los esquemas cognitivos son disfuncionales–, centrándose casi exclusivamente, y de un modo recurrente y cíclico, en los indicios de la situación –reales o figurados– que generan la experiencia de ansiedad. Es decir, la activación de ese esquema particular provoca la aparición y mantenimiento de un estado afectivo particular.

En el caso de la depresión, la situación o estímulo ya se ha producido, lo que ocurre es que la persona atribuye a esa situación una capacidad negativa excesiva. Así, en las situaciones de pérdida o fracaso, que son las especialmente apropiadas para producir la emoción de tristeza, la persona en cuestión proporciona un valor excesivo a la pérdida, y, además, entra en una dimensión cognitiva de pesimismo, lo cual le lleva a pensar (o a creer) que en lo sucesivo todas las situaciones tendrán la misma conclusión. En este caso concreto, el procesamiento de la información también se encuentra sesgado –también existen, de nuevo, según la terminología de Beck, esquemas cognitivos disfuncionales–, centrándose en los indicios particulares, con connotaciones negativas, que se derivan de la pérdida o fracaso. Esto es, la activación del esquema concreto produce la aparición de las características afectivas negativas de la depresión.

En ambos casos, se produce una disminución importante en la capacidad de procesamiento de información. Es como si existiese un filtro que sólo permite el procesamiento de un tipo particular de información, concretamente de aquella que es característica del esquema que se ha activado.

Dentro de este tipo de acercamientos, en los que se constata la influencia de los procesos cognitivos sobre los procesos afectivos, se ha estudiado, de forma particular, la relación entre Atención y Afecto. Dicha relación ha tenido claras influencias de los planteamientos formulados por James (1890), en los que se defiende la clara vinculación entre procesos atencionales y procesos conscientes. A mitad de la década de los setenta del pasado siglo, Shiffrin y Schneider (1977) proponen la distinción entre procesamiento controlado de la información y procesamiento automático de la información, y Posner (1978) establece una distinción entre procesamiento consciente de la información y procesamiento automático de la información. Esta distinción lleva implícito el concepto de *limitación de los recursos cognitivos*, concepto que permitía explicar las peculiaridades de la atención selectiva⁵ en términos de una flexible y estratégica distribución de los

⁵ En este caso, hablamos de atención selectiva en términos de elección de una parte de los estímulos, debido a la limitación de recursos cognitivos. Más adelante veremos que dicha limitación de recursos puede estar producida por algún tipo de influencia afectiva que, de forma importante, lleva a la propia limitación de esos recursos cognitivos.

limitados recursos de procesamiento cognitivo a través de los distintos estímulos y las distintas tareas.

La relación entre la atención y el afecto ocurre, tanto cuando se trata de atención selectiva –priorización del procesamiento de uno o más de los estímulos presentes en un momento dado–, como cuando se trata de atención intensiva –priorización del procesamiento relacionado con una tarea concreta–, poniendo de relieve la estrecha conexión entre cognición y afecto.

Al respecto, hay algunos trabajos que nos parecen especialmente relevantes, ya que, aunque específicamente permiten localizar esa relación concreta *atención-afecto*, representan un claro exponente de la relación amplia y general a la que venimos refiriéndonos: cognición-afecto. Así, Williams, Mathews y MacLeod (1996) utilizan la tarea de Stroop, combinando palabras y colores, con el objetivo de averiguar la rapidez de respuesta en personas ansiosas y no ansiosas cuando el criterio de respuesta era sólo el color. Es decir, los experimentadores instrúan a las personas participantes en la investigación para que respondiesen lo antes posible indicando el color en el que estaban escritas las palabras que irían apareciendo, e ignorando la significación de tales palabras. Los investigadores encuentran que, comparadas con las personas que no lo son, las personas ansiosas tardan apreciablemente más en decir el color de las palabras cuando éstas poseen significación de peligro, amenaza, etc., que cuando se trata de palabras neutras. Este hecho, comentan los autores, puede ser interpretado como un sesgo atencional dirigido a la amenaza. Es decir, aunque el objetivo que persiguen los participantes es procesar el color y responder de acuerdo con dicho procesamiento, se produce una interferencia por el sesgo atencional que, cuasi automáticamente, lleva a que el individuo procese también el significado de las palabras. Cuando el significado tiene connotaciones de amenaza, se produce una competitividad de respuesta que enlentece el procesamiento relacionado con la toma de decisiones. Por esa razón, tal como señalan Mathews y Wells (1999), las personas ansiosas tardan más en responder a las palabras con significación amenazante que a las palabras neutras.

Influencia afecto-cognición

Por lo que respecta a la influencia del afecto sobre la cognición, también son variados los trabajos existentes, pudiéndose apreciar en ellos cómo se facilita el procesamiento de aquella información que tiene una cierta similitud o afinidad afectiva con el estado o humor que experimenta una persona en el momento en el que se lleva a cabo la tarea de aprendizaje o la de recuerdo.

Muchos son los diseños que se han llevado a cabo, teniendo todos el denominador común de la influencia del estado afectivo sobre el funcionamiento cognitivo: memoria, atención, juicios, etc. Uno de los procedimientos más utilizados consiste en inducir hipnóticamente un determinado tipo de humor (relacionado con la alegría, o con la tristeza) en las personas participantes. Seguidamente, estas personas tienen que llevar a cabo una prueba que exige un trabajo cognitivo, tras lo cual se comprueba cuál ha sido el rendimiento en esta actividad. Como señalan algunos de los autores que con más frecuencia han realizado este tipo de investigaciones (Bower, 1981, 1991; Forgas, 1992a, 1992b, 1992c; 1995; Mayer, Gaschke, Braverman y Evans, 1992), es necesario que las personas participantes no sepan que las dos partes de la investigación se encuentran relacionadas, por lo tanto su ejecución en la segunda parte del experimento es considerada como un experimento en sí mismo, independiente de cualquier otra actividad que puedan haber realizado con anterioridad.

Una de las orientaciones de investigación que más productiva se ha manifestado en los últimos tiempos es la que trata de establecer la relación existente entre **Humor y Memoria**. Concretamente, en los últimos veinte años, se ha producido una gran proliferación de estudios en los que se ha perfilado la vinculación entre procesos afectivos y procesos cognitivos. La verificación de dicha relación ha sido posible a través del diseño de trabajos en los que se intenta averiguar cuáles son las influencias que ejerce el estado afectivo sobre el recuerdo. Como se puede apreciar, aunque en términos generales hablamos de relación afecto-cognición, en la ejecución experimental se elige aquella variable afectiva que mejor permite la manipulación y la verificación de los resultados. En este caso se trata del estado afectivo, o humor. Los diseños más utilizados se han centrado en establecer la existencia de, por una parte, *una memoria dependiente del humor*, y, por otra parte, *una memoria congruente con el humor*. En ambas posibilidades, como ha enfatizado recientemente Forgas (1999), lo verdaderamente importante es constatar que el afecto en general, el humor, o la emoción en particular, no representan algo incidental en la vida y en la construcción del conocimiento que realiza un ser humano. Más bien, el afecto forma parte inseparable del modo en que una persona percibe el mundo, del modo mediante el cual esa persona almacena, selecciona y recupera la información, y del modo en que esa persona lleva a cabo cualesquiera otras actividades cognitivas en su vida diaria.

Por lo que respecta a la existencia de una memoria dependiente del humor, se propone que el rendimiento en tareas de memoria para un determinado material se incrementa cuando el humor que posee una persona en el momento de recordar coincide con el humor que poseía en el momento de codificar y almace-

nar dicho material. Esta afirmación es congruente con lo que ya propusiera Tulving (1983) al referirse al *Principio de especificidad de codificación*. Este efecto hace referencia a la mayor probabilidad de recordar un determinado material. Concretamente, si una persona experimenta un humor particular, es más probable que recuerde el material que fue aprendido bajo un estado o humor similar al que experimenta en estos momentos (Eich, 1995).

Por lo que respecta a la existencia de una memoria congruente con el humor –o, en este caso, funcionamiento cognitivo en general–, se plantea que el rendimiento cognitivo de una persona es mayor cuando el material que tiene que tratar, tanto si tiene connotaciones de *entrada* –codificación, aprendizaje–, como si tiene connotaciones de *salida* –recuperación, recuerdo–, posee una cualidad afectiva que coincide con el estado o humor que esa persona posee en ese momento. Consiguientemente, el procesamiento congruente con el humor puede ser de dos tipos: por una parte, el que tiene que ver con la codificación, o aprendizaje, y, por otra parte, el que tiene que ver con la recuperación, o recuerdo.

En cuanto a la codificación congruente con el humor, es algo que con frecuencia se aprecia en las investigaciones. La codificación congruente con el humor se define como el incremento en el aprendizaje de aquel material que posee un tono o cualidad afectiva congruente o similar al estado o humor que posee una persona en ese momento. Como indica Forgas (1995), los mejores rendimientos que se aprecian cuando existe congruencia entre material y estado afectivo se deben a que las asociaciones que se producen son mucho más elaboradas.

En cuanto a la recuperación congruente con el humor, aunque también ocurre, es más difícil de establecer. La recuperación congruente con el humor puede ser definida como un incremento en el recuerdo de aquel material que posee un tono afectivo congruente o afín con el que experimenta la persona en este momento. Uno de los experimentos en los que con mayor claridad se pudo apreciar este tipo de relación es el que llevaron a cabo Burke y Mathews (1992), quienes pusieron de relieve que las personas ansiosas recuerdan un mayor número de situaciones y términos ansiógenos que las personas no ansiosas. No obstante, como indican Ellis y Moore (1999), estos resultados pueden ser engañosos, pues también se podría defender que el material que recupera y recuerda una persona en un momento dado, material que es congruente con el estado que experimenta esa persona en el momento de llevar a cabo la actividad de recuerdo, posee el tono o cualidad afectiva que tenía esa persona cuando dicho material fue codificado o aprendido. Por lo tanto, en este tipo de experimentos, no sólo se estaría constatando la recuperación congruente con el humor, pues, si bien es cierto que de una forma implícita, también se estaría poniendo de relieve la codificación o aprendizaje

congruente con el humor. Por otra parte, se ha podido constatar la existencia de efectos claros congruentes con el humor en muchos tipos de humor, aunque en el caso de la ansiedad clínica los resultados son bastante confusos. De las dos posibilidades, la de codificación o aprendizaje y la de recuperación o recuerdo, aquélla es la más robusta en cuanto a los efectos sistemáticos que suele producir.

En última instancia, aunque existe un cierto parecido entre el efecto de la memoria dependiente del humor y el efecto de la memoria congruente con el humor, es conveniente reseñar las diferencias entre ambos efectos, porque las hay. Así, podemos establecer que la diferencia que existe entre la memoria dependiente del humor y la memoria congruente con el humor consiste en que, en aquélla, lo importante es la **asociación** entre el material y el estado o humor, mientras que, en ésta, lo importante es la **consistencia** entre el material y el estado o humor. Es decir, en la memoria dependiente del humor, el efecto se produce entre un estado o humor particular y el material que, independientemente de su valencia o cualidad afectiva, fue aprendido en un momento en el que la persona experimentaba un estado o humor similar al que experimenta en este momento. Por su parte, en la memoria congruente con el humor, el efecto se produce entre un estado o humor particular y el material que, de forma natural, posee la misma valencia o cualidad afectiva que el estado o humor que se experimenta en ese momento.

Uno de los autores pioneros en este tipo de trabajos ha sido Bower (1981), quien propone una hipótesis en la que claramente se aprecia la relación existente entre variables afectivas y variables cognitivas. Para verificar esta eventual relación, Bower lleva a cabo una serie de experimentos en los que puede constatar la existencia de una conexión entre estado afectivo y procesos de aprendizaje y de memoria. De hecho, en uno de los experimentos más conocidos de este autor (Bower, Monteiro y Gilligan, 1978), los investigadores conforman dos grupos de personas –tristes y alegres– para que aprendan listas de palabras. Luego, cuando quiere verificar los efectos del humor o estado afectivo sobre la memoria, Bower encuentra que, si las personas se encuentran en el mismo estado o humor –triste o alegre– que cuando llevaron a cabo el aprendizaje, el rendimiento –recuerdo de palabras– era mucho mejor que si las personas trataban de recordar dichas palabras en un estado o humor diferente al que experimentaban cuando ocurrió el aprendizaje. Es un ejemplo claro del efecto de la memoria dependiente del humor.

En este modelo, genéricamente denominado *Teoría de la red asociativa*, y propuesto de forma independiente por el propio Bower (1981), así como por el grupo de Isen (Clark e Isen, 1982; Isen, Shalke, Clark y Karp, 1978), se establece que el estado afectivo o el humor juegan un papel relevante en el tipo y profundidad del procesamiento cognitivo que la persona lleva a cabo en cada caso. Los

estados emocionales son representados como *nodos* en la memoria semántica. Concretamente, los autores proponen un sistema en el que la emoción (aunque los autores se refieren a la emoción, es más correcto hablar de estado afectivo o humor) sería un nodo más, que posibilitaría la organización de los contenidos de información cuando éstos son adquiridos (aprendizaje), y que influiría en los procesos de recuperación de esa información desde los sistemas de memoria (recuerdo). Así, la activación de un nodo afectivo concreto daría como resultado la mayor accesibilidad a todo aquel material almacenado en la memoria que es congruente con la cualidad emocional del nodo activado. Es decir, se produce un sesgo específico en el procesamiento de la información, incrementándose la probabilidad de que se procese aquella que se codificó mientras el individuo experimentaba un humor similar al que experimenta en el momento de llevar a cabo la tarea de recuerdo. Como señala el propio Bower (1981): “...*los estados afectivos poseen un nodo o unidad específica en la memoria, que también se encuentra unido con otras proposiciones que describen eventos de la propia vida, durante los cuales se produjo esa emoción* (o estado afectivo), ...*(consiguientemente)...la activación de un nodo de emoción particular también desencadena la activación en aquellas otras estructuras de la memoria con las que está conectado*” (Bower, 1981, p. 135).

No obstante, los resultados obtenidos no siempre van en el mismo sentido, haciendo que algunos autores (Bower, 1992; Eich, 1995; Eich, Macaulay y Ryan, 1994) traten de dilucidar qué es lo que verdaderamente hace que en unas ocasiones aparezca el efecto y en otras ocasiones no se produzca. En este orden de cosas, parece que existen algunos aspectos que juegan un papel destacado en el efecto de la memoria dependiente del estado o humor. Son los siguientes:

- a) La memoria dependiente del humor no se ve afectada por el tipo de procedimiento usado a la hora de provocar en las personas un determinado estado o humor, aunque bien es cierto que sólo se han investigado algunas dimensiones afectivas relacionadas con las emociones de tristeza, ira o alegría.
- b) Los efectos producidos por la memoria dependiente del humor son más evidentes cuando se contrastan estados (p.e. tristeza vs. alegría) que cuando se compara alguno de los tres humores reseñados con un estado o humor neutro.
- c) Los efectos de la memoria dependiente del humor son más notables cuanto mayor es la intensidad del humor bajo el que se lleva a cabo el proceso de aprendizaje.

- d) Los efectos de la memoria dependiente del humor son más débiles cuando se tratan de verificar en tareas de laboratorio que cuando se llevan a cabo utilizando material procedente de la vida real de las personas implicadas.

En este orden de cosas, una de las formulaciones que se proponen para arrojar un poco de luz al asunto es aquella que trata de explicar los fallos y disminuciones en el rendimiento memorístico asociados al estado o humor a partir de un planteamiento motivacional. Así, se esgrime que, en algunas situaciones, las personas experimentan una importante disminución en su motivación, de tal suerte que, aunque se pueda demostrar que su funcionamiento cognitivo es correcto, o puede serlo, y, aunque se contemplen las dos posibilidades de humor o estado afectivo –alegre y triste– la ausencia de motivación podría explicar las deficiencias en el proceso de recuerdo. No obstante, como indican Varner y Ellis (1998), este acercamiento no parece aportar mucha información esclarecedora al asunto de la relación entre procesos cognitivos y procesos afectivos.

Por último, otro ámbito particular en el que se ha podido constatar la influencia de los procesos afectivos sobre los procesos cognitivos tiene que ver con la relación entre **humor y atención**. En efecto, se ha podido apreciar que en aquellas situaciones que se caracterizan por una sobrecarga o colapso estimulativo, así como en aquellas tareas que implican una gran complejidad, la persona tiende a seleccionar una parte de la estimulación, o una parte de la tarea. En ese proceso de selección, al que podemos denominar *atención selectiva*⁶, el estado afectivo o humor en el que se encuentra esa persona representa una variable clave para entender qué tipo de selección realiza, así como hacia dónde focaliza su atención. La persona selecciona una muestra concreta de entre toda la información disponible, bien por su propio interés, bien por su propia salubridad (Niedenthal y Setterlung, 1994). En estas situaciones, la información congruente con el humor que experimenta esa persona es la que con mayor probabilidad recibe su atención, siendo procesada. Por el contrario, toda aquella información que es neutral o incongruente con el humor experimentado es ignorada –hasta donde puede ser ignorada. Por regla general, se tiende a procesar con mayor profundidad, estableciendo vinculaciones asociativas más elaboradas, y por tanto aprendiendo mejor y

⁶ Recuérdese lo que comentábamos anteriormente al referirnos a la atención selectiva en términos de limitación de los recursos cognitivos. Ahora señalamos que el humor o estado afectivo en el que se encuentra una persona en un momento dado puede ser el desencadenante, o uno de ellos, de dicha limitación de recursos cognitivos, abocando al individuo a tener que elegir o seleccionar un conjunto más o menos reducido de estímulos sobre el que focalizará su atención.

más rápidamente, todo aquel material que es congruente con el humor –es el mecanismo de entrada, o de codificación al que ya nos hemos referido al exponer el proceso de *memoria congruente con el humor*.

Algo parecido ocurre en lo que respecta a la relación entre afecto y asociaciones e interpretaciones. En este orden de cosas, se conoce desde hace tiempo (Heider, 1958) que el estado o humor puede ejercer una suerte de influencia o sesgo a la hora de llevar a cabo la interpretación y la evaluación de un estímulo o situación, sobre todo cuando el evento en cuestión reviste complejidad, o se trata de una situación social con mucha información. Como señala Bower (1991), una de las situaciones en las que mejor se aprecia esta influencia se refiere a aquellos momentos en los que la ausencia de una información completa, o la existencia de una ambigüedad en la información, permiten que ocurra un proceso constructivo, “*de arriba hacia abajo*”, en el que las directrices son dictadas por el estado afectivo actual o humor que experimenta esa persona en ese momento. Sin embargo, como se ha podido verificar en varios trabajos (Forgas, 1994a, 1994b, 1999), el efecto del estado o humor apenas es significativo cuando el proceso constructivo es menor o no existe. Por último, también se han realizado estudios en los que se aprecia que el estado afectivo o humor tiene una gran repercusión sobre el modo que tiene una persona de realizar juicios y percibir las relaciones sociales, e incluso la forma de enjuiciar y percibirse a sí misma (Sedikides, 1995).

RESEÑA FINAL

A lo largo de las páginas anteriores hemos podido observar cómo la relación entre la Motivación, la Emoción y la Cognición ha ido evolucionando hasta nuestros días. Observando las características de cada proceso, podemos apreciar que, aunque existen diferencias entre los procesos, éstos son complementarios entre sí a la hora de entender la dinámica conductual. La tradición en el estudio de los procesos de Motivación y Emoción pone de relieve la existencia de dos grandes vertientes: por una parte, la consideración de ambos procesos como entidades individuales, y, por otra parte, la consideración de dichos procesos desde el plano de la interacción que existe entre ellos. Sin embargo, en la actualidad, aunque se siguen manteniendo esas dos posibilidades de estudio –que se sustentan en sólidos y verificados argumentos–, se está abriendo paso una orientación que parece imprescindible para comprender en su conjunto el complejo entramado que representa la dinámica conductual, al menos en el ser humano. Esto es, en los últimos años se están retomando las clásicas premisas en las que se considera la interacción continuada e inseparable de la cognición, el afecto y la motivación, que, como

señalara Hilgard (1980), son las tres dimensiones necesarias para entender la relación que establece un ser humano con su medio ambiente.

Probablemente, si queremos llevar a cabo un análisis detallado de la conducta de un ser humano, tengamos que recordar aquellas premisas que introducía McDougall (1908/1950), para quien toda conducta es básicamente instintiva. La tarea de los investigadores tiene que ver con el descubrimiento y clasificación de los diversos instintos (motivos) para conocer y entender la motivación. Para McDougall (1970), los instintos son algo más que meras disposiciones para reaccionar de un modo concreto. De hecho, el instinto, dice McDougall, tiene que ser considerado como una disposición psicológica innata o heredada para percibir y prestar atención a los objetos o estímulos de un determinado tipo, así como para actuar respecto a ellos de un modo determinado, o al menos para experimentar un impulso relacionado con dicha acción. Cada instinto está conformado por tres componentes: el cognitivo, el afectivo y el conativo. El componente cognitivo tiene que ver con el conocimiento que el sujeto tiene acerca de un objeto que puede satisfacer el instinto. El componente afectivo es el sentimiento que el objeto produce en el sujeto. El componente conativo representa el esfuerzo del sujeto para aproximarse hacia, o alejarse de, un objeto. Los componentes cognitivo y conativo son susceptibles de ser modificados a partir de las experiencias y del aprendizaje, pero el componente afectivo es inmodificable. Así, según la argumentación de McDougall (1970), cada conducta consta de: a) pensamientos acerca de las metas que satisfarán el motivo, b) emociones subjetivas que se producen a causa de dicha conducta, c) esfuerzo propositivo para alcanzar la meta. Es decir, la conducta consta de Motivación, Emoción y Cognición. De ahí la necesaria consideración, de forma constantemente interactiva, de los tres procesos reseñados.

En suma, parece que, de nuevo, nos enfrentamos al mito del *eterno retorno*. Podemos comprobar cómo son *descubiertos* argumentos, conceptos y procedimientos que, en muchas ocasiones, nos hacen pensar que avanzamos hacia el pasado.

REFERENCIAS

- Adolphs, R. y Damasio, A.R. (2000). Neurobiology of emotion at a systems level. En J.C. Borod (Ed.), *The Neuropsychology of Emotion* (pp. 194-213). Oxford: Oxford University Press.
- Adolphs, R. y Damasio, A.R. (2001). The interaction of affect and cognition: A neurobiological perspective. En J.P. Forgas (Ed.), *Handbook of affect and social cognition* (pp. 27-49). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.

- Aspinwall, L.G. y Taylor, S.E. (1997). A stitch in time: self-regulation and proactive coping. *Psychological Bulletin*, 121, 417-436.
- Austin, J.T. y Vancouver, J.B. (1996). Goal constructs in psychology: structure, process, and content. *Psychological Bulletin*, 120, 338-375.
- Beck, A.T. (1976). *Cognitive Therapy and the Emotional Disorders*. Nueva York: International University Press.
- Beck, A.T.; Rush, A.J.; Shaw, B.F. y Emery, G. (1979). *Cognitive Therapy for Depression*. Nueva York: Guilford.
- Blaney, P. (1986). Affect and memory: A review. *Psychological Bulletin*, 99, 229-246.
- Bower, G.H. (1981). Mood and memory. *American Psychologist*, 36, 129-148.
- Bower, G.H. (1991). Mood congruity of social judgments. En J.P. Forgas (Ed.), *Emotion and Social Judgments* (pp. 31-53). Oxford: Pergamon.
- Bower, G.H. (1992). How might emotions affect learning? En S.A. Christianson (Ed.), *The Handbook of Emotion and Memory: Research and Theory* (pp. 3-31). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Bower, G.H. y Mayer, J.D. (1989). In search of mood dependent retrieval. En D. Kuiken (Ed.), *Mood and Memory: Theory, Research and Applications. Special Issue of Journal of Social Behavior and Personality*, 4, 121-156.
- Bower, G.H.; Monteiro, K.P. y Gilligan, S.G. (1978). Emotional mood as a context for learning and recall. *Journal of Verbal Learning and Verbal Behavior*, 17, 573-585.
- Buck, R. (1988). *Human Motivation and Emotion. Segunda edición*. Nueva York: Wiley.
- Buck, R. (2000). The epistemology of reason and affect. En J.C. Borod (Ed.), *The Neuropsychology of Emotion* (pp. 31-55). Oxford: Oxford University Press.
- Buck, R. y Ginsburg, B. (1997). Communicative genes and the evolution of empathy. En W. Ickes (Ed.), *Empathic Accuracy* (pp. 17-43). Nueva York: Guilford Press.
- Burke, M. y Mathews, A.M. (1992). Autobiographical memory and clinical anxiety. *Cognition and Emotion*, 6, 23- 35.
- Camuñas, N.; Pérez, M.A.; Ferrándiz, P.; Miguel-Tobal, J.J.; Cano-Vindel, A. e Iruarrizaga, I. (1999). Ansiedad, depresión e ira: Relaciones entre el estilo atribucional y las emociones negativas. *Ansiedad y Estrés*, 5(2-3), 175-189.
- Cano-Vindel, A. y Miguel-Tobal, J.J. (1992). Anxiety, Control, and Repressive Style of response. *Comunicación presentada en la 13th International Conference of the Stress and Anxiety Research Society*. Lovaina (Bélgica).

- Cano-Vindel, A.; Sirgo, A. y Díaz, M.B. (1999). Control, defensa y expresión de emociones: relaciones con la salud y la enfermedad. En E.G. Fernández-Abascal y F. Palmero (Eds.), *Emociones y Salud* (pp. 69-87). Barcelona: Ariel.
- Carnevale, P.J.D. e Isen, A.M. (1986). The influence of positive affect and visual access on the discovery of integrative solutions in bilateral negotiation. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 37, 1-13.
- Clark, D.M. (1997). Panic disorder and social phobia. En D.M. Clark y C.G. Fairburn (Eds.), *Science and Practice of Cognitive Behaviour Therapy* (pp. 121-153). Oxford: Oxford University Press.
- Clark, M.S. e Isen, A.M. (1982). Towards understanding the relationship between feeling states and social behavior. En A.H. Hastorf y A.M. Isen (Eds.), *Cognitive Social Psychology* (pp. 73-108). Nueva York: Elsevier-North Holland.
- Clark, M.S. y Williamson, G.M. (1989). Mood and social judgments. En H.L. Wagner y A.S.R. Manstead (Eds.), *Handbook of Social Psychophysiology* (pp. 347-370). Chichester, Reino Unido: John Wiley.
- Dalgleish, T.; Mathews, A. y Wood, J. (1999). Inhibition processes in cognition and emotion: A special case? En T. Dalgleish y M. Power (Eds.), *Handbook of Cognition and Emotion* (pp. 243-265). Chichester: Wiley.
- Deckers, L. (2001). *Motivation. Biological, Psychological, and Environmental*. Boston: Allyn and Bacon.
- Dreikurs, E. (2000). *Motivation. A Biosocial and Cognitive Integration of Motivation and Emotion*. Nueva York: Oxford University Press.
- Drevets, W.C. y Raichle, M.E. (1998). Reciprocal suppression of regional cerebral blood flow during emotional versus higher cognitive processes: Implications for interactions between emotion and cognition. *Cognition and Emotion, Vol 12(3)*, 353-385.
- Eich, E. (1995). Searching for mood dependent memory. *Psychological Science*, 6, 67-75.
- Eich, E.; Macaulay, E. y Ryan, L. (1994). Mood dependent memory for events of the personal past. *Journal of Experimental Psychology: General*, 123, 201-215.
- Ellis, H.C. y Moore, B.A. (1999). Mood and memory. En T. Dalgleish y M. Power (Eds.), *Handbook of Cognition and Emotion* (pp. 193-210). Chichester: Wiley.
- Erdelyi, M.H. (1990). Repression, reconstruction and defense: history and integration of the psychoanalytic and experimental frameworks. En J.L. Singer (Ed.), *Repression and Dissociation: Implications for Personality Theory*,

- Psychopathology, and Health* (pp. 1-32). Chicago, IL: University of Chicago Press.
- Estrada, C.A.; Isen, A.M. y Young, M.J. (1997). Positive affect facilitates integration of information and decreases anchoring in reasoning among physicians. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 72, 117-135.
- Estrada, C.A.; Young, M.J. e Isen, A.M. (1994). Positive affect influences creative problem solving and reported source of practice satisfaction in physicians. *Motivation and Emotion*, 18, 285-299.
- Eysenck, H.J. (1995). Mental health and physical disease: A new paradigm. *Journal of Mental Health*, Vol 4(3): 221-225.
- Eysenck, M.W. (1992). *Anxiety: The Cognitive Perspective*. Hove: Erlbaum.
- Forgas, J.P. (1992a). Affect in social judgments and decisions: a multi-process model. En M. Zanna (Ed.), *Advances in Experimental Social Psychology*. Vol. 25 (pp. 227-275). Nueva York: Academic Press.
- Forgas, J.P. (1992b). On bad mood and peculiar people: affect and person typicality in impression formation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 863-875.
- Forgas, J.P. (1992c). Affect and social perceptions: research evidence and an integrative model. En W. Stroebe y M. Hewstone (Eds.), *European Review of Social Psychology*. Vol. 3 (pp. 183-224). Chichester: Wiley.
- Forgas, J.P. (1994a). The role of emotion in social judgments: an introductory review and an Affect Infusion Model (AIM). *European Journal of Social Psychology*, 24, 1-24.
- Forgas, J.P. (1994b). Sad and guilty? Affective influences on the explanation of conflict episodes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 56-68.
- Forgas, J.P. (1995). Mood and judgment: the Affect Infusion Model (AIM). *Psychological Bulletin*, 117, 1-28.
- Forgas, J.P. (1999). Network theories and beyond. En T. Dalgleish y M. Power (Eds.), *Handbook of Cognition and Emotion* (pp. 591-611). Chichester: Wiley.
- Forgas, J.P. y Bower, G.H. (1988). Affect in social and personal judgments. En K. Fiedler y J.P. Forgas (Eds.), *Affect, Cognition and Social Behavior* (pp. 183-208). Toronto: Hogrefe.
- Garssen, B. y Goodkin, K. (1999). On the role of immunological factors as mediators between psychosocial factors and cancer progression. *Psychiatry Research*, Vol. 85(1), 51-61.

- Gollwitzer, P.M. y Bargh, J.A. (Eds.)(1996). *The Psychology of Action: Linking Cognition and Motivation to Behavior*. Nueva York: The Guilford Press.
- Harris, P. (1995). The development of pragmatic and non-pragmatic motivation: Commentary. *Human Development*, 38(4-5), 235-238.
- Heider, F. (1958). *The Psychology of Interpersonal Relations*. Nueva York: Wiley.
- Hilgard, E.R. (1980). The trilogy of mind: Cognition, affection, and conation. *Journal of the History of the Behavioral Sciences*, 16, 107-117.
- Isen, A.M. (1990). The influence of positive and negative affect on cognitive organization. En N.L. Stein, E. Leventhal y T. Trabasso (Eds.), *Psychological and Biological Approaches to Emotion* (pp. 75-94). Hillsdale, Nueva Jersey: LEA.
- Isen, A.M. (1998). On the relationship between affect and creative problem solving. En S.W. Russ (Ed.), *Affect, Creative Experience, and Psychological Adjustment* (pp. 3-17). Philadelphia: Brunner/Mazel.
- Isen, A.M. (1999). Positive affect. En T. Dalgleish y M. Power (Eds.), *Handbook of Cognition and Emotion* (pp. 521-539). Chichester: Wiley.
- Isen, A.M.; Ashby, F.G. y Waldron, E. (1997). The sweet smell of success. *Aromacology Review*, VI(3), 1, 4-5.
- Isen, A.M.; Shalker, T.E.; Clark, M. y Karp, L. (1978). Affect, accessibility of material and memory, and behavior: a cognitive loop? *Journal of Personality and Social Psychology*, 36, 1-12.
- Izard, C.E. (1994). Innate and universal facial expressions: evidence from the developmental and cross-cultural research. *Psychological Bulletin*, 115, 288-299.
- James, W. (1890). *Principles of Psychology*. Nueva York: Holt.
- Karniol, R. y Ross, M. (1996). The motivational impact of temporal focus: Thinking about the future and the past. *Annual review of Psychology*, 47, 593-620.
- Lane, R.D.; Nadel, L.; Allen, J.J. y Kaszniak, A.W. (2000). The study of emotion from the perspective of cognitive neuroscience. En R.D. Lane y L. Nadel (Eds.), *Cognitive Neuroscience of Emotion* (pp. 3-11). Nueva York: Oxford University Press.
- Latané, B. y Darley, J.M. (1970). *The Unresponsive Bystander: Why doesn't He Help*. Nueva York: Appleton-Century-Crofts.
- Lazarus, R.S. (1999). The cognition-emotion debate: a bit of history. En T. Dalgleish y M. Power (Eds.), *Handbook of Cognition and Emotion* (pp. 3-19). Chichester: Wiley.
- MacLeod, A.K. (1999). Prospective cognitions. En T. Dalgleish y M. Power (Eds.), *Handbook of Cognition and Emotion* (pp. 267-280). Chichester: Wiley.

- Mathews, A. y MacLeod, C. (1994). Cognitive approaches to emotion and emotional disorders. *Annual Review of Psychology*, 45, 25-50.
- Matthews, G. y Wells, A. (1999). The cognitive science of attention and emotion. En T. Dalgleish y M. Power (Eds.), *Handbook of Cognition and Emotion* (pp. 171-192). Chichester: Wiley.
- Mayer, J.D.; Gaschke, Y.N.; Braverman, D.L. y Evans, T.W. (1992). Mood congruent judgment is a general effect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 119-132.
- McDougall, W. (1908/1950). *An Introduction to Social Psychology*. 30ª. edición. Londres: Methuen.
- McDougall, W. (1970). The nature of instincts and their place in the constitution of the human mind. En W.A. Russell (Ed.), *Milestones in Motivation*. Nueva York: Appleton-Century-Crofts.
- Melchert, T.P. (1996). Childhood memory and a history of different forms of abuse. *Professional Psychology: Research and Practice*, 27, 438-446.
- Mogg, K. y Bradley, B.P. (1999). Selective attention and anxiety: A cognitive-motivational perspective. En T. Dalgleish y M. Power (Eds.), *Handbook of Cognition and Emotion* (pp. 145-170). Chichester: Wiley.
- Niedenthal, P.M. y Setterlung, M.B. (1994). Emotion congruence in perception. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20(4), 401-411.
- Öhman, A. (1999). Distinguishing unconscious from conscious emotional processes: Methodological considerations and theoretical implications. En T. Dalgleish y M. Power (Eds.), *Handbook of Cognition and Emotion* (pp. 321-352). Chichester: Wiley.
- Öhman, A.; Flykt, A. y Lundqvist, D. (2000). Unconscious emotion: Evolutionary perspectives, psychophysiological data, and neuropsychological mechanisms. En R.D. Lane y L. Nadel (Eds.), *Cognitive Neuroscience of Emotion* (pp. 296-327). Nueva York: Oxford University Press.
- Olson, J.M. y Hafer, C.L. (1996). Affect, motivation, and cognition in relative deprivation research. En R.M. Sorrentino y E.T. Higgins (Eds.), *Handbook of Motivation and Cognition, Vol. 3: The Interpersonal Context* (pp. 85-117). Nueva York: The Guilford Press.
- Posner, M.I. (1978). *Chronometric Explorations of Mind*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Power, M.J. y Dalgleish, T. (1997). *Cognition and Emotion: From Order to Disorder*. Hove: Psychology Press.

- Richter, C..P. (1957). On the phenomenon of sudden death in man and animals. *Psychosomatic Medicine*, 19, 191-197.
- Salovey, P. y Rosenhan, D.L. (1989). Mood states and prosocial behavior. En H.L. Wagner y A.S.R. Manstead (Eds.), *Handbook of Social Psychophysiology* (pp. 369-389). Chichester, Reino Unido: John Wiley.
- Schneider, W.; Dumais, S.T. y Shiffrin, R.M. (1984). Automatic and control processing and attention. En E. Parasuraman y D.R. Davies (Eds.), *Varieties of Attention* (pp. 1-28). Nueva York: Academic Press.
- Sedikides, C. (1995). Central and peripheral self-conceptions are differentially influenced by mood: tests of the differential sensitivity hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 759-777.
- Seligman, M.E.P. (1975). *Helplessness: On Depression, Development, and Death*. San Francisco: Freeman.
- Seligman, M.E.P. y Maier, S.F. (1967). Failure to escape traumatic shock. *Journal of Experimental Psychology*, 74, 1-9.
- Shiffrin, R.M. y Schneider, W. (1977). Controlled and automatic human information processing. II. Perceptual learning, automatic attending, and a general theory. *Psychological Review*, 84, 127-190.
- Sorrentino, R.M. y Higgins, E.T. (Eds.)(1986). *Motivation and Cognition. Foundations of Social Behavior*. NuevaYork: Guilford Press.
- Staw, B.M. y Barsade, S.G. (1993). Affect and managerial performance: a test of the sadder-but-wiser vs. happier-and-smarter hypotheses. *Administrative Science Quarterly*, 38, 304-331.
- Steciuk, M.; Kram, M.; Kramer, G.L. y Petty, F. (1999). Decrease in stress-induced c-Fos-like immunoreactivity in the lateral septal nucleus of learned helpless rats. *Brain Research*, Vol. 822(1-2), 256-259.
- Strathman, A.; Gleicher, F.; Boninger, D.S. y Edwards, C.S. (1994). The consideration of future consequences: weighing immediate and distant outcomes of behaviour. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 742-752.
- Subbotsky, E. (1995). The development of pragmatic and non-pragmatic motivation. *Human Development*, 38(4-5), 217-234.
- Taylor, S.E. y Aspinwall, L.G. (1996). Mediating and moderating processes in psychosocial stress: appraisal, coping, resistance and vulnerability. En H.B. Kaplan (Ed.), *Psychosocial Stress: Perspectives on Structure, Theory, Life-course, and Methods* (pp. 71-110). San Diego, CA: Academic Press.

- Toates, F.M. (1995). Animal motivation and cognition. En H. Roitblat y J.A. Meyer (Eds.), *Comparative Approaches to Cognitive Science. Complex Adaptive Systems* (pp. 435-464). Cambridge, MA: The MIT Press.
- Tolman, E.C. (1948). Cognitive maps in rats and men. *Psychological Review*, 55(4), 189-208.
- Traue, H.C. y Pennebaker, J.W. (Eds.)(1993). *Emotion, Inhibition and Health*. Seattle: Hogrefe and Huber.
- Tulving, E. (1983). *Elements of Episodic Memory*. Oxford: Oxford University Press.
- Van der Heijden, A.H.C. (1992). *Selective Attention in Vision*. Londres: Routledge.
- Varner, L.J. y Ellis, H.C. (1998). Cognitive activity and physiological arousal: processes that mediate mood-congruent memory. *Memory and Cognition*, 26, 939-950.
- Waikar, S.V. y Craske, M.G. (1997). Cognitive correlates of anxious and depressive symptomatology: An examination of the helplessness/Hopelessness model. *Journal of Anxiety Disorders*, 11, 1-16.
- Watson, D.; Clark, L.A. y Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063-1070.
- Williams, J.M.G.; Mathews, A. y MacLeod, C. (1996). The emotional Stroop task and psychopathology. *Psychological Bulletin*, 120, 3-24.
- Wright, R.A. (1996). Brehm's theory of motivation as a model of effort and cardiovascular response. En P.M. Gollwitzer y J.A. Bargh (Eds.), *The Psychology of Action: Linking Cognition and Motivation to Behavior* (pp. 424-453). Nueva York: The Guilford Press.