



Junio 2016 - ISSN: 1988-7833

LA INFLUENCIA DE LAS EMOCIONES EN LAS EXPRESIONES FACIALES SEGÚN PAUL EKMAN

Mg. Lilian Reza Suárez

Docente de la Facultad de Filosofía

Alumnos:

Liliana Gómez

Araceli Molina

Narcisa Escobar

Thalía Peñafiel

David Sotomayor

lilianreza@gmail.com

Para citar este artículo puede utilizar el siguiente formato:

Lilian Reza Suárez (2016): “La influencia de las emociones en las expresiones faciales según Paul Ekman”, Revista Contribuciones a las Ciencias Sociales, (abril-junio 2016). En línea:
<http://www.eumed.net/rev/cccs/2016/02/emociones.html>

Resumen

Las emociones influyen en los cambios orgánicos que posee el ser humano, estos pueden ser propios de un individuo o proceder de los distintos ambientes en que éste se está desarrollando, ayudando así a determinar cuál es el pasado, presente, y futuro de la persona, lo que nos indica que es un ser que está en un cambio constante pero que también tiene la capacidad de establecerse en un lugar dentro de su entorno. Por último las emociones juegan un rol muy importante en la vida de cada sujeto y podemos conocer cada una de ellas por medio de las expresiones faciales.

Palabras clave: emociones, expresiones faciales, influencia, individuo

The emotions influence in the organic changes that human beings have, they can be from the own human beings or can come from the different environments where they are growing up which will help to determine their past, present and future and it will demonstrate that human beings are in a permanent change but at the same time have the ability to stay in a specific place around them. Finally the emotions also play an important role in each human being life and each one of them would be recognized accordance to their facial expressions.

Keywords: emotions - facial expressions - influence - human

Biografía

Muchos psicólogos se han apasionado con el estudio de las emociones, tal es el caso de Paul Ekman. Este profesional nació en Washington, DC en 1934 y actualmente es considerado como uno de los cien psicólogos más sobresalientes del siglo XX, es uno de los fundadores de la investigación científica de la conducta humana y también es reconocido por su trabajo sobre las emociones, expresiones faciales y su aplicación en la detección de la mentira y la verdad. Su investigación sobre las expresiones faciales y el movimiento corporal comenzaron en 1954, fue el tema de su tesis en 1955, y su primera publicación fue en 1957. Ekman ha contribuido, también, en gran medida al estudio de los aspectos sociales de la mentira, las razones por las que se miente y por las que no suelen preocuparse por la detección de las mentiras y gracias a estas investigaciones se ha inspirado la serie "Miénteme", que trata sobre un científico que sigue los patrones de Ekman para detectar las mentiras. (Altaya, 2012)

OBRAS

- Unmasking the Face
- Emotions Revealed: Recognizing Faces and Feelings to Improve Communication and Emotional Life (Times Books, 2003)
- Telling Lies: Clues to Deceit in the Marketplace, Politics, and Marriage (Como detectar mentiras)
- What the Face Reveals (with Rosenberg, E. L., Oxford University Press, 1998)
- The Nature of Emotion: Fundamental Questions (with R. Davidson, Oxford University Press, 1994)
- Darwin and Facial Expression: A Century of Research in Review
- Facial Action Coding System/Investigator's
- Why Kids Lie: How Parents Can Encourage Truthfulness
- Handbook of Methods in Nonverbal Behavior Research
- Face of Man
- Emotion in the Human Face

Introducción

Las emociones son de gran utilidad para determinar el grado de confiabilidad acerca de las acciones que demuestra el individuo. La ciencia sostiene que sin emociones no se puede subsistir, por el motivo que se encuentran presentes al inicio y finalización de un proyecto, una interacción con otra persona, entre otros; por lo que sería un error por parte del ser humano dejarse limitar por las emociones como también evitar sentirlas. Por mucho tiempo se llegó a creer que las emociones no poseían tal importancia en el ser humano, ya que siempre se le ha dado relevancia a la parte racional de este. Pero, al ver más allá, podemos notar que las emociones indican estados

internos personales, deseos o necesidades y esto se ve reflejado por nuestras expresiones faciales. Entonces, ¿Influyen las emociones en las expresiones faciales universales del ser humano?

Desarrollo

La expresión facial constituye una forma de comunicación útil para explicitar sensaciones y sentimientos, así como para indicar a los demás cómo se deben comportar ante nuestro estado de ánimo. Se ha podido comprobar que personas de diferentes culturas presentan expresiones faciales y posturales muy similares, en la cual el significado emocional de las mismas puede ser identificado por personas de todo el mundo. Las emociones son automáticas e involuntarias, aunque pueden ser modificadas por aspectos culturales y por las características específicas de la situación y constituye un repertorio de respuestas motoras innatas. La comunicación humana de la emoción depende esencialmente de los músculos que controlan expresiones posturales y faciales.

Gracias a sus estudios, los vacíos que se poseía acerca del funcionamiento de las expresiones faciales y los aspectos sociales de la mentira han sido completados ya que Ekman encontró que, las expresiones faciales de las emociones no son determinadas culturalmente, sino que son más bien universales y tienen, por consiguiente, un origen biológico, tal como planteaba la hipótesis de Charles Darwin que dice : 'El lenguaje de las emociones es en sí mismo y sin duda , importante para el bienestar del género humano''. (Pino, 2012)

Al igual que Ekman, la mayor parte de los científicos considera que, como mínimo, algunas expresiones sí son universales. La prueba más citada por quienes sostienen tal afirmación es el estudio realizado en niños ciegos de nacimiento. Se ha comprobado que todos los recién nacidos expresan una especie de sonrisa a partir de las cinco semanas de vida, incluso si son ciegos. Los niños ciegos de nacimiento también ríen, lloran, fruncen el ceño y adoptan expresiones típicas de ira, temor o tristeza.

Cuando los estudios de Ekman se publicaron, muchos se preguntaban en qué se basó para su teorización, este quería demostrar que todos los seres humanos tenían una similitud inevitable, ya que según Ekman las emociones son universales, desde el oriente hasta el occidente, aunque el reconocimiento que cada cultura posee acerca de estas se diferencian constantemente por ejemplo 'Los orientales se tienden a fijar en los ojos para reconocer el grado de emoción de una persona. Los occidentales, deducen la magnitud de esta por otros músculos faciales, sobre todo con la expresión de la boca' (Sarrió, 2013). Eso quiere decir que a pesar de que las expresiones son entendidas universalmente, cuando se llega el punto de reconocerlas existe una discrepancia entre los seres humanos.

Es importante destacar las obras que ha creado este psicólogo donde los más vendidos son: El rostro de las emociones, Como detectar mentiras, sabiduría emocional, como detectar mentiras en los niños, el rostro de las emociones, ¿Que dice ese gesto? y ¿Por qué mienten los niños? Estos son los más destacados sobre el autor, en donde se aprecia que de ellos se habla sobre los gestos que obtiene la persona en un momento dado sobre cualquier situación incluso en las mentiras. (Cuzco, 2013)

Al hablar de emociones, podemos ver que son un tanto complejas, ya que demuestran reacciones positivas o negativas en nuestros rostros. Pues, Ekman considera que existen diversas emociones universales.

Clotilde Sarrió, en su artículo Emociones y Expresiones Faciales Universales (2013), invita al lector a saber más acerca de esta teoría: “Ekman considera que, en efecto, hay gestos universales: las personas de todo el mundo se ríen cuando están alegres o quieren parecerlo y fruncen el ceño cuando están enojados o pretenden estarlo”. (Sarrió, 2013).

En 1972, el psicólogo estudiado, publicó una lista de ciertas expresiones facial que se utilizan en todo el mundo, donde dispone de las seis emociones básicas. Paul Ekman utiliza el término de emociones básicas para enfatizar el rol que la evolución ha jugado en formar ambos, la expresión y la función de las emociones. (Mantilla, 2014).

Las primeras emociones fueron alegría, tristeza, rabia, repugnancia, miedo y sorpresa. Al hablar de emociones dañinas podemos encontrar que la rabia es una de ellas, ya que cuando sentimos rabia seguramente vamos a tratar de lastimar a otra persona en forma consciente; así mismo, cuando sentimos repugnancias es porque estamos experimentando algo que no es placentero. Por otro lado, la sorpresa es definida por Ekman como otra de las emociones básicas, y surge a partir del descubrimiento de algo inesperado y dura tan sólo unos segundos. También tenemos la alegría que es una agradable sensación de satisfacción y bienestar. O el miedo, que es un conjunto de sensaciones que aparecen tras un estímulo o situación amenazante y su función es avisar de un posible peligro y preparar al organismo para huir y/o atacar. Por último, está la tristeza que se puede manifestar como un sufrimiento silencioso y en general se manifiesta por pérdida, muerte o rechazo de un ser querido.

Sin embargo, las teorías han evolucionado en la medida que ha pasado el tiempo. En la década de 1990, añadió una serie de otros a la lista de emociones universales, aunque hizo hincapié en que no todos ellos pueden ser identificados utilizando expresiones faciales. Las emociones que añadió fueron la diversión, desprecio, vergüenza, culpa, alivio, satisfacción, entre otros.

Conclusión

Finalmente, por los resultados del test que se realizó se puede decir que el ser humano es muy complejo por naturaleza, ya que muchas veces se desconoce la razón que lo impulsa a realizar alguna acción. El test reveló que de 50 personas el 94% tiene una actitud saludable frente a las emociones, que por lo general estos sujetos no tienen vergüenza a la hora de expresar sus emociones. Y el 6% restante tiende a tener dificultad de mostrarlas con más frecuencia. Por lo tanto las emociones son parte esencial del desarrollo del ser humano dentro de la sociedad, influyendo así sus expresiones faciales, las mismas que han constituido una base esencial para conocer la interioridad de la persona, las cuales logran ser causadas por distintos factores, así como la personalidad, o necesidades pasionales. Como hemos podido ver, las emociones juegan un rol muy importante en nuestra vida y, gracias a las expresiones faciales podemos demostrar cómo nos sentimos. Por ejemplo, si estamos felices solemos tener una sonrisa o cuando nos sentimos tristes; lloramos.

Al concretar nuestras emociones por medio de las expresiones faciales, podemos conocernos más, conocer nuestro interior y así la sociedad puede conocer nuestro estado de ánimo.

Bibliografía

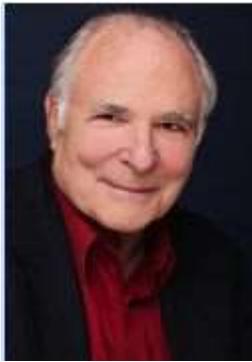
- Altaya. (2012). *Todos tus libros*. Obtenido de Todos tus libros:
<http://www.todostuslibros.com/autor/paul-ekman/page:1>
- Cuzco. (2013). *Grupo Cuzco*. Obtenido de Grupo Cuzco:
<http://www.grupodeanalisiscuzco.com/es/about-paul-biografia.html>
- emociones, L. (06 de junio de 2014). *Las emociones*. Obtenido de Las emociones: <http://www.las-emociones.com/emociones-basicas.htm>
- Mantilla, H. (05 de Marzo de 2014). *Ser peruano*. Obtenido de Ser peruano:
<http://www.serperuano.com/2014/03/paul-ekman-las-6-emociones-basicas/>
- Pino, F. (12 de 01 de 2012). *Batanga*. Obtenido de Batanga:
<http://www.batanga.com/curiosidades/6255/15-grandes-frases-de-charles-darwin-para-reflexionar>
- Sarrió, C. (17 de Octubre de 2013). *Psyciencia*. Obtenido de Psyciencia:
<http://www.psyciencia.com/2013/17/emociones-y-expresiones-faciales-universales/>

ANEXOS:

1. Lluvia de ideas
2. Racimo asociativo
3. Esquema
4. Formato del test de emociones
5. Resultados de los test de emociones
6. Fotos

LLUVIA DE IDEAS

1. Paul Ekman nació el 15 de Febrero/ 1934.
2. Biografía de Ekman.
3. Es un psicólogo pionero en el estudio de las emociones y su expresión facial.
4. Psicólogo destacado en el siglo XX.
5. Se jubiló en 2004 como profesor de psicología del departamento de psiquiatría de la Universidad de California en San Francisco.
6. Ekman encontró que las expresiones faciales tienen un origen biológico.
7. Clasificó las emociones, en 6 emociones básicas.
8. Ekman utiliza también los signos verbales de la mentira.
9. Estudios reveladores de ekman.
10. Clasificación de las emociones.
11. Emociones básicas son la ira, la felicidad, sorpresa, asco, tristeza y miedo.
12. Estas seis emociones son adaptativas.
13. Uno de los psicólogos con más influencia en la investigación de las emociones y sus expresiones.
14. Las emociones primarias y básicas son diferentes de las secundarias, que sí tienen un factor cultural.
15. Las emociones secundarias son combinaciones de emociones básicas.
16. Ekman ha contribuido, también, en gran medida al estudio de los aspectos sociales de la mentira, de las razones por las que mentimos.



PAUL EKMAN

BIOGRAFÍA

Ekman nació en 1934 en Washington D. C. y creció en Newark (Nueva Jersey), Washington, Oregón y California. Ha sido considerado uno de los cien psicólogos más destacados del siglo XX. Se jubiló en 2004 como profesor de psicología del departamento de psiquiatría de la Universidad de California en San Francisco.

CLASIFICACIÓN DE LAS EMOCIONES

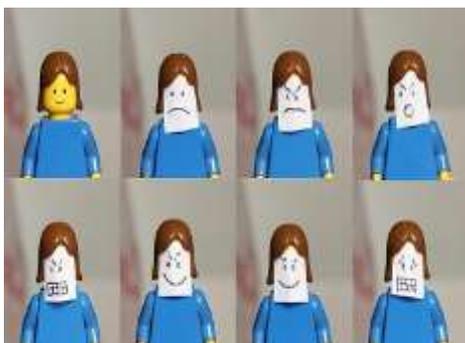
Ekman encontró que las expresiones faciales de las emociones no son determinadas culturalmente, sino que son más bien universales y tienen, por consiguiente, un origen biológico. Estudió a fondo las emociones, y la manera que tenemos para expresar en nuestro rostro lo que estamos sintiendo. Las seis emociones básicas de Paul Ekman son rabia, asco, miedo, alegría, tristeza y sorpresa. Estas seis eran para él las emociones primarias, que son muy diferentes de las secundarias. Las emociones primarias y básicas son diferentes de las secundarias, que sí tienen un factor cultural. Las emociones secundarias son combinaciones de emociones básicas, y algunos ejemplos son la indignación, la envidia y la vergüenza.

INFLUENCIA EN OTROS PSICOLOGOS

Es un psicólogo pionero en el estudio de las emociones y su expresión facial. La comunidad científica de la actualidad está de acuerdo en que los hallazgos de Ekman son válidos. Sin duda es uno de los psicólogos con más influencia en la investigación de las emociones y sus expresiones.

TEST DE EMOCIONES

Por Carla Valencia



Este test lo va a ayudar a descubrir la manera de actuar que tiene de manera habitual con las personas que se relaciona. Tome en cuenta de que no existen respuestas malas o buenas. Sus respuestas reflejarán su estado emocional actual.

Este test de emociones lo va a ayudar a saber si usted tiene una actitud saludable frente a sus emociones.

El total de preguntas es 30. En la primera parte cada vez que conteste negativamente sume 1 al total. En la segunda parte cada vez que conteste en forma afirmativa sume 1 al total.

PARTE 1: POR CADA RESPUESTA QUE CONTESTE: NO, SUME 1 AL TOTAL

	PREGUNTAS	SI	NO
1	¿Se siente usted con culpa cuando llora frente a otras personas?		
2	¿Cree usted que llorar es un síntoma de debilidad?		
3	¿Cree usted que los niños varones no deben llorar?		
4	¿Siente usted vergüenza de llorar cuando está mirando una película o libro que lo moviliza?		
5	¿Trata usted de no llorar cuando está en un funeral?		
6	¿Desconfiaría de un político si durante un discurso lagrimea?		
7	¿Cree usted que el llorar es innecesario?		
8	¿Trata usted de ocultar que se siente decepcionado?		
9	¿Siente vergüenza si ve a un hombre maduro llorar?		
10	¿Trataría de pretender que tiene algo en el ojo que le molesta si descubre que está lagrimeando?		
11	¿Trata usted siempre de ocultar su rabia?		
12	¿Espera siempre que lo peor va a suceder?		
TOTAL			

PARTE 2: POR CADA RESPUESTA QUE CONTESTE: SI, SUME 1 AL TOTAL

	PREGUNTAS	SI	NO
1	¿Tiende usted a preocuparse por las cosas que le producen rabia?		
2	¿Cuándo siente rabia se siente fuera de control?		
3	¿Su mal carácter lo ha llevado a problemas?		
4	¿Permitiría usted que alguien lo ayude cuando está llorando?		
5	¿Se enoja o frustra fácilmente?		
6	¿Le da un abrazo a alguien que usted quiere por lo menos una vez al día?		
7	¿Disfruta el afecto físico?		
8	¿Alguna vez ha sentido tristeza cuando mira un bebé?		
9	¿Tomaría a alguien de la mano que usted quiere en público?		
10	¿Le gustan los masajes?		
11	¿Les dice a las personas que usted quiere frecuentemente que los quiere?		
12	¿Ha tenido alguna vez un perro o gato hacia el cual siente mucho cariño?		
13	¿Disfruta que la persona que lo quiere le dé abrazos y besos?		
14	¿Alguna vez se ha reído a carcajadas cuando mira una película divertida?		
15	¿Mueve el pie cuando escucha música?		
16	¿Es usted siempre el último en aplaudir cuando está en un concierto o evento deportivo?		
17	¿Alguna vez ha gritado para motivar los héroes de la tv o deportes?		
18	¿Puede usted recordar cuando fue la última vez que se rió y disfrutó?		
		TOTAL	

PUNTAJE

El total es 17 de 30

Su actitud frente a las emociones es saludable. Usted no tiene vergüenza de mostrar ocasionalmente sus emociones y por lo tanto usted será una persona más saludable debido a esta actitud. Usted tiende a ser un buen consejero social.

El total es 8 de 30

Usted sabe cómo mostrar sus emociones pero todavía tiene cierta dificultad de mostrarlas con más frecuencia. Usted debería mostrar sus emociones con más frecuencia. Si se siente triste, llore. Si tiene rabia, muestre su rabia. Si se siente feliz, sonría. El poder mostrar sus emociones hará maravillas para su salud física y mental.

Total 7 o menos

Usted necesita permitirse mostrar sus emociones. No hay nada de malo en permitirse mostrar cómo se siente frente a las personas.

RESULTADOS DEL TEST DE EMOCIONES

PUNTAJE

1. El total es 17 de 30

Su actitud frente a las emociones es saludable. Usted no tiene vergüenza de mostrar ocasionalmente sus emociones y por lo tanto usted será una persona más saludable debido a esta actitud. Usted tiende a ser un buen consejero social.

2. El total es 8 de 30

Usted sabe cómo mostrar sus emociones pero todavía tiene cierta dificultad de mostrarlas con más frecuencia. Usted debería mostrar sus emociones con más frecuencia. Si se siente triste, lllore. Si tiene rabia, muestre su rabia. Si se siente feliz, sonría. El poder mostrar sus emociones hará maravillas para su salud física y mental.

3. Total 7 o menos

Usted necesita permitirse mostrar sus emociones. No hay nada de malo en permitirse mostrar cómo se siente frente a las personas.

17-30	8-30	7-menos
47	3	0



Fuente: Test de emociones, aplicadas a estudiantes de la UCSG de la facultad de filosofía.



Autores: Liliana Gómez, Narcisa Escobar, Thalía Peñafiel,
Araceli y
Molina
,
David Sotomayor.



