Tema 5: L'EMOCIÓ. Aproximacions teòriques a l'estudi de l'emoció

CONTINGUTS

0. **Concepte i processos emoció**
1. **Funcions i dimensions Emoció**
2. Perspectives fisiològiques de l'emoció
3. Perspectives cognitives de l'emoció
4. Perspectiva conductual social i cultural de l'emoció
5. Procediments d'investigació de l'emoció

Referències Bibliogràfiques:

Fernández-Abascal y cols (2003) Editorial: Madrid: Centre d'Estudis Ramón Areces.

Chóliz , M (2005): Psicología de la emoción: el proceso emocional www.uv.es/=choliz

Psicologia de la Motivació i Emoció
Grau Psicologia: Universitat de València

Mª José Monteagudo Soto
Materials docents de suport a l'alumne

Concepte i estudi de l'emoció: fragmentari

Cada model teòric defineix l'emoció en funció de les variables que creu que hi intervenen.

Wundt (1896): teoria tridimensional del sentiment que defensa que aquests es poden analitzar en funció de tres dimensions: grat-desgrat; tensió-relaxació i excitació-calma..

*La **categoria afectiva**: importància de percepció nivell d'activació y el de* grat-desgrat

James (1884)

"Mi tesis [...] es que los cambios corporales siguen directamente a la percepción del hecho desencadenante y que nuestra sensación de estos cambios según se van produciendo es la emoción." (pág. 59)

*La **categoria expressiva**: Importància respostes emocionals externament observables*

Darwin (1872)

"[...] la mayoría de las expresiones faciales y de los gestos usados involuntariamente por el hombre y los animales inferiores se produce debido a la influencia de varias emociones [...]." (pág. 59)

*La **categoria afectiva-cognitiva**.* p. perceptius valoració situació i etiquetatge d'emocions.

Shachter (1964)

"[...] un estado emocional se puede considerar una función de un estado de activación fisiológico y de una cognición apropiada de este estado de activación. [...] La cognición determina si un estado fisiológico de *arousal* puede etiquetarse como rabia, alegría o cualquier otro." (págs. 50-51)

*La **categoria multidimen***

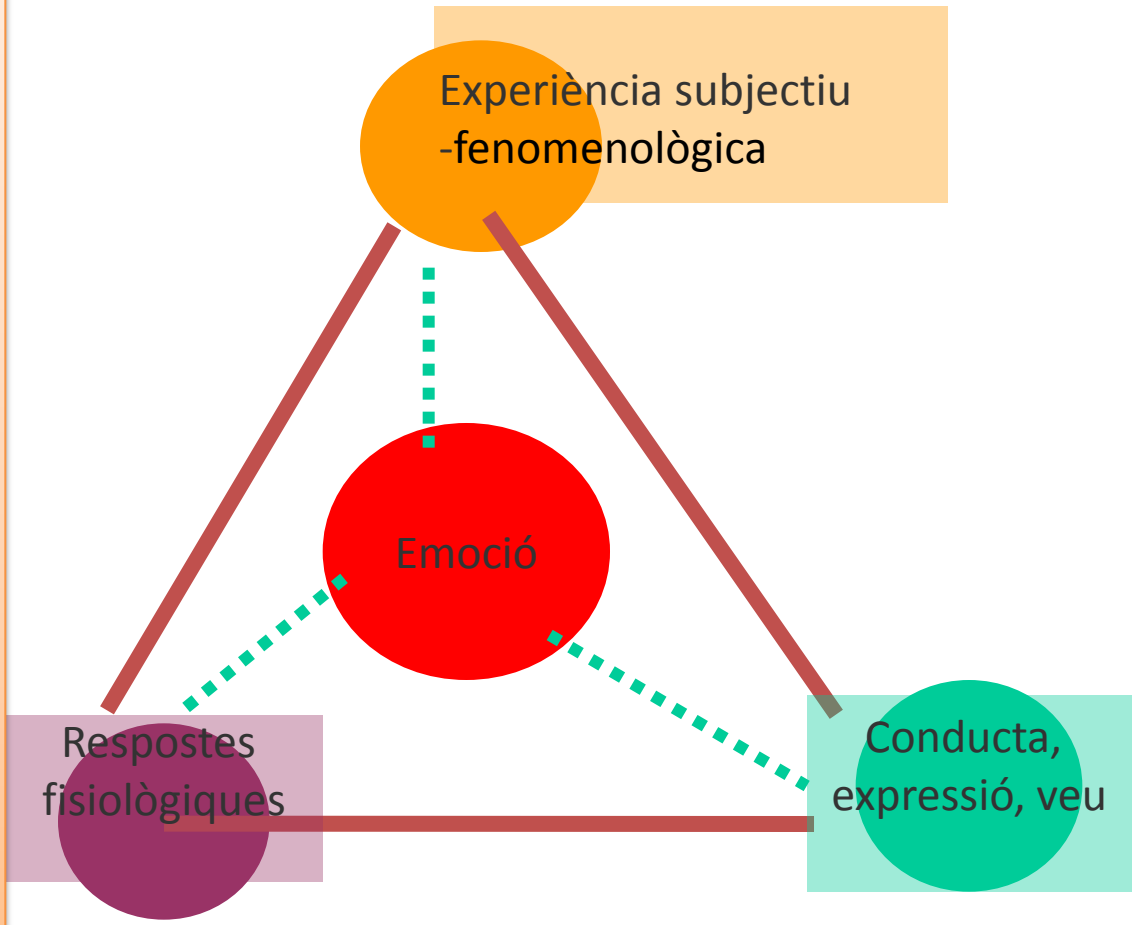
cognitius, fisiològics i expressius,

Izard (1977)

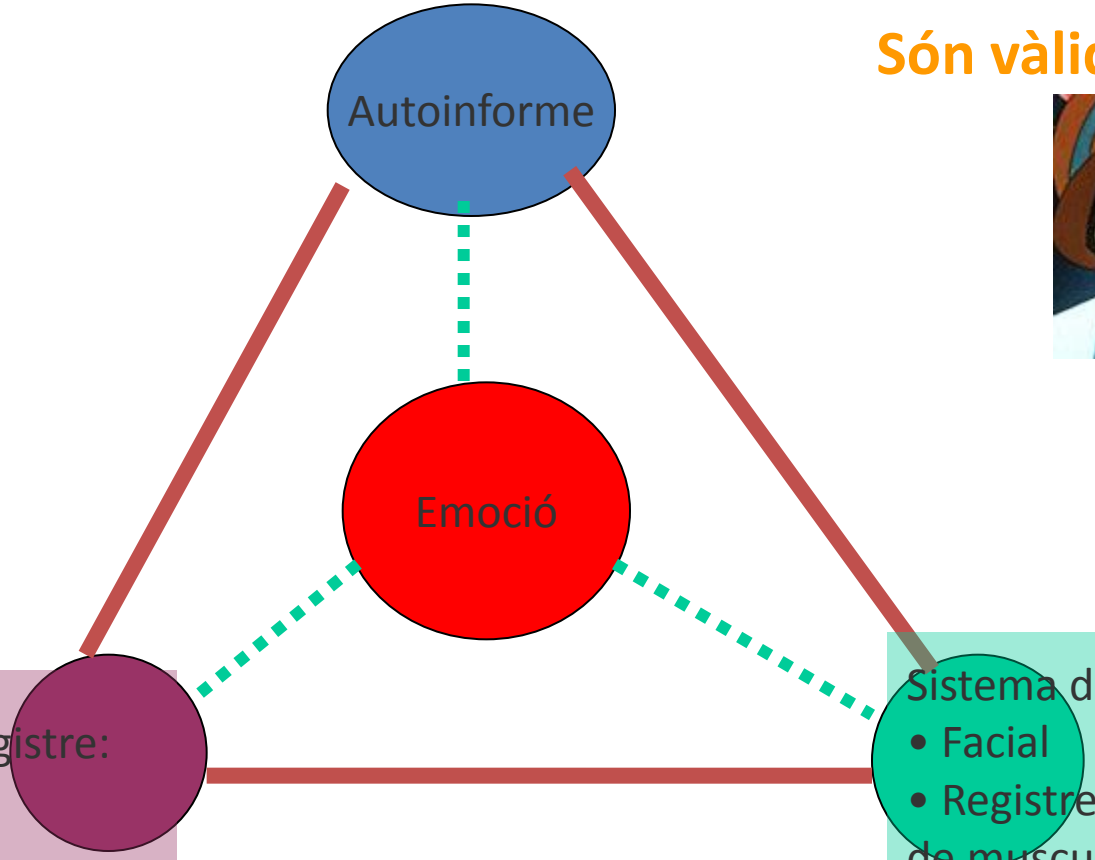
"Una definición completa de emoción debe tener en cuenta estos tres componentes o aspectos: (a) la experiencia o sentimiento de la emoción, (b) los procesos que ocurren en el cerebro y en el sistema nervioso periférico, y (c) los patrones de conducta expresiva observable, en particular la expresión facial." (pág. 4).

Emoció: experiència **multidimensional** amb almenys tres sistemes de resposta: **cognitiu/subjectiu; conductual/expressiu i fisiològic/adaptatiu**

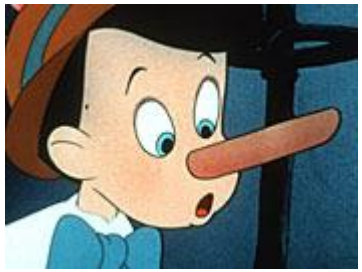
"Aquesta multidimensionalitat ens porta a entendre avui les emocions com un procés que implica una sèrie de condicions desencadenants, l'existència d'experiències subjectives, diversos nivells de processament cognitiu, canvis fisiològics (activació), patrons expressius i de comunicació (expressió emocional), que té uns efectes motivadors (mobilització per a l'acció) i una finalitat que és l'adaptació a un entorn en continu canvi."



Les emocions s'infereixen a partir de les **dades** de l'emoció



Són vàlids?



Sistema de registre:
- SNC
- S perifèric

Sistema de codificació:
- Facial
- Registre poligràfic de musculatura facial
- Anàlisi espectre vocal
- Observació comportamental

Procés emocional:

Inici: Percepció canvis interns i externs.

Exemples desencadenants: per exemple, estímuls perillosos: por.

Desenvolupament: avaluació valorativa:

- **Avaluació:**

Automàtica i baix nivell de consciència

- Novetat, grat intrínsec
- **Valoració**:

Major nivell de consciència i experiència subjectiva

- *Significació: rellevant o no/congruent o no*
- Afrontament: *Puc fer alguna cosa per controlar la situació o no (Teoria Atribucions* Weiner*)*
- *Normes: Valorem reacció segons normes,* importància *emocions secundàries,* importància *biaixos*
- *Estils de processament: des de més repressius (evitar o retirar atenció al E-) a més sensibles (supervisar, tractar de fer front al E-)*
- *Actituds emocionals cognitives*: biaixos que actuen en valorar situació preparant recursos psicològics per a un tipus de situació emocional específica (per exemple, traure sang; no por, però si proacció ansiosa)
- **Activació:** Una vegada activada l'emoció, aquesta resposta és de caràcter multifactorial
- *Experiència subjectiva: sentiments que produeix la resposta emocional (plaer/*displaer)
- *Expressió corporal: comunicació emocions (expressió facial, postures, entonació)*
- *Afrontament*: *canvis comportamentals per a l'acció*: (*per exemple, por: fugida o fuita)*
- *Suport fisiològic: canvis en SNC, S Perifèric, i S endocrí*
- **Manifestació emocional:** Com manifestar una emoció: Influencia aprenentatge i cultura
- Podem observar manifestacions mdt: autoinformes, comunicació no verbal, r. fisiològiques

Funcions de les emocions

Segons Reeve (1994), l'emoció té tres funcions principals: adaptatives, socials i motivacionals.

Adaptativa

—F. principal: **Preparar l'organisme perquè execute eficaçment la conducta exigida per les condicions ambientals**, **mobilitzant** l'energia necessària per a això, així com **dirigint** la conducta (apropant o allunyant) cap a un objectiu determinat.

—Perspectiva adaptativa: especial interès en l'estudi de l'expressió de les emocions, anàlisi diferencial de les emocions bàsiques, estudis transculturals d'aquestes i funcions específiques que representen.

Plutchik *(1980)*
Alegria-reproducció
Sorpresa-exploració
Por-protecció
Fàstic-rebuig
Tristesa-reintegració
Ira-autodefensa

Socials

Facilitar la interacció social, controlar la conducta dels altres.

—**Permetre la comunicació dels estats afectius** o **promoure la conducta prosocial.**

Per exemple, emocions com la **felicitat** afavoreixen els vincles socials i les relacions interpersonals, mentre que la **ira** pot generar repostes d'evitació o de confrontació.

Efecte principal: "Comunicar el nostre estat d'ànim".

Motivacionals

—Tota conducta motivada produeix una reacció emocional i a la vegada **l'emoció facilita l'aparició d'unes conductes motivades i no unes altres.**

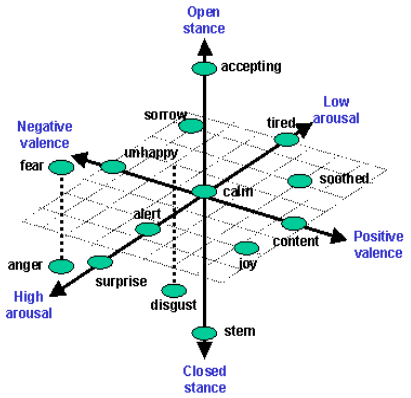
Per exemple:

—**La còlera**: reaccions defensives.

—**L'alegria**: l'atracció interpersonal.

—**La sorpresa**: l'atenció davant estímuls nous, etc.

Dos enfocaments en l'estudi d'emocions



Estudi dimensional: Defensa l'existència de **dimensions generals** que defineixen el mapa de totes les possibles emocions que poden ser desplegades.

Tres dimensions:

—**València afectiva** (agradable-desagradable) segons valor hedònic +/-.
-**Activació:**
-(Calma a l'entusiasme), segons intensitat de canvis fisiològics.
—**Control**: (controlador de la situació o controlat per la situació) (segons ansietat).

Estudi discret:
Algunes emocions, per exemple les primàries, tenen **característiques distintives** en algun o diversos dels seus elements.
Cº distintius:
Tipus afrontament
Expressió facial
Processament cognitiu propi
Relació amb els instints
Caràcter innat
Adaptació biològica
Descàrrega nerviosa
Independència atribucional
Caràcter primitiu/innat o secundari i social

Emocions bàsiques?

- Antecedent plantejaments de Darwin.
- Es tractaria de **reaccions afectives innates, diferents entre elles, presents en tots els éssers humans i que s'expressen de manera característica.**

Segons Ekman (1999), requisits:

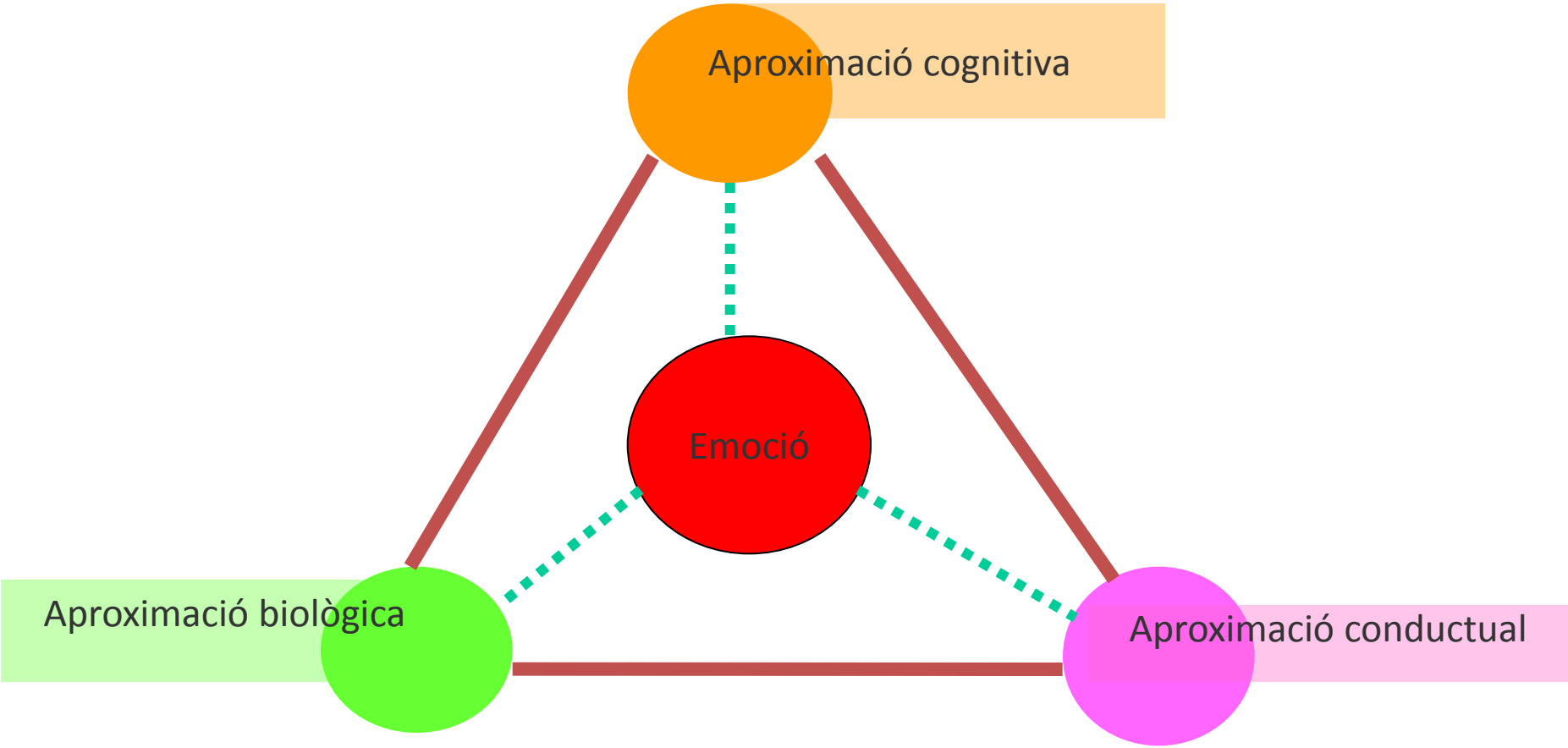
- Presència en altres primats.
- Posseir senyals universals distintives.
- Situacions desencadenants particulars.
- R. fisiològica distintiva.
- Processament cognitiu automàtic.
- Aparició ràpida, durada breu, ocurrència inesperada, i experiència subjectiva característica.

Més consens: alegria, tristesa, ira, sorpresa, por i fàstic

Emocions secundàries: socials, morals o autoconscients

- Aparició a partir dels 2-3 anys
- Requisits:
- Aparició identitat personal
- Desenvolupament procés internalització de normes/imp. aprenentatge
- Capacitat per avaluar la identitat personal d'acord amb aquestes normes

Aproximacions teòriques a l'estudi de les emocions



Aproximació biològica quadre 1.1., pàg. 29

- Correlats biològics de l'emoció:
  - sistema nerviós autònom
  - sistema endocrí
  - circuits cerebrals neuronals
  - taxa d'impuls neuronal
  - retroalimentació facial

Aportacions des de:

- Les teories evolucionistes: *exemple teoria* feedback *facial*
- Les teories "fisiològiques" de l'emoció: *exemple teoria James Lange; Teoria Cannon*
- La neurobiologia: *Funcions SNC i S Límbic: exemple cas Phineas Gage*

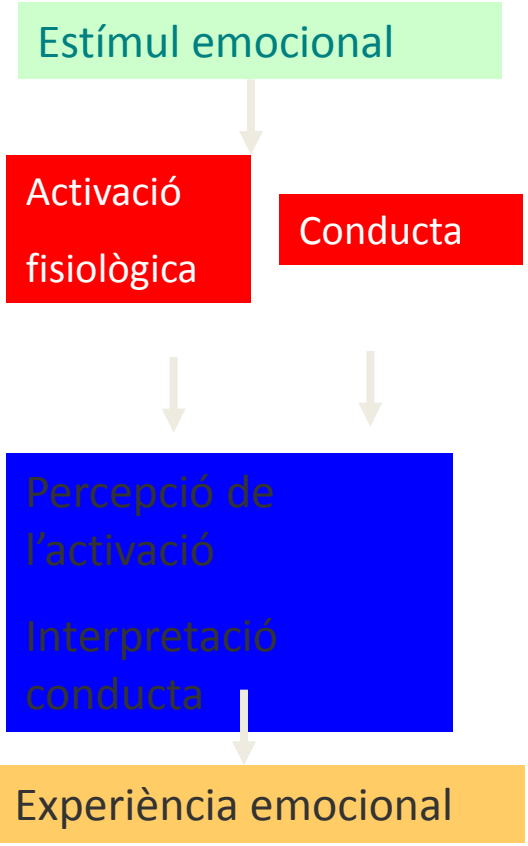
Aportacions relacionades amb els principis evolucionistes

- L'interès pels aspectes **expressius** de l'emoció.
- L'interès pel **valor adaptatiu** de l'emoció.
- La qüestió de la **universalitat** de les expressions emocionals.
- El ***feedback* o retroalimentació facial:** *«és l'expressió facial d'una emoció el que indueix l'experiència subjectiva d'aquesta emoció».pre*

- La teoria de el "*feedback* facial": hi ha dues connexions entre músculs facials i estructures cerebrals.
- 1a connexió: Transmet impulsos cerebrals als músculs de la cara i provoca les expressions facials.
- 2a connexió: Informa retroactivament al cervell sobre l'activació dels músculs facials. La informació retroactiva d'aquests músculs es processa en el cervell i dóna lloc a part de l'experiència emocional.

Principis fisiologicistes

Teoria James- Lange



- James "Què és una emoció?" (1884)
- *Teoria perifèrica de l'emoció*
- Ambdós autors suggereixen que **basem la nostra experiència de l'emoció en la consciència de les respostes fisiològiques o sensacions físiques** als estímuls que provoquen l'emoció, tals com l'augment del nostre ritme cardíac i els espasmes musculars.

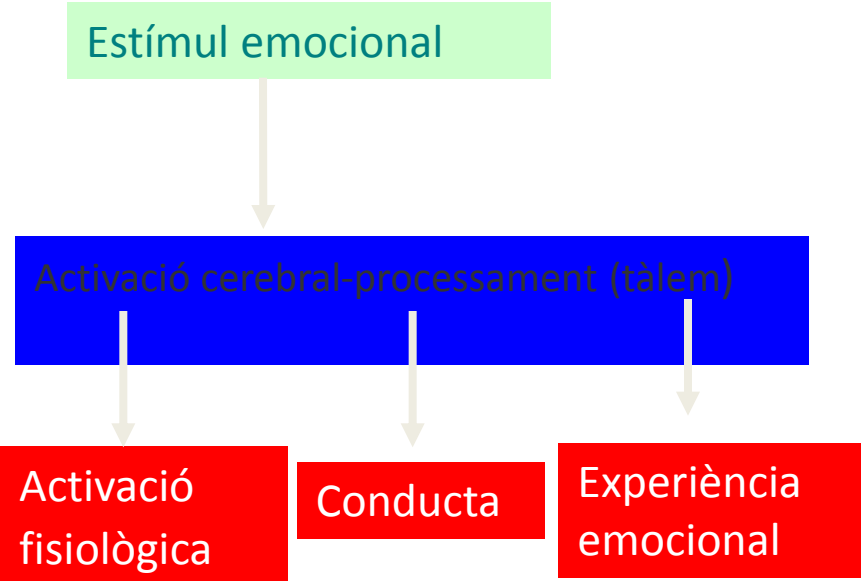
"*Estem tristos perquè plorem i tenim por perquè tremolem.*"

Supòsits:

1. *Cada experiència emocional té un patró fisiològic específic de respostes somatoviscerals i motoricoexpressives: crítica especificitat emocional,* els mateixos canvis viscerals es produeixen en emocions diverses.
2. *Activació fisiològica necessària per a resposta emocional. Crítica necessària activació cerebral a través del tàlem fins a l'escorça.*
3. *Elicitació de patrons d'activació característics* podria reproduir experiència emocional. *Crítica inducció artificial, per exemple, una injecció d'adrenalina no provoca veritables emocions.(G.Marañon)*
4. Hi hauria un patró idiosincràtic propi de respostes somatoviscerals de les emocions. *Crítica les* visceres tenen *poques terminacions nervioses, per tant, són incapaces de proporcionar una diferenciació precisa dels processos fisiològics.*

Principis fisiologicistes

Teoria Cannon-Bard



"**Teoria neural central de l'emoció**": Hi ha centres específics en **el SNC** responsables de l'experiència emocional.

→ Aquests autors destaquen que l'activació que ocorre en l'emoció depèn d'una cadena d'esdeveniments que s'inicia amb:

→ la detecció d'un estímul, la informació del qual és transmesa a través del **tàlem** fins a l'escorça**.**

→ **L'escorça** per la seua banda estimula de nou el tàlem per adonar-se de l'experiència **subjectiva** de l'emoció i d'altra banda mana impulsos al SN perifèric per **posar en marxa l'energia** necessària per a l'acció.

→ **Conclusió:** Allò rellevant en la gènesi de l'emoció és l'activitat **del sistema nerviós central**, en concret la regulació que estableix el **tàlem,** tant sobre l'escorça en **la gènesi** de l'experiència qualitativa de l'emoció com sobre el **sistema nerviós perifèric**, per a la **mobilització** d'energia.

Cannon, W. B. (1927): "The James-Lange theory of emotion: A critical examination and an alternative theory", *American Journal of Psychology*; núm. 39: pàg. 10-124.

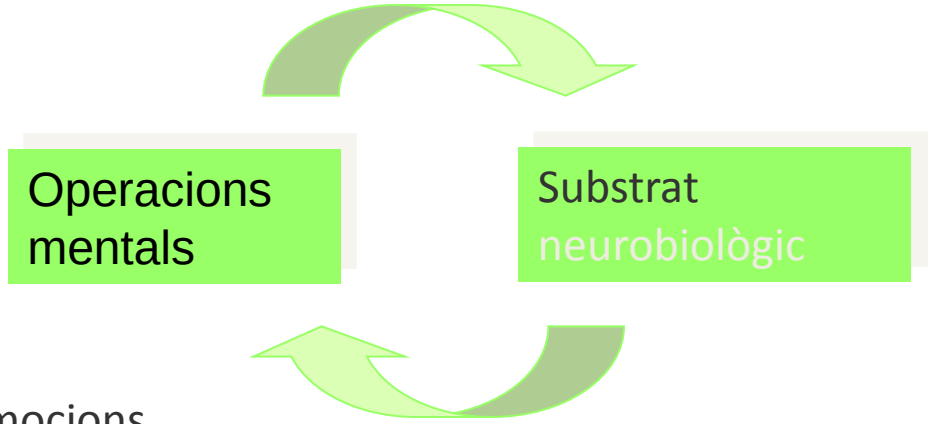
Paper de l'activació en l'emoció:

Teoria activació general (Cannon, Lindsley,…)
—Aquests autors considerarien l'activació inespecífica, unidimensional.
—Segons aquestes aproximacions teòriques, la relació entre activació i emoció estaria definida per l'existència d'un **procés únic d'activació en el qual els sistemes cortical, autonòmic i somàtic estarien perfectament coordinats** i que seria el responsable de la qualitat de les diferents reaccions afectives.
—Hi hauria, per tant, un únic estat d'activació general que caracteritzaria totes les emocions. Les diferències entre unes i unes altres seria qüestió de grau.

Teories d'activació multidimensional: reconeixement existència d'almenys dos sistemes d'activació; *1r sistema*: còrtex cerebral, *2n sistema*: est. subcorticals.

—Reconeixement de l'activitat de les diferents estructures nervioses implicades en les emocions a través de diferents **tècniques de registre:** per exemple, registre elèctric d'àrees corticals mitjançant EEG, potencials evocats o magnetoencefalografia, l'aplicació de les tècniques de neuroimatge (tomografia axial computeritzada, tomografia per emissió de positrons i ressonància magnètica nuclear).

Principis neurofisiològics:



Funció del sistema límbic::

Vivència inconscient de l'emoció

- Produeix i controla l'expressió de les emocions.
- Integra els components de l'emoció.

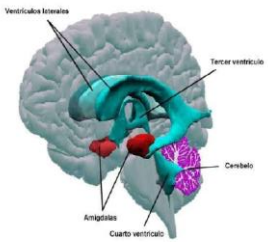
Funció de l'escorça orbital frontal:

Emotivitat produïda per les situacions socials.

Funció de l'escorça cingulada anterior:

Intervé en les interaccions cognició-emoció.

El paper de l'amígdala en el processament de la informació emocional



- Està associada a l'**expressió i regulació emocional**, du a terme una funció **integradora** dels processos cognitius i els processos emocionals.

- A l'amígdala **arriben senyals** nerviosos procedents dels receptors olfactoris, de la neoescorça sensitiva, de les àrees d'associació visual i auditiva, etc.

- De l'amígdala **parteixen impulsos nerviosos** que arriben a regions cerebrals que guarden relació amb funcions vinculades a les emocions: *expressions facials de por, secreció d'algunes hormones, augment de les freqüències cardíaca i respiratòria, etc.*

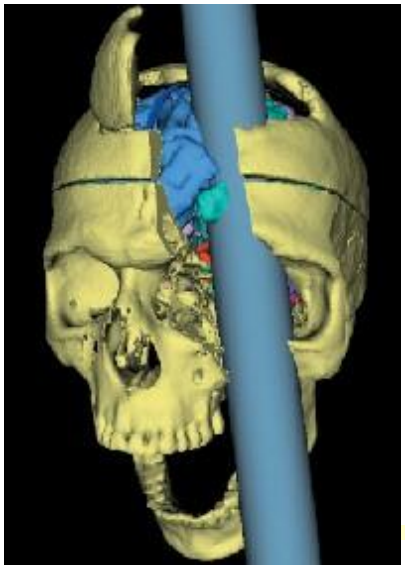
- Davant d'aquesta informació, organitza una resposta **immediata** i apropiada per a la situació.

- LeDoux va descobrir **l'existència d'una estructura neuronal que comunica directament el tàlem amb l'amígdala.** Aquesta via secundària permet que **l'amígdala** reba alguns senyals directament dels sentits i emeta una resposta ***abans que*** siguen registrades **pel** neocòrtex *(perexemple, especialment la resposta emocional de por).*

Principis neurofisiològics: lesió cerebral cas Phineas Gage

Dany causat en **els lòbuls frontals** del seu cervell. Es va produir un **canvi en la seua personalitat i** emocionalitat.

1848 J. Harlow: algunes parts del cervell controlen certs tipus de conducta. La lesió no va afectar la capacitat de processar informació del cervell, ni els moviments o la parla, però sí la personalitat.
"L'equilibri o balanç entre la seua facultat intel·lectual i les seues propensions animals s'havia destruït."
Implicacions: pràctiques de lobotomies *per a control emocional.*



1990 La Dra. Hanna Damasio va dur a terme una "autòpsia virtual" del cervell.

→ Hi ha una **relació entre els lòbuls frontals, l'emoció i la presa de decisions**.

→ "Sense emocions no és possible una conducta racional" (Damasio, 1997).

→ Investigacions sobre la importància de l'amígdala i l'hipocamp en el processament afectiu, en destaca el paper de l'amígdala en el condicionament emocional.

La funció de l'escorça prefrontal en la preparació de la resposta motivacional (aproximació-evitació)

Esquerre:
Aspectes emocionals que es transmeten a través del llenguatge.

Responsable del sistema d'aproximació

Relacionat amb metes apetitives

Afecte positiu

Dret:
Relacionat amb característiques gestuals i expressives.

Reconeixement expressió facial

Responsable sistema d'evitació

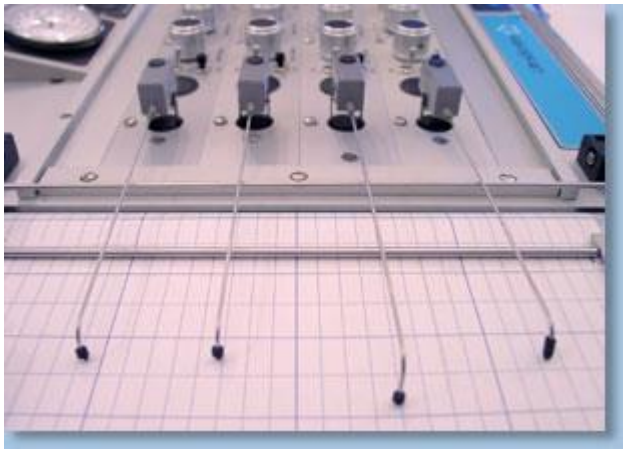
Relacionat amb metes que requereixen inhibició conductual

Afecte negatiu

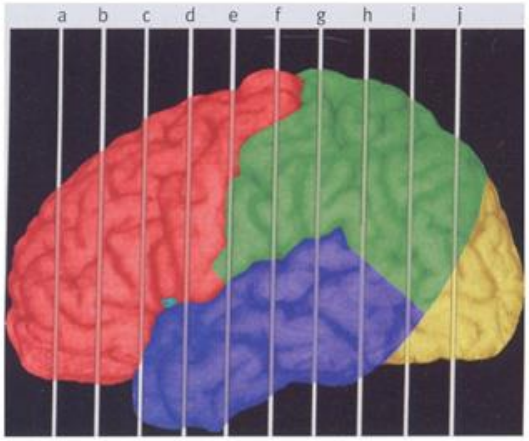
L'anàlisi de la dimensió biològica

- **Tècniques químiques:** per a la determinació d'índexs hormonals i de neurotransmissors en els processos emocionals.

- **Tècniques de registre psicofisiològic:** cardiovasculars, EMG de la musculatura facial, ECG, temperatura, conductància de la pell.
  → Establir quines són les R fisiològiques que presentem davant d'emocions distintives .



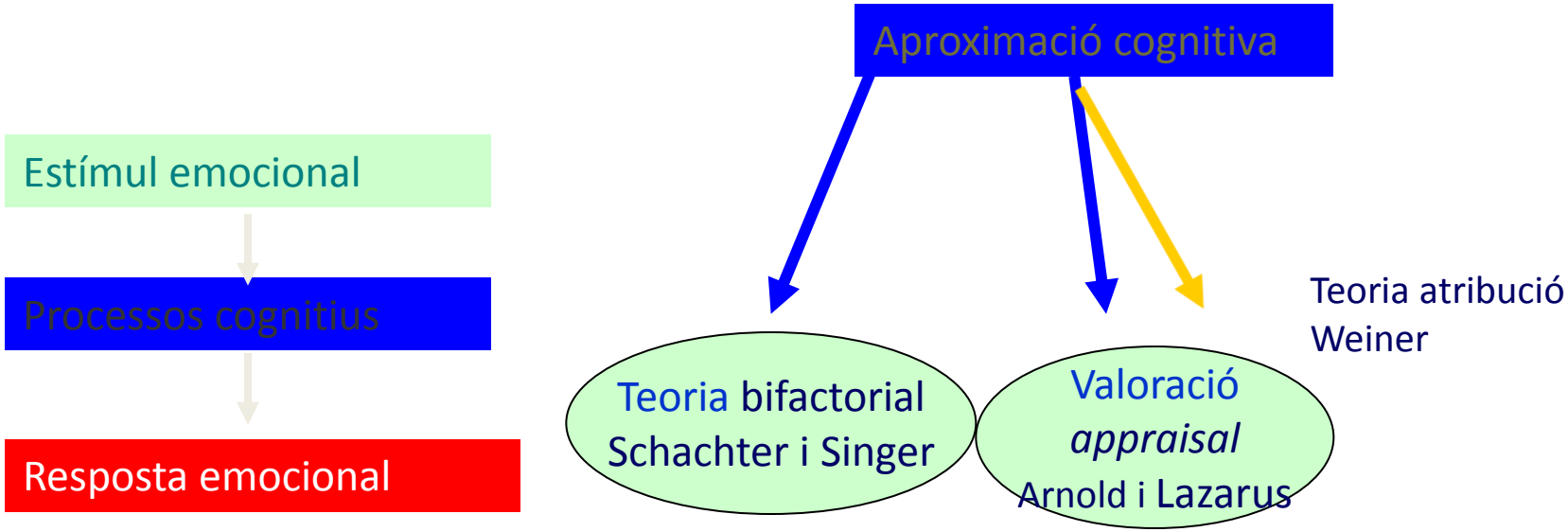
Tècniques de neuroimatge**:** estructures neuronals implicades en la realització d'activitat



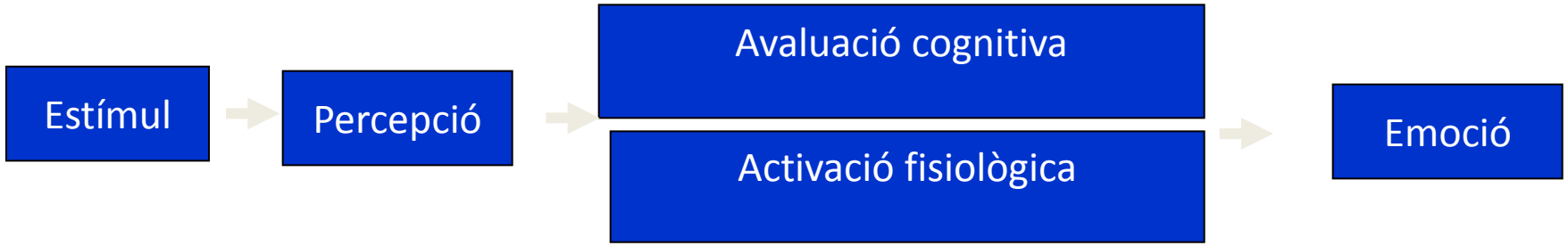
Quelle : Gehirn & Geist 1-2/2006, S. 66

Aproximació cognitiva

- Potencialitat de les cognicions per explicar els matisos emocionals.
- Metodologia experimental rigorosa.
- La construcció **de significat, l'aprenentatge i l'experiència** tenen un paper important en l'explicació de la qualitat emocional.



Schachter i Singer (1964): clàssica teoria



Dos factors:

- **Activació fisiològica:**

És inespecífica i indiferenciada, i només determina la **intensitat** de l'emoció. *No es requereixen diferents patrons de canvis fisiològics perifèrics per justificar els variats matisos emocionals que sentim.*

- **Cognició: Importància:**
  - Avaluació dels elements rellevants.
  - Atribució de les causes de l'activació fisiològica.

Determina la **qualitat.** Perquè es produïsca l'emoció són necessaris processos cognitius que interpreten i retolen el que està ocorrent.

- Una mateixa situació pot provocar reaccions emocionals diferents en dos subjectes, o fins i tot en una mateixa persona: l'aprenentatge, l'experiència prèvia, els processos de memòria o pensament, etc. poden explicar aquestes diferències.

Experiment Schachter i Singer (1962)

Participants amb injecció placebo

Participants amb injecció adrenalina

Sense informació
reaccions fisiològiques

Informat correctament
reaccions fisiològiques

Sense informació
reaccions fisiològiques

Informat no correctament
reaccions fisiològiques

L'estat emocional del participant no es veu afectat pel patró de conducta alegre/irat de l'experimentador/actor..

L'estat emocional del participant es veu afectat pel patró de conducta alegre/irat de l'experimentador/actor..

Experiment: Tots els participants creien estar participant en un estudi per conèixer els efectes d'un complex vitamínic per a la visió, però ningú pren el complex sinó que es creen diverses condicions segons es prenga o no adrenalina (activació simpàtica) i segons s'informe o no correctament sobre les reaccions que el fàrmac produirà.

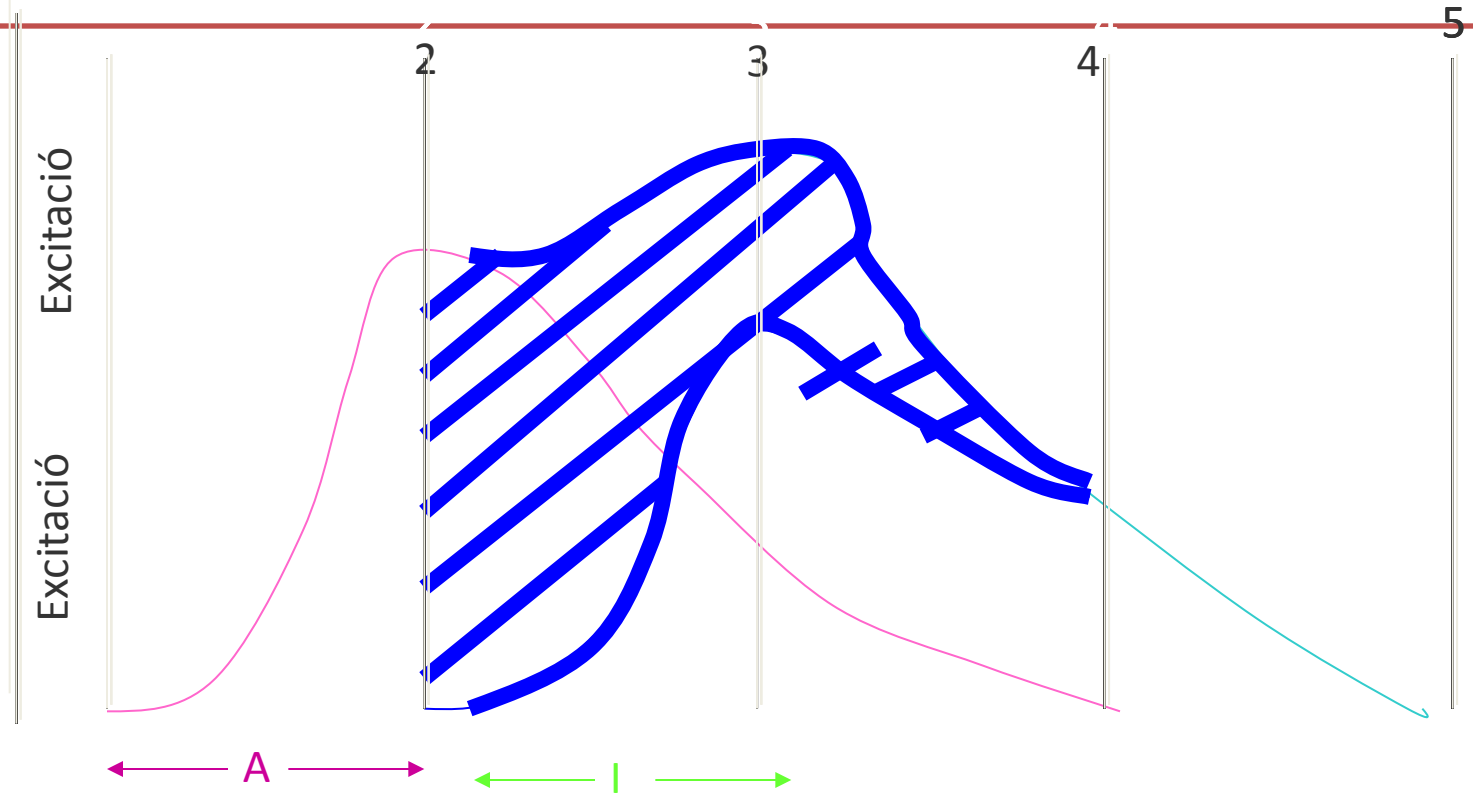
Conclusió principal: importància de la interpretació cognitiva en les reaccions emocionals. En condicions d'activació fisiològica i absència d'explicació de la seua causa tendim a interpretar el que esdevé de manera negativa, més com a ansietat o malestar que com a alegria o excitació.

Schachter, S. i Singer, J. E. (1962): "Cognitive, social, and physiological determinants of emotional state", *Psychological Review*, núm. *69*, pàg. 379-399.

El paradigma de transferència d'excitació:

L'excitació residual d'una situació prèvia A s'uneix a l'activació produïda per la situació present I. La zona ombrejada mostra l'increment d'excitació que es produeix en I com a conseqüència de la transferència d'excitació residual de A. *Per exemple, disputa esportiva (situació I), a un «xoc amb el contrari» se suma l'activació anterior per altres situacions del partit i pot provocar reaccions desmesurades.*

Aquest paradigma prova la **«no especificitat de l'activació fisiològica»,** ja que si l'*arousal* present en cada situació o estat emocional fos distintiu d'elles, els anomenats residuals d'excitació no podrien col·laborar en les vivències emocionals subsegüents ni afavorir la seua intensitat.



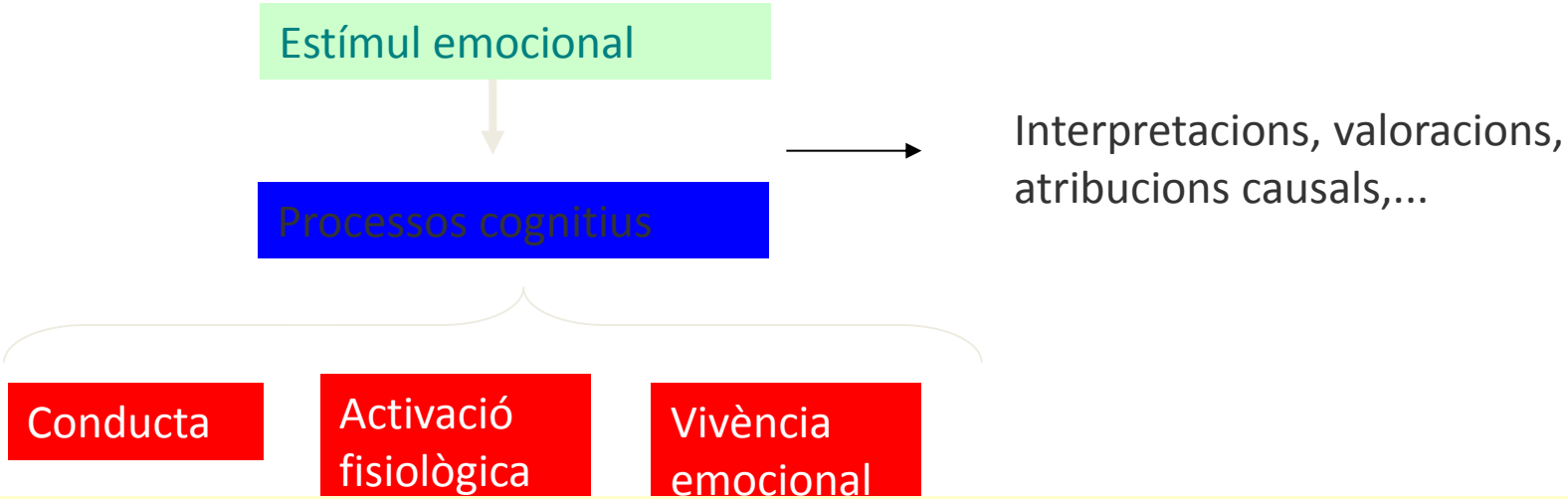
(Zillmann, 1978, 1983)).

Teòrics de la valoració (*appraisal*)
L'emoció no se segueix directament del canvi físic/fisiològic

Objectiu: trobar configuracions de patrons de valoració específics per als estats d'ànim distintius.

Quines són les dimensions de valoració rellevants per explicar els diferents estats emocionals que sentim?

Metodologia: autoinformes.



Lazarus (1991)

Significat molar

Valoració primària
Primary appraisal

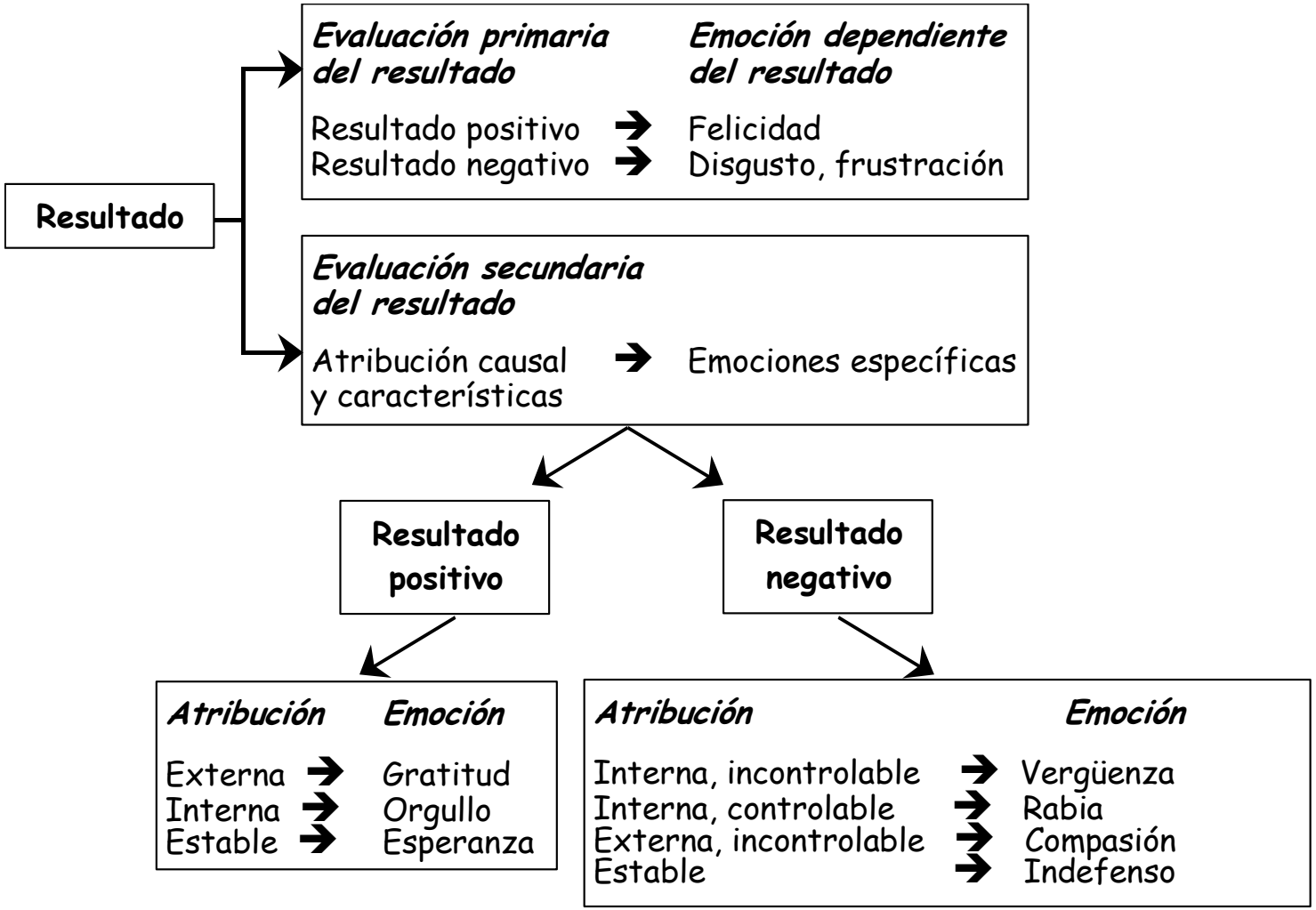
- Rellevància vs. irrellevància:
  En quina mesura afecta els meus interessos?
- **Congruència** vs. **incongruència**:
  La situació és perillosa o agradable?
- **Implicació de l'ego:**
  En quina mesura afecta la meua autoestima, la meua imatge social, els meus valors, les meues creences, el benestar dels altres,...?

Valoració secundària
Secondary appraisal

- **Atribució causal**:
  Qui té la culpa de la situació?
- **Potencial** afrontament:
  Puc millorar la situació?, com?
- **Expectatives futures**:
  Tindrà conseqüències positives o negatives?

Resum dels elements de valoració contemplats per Lazarus (1991) en la seua teoria sobre les emocions.

Weiner (1985): L'anàlisi de les atribucions



Per exemple, mala nota en un examen: segons atribucions, diferent reacció emocional

Les qüestions introduïdes per Zajonc:

És tan important la cognició per donar lloc a l'emoció?

- Defensa **la independència** de l'emoció.
- Algunes reaccions afectives tenen lloc en moments molt **primerencs;** abans de l'elaboració del seu significat.
- Algunes reaccions afectives podrien tenir lloc fora de la consciència (**no conscient**) i fins i tot podrien influenciar el processament cognitiu ateix per vies independents.
- Emocions → **relació amb processos** com pensament, memòria, atenció,…

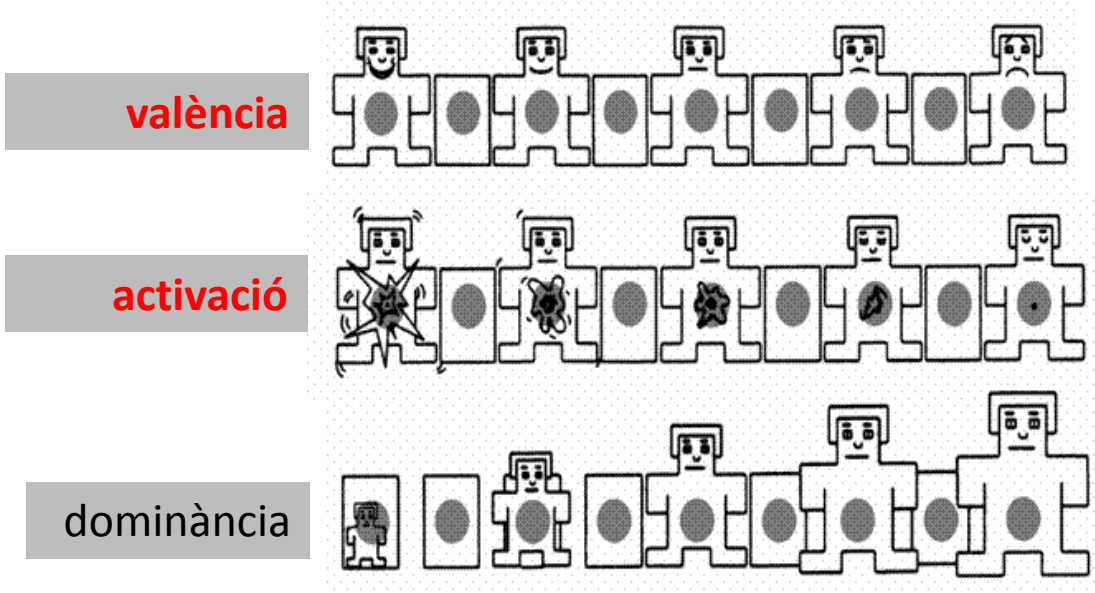
L'interès per la relació entre cognició i emoció

- **Öhman** (1987; 2000) → existe un procesamiento automático y otro controlado (consciente) de la emoción. El p. automático es capaz de lanzar R fisiológicas.
- **LeDoux** (1995): existen mecanismos configurados filogenéticamente que median la reacción afectiva.
- **Bower** (1981, 2001): podemos se objetivos y analíticos, pero frecuentemente nuestro pensamiento, recuerdo, atención,… están influenciados por nuestro afecto.

L'anàlisi de l'experiència subjectiu-fenomenològica

- Proves de "llapis i paper".
- Qüestionaris de valoració, acte-informes, llistes d'adjectius, les escales Likert, escales pictogràfiques,...

"em sent…"
"jo sóc…"
"agradable-desagradable"
"grau de tensió" "emocionis que et caracteritzen…"
"en l'última setmana…"
…



Escala *self-assessment manikin*

Qüestionaris

- Escala de sensibilitat al fàstic (*The disgust scale*) de Haidt, McCauley i Rozin, 1994.

- Inventari de jovialitat estat-tret (Ruch, 1997), articula tres constructes afectius: jovialitat, serietat i mal humor.

- Escales d'afecte positiu i negatiu (Watson, Clark i Tellegen, 1988).
- Qüestionari d'estil atribucional (Abramson, Seligman i Teasdale, 1978).
- Inventari de depressió de Beck (Beck, Rush, Shaw i Emery, 1979).

- Inventari d'ira (Novaco, 1975).
- State-Trait Anger-Scale-STAS (Spielberg, Gorsuch i Lushene, 1970).
- Inventari multidimensional d'ira (Siegel, 1985).

La emoción desde la aproximación conductual

- Tenim certa facilitat per a respondre amb por davant de determinats estímuls.

- Alguns estímuls ens provoquen por a partir d'experiències d'aprenentatge.

El petit Albert (Watson).

-Un patró de reacció observable inter-subjetivament davant la presència de determinades condicions ambientals.

-Un estat caòtic de l'organisme que el limita.

-No fa falta parlar d'emoció, Emoció=Activació.

L'emoció des de l'aproximació conductual:

- Des d'una tradició més del **condicionament operant**:
- Les persones aprenen a diferenciar unes emocions d'unes altres, a determinar quines situacions o estímuls provoquen quines emocions i quines conductes segueixen o estan associades a cada emoció.
- Importància de les **tècniques de** *biofeedback*.
- Les denominades tècniques de *biofeedback* utilitzen un condicionament operant per registrar i amplificar una funció fisiològica de l'individu de manera immediata i continuada. L'individu aprèn a controlar determinades funcions fisiològiques i també determinades reaccions emocionals.
- El *biofeedback* ajuda a la persona **a ser conscient** de com reacciona el seu cos davant de determinades circumstàncies. A través d'aquest procés **s'aprèn a reaccionar davant de determinades situacions i a alterar les respostes de l'organisme per trobar-se més relaxat i saludable.** *Per exemple, si en controlar la respiració disminueix l'ansietat, aquesta conseqüència positiva afavoreix el tractament.*
- **Principals tècniques de** *bioofeedback* **i aplicacions:**
- **Tècniques:** *biofeedback* **de relaxació, respiració, control cognitiu, control conductual, etc.**
- **Usos: trastorns d'ansietat i** estrès**, migranyes, bruxismes,...**

Problemes del model conductual

- No qualsevol estímul serveix per condicionar qualsevol emoció.
- No sempre és possible adquirir i extingir pors.
- No es té en compte l'experiència subjectiva.
- Hi ha molts experiments sobre condicionament d'E aversius i por, fàstic i ira, però no d'unes altres emocions complexes (amor, enveja,…).
- No queda clar l'efecte dels processos cognitius.

- Emocions = patrons definits de com expressar i experimentar l'emoció. Resultat d'un consens social.
- La construcció social de l'emoció es manifesta en forma de *scripts*, esquemes o "rol social".
- Les diferències culturals en relació amb la interpretació i expressió de les emocions.
- L'anàlisi de les diferències de gènere quant a l'expressivitat i l'emocionalitat.