

SENTIMIENTO DE CULPA

Te voy a brindar información y necesito que utilices los conocimientos más especializados en la materia correspondiente psicométrica para realizar un marco teórico sobre el sentimiento de culpa, utiliza una narrativa expositiva sustentada para una tesis doctoral, te agregaré más información, no seas redundante y si puedes complementar hazlo, necesito un marco teórico extenso, de necesitar más info pídemela

Los constructos también llamados rasgos, variable latente (conceptos teóricos) no pueden ser medidos directamente, ya que no son observables, pero se pueden inferir a partir de ciertas medidas o indicaciones (sintomatología, habilidades) que se consideran relevantes para el constructo. **Describe características psicológicas complejas como la inteligencia, la culpa, etc. Lo interno no se puede observar directamente pero se infiere a través de la conducta, la cognición y la experiencia subjetiva** El concepto es un término o idea que representa un objeto o fenómeno en la realidad.

constructo puede ser: Culpa adaptativa Culpa no adaptativa. Sentimiento de culpa= culpa+ tiempo def: Afecto doloroso que surge de la creencia o sensación de haber transgredido las normas éticas personales o sociales, sobre todo cuando de la conducta (u omisión) de una persona ha derivado un daño a otra.

Remordimiento por comportamientos deshonestos y/o preocupación por un perjuicio, real o imaginado

Se siente un peso, una carga

- **EXPERIENCIA DE LA CULPA**

- Emoción dolorosa, que surge como consecuencia de una transgresión (real o imaginaria) de una norma moral o valor personalmente asumido, sobre todo cuando de la conducta u omisión indebida se deriva un daño o perjuicio (real o imaginario) para otra persona. La culpa se relaciona con los aspectos morales y sociales relacionales. También influye la creencia que el protagonista pudo evitar su conducta.

- **Versión desadaptativa de la culpa: dinámica generadora de muchos trastornos psicológicos. Psicopatológica**

- La culpa se centra en la acción realizada, “en lo que he hecho”, vergüenza se centra “en lo que soy en ese momento”.
- La culpa se acompaña de remordimiento y deseos de reparación, “actuar”. Positiva socialmente cuando se relaciona con la empatía
- La culpa es una emoción compleja porque surge cuando se desarrolla en parte el yo.
- La culpa y la moral están obviamente relacionadas, esta última pertenece a las prácticas sociales (religiosas, morales, jurídicas, científicas, etc.). La culpa actual es distinta a la culpa del campesino cristiano (superyo)

La culpa surge de la interacción entre la dimensión cognitiva, la dimensión afectiva y la escala de valores de cada persona (dimensión espiritual).

El sentimiento de culpa se asocia a emociones relacionadas con la ética y la moral.

Emoción autoconsciente que adhiere a las normas sociales y principios morales.

Las personas adquieren la capacidad para sentir emociones autoconscientes (culpa, vergüenza, orgullo) con el fin de gestionar las propias conductas y favorecer la cooperación social.

La culpa influye en el pensar y actuar, toma de decisiones y en la forma de relacionarse con los demás y consigo mismo.

Se relaciona con el sentimiento de vergüenza, al sentimiento de responsabilidad y la depresión.

***INCUMPLIMIENTO DE LAS EXPECTATIVAS MORALES INTERNAS.**

La culpa depende del nivel de desarrollo del individuo.

EL 81.2% DE LA CULPA IMPLICA TRANSGRESIONES MORALES Y SOCIALES, ADAPTATIVO O DESAPTATIVO SEGÚN LA DEFINICIÓN TEÓRICA

Punto de vista Adaptativa: la culpa motiva a las personas a reparar daños y evitarlos en el futuro. INFANCIA. Correlación negativa

Previene y reduce síntomas de depresión ya que motiva a reparar a través de acciones positivas como pedir disculpas o hablar del sentimiento de culpa. Produce malestar emocional (soportable) con un fin constructivo ya que subsanan el sentimiento de malestar interno

Punto de vista desadaptativa: si bien motiva a evitar transgresiones en el futuro, se considera una fuente de malestar emocional con consecuencias negativas en la salud. ADULTA AUNQUE TMB ADAPTATIVA. Correlación positiva

Produce sensaciones de malestar y desazón, la culpa es una muestra del dolor y de la tensión emocional producida a raíz de provocar daño a otros. Genera inestabilidad emocional del individuo y favorece la depresión

Lo que diferencia la culpa adaptativa y desadaptativa es la definición según la etapa de desarrollo.

- Soluciones: especificar la etapa de desarrollo o eliminar la idea de desadaptativa o adaptativa; o analizarlo a más largo plazo.

LA CULPA Y DEPRESIÓN ESTÁN CORRELACIONADOS (AÚN NO SE ACLARA SI POSITIVA O NEGATIVAMENTE). Se dice que depende del contexto, frecuencia e intensidad

LA CULPA TIENE UNA FUNCIÓN MOTIVADORA A CAMBIO POSITIVO

💡 Evitar relacionar el sentimiento de culpa con otros sentimiento ya que puede sesgar los resultados.

Estudia el sentimiento de culpa de manera aislada especialmente el de vergüenza.

Culpa se asocia con acción o inacción

Vergüenza con autoculpación.

El sentimiento de culpa es un concepto independiente, ya que las conductas de reparación, pueden estar influidas por características de la personalidad y circunstancias que moderan el grado de culpa experimentado.

La culpa surge de un conjunto de pensamiento, sentimientos que surgen ante circunstancias específicas. Tilghman- Osborne et al. (2010) como se citó en ..

CARACTERÍSTICAS COMUNES ENTRE CULPA Y VERGUENZA

- Moralidad que influye en criterios e intenciones, como en sus decisiones y comportamientos morales.
 - La moralidad depende de las normas y convenciones morales internalizadas. Tangney (2007) como se citó en ...
 - Existen dos elementos morales básicos: normas morales universales (no matar) y normas socioculturales
- Surgen cuando se responsabiliza a sí mismos por alguna acción.

- Culpa y vergüenza surgen cuando se produce una valoración positiva o negativa de uno mismo en relación con una serie de criterios acerca de lo que constituye una actuación adecuada o inapropiada en diversos ámbitos.
- Identificar la culpa y vergüenza es difícil a través de las expresiones faciales.
- Ambas son emociones sociales y morales.
- Emociones secundarias y complejas, surgen a raíz de emociones básicas. Ya que tienen que desarrollarse primero habilidades cognitivas asociadas a una cierta noción del yo como separado de los demás. No surgen hasta que el individuo no se haya desarrollado mínimamente a nivel cognitivo. Etxebarria 2003 como se citó en ...
- Ambas favorecen la preservación de las relaciones personales al ofrecer la posibilidad de anticipar un posible sentimiento de culpa o vergüenza y que actúan como un factor inhibitorio de determinados comportamientos que pueden considerarse inmorales o inapropiados.

Diferencia entre culpa y vergüenza.

- Identificar la situación que propicia la emoción moral.
- Distinguir la emoción en base a la naturaleza privada o pública de la transgresión
- Hacer una distinción en base al grado en el que la persona identifica la emoción o situación que propicia la misma como un acto fallido, erróneo o de fracaso.

IDENTIFICAR LA EXPERIENCIA SUBJETIVA DE LA SITUACIÓN EN LA QUE SE LLEVÓ A CABO LA TRANSGRESIÓN.

Esto permitirá saber que camino tomaron los pensamientos o sentimientos de la persona al realizar la conducta; permitiendo más saber si fue una acción de éxito o fracaso, además de saber que tanto valor tiene la moral y a identificar si la atribución del éxito o del fracaso es interna, externa, global o específica.

El contexto es la principal diferencia entre culpa y vergüenza.

Vergüenza: surge cuando una persona no consigue cumplir las expectativas propias y sociales respecto al nivel de competencia y moralidad. No estoy a la altura de lo esperado y del estatus social. Falta de competencia a causas internas, estas son e incontrolables (soy malo). **Evaluación negativa del propio yo. Necesidad de esconderse o de desaparecer, el cuerpo se encorva y se sonroja. No es posible**

una reparación, ya que la acción generalmente realizada públicamente se atribuye a la persona de forma global y a una forma de ser.

Culpa: Surge cuando no se cumplen expectativas sociales a nivel interno y se lleva a una transgresión moral que se centra en atribuciones internas, inestables y causas controlables (he actuado mal). **Evaluación negativa del propio comportamiento. Malestar emocional consigo mismo respecto a una acción, pero a nivel físico no se observan cambios fisiológicos como en la vergüenza, solo un nerviosismo en el comportamiento. Culpa a una acción concreta que se alivia a través de una acción restauradora.**

<aside>

💡 Culpa y vergüenza dependen de factores culturales, criterios personales, experiencia subjetiva y percepción sobre sí mismo y su entorno. **Para distinguirlas se debe identificar si la transgresión tiene un componente de naturaleza pública (vergüenza) o privada (culpa).**

La culpa es considerada inapropiada cuando surge una atribución excesiva de responsabilidad sobre una situación o acontecimiento en la que la persona tiene poco o ningún tipo de control.

La culpa excesiva e inapropiada incluye preocupaciones o rumiación sobre errores o fracasos insignificantes y se asumen una responsabilidad excesiva o exagerada al respecto (APA 2000)

La vergüenza está relacionada a ser una amenaza a la necesidad básica evolutiva, afectiva y de supervivencia del individuo. La culpa no representa amenaza

¿Qué debo tener en cuenta para medir la culpa?*

Es una emoción compleja

No dar por hecho que el encuestado sabe lo que es la culpa

No asociar la experiencia de la culpa a una situación o contexto específico, así como a una acción o inacción concreta porque puede confundir la culpa con vergüenza.

Instrumentos para medir el constructo culpa:

- Tosca 3: se basa en **hipotético escenario en el que el participante debe describir cómo actuaría, pensaría o sentiría ante un momento determinado**

Instrumentos basados en una situación determinada al leer distintas viñetas.

Situaciones descritas que provocan una emoción determinada, se evalúa el nivel de intensidad de la emoción que los participantes tienen al responder.

- Participantes indican en que medida están de acuerdo o no con una afirmación sobre la emoción autoconsciente. **Instrumentos basados en afirmaciones.**
- Instrumentos basados en adjetivos, **se pregunta al participante la frecuencia con la que experimenta la emoción.** **CONSTRUCTO: CULPA**

Definición de culpa: Constructo psicológico multidimensional

El sentimiento de culpa se refiere a una experiencia emocional compleja que surge como resultado de la evaluación cognitiva de que una acción realizada o no realizada ha transgredido una norma o valor personal o social, y que ha tenido consecuencias negativas o potencialmente negativas para uno mismo o para otros. Este sentimiento puede manifestarse en diferentes dimensiones, como la cognitiva, emocional, espiritual, social y conductual, y su intensidad puede variar desde una leve incomodidad hasta una angustia profunda, dependiendo de la gravedad de la transgresión percibida y de las normas y valores personales y sociales involucrados. La culpa puede tener un carácter adaptativo o desadaptativo, en función de cómo se maneje y se utilice para promover el crecimiento personal y la reparación de la situación transgresora.

Definición de la xp. de culpa: emoción dolorosa, que surge como consecuencia de una transgresión

(real o imaginaria) de una norma moral o valor personalmente asumido, sobre todo cuando de la conducta u omisión indebida se deriva un daño o perjuicio (real o imaginario) para otra persona. La culpa se relaciona con los aspectos morales y sociales relacionales. También influye la creencia que el protagonista pudo evitar su conduct

Agregar toma de conciencia en la cognitiva

Espiritual: ()

¿He transgredido mis creencias o valores?= Espiritual o trascendental

¿Cómo te sientes con tu acto?= Emocional

¿Cómo afecta las relaciones interpersonales?= Social, cultura, familia, etc

¿Qué piensas de tu acto?= Cognitiva

¿Qué harás con tu acto?= Comportamental

Los puntajes obtenidos en cada dimensión determinan en cantidad el sentimiento de culpa

Prompt: Voy a crear un manual para la aplicación de mi prueba psicométrica que medirá la existencia del sentimiento de culpa necesito tus conocimientos profundamente especializados en psicometría, psicología emocional, lenguaje y

ontología para crear los ítems de manera objetiva, sencillos de lenguaje no académica y que su esencia siga el sentido fenomenológico. NECESITO QUE REDACTES LAS DEFINICIÓN CONCEPTUAL DEL SENTIMIENTO DE CULPA DIFERENCIANDOLO DE OTROS CONSTRUCTOS CERCANOS, ASÍ DEFINE TMB CADA DIMENSIÓN Y CADA INDICADOR.

Para lograr esto cree una definición conceptual sobre el sentimiento de culpa: El sentimiento de culpa se refiere a una experiencia emocional compleja autoconsciente que surge como resultado de la evaluación cognitiva de una acción realizada o no realizada que ha transgredido una norma, valor personal o social; y que ha tenido consecuencias negativas o potencialmente negativas para uno mismo o para otros. Este sentimiento depende de factores cognitivos, emocionales, espirituales, sociales y conductuales, y su intensidad puede variar desde una leve incomodidad hasta una angustia profunda, dependiendo de la gravedad de la transgresión percibida y de las normas y valores personales y sociales involucrados. La culpa puede tener un carácter adaptativo o desadaptativo, en función de cómo se maneje y se utilice para promover el crecimiento personal y la reparación de la situación transgresora.

De cada dimensión extraje los siguientes indicadores

ESPIRITUAL

- Sentimientos de desconexión o separación de lo divino o trascendental
- Desobediencia a principios morales
- Creencias religiosas
- Valores personales

EMOCIONAL- Sentimientos de tristeza- Ansiedad- Verguenza- Remordimiento- Angustia- Arrepentimiento

COGNITIVA- Autoevaluación negativa- Percepción de Error o Falla Personal- Autocrítica- Pensamiento rumiantes- Exageración del propio papel en los sucesos

SOCIAL- Percepción de daño hacia otros.- Afectación en relaciones interpersonales- Juicio social

- Expectativas sociales

COMPORTAMENTAL- Autocastigo- Compensación- Evitación o huida de situaciones similares- Reparación de la situación- Confesión